

Särö-vapaaehtoisten kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana

LAB-ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

2023

Veera Lallo

Tiivistelmä

Tekijä(t) Veera Lallo	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Valmistumisaika 2023
	Sivumäärä 31 sivua, 7 liitesivua	
Työn nimi Särö-vapaaehtoisten kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana		
Tutkinto ja koulutusala Sosionomi (AMK)		
Toimeksiantajaorganisaatio (jos opinnäytetyöllä on toimeksiantaja) Lahden Diakonialaitos		
Tiivistelmä <p>Keväällä 2020 alkanut koronapandemia pakotti vapaaehtoisjärjestöt muuttamaan toimintatapojaan ja keksimään uusia ratkaisuja toimintansa ylläpitämiseksi. Lahden Diakonialaitoksen Särö-vapaaehtoistoiminnassa haluttiin tietoa pandemian vaikutuksista vapaaehtoistoimintaan. Opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää Särö-vapaaehtoisten kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana. Työn tavoitteena oli kehittää Särö-vapaaehtoistoimintaa. Opinnäytetyön tutkimuskysymys: millaisia kokemuksia Särö-vapaaehtoisilla on vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Aineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella Webropol-palvelussa. Kyselykutsu lähetettiin kaikille Särö-vapaaehtoisille joko sähköpostitse tai kirjeitse. Sadasta vapaaehtoisesta 25 vastasi kyselyyn. Aineiston analyysimenetelmänä käytettiin sisällönanalyysia.</p> <p>Analyysin tuloksena muodostettiin neljä yläkategoriaa, joita ovat terveysturvallisuuden huomioiminen, toiminnan rajoittuminen, toiminnan normalisoituminen ja toiminnassa jaksaminen. Niiden yhdistävä kategoria on toimintaan vaikuttavat tekijät. Tulosten perusteella Särö-vapaaehtoisten kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana yhdistää se, että pandemian alun haasteiden ja uusiin toimintatapoihin totuttamisen jälkeen toiminta normalisoitui koronatilanteen helpottaessa. Pandemian aikana tapahtuneet vapaaehtoistoiminnan muutokset voidaan jakaa oman toiminnan muutokseen ja itsestä riippumattomiin muutoksiin. Tuloksia yhdistää myös pandemian odotettua vähäisempi vaikutus toiminnassa jaksamiseen.</p>		
Asiasanat vapaaehtoistoiminta, COVID-19, pandemia, poikkeusolot		

Abstract

Author(s) Veera Lallo	Type of Publication Thesis, UAS	Published 2023
	Number of Pages 31 pages, 7 appendices	
Title of Publication Särö volunteers' experiences in volunteering during COVID-19 pandemic		
Degree, Field of Study Bachelor of Social Services		
Organisation of the client (if the thesis work is commissioned by another party) Lahden Diakonialaitos		
Abstract <p>The COVID-19 pandemic began in the spring of 2020 and forced volunteering organizations to alter their courses of action and to invent new ways to maintain their activity. Lahden Diakonialaitos wanted knowledge of how the pandemic affected their Särö volunteering. The purpose of this thesis was to investigate Särö volunteers' experiences in volunteering during the COVID-19 pandemic. The objective was to improve Särö volunteering. The research question of this thesis: what kinds of experiences do Särö volunteers have in volunteering during the COVID-19 pandemic.</p> <p>The thesis was carried out as qualitative research. The data was collected with an online survey made with Webropol. Every Särö volunteer received the survey invitation either by email or by letter. Out of 100 volunteers, 25 answered the survey. The data was analysed using content analysis.</p> <p>Four categories were formed as a result of the analysis. These categories are as follows: taking health security into consideration, restrictions of volunteering, volunteering returning to normal, and coping with volunteering. The main category is factors that affect volunteering. The results imply that Särö volunteers experienced changes in volunteering during the COVID-19 pandemic as they had to adapt to the new courses of action and overcome challenges that the pandemic inflicted. Afterwards volunteering returned to normal as the epidemiological situation began to ease off. The changes in volunteering that took place during the pandemic can be divided into two types: changes in one's own actions and changes that are beyond one's control. The results also suggest that the pandemic's impact on coping with volunteering was lesser than expected.</p>		
Keywords volunteering, COVID-19, pandemic, unusual conditions		

Sisällys

1	Johdanto.....	1
2	Vapaaehtoistoiminta Suomessa.....	2
2.1	Vapaaehtoistoiminnan periaatteet.....	2
2.2	Vapaaehtoistoiminnan hyödyt.....	3
2.3	Särö-vapaaehtoistoiminta	4
3	Koronapandemian vaikutus yhteiskuntaan.....	5
3.1	Poikkeusolot ja valmiuslaki	5
3.2	Koronapandemia	5
3.3	Koronapandemian yhteiskunnalliset seuraukset	6
4	Opinnäytetyön toteutus	9
4.1	Laadullinen tutkimus	9
4.2	Aineistonkeruu sähköisellä kyselyllä	10
4.3	Sisällönanalyysi	11
5	Tulokset.....	15
5.1	Vapaaehtoistoimintaan vaikuttavat tekijät	15
5.2	Terveysturvallisuuden huomioiminen toiminnassa	16
5.3	Toiminnan rajoittuminen.....	16
5.4	Toiminnan normalisoituminen	17
5.5	Toiminnassa jaksaminen	18
6	Yhteenveto ja pohdinta	20
6.1	Johtopäätökset tuloksista.....	20
6.2	Luotettavuuden ja eettisyyden arviointi	23
6.3	Jatkotutkimusehdotukset	25
	Lähteet	27

Liite 1. Saatekirje

Liite 2. Kyselylomake

Liite 3. Tietosuojailmoitus

1 Johdanto

Keväällä 2020 alkanut koronapandemia on saattanut vapaaehtoistoiminnan ristiriitaiseen tilanteeseen: yli kahden vuoden ajan vapaaehtoistoiminta on ollut erilaisten suositusten ja rajoitusten takia haastavaa tai jopa mahdotonta, etenkin ikäihmisten ollessa joko auttajia tai autettavia. Toisaalta koko maailmaa koskettava kriisi on herättänyt ihmisissä auttamisen halun, minkä vuoksi heti pandemian alettua esimerkiksi iäkkäille järjestettiin kauppa-apua ja useat vapaaehtoistoiminnot siirrettiin verkkoon, jotta toimintaa voitiin jatkaa rajoituksista huolimatta. (Kansalaisareena 2021.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2022a) tiedotti heinäkuussa 2022, että koronapandemiasta ollaan siirtymässä endemiaan. Endemiolla tarkoitetaan tilannetta, jossa virusta esiintyy kaikkialla maailmassa ja sen ilmaantuvuus on kausittain vaihtelevaa, jolloin se aiheuttaa toistuvia kausiepidemioita. Tällainen tilanne jatkuu todennäköisesti vielä useiden vuosien ajan, koska nykytiedon ja -keinojen avulla pandemian aiheuttaneen koronaviruksen kiertoa ei kyetä pysäyttämään. Merkittävä osa maailman väestöstä on kuitenkin saanut suojan vakavaa koronavirustautia vastaan joko rokotuksen tai aiemman tartunnan myötä, mikä on mahdollistanut laajoista sulkua- ja rajoitustoimenpiteistä luopumisen.

Opinnäytetyön työelämäkumppani Lahden Diakonialaitos (2022a) on kristinuskon arvojen pohjalta toimiva yleishyödyllinen säätiö, jonka toiminta ja tuotot suunnataan Lahden alueen ihmisten auttamiseen ja hyvinvoinnin edistämiseen. Säätiön palvelu- ja liiketoiminta koostuu sosiaali- ja terveystalouksista sekä diakoniapalveluista, joihin kuuluu työllisyyspalvelut, hyvinvointipalvelut, osallisuustoiminta ja vapaaehtoistoiminta.

Pandemia ei ole vielä ohi, ja tautitilanteeseen voi tulla muutoksia, jotka vaikuttavat myös vapaaehtoistoimintoihin. Särö-vapaaehtoisten kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana on tärkeä selvittää, koska parempi ymmärrys vapaaehtoisena toimimiseen vaikuttavista poikkeusajan tuomista tekijöistä auttaa kehittämään toimintaa. Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää Särö-vapaaehtoistoiminnan lisäksi muissa Lahden Diakonialaitoksen vapaaehtoistoiminnoissa sekä mahdollisesti myös tulevien hankkeiden suunnittelussa.

Opinnäytetyön tarkoitus on selvittää Särö-vapaaehtoisten kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana. Työn tavoitteena on kehittää Särö-vapaaehtoistoimintaa. Opinnäytetyö on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus, jonka aineisto kerätään sähköisellä kyselylomakkeella Webropol-palvelussa. Aineiston analyysimenetelmänä käytetään sisällönanalyysia. Opinnäytetyön tutkimuskysymys: millaisia kokemuksia Särö-vapaaehtoisilla on vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana.

2 Vapaaehtoistoiminta Suomessa

2.1 Vapaaehtoistoiminnan periaatteet

Vapaaehtoistoiminta on vapaaseen tahtoon ja henkilökohtaiseen valintaan perustuvaa työtä, jonka tekijälle ei makseta rahallista palkkaa tai muuta palkkiota. Vapaaehtoisena toimitaan usein sen vuoksi, että halutaan tehdä hyvää muille, tukea itselle tärkeää asiaa ja puuttua yhteiskunnallisiin epäkohtiin. Vapaaehtoistoiminta on syrjimätöntä ja kaikille avointa, ja siihen voi osallistua kuka tahansa iästä, sukupuolesta, asuinpaikasta tai muista henkilökohtaisista ominaisuuksista riippumatta. Vapaaehtoisena toimivalta ihmiseltä ei yleensä vaadita minkäänlaista erityisosaamista, mutta jotkut vapaaehtoistehtävät voivat edellyttää erilaisia valmiuksia tai toimintaan kouluttautumista. Vapaaehtoinen voi kuitenkin halutessaan hyödyntää mahdollisia taitojaan tai erityistietämystään toiminnassa. Vapaaehtoistoiminnan periaatteita ovat luottamuksellisuus, suvaitsevaisuus, puolueettomuus, palkattomuus, autettavan ehdoilla toimiminen sekä vapaaehtoisen oikeus tukeen ja ohjaukseen. (Kansalaisareena 2022; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2022b.)

Palvelujärjestelmässä vapaaehtoiset eivät voi korvata ammattilaisia, vaan vapaaehtoiset täydentävät palveluita ja tuovat omannäköisensä lisän niihin (Kansalaisareena 2022). Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2022b) mukaan palvelujärjestelmässä toimiessaan vapaaehtoisen roolina on vahvistaa inhimillistä kohtaamista ja tarjota mahdollisesti myös vertaistukea. Lakisääteisiä tehtäviä ei saa korvata vapaaehtoistoiminnalla, ja siksi on tärkeää, että ammattilaisen ja vapaaehtoisen roolit ovat selvät kaikille osapuolille. Ammattilaisen ja asiakkaan välinen vuorovaikutussuhde ei välttämättä ole yhtä välitön ja tasa-arvoinen kuin suhde autettavan ja vapaaehtoisen välillä. Pessi ja Grönlund (2019, 120–121) tukevat tätä väitettä todetessaan, että ammattilaisen ja potilaan tai asiakkaan roolit tuovat hierarkiaa ja epätasa-arvoa vuorovaikutussuhteeseen, kun taas vapaaehtoistoiminnan kohtaamisissa vuorovaikutus on tasa-arvoista ja vastavuoroista. Vapaaehtoisen tarjoama tuki voi tuntua arvokkaammalta kuin ammattilaiselta saatu apu, sillä vapaaehtoinen on läsnä puhtaasti siksi, että haluaa auttaa, eikä sen vuoksi, että se kuuluu työnkuvaan.

Vapaaehtoistoiminta mahdollistaa esimerkiksi urheilukilpailujen, festivaalien, lasten ja nuorten harrastustoiminnan sekä monien sosiaalisen tuen kohtaamisten toteutumisen – vapaaehtoisten korvaaminen palkatuilla työntekijöillä olisi taloudellisesti mahdotonta. Myös useiden järjestöjen ja yhteisöjen toiminta on suurilta osin vapaaehtoisten varassa, ja ilman heitä toiminta jouduttaisiin lopettamaan. (Pessi & Grönlund 2019, 117–118.) Monet vapaaehtoiset hyödyntävät ammattitaitoaan vapaaehtoistoiminnassa ja tekevät tällöin työtään ilman rahallista korvausta: esimerkkinä lääkärit, jotka auttavat ihmisiä ilmaisklinikoilla. Kun

toiminta kumpuaa vapaasta tahdosta ja sisäisestä motivaatiosta, muuttuu sen luonne ja arvo niin, että toiminta on erityistä ja merkityksellistä sekä sen tekijälle että vastaanottajalle, eikä sitä voi palkkatyöllä korvata. (Pessi & Grönlund 2019, 122.)

