

SATAKUNNAN AMMATTIKORKEAKOULU

Hanna-Leena Perävainio

MAASEUDUN TUKIHENKILÖVERKKO

MAASEUDUN IHMISTEN TUKENA

HOITOTYÖN KOULUTUSOHJELMA

Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

2007

## MAASEUDUN TUKIHENKILÖVERKKO MAASEUDUN IHMISTEN TUKENA

Perävainio, Hanna-Leena  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysala Rauma  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto  
Maaliskuu 2007  
Ohjaaja: Pirilä, Ritva, TtT  
YKL: 37.7  
YKL: 59.562  
Sivumäärä: 44

Asiasanat: maaseutu, mielenterveys, tukihenkilöt, vapaaehtoistyö

---

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, miksi Maaseudun tukihenkilöverkkoa tarvitaan ja millaisissa asioissa maaseudun väestö turvautuu sen apuun. Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa Maaseudun tukihenkilöverkolla uutta tietoa verkoston merkityksellisyydestä sen toiminnan kehittämiseksi.

Tutkimusaineisto kerättiin touko- ja kesäkuussa vuonna 2006 lähettämällä Maaseudun tukihenkilöverkon aluevastaaville teemalomakkeet, jotka sisälsivät neljä avointa kysymystä. Teemalomakkeita lähetettiin 57 kappaletta, joista palautui 18 kappaletta. Vastaukset analysoitiin sisällönanalyysiä käyttäen.

Tulosten mukaan maaseudun väestö tukeutui Maaseudun tukihenkilöverkon apuun siksi, että tukihenkilöverkon vapaaehtoiset olivat tietoisia maaseutukulttuurin erityisluonteesta ja -ongelmista, joita nimenomaan maaseudun ihmiset kohtasivat. Vastauksen perusteella yleisimpänä yksittäisenä ongelmanaiheuttajana maaseudun väestö koki Euroopan Unionin, joka aiheutti maaseudun ihmisille niin henkistä kuin taloudellistakin ahdinkoa. Ammatinharjoittamiseen liittyviin ongelmiin tarvittiin usein tukea. Ihmissuhdevaikeudet sekä yksinäisyys olivat maaseudun väestöllä yleisiä.

Tukihenkilötyössä vaikeina asioina pidettiin auttajan omia riittämättömyyden ja avuttomuuden tunteita auttamistilanteissa. Erityisen palkitseva asia oli tuettavan selviytyminen tukihenkilön avulla vaikeuksistaan. Suurin yksittäinen motivoija tukihenkilötyöhön oli rakkaus maaseutua kohtaan.

## THE RURAL SUPPORT PERSON NETWORK SUPPORTING THE RURAL POPULATION

Perävainio, Hanna-Leena  
Satakunta University of Applied Sciences  
Unit of Social Services and Health Care, Rauma  
Degree programme in nursing  
Specialisation option in nursing  
March 2007  
Advisor: Pirilä, Ritva  
PLC: 37.7  
PLC: 59.562  
Pages: 44

Key words: mental health, support person, volunteer work, countryside

---

The idea of this research was to find out why the Rural Support Person Network is needed, and how it can help the rural population solve problems. The goal was to produce new information about the importance of the Rural Support Person Network to be used in developing its operations.

The research material was collected in May and June of 2006, by sending the network's region managers printed forms that asked four open questions. In total, 57 printed forms were sent out, from which 18 were returned. The answers were analyzed using the content analysis method.

According to the research, the rural population turned to the Rural Support Person Network for help, because they needed the specialized knowledge of the network's volunteers about the problems faced by the population living in a rural culture. According to the responses, the largest single source of problems for the rural population is the European Union, which causes both emotional and financial distress. Support was often needed with problems related to carrying on in one's profession. Problems with personal relationships and solitude were also common among the rural population.

The most difficult factors on the volunteers' side were the feelings of inadequacy and helplessness in support situations. On the other hand, volunteers' found it very rewarding when their clients were able to overcome difficulties due to volunteers' support. The largest single motivator for working as a support person was the love for the countryside

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1 JOHDANTO .....	6
2 MAASEUDUN TUKIHENKILÖVERKKO .....	6
2.1 Taustajärjestöt .....	9
3 MIELENTERVEYS.....	11
4 VAPAAEHTOISTYÖ .....	12
4.1 Tukihenkilö .....	14
4.2 Vastaava tukihenkilö / Aluevastaava .....	16
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT.....	16
6 TUTKIMUKSEN EMPIIRINEN SUORITTAMINEN.....	17
6.1 Tutkimuksen kohdejoukko.....	17
6.2 Teemalomake .....	17
6.3 Tutkimusaineiston analyysi.....	18
7 TUTKIMUSTULOKSET .....	19
7.1 Syyt Maaseudun tukihenkilöverkon tarpeeseen.....	19
7.1.1 Tuen merkityksellisyys .....	19
7.1.2 Elämäntilanteen muutokset .....	20
7.1.3 Euroopan Unioni .....	21
7.1.4 Maaseudun erityislaatuisuus .....	22
7.2 Avuntarpeen sisältö.....	22
7.2.1 Ammatinharjoittamisen vaikeudet .....	22
7.2.2 Yksinäisyys ja ihmissuhdevaikeudet .....	23
7.2.3 Mielenterveysongelmat .....	23
7.3 Suurimmat ongelmien aiheuttajat .....	24
7.3.1 Muuttovirtaus ja sukupolvenvaihdos .....	24
7.3.2 Euroopan Unioni ja epävarmuus tulevasta.....	25
7.3.3 Ihmissuhde- ja mielenterveysongelmat.....	26
7.4 Tukihenkilötoiminnan motiivit .....	26

7.4.1 Tukihenkilönä toimimisen vaikeudet.....	26
7.4.2 Palkitsevaa tukihenkilötoiminnassa .....	28
7.4.3 Syyt Maaseudun tukihenkilöverkossa toimimiselle.....	28
8 POHDINTA .....	30
8.1 Tutkimustulosten tarkastelu ja pohdinta .....	30
8.2 Tutkimuksen luotettavuus .....	34
8.3 Tutkimuksen eettiset kysymykset .....	36
8.4 Opinnäytetyön tavoite ja jatkotutkimushaasteet .....	36
LÄHTEET .....	38
LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Vapaaehtoinen tukihenkilötoiminta on yksi tärkeimmistä vapaaehtoistyön muodoista. Olen aina ollut kiinnostunut vapaaehtoistyöstä – ja erityisesti tukihenkilötoiminnasta. Kouluttauduin Suomen Mielenterveysseuran kriisitukihenkilöksi vuosia sitten. Mielenterveysseuran tukihenkilötoiminnan malli on ollut perustana Maaseudun tukihenkilöverkon kehittämisessä (Maaseudun tukihenkilöverkko 2005).

Minua kiinnostaa maaseudun väestön problematiikka ja se, eroaako se kaupungissa asuvien ihmisten ongelmista. Ovatko ihmisten ongelmat suoraan verrannollisia alueisiin, joilla he asuvat, ovatko tiettytyyppiset ongelmat kasautuneet tietynlaisten ihmisten harteille? Tarvitaanko maaseudun auttajaverkostossa erityisosaamista, oma-kohtaista kokemusta ja sen mukanaan tuomaa ymmärrystä? Ilmeisesti näin on, koska Maaseudun tukihenkilöverkko maaseudun ihmisten tukemiseksi perustettiin.

Mielenkiintoni heräsi; millaisia erityisongelmia maaseudun väestöllä on ja miksi heille on rakennettu oma tukihenkilöverkostonsa? Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, miksi Maaseudun tukihenkilöverkkoa tarvitaan ja millaisissa asioissa maaseudun väestö tukihenkilöverkon apuun turvautuu. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa Maaseudun tukihenkilöverkolle uutta tietoa verkon merkityksellisyydestä tukihenkilöverkon toiminnan kehittämiseksi.

## 2 MAASEUDUN TUKIHENKILÖVERKKO

Yhteiskunnassa vallitsevat olosuhteet vaikuttavat väestön hyvinvointiin ja mielenterveyteen. Taloudellinen taantuma 1990-luvulla vaikutti suoraan ja epäsuorasti väestön mielenterveyteen. (Lehtonen & Lönnqvist 2003, 14.) Maaseudulla mielenterveyden ongelmiin on kautta aikain suhtauduttu varauksella; ongelmia on aina ollut, mutta niistä on mieluummin vaiettu kuin puhuttu ääneen. Euroopan Unioniin liittymiseen

myötä tilanne kuitenkin muuttui. EU toi tullessaan epävarmuuden, pelon toimeentulon ja perinteen katkeamisesta – kulttuurin ja elämän kokonaisvaltaisesta muutoksesta maaseudulla. EU kosketti kaikkia maaseudun ihmisiä, epäonnistumisessa ei enää välttämättä ollutkaan kyse yksittäisen henkilön epäonnistumisesta, vaan EU:n luomasta ulkoisten olosuhteiden mahdottomuudesta. Ajatukset ihmisten jaksamisesta ja mielenterveydestä alkoivat nousta esiin enenevissä määrin myös maaseudun väestön ja maatalousorganisaatioiden puheissa. (Sulin 2001, 9-10.) Laman aiheuttama henkinen ja taloudellinen pahoinvointi, julkisen sektorin palvelujen supistukset ja työttömyys lisäsivät vapaaehtoistyön kysyntää (Juntunen 1999, 17).

Syksyllä 1996 Maa- ja metsätaloustuottajain keskusliitto (MTK) kutsui koolle laajan ja monipuolisen asiantuntijoiden joukon pohtimaan maaseudun väestön problematiikkaa ja etsimään ratkaisua monimuotoisille ongelmille. Keskusteluissa alkoi rakentua ajatus tuen tarjoamisesta maaseudun väestölle tukihenkilöiden avulla. Suomen Mielenterveysseura, Kirkon Diakonia- ja Yhteiskuntatyön keskus, Maaseudun Sivistysliitto, Maa- ja Kotitalousnaisten keskus sekä MTK ottivat tehtäväkseen vastata verkon rakentamisesta. (Sulin 1998, 3.) Maaseudun tukihenkilöverkko toimi aluksi nimellä viljelijöiden tukihenkilöverkko (Keski-Heikkilä 2001, 29).

Suomen Mielenterveysseuran toimintamalli on ollut perustana Maaseudun tukihenkilöverkon toimintamallille. Sellaisenaan Suomen Mielenterveysseuran mallia ei voitu tukihenkilöverkkoa rakennettaessa käyttää kahdesta syystä. Suomen Mielenterveysseuran paikallisyhdistyksiä ei ole tasaisesti koko Suomen alueella; syrjäseutujen väestö olisi jäänyt ilman tukiverkkoa. Toisekseen oli aihetta epäillä maaseudun väestön halukkuutta turvautua Mielenterveysseuran järjestämään tukeen, johtuen maaseudulla vallinneista ennakkoluuloista mielenterveyden ongelmia kohtaan. (Sulin 2001, 13.)

Maaseudun tukihenkilöverkon toimintamalli on rakenteeltaan kaksipuolinen, toimijoina ovat aluevastaavat sekä tukihenkilöt. (Maaseudun tukihenkilöverkko 2007a.) Tukihenkilöverkostossa toimii 297 koulutettua tukihenkilösitoumuksen tehnyttä tukihenkilöä. Heitä sitoo vaitiolovelvollisuus sekä velvollisuus kunnioittaa tuettavan elämän- ja maailmankatsomusta. (Maaseudun tukihenkilöverkko 2007b.)

Maaseudun tukihenkilöverkon rakentaminen alkoi vuonna 1996 Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen työturvallisuusrahalla ja se saatiin päätökseen vuonna 2000. Vuosina 1997–2000 verkoston kehittämisen rahoittivat Raha-automaattiyhdistys sekä Euroopan Sosiaalirahasto. Nykyisin verkosto toimii Raha-automaatti yhdistyksen jatkuvan toiminnan avustuksella sekä lahjoitusvaroin. (Maaseudun tukihenkilöverkko 2007a.)

Jaakkola teki vuonna 1999 opinnäytetyönsä ”*Maaseudun tukihenkilöverkon toiminta tukihenkilöiden sekä tuettavien kokemana*” Uudenmaan maaseutuopiston agrologitutkintoa varten. Jaakkola tutki työssään vapaaehtoisten tukihenkilöiden sekä tuettavien kokemuksia tukihenkilötyöstä ja heidän ajatuksiaan siitä, miten tukihenkilötoimintaa voisi kehittää. Kyselylomake lähetettiin 300 tukihenkilölle ja heidän kautta myös tuettaville, joiden tarkka lukumäärä ei tutkimuksessa tullut ilmi. Kyselyyn vastasi 160 tukihenkilöä ja 15 tuettavaa. Jaakkolan opinnäytetyön mukaan tuettavat kokivat tukihenkilösuhteen elämäntilannettaan helpottavana, eikä Maaseudun tukihenkilöverkon toimintaa kritisoitu yhdessäkään vastauksessa. Tuettavat tarvitsivat paljon tukea Euroopan Unioniin liittyvissä asioissa. EU:n myötä epä tietoisuus, ahdistus sekä maaseudun muutos paineet olivat lisänneet ihmisten henkisen tuen tarvetta. Ihmissuhdeongelmat, yksinäisyys sekä erilaiset sairaudet olivat myös yleisimpiä syitä tuen tarpeelle. Tukihenkilöt mainitsivat auttamishalun suurimpana syynä tukihenkilöverkossa toimimiselle. Valtaosalla tukihenkilöistä oli joko maatalousalan koulutus tai he olivat ainakin toiselta ammatiltaan maanviljelijöitä.

Keski-Heikkilä teki pro-gradu – tutkielmansa Jyväskylän yliopiston sosiologian laitokselle vuonna 2001 ”*Motivoitunut tukihenkilö: Vapaaehtoisten tukihenkilöiden aktivoituminen ja sitoutuneisuus maaseudun tukihenkilöverkkoon*”. Keski-Heikkilä tutki Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöiden tukitoimintaan osallistumismotiiveja ja heidän sitoutumistaan toimintaan. Kyselylomake lähetettiin 381 tukihenkilölle ja vastauksia palautui 225 kappaletta. Oma elämäkokemus oli merkittävä motivoiva tekijä tukihenkilötoimintaan osallistumiselle. Tuen antamisen kannalta omakohtainen kokemus maaseudun elämästä koettiin miltei välttämättömänä. Maaseudun tukihenkilöverkkoon osallistumisen koettiin olevan myös vähemmän leimaavaa kuin tietyn ongelman ympärille fokuoituneeseen tukiryhmään osallistuminen.



## 2.1 Taustajärjestöt

Maaseudun tukihenkilöverkon taustalta löytyy lukuisia joukko suomalaisia järjestöjä.

*Kirkon diakonia- ja yhteiskuntatyön (KDY)* tehtävänä on kehittää ja tukea Suomen evankelis-luterilaisessa kirkossa tehtävää yhteiskunta- ja diakoniatyötä, jonka tavoitteena on edistää ja toteuttaa kristilliseen uskoon perustuvaa osallisuutta, oikeudenmukaisuutta sekä lähimmäisenrakkautta. Kirkkolaki määrittelee diakonian perustehtäväksi ihmisten hädän ja kärsimyksen etsimisen, lievittämisen ja poistamisen. Yhteiskuntatyön kautta kirkko pyrkii vaikuttamaan yhteiskunnan rakenteisiin, jotta oikeudenmukaisuus, rauha, ihmisarvo sekä ympäristövastuu toteutuisivat. Erityistä huomiota on alettu kiinnittää ihmisten työhyvinvointiin työelämän suurten muutosten takia. (Kuvaja 2005, 4.) KDY tekee yhteistyötä yhteiskunnan eri tahojen kanssa, tarkoituksenaan herättää yhteiskuntaeettistä keskustelua aloitteiden, kannanottojen sekä lausuntojen avulla. (Kuvaja 2005, 3.)

*Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliitto ry (MTK)* on metsänomistajien, maaseutuyrittäjien ja maanviljelijöiden etujärjestö. MTK:n tehtävänä on huolehtia jäsentensä taloudellisesta, yhteiskunnallisesta ja sosiaalisesta asemasta sekä heidän yksityisomaisuutensa suojasta ja elinkeinojensa kannattavuudesta. (MTK 2005, 3.) Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliiton tavoitteena on varmistaa EU:n maatalouspolitiikan takaavan maanviljelijöille kohtuullisen toimeentulon muihin ammatteihin verrattuna ja mahdollistavan tulevaisuudessakin perhemaatalouden harjoittamisen. MTK pyrkii edistämään maaseutuyrittäjyyden toimintaedellytyksiä ja toimii myös metsänomistajien valtakunnallisena edunvalvojana. Kansainväliseen toimintaan ja järjestötyöhön Maa- ja metsätaloustuottajain keskusliitto osallistuu aktiivisesti. (Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliitto ry 2007.)

*Maatalousyrittäjien eläkelaitos (Mela)* hoitaa metsätilallisten, kalastajien, maanviljelijöiden sekä poronhoitajien lakisääteistä sosiaalivakuutusta, vastaten samalla asiakkaidensa tapaturmavakuutuksista ja työeläkkeistä. Mela hoitaa myös maatalouslomitusta, työturvallisuusopastusta, luopumistukea, ryhmähenkivakuutusta sekä Melasairauspäivärahaa. (Maatalousyrittäjien eläkelaitos 2005.)

*Maa- ja kotitalousnaisten Keskus* on valtakunnallinen neuvontajärjestö ja yleishyödyllinen yhdistys, joka kehittää pienyritystoimintaa maaseudulla. Maa- ja kotitalousnaisten keskus tarjoaa kuluttaja-, kotitalous- ja maisemahoidon neuvontaa, kohderyhmänään erityisesti maaseudulla asuvat ja vaikuttavat naiset. Järjestön ammatti-neuvojat tarjoavat kuluttajille, yrittäjille sekä yrittäjiksi aikoville suunnittelu- ja kehittämispalveluita henkilökohtaisen neuvonnan lisäksi. (Maa- ja kotitalousnaisten keskus 2007.)

*Maaseudun Sivistysliitto* (MSL) on maaseutuväestön ja poliittisen keskustan sivistystyön keskusjärjestö. Liitto pyrkii edistämään ihmisyyden, tasa-arvon, sekä maaseutukulttuurin päämääriä jäsenyhteisöjensä aatteellisten tavoitteiden mukaisesti. Maaseudun Sivistysliitto järjestää monenlaista kulttuuritoimintaa, ohjausta ja opetusta sekä toimii maakuntien väestön etujen sekä alueellisen tasa-arvoisuuden toteutumiseksi. (Maaseudun Sivistysliitto 2007.)

*Sosiaali- ja terveysministeriön* (STM) toiminnan tarkoituksena on väestön hyvän terveyden, toimintakyvyn sekä elinympäristön turvaaminen. STM pyrkii turvaamaan riittävän toimeentulon sekä sosiaalisen turvallisuuden väestölle halki elämän. Sosiaali- ja terveysministeriö vastaa muun muassa sosiaali- ja terveyspalveluista sekä -politiikasta, sosiaalisen turvallisuuden ja terveyden edistämisestä, sosiaalivakuutuksesta, työsuojelusta, tasa-arvon kehittämisestä sekä kansainvälisestä yhteistyöstä. Sosiaali- ja terveysministeriö valmisteleo lainsäädäntöön liittyvät asiat ja ohjaa niiden totuttamista huolehtien yhteyksistä poliittiseen päätöksentekoon. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007.)

*Suomen Mielenterveysseura* (SMS) on yhteiskunnallisena vaikuttajana ja mielenterveyden asiantuntijana toimiva kansanterveysjärjestö, joka toimii alueellisesti, valtakunnallisesti sekä kansainvälisesti. Toiminnan painopisteinä mainitaan kohtuuden ja oikeudenmukaisuuden puolustaminen, vastaaminen arjen ahdistukseen sekä välittämisen kulttuurin edistäminen. (Salonen 2005, 9.) Suomen Mielenterveysseura pyrkii vaikuttamaan yhteiskunnan rakenteisiin ja näin turvaamaan ihmisten arkista selviytymistä. SMS kehittää ja tukee vapaaehtoista kansalaistoimintaa sekä uusia mielenterveystyön malleja, edistää mielenterveyttä ja sen huomioimista yhteiskunnassa. Suomen Mielenterveysseura puolustaa ihmisten oikeutta laadukkaisiin mielenterve-

yspalveluihin sekä henkiseen hyvinvointiin. SMS tarjoaa apua tarvitseville kriisiapua, tukea sekä kuntoutusta. (Suomen Mielenterveysseura 2007.)

*Työterveyslaitos (TTL)* on monitieteinen asiantuntija- ja tutkimuslaitos, joka pyrkii edistämään työntekijöiden hyvinvointia sekä työn turvallisuutta ja terveellisyyttä koulutuksen, tutkimuksen, asiantuntijapalveluiden sekä tiedonvälityksen keinoin (Työterveyslaitos 2007a). Työterveyslaitoksen toiminnan tavoitteiksi mainitaan toimivat ja turvalliset työpaikat sekä hyvinvoiva ja terve työikäinen väestö. TTL:n toiminta-alueina ovat koulutus, tutkimus sekä tiedonvälitys (Työterveyslaitos 2007b).

### 3 MIELENTERVEYS

Mielenterveys on psyykkisiä toimintoja ylläpitävä voimavara, jonka avulla ihminen ohjaa elämäänsä (Lehtonen & Lönnqvist 2003, 13). Mielenterveyttä pidetään nykykäsityksen mukaan uudistuvana voimavarana, jonka määrä ihmisellä vaihtelee tilanteesta riippuen. Mielenterveys on kuitenkin voimavara, jonka määrä on rajallinen. (Taipale 1998, 12–13.) Mielenterveydellä on fyysinen, psyykinen, sosiaalinen ja henkinen ulottuvuus (Heiskanen, Salonen & Sassi 2006, 17).

Lehtonen ja Lönnqvist (2003, 16–17) mainitsevat hyvän mielenterveyden tunnusmerkeiksi kyvyn työntekoon, asianmukaiseen oman edun valvontaan sekä sosiaaliseen osallistumiseen. Hyvä mielenterveys sisältää myös toisista välittämisen ja kyvyn rakastaa, kyvyn ihmissuhteisiin ja vuorovaikutukseen sekä henkilökohtaiseen tunneilmaisuuksiin. Perustavanlaatuisena ominaisuutena mainitaan todellisuudentaju, joka mahdollistaa ihmisen oman ajatusmaailman ja ulkoisen todellisuuden hahmottamisen stressaavissa ja vaikeissa elämäntilanteissa. Mielenterveyden itseisarvoiksi kuvataan hyvää vointia sekä henkilökohtaista tunnetta ja kokemusta hyvästä olostaan. Ihmisen ei jatkuvasti tarvitse olla tyytyväinen, mutta mielen hyvää terveyttä kuvaa ainakin toisinaan ilmaantuva luottamus elämään, elämänilo sekä toivon säilyminen. (Heiskanen ym. 2006, 19.)

Mielenterveys ei tarkoita sitä, että elämä olisi ongelmatonta, oleellista on ihmisen kyky käsitellä pahaa oloaan (Vilkko-Riihelä 1999, 50). Ympäristön paine, liiallinen fyysinen ja/tai psyykkinen rasitus saattavat laukaista ihmisessä psyykkisen häiriön. Häiriöt puhkeavat usein erityisen kuormittavassa elämäntilanteessa tai stressaavien tapahtumien seurauksena. (Halila, Kivitie-Kallio, Mertsola, Niemi & Söderholm 2004, 177.) Mielenterveys muodostuu monista tekijöistä. Kyse ei ole vain yksilön ominaisuudesta, vaan siihen vaikuttavat myös kulttuuriset, yhteisölliset sekä rakenteelliset tekijät. Mielenterveyttä tuettaessa on tukitekiäjä etsittävä myös ympäröivästä yhteiskunnasta, pääasiassa sosiaali- ja terveydenhuollon ulkopuolelta. (Heiskanen ym. 2006, 7.)

Mielenterveyttä suojaavat tekijät vahvistavat ihmisen elämäntilanteellisia taitoja ja toimintakykyä, ne auttavat kriisitilanteista ja vastoinkäymisistä selviämässä. Suojaavia tekijöitä ovat muun muassa: terveys, ongelmanratkaisutaidot, hyväksytyksi tuleminen tunne, riittävän hyvä itsetunto, sosiaalinen tuki, työ, toimeentulo, vaikuttamismahdollisuudet, turvallinen elinympäristö ja tavoitettavat yhteiskunnan auttamisjärjestelmät. Riskitekijät vaarantavat turvallisuudentunnetta, elämän ja toimintojen jatkuvuutta ja altistavat sairastumiselle terveyttä ja hyvinvointia heikentämällä. Riskitekijöistä mainittakoon muun muassa menetykset ja erot, sairaudet, avuttomuuden tunne, huonot ihmissuhteet, väkivalta, työttömyys ja sen uhka, syrjäytyminen ja haitallinen elinympäristö. (Heiskanen ym. 2006, 20–21.)

#### 4 VAPAAEHTOISTYÖ

Vapaaehtoistyö on sosiaaliyhteiskunnallista toimintaa. Sosiaaliyhteiskunnallinen toiminta pitää sisällään kolmannen sektorin, poliittisen omaehtoisen toiminnan ja vapaaehtoistoiminnan; se on valtion ja muiden julkisten viranomaisten toiminnan vastakohta. (Koskiaho 2001, 16–17.)

Vapaaehtoistyö on kansalaistoimintaa, jonka tarkoituksena on auttaa ja tukea ihmisen selviytymistä elämän eri tilanteissa ja tyydyttää sellaisia tarpeita, joita julkiset palvelut eivät huomioi. Vapaaehtoistyön keinoin kehitetään inhimillisempää elinympäristöä, herätetään keskustelua yhteiskunnan epäkohdista ja kasvatetaan ihmisten vastuuntuntoa. Vapaaehtoistyö tarjoaa ihmisille toiminta- ja vaikuttamiskanavan, se ei korvaa julkisia palveluja, vaan täydentää niitä. Vapaaehtoistyötä tehdään ruohonjuuritasolla, joten uusiin haasteisiin reagoidaan nopeasti ja joustavasti. Tähän julkiset palvelut harvoin pystyvät. (Juntunen 1999, 17–18.) Vapaaehtoiset paikkaavat virallisen järjestelmän hitautta ja vuotokohtia (Yeung 2002, 7). Vapaaehtoistyön painopisteen tulee olla ennaltaehkäisevässä työssä. Vastuu korjaavasta työstä on ammattityöntekijöillä. (Lehtinen 1997, 19.)