2.2 Vapaaehtoistoiminnan hyödyt

Vapaaehtoistoiminta on kaksisuuntainen prosessi, mikä tarkoittaa sitä, että siitä hyötyvät sekä vapaaehtoinen että autettava. Vapaaehtoisena toimiva henkilö oppii uusia taitoja, tutustuu uusiin ihmisiin, saa hyvää mieltä, uusia kokemuksia ja parhaimmillaan voimaantumisen tunteen vapaaehtoistoiminnan kautta. (Kansalaisareena 2022.) Pessi ja Grönlund (2019, 118) lisäävät, että vapaaehtoistoiminta edistää vapaaehtoisena toimivan henkilön onnellisuuden ja elämän merkityksellisyyden kokemuksia sekä vaikuttaa myönteisesti tämän terveyteen. Vapaaehtoistoiminta tarjoaa tekijälleen mahdollisuuden myös monipuoliseen itsereflektioon, oppimiseen ja identiteetinmuodostukseen, kun ihminen voi itse valita itselleen mieluisan ja tärkeäksi kokemansa toiminnan, jossa toteuttaa itseään (Pessi & Grönlund 2019, 120). Vapaaehtoistoiminnan kohteena olevien ihmisten saama hyöty puolestaan on useimmiten yksinäisyyden ja emotionaalisen stressin kokemusten väheneminen, mielialan paraneminen, itsetunnon vahvistuminen, osallisuuden ja toimijuuden kokemusten lisääntyminen sekä myönteisempi suhtautuminen elämään (Pessi & Grönlund 2019, 118).

Vapaaehtoistoiminta on arvokasta myös yhteiskunnan näkökulmasta katsottuna. Yksinäisyyden ja syrjäytymisen ehkäisemisen sekä osallisuuden edistämisen lisäksi vapaaehtoistoiminnalla voidaan esimerkiksi tukea taidetta, kulttuuria ja urheiluseuratoimintaa sekä pitää huolta luonnon, ympäristön ja eläinten hyvinvoinnista. Vapaaehtoistoiminta luo pohjan yhteiskunnalliselle luottamukselle ja sosiaaliselle pääomalle, jolle myös yhteiskunnan taloudellinen kehitys perustuu. (Kansalaisareena 2022.) Sosiaalinen pääoma on Kajanon (2019, 83–86) mukaan yhteisöllisyyttä, verkostoitumista ja ihmisten välistä luottamusta. Vapaaehtoistoiminta vahvistaa sosiaalista pääomaa ja tuottaa hyvinvointia sen välittömän kohteen lisäksi myös laajemmin koko yhteiskunnalle, sillä vapaaehtoistoiminnan on todettu edistävän yhteiskunnan taloudellista menestystä ja hyvinvointia. Pessi ja Grönlund (2019, 118, 121) kuvailevat sosiaalista pääomaa samalla tavalla ihmisten välisenä luottamuksena ja verkostoitumisena, ja sen perustuvan sosiaalisille suhteille sekä jaetuille arvoille ja normeille. Vapaaehtoistoiminta on heidän mukaansa sosiaalisen pääoman raaka-ainetta niin yksilöiden kuin yhteiskunnankin tasolla, ja se ylläpitää yksilön myönteistä ihmiskuvaa, jonka mukaan pohjimmiltaan ihmiset ovat hyviä ja heihin voi luottaa.

2.3 Särö-vapaaehtoistoiminta

Lahden Diakonialaitoksen (2022b) Särö-vapaaehtoistoiminnassa tehtäväänsä perehdytetyt vapaaehtoiset tarjoavat tukea lahtelaisille pikkulapsiperheille, nuorille ja ikäihmisille. Maksuton toiminta perustuu molempien osapuolten vapaaehtoisuuteen ja vastavuoroisuuteen. Vapaaehtoiset ja autettavat tapaavat toisiaan omien aikataulujensa mukaan, keskimäärin kahdesti kuukaudessa parin tunnin ajan. Vapaaehtoisuus pyritään solmimaan vähintään vuodeksi, mutta ystävyys voi jatkua vielä pitkään sen jälkeenkin.

Pikkulapsiperheille suunnattu vapaaehtoisen tuki voi olla esimerkiksi lasten kanssa leikkimistä tai ulkoilemista, jonka aikana vanhemmat saavat omaa aikaa. 13–29-vuotiaille nuorille tarkoitettu 1+1-mentoritoiminta tarjoaa turvallisen aikuisen seuraa ja tukea nuoren arkeen, koulunkäyntiin ja itsenäistymiseen. Yli 60-vuotiaille kotihoidon asiakkaille suunnattu KotiKummit-toiminta pyrkii tuomaan iloa ikäihmisten arkeen ja lisäämään heidän hyvinvointiaan ja osallisuuttaan. Toiminnan tavoitteena on vähentää yksinäisyyttä ja ennaltaehkäistä raskaampien palvelujen tarvetta. (Lahden Diakonialaitos 2022b.)

3 Koronapandemian vaikutus yhteiskuntaan

3.1 Poikkeusolot ja valmiuslaki

Poikkeusoloilla tarkoitetaan kriisitilanteita, jotka uhkaavat vakavasti yhteiskuntaa. Tasaval-
lan presidentti ja valtioneuvosto toteavat Suomessa vallitsevan poikkeusolot, kun poikkeus-
olojen kriteerit täyttyvät. Mikäli vallitseva tilanne ei ole enää hallittavissa viranomaisten nor-
maalien toimivaltuuksien puitteissa, voidaan näitä valtuuksia lisätä valmiuslain nojalla. (Val-
tioneuvosto 2022a.) Valmiuslain (1552/2011) tarkoitus on poikkeusoloissa suojata väestöä
sekä turvata sen toimeentulo ja maan talouselämä, ylläpitää oikeusjärjestystä, perusoikeuk-
sia ja ihmisoikeuksia sekä turvata valtakunnan alueellinen koskemattomuus ja itsenäisyys.
Laissa määritellyjä poikkeusoloja ovat esimerkiksi Suomeen kohdistuva aseellinen hyök-
käys tai sen uhka, erityisen vakava suuronnettomuus ja sen välitön jälkitila sekä sellainen
tapahtuma tai uhka, jonka seurauksena yhteiskunnan toimivuudelle välttämättömät toimin-
not olennaisesti vaarantuvat.

Koronavirustauti on valmiuslaissa (1552/2011 § 3) määritelty hyvin laajalle levinnyt vaaral-
linen tartuntatauti, ja sen vuoksi Suomessa on ollut poikkeusolot ensin 16.3.–16.6.2020 ja
uudelleen 1.3.–27.4.2021. Poikkeusolojen päätyttyä koronavirustilannetta on pyritty hallit-
semaan normaaliolojen lainsäädännön puitteissa, esimerkiksi tartuntatautilakia ja rajavar-
tiolakia soveltaen, sekä viranomaisten antamilla määräyksillä, ohjeilla ja suosituksilla. (Val-
tioneuvosto 2022a.)

3.2 Koronapandemia

Koronavirustauti eli COVID-19 on SARS-CoV-2-viruksen aiheuttama tartuntatauti. Ensim-
mäiset tautitapaukset todettiin Kiinan Wuhanissa joulukuussa 2019. Maailman terveysjär-
jestö WHO julisti koronavirustaudin kansainväliseksi pandemiaksi maaliskuussa 2020.
(Fimea 2022; WHO 2022.) Työterveyslaitoksen (2022) mukaan pandemia tarkoittaa maail-
manlaajuisesti levinnyttä epidemiaa, ja epidemia puolestaan tilannetta, jossa tartuntatautia
esiintyy poikkeuksellisen paljon tietyn alueen väestössä.

Maailman terveysjärjestö WHO:n (2022) mukaan useimmissa tapauksissa koronavirus ai-
heuttaa lievän tai kohtalaisen hengitystieinfektion, joka ei vaadi sairaalahoitoa, mutta pa-
himmillaan tauti voi johtaa kuolemaan. Pitkäaikaissairauksista, kuten diabeteksesta, syö-
västä tai sydän- ja verisuonisairauksista, kärsivillä ihmisillä ja ikääntyneillä on muita suu-
rempi riski sairastua vakavaan koronavirustautiin. Koronavirus leviää pisaratartuntana, kun
sairastunut ihminen yskii, aivastaa, puhuu, laulaa tai hengittää. Taudin leviämistä voidaan
ehkäistä ja hidastaa pitämällä vähintään yhden metrin turvaväli muihin ihmisiin, käyttämällä

hyvin istuvaa kasvomaskia, pesemällä tai desinfioidulla kädet säännöllisesti, rokottaamalla tautia vastaan sekä noudattamalla viranomaisten ohjeita.

Suomessa koronavirustaudin ensimmäinen epidemia-aalto nähtiin keväällä 2020. Poikkeusolojen ja rajoitustoimenpiteiden myötä tautitilanne hellitti kesäksi, mutta epidemian toinen aalto alkoi saman vuoden syksynä. Keväällä 2021 koettiin epidemian kolmas aalto ja jälleen uudet poikkeusolot. Neljäs aalto alkoi vuodenvaihteessa 2021–2022. (Kivipelto ym. 2022, 123.) Tartuntatautilain mukaiset väliaikaiset velvoitteet, jotka koskivat esimerkiksi ravintoloita, asiakastiloja ja tapahtumia, päättyivät 30.6.2022, ja tämän myötä kaikista koronarajoituksista on luovuttu (Valtioneuvosto 2022b). Etenkin ensimmäisten epidemia-aaltojen aikaan suositeltiin, että tarpeettomia sosiaalisia kontakteja vältetään ja mahdollisuuksien mukaan pysytään kotona, jotta tauti ei leviäisi. Useita palveluja rajoitettiin sulkemalla ne määräajaksi, supistamalla niiden tarjontaa tai siirtämällä ne toimimaan verkon välityksellä ja etäyhteydellä. Epidemian hillitsemiseksi asetetut rajoitukset ovat vaihdelleet tautitilanteen mukaan koko maassa, mutta niissä on ollut myös paljon alueellista vaihtelua. (Kivipelto ym. 2022, 123.)

3.3 Koronapandemian yhteiskunnalliset seuraukset

Suomen pitkittynyt ja vaihteleva koronavirustilanne ja taudin leviämisen estämiseksi asetetut rajoitustoimet, kuten etätyö ja -opiskelu, kokoontumisrajoitukset ja suositus sosiaalisten kontaktien välttämisestä, ovat rasittaneet väestöä ja palvelujärjestelmää. Pandemian vaikutukset vaihtelevat paljon kestoiltaan ja vakavuudeltaan, eikä pidemmän aikavälin seurauksia vielä tunneta. Koko väestö on joutunut sopeutumaan vaihteleviin rajoituksiin, suosituksiin ja uusiin toimintatapoihin. Voimakkaimmat kielteiset vaikutukset ovat kohdistuneet niihin väestöryhmiin, jotka olivat jo ennestään haavoittuvassa asemassa: vaikeassa sosiaalisessa tilanteessa olevat, asunnottomat, päihde- ja mielenterveyskuntoutujat, vammaiset henkilöt, maahanmuuttajat sekä osa lapsista, nuorista ja ikääntyneistä. (Kestilä ym. 2022, 9–10.)

Kestilän ym. (2022, 4–5) mukaan pandemia on edesauttanut väestön psyykkisen oireilun ja mielenterveysongelmien yleistymistä, vaikka merkkejä niiden kehittymisestä on ollut jo ennen pandemian puhkeamista. Mielenterveyden ongelmat ovat vaihdelleet tautitilanteen mukaan ja näyttäytyneet eri tavoin eri väestöryhmissä: nuorilla ja nuorilla aikuisilla ongelmat ovat olleet vakavampia kuin vanhemmilla työikäisillä ja ikääntyneillä. Työttömyys ja lomautukset ovat yleistyneet ja aiheuttaneet taloudellisia huolia ja vaikeuksia, erityisesti naisvaltaisilla matalapalkka-aloilla työskennelleille. Lähisuhdeväkivalta ja häirintä- ja väkivaltakokemukset ovat lisääntyneet pandemian alettua, ja avun hakeminen ja saaminen on ollut haasteellista.

Ikääntyneet

Luoman ym. (2022, 155–161) mukaan ikääntyneiden liikkuminen kodin ulkopuolella väheni ja yksinäisyyden kokemukset yleistyivät koronaepidemian seurauksena. Vapaa-ajan aktiviteetit korvattiin kotona tapahtuvilla aktiviteeteilla, minkä vuoksi elinpiiri kaventui entisestään. Erityisesti aktiiviset ikäihmiset kokivat rajoitustoimet ikävinä sosiaalisen kanssakäymisen ja harrastustoimintojen vähenemisen ja keskeytymisen vuoksi. Ikääntyneiden sosiaali- ja terveyspalvelujen käyttäminen väheni, kun kiireettömiä lääkärikäyntejä ja hoitoja peruttiin tai siirrettiin joko palveluntarjoajan tai potilaan toimesta. Koronavirustilanteen vuoksi useissa palveluissa siirryttiin verkossa tapahtuvaan asiointiin, mikä vähensi edelleen ikääntyneiden palvelujen käyttöä. Epidemian aiheuttamaa palveluvajetta vaikeuttaa entisestään sosiaali- ja terveysalan henkilöstöpula, joka näkyy etenkin kotihoidossa ja ympärivuorokautisen hoidon yksiköissä.

Korona-aika teki monen ikäihmisen arjesta ankeampaa ja virikkeettömämpää, mikä on voinut vaikuttaa palvelutarpeen kasvamiseen. Ikääntyneiden toimintakyky ei kuitenkaan näytä heikentyneen siitä huolimatta, että yhteisöllistä toimintaa vähennettiin ja esimerkiksi kuntoutuspalvelutarjontaa rajoitettiin. (Luoma ym. 2022, 165.)

Lapset, nuoret ja perheet

Koronavirustilanne ja epidemian alkuvaiheen rajoitustoimet vaikuttivat lapsiin, nuoriin ja perheisiin kielteisesti aiheuttaen kuormittuneisuutta ja sosioekonomista eriarvoisuutta. Tilanne on kuitenkin paranemassa työllisyyden ja talouden elpyessä. Lapsiperheiden palkkatulojen määrä väheni, mutta etuudet, erityisesti työttömyysturva, ovat paikanneet aiheutuneita tulonmenetyksiä. Ansiotyön ja lastenhoidon yhteensovittaminen koettiin haasteellisena epidemian alkuvaiheessa, kun etätyötä suositeltiin ja lasten osallistumista varhaiskasvatukseen rajoitettiin. Varhaiskasvatuksen tilanteen palattua normaaliksi etätyöskentelyn koettiin jopa helpottavan työn ja perhe-elämän yhteensovittamista. (Lammi-Taskula ym. 2022, 168–172.)

Pandemia on lisännyt lasten ja nuorten psyykkistä oireilua ympäri maailman. Suomessa lapset ja nuoret voivat pääosin hyvin, mutta mielialaoireilu ja psyykinen kuormittuneisuus on selkeästi yleistymässä peruskoululaisilla, toisen asteen opiskelijoilla ja korkeakouluopiskelijoilla. Nuoruudessa tarve sosiaalisiin kontakteihin ja vertaisiin on korostunut, ja epidemian hillitsemiseksi asetetut rajoitustoimet, etäopiskelu ja harrastustoiminnan rajoitukset heikensivät nuorten mahdollisuuksia näihin kontakteihin. Koronaepidemian alettua sosiaalinen ahdistuneisuus lisääntyi voimakkaasti etenkin tytöillä, eriasteinen syömishäiriöoireilu yleistyi ja yksinäiseksi itsensä kokevien nuorten määrä kasvoi. Koulu-uupumus lisääntyi entisestään, mutta työrauha ja opettajilta saatu myönteinen kohtelu koettiin aiempaa

parempana. Etäopiskelun vuoksi nuorten tietokoneen ja netin käyttö yleisty, samoin kuin siihen liittyvät ongelmat, kuten nukkumisen ja syömisen laiminlyönti sekä hermostuneisuus, kun netin käyttö ei ole ollut mahdollista. Opiskelijoiden hyvinvointi ja opiskelumotivaatio heikentyivät sosiaalisten kontaktien ja lähiopetuksen vähenemisen, opiskelijaravintoloiden sulkemisen sekä opiskelijatapahtumien peruuntumisen takia. (Lammi-Taskula ym. 2022, 172–175.)

Yhdistys- ja vapaaehtoistoiminta

Korona-aika on aiheuttanut sosiaali- ja terveysalan yhdistysten toiminnassa merkittäviä muutoksia: Järjestöbarometriin vuonna 2022 vastanneista yhdistyksistä 71 prosenttia kertoi voimakkaista tai melko voimakkaista muutoksista toiminnassaan. Vuosina 2012–2020 vastaava luku oli vain 11–14 prosenttia. Suuri osa yhdistyksistä on joutunut keskeyttämään joitakin toimintojaan ja joissakin yhdistyksissä kaikki toiminta on keskeytetty koronarajoitusten vuoksi. Erityisesti kokoontumiset, retket ja muut fyysistä läsnäoloa vaativat toiminnot on usein peruttu tai siirretty myöhemmäksi. (Peltosalmi ym. 2022, 30–32.) Vaikka joitakin toimintamuotoja on jouduttu keskeyttämään tai lopettamaan, on uusiakin aloitettu. Peltosalmen ym. (2022, 38) mukaan 38 prosenttia yhdistyksistä on aloittanut korona-aikana jonkin uuden toimintamuodon. Näistä suurin osa on käytännön ratkaisuja, joilla yhdistyksen toimintaa voidaan jatkaa rajoitustoimista huolimatta. Erilaiset etäratkaisut on havaittu hyviksi ja toimiviksi, minkä vuoksi 48 prosenttia vastaajista uskoo, että ne jäävät käyttöön epidemian päätyttyä.

Esimerkkinä edellä mainitun kaltaisesta etäratkaisusta on HelsinkiMission nuorten tukihenkilötoiminnan ja perhementoritoiminnan vapaaehtoisten verkkokoulutusmalli, joka kehitettiin pian koronapandemian alettua. Uuden mallin tarkoituksena oli mahdollistaa vapaaehtoisuuskokoukset kokonaan verkossa, jolloin koulutuksen pystyi aloittamaan ja käymään joustavasti omien aikataulujen puitteissa. Verkkokoulutus, joka ei ole sidoksissa aikaan tai paikkaan, on madaltanut kynnystä osallistua vapaaehtoistoimintaan, mutta osalle ihmisistä se ei sovi tietoteknisen osaamisen puutteen tai sosiaalisen kanssakäymisen kaipuun vuoksi. Erilaiset tarpeet huomioiva, lähi- ja etävuorovaikutusta yhdistelevä hybridimalli on todettu toimivaksi ratkaisuksi. (Värtö & Palomäki 2021, 16, 23–25.)

4 Opinnäytetyön toteutus

4.1 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena sen vuoksi, että haluttiin saada yksityiskohtaista tietoa ja Särö-vapaaehtoisten henkilökohtaisia kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana. Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus pyrkii Puusan ja Juutin (2020) mukaan ymmärtämään ja selittämään tutkittavaa ilmiötä tutkimuksen kohteena olevien henkilöiden näkökulmasta, ja tätä kautta tuottamaan monipuolista ja yksityiskohtaista tietoa kyseisestä ilmiöstä. Se tarkastelee henkilön subjektiivisia kokemuksia ja näkemyksiä, ajatuksia, tunteita ja erilaisia merkityksiä, jotka liittyvät tutkittavaan ilmiöön. Laadulliselle tutkimukselle tyypillistä on myös aineistolähtöisyys, jolla tarkoitetaan aineistossa esiintyvien käsitteiden ja tutkimuksen kohteena olleiden henkilöiden käyttämien sanojen ja lauseiden käyttämistä tutkimuksen raportoinnissa.

Laadullinen tutkimus on prosessi, jonka keskiössä on tutkija itse. Tutkimuksen vaiheita on usein vaikea määritellä tarkasti etukäteen, koska käytettävät menetelmät tarkentuvat prosessin edetessä ja uusien näkökulmien avautuessa. Tutkimusprosessin eri vaiheet, teorianmuodostus, aineistonkeruu ja aineiston analyysi, voivat olla päällekkäisiä ja niihin voidaan tarvittaessa palata. Laadullisen tutkimuksen tutkijakeskeisyyden vuoksi erilaiset aineistoon liittyvät tulkinnat ja näkökulmat muodostuvat ajan myötä, ja siksi tutkijan tulee tiedostaa tarve mahdollisille uudelleenlinjauksille tutkimuksen aikana. (Kiviniemi 2018.)

Tuomi ja Sarajärvi (2018) toteavat, että laadullisen tutkimuksen pyrkimyksenä ei ole tilastollisten yleistysten tuottaminen, vaan tutkittavan ilmiön tulkinta, ja siksi laadullisessa tutkimuksessa aineiston koolla ei ole yhtä suurta merkitystä kuin määrällisessä tutkimuksessa. Vilka (2021) puolestaan on sitä mieltä, että aineiston koolla ei ole lainkaan merkitystä – aineiston laatu on määrää tärkeämpi tekijä. Tutkimuksen tiedonantajien, eli henkilöiden, joilta tietoa kerätään, tulee kuitenkin tietää mahdollisimman paljon tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä. Tämän vuoksi tiedonantajien valinta tehdään harkiten ja tarkoituksenmukaisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2018.)

Laadulliselle tutkimukselle on tyypillistä myös aineiston ja teorian vuoropuhelu tutkimuksen eri vaiheissa (Puusa & Juuti 2020). Pitkäranta (2014, 33) lisää, että laadullisessa tutkimuksessa painopiste ei ole teorian muodostamisessa, vaan teorian, käsitteistön ja aineiston dialogissa. Alasuutari (2011) puolestaan vertaa laadullista tutkimusta arvoituksen ratkaisuun: tutkittavasta ilmiöstä tehdään tulkinta käyttäen apuna aineiston tarjoamia vihjeitä ja pelkistetyistä havainnoista muodostettuja johtolankoja. Mitä enemmän vihjeitä ja johtolankoja on käytettävissä, sitä tarkempi ja selkeämpi tulkinta voidaan muodostaa.

4.2 Aineistonkeruu sähköisellä kyselyllä

Opinnäytetyön aineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella Webropol-palvelussa. Vallin (2018) mukaan kyselylomake eri muodoissaan on yksi käytetyimmistä ja vanhimmista aineistonkeruumenetelmistä. Kysely muotoillaan aina tutkimuksen aiheen ja kohderyhmän tarpeisiin sopivaksi, minkä vuoksi kyselyn muoto voi vaihdella tapauskohtaisesti valvotusta itsenäisesti täytettävään kyselyyn ja yksilökyselystä ryhmävastaukseen. Kyselylomakkeen rakentamiseen tulee käyttää riittävästi aikaa, sillä kysymysten muoto vaikuttaa suoraan tutkimustuloksiin. Kysymysten täytyy olla selkeitä, yksiselitteisiä ja tutkimuksen kannalta olennaisia, eivätkä ne saa johdatella.

Sähköisen kyselyn etuna on se, ettei erillistä aineiston syöttöä tarvita, jolloin myös lyöntivirheiden riski jää pois. Lisäksi sähköisessä kyselylomakkeessa voidaan määrätä vastaaja vastaamaan jokaiseen kysymykseen eteenpäin päästäkseen. Tällöin vastauksiin ei jää puutteita, mutta vastaaja voi haastavan kysymyksen kohdalla lopettaa kyselyyn vastaamisen kokonaan, eikä vastausta saada ollenkaan. (Valli 2018.) Valli ja Perkkilä (2018) lisäävät sähköisen kyselyn eduiksi myös visuaalisuuden, taloudellisuuden ja nopeuden. Sähköiset kyselylomakkeet on helppo muotoilla visuaalisesti miellyttäviksi, ja niihin voi lisätä kuvia, videoita ja äänitallenteita. Aineiston kerääminen on nopeaa, sillä kyselyn toimittaminen ja palauttaminen eivät vaadi erillisiä työvaiheita.

Kysely kohdistettiin kaikille Särö-vapaaehtoistoimintaan osallistuville, jolloin tiedonantajiksi valikoituivat ne henkilöt, joilla on tietoa tutkittavasta ilmiöstä sekä halukkuutta kertoa kokemuksistaan. Lahden Diakonialaitoksen työntekijä toimitti kyselyn vapaaehtoisille, joten opinnäytetyön tekijän tietoon ei tullut vastaajien sähköpostiosoitteita tai muita henkilötietoja, joista vastaaja on suoraan tunnistettavissa. Saatekirje (liite 1), kyselylomakkeen (liite 2) linkki ja tietosuojailmoitus (liite 3) toimitettiin sähköpostitse 98 vapaaehtoiselle ja kirjeitse kahdelle. Kysely oli auki kahden viikon ajan ja ensimmäisen viikon aikana vastauksia kertyi 13 kappaletta. Vapaaehtoisille lähetettiin muistutus kyselyyn vastaamisesta, minkä jälkeen vastausten määrä kasvoi 12:lla. Sadasta vapaaehtoisesta yhteensä 25 vastasi kyselyyn.

Tässä opinnäytetyössä tarkoituksena ei ollut tavoitella mahdollisimman suurta vastausprosenttia – Tuomi ja Sarajärvi (2018) mainitsevat, ettei alhainen vastausprosentti ole ongelma laadullisessa tutkimuksessa, sillä siinä ei pyritä tekemään yleistyksiä. Toisaalta todella pieni aineisto voi toisinaan aiheuttaa sen, ettei tutkittavasta ilmiöstä voida kertoa mitään. Vilkan (2021) mukaan laadullisessa tutkimuksessa pienelläkin aineistolla voidaan muodostaa teoreettisesti mielekkäitä tulkintoja, jos aineisto analysoidaan perusteellisesti.