Kauppi (1998, 162) kirjoittaa, että kansalaisten itsenäinen toiminta ja aktiivisuus vaikuttavat sekä yksityiseen että julkiseen kysyntään. Kansalaisten toiminta yhteisön ja itsensä hyväksi voi parantaa elämisen laatua merkittävästi, jolloin toiminnalla voidaan täydentää ja osin korvata julkisia hyvinvointipalveluja.

Vapaaehtoistyöllä tarkoitetaan ihmisten hyvinvoinnin edistämiseksi tehtävää ei-ammattillista ja palkatonta toimintaa, joka ei tavoittele taloudellista hyötyä. Vapaaehtoistoiminnan on perustuttava vapaaeseen tahtoon; siihen ei voida velvoittaa eikä pakottaa. Toimintaan osallistuminen edellyttää kuitenkin tiettyä suunnitelmallisuutta ja sitoutumista – etenkin, jos toiminnalle on määritelty selkeä tavoite. (Setlementtiliitto 2005.) Vapaaehtoistoiminta on vastavuoroisuuteen ja tasa-arvoisuuteen perustuvaa auttamista, jossa korostuu ihmisten keskinäinen tuki ja vertaisuus (Vapaaehtoistyön koulutusaineisto, 9). Omaehtoisuus korostuu vapaaehtoistyössä – ketään ei pakoteta ja lopettaa voi silloin, kun haluaa (Ojanen 2001, 104). Vapaaehtoistyö on vuorovaihtukseen perustuvaan ja organisoituun tuki- ja auttamistoimintaan osallistumista. Sitä ei tehdä palkkatyönä eikä taloudellisena yritystoimintana. Tosin vapaaehtoistyön organisoimisessa voi toimia palkattuja työntekijöitä. Vapaaehtoiselle toimijalle voidaan maksaa kulukorvauksia, jos hänelle niitä toiminnasta aiheutuu. Tehtävään koulutetun vapaaehtoisen auttajan motiivi on olla avuksi ja oppia itse jotakin tärkeää. Tukitoiminta tähtää elinoloihin liittyvän puutteen korjaamiseen tai henkisen ahdingon lievittämiseen. (Lehtinen 1997, 20; Eskola & Kurki 2001, 10; Koskiahho 2001, 17.)

Suomessa vapaaehtoistoiminnan keskeisinä periaatteina pidetään muun muassa tasa-arvoa, vapaaehtoisuutta, palkattomuutta, ei-ammattillisuutta, vastavuoroisuutta, sekä luottamuksellisuutta. Suomalaiset kokevat vapaaehtoistyön hyvin positiivisesti. Vapaaehtoisuus yhdistetään hyväntekeväisyyteen, auttamiseen, palkattomuuteen sekä yleisesti hyväksi koettuun asiaan. (Yeung 2002, 11, 17.) Kerrottaessa yksittäisen kansalaisen mahdollisuuksista toimintaan osallistumiselle, muuttuu suhtautuminen varautuneemmaksi. Osin varautuneisuus johtunee tiedon puutteesta tukihenkilötoiminnasta ja tukihenkilötoimintaa tarjoavista järjestöistä. (Sihvo 1996, 176.)

Oppimishalu, kutsumuksellisuus, aiemmat kokemukset auttamistyöstä sekä elämään tulleen tyhjän tilan täyttäminen mainitaan yleisimpinä motiiveina vapaaehtoistyössä toimimiselle. Myös vapaaehtoisen itsensä läpikäymät kriisivaiheet mainitaan syyksi vapaaehtoistyölle. Uuden vapaaehtoistyöntekijän motiivit saattavat osittain olla ulkoapäin ohjautuvia. Ulkoapäin ohjautuvuudella tarkoitetaan esimerkiksi sitä, että ihmiset kokevat tiettyyn vapaaehtoistyötä tekevään järjestöön kuulumisen itsessään arvokkaana. Motiivi vapaaehtoistyön tekemiselle voi olla myös henkilön itsensä aiemmin saama apu vapaaehtoistyötä tekevältä järjestöltä. Kokeneen vapaaehtoistyöntekijän motiivit osallistua vapaaehtoistyöhön pohjautuvat vuosien saatossa kertyneeseen tietoon ja kokemukseen. (Lahtinen 2004, 23, 27.) Yeung (2005, 122) mainitsee sosiaaliset kontaktit, auttamishalun, epävirallisen oppimisen sekä tuoreiden näkökulmien saamisen vapaaehtoistyöntekijää motivoiviksi tekijöiksi. Vapaaehtoistyö tarjoaa myös mahdollisuuden vastavuoroiseen kokemusten jakamiseen, yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen ja se tuo monelle kaivattua vastapainoa arjen askareisiin. Vapaaehtoistyö mahdollistaa merkityksellisyyden kokemisen sekä laajentaa vapaaehtoisen sosiaalista verkostoa. (Vapaaehtoistyön koulutusaineisto 2005, 24–25.)

#### 4.1 Tukihenkilö

Tukihenkilöverkoston vapaaehtoiset henkilöt toimivat kuuntelijoina, rinnalla kulki-joina, keskustelukumppaneina vaikeissa ja erityisissä elämäntilanteissa, joita nimenomaisesti maaseudun ihmiset kohtaavat (Maaseudun tukihenkilöverkko 2005). Maaseudun tukihenkilöverkossa korostetaan, että tukihenkilö on ihminen, joka ymmärtää tuettavan henkilön elämäntilanteen maaseudun ihmisen näkökulmasta (Keski-

Heikkilä 2001, 31). Auttajan on oltava selvillä ihmisen elämäntavoista ja hänen henkilökohtaisista käsityksistään monissa asioissa, jotta avun antaminen mahdollistuu. Ihmisen elinympäristössä vallitsevat uskomukset, sosiaaliset suhteet ja verkostot muodostavat pohjan ihmisen kokemusmaailmalle. (Vartiovaara 2000, 32.) Hokkanen käyttää vapaaehtoistyöntekijöistä kirjoittaessaan termejä *erityisyys* ja *samuus*. Erityisyydellä tarkoitetaan auttajan omakohtaista kokemusta elämänkriiseistä ja vaikeuksista hänen samaistuessaan apua tarvitsevan ihmisen asemaan. Samuus sisältää yhteenkuuluvuuden ja samankaltaisuuden elementit ja se toimii vapaaehtoisuuden taustavoimana. Samuus mahdollistaa auttamishalun ja empaattisuuden kanssa auttamisen. (Hokkanen 2003, 254.)

Ihmisen tehdessä ilmaista työtä toisen ihmisen ja yhteisönsä hyväksi, voidaan häntä sanoa aktiiviseksi kansalaiseksi. Hän on mukana omana persoonanaan, hän osallistuu, kohtaa ja välittää. (Harju 2005, 70.) Mielenterveyden parissa työskenteleviä vapaaehtoisia yhdistää kaksi yhteistä asiaa; henkilökohtainen kosketus mielenterveyden merkitykseen ja välittäminen. Vapaaehtoistyöntekijöitä kiinnostaa elämä, itsensä jatkuva kehittäminen ja tiedon saaminen mielenterveyteen liittyvistä asioista. (Juntunen 1999, 18.) Tukihenkilötoiminta on yksilöllisempää kuin muu vapaaehtoisuuteen perustuva auttamistoiminta. Sitä leimaa sitoutuminen ja arkielämä – asiat on käsiteltävä ”tässä ja nyt”, siinä tilanteessa ja paikassa, missä ne syntyvät. Ihmisen puutteellisen tai hajonneen sosiaalisen verkoston rakentaminen ja vahvistaminen ovat usein tukihenkilötoiminnan tehtävänä. (Lehtinen 1997, 50–51.)

Tukihenkilö nähdään ihmisenä, jota sitoo vaitiolovelvollisuus ja joka on puolueeton sekä vastuuntuntoinen. Tukihenkilön tulee saada toimintaansa rohkaisua ja tukea. (Yeung 2002, 11.) Hyvälle auttamiselle on oleellista neljä asiaa; vieraiden auttaminen, persoonallinen kohtaaminen, auttamisen riittävä tiheys ja huolettomuus suhteessa tuloksiin. Viimeisellä kohdalla tarkoitetaan sitä, että auttajan on unohdettava paineet saada näkyviä tuloksia aikaan ja keskityttävä auttajan ainutkertaiseen kohtaamiseen. (Ojanen 2001, 104.)

Maaseudun tukihenkilöverkon vapaaehtoiset ovat eri-ikäisiä, eri ammattialoja edustavia, hyvin erilaisissa elämäntilanteissa olevia ihmisiä, joita yhdistää halu toimia yhteisen hyvän puolesta. Tukihenkilöt ovat saaneet koulutuksen toimia tukihenkilöi-

nä ja heitä sitoo ehdoton salassapitovelvollisuus. Tukihenkilötoiminta on avun tarvisijalle maksutonta. (Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliitto 2005; Suomen Mielen terveysseura 2005.)

#### 4.2 Vastaava tukihenkilö / Aluevastaava

Maaseudun tukihenkilöverkon vastaavat tukihenkilöt (nykyisin aluevastaavat) koulutetaan tukihenkilöverkon peruspilareiksi. He organisoivat oman alueensa tukihenkilötoimintaa ja toimivat kontaktihenkilöinä. (Keski-Heikkilä 2001, 33.) Aluevastaavat hoitavat tiedotuksen, työnohjauksen sekä alueidensa tukihenkilöiden jatkokoulutuksen – tukihenkilöiden keskittyessä varsinaisiin tukisuhteisiin avuntarvitsijoiden kanssa (Maaseudun tukihenkilöverkko 2007a). Aluevastaavina toimii tällä hetkellä Maaseudun tukihenkilöverkossa 61 henkilöä.

## 5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, miksi Maaseudun tukihenkilöverkkoa tarvitaan ja millaisissa asioissa maaseudun väestö Maaseudun tukihenkilöverkon apuun tukeutuu. Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa Maaseudun tukihenkilöverkolle uutta tietoa verkon merkityksellisyydestä tukihenkilöverkon toiminnan kehittämiseksi.

Tutkimusongelmat:

1. Miksi Maaseudun tukihenkilöverkkoa tarvitaan?
2. Millaisissa asioissa Maaseudun tukihenkilöverkkoa tarvitaan?



## 6 TUTKIMUKSEN EMPIIRINEN SUORITTAMINEN

Opinnäytetyöntekijälle oli alusta lähtien selvää, että opinnäytetyö tullaan toteuttamaan kvalitatiivisin tutkimusmenetelmin. Kvalitatiivisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen ja siinä suositaan ihmistä tiedon keruun välineenä. Kohdejoukko valitaan tarkasti ja tapaukset ovat ainutlaatuisia. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2005, 152, 155.) Laadullisen tutkimuksen yleisimpinä aineistonkeruumenetelminä ovat havainnointi, haastattelu, kysely sekä erilaisista dokumenteista kerätty tieto (Tuomi & Sarajärvi 2004, 73). Opinnäytetyön aineisto kerättiin touko- ja kesäkuussa vuonna 2006 lähettämällä postitse teemalomakkeet Maaseudun tukihenkilöverkon aluevastaaville.

### 6.1 Tutkimuksen kohdejoukko

Maaseudun tukihenkilöverkon koordinaattorin mukaan Maaseudun tukihenkilöverkossa toimii 297 vapaaehtoista tukihenkilöä (23.1.2006). Kvalitatiivisen tutkimuksen suorittamiselle kohdejoukko oli liian suuri. Kohdejoukoksi valittiin Maaseudun tukihenkilöverkon aluevastaavat, joita toimii kaiken kaikkiaan 61 ympäri Suomen. Aluevastaavilla on tieto ja kokemus tukihenkilötoiminnasta ja tukihenkilöverkon merkityksestä omalla alueellaan. Tutkimukseen valittiin kaikki aluevastaavat, jotka ovat antaneet osoitetietonsa julkisiksi (n=57). Aluevastaavien yhteystiedot saatiin Maaseudun tukihenkilöverkoston koordinaattorilta.

### 6.2 Teemalomake

Teemalomake yhdistää lomakehaastattelun ja teemahaastattelun. Lomakehaastattelua käytetään tutkimusmetodina silloin, kun halutaan saada vastaukset esitettyihin kysymyksiin annettujen vaihtoehtojen sisällä. Lomakehaastattelussa kysytään tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimusongelmien kannalta merkityksellisiä ja perusteltuja kysymyksiä. Teemahaastattelu etenee tiettyjen ennalta määrättyjen teemojen varassa.

Teemahaastattelussa korostuu ihmisten tulkinnat asioista sekä heidän antamansa merkitykset asioille. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 77.)

Tässä opinnäytetyössä käytettiin tiedonkeruumenetelmänä teemalomaketta, joka sisälsi neljä avointa kysymystä teemoista: 1. Maaseudun tukihenkilöverkon merkitys, 2. Asiat, joissa Maaseudun tukihenkilöverkon apua tarvitaan, 3. Maaseudun väestön suurimmat ongelmanaiheuttajat, 4. Tukihenkilön kokemukset vapaaehtoistyöstä. Vastausmahdollisuuksia ei rajattu eikä ohjeistettu, vaan kohdejoukkoa pyydettiin vastaamaan annettuihin teemoihin vapaamuotoisesti.