4.3 Sisällönanalyysi

Opinnäytetyön aineiston analyysimenetelmänä käytettiin sisällönanalyysia. Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan sisällönanalyysi on yksi yleisimmistä laadullisessa tutkimuksessa käytettävistä analyysimenetelmistä. Sitä voidaan pitää sekä itsenäisenä menetelmänä että laajempaa teoreettisena kehyksenä, johon useat muut laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmät perustuvat. Sisällönanalyysissä pyrkimyksenä on järjestää analysoitava aineisto selkeäksi ja tiiviiksi kokonaisuudeksi, jotta voidaan muodostaa selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä.

Pääpiirteittäin sisällönanalyysi koostuu neljästä vaiheesta: aiheen rajaaminen, aineiston läpikäyminen, aineiston ryhmitteleminen ja yhteenvedon kirjoittaminen. Laadullisesta aineistosta löytyy usein paljon mielenkiintoisia asioita, mutta kaikkia niitä ei voida sisällyttää yhteen tutkimukseen, minkä vuoksi analyysi aloitetaan rajaamalla aihe tutkimuskysymykseen tai -ongelmaan sopivaksi. Seuraavassa vaiheessa aineisto käydään läpi ja koodataan. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Koodaamisella tarkoitetaan aineiston yhtäläisyyksien tunnistamista ja merkitsemistä erilaisin koodein (Puusa & Juuti 2020). Aineisto ryhmitellään käyttäen luokittelua, teemoittelua tai tyyppittelyä, jotka eroavat toisistaan siinä, ollaanko kiinnostuneita lukumääristä ja yleistettävyydestä vai tiettyä teemaa kuvaavista näkemyksistä. Lopuksi kirjoitetaan yhteenveto, jossa raportoidaan analyysin tulokset. (Tuomi & Sarajärvi 2018.)

Sisällönanalyysi voidaan Kyngäksen ja Vanhasen (1999, 5) mukaan toteuttaa joko induktiivisesti eli aineistosta lähtien tai deduktiivisesti eli käyttäen luokittelussa apuna jotakin aiempaa käsitejärjestelmää. Tuomi ja Sarajärvi (2018) toteavat, että tämä jaottelu pelkästään induktiiviseen ja deduktiiviseen päättelyyn on hyvin ongelmallinen, koska puhdasta induktiota, eli teorian muodostamista ainoastaan havaintojen pohjalta, ei pidetä mahdollisena. Jaottelu myös jättää pois kokonaan abduktiivisen päättelyn, jonka mukaan teoriaa voidaan muodostaa havaintojen perusteella silloin, kun havaintojen tekemistä ohjaa jokin johtolanka tai -ajatus. Kahtiajako induktiiviseen ja deduktiiviseen analyysiin ei ota analyysin tekoa ohjaavia tekijöitä huomioon yhtä hyvin kuin Eskolan (2001, 2007) esittämä jaottelu aineistolähtöiseen, teoriasidonnaiseen ja teorialähtöiseen analyysiin (Tuomi & Sarajärvi 2018).

Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan aineistolähtöisen analyysin peruseriaatteena on, että analyysiyksikköjä ei määritellä etukäteen, vaan ne valitaan aineistosta tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimuskysymyksen mukaisesti. Tutkittavaan ilmiöön liittyvien aikaisempien havaintojen, tietojen ja teorioiden ei tulisi vaikuttaa millään tavalla analyysin toteuttamiseen tai lopputuloksiin. Aineistolähtöisen tutkimuksen toteuttaminen on haastavaa, koska esimerkiksi tutkijan käyttämät käsitteet ja menetelmät pitävät sisällään teoriaa, eikä sen vuoksi

puhtaita, täysin objektiivisia havaintoja ole olemassa. Myös teoriaohjaavassa analyysissä analyysiyksiköt valitaan aineistosta, mutta aiempaa tietoa ja teoriaa voidaan käyttää analyysin apuna. Analyysin alkuvaiheessa edetään aineistolähtöisesti ja sen loppuvaiheessa ajattelua ohjaa aiempi tieto ja tutkimuksen teoriaosuudessa määritelty viitekehys. Tutkijan päättelyprosessissa vuorottelevat aineistolähtöisyys ja valmiin teorian pohjalta muodostetut mallit. Teorialähtöisessä analyysissä sen sijaan tutkittava ilmiö määritellään aiemman tiedon perusteella eli analyysia ohjaa jokin valmis teoria, kehys tai malli. Analyysin pyrkimyksenä on yleensä testata aiempia teorioita uudessa asiayhteydessä tai tilanteessa.

Opinnäytetyön aineiston analyysi oli aluksi hyvin aineistolähtöistä, mutta loppuvaiheessa yhdistyi opinnäytetyön teoriaosuudessa määriteltyjen käsitteiden kanssa, joten analyysitapa oli teoriaohjaava. Analyysiprosessia ohjasi suurimmilta osin Kyngäksen ja Vanhasen (1999, 5–7) esittämä kuvaus induktiivisesta sisällönanalyysistä, mutta myös Puusan ja Juutin (2020) kuvaus analyysin etenemisestä ja analyysimenetelmistä sekä Tuomen ja Sarajärven (2018) yleinen kuvaus analyysin toteuttamisesta.

Analyysiprosessi aloitettiin viemällä kyselytulokset Word-tiedostoon niin, että vastauksia voitiin tarkastella vastaajakohtaisesti. Tällöin vastaajan taustatietoja oli mahdollista hyödyntää vastauksen tulkinnassa. Aineistoa kertyi 25 sivua. Aineistoon tutustumista tapahtui jo aineistonkeruuvaiheessa, ja siihen perehtymistä jatkettiin lukemalla se läpi useamman kerran. Analyysin laatu ja onnistuneisuus määräytyy pitkälti sen perusteella, kuinka hyvin tutkija tuntee aineiston (Puusa & Juuti 2020). Havaintoja kommentoitiin sivun reunaan helpottamaan myöhempää päättelyä. Aineistosta yliviivattiin korostusvärillä kaikki teksti, joka vastasi jollain tavalla tutkimuskysymykseen: näin saatiin ensimmäiset alkuperäisilmaisut.

Alkuperäisilmaisujen pelkistäminen aloitettiin kommentoimalla sivun reunaan pelkistetty versio kustakin ilmaisusta. Tämän jälkeen pelkistetyt ilmaisut vietiin taulukkoon (kuvio 1), jota Kyngäs ja Vanhanen (1999, 5) nimittävät aineiston ”pesulistaksi” tai ”tarkistuslistaksi”. Samankaltaiset ilmaisut yhdistettiin värikoodein ja koodauksen yhteydessä nimettiin alustavia alakategorioita. Alkuperäisilmaisujen oikeinkirjoitusta ei korjattu, mutta niistä jätettiin pois tutkimuskysymyksen kannalta epäoleelliset osat.

ALKUPERÄISILMAISU	PELKISTETTY ILMAISU
Jatkoin kummitapaamisia sen <u>jälkeen</u> , kun olimme molemmat rokotettuja	tapaamisten keskeytyminen tapaamisten jatkuminen rokotusten jälkeen
Pidimme etäisyyksiä ja vältimme kättelyitä	etäisyyden pitäminen kättelyn välttäminen
Oma jaksamiseni ei ollut koetuksella	jaksamisessa ei ongelmaa
Käynnit vanhuksen luona jäivät pois aluksi <u>yli puoleksi</u> vuodeksi. Oli vain puhelinyhteys. Kun rokotukset alkoivat ja jatkuivat sekä opittiin käsihygienian ja kasvomaskien käytöstä enemmän, niin "kasvokkain" tapahtuvat tapaamiset ovat alkaneet uudelleen, --	tapaamisten keskeytyminen yhteydenpito puhelimitse tapaamisten jatkuminen rokotusten jälkeen tapaaminen suositukset huomioiden

Kuvio 1. Esimerkki aineiston pelkistämisestä

Seuraavaksi pelkistetyistä ilmaisuista etsittiin samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia, joiden perusteella ne ryhmiteltiin uuteen taulukkoon (kuviokuva 2), ja nimettiin niitä yhdistävät alakategoriat. Analyysin edetessä alakategorioita täytyi jäsentää tarkemmin, jakaa, yhdistellä ja nimetä uudelleen. Tässä vaiheessa myös joitakin pelkistettyjä ilmaisuja karsittiin pois, kun todettiin, etteivät ne vastaakaan tutkimuskysymykseen. Kategorioiden induktiivinen muodostaminen edellyttää tutkijalta sitä, että tämä päättää tulkintaa apunaan käyttäen mitä asioita voidaan yhdistää samaan kategoriaan ja mitä ei voida – tässä analyysin vaiheessa tapahtuu jo aineiston abstrahointia eli käsitteellistämistä (Kyngäs & Vanhanen 1999, 6). Alakategorioiden luomisen ohessa aloitettiin alustavien yläkategorioiden nimeäminen kommentoimalla niitä sivun reunaan.

PELKISTETTY ILMAISU	ALAKATEGORIA
maskin käyttäminen käsidesin käyttäminen kertakäyttökäsineiden käyttäminen	suojavarusteiden käyttäminen
tapaaminen ulkoillen tapaaminen lenkkeillen tapaaminen ulkona tapaaminen pienemmässä tapahtumassa väkimäärän huomioiminen etäisyyden pitäminen kättelyn välttäminen tapaamisen välttäminen yhteydenpito puhelimitse	kontaktin rajoittaminen

Kuvio 2. Esimerkki alakategorioiden luomisesta

Alakategoriat ryhmiteltiin samankaltaisuuden perusteella ja niistä muodostettiin yläkategorioita, jotka kuvaavat alakategorioiden sisältöä. Kategorioiden nimeäminen on usein haasteellista, minkä vuoksi nimeämisessä hyödynnetään deduktiivista päättelyä eli kategoria nimitetään jonkin aiemman tiedon perusteella luodun käsitteen mukaan (Kyngäs & Vanhanen 1999, 7). Lopuksi yläkategorioista muodostettiin yksi niitä kaikkia yhdistävä kategoria. Kategoriat käytiin läpi vielä joitakin kertoja ja varmistettiin, että ne vastaavat tutkimuskysymyksiin.

Kyngäksen ja Vanhasen (1999, 10) mukaan analyysiprosessi päätetään raportoimalla analyysin tulokset eli muodostettu malli, käsitejärjestelmä tai kategoriat ja niiden sisältö. Sisältöjen kuvaamisessa käytetään apuna alakategorioita ja pelkistettyjä ilmaisuja. Kategorioiden muodostamisen perusteet osoitetaan lukijalle esittämällä suoria lainauksia alkuperäisaineistosta – tämä lisää tutkimuksen luotettavuutta. Sisällönanalyysin tuloksena muodostettiin taulukko, johon on koottu aineistoa kuvaavat ala- ja yläkategoriat sekä niitä kaikkia yhdistävä pääkategoria, vapaaehtoistoimintaan vaikuttavat tekijät. Kategorioita muodostettaessa aineisto abstrahoitettiin eli käsitteellistettiin. Analyysin tulokset esitellään opinnäytetyön luvussa 5.

5 Tulokset

5.1 Vapaaehtoistoimintaan vaikuttavat tekijät

Kyselyvastausten perusteella Särö-vapaaehtoisten kokemukset vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana voitiin ryhmitellä neljään yläkategoriaan, joita ovat terveysturvallisuuden huomioiminen, toiminnan rajoittuminen, toiminnan normalisoituminen ja toiminnassa jaksaminen. Niitä yhdistää se, että ne ovat vapaaehtoistoimintaan vaikuttavia tekijöitä. Seuraavissa alaluvuissa tarkastellaan näitä tekijöitä. Analyysin tulos on nähtävillä kuviossa 3.

ALAKATEGORIA	YLÄKATEGORIA	YHDISTÄVÄ KATEGORIA
suojarusteiden käyttäminen kontaktin rajoittaminen tartunnan leviämisen estäminen	terveysturvallisuuden huomioiminen toiminnassa	toimintaan vaikuttavat tekijät
tapaamisten määrän rajoittuminen tapaamisten keston rajoittuminen tapaamisten sisällön rajoittuminen vapaaehtoisten yhteisen toiminnan rajoittuminen	toiminnan rajoittuminen	
toiminnan jatkuminen pandemia ei haittaa toimintaa * (* vastaajat aloittaneet vapaaehtoistoiminnassa 2021 tai 2022)	toiminnan normalisoituminen	
jaksamista haittaavia muutoksia jaksamista tukevia muutoksia ei muutosta jaksamisessa	toiminnassa jaksaminen	

Kuvio 3. Vapaaehtoistoimintaan vaikuttavat tekijät

5.2 Terveysturvallisuuden huomioiminen toiminnassa

Terveysturvallisuuden huomioiminen toiminnassa oli Särö-vapaaehtoisten kokemuksen mukaan yksi pandemia-ajan tuomista muutoksista. Terveysturvallisuuden huomioimiseen kuului suojarusteiden käyttäminen, kontaktin rajoittaminen ja tartunnan leviämisen estäminen. Vapaaehtoiset kertoivat käyttäneensä erilaisia suojarusteita, kuten kasvomaskia ja kertakäyttökäsineitä, kun olivat tapaamassa autettavaansa. Vastauksissa mainittiin myös desinfioivan käsihuuhteen käyttäminen.

FFP-maskin käyttö ja käsidesi kuuluivat tietysti asiaan. (Vastaaja 7)

Toiminnan terveysturvallisuus huomioitiin myös kontaktin rajoittamisena. Vapaaehtoiset kertoivat vastauksissaan, että sisätiloissa tapahtuneissa tapaamisissa pyrittiin huomioimaan tilan väkimäärä, pidettiin etäisyyttä toisiin ihmisiin ja vältettiin kätelemistä. Suurten tapahtumien sijaan suosittiin väkimäärältään pienempiä tapahtumia. Moni vastaaja tapasi autettavaansa ulkotiloissa ja luonnossa, esimerkiksi lenkkeilyn tai kävelyn merkeissä. Osa vastaajista kertoi välttäneensä tapaamisia kokonaan tai korvanneensa ne pitämällä yhteyttä autettavaansa puhelimitse. Yhteydenpito puhelimitse oli joidenkin vapaaehtoisten mielestä toimiva tapa korvata tapaamisia, mutta toiset kokivat sen haasteellisena.

Teen asiakaspalvelutyötä, joten olen halunnut välttää ikäihmisen tapaamista, etten välittäisi virusta eteenpäin. – – Olen pitänyt yhteyttä puhelimitse, mutta muistisairaana kanssa se ei ole toiminut parhaalla mahdollisella tavalla. (Vastaaja 12)

Tartunnan leviämistä pyrittiin estämään siirtämällä tai perumalla tapaaminen, kun vapaaehtoinen oli itse sairastunut tai altistunut koronavirukselle. Vastaajien kertoman mukaan viruksen mahdollista levittämistä haluttiin välttää etenkin silloin, kun autettava oli ikäihminen. Eräs vastaaja huolehti aina ennen tapaamista siitä, että hän ja autettavansa olivat molemmat oireettomia. Useimmat kertoivat ottaneensa senhetkiset suositukset huomioon tapaamisissa, jotta tartunnat eivät leviäisi.

5.3 Toiminnan rajoittuminen

Vastaajien kokemuksen mukaan toinen pandemia-ajan muutos vapaaehtoistoiminnassa oli toiminnan rajoittuminen. Pandemia ja sen vuoksi asetetut rajoitustoimet rajoittivat tapaamisten määrää, kestoa ja sisältöä sekä vapaaehtoisten yhteistä toimintaa. Useissa vastauksissa mainittiin tapaamisten keskeytyminen tai tauolle jääminen ja yksi vastaajista kertoi toiminnan keskeytyneen hänen omasta toiveestaan. Tarjolla olevan vapaaehtoistyön määrän koettiin vähentyneen.

[Ennen koronapandemian alkua] vapaaehtoistyötä oli enemmän, koska vanhemmat olivat halukkaita ottamaan vapaaehtoisia vastaan. (Vastaaaja 13)

Tapaamisvälin kerrottiin pidentyneen ja tapaamisten määrän vähentyneen. Ennen pandemiaa tapaamisia oli useammin ja säännöllisemmin. Poikkeuksena tähän yksi vastaaja ilmoitti, ettei tapaamisia vähennetty, vaan myöhemmin jopa lisättiin. Tapaamisten kesto oli useamman vastaajan mukaan normaalia lyhyempi tai sitä jouduttiin lyhentämään joko tartuntariskin pienentämiseksi tai iäkkään jaksamattomuuden vuoksi.

Toiminnan rajoittuminen vaikutti myös tapaamisten sisältöihin. Vastaajien mukaan tapaamisten suunnittelu oli nyt vaikeampaa kuin aikana ennen pandemiaa. Suunnitellut aktiviteetit peruuntuivat tai jäivät kokonaan toteutumatta. Tekemismahdollisuuksista oli puutetta, kun esimerkiksi tapahtumia ja ryhmätoimintoja peruttiin ja asiakastiloja suljettiin tai niiden aukioloaikoja ja asiakasmäärää rajoitettiin.

Yhteydenpito mentorinuoren kanssa oli haastavaa, kun mitään ei oikein voinut tehdä, ei käydä missään ja tapaamiset oli vaan ulkona. – – moni suunnitelma (kuten sarjakuvatapahtuma ja teatterissakäynti) jäi toteutumatta koronan vuoksi kokonaan. (Vastaaaja 11)

Moni iäkästä tapaava vapaaehtoinen kertoi ulkoilleensa yhdessä autettavansa kanssa ennen koronapandemiaa, mutta yhdessä ulkoileminen jäi pois, koska iäkkään kunto heikkeni pandemia-aikana. Ulkoilu korvattiin tapaamalla sisätiloissa jutellen ja kahvitellen. Eräässä vastauksessa todettiin, että kodin ulkopuoliset aktiviteetit iäkkään kanssa eivät olleet enää mahdollisia, mutta tarkempaa syytä tälle ei täsmennetty.

Toinen näistä, joiden luona käyn kotikumminä, halusi ennen korona-aikaa minut nimenomaan viemään itseään ulkoilemaan ja kodin ulkopuolelle. Kävimme mm. lenkeillä, pienillä piknikeillä ja erilaisissa näyttelyissä, Korona-aikana nuo aktiviteetit eivät enää olleet mahdollisia. (Vastaaaja 24)

Vapaaehtoisten yhteisen toiminnan rajoittumisesta kertoi kaksi vastaajaa. Yhden vastaajan mukaan vapaaehtoisten yhteisiä juttuja ei enää ollut. Toinen vastaaja kertoi, että yhteys muihin vapaaehtoisiihin loppui pian vapaaehtoisena aloittamisen jälkeen. Kumpikin vastaaja oli aloittanut Särö-vapaaehtoistoiminnan hieman ennen pandemian alkamista.

5.4 Toiminnan normalisoituminen

Kyselyvastauksista kävi ilmi, että vapaaehtoistoiminta normalisoitui, kun sitä voitiin jatkaa rajoitusten lieventämisen ja purkamisen jälkeen, eikä pandemia enää juurikaan haitannut toimintaa. Rajoituksiin ja vallitsevaan tilanteeseen tottuminen helpotti toiminnan

normalisoitumista. Korona oli kuitenkin usein puheenaiheena tapaamisissa. Vastaajien mukaan toiminta ja tapaamiset jatkuivat normaalisti, senhetkiset suositukset huomioiden. Muutama vastaaja kertoi, että tapaamisia jatkettiin koronarokotusten saamisen jälkeen.

Jatkoin kummitapaamisia sen jälkeen, kun olimme molemmat rokotettuja. (Vastaaja 18)

Aloitin kotikummina vasta toukokuussa 2021 jolloin suurimmat rajoitukset olivat sillä erää päättyneet. Mielestäni toiminta oli ihan tavallista, sellaista kuin kuvittelin sen olevan. (Vastaaja 10)

Vastaajista osa kertoi, ettei pandemia ole haitannut tai vaikuttanut heidän toimintaansa Särö-vapaaehtoisena. Heistä kaikki olivat aloittaneet vapaaehtoistoiminnassa vuonna 2021 tai 2022. Useissa uudempien vapaaehtoisten vastauksissa kerrottiin, että pandemia ei ole vaikuttanut tapaamisiin ollenkaan tai juuri ollenkaan ja että korona ei ole haitannut tapaamisia. Osassa todettiin, että koronan vuoksi toiminnassa ei ole ollut muutoksia.

5.5 Toiminnassa jaksaminen

Vastauksissa vapaaehtoiset kertoivat pandemia-ajan tuomista muutoksista jaksamisessaan. Osa muutoksista oli jaksamista tukevia ja osa puolestaan sitä haittaavia, mutta vastauksia yhdisti se, että pandemian aiheuttamat muutokset olivat vaikuttaneet vapaaehtoisten jaksamiseen vähemmän kuin he olivat odottaneet. Vapaaehtoistoiminnassa jaksamista tukevia muutoksia olivat autettavan kanssa sovitut poikkeusjärjestelyt sekä se, että omat voimavarat ovat riittävät.

Omaan jaksamiseen pandemia on vaikuttanut yllättävän vähän, kun voi tehdä etätöitä ja viihtyy niissä. Vapaaehtoistyölle on elämässä tilaa nyt hyvin ja mukava tavata ihmisiä niissä merkeissä. (Vastaaja 17)

Jaksamista haittaavia muutoksia olivat vapaaehtoistoiminnan käytännön järjestelyjen hankaloituminen sekä yleinen huolestuneisuus pandemiatilanteesta. Eräs vastaaja kertoi, että tavallisesti hän luki ääneen kirjaa tai lehteä iäkkäälle autettavalleen, mutta kasvomaskin käytön vuoksi ääneen lukeminen oli raskasta. Toisen vastaajan mukaan iäkkään kanssa ulkoileminen oli voimia vievää, koska iäkäs ei enää pystynyt liikkumaan rollaattorin kanssa, vaan tarvitsi pyörätuolia. Pandemia harmitti ja huolestutti joitakin vastaajia ja rajoitukset koettiin hankalina etenkin korona-ajan alussa. Yksi vastaajista oli myös huolissaan riskiryhmään kuuluvasta puolisoistaan.

Koronan alettua tapaamiset kolmen eri lapsiperheen kanssa jäivät muutamaksi kuukaudeksi tauolle. Vähitellen aloimme tapaila ulkona. Tapaamiset vähän hirvittivät,

sillä mieheni kuuluu koronan suhteen riskiryhmään. Ehkäpä noin vuoden koronan alkamisen jälkeen tapailimme tuttuun tapaan ulkona leikkipuistoissa, pikkuveskulla, lounailla, kahvitellen, sisäleikkipuistoissa jne. (Vastaja 22)

Useat vastaajat puolestaan kokivat, että heidän jaksamisessaan ei ollut tapahtunut muutosta. He kertoivat, ettei heidän jaksamisessaan ole ongelmaa tai eroa normaaliin. Vastauksissa todettiin, että pandemialla ei ole ollut vaikutusta jaksamiseen tai jos on, sen vaikutus on ollut odotettua vähäisempää. Osa koki, että heidän jaksamisensa oli hyvää pandemiasta huolimatta. Tämä tulkittiin siten, että jaksaminen ei ole muuttunut, koska oletettavasti jaksaminen on ollut hyvää vapaaehtoistoimintaan hakeutuessa.

6 Yhteenveto ja pohdinta

6.1 Johtopäätökset tuloksista

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Särö-vapaaehtoisten kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana. Työn tavoitteena oli kehittää Särö-vapaaehtoistoimintaa. Aineistosta voitiin sisällönanalyysin avulla muodostaa melko kattava tulkinta vastaukseksi opinnäytetyön tutkimuskysymykseen, joten tarkoitus saavutettiin. Opinnäytetyöprosessin aikana ilmenneitä haasteita tarkastellaan ja pohditaan aluvuossa 6.2 Luotettavuuden ja eettisyyden arviointi. Työelämäkumppani Lahden Diakonialaitos saa opinnäytetyön tuloksista tietoa, jota voidaan hyödyntää Särö-vapaaehtoistoiminnan kehittämisen lisäksi myös muiden vapaaehtoistoimintojen tai mahdollisesti tulevien hankkeiden suunnittelussa ja toteuttamisessa. Tietoa voidaan hyödyntää myös varautumisessa siihen mahdollisuuteen, että tautitilanne Suomessa kääntyy huonompaan suuntaan ja vapaaehtoistoimintaan vaikuttavia rajoitustoimenpiteitä joudutaan ottamaan uudelleen käyttöön.

Opinnäytetyön aineiston sisällönanalyysin tuloksena muodostettiin neljä aihetta kuvailevaa yläkategoriaa, joiden yhdistävänä kategoriana on toimintaan vaikuttavat tekijät. Vapaaehtoiset kokivat, että toiminnassa jotkin asiat olivat pysyneet ennallaan koronapandemiasta huolimatta, mutta suurin osa toimintaan vaikuttavista tekijöistä on pandemian tuomia muutoksia. Nämä muutokset voidaan jakaa oman toiminnan muutoksiin ja itsestä riippumattomiin muutoksiin.