### 6.3 Tutkimusaineiston analyysi

Lomakkeita lähetettiin 57 kappaletta ja niitä palautui 18. Kaikki palautuneet lomakkeet (n=18) olivat annettujen ohjeiden mukaan täytettyjä. Vastanneet henkilöt olivat kirjoittaneet omin sanoin ajatuksiaan ja kokemuksiaan edellä mainituista teemoista. Lomakkeet numeroitiin saapumisjärjestyksessä. Vastaukset koottiin ja ryhmiteltiin teemoittain. Opinnäytetyöntekijä luki jokaiseen teema-alueeseen liittyvän materiaalin läpi useaan kertaan. Aineistosta nousi jokaisessa teemassa alateemoja, joihin saatu materiaali voitiin luokitella. Teema 1. Syyt maaseudun tukihenkilöverkon tarpeellisuuteen. Teeman alaluokiksi muodostuivat: tuen merkityksellisyys, elämäntilanteen muutokset, Euroopan Unioni ja maaseudun erityislaatusuus. Teema 2. Avuntarpeen sisältö. Teeman alaluokiksi muodostuivat: ammatinharjoittamisen vaikeudet, yksinäisyys- ja ihmissuhdevaikeudet ja mielenterveysongelmat. Teema 3. Suurimmat ongelmien aiheuttajat. Alaluokiksi muodostuivat: muuttovirtaus ja sukupolvenvaihdos, Euroopan Unioni ja epävarmuus tulevasta sekä ihmissuhde- ja mielenterveysongelmat. Teema 4. Tukihenkilötoiminnan motiivit. Alaluokiksi muodostuivat: tukihenkilönä toimimisen vaikeudet, palkitsevaa tukihenkilötoiminnassa ja syyt maaseudun tukihenkilöverkossa toimimiselle.

Sisällönanalyysin tarkoituksena on luoda sanallisessa muodossa oleva selkeä kuvaus aineistosta informaatiota kadottamatta. Laadullisen aineiston sisällönanalyysistä puhuttaessa voidaan käyttää ilmauksia teorialähtöinen (deduktiivinen) tai aineistolähtöinen (induktiivinen). Laadullisen aineiston analyysi on kolmivaiheinen prosessi,

johon sisältyy aineiston pelkistäminen (redusointi), aineiston ryhmittely (klusterointi) sekä teoreettisten käsitteiden luominen (abstrahointi). Aineistoa pelkistettäessä karsitaan saadusta aineistosta tutkimuksen kannalta epäoleelliset asiat pois. Aineiston ryhmittelyssä samankaltaiset käsitteet yhdistetään saman luokan alle, tässä vaiheessa luodaan pohja tutkimuksen perusrakenteelle. Tutkimuksen kannalta oleellinen tieto erotetaan abstrahointi-vaiheessa. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 112–114.)

## 7 TUTKIMUSTULOKSET

### 7.1 Syyt Maaseudun tukihenkilöverkon tarpeeseen

Teemalomakkeen ensimmäinen kysytty teema oli ”*Miksi Maaseudun tukihenkilöverkkoa ja sen tukihenkilöitä teidän mielestänne tarvitaan? Miksi maaseudun ihmisille on rakennettu oma tukihenkilöverkkonsa?*” Aineistoa purettaessa löytyi teemoista selviä yhteneväisiä syyryhmiä Maaseudun tukihenkilöverkon tarpeellisuuden osoittamiseksi. Vastauksissa korostuivat elämäntilanteen muutoksissa tarvittava tuki, vertaistuen merkityksellisyys sekä Euroopan Unioniin liittymisen mukanaan tuoma problematiikka.

#### 7.1.1 Tuen merkityksellisyys

Vastauksista nousi esiin vertaistuen merkityksellisyys. Tutkimukseen osallistuneiden mielestä Maaseudun tukihenkilöverkosto halusi tarjota maaseudun väestölle oman näköistään, vaitiolovelvollista ”ruohonjuuritason” tukea voimavarojen huvetessa. Vastaajat kokivat, että maaseudun väestö tarvitsi tukihenkilöitä, jotka ymmärsivät maaseudun olosuhteet ja ongelmat ja pääsivät näin ollen lähemmäksi tuettavaa. Vastauksista ilmeni, että ammattimainen apu koettiin vieraana, eikä siihen ollut totuttu turvautumaan. Kynnys ammattiavun hakemiselle oli korkea. ”*Maaseudun väki ei ole tottunut käyttämään julkista terveydenhuoltoa. Aina on selvitty hyvin – tai huonosti.*”

(16) Julkisen terveydenhuollon tarjoamat palvelut koettiin puutteellisina ja yksityiset terveydenhuoltopalvelut sijaitsivat kaukana ja olivat kalliita. *”Kaupunkilaisväestöllä on ollut iät-ajat erilaisia sosiaalisia tukipalveluja. maaseudun ihmiset eivät ole niitä oppineet käyttämään. ja eivät tunne niitä kanavia, mistä löytää apua henkisiin ongelmiin.”* (11)

Tutkimukseen osallistuneiden vastauksissa maaseudun erityisongelmaksi mainittiin myös paikkakuntien pieni koko. Kylien ihmiset tunsivat toisensa, eikä omista ongelmista haluttu puhua liian tutulle ihmiselle. Vastauksissa korostui maaseudun ihmisten yksinäisyys; ei ollut ihmistä, jolle pahasta olost ja ongelmista puhua. Kahden ihmisen taloudessa ongelmat ja asiat alkoivat helposti kiertää samaa sanotun kehää ja ongelmat junnasivat paikoillaan. Tukihenkilöiden koettiin tarjoavan uusia näkökulmia sekä vertaistukea. Moni aluevastaavista koki kuuntelemisen olevan parasta tarjottua apua. Vastauksissa tuotiin ilmi myös maaseudun rakennemuutos ja yhteisöllisyyden väheneminen aikaisempaan verrattuna. *”Maaseudun rakennemuutos, yhteiskunnan kaupungistuminen, agrarikulttuurin sisäinen muutos aiheuttavat rankimpia sopeutumisvaatimuksia juuri maaseudun ihmisille ja rakenteille.”* (15) Aikaisempi tiivis yhteisöllisyys ja naapuriapu olivat ajan saatossa vähentyneet. Kylät tyhjenivät ihmisten hakeutuessa suurempiin taajamiin tai kaupunkeihin. Näin ollen myös viljelijöiden määrä väheni ja työn yksinäisyys lisääntyi kollegoiden ja yhteishengen kaikkoomisen myötä. Maaseudun tukihenkilöverkon koettiin osaltaan täyttävän tuota syntynyttä tyhjiötä.

### 7.1.2 Elämäntilanteen muutokset

Maaseudun väestöllä elämäntilanteen muutokset saattoivat viedä pohjan elinkeinon harjoittamiselta – ja tulevaisuudelta. ”No vaikka avioero tai sairaus; ”so what”, jos olen vieraalla töissä: avioeron sattuessa vaan järjestetään asiat uudelleen tai haetaan sairauslomaa.” (14) Jos molemmat aviopuolisoista olivat tilalla töissä, sairaus tai avioero saattoi viedä koko tilan elinkelpoisuuden ja jättää ihmiset tyhjän päälle. Ikänsä tilalla työtä tehneellä ihmisellä oli muuttuneen elämäntilanteen myötä myös mahdollisesti edessään uudelleen kouluttautuminen aivan toisenlaiseen ammattiin. Edessä saattoi olla myös elinympäristön muutos; kaupunkiin muuttaminen.

Kahden ihmisen voimin hoidettua tilaa ei hoideta yhden ihmisen työpanoksella, eikä maatalouslomittajia ole ollut tarpeeksi käytettävissä. Oma ongelmansa oli sukupolvi- en välinen kuilu; maatalousyrittäjän lapset eivät enää automaattisesti halunneet jatkaa tilaa, vaan nuoret suuntasivat pois kotitalalta. ”*Luopuminen omasta ja monien aikai- sempien sukupolvien työstä ja omaisuudestakin.*” (12)

### 7.1.3 Euroopan Unioni

Euroopan Unioniin liittymisen mukanaan tuoma ahdistus ja epävarmuus nousivat esiin valtaosassa vastauksista. ”*Kun suomi liittyi EU:hun, maaseudulla koettiin suur- ta hätää ja epävarmuutta, EU toi suuria muutoksia nimenomaan maanviljelijöiden elämään.*” (2) Euroopan Unioniin liittyminen ja liittymisen mukanaan tuomat sopeu- tumisvaikeudet ja ihmisissä herännyt muutosvastarinta koettiin olevan yksi suuri syy Maaseudun tukihenkilöverkon perustamiselle. ”*Suurten muutosten tuomaan epävar- muuteen ja pelkoon herättiin ajattelemaan ja tarjoamaan jotain apua, ja koulutettiin maaseudulla tukihenkilöitä. Aluksi nimi taisi olla maanviljelijöiden tukihenkilöverk- ko.*” (2)

”*EU:n myötä kilpailu on koventunut. Tukisysteemi nöyryyttää ihmisiä - enää ei anne- ta arvoa tietotaidolle, vaan ”palkan” saa pinta-alan / karjamäärän ym. suhteen. Ih- misten oma arvostuskin on kärsinyt inflaation.*” (6) Euroopan Unioniin liittymisen myötä maatalousyrittäjät joutuivat taistelemaan aivan uudella tavalla byrokratian kiemuroissa, tutustumaan ja noudattamaan lukuisia uusia säädöksiä ja käymään lopu- tonta ”paperisotaa”. Selvitäkseen kasvavista vaatimuksista tilakokoja pitäisi kasvat- taa ja tehokkuutta maksimoida jatkuvasti. Epävarmuus EU:n myöntämistä tuista, tur- vatusta tulotasosta ja yrittäjyyden jatkumisesta ylipäätään aiheuttivat henkistä pa- hoinvointia enenevissä määrin. ”*Henkinen pahoinvointi erityisesti maanviljelijäväes- tön kohdalla lisääntyi räjähdysmäisesti EU:hun liittymisen myötä. Sen jälkeen, myö- hemmässä vaiheessa yritysilmapiiri on koventunut ja rasittavuus lisääntynyt siinä määrin, että henkinen pahoinvointi ei ole hellittänyt.*” (7) Ongelmaksi koettiin myös se, että EU:n myötä maaseutuyrittäjien työtä ikään kuin hallittiin ja säädeltiin ulko- puolisin voimin, jopa Suomen rajojen ulkopuolelta.

#### 7.1.4 Maaseudun erityislaatuisuus

Maaseudun tukihenkilöverkon tehtäväksi koettiin avun, ymmärryksen, tuen ja arvostuksen jakaminen maaseutuyrittäjille. Virallista auttamisjärjestelmää pidettiin riittämättömänä ja kynnystä avun hakemiselle korkeana. *”Tukihenkilöitä maaseudulla tarvitaan kanssakulkijoiksi maaseudun ihmisten erilaisissa ongelmissa, elikkä ns. ”häätäensiapuna”. Maaseudun ihmisen on vaikea hakea apua esim. mielenterveys-toimistosta tai ammattiauttajalta, tai edes naapurilta.”* (17) Maatalousyrittäjien työn henkisen rasittavuuden kasvaminen, maaseudun toimintakulttuurin ja ongelmien erityislaatuisuus vaativat auttajalta omakohtaista kokemusta ja ymmärrystä. Tukihenkilöverkkoa pidettiin myös maaseudun ihmisen äänitorvena. Verkon avulla oli mahdollista välittää tietoa maaseudusta ja sen asioista kaupunkilaisväestölle. *”Elävä, hyvin hoidettu maaseutu on koko kansan etu ja ilo!”* (6)

#### 7.2 Avuntarpeen sisältö

Toinen kysytty teema *”Millaisissa asioissa maaseudun väestö tukihenkilöverkon apua tarvitsee?”* toi esiin ihmiselämän moninaisuuden. Vastauksista nousi esiin maaseudun väestön avun tarve ihmissuhde- ja mielenterveysongelmissa. Tukea maaseudun ihminen tarvitsi myös ammatinharjoittamiseen liittyvissä asioissa.

##### 7.2.1 Ammatinharjoittamisen vaikeudet

Maatalousyrittäjät tarvitsivat apua ja tukea ammatinharjoittamiseen liittyviin vaikeuksiin. Talousvaikeudet, liian suuri työmäärä sekä sukupolvenvaihdokseen liittyvät kysymykset aiheuttivat ahdistusta ja lisäsivät tuen tarvetta. Myös monilapsisen tilan jatkajan valitseminen saattoi olla ongelma. *”Siellä on yleensä paljon kateutta ja epäluuloisuutta niin viljelijöiden välillä kuin myös perheiden sisällä jos esim. yksi viidestä sisaruksesta jäänyt jatkamaan.”* (13)

Euroopan Unioni toi tullessaan ongelmia; sanktioita ja uudenlaista byrokratiaa. Unioniin liittymisen jälkeiset suuret muutokset ja tukileikkaukset aiheuttivat pelkoa

ja epävarmuutta tulevaisuuden suhteen. Olosuhteiden pakosta tilastaan luopumaan joutuvat ihmiset kaipasivat myötäelämistä, rohkaisua ja tukea ihmiseltä, joka tietää ja tuntee maaseudun nykytilan ilman erillistä selittelyä.