Oman toiminnan muutoksiin kuuluu ensimmäinen yläkategoria, terveysturvallisuuden huomioiminen toiminnassa. Suojavarusteiden käyttäminen, kontaktin rajoittaminen ja tartunnan leviämisen estäminen ovat vapaaehtoistoimintaan ja tapaamisiin vaikuttavia tekijöitä, jotka riippuvat vapaaehtoisen omasta toiminnasta ja päätöksistä. Kaikki terveysturvallisuutta edistävät toimenpiteet eivät kuitenkaan ole täysin omasta tahdosta riippuvia, sillä esimerkiksi etäisyyden pitämistä ja kasvomaskin käyttöä suositeltiin hyvin vahvasti ja niistä muistutettiin lähes kaikissa julkisissa tiloissa. Alkuvuodesta 2022 tehdyn Kansalaispulssi-kyselyn mukaan omaehtoisia suojaustoimia pidettiin edelleen hyödyllisinä, ja esimerkiksi kasvomaskia käytti 88 prosenttia kyselyyn vastanneista (Lähteenmäki ym. 2022, 52). Toiminnan terveysturvallisuuden huomioiminen korostui ennen pandemiaa vapaaehtoisena aloittaneiden vastauksissa myöhemmin aloittaneita enemmän. Vastausten perusteella vaikuttaisi siltä, että toiminnan terveysturvallisuuden huomioimiseen kiinnitettiin enemmän huomiota pandemian alussa. On myös mahdollista, että myöhemmin siitä tuli osa normaalia arkea ja toimintatapoja, minkä vuoksi myöhemmin aloittaneet vapaaehtoiset eivät juurikaan maininneet sitä vastauksissaan.

Itsestä riippumattomia muutoksia ovat toiminnan rajoittuminen ja toiminnan normalisoituminen, sillä ne määräytyivät ja vaihtelivat tautitilanteen ja pandemian rajoitustoimenpiteiden perusteella. Tapaamisten määrän, keston ja sisällön sekä vapaaehtoisten yhteisen toiminnan rajoittuminen oli suurimmilta osin muun tahon määräämää, mutta yksittäisissä tapauksissa kyseessä oli vapaaehtoisen oma päätös esimerkiksi välttää tapaamisia tai keskeyttää vapaaehtoisena toimiminen. Joissakin tapauksissa vastauksen perusteella ei voitu päätellä, oliko toiminnan rajoittuminen suoraan pandemian aiheuttama seuraus, vai vaikuttiko se epäsuorasti. Esimerkiksi eräs vastaaja kertoi koronapandemian vaikuttaneen vapaaehtoistoimintaan siten, että jumpassa käyminen iäkkään autettavan kanssa loppui. Tähän voi olla syynä jumpan järjestäjän päätös keskeyttää ryhmäliikunta koronarajoitusten vuoksi tai iäkkään haluttomuus osallistua sellaisiin toimintoihin, joissa on tartuntariski. Useat vastaajat kertoivat myös iäkkään autettavansa kunnon heikkenemisestä, minkä seurauksena yhdessä ulkoileminen ja muut aiemmat aktiviteetit eivät enää onnistuneet. Näissäkään tapauksissa ei voida tietää varmasti onko kunnon heikkeneminen pandemia-ajan suora vai epäsuora seuraus tai onko pandemia ylipäättään edes vaikuttanut siihen. Luoman ym. (2022, 165) mukaan ainakaan yleisellä tasolla ikääntyneiden toimintakyky ei ole heikentynyt korona-ajan seurauksena, vaikka se aiheuttikin iäkkään arjen virikkeettömyyttä ja heille osoitettujen palvelujen supistamista.

Toiminnan normalisoituminen alkoi sitä mukaa, kun koronarajoituksia ryhdyttiin lieventämään ja purkamaan. Särö-vapaaehtoistoiminnassa ennen pandemiaa aloittaneet vastaajat kertoivat toiminnan alkaneen palautua normaaliksi, kun esimerkiksi kasvomaskien käyttäminen ja koronarokotukset yleistyivät. Pandemian aikana, vuosina 2021 ja 2022, aloittaneista vapaaehtoisista lähes kaikki vastasivat, ettei pandemia haittaa toimintaa, ja että toiminta on normaalia. Tästä tietysti herää kysymys siitä, mikä on normaalin määritelmä tässä tapauksessa. Normaali tuskin on sitä, että pandemiasta ei ole enää tietoakaan ja toiminta jatkuu aivan kuten ennenkin ilman minkäänlaisia muutoksia. Normaali on todennäköisemmin sitä, että tilanteeseen ja uusiin toimintatapoihin on totuttu ja niitä pidetään ”uutena normaalina”. Heinonen (2020, 23) toteaaakin koronapandemian hyviä ja huonoja seurauksia ennakoivassa artikkelissaan, että käsillä oleva pandemia muuttaa maailmaa pysyvästi, minkä vuoksi ennalleen palaamisen tavoittelun sijaan tulisi suunnitella tulevaisuuden uusia kehityssuuntia.

Koronapandemia ja rajoitustoimet eivät siis estäneet tai vaikeuttaneet vapaaehtoisena toimimista, mutta muutoksia ne ovat luultavasti kuitenkin aiheuttaneet myös uudempien vapaaehtoisten kohdalla. Vastaajat, joiden mukaan toiminnassa ei ole ollut muutoksia, ovat saattaneet tarkoittaa, että he itse eivät ole kokeneet muutoksia vapaaehtoisena toimiesseen, koska pandemian tuomat muutokset ovat jo olleet osa normaaleja toimintatapoja

heidän aloittaessaan vapaaehtoistoiminnassa. Esimerkiksi käsihygieniasta huolehtiminen on nykyisin tarkempaa kuin ennen pandemiaa, mutta sitä ei välttämättä pidetä enää muutoksena, vaan normaalina käytäntönä.

Viimeinen yläkategoria, toiminnassa jaksaminen, sisältää sekä myönteisiä että kielteisiä muutoksia, mutta myös muutoksettomuutta. Vapaaehtoistoiminnassa jaksamista tukevat muutokset liittyivät vapaaehtoisen muuttuneeseen elämäntilanteeseen. Yksi vastaaja kertoi muuttaneensa toiselle paikkakunnalle opiskelemaan ja olleensa huolissaan siitä, voiko jatkaa vapaaehtoistoimintaa vaihtelevien aikataulujensa vuoksi. Autettavan kanssa sovittiin molempia palveleva järjestely, mikä tuki jaksamista. Koronatilanteen vuoksi annetun etätyösuosituksen myötä eräs vastaaja koki, että hänelle jäi enemmän aikaa ja voimavaroja osallistua vapaaehtoistoimintaan. Tilastokeskuksen selvityksen (Koponen ym. 2022, 199) mukaan Suomessa etätöiden mahdollisuuksiin ollaan pääosin tyytyväisiä. Etätö on lähityötä itsenäisempää ja joustavampaa, minkä vuoksi työn ja muun elämän yhteensovittaminen on usein helpompaa. Kotona tehtävän etätöiden etuna on myös se, että työmatkoihin ei kulu aikaa. Etätöiden mahdollisia haittoja puolestaan ovat ergonomian puutteellisuus, taukojen unohtuminen, etäkokousten kuormittavuus sekä sosiaalisten suhteiden puuttuminen.

Toiminnassa jaksamista haittaavia muutoksia ilmeni enemmän kuin sitä tukevia, mutta kielteiset muutokset olivat monen vastaajan mielestä odotettua lievempiä. Pandemian alussa jaksamisessa saattoi olla haasteita, koska oltiin täysin vieraan ja uudenlaisen tilanteen edessä. Koronavirustaudin vakavuudesta tai pitkäaikaisista seurauksista ei ollut vielä juurikaan tietoa, joten huolestuneisuus ja varovaisuus oli normaalia. Ajan myötä tilanteeseen ja sen aiheuttamiin muutoksiin kuitenkin totuttiin. Kansalaispulsseja kyselyyn tulosten mukaan koronaepidemiaan ja sen vaikutuksiin liittyvä huolestuneisuus on laskenut vuoden 2022 aikana merkittävästi, eikä koronatilanne juurikaan huolestuttanut enää syksyllä suurinta osaa (73–74 prosenttia) kyselyyn vastanneista (Valtioneuvosto 2022c, 33). Pandemia siis vaikutti Särö-vapaaehtoisten jaksamiseen odotettua vähemmän, ja osa kyselyyn vastanneista vapaaehtoisista ilmoitti, ettei heidän jaksamisessaan ollut tapahtunut lainkaan muutosta. Tulos oli yllättävä, sillä korona-ajan oletettiin vaikuttaneen jaksamiseen tätä enemmän. Tulosta voidaan mahdollisesti selittää sillä, että tilanteeseen tottumisen myötä pandemian alun aikaiset haasteet ja kielteiset muutokset ovat jo osittain unohtuneet, minkä vuoksi sen vaikutukset jaksamiseen näyttävät odotettua vähäisemmiltä. Toinen mahdollinen selitys on, että vapaaehtoisena toimivilla ihmisillä on vahva resilienssi eli kyky sietää vastoinkäymisiä ja kriisejä. Sillanpää (2015) on selvittänyt pro gradu -tutkielmassaan vapaaehtoisen auttamisen, myötätunnon ja resilienssin yhteyttä, ja todennut, että auttaminen ja myötätunnon kokemukset vahvistavat yksilön resilienssiä ja edistävät tämän onnellisuutta ja hyvinvointia.

6.2 Luotettavuuden ja eettisyyden arviointi

Laadullisen tutkimuksen luotettavuus rakentuu uskottavuuden ja eettisyyden varaan. Uskottavuudella tarkoitetaan tutkimuksen tulosten todenmukaisuutta ja sitä, että tutkimusraportin lukija voi luottaa tutkijan menettelytapojen asianmukaisuuteen. Eettisyys puolestaan tarkoittaa eettisten periaatteiden noudattamista koko tutkimusprosessin ajan. (Puusa & Juuti 2020.) Yleisiin eettisiin periaatteisiin kuuluu tutkimuksen kohteena olevien henkilöiden ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, aineellisen ja aineettoman kulttuuriperinnön ja luonnon monimuotoisuuden kunnioittaminen sekä tutkimuksen toteuttaminen niin, ettei tutkimuksesta aiheudu haittaa, riskejä tai vaaraa sen kohteena oleville ihmisille ja yhteisöille (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7). Puusan ja Juutin (2020) mukaan tutkimuksen luotettavuus tuodaan ilmi kuvaamalla ja perustelemalla huolellisesti ja rehellisesti kaikki tutkimusprosessin aikana tehdyt ratkaisut, myös epäonnistumiset. Pohjimmiltaan laadullisen tutkimuksen luotettavuus määräytyy tutkijan rehellisyyden perusteella, koska luotettavuuden arvioinnin kohteena on tutkijan tekemät valinnat ja ratkaisut (Eskola & Suoranta 2000, 208, 210, Vilkan 2021 mukaan).

Rehellisyys ja huolellisuus luovat perustan hyvälle tieteelliselle käytännölle. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2012, 6–7) mukaan tutkijan on noudatettava hyvää tieteellistä käytäntöä, jotta tutkimusta voidaan pitää luotettavana ja eettisesti hyväksyttävänä ja sen tuloksia uskottavina. Hyvän tieteellisen käytännön perustana on rehellisyyden ja huolellisuuden lisäksi suunnitelmallisuuden noudattaminen tutkimusprosessin kaikissa vaiheissa, muiden tutkijoiden työn arvostaminen, tarvittavien lupien hankkiminen ja sopimusten laatiminen sekä tutkijan oman esteellisyyden ja sidonnaisuuksien huomioiminen. Hyvän tieteellisen käytännön noudattamisesta on vastuussa tutkijan itsensä lisäksi myös koko tiedeyhteisö.

Ihmiseen kohdistuvassa tutkimuksessa tärkeimpiä periaatteita ovat tutkimuksen kohteena olevien henkilöiden luottamus tutkijoihin ja tieteeseen sekä vapaaehtoinen, tietoon perustuva suostumus olla osana tutkimusta. Tutkittavilla on oikeus kieltäytyä, keskeyttää tai perua jo antamansa suostumus ilman kielteisiä seurauksia. Heillä on oikeus myös saada tietoa tutkimuksen tarkoituksesta ja toteutuksesta, tutkimukseen osallistumisen aiheuttamista mahdollisista haitoista ja riskeistä sekä henkilötietojen käsittelystä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 8–9.) Henkilötiedoilla tarkoitetaan kaikkea sellaista tietoa, josta henkilö voidaan suoraan tai epäsuorasti tunnistaa. Henkilötietoja sisältävää tutkimusaineistoa tulee käsitellä suunnitelmallisesti ja vastuullisesti sekä noudattaen tietosuojalainsäädäntöä ja oman organisaation ohjeistusta tutkimuksen tietosuojasta. Henkilötietoja koskevat päätökset on dokumentoitava, jotta ne voidaan tarvittaessa tarkistaa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 11–12.)

Edellä mainittujen tutkimuksen yleisten eettisten periaatteiden, hyvän tieteellisen käytännön ja ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettisten periaatteiden lisäksi opinnäytetyötä tehdessä noudatettiin Sosiaalialan ammattihenkilön eettisiä ohjeita (Talentia 2017). Opinnäytetyön tekijällä on sidonnaisuuksia työelämäkumppani Lahden Diakonialaitokseen kahden harjoittelujakson myötä, mutta kumpaakaan harjoittelua ei tehty Särö-vapaaehtoistoiminnassa. Tekijällä ei ole omakohtaista kokemusta Särö-vapaaehtoistoiminnasta, mutta oma kokemus koronapandemiasta on voinut vaikuttaa aineiston keruuseen ja kysymysten muotoiluun, aineiston analysointiin sekä johtopäätösten muodostamiseen. Tämän vuoksi aineistoa käsiteltäessä on tietoisesti pyritty mahdollisimman puolueettomaan ja neutraaliin tulkinnaan.

Opinnäytetyöprosessi aloitettiin laatimalla opinnäytetyösuunnitelma kevään ja kesän 2022 aikana. Lahden Diakonialaitos edustaa opinnäytetyön tutkimuksen kohteena olevia henkilöitä, joten heiltä anottiin tutkimuslupaa. Lahden Diakonialaitoksen edustaja myönsi tutkimusluvan sähköpostitse. Hän perusteli päätöstään tutkittavan aiheen ajankohtaisuudella ja tärkeydellä, sekä sillä, että opinnäytetyötä varten on laadittu suunnitelma, jossa huomioidaan eettisyys ja tietosuojasiat. Tutkimusluvan saamisen jälkeen varmistettiin, että kyselylomake on tarkoituksenmukainen, ja että kaikki osapuolet ovat siihen tyytyväisiä. Särö-vapaaehtoisille toimitettiin kyselylinkin mukana saatekirje (liite 1) ja tietosuojailmoitus (liite 3), joissa kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta, tavoitteesta ja henkilötietojen käsittelystä. Lahden Diakonialaitoksen työntekijä lähetti kyselylinkin 98 Särö-vapaaehtoiselle sähköpostitse ja samansisällöisen kirjeen kahdelle vapaaehtoiselle, joilla ei ollut sähköpostia käytössä. Tällöin osallistujien sähköposti- tai kotiosoitteita ei tullut opinnäytetyön tekijän tietoon, eikä niitä tarvinnut tallentaa tutkimusrekisteriin.

Aineisto kerättiin Webropol-palvelussa kahden viikon aikana lokakuussa 2022. Kyselyyn vastaaminen oli täysin vapaaehtoista. Vastaajan täytyi antaa suostumus henkilötietojensa keräämiseen opinnäytetyötä varten, jotta pääsisi etenemään kyselyyn. Vastaaminen oli myös anonyymiä, mutta tutkimussuunnitelmassa varauduttiin aineiston anonymisointiin eli henkilötietojen poistamiseen. Tunnistetietoja ei kuitenkaan kertynyt. Kyselyn taustatiedoissa ei kysytty esimerkiksi vastaajan ikää tai sukupuolta, koska niitä ei pidetty oleellisena tietona. Iän ja sukupuolen perusteella vastaaja saatettaisiin pystyä tunnistamaan, mutta tieto niistä ei toisi juurikaan lisäarvoa opinnäytetyölle. Tietoja käsiteltiin ja säilytettiin korkeakoulun ohjeistuksen mukaisesti sen tietoturvallisilla palvelimilla, ja ainoastaan opinnäytetyön tekijällä oli rekisterinpitäjänä pääsy tietoihin. Aineisto koostui 25 Särö-vapaaehtoisen kyselyvastauksesta. Aineiston koko oli opinnäytetyön luotettavuuden kannalta riittävä, koska sen avulla pystyttiin muodostamaan tulkinta, joka vastaa opinnäytetyön tutkimuskysymykseen.

Aineiston analysoinnin aikana havaittiin kehitettävää kysymysten muotoilussa. Kysymysten muoto aiheuttaa tutkimustulosten virheellisyyttä enemmän kuin mikään muu tekijä – tulokset vääristyvät, jos vastaaja ymmärtää kysymyksen väärin tai eri tavalla kuin tutkija on sen tarkoittanut (Valli 2018). Neljännessä kysymyksessä käytettiin jonkin verran johdattelua helpottamaan vastaamista, koska kysymys oli niin laaja. Kysymyksessä annettiin esimerkkejä aiheista, joista vastaaja voi halutessaan kertoa: tapaamiset ja oma jaksaminen. Jaksamisen mainitseminen kysymyksessä on kuitenkin vaikuttanut tuloksiin siten, että sen osuus vastauksissa on ylikorostunut. Ilman johdatteluvaa kysymystä omaan jaksamiseen ei todennäköisesti olisi otettu kantaa yhtä paljon, mutta toisaalta vastaukset olisivat voineet jäädä todella niukoiksi. Neljännessä kysymyksessä vastaajaa pyydettiin kuvailemaan, millaista vapaaehtoisena toimiminen on ollut koronapandemian aikana. Viidennessä kysymyksessä puolestaan pyydettiin kuvailemaan vapaaehtoisena toimimista ennen koronapandemian alkua. Tässä kysymyksessä olisi pitänyt pyytää vastaajaa vertailemaan, ei pelkästään kuvailemaan. Esimerkiksi eräässä vastauksessa kerrottiin, että ennen pandemiaa tapaamisen kesto oli yleensä 1,5–2 tuntia, mutta vastaaja ei kertonut kauanko se oli pandemia-aikana. Tällöin vastauksista ei selviä, oliko pandemialla vaikutusta tapaamisten keston, koska annettua vastausta ei voida verrata mihinkään.

Kehitettävää todettiin olevan myös analyysimenetelmän hallinnassa ja analyysiprosessin kuvailussa. Sisällönanalyysia tehtiin aluksi siten, että ilmaisuja ja kategorioita pyrittiin yhdenmukaistamaan liian paljon, minkä seurauksena tuloksesta olisi tullut suppea. Analyysi aloitettiin alusta, ja tällöin saatiin todenmukaisempi ja kattavampi tulos. Analyysi tehtiin kuitenkin niin, että kaikkea päättelyä ja tulkintaa ei pystytäkään enää jälkikäteen osoittamaan, sillä osa tiedosta on korvattu muulla, ja päättelyn ”polut” katkeavat. Koska opinnäytetyötä voidaan pitää aloittelevan tutkijan ensimmäisenä harjoitustutkimuksena, on puutteiden ja virheiden mahdollisuus tutkimusprosessin eri vaiheissa olemassa. Viikka (2021) muistuttaa, että yksikään tutkimus ei ole kokonaan virheetön. Eettisesti toimiva tutkija ei peittele virheitään, vaan tuo ne esille, ja pohtii niiden vaikutusta tuloksiin ja tekemäänsä tulkintaan.

6.3 Jatkotutkimusehdotukset

Tässä opinnäytetyössä selvitettiin laadullisen tutkimuksen keinoin Särö-vapaaehtoisten kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta koronapandemian aikana. Koronapandemian vaikutuksia vapaaehtoistoimintaan voitaisiin tutkia myös määrällisen tutkimuksen avulla, koska tällöin saataisiin yleistettävää tietoa pandemia-ajan vaikutuksista ja seurauksista. Tässä työssä ei selvitetty esimerkiksi pandemian vaikutusta Särö-vapaaehtoiseksi hakeutumiseen, mutta sen selvittäminen voisi olla kiinnostavaa.

Resilienssin, myötätunnon kokemuksen ja vapaaehtoisen auttamisen yhteyksiä on tutkittu niin Suomessa kuin kansainvälisestikin. Aiemmin mainitussa Sillanpään (2015) pro gradu -tutkielmassa todettiin, että auttaminen vahvistaa yksilön resilienssiä. Olisi kuitenkin kiinnostavaa tutkia ilmiötä myös käänteisesti, eli resilienssin vaikutusta vapaaehtoistoimintaan hakeutumisessa. Onko mahdollista, että resilientti ihminen hakeutuu vapaaehtoistoimintaan todennäköisemmin ja toimii vapaaehtoisena aktiivisemmin kuin ei-resilientti?

Vapaaehtoisten kyselyvastauksista nousi esiin joitakin kiinnostavia seikkoja, jotka jouduttiin kuitenkin rajaamaan opinnäytetyön ulkopuolelle. Yksi tällainen huomio oli KotiKummeina toimivien vapaaehtoisten erilliset maininnat siitä, että tapaamiset ilahduttivat iäkkäitä. Tapaamiset ovat todennäköisesti aina ilahduttaneet heitä, mutta onko koronapandemialla ollut vaikutusta siihen? Aiemmin todettiin, että korona-aika on tehnyt ikääntyneistä yksinäisempiä kuin ennen (Luoma ym. 2022, 155). Pandemia on siis voinut vaikuttaa esimerkiksi siten, että iäkkäät arvostavat KotiKummi-tapaamisia aiempaa enemmän. Tätä ilmiötä voitaisiin selvittää tarkemmin toisessa tutkimuksessa.

Lähteet

Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. E-kirja. Tampere: Vastapaino. Viitattu 29.11.2022.

Fimea. 2022. Pandemia. Viitattu 23.2.2022. Saatavissa:

<https://www.fimea.fi/ammattilaiset/influenssa/pandemia>

Heinonen, S. 2020. Pandemia testaa suomalaisen yhteiskunnan tulevaisuusresilienssiä - kurkistuksia koronapandemian lyhyen ja pitkän aikavälin hyviin ja huonoihin seurauksiin. Teoksessa: Tulevaisuusvaliokunta. 2020. Koronapandemian hyvät ja huonot seuraukset lyhyellä ja pitkällä aikavälillä. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 1/2020. Viitattu 16.11.2022. Saatavissa:

https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/tuvj_1+2020.pdf

Kajanoja, J. 2019. Vapaaehtoistoiminta ja sosiaalinen pääoma. Teoksessa: Hirvonen, S. & Puolitaival, S. (toim.) 2019. Vapaaehtoistoiminnan arvo. Kansalaisareenan julkaisuja 2/2019. Viitattu 12.10.2022. Saatavissa: https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2019/12/Vapaaehtoistoiminnan_arvo_PageView_WEB.pdf

Kansalaisareena. 2022. Vapaaehtoistoiminnan määritelmä. Viitattu 24.3.2022.

Saatavissa: <https://kansalaisareena.fi/vapaaehtoiselle/vapaaehtoistoiminnan-maaritelma/>

Kansalaisareena. 2021. Vapaaehtoistyö piti pintansa koronavuonna. Viitattu 21.8.2022.

Saatavissa: <https://www.epressi.com/tiedotteet/vapaa-aika/vapaaehtoistyö-piti-pintansa-koronavuonna.html>

Kestilä, L., Kapiainen, S., Mesiäislehto, M. & Rissanen, P. (toim.) 2022. Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen: Asiantuntija-arvio, kevät 2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Raportti 4/2022. Viitattu 4.10.2022. Saatavissa:

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144268/THL_Rap4_2022_Covid-seuranta_kevat_2022_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Kiviniemi, K. 2018. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa: Valli, R. (toim.) 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. 2, Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 5., uudistettu ja täydennetty painos. E-kirja. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 24.5.2022.

Kivipelto, M., Ilmarinen, K. & Liukko, E. 2022. Sosiaalipalvelut ja etuudet. Teoksessa: Kestilä, L., Kapiainen, S., Mesiäislehto, M. & Rissanen, P. (toim.) 2022. Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen:

Asiantuntija-arvio, kevät 2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Raportti 4/2022. Viitattu 16.11.2022. Saatavissa:

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144268/THL_Rap4_2022_Covid-seuranta_kevat_2022_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Koponen, P., Liukko, E., Sutela, H., Mäkinen, J.-P., Sainio, P. & Koskinen, S. 2022. Työkäiset. Teoksessa: Kestilä, L., Kapiainen, S., Mesiäislehto, M. & Rissanen, P. (toim.) 2022. Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen: Asiantuntija-arvio, kevät 2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Raportti 4/2022. Viitattu 29.11.2022. Saatavissa:

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144268/THL_Rap4_2022_Covid-seuranta_kevat_2022_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Kyngäs, H. & Vanhanen, L. 1999. Sisällön analyysi. Hoitotiede. Vol. 11 (1), 3–12. Viitattu 13.11.2022. Saatavissa: https://peda.net/jyu/okl/ko/kl/djm/demo-3/materiaalit/kvsa.file/download/cbc6d1571e180d91eb814eb851a5f912ad27a870/Kyngas_Vanhanen_Sisallon_analyysi.pdf

Lahden Diakonialaitos. 2022a. Dila. Viitattu 16.5.2022. Saatavissa:

https://dila.fi/dila_lahden_diakonialaitos/

Lahden Diakonialaitos. 2022b. Särö-vapaaehtoistoiminta. Viitattu 23.3.2022. Saatavissa:

<https://dila.fi/tukea-ja-apua-sarotoiminta/>

Lammi-Taskula, J., Lindberg, P., Närvi, J., Kauppinen, T., Gissler, M., Hakulinen, T., Hauhio, N., Helenius, J., Hietanen-Peltola, M., Jahnukainen, J., Eriksson, P., Utriainen, S., Weckroth, N., Saariluoma, L., Kiviruusu, O. & Aalto-Setälä, T. 2022. Lapset, nuoret ja perheet. Teoksessa: Kestilä, L., Kapiainen, S., Mesiäislehto, M. & Rissanen, P. (toim.) 2022. Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen: Asiantuntija-arvio, kevät 2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Raportti 4/2022. Viitattu 20.10.2022. Saatavissa:

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144268/THL_Rap4_2022_Covid-seuranta_kevat_2022_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Luoma, M.-L., Kehusmaa, S. & Edgren, J. 2022. Ikääntyneet. Teoksessa: Kestilä, L., Kapiainen, S., Mesiäislehto, M. & Rissanen, P. (toim.) 2022. Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen: Asiantuntija-arvio, kevät 2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Raportti 4/2022. Viitattu 10.10.2022. Saatavissa:

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144268/THL_Rap4_2022_Covid-seuranta_kevat_2022_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Lähteenmäki, M., Kuitunen, M., Lohiniva, A.-L. & Sibenberg, K. 2022. Huolet, luottamus ja ohjeiden noudattaminen. Teoksessa: Kestilä, L., Kapiainen, S., Mesiäislehto, M. & Rissanen, P. (toim.) 2022. Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen: Asiantuntija-arvio, kevät 2022. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Raportti 4/2022. Viitattu 16.11.2022. Saatavissa:

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144268/THL_Rap4_2022_Covid-seuranta_kevat_2022_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Peltosalmi, J., Eronen, A., Haikari, J., Inkinen, A., Litmanen, T., Londén, P., Ruuskanen, P. & Suoknuuti, J. 2022. Järjestöbarometri 2022. SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry. Viitattu 24.10.2022. Saatavissa: <https://www.soste.fi/wp-content/uploads/2022/10/SOSTE-julkaisut-2022-10-05-Jarjestobarometri-2022.pdf>

Pessi, A. B. & Grönlund, H. 2019. Vapaaehtoistoiminnan itseisarvo. Teoksessa: Hirvonen, S. & Puolitaival, S. (toim.) 2019. Vapaaehtoistoiminnan arvo. Kansalaisareenan julkaisuja 2/2019. Viitattu 12.10.2022. Saatavissa: https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2019/12/Vapaaehtoistoiminnan_arvo_PageView_WEB.pdf

Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. E-kirja. Helsinki: Gaudeamus. Viitattu 17.5.2022.

Sillanpää, J. 2015. Myötätunnon kokemisen yhteydet yksilön psyykkiseen resilienssiin. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto, sosiaalipsykologian ala. Tampere. Viitattu 30.11.2022. Saatavissa:

<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/97948/gradu07260.pdf?sequence=1&isAllowed>

Talentia. 2017. Arki, arvot ja etiikka. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. Viitattu 20.8.2022. Saatavissa: https://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/docs/Talentia_Etiikkaopas_2017.pdf

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2022a. Olemme siirtyneet koronapandemiasta uuteen vaiheeseen. Viitattu 28.11.2022. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/-/olemme-siirtyneet-koronapandemiasta-uuteen-vaiheeseen>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2022b. Vapaaehtoistoimintaa järjestämällä ja tukemalla voidaan lisätä osallisuutta. Viitattu 24.3.2022. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa->

[olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/vapaaehtoistoimintaa-jarjestamalla-ja-tukemalla-voidaan-lisata-osallisuutta](#)

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu painos. E-kirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. Viitattu 23.5.2022.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Viitattu 20.8.2022. Saatavissa: https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Viitattu 16.8.2022. Saatavissa: https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Työterveyslaitos. 2022. Pandemiat ja epidemiat. Viitattu 22.3.2022. Saatavissa: <https://www.ttl.fi/teemat/tyoterveys/pandemiat-ja-epidemiat>

Valli, R. 2018. Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa: Valli, R. (toim.) 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu : virikkeitä aloittelevalla tutkijalle. 5., uudistettu painos. E-kirja. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 24.5.2022.

Valli, R. & Perkkilä, P. 2018. Sähköinen kyselylomake ja sosiaalinen media aineistonkeruussa. Teoksessa: Valli, R. (toim.) 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu : virikkeitä aloittelevalla tutkijalle. 5., uudistettu painos. E-kirja. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 24.5.2022.

Valmiuslaki 29.12.2011/1552. Finlex. Viitattu 6.10.2022. Saatavissa: <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2011/20111552>

Valtioneuvosto. 2022a. Poikkeusolot. Viitattu 6.10.2022. Saatavissa: <https://valtioneuvosto.fi/tietoa-koronaviruksesta/poikkeusolot>

Valtioneuvosto. 2022b. Rajoitukset ja suositukset koronaepidemian aikana. Viitattu 16.11.2022. Saatavissa: <https://valtioneuvosto.fi/tietoa-koronaviruksesta/rajoitukset-ja-suositukset>

Valtioneuvosto. 2022c. Kansalaispulssi – 40. kierros. Viitattu 29.11.2022. Saatavissa: <https://valtioneuvosto.fi/documents/10184/49252202/Kansalaispulssi+17.11.2022.pdf/d4a6e5d7-f9a4-c6be-e951-c490b45b21a7/Kansalaispulssi+17.11.2022.pdf?version=1.0&t=1668779574243&download=true>

Vilkka, H. 2021. Tutki ja kehitä. E-kirja. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 31.10.2022.

Värtö, A. & Palomäki, J. 2021. Vapaaehtoisten rekrytointi- ja koulutusprosessin siirtäminen verkkoon – tarkastelua itseohjautuvuusteorian näkökulmasta. Teoksessa:

Lahikainen, E. & Nieminen, P. (toim.) 2021. Vapaaehtoistoiminta poikkeusaikana.

Kansalaisareenan julkaisuja 3/2021. Viitattu 28.10.2022. Saatavissa:

<https://kansalaisareena.fi/wp->

[content/uploads/2021/12/Vapaaehtoistoiminta_poikkeusaikana WEB.pdf](https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2021/12/Vapaaehtoistoiminta_poikkeusaikana_WEB.pdf)

WHO. 2022. Coronavirus disease (COVID-19). Viitattu 22.3.2022. Saatavissa:

https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1

Liite 1. Saatekirje

Saatekirje

Hei Särö-vapaaehtoinen!

Nimeni on Veera Lallo ja opiskelen sosionomiksi LAB-ammattikorkeakoulussa Lahden kampuksella. Teen opinnäytetyöni Lahden Diakonialaitoksen toimeksiannosta. Opinnäytetyön tarkoitus on selvittää Särö-vapaaehtoisten kokemuksia koronapandemian vaikutuksista vapaaehtoistoimintaan. Työn tavoitteena on kehittää vapaaehtoistoimintaa.

Kaikki halukkaat Särö-vapaaehtoiset pääsevät vastaamaan kyselyyn ja kertomaan omasta kokemuksestaan. Vastaukset kerätään sähköisellä kyselylomakkeella Webropol-palvelussa. Mitä useampi vastaus saadaan, sitä parempi ja laajempi käsitys aiheesta voidaan muodostaa. Tästä syystä jokainen kokemus ja vastaus on arvokas.

Kyselyyn vastaaminen vie noin 10–15 minuuttia riippuen vastaustesi laajuudesta. Vastaaminen on vapaaehtoista ja anonyymiä. Voit halutessasi keskeyttää vastaamisen ja kyselyyn osallistumisen milloin tahansa. Tarkemmat vastausohjeet annetaan kyselylomakkeella. Kyselyn tulokset esitetään opinnäytetyöraportissa, joka tulee vapaasti saataville Theseus-verkkopalveluun. Henkilötietojen käsittelystä kerrotaan tarkemmin tietosuojailmoituksessa, joka on tämän viestin liitteenä.

Jäikö jokin asia vielä mietityttämään? Annan mielelläni lisätietoja sähköpostitse: veera.lallo@student.lab.fi

Kyselyyn pääset vastaamaan tästä linkistä:

<https://link.webropolsurveys.com/S/210327741B6E613F>

Vastaathan kyselyyn 28.10.2022 mennessä

Terveisin,

Veera Lallo

Liite 2. Kyselylomake

**Opinnäytetyö**

Hei Särö-vapaaehtoinen!

Kiitos, että olet tullut vastaamaan tähän kyselyyn. Varaathan vastaamiseen mahdollisimman kiireettömän ympäristön sekä aikaa noin 10-15 minuuttia, jotta voit miettiä vastauksiasi rauhassa.

1. Tällä lomakkeella kerätään henkilötietojasi opinnäytetyötä varten *

Emme kerää nimitietoja tai muita sellaisia tietoja, joista sinut voidaan tunnistaa suoraan.

Hyväksyn, että antamiani tietoja käytetään ylläolevaan tarkoitukseen

I Taustatiedot**2. Olen Särö-vapaaehtoisena ***

Säröperhe-toiminnassa (lapsiperheet)

1+1 mentoritoiminnassa (nuoret)

KotiKummit-toiminnassa (ikäihmiset)

3. Olen aloittanut Särö-vapaaehtoisena *

vuonna 2019 tai aiemmin

vuonna 2020 tammi-helmikuussa

vuonna 2020 maaliskuu-joulukuussa

vuonna 2021

vuonna 2022

Liite 3. Tietosuojailmoitus

**OPINNÄYTETYÖTÄ KOSKEVA
TIETOSUOJAILMOITUS**
EU:n yleinen tietosuoja-asetus (2016/679)
artiklat 13 ja 14

Laatimispäivämäärä: 22.8.2022

Mitä tarkoitusta varten henkilötietoja kerätään? / Henkilötietojen käsittelyn tarkoitus

Tietoja kerätään opinnäytetyöhön, joka tutkii Särö-vapaaehtoisten kokemuksia koronapandemian vaikutuksista vapaaehtoistoimintaan.

Mitä tietoja keräämme? / Tutkimusrekisterin tietosisältö

Emme kerää nimitietoja tai muita sellaisia tietoja, joista vastaaja voidaan tunnistaa suoraan. Vastausten perusteella vastaaja voidaan tunnistaa epäsuorasti, esim. hän on kertonut tuttavallensa jostakin kokemuksestaan, ja tuttava tunnistaa vastauksen opinnäytetyöraporttia lukiessaan.

Millä perusteella keräämme tietoja? / Henkilötietojen käsittelyn oikeusperuste

Tietojen keräämisperuste on suostumus; kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista.

Mistä kaikkialta henkilötietoja keräämme / Tietolähteet

Tietoja keräämme suoraan henkilöltä itseltään sähköisellä kyselylomakkeella.

Kenelle tietoja siirretään? / Tietojen siirto tai luovuttaminen ulkopuolelle

Tietoja ei siirretä.

Minne tietoja siirretään? / Tietojen siirto tai luovuttaminen EU:n tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle

Tietoja ei siirretä.

Kerättyjen tietojen turvallinen säilyttäminen / Rekisterin suojauksen periaatteet

Tietoja käsitellään ja säilytetään korkeakoulun tietoturvaisilla palvelimilla. Ainoastaan rekisterinpitäjällä on pääsy tietoihin.

Kuinka kauan kerättyä aineistoa säilytetään? / Tutkimusaineiston käsittely tutkimuksen päättymisen jälkeen

Kerätty aineisto tuhoetaan heti tutkimuksen päättymisen jälkeen.

Millaista päätöksentekoa? / Automatisoitu päätöksenteko

Aineistoa käsiteltäessä ei tapahdu automaattista päätöksentekoa.

Oikeutesi / Rekisteröidyn oikeudet

Rekisteröidyllä on oikeus peruuttaa antamansa suostumus, milloin henkilötietojen käsittely perustuu suostumukseen. Tutkimuksen keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja voidaan käyttää osana tutkimusaineistoja.

Rekisteröidyllä on oikeus tehdä valitus Tietosuojavaltuutetun toimistoon, mikäli rekisteröity katsoo, että häntä koskevien henkilötietojen käsittelyssä on rikottu voimassa olevaa tietolainsäädäntöä.

Rekisteröidyllä on seuraavat EU:n yleisen tietosuojasetuksen mukaiset oikeudet:

- Rekisteröidyn oikeus tarkistaa itseään koskevat tiedot.
- Rekisteröidyn oikeus tietojensa oikaisemiseen.
- Rekisteröidyn oikeus tietojensa poistamiseen. Oikeutta henkilötietojen poistamiseen ei sovelleta, jos tietojen käsittely on tarpeen yleisen edun mukaisia arkistointitarkoituksia taikka tieteellisiä tai historiallisia tutkimustarkoituksia tai tilastollisia tarkoituksia varten, jos oikeus tietojen poistamiseen estää tai suuresti vaikeuttaa henkilötietojen käsittelyä
- Rekisteröidyn oikeus tietojen rajoittamiseen.
- Rekisteröidyn oikeus siirtää tiedot toiselle rekisterinpitäjälle.

Tutkimusrekisterin tiedot

Rekisterin nimi: Koronapandemian näyttäytyminen Lahden Diakonialaitoksen Särö-vapaaehtoistoiminnassa

Kertatutkimus/seurantatutkimus: kertatutkimus

Tutkimuksen kesto: 31.12.2022 saakka

Henkilötietojen säilyttämisen kesto: 31.12.2022 saakka

Rekisterinpitäjän ja yhteyshenkilön tiedot

Veera Lallo
veera.lallo@student.lab.fi

Tutkimuksen suorittajat

Veera Lallo