### 7.2.2 Yksinäisyys ja ihmissuhdevaikeudet

Ihmissuhteisiin liittyvät ongelmat ja niiden mukanaan tuoma tuen tarve nousivat vastauksista esiin. ”100 hehtaarin yksinäisyys” (6). Kasvavien tilakokojen myötä naapurit ovat kaukana ja työmäärän lisääntyminen vähentää ihmissuhteita. Nämä painoivat monen maaseutuyrittäjän mieltä. Aviopuolisot nääntyivät työtaakan alla ja vapaa-ajan vähyys teki työstä elämän keskeisen sisällön. Uupunut ihminen ei välttämättä löydä itse alati kasaantuviin ongelmiinsa ratkaisua. ”*Millaisissa asioissa meitä tarvitaan? No, henkilökohtaisissa elämänkriiseissä. Asioissa, joissa ollaan sulkeutuneita omaan maailmaansa puolisolinkin. Siis oikeista asioista ei puhuta. Syntyy tulehtuneita möykkyjä ja luulosairautta.*” (18) Kommunikaatiovaikeudet, mustasukkaisuus sekä aviopuolisoiden erilleen ajautuminen ja sen mukanaan tuoma avioeron uhka painoivat monen maaseudun ihmisen mieltä. Yhteisen tilan hoitaminen ja sama työpaikka saattoivat altistaa myös riippuvuudelle omasta puolisosta. Oman ryhmänsä muodostivat itselleen elämäkumppania ja tilalleen emäntää etsivät yksinäiset isännät, jotka kaipasivat tukea ja kannustusta. Anoppi – miniä – suhteen problematiikka ja sukupolvien väliset kommunikaatiovaikeudet ja näkemuserot ylipäättään nousivat esiin monessa vastauksessa. Suhteissa ilmeni kyräilyä, syyttelyä sekä kykenemättömyyttä asettua toisen asemaan.

### 7.2.3 Mielenterveysongelmat

Mielenterveyden ongelmissa tarvittiin paljon tukea. ”*Psykoosien ja loppuun palamisen jälkihoitotilanteet, jolloin varsinaisten ammattiauttajien vaihe on jo ohitettu.*” (7) Masentuneet ja masentuneen ihmisen omaiset olivat tuen tarpeessa, itsemurhan tehneen ihmisen omaisia unohtamatta. Stressi ja ihmisten loppuunpalaminen sekä perheväkivalta tuotiin ilmi ja vastauksista ilmeni myös alkoholin väärinkäytön olevan yleistä etenkin miesväestön keskuudessa. Somaattinen sairaus, joko oma tai läheisen,

oli kriisi maaseudun ihmiselle siinä missä muillekin. Maaseutuyrittäjä joutui kantaamaan huolta myös tulonlähteenä olevien eläintensä terveydestä. *”Avulla näyttäisi tällä hetkellä olevan myös fyysinen tarve; yritys ei ole enää perheyritys varsinkaan suurilla lypsykarjatiljoilla. Ennakoivaa tietoa jaksamisesta ja riskeistä tarvitaan - siihen ei enää tukihenkilön voimavarat ja taidot riitä. Verkostoitumista eri tahojen kanssa tarvitaan.”* (10)

### 7.3 Suurimmat ongelmien aiheuttajat

Kolmanneksi kysyttiin ***Mitkä ovat mielestänne maaseudun väestön suurimmat ongelmanaiheuttajat?*** Suurimmat ongelmanaiheuttajat oli jaettavissa selkeisiin ryhmiin. Euroopan Unioni oli suurin yksittäinen vaikuttaja luomaan epävarmuutta tulevaisuuteen. Sukupolvenvaihdokseen liittyvät ongelmat sekä muuttovirtaus maalta kaupunkiin mainittiin monessa vastauksessa mielenterveys- ja ihmissuhdeongelmien lisäksi.

#### 7.3.1 Muuttovirtaus ja sukupolvenvaihdos

Maaseudulla eletään vielä hyvin pitkälti maaseudulle ominaisten normien, arvojen ja asenteiden maailmassa. Muuttovirtaus maalta kaupunkiin tyhjentää maaseutua, työpaikat ja palvelut siirtyvät taajamiin – ja maaseudun väestön asema heikkenee entisestään. *”Ei kavereita, ei saman ammatin harjoittajia, ei yhteisöä.”* (4) Yleisimmät ongelmanaiheuttajat ovat hyvin samankaltaisia kuin kaupungissa asuvalla väestöllä.

Sukupolvenvaihdokseen liittyvät ongelmat ovat maaseudulla yleisiä. Sukupolvenvaihdos ahdistaa vanhaa ja nuorta sukupolvea, sillä poikamiehet eivät välttämättä halua jäädä yksin tilalle, jos eivät löydä itselleen emäntää tilan arkea jakamaan. Myöskään nuoret eivät enää automaattisesti innostu jatkamaan perinneammattia. *”Ongelmana on näköalattomuus - ei tiedetä mihin maatalous muuttuu tai ei uskalleta ottaa riskejä, kun ei olla varmoja. Sukupolvenvaihdos on liian kallista tehdä.”* (18) Ongelmaksi koettiin myös se, että tilasta luopuva osapuoli joutui usein jatkamaan työtä uuden yrittäjän rinnalla. Ikääntyvät ihmiset eivät enää jaksaneet työn fyysisistä



rankkuutta nuorten lailla, eikä heillä ”luopujan roolissa” ollut välttämättä motivaatiota tai resursseja tarttua uusiin haasteisiin. Vaikea tilanne muodostui myös yrittäjän vakavan sairauden, vakavan onnettomuuden tai äkillisen kuolemantapauksen myötä.

### 7.3.2 Euroopan Unioni ja epävarmuus tulevasta

Eräänlainen näköalattomuus ja epävarmuus tulevaisuudesta leimaavat maaseudun arkea. Koettiin, että taakkana painaa jatkuva poliittisesti ohjattu painostus muiden väestöryhmien toimesta. Riskejä ei uskalleta ottaa saati pitkäaikaissuunnitelmia tehdä, sillä etenkin EU:n myötä usko tulevaisuuteen on horjunut. ”*Asioista päättää henkilöt, jotka eivät tunne maataloutta ja sen tarvetta riittävän pitkäkestoiseen suunnitteluun. EU:n päätökset muuttuvat toistuvasti.*” (3) Virheisiin ei EU:n byrokratian rattaissa ole varaa ”*vaikka parhaansa yrittää ja olla tarkka, voi pilkkuvirhe tukipapereissa viedä sanktioille.*” (9) Byrokratiaa pidettiin negatiivisesti varautuneena valvontana ja kontrollina, joka aiheuttaa henkistä pahoinvointia maaseutuyrittäjien keskuudessa. ”*Jatkuvat tarkastukset = rikollisena pitäminen.*” (12)

Osa viljelijöistä oli ajautunut oravanpyörään; maatalousyritystä oli suurennettava alituisesti, mutta inhimilliset voimavarat eivät kasvaneetkaan tilan suurenemisen myötä. Työn fyysinen ja henkinen rankkuus kasvoivat liian suuriksi, mutta taloudelliset resurssit eivät mahdollistaneet riittävän suuria saneerauksia suurtilan toiminnalle. ”*Ei eläimet voi tulla tuottaviksi tänään ja huomenna ne ovat tarpeettomia.*” (3) Yrittäjät velkaantuvat, kiintiöt pienenevät, hinnat laskevat ja seurauksena oli yrittäjän henkilökohtainen katastrofi. ”*Kykenemättömyys kaikkeen vaadittavaan.*” (12) Kiristynvä työtahti ja alati muuttuvat vaatimukset esimerkiksi ympäristöasioiden huomioimisen suhteen loivat paineita myös lisäkouluttautumiselle. Aikaa, rahaa ja resursseja vaadituille asioille oli ”*EU:n torpparin*” (6) kuitenkin vaikea löytää. Elämä oli muuttunut elämäntapa-yrittäjyydestä bisnesyrittäjyydeksi. ”*Pitäisi olla monitaituri.*” (5)

### 7.3.3 Ihmissuhde- ja mielenterveysongelmat

Ratkoessaan taloudellisen toimeentulonsa ongelmia ja pohtiessaan elinkeinonsa kannattavuutta, joutuivat ihmiset puun ja kuoren väliin. Elinkeinojen jatkuvuuden turvaaminen vaati jatkuvaa työtä ja taistelua, mutta kaikki työlle uhrattu aika oli pois ihmisen sosiaalisesta elämästä. Työn ja vapaa-ajan yhteensovittamisen vaikeus oli suuri ongelma maaseutuyrittäjillä. Perheen oli vaikea löytää yhteistä aikaa kiireen keskellä ja etenkin parisuhteen hoitaminen jäi usein toisarvoiseksi lasten hoitamisen tai toimeentulon turvaamisen rinnalla. *”Kun yrittäjä väsyä, ihmissuhteet alkavat rakoilla. Ei ole rahaa, eikä ole aikaa muulle kuin työlle. Perhe hajoaa – ehkä tilakin - ja elämältä putoaa pohja.”* (15) Työmäärän lisääntyessä ihminen alkoi helposti ensimmäisenä karsia sosiaalista elämäänsä saadakseen lisää aikaa työnteolle. Ystävien ja vuorovaikutuksen puute sekä psyykkiset ja somaattiset sairaudet koettelivat ihmisiä. Yksinäisyydessään moni turvautui alkoholiin ja siitä onkin tullut maaseudulla yksi suurimmista ongelmanaiheuttajista.

### 7.4 Tukihenkilötoiminnan motiivit

Neljäs kysytty teema selvitti vastaavien tukihenkilöiden (aluevastaavat) motiiveja vapaaehtoistyön tekemiselle sekä heidän kokemuksiaan työn palkitsevuudesta ja vaikeudesta. ***Mikä on ollut vaikeinta (vastaavan) tukihenkilön työssä? Entä palkitsevinta? Miksi toimitte maaseudun tukihenkilöverkossa?*** Teeman vastaukset olivat hyvin erilaisia keskenään ja niissä korostuivat vastaajien henkilökohtaiset ajatukset ja kokemukset. Tukihenkilötoiminnan vaikeus, tukihenkilötoiminnan palkitsevuus sekä motiivit tukihenkilötoiminnalle muodostivat omat selkeät vastausryhmänsä.

#### 7.4.1 Tukihenkilönä toimimisen vaikeudet

Uskon valaminen tulevaisuuteen ja vaikeuksissa tuettavan rinnalla kulkeminen tuntuivat vaikeilta, kun konkreettisia keinoja ihmisen auttamiseksi ei ollut. *”Eräs vaikeus on se, että ei oteta yhteyttä, vaikka apua tarvitsisi. On vaikea lähteä tarjoamaan apua, kun sitä ei pyydetä.”* (10) Kaivattiin tahoja, jotka toisi tiedon Maaseudun tuki-

henkilöverkolle tuen tarpeesta. Osa vastaajista puolestaan kärsi siitä, että apua pyytävien yhteydenotot tulivat yllättävissä tilanteissa, ilman ennakkovaroitusta oman arjen keskelle. Osan ongelmana oli aikapula sekä oman työn raskaus. Pitkät työmatkat ja –tunnit olivat automaattisesti pois tukitoiminnasta. Maaseudun tukihenkilöverkon asiakkaiden ongelmien koettiin kasautuvan tiettyyn vuodenaikaan, jolloin osa vuodesta muodostui hyvin kuormittavaksi tukihenkilöille. Konkreettisista kohdatuista ongelmista mainittiin vaikeat avioerot, kuolemantapaukset sekä asiakkaan suuret velkamäärät. *”Vaikeinta ollut myös sen ymmärtäminen, että kukaan ei voi elää toisen elämää. vain hetken voi kulkea rinnalla, mutta jokaisen on elettävä oma elämänsä omien ratkaisujensa pohjalta.”* (14)

Tukihenkilön oma avuttomuuden tunne auttamistilanteessa koettiin raskaana. Sen hyväksyminen, että tuettavan ongelmiin ei löytynyt ratkaisumallia, oli vaikeaa. Eriytyisen hankalilta tuntuivat asiantuntemuksen puute mielenterveysongelmaisen tuettavan kohtaamisessa, sekä se, *”kun näkee apua tarvittavan, mutta ei ole keinoa tarjota sitä ja tilanne kehittyy itsetuhoon saakka”* (1). Vaikeana pidettiin sitä, ettei tukija tiedä, mitä tuettavalle yhteydenottojen jälkeen tapahtuu. *”Haasteellista on kasvaa tehtävässään TUKEVAKSI; oppia kohtaamaan tasavertaisena ja luoda vuorovaikutussuhde, oppia kuulemaan – olla ahdistumatta itse (työnohjausta tarvitaan!)”* (15)

Osa aluevastaavista koki vaikeimmaksi asiaksi riittävän tiedottamisen Maaseudun tukihenkilöverkosta, jotta kaikki avuntarvitsijat saisivat tietää verkon olemassaolosta ja uskaltaisivat ottaa siihen yhteyttä. Etenkin Maaseudun tukihenkilöverkon alkutai-paleella verkkoa kohtaan ilmeni ennakkoluuloja ja – asenteita; *”maaseudun ihmisen on vaikea hakea apua, ongelmat peitellään viimeiseen asti.”* (17)

Haasteellisena pidettiin tukihenkilöiden saamista yhteisiin järjestettyihin tilaisuuksiin sekä tukihenkilöiden motivoimista pitkäaikaiseen sitoutumiseen tukihenkilöverkon toimintaan. Eräs aluevastaavista koki vaikeana tukisuhteen siirtämisen itseltään tukihenkilölle. Osa vastaajista koki, ettei suurempia vaikeuksia ole aluevastaavana ollut. Maatalousväestön parissa tehty elämäntyö sekä maaseudun väestön arjen ilojen ja surujen tunteminen helpottivat aluevastaavana toimimista.

#### 7.4.2 Palkitsevaa tukihenkilötoiminnassa

Palkitsevia asioita aluevastaavat löysivät tekemästään työstä paljon. Paras kiitos oli tuettavan selviytyminen vaikeuksista ja irtaantuminen tukisuhteesta takaisin ”omavaraiseen” elämään. *”Minä selviän!”* (12) Avun tarvitsijan selviytyminen ja elämäänsään voimaantuminen koettiin erityisen palkitsevina. *”Palkitsevinta kun saa toivon heräämään eli ihminen, asiakas, näkee ”tunnelin päässä valoa” ja alkaa suunnitella elämäänsä eteenpäin.”* (9) Avun tarpeessa olleen ihmisen antamaa palautetta (ja kiitosta) arvostettiin suuresti ja sitä kaivattiin lisää. *”Joskus vuosienkin päästä voi joku tulla sanomaan, että silloin kerran puhumasi asia selkeytti elämäni.”*(6) *”Ei sitä oikeastaan tiedä, onko ollut joskus avuksi jollekulle. sitä voi vain olla iloinen, jos kanssaryttäjät onnistuvat selviytymään vaikeista hetkistään.”* (1)

Moni avun tarvitsija tarvitsi itselleen kuuntelijaa vaikeassa tilanteessa, mutta varsinaista tukihenkilön tarvetta heillä ei ollut. Näissä kontakteissa palkitsevana koettiin se, että keskustelun loputtua soittaja kertoi olonsa helpottuneen ja ajatustensa selkiytyneen. *”Palkitsevaa on saada vaikka vain yhden puhelun jälkeen lause: ”voinko soittaa vielä joskus?”* (12) Tukijan ja tuettavan välille syntynyttä yhteyttä osattiin arvostaa. Myös itse verkostossa toimiminen koettiin antoisana. Tiedon ja koulutuksen saamista arvostettiin. *”Palkitseva asia on se, että kaikki tukihenkilökoulutuksen saaneet henkilöt voivat hyödyntää koulutus- ja kokemuspääomaansa jatkuvasti omassa elämänympäristössään ja työssään.”* (7) Erilaisissa tilaisuuksissa luennoimista ja käsiteltyjen aiheiden tiimoilta syntyneitä keskusteluja pidettiin arvossa.

#### 7.4.3 Syyt Maaseudun tukihenkilöverkossa toimimiselle

Syyt tukiverkossa toimimiselle olivat moninaiset. Halu auttaa ja olla kanssaihminen tukena sekä tietoisuus olemassa olevasta tuen tarpeesta motivoivat monia aluevastaavia työn tekemisessä. *”Haluan auttaa, koska yhteisön luonnolliset henkiset ja myös fyysiset tukirakenteet ja sosiaaliset verkostot ovat paljolti kadonneet.”* (7) Osa aluevastaavista oli itse turvautunut tukihenkilöverkon apuun vaikeuksissaan ja apua saamaan olivat itse motivoituneet kouluttautumaan verkon tehtäviin. *”Olen saanut itse apua kun oli vaikeaa. Uskon, että voin olla avuksi joillekin.”* (14) *”Osaan arvostaa*

*oman elämän pieniäkin asioita entistä paremmin.*” (14) Maaseudun ihmisten toivottiin oppivan arvostamaan taas itseään sekä näkemään maaseudun kauneus. Kateuden tilalle toivottiin yhteistyötä, avunantoa sekä hauskaa yhdessäoloa.

*”Ryhdyin vastaavaksi tukihenkilöksi sillä hetkellä työttömänä olleena. Olen itse saanut tästä monenlaista sisältöä elämäni, etten ole halunnut lopettaa, vaikka työttömyyttä kesti vain vähän aikaa.”* (8) Osa aluevastaavista oli tehnyt elämäntyönsä maaseudun ihmisten parissa ja tukihenkilöverkossa toimiminen oli jatkumo tehdyille elämäntyölle. *”Haluan edelleen auttaa maaseudun ihmisiä, kun omat voimavarat vielä riittää – tämä ikään kuin jatketta elämäntyölleni.”* (11) Osa motivoi aluevastaavan työhön rakkaus maaseutua kohtaa. *”Olen henkeen ja vereen maaseutuhenkilö ihminen. haluan auttaa jos joku apua pyytää tai tarvitsee.”* (3) *”Olen maalla syntynyt ja kasvanut – näin ollen tiedän maaseudun olosuhteet; ehkä jonkinlainen intuitio vei minut toimintaan mukaan.”* (17)

Osa aluevastaavista koki, että he toimivat tukihenkilöinä niissä tilanteissa, kun avun tarvitsija ei halunnut puhua asioitaan tukihenkilölle. Aluevastaavaa pidettiin heidän mielestään pätevämpänä. Maaseudun tukihenkilöverkossa toimiminen koettiin mielekkäänä. *”Työtä jaksaa tehdä, kun näkee, että on ollut jollekin kuuntelija ja avun antaja. Hyvä taustaryhmä on kannustamassa.”* (10) Tukihenkilöverkon myötä aluevastaavat olivat tutustuneet moniin uusiin ihmisiin ja saaneet itselleen uusia ystäviä. Tukihenkilöverkon järjestämät koulutustilaisuudet sekä yhteiset tilaisuudet koettiin palkitsevina sekä kannustavina.

*”Ongelmat ovat muuttuneet vuosien aikana. Eräs maanviljelijä todennut: ”nykytila on kuin sairaus, mutta jos se hyvin hoidetaan ja on pätevät hoitajat, sen kanssa pystyy elämään ja jopa paranemaan.”* (10)

*”Olen maaseudun ihminen itsekin ja toivon, ettei elämä olisi täällä liian vaikeaa. Uskon, että tarvitsemme toisiamme ja voimme tukea toisiamme. Niin yksilöt, kuin yhteisötkin voivat ajautua vaikeuksiin. Agraarikulttuuri perustuu terveelle luontosuhteelle. Arvostan kestävään kehitykseen pohjautuvaa toimintaa. Liian vahvat liike maailman – rahan – lait sanelevat itsekkyyden ja ahneuden ehtoja, jotka riistävät luontoja ja ihmistä itseään ja johtavat lopulta tuhoon.”* (15)

*”PS. Älkää unohtako tukihenkilöiden täydennys- ja jatkokoulutus, virkistys- ja työn-ohjaustoiminnan merkitystä + sitä, että tukihenkilökin voi uupua omien tilanteidensa vuoksi ja tarvita vapaavuoden tai lopettaa kokonaan toimimisen.” (3)*

## 8 POHDINTA

### 8.1 Tutkimustulosten tarkastelu ja pohdinta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miksi Maaseudun tukihenkilöverkkoa tarvitaan ja millaisissa asioissa maaseudun väestö Maaseudun tukihenkilöverkon apuun tukeutuu. Tavoitteena oli tuottaa Maaseudun tukihenkilöverkolle uutta tietoa verkon merkityksellisyydestä tukihenkilöverkon toiminnan kehittämiseksi.

Ensimmäisenä tutkimusongelmana oli selvittää, **miksi Maaseudun tukihenkilöverkkoa tarvitaan**. Tutkimusongelmaa selvitettiin kahden teeman avulla. Ensimmäisessä teemassa selvitettiin syitä Maaseudun tukihenkilöverkon tarpeellisuudelle kysymällä *miksi Maaseudun tukihenkilöverkkoa ja sen tukihenkilöitä teidän mielestänne tarvitaan? Miksi maaseudun ihmisille on rakennettu oma tukihenkilöverkkonsa?*

Maaseudun väestön kynnystä henkisen tuen hakemiselle pidettiin korkeana. Julkisen terveydenhuollon palvelut sijaitsivat kaukana ja niitä vierastettiin. Maaseudun tukihenkilöverkoston apua arvostettiin, sillä verkon vapaaehtoiset olivat tietoisia maaseutukulttuurin erityisluonteesta ja ongelmista, joiden kanssa maaseudun väestö joutuu painimaan. Tukihenkilöille ei tarvinnut erikseen selitellä ongelmien erityislaatuisuutta tai kuvailla maaseudun omanlaistaan arvo- ja ajatusmaailmaa, sillä tukihenkilöt olivat asiasta tietoisia oman kokemusmaailmansa kautta. Vertaistuen, arvostuksen ja tuen antamisen merkitys korostui.

Muutokset maaseutukulttuurissa, kylien autioituminen ja muuttovirtaus kaupunkiin heikensivät maaseudun yhteisöllisyyttä. Ihmiset olivat yksinäisiä, parisuhteet kriisisissä ja ammattinharjoittajat vailla kollegoiden tukea ja naapuriapua. Sulin (2001) mainitsee samat ongelmat. Ongelmat sukupolvenvaihdoksessa olivat yleisiä, sillä yrittäjän lapset eivät välttämättä halunneet kotitilaa enää jatkaa. Toisaalta tilan jatkaminen ei ehkä ollut kannattavaa ilman suuria saneerauksia, joihin yrittäjillä ei ollut varaa. Euroopan Unioniin liittymisen myötä menestymisen paineet olivat kasvaneet ja moni yrittäjä koki Euroopan Unioniin liittymisen olleen ”se viimeinen naula maaseutuyrittäjän arkkuun”. EU:n myötä epävarmuus toimeentulosta ja tulevaisuudesta kasvoivat. Tutkimustulokset ovat samansuuntaiset kuin Jaakkolan opinnäytetyön (1999) tulokset.

Vastauksista on helposti tulkittavissa se, että maaseudun väestö tarvitsee oman tukiverkkonsa. Ilman Maaseudun tukihenkilöverkkoa nousee monen avuntarvitsijan kynnys avun hakemiselle liian korkeaksi. Oman kokemusmaailman kautta hankittu tieto ja elämäkokemus tekevät Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöistä ja aluevastaavista vapaaehtoistyön erityisosaajia omalla sarallaan. Maaseudun väestön problematiikka on omanlaistaan ja maaseudun elinkulttuuri hahmottuu kokonaisuudessaan todella vain niille, jotka kokemusta asian tiimoilta omaavat.

Toinen kysytty teema selvitti avuntarpeen sisältöä kysymällä *millaisissa asioissa maaseudun väestö tukihenkilöverkon apua tarvitsee?* Maaseudun väestön problematiikka on suurilta osin samankaltaista kuin valtaväestönkin. Ihmissuhdeongelmat, sairaudet sekä ongelmat toimeentulossa painavat monen ihmisen mieltä. Oman erityislaatuisuutensa maaseudun väestön elämään tuo elinkeinon harjoittaminen ja toimeentulon hankkiminen maaseutuyrittäjänä. Koventunut kilpailu sekä Euroopan Unionin myötä tullut uudenlainen kamppailu toimeentulosta sekä byrokratian kiemurat aiheuttivat ahdistusta ja pelkoa epäonnistumisesta. Kohtuuttomasti kasvanut työmäärä ja 100 hehtaarin yksinäisyys vaivasi monia yrittäjiä. Perhe-elämä ja parisuhteet olivat kriisissä ja sosiaalinen verkosto oli monella avuntarvitsijalla suppea ja rikinäinen. Alkoholi- ja mielenterveysongelmat sekä perheväkivalta olivat monesti henkisen sietokyvyn ylittymisen merkkeinä. Jaakkola (1999) mainitsee opinnäytetyössään viljelijöiden tarvitsevan apua muun muassa henkisen tasapainon järkkyessä,

ihmissuhdevaikeuksissa, Euroopan Unionin mukanaan tuomissa ongelmissa sekä työuupumuksen vaivatessa.

Maaseudun väestön ongelmat ovat pitkälti samankaltaisia kuin muunkin väestön. Ongelmat arkielämässä ja ihmissuhteissa ovat vallalla maaseudulla siinä missä kaupungissakin. Maaseudun ihmisen ongelmien erityislaatuisuus ilmenee erityisesti työstä ja toimeentulosta puhuttaessa. Euroopan Unioniin liittyminen mullisti suuresti maaseutuyrittäjien elämää ja aiheutti monelle yrittäjälle kohtuuttomia, jopa ylittämättömiä vaikeuksia. Muutoksen mukanaan tuoma ahdistus ja epätoivo korostivat Maaseudun tukihenkilöverkon antaman ”henkisen ensiavun”, tuen ja rinnalla kulkemisen merkitystä.

Toinen tutkimusongelma selvitti **millaisissa asioissa Maaseudun tukihenkilöverkkoa tarvitaan** kysymällä *Mitkä ovat mielestänne maaseudun väestön suurimmat ongelmanaiheuttajat?*

Elinkeinon harjoittamiseen liittyvä problematiikka nousi esille tässäkin teemassa. Ongelmat sukupolvenvaihdoksessa sekä poikamiesten vaikeus löytää itselleen puolisoa maataloon mainittiin useassa vastauksessa. Muuttovirtaus maalta kaupunkiin autioitti maaseutua ja väestörakenne maaseudulla vanheni entisestään. Työn fyysinen raskaus ja epätietoisuus tulevasta aiheuttivat väsymystä ja ahdistusta yrittäjien keskuudessa. Keski-Heikkilän tutkimustulokset (2002) myötäilivät saatuja vastauksia. Tulevaisuudensuunnitelmia ei uskallettu tehdä, sillä kiristynyt työtahti ja kasvavat vaatimukset esimerkiksi Euroopan Unionin taholta ajoivat yrittäjät usein jaksamisen ja taloudellisen selviytymisen ääri rajoille. Kasvava työmäärä vähensi perheiden yhteistä aikaa ja minimoi yrittäjien vapaa-ajan. Alkoholin väärinkäyttö oli yleistä ja lisäksi ihmisten psyykkisiä ja somaattisia ongelmia.

Uskallus luottaa elämän peruspilareiden kantamiseen ja mahdollisuus suunnitella tulevaisuuttaan eteenpäin sekä turvattu toimeentulo ovat muutamia onnellisen ihmisen elementteistä. Perusasioiden ollessa mallillaan voi elämäänsä elää täysipainoisesti, vaikka vaikeudet välillä horjuttaisivatkin. Ihmissuhteiden, toimeentulon ja perinteiden katketessa horjuu ihminen kuitenkin kokonaisvaltaisesti ja harva selviää koet-



telemuksista ongelmitta. Maaseudun väestön suurimpana yksittäisenä vaikeuksien luoja mainittiin Euroopan Unioni, vastauksesta toiseen.

Viimeinen, neljäs teema, selvitti tukihenkilötoiminnassa mukana olemisen vaikeuksia, palkitsevuutta ja tukihenkilön motiiveja vapaaehtoistyöhön osallistumiselle. ***Mikä on ollut vaikeinta (vastaavan) tukihenkilön työssä? Entä palkitsevinta? Miksi toimitte maaseudun tukihenkilöverkossa?***

Viimeisen teeman vastauksissa korostuivat eniten vastaajien henkilökohtaiset kokemukset ja tunteet tukihenkilötyöstä. Konkreettisten auttamiskeinojen puuttuminen tuntui tukihenkilöstä turhauttavalta, kun tuen tarpeessa oleva olisi tarvinnut esimerkiksi käytännön apua ongelmansa ratkaisemiseksi. Sanallinen tuki ja kannustus tuntuivat toisinaan riittämättömiltä suurten ongelmien rinnalla ja avuttomuuden sekä neuvottomuuden tunteet mainittiin eräiksi vaikeimmista asioista. Osa tukihenkilöistä kärsi siitä, etteivät tieneet, mitä tuettavalle yhteydenottojen jälkeen tapahtui

Aluevastaavana toimimisessa vaikeaksi mainittiin tiedotustyö Maaseudun tukihenkilöverkosta. Hankalaksi koettiin tukihenkilöiden motivoiminen vapaaehtoistyöhön sekä heidän motivoimisensa osallistumaan yhteisiin järjestettyihin tilaisuuksiin. Osa aluevastaavista koki, ettei suuria vaikeuksia tukihenkilötyössä ollut, sillä maaseudun elämän tunteminen teki työstä helppoa.

Palkitsevia asioita tukihenkilötyöstä löytyi paljon. Tuettavan selviytyminen kriisistä oli suurin mahdollinen kiitos vapaaehtoistyöntekijälle. Avun tarvitsijan antamaa palautetta pidettiin arvossa. Maaseudun tukihenkilöverkon järjestämät koulutukset saivat positiivista palautetta ja tukihenkilötoimintaa itsessään pidettiin palkitsevana. Usea vastaaja oli myös saanut itselleen uusia ystäviä vapaaehtoistyön kautta.

Rakkaus maaseutua kohtaan oli suurin syy Maaseudun tukihenkilöverkossa toimimiselle. Tietoisuus maaseudulla vallitsevista ongelmista motivoi monia vapaaehtoisia toimimaan Maaseudun tukihenkilöverkossa. Henkilökohtaiset vaikeudet ja kokemus niiden voittamisesta sekä omakohtainen kokemus maaseudun elämästä kannusti monia tukihenkilöitä vapaaehtoistyön tekemiseen. Vapaaehtoistyö oli luonnollinen jatkumo maaseutuväestön parissa tehdylle elämäntyölle ja se toi myös sisältöä työttö-

mäksi jääneen tukihenkilön elämään. Maaseudun tukihenkilöverkossa toimimista pidettiin mielekkäänä ja palkitsevana.

## 8.2 Tutkimuksen luotettavuus

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuden arvioimiselle ei ole olemassa selkeää ja yksiselitteistä ohjeistusta. Kvalitatiivisen aineiston analyysivaihetta ja luotettavuuden arviointia ei voi erottaa toisistaan kovinkaan jyrkästi. Huomiota tulisi kuitenkin kiinnittää tutkimuksen kohteeseen ja tarkoitukseen, aineistonkeruumenetelmään, tutkijan omaan sitoumukseen suhteessa tutkimukseen, tutkimuksen tiedonantajiin sekä tutkimuksen keston. Aineiston analyysia ja raportointia tulee arvioida ja tehdyt valinnat tulee olla perusteltavissa. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 135, 138; Eskola & Suoranta 2005, 208.)

Opinnäytetyön aihevalinnan jälkeen alettiin pohtia konkreettista metodia, jolla opinnäytetyö tehtäisiin. Koska opinnäytetyö haluttiin tehdä laadullisen tutkimuksen menetelmin, oli mietittävä, miten tutkimusta lähdetäisiin toteuttamaan. Suomessa toimivien aluevastaavien (n=61) henkilökohtainen haastattelu olisi ollut työläs projekti, joten päädyttiin käyttämään teemalomaketta. Teemalomake sisälsi neljä teemaa, joihin kohdejoukkoa pyydettiin omin sanoin vastaamaan. Kysymyksenasettelua ohjasi opinnäytetyöntekijän oma tiedonhalu ja mielenkiinto, sillä opinnäytetyöntekijällä ei ollut Maaseudun tukihenkilöverkosta etukäteen minkäänlaista tietoa. Vastauksien yhteneväisyyksistä voidaan päätellä, että vastaajat ymmärsivät laaditut kysymykset samankaltaisesti. Vastaukset olivat asiallisia, perusteltuja ja hyvin informatiivisia.

Luotettavuuden kriteereistä *vahvistuvuus* tarkoittaa sitä, että tutkimuksessa tehdyt tulokset saavat tukea aiheesta aiemmin tehdyistä tutkimuksista (Eskola & Suoranta 2005, 212). Jaakkolan opinnäytetyö (1999) sekä Keski-Heikkilän pro gradu – tutkielma (2002) kuvailevat ja perustelevat Maaseudun tukihenkilöverkon merkitystä hyvin samankaltaisesti kuin tämä opinnäytetyö. Aineiston riittävyys ja kattavuus ovat tutkimuksen luotettavuuden mittareita (Eskola & Suoranta 2005, 215). Kvalitatiivisen aineiston riittävyyteen viitataan *saturaation* käsitteellä. Saturaatiolla eli *kyllään-*

*tymisellä* tarkoitetaan sitä, että tutkija ei etukäteen tiedä, montako tapausta hän tutkii. Aineisto voidaan todeta riittäväksi, kun vastauksissa alkavat toistua samat asia. Tietty määrä aineistoa tuo esiin teoreettisesti merkittävän tuloksen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2005, 171.)

Huolimatta melko pienestä vastausmäärästä (n=18) oli palautuneissa lomakkeissa hyvin samansuuntaisia vastauksia, kun kysymyksessä oli Maaseudun tukihenkilöverkkoon liittyvät asiat. Voidaan siis todeta, että kylläntymistä tapahtui. Vastausmäärän pienuudesta johtuen opinnäytetyöntekijä pohti vastaamiseen kannustavien ”karhukirjeiden” lähettämistä aluevastaaville. Koska jo saaduissa vastauksissa kuitenkin tapahtui selkeää kylläntymistä, hylkäsi opinnäytetyöntekijä ajatuksen kirjeiden lähettamisestä. Karhukirjeet olisi vastaajien anonymiteetin vuoksi pitänyt lähettää kaikille aluevastaaville (n=57), joka olisi puolestaan lisännyt opinnäytetyöntekijälle tulevia kustannuksia. Opinnäytetyöntekijälle jäi vaikutelma, että vaikka vastaajien määrä olisi ollut suurempi, niin se ei olisi tuonut opinnäytetyöhön enää mitään uutta lisäarvoa.

Suurin poistuma eli kato on kirjekyselyissä. Houkutteleva vastauslomake, motivoiva saatekirje sekä mahdollisimman helppo kyselyn palauttamistapa mainitaan keinoina, joilla minimoida kyselyn katoa. (Heikkilä 1998, 43.) Teemalomakkeita lähetettiin 57 kappaletta ja niistä palautui opinnäytetyöntekijälle 18 kappaletta. Kato oli melkoinen. On mielenkiintoista pohtia, miksi vastauksia palautui niinkin vähän. Ovatko Maaseudun tukihenkilöverkossa toimivat ihmiset kyllästyneitä kertomaan syitä tukihenkilöverkon merkityksellisyydestä vai onko aihe heille yhdentekevä? Luulisi, että ”maaseudun puolustajat” haluaisivat jakaa tietoa ja avartaa ihmisten ymmärrystä maaseudun tilanteesta, kun siihen tarjotaan mahdollisuus. Silkkaan välinpitämättömyyteen on kuitenkin vaikea uskoa, sillä vastanneiden tukihenkilöiden kirjoituksista korostui välittäminen ja vahva sitoutuminen tukihenkilöverkon toimintaan. Syyksi on vaikea uskoa myöskään lyhyttä vastausaikaa, sillä aikaa vastaamiseen oli annettu useita viikkoja. Palautuskuoret oli kirjoitettu valmiiksi ja niissä oli postimaksu maksettuna. Toisaalta; teemalomake lähetettiin kohdejoukolle kesän kynnyksellä, ehkäpä kesän kiireet tai mahdollinen kesäloma vähensivät vastausaktiivisuutta. On toki myönnettävä, että kohdejoukolle lähetetty teemalomake oli itsessään haasteellinen; tyhjä paperi, jonka yläkulmassa oli kysymys. Vastaajat joutuivat itse muotoilemaan

vastauksensa, valmista kaavaa, valmiita vastausvaihtoehtoja ei ollut tarjottu. Lomakkeen ulkoinen olemus oli pelkistetty ja vastausmahdollisuudet miltei rajattomat. Kirjoittamiseen tottumattomalla kynnyksellä vastaamiselle oli varmastikin korkea.

### 8.3 Tutkimuksen eettiset kysymykset

Opinnäytetyölle anottiin ja saatiin tutkimuslupa Maaseudun tukihenkilöverkolta, jonka jälkeen teemalomakkeet lähetettiin kohdejoukolle. Teemalomakkeen saatekirjeessä kerrottiin tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet sekä vastaajien anonymiteettisuoja. Saatekirjeessä oli myös opinnäytetyöntekijän sekä hänen ohjaajansa tiedot mahdollisia yhteydenottoja varten. Mäkinen (2006, 114) toteaa vastaajien anonymiteetillä olevan selkeitä etuja tutkimuksen toteuttamisen kannalta. Anonymiteetti rohkaisee vastaajia kertomaan avoimesti vaikeistakin asioista. Tässä opinnäytetyössä vastaajien henkilöllisyyttä ei tuotu julki missään vaiheessa. Palautuneet teemalomakkeet numeroitiin saapumisjärjestyksessä ja opinnäytetyössä käytetyt suorat lainaukset on identifioitu näillä numeroilla.

Avoimia kysymyksiä sisältäneet teemalomakkeet antoivat vastaajille mahdollisuuden vastata omin sanoin esitettyihin kysymyksiin. Kysymyksenasettelu oli ainoa vastaamista ohjannut tekijä, muutoin vastaajat saivat itse valita miten laajasti – tai suppeasti teemoihin vastaavat. Osa vastaajista oli kirjoittanut essee-tyyppisesti, toisten turvautuessa luetteloimaan vastauksensa ranskalaisin viivoin.

### 8.4 Opinnäytetyön tavoite ja jatkotutkimushaasteet

”Hyvä elämä ei ole mahdollista ilman muita ihmisiä, ilman rakkautta. Isojen pitää huolehtia pienistä, vahvojen heikoista, aikuisten lapsista, terveiden vammaisista, työikäisten vanhuksista. Vapaaehtoistyöntekijä on aina ainakin jossain määrin Hyvä Ihminen. Se on aika hieno arvonimi, paljon hienompi kuin esimerkiksi pelkkä ”Osaaja”.” (Uusikylä 2001, 120.)

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Maaseudun tukihenkilöverkolle uutta tietoa verkon merkityksellisyydestä tukihenkilötoiminnan kehittämiseksi. Opinnäytetyön tulokset ovat hyvin samansuuntaiset aiempien tehtyjen tutkimusten kanssa, joten varsinaista uutta tietoa työn avulla ei Maaseudun tukihenkilöverkolle tuotettu. Voidaan kuitenkin todeta, että tukihenkilöverkon tarve ei ole vuosien saatossa vähentynyt – päinvastoin! Maaseutuväestön problematiikka on monimuotoista ja omanlaisiaan. Jotta maaseudun väestöä pystyttäisiin parhaalla mahdollisella tavalla tukemaan, on heille tarjottava ”omannäköistään” tukea koulutettujen aluevastaavien ja tukihenkilöiden muodossa myös jatkossa.

Tulevaisuudessa olisi mielenkiintoista tutkia Maaseudun tukihenkilöverkon apuun tukeutuneiden ihmisten kokemuksia tukihenkilöverkosta. Jaakkolan (1999) opinnäytetyössä tuettavien otanta oli kovin pieni. Olisi kiinnostava tietää autettavien ajatuksia Maaseudun tukihenkilöverkon merkityksellisyydestä ja toimivuudesta. Haasteellinen tutkimusaihe olisi myös aluevastaavien ja tukihenkilöiden välisen vuorovaikutuksen toimivuuden selvittäminen. Kiinnostavaa olisi myös tutkia tukihenkilöiden sitoutumista työnohjaukseen ja kartoittaa työnohjauksen laatua ja merkityksellisyyttä. Mielenkiintoinen tutkimusaihe olisi myös julkisen terveydenhuollon edustajien mielipiteiden selvittäminen Maaseudun tukihenkilöverkosta.

## LÄHTEET

Eskola, A., Kurki, L. (toim.) 2001. Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.

Eskola, J., Suoranta, J. 2005. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Vastapaino.

Halila, R., Kivittie-Kallio, S., Mertsola, J., Niemi, S. & Söderholm, A. 2004. Lapsen kaltoinkohtelu. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Harju, A. 2005. Kansalaisyhteiskunta vapaaehtoistoiminnan innoittajana. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, B. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Vastapaino.

Heikkilä, T. 1998. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Oy Edita Ab.

Heiskanen, T., Salonen, K., Sassi, P. 2006. Mielenterveyden ensiapukirja. Helsinki: SMS-Tuotanto Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2005. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hokkanen, L. 2005 Vapaaehtoinen ja vertainen auttaminen. Teoksessa Laitinen, M. & Pohjola, A. Sosiaalisen vaihtuvat vastuut. Juva: PS-kustannus.

Jaakkola, M. 1999. Maaseudun tukihenkilöverkon toiminta tukihenkilöiden sekä tuettavien kokemana. Opinnäytetyö: Uudenmaan maaseutuopisto.

Juntunen, K. 1999. 100 vuotta vapaaehtoista mielenterveystyötä. Teoksessa Salonen, K., Dundert, M-L & Juntunen, K. (toim.) Kriisi Elämän Mahdollisuutena. SMS-Tuotanto.

Kauppi, H. 1998. Teoksessa Kinnunen, P. & Laitinen, R. (toim.) Näkymätön kolmas sektori. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.

Keski-Heikkilä, S. 2001. Motivoitunut tukihenkilö. Pro-gradu – tutkielma. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos: Jyväskylän Yliopisto.

Kuvaja, S. 2005. Diakonia ja yhteiskuntatyö.[verkkodokumentti]. Helsinki: Erwenko Painotuote Oy. Saatavissa: <http://www.evl.fi/kkh/to/kdy/tehtava.html>.

Koskiahho, B. 2001. Sosiaalipolitiikka ja vapaaehtoistyö. Teoksessa Eskola, A. & Kurki, L. (toim.) Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.

Lahtinen, P. 2004. Ihminen on tärkein instrumentti. Työnohjaus vapaaehtoisessa tukihenkilötyössä. Vantaa: SMS-Tuotanto Oy.

Lehtonen, J. & Lönnqvist, J. 2003. Mielenterveys ja psykiatria. Teoksessa Lönnqvist, J., Heikkinen, M., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. (toim.) Psykiatria. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Lehtinen, S-T. 1997. Vapaaehtoistyö–kasvava voimavara? Helsinki: Kansalaisareena ry.

Maaseudun Sivistysliitto. 2007. Viitattu: [4.1.2007]  
Saatavissa: <http://www.msl.fi/default.asp?Address=1.4.2.9>.

Maaseudun tukihenkilöverkko. 2005. Viitattu: [2.11.2005]  
Saatavissa: <http://www.tukihenkilo.fi>

Maaseudun tukihenkilöverkko. 2007a. Verkoston synty. Viitattu [ 18.1.2007]  
Saatavissa: [http://www.tukihenkilo.fi/verkoston\\_synty.html](http://www.tukihenkilo.fi/verkoston_synty.html).

Maaseudun tukihenkilöverkko. 2007b. Mistä tukihenkilö. Viitattu: [18.1.2007]  
Saatavissa: [http://www.tukihenkilo.fi/mista\\_tukihenkilo.html](http://www.tukihenkilo.fi/mista_tukihenkilo.html)

Maa- ja kotitalousnaisten Keskus. 2007. Järjestö. Viitattu: [4.1.2007]  
Saatavissa: [https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/MKN\\_SIVUSTO/11\\_JARJESTO](https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/MKN_SIVUSTO/11_JARJESTO).

MTK. 2005. Periaate- ja tavoiteohjelma 2005 -2010. [verkkodokumentti] Maa- ja metsätaloustuottajain keskusliitto ry. Viitattu: [4.1.2007]  
Saatavissa: [http://www.mtk.fi/mtk/mika\\_mtk/tavoitteet\\_arvot/fi\\_FI/visio\\_periaate/](http://www.mtk.fi/mtk/mika_mtk/tavoitteet_arvot/fi_FI/visio_periaate/)

Maa- ja metsätaloustuottajain keskusliitto ry. 2005. Tukea ihmiseltä ihmiselle. Viitattu: [2.11.2005]  
Saatavissa: [http://www.mtk.fi/maatalous/sosiaaliturva/perhe/fi\\_FI/sostuki/](http://www.mtk.fi/maatalous/sosiaaliturva/perhe/fi_FI/sostuki/)

Maa- ja metsätaloustuottajain keskusliitto ry. 2007. MTK on maaseudun toimijoiden etujärjestö. Viitattu: [4.1.2007]  
Saatavissa: [http://www.mtk.fi/mtk/toiminta/fi\\_FI/toiminta\\_etusivu/](http://www.mtk.fi/mtk/toiminta/fi_FI/toiminta_etusivu/).

Maatalousyrittäjien eläkelaitos. 2005. Esittely. Viitattu: [2.11.2005]  
Saatavissa: <http://www.mela.fi/suvy.asp?path=694;965;966>.

Mäkinen, O. 2006. Tutkimuseetiikan ABC. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Ojanen, M., 2001. Auttajaksi oppiminen, psykologia minuuden tulkkina. Teoksessa Eskola, A. & Kurki, L. (toim.) Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.

Salonen, K. (toim.) 2005. Suomen Mielenterveysseura. Vuosikirja 2005. Helsinki.

Setlementtiliitto. 2005. Viitattu: [8.11.2005] Saatavissa:  
[http://www.setlementtilitto.fi/tietosetti/settisanasto.php?luokitus\\_id=21#21](http://www.setlementtilitto.fi/tietosetti/settisanasto.php?luokitus_id=21#21)

Sihvo, T. 1996. Kansalaisvastuu ja hyvinvointipalvelut. Teoksessa Matthies A-L., Kotakari U., Nylund M. (toim.) Välittävät Verkostot. Jyväskylä: Vastapaino, 165–176.

Sosiaali- ja Terveysministeriö. 2007. Tietoa ministeriöstä. Viitattu: [4.1.2007]  
Saatavissa: <http://www.stm.fi/Resource.phx/orgns/index.htx>.

Sulin, A. 1998. Tukea ihmiseltä ihmiselle. Maatalousyrittäjien eläkelaitos. Espoo: Edita.

Sulin, A. 2001. Maaseudun tukihenkilöverkko. Espoo: Edita.

Suomen Mielenterveysseura. 2005. Tukihenkilöt. Viitattu: [8.11.2005]  
Saatavissa: [http://www.mielenterveysseura.fi/toiminta\\_palvelut.asp?main=Auttamispalvelut&page=4&cat=Auttamispalvelut](http://www.mielenterveysseura.fi/toiminta_palvelut.asp?main=Auttamispalvelut&page=4&cat=Auttamispalvelut)

Suomen Mielenterveysseura. 2007. Arvot ja päämäärät. Viitattu: [4.1.2007]  
Saatavissa:  
<http://www.mielenterveysseura.fi/tausta.asp?main=Arvot%20ja%20päämäärät>.

Taipale, V. 1998. Lasten mielenterveystyö. Porvoo: WSOY.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2004. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Työterveyslaitos. 2007a. Organisaatio. Viitattu: [4.1.2007]  
Saatavissa: <http://www.ttl.fi/internet/suomi/organisaatio>.

Työterveyslaitos. 2007b. Tavoitteet ja kohderyhmät. Viitattu: [4.1.2007]  
Saatavissa: <http://www.ttl.fi/Internet/Suomi/Organisaatio/Esittely/TTL+lyhyesti/>.

Uusikylä, K. 2001. Kaveriksi, tukijaksi, kykyjen kättilöksi – Kasvatusala kutsuu vapaaehtoisia. Teoksessa Eskola, A. & Kurki, L. (toim.) Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.

Vapaaehtoistyön koulutusaineisto. 2005. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Helsinki.

Vartiovaara, I. 2000. Kaksi kelloa. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Vilkko-Riihelä, A. 1999. Psyhyke. Porvoo: WSOY.

Yeung, A. 2002. Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa – ihanteita vai todellisuutta? Helsinki: Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys YTY ry.

Yeung, A. 2005. Vapaaehtoistoiminnan timantti. Miten mallintaa motivaatiota? Teoksessa Nylund, M. & Yeung, B. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Vastapaino.



Hanna-Leena Perävainio  
Lännentie 13D  
26660 Rauma  
puh. 040 5878 667

TUTKIMUSLUPA-ANOMUS

07.04.2006

Maaseudun tukihenkilöverkko /  
Maaseudun Sivistysliitto  
Tukihenkilöverkon koordinaattori  
Eija Sipiläinen  
Eerikinkatu 28  
00180 Helsinki

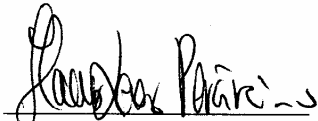
Opiskelen Satakunnan ammattikorkeakoulussa sosiaali- ja terveystieteiden Rauman yksikössä sairaanhoitajaksi. Opintoihini kuuluu opinnäytetyön tekeminen. Opinnäytetyöni aiheena on Maaseudun tukihenkilöverkko.

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, miksi Maaseudun tukihenkilöverkkoa tarvitaan ja millaisissa asioissa maaseudun väestö Maaseudun tukihenkilöverkon apuun tukeutuu. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa Maaseudun tukihenkilöverkolle uutta tietoa verkon merkityksellisyydestä tukihenkilöverkon toiminnan kehittämiseksi.

Tutkimusaineisto on tarkoitus kerätä touko- ja kesäkuussa vuonna 2006. Avoimia kysymyksiä sisältävät teemalomakkeet lähetetään tukihenkilöverkon vastaaville tukihenkilöille. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja perustuu vastaajien ehdottomaan anonymiteettiin; saatuja tietoja käytetään ainoastaan tutkimuksen tekemiseen ja tietoja käsitellään luottamuksellisesti.

Opinnäytetyötäni ohjaa TtT, lehtori Ritva Pirilä, p. 02 620 3557.

Kohteliaimmin pyydän lupaa tutkimuksen suorittamiseen.



Hanna-Leena Perävainio  
sairaanhoitajaopiskelija

Minä Eija Sipiläinen, hyväksyn/hylkään tutkimuslupa-anomuksen 12/4 2006  
Tukihenkilöverkon koordinaattori

LIITTEET Tutkimussuunnitelma, teemalomake

## ARVOISA VASTAAVA TUKIHENKILÖ

Opiskelen Satakunnan ammattikorkeakoulussa sosiaali- ja terveystieteiden yksikössä sairaanhoitajaksi. Opintoihini kuuluu opinnäytetyön tekeminen. Opinnäytetyöni aiheena on Maaseudun tukihenkilöverkko. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, miksi Maaseudun tukihenkilöverkkoa tarvitaan ja millaisissa asioissa maaseudun väestö Maaseudun tukihenkilöverkon apuun tukeutuu. Työn tavoitteena on tuottaa Maaseudun tukihenkilöverkolle uutta tietoa verkon merkityksellisyydestä tukihenkilöverkon toiminnan kehittämiseksi.

Tutkimuksen aineisto kerätään oheisella, avoimia kysymyksiä sisältävällä lomakkeella. *Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista, mutta jokainen palautettu vastaus auttaa osaltaan kertomaan Maaseudun tukihenkilöverkon merkityksestä maaseudun ihmisille.* Vastauksista saadut tiedot käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti ja niitä käytetään ainoastaan tämän tutkimuksen tekemiseen. Vastaajien henkilöllisyys ei tule missään vaiheessa ilmi. Vastattuanne lomakkeen kysymyksiin olkaa ystävälliset ja palauttakaa lomake oheisessa vastauskuoressa – palautusosoite ja postimerkki ovat kuoressa jo valmiina.

Opinnäytetyötäni ohjaa TtT, lehtori Ritva Pirilä p. 02 620 3557.

Jos kaipaatte lisätietoja tutkimuksesta, tai Teillä on jotakin kysyttävää tai kommentoitavaa, niin älkää epäröikö ottaa yhteyttä minuun.

Kiitos vastauksestanne!

Yhteistyöterveisin

Hanna-Leena Perävainio  
Lännentie 13D  
26660 Rauma  
p. 040 5878 667  
e-mail. hanna-leena.peravainio@samk.fi

Arvoisa vastaaja.

Olkaa hyvä ja kirjoittakaa vapaamuotoisesti ajatuksianne sekä kokemuksianne annetuista teemoista. Jos vastauksia varten jätetty tila ei riitä, olkaa hyvä ja jatkakaa kirjoittamista paperin kääntöpuolelle. Jokainen palautettu vastaus on korvaamaton osa tehtävää tutkimusta ja auttaa osaltaan kehittämään Maaseudun tukihenkilöverkon toimintaa.

Vastausaikaa Teillä on 3 viikkoa, eli \_\_\_\_\_.\_\_\_\_\_ 2006 saakka.  
Kiitos vaivannäöstänne!

**1. Miksi Maaseudun tukihenkilöverkkoa ja sen tukihenkilöitä Teidän mielestänne tarvitaan? Miksi maaseudun ihmisille on rakennettu oma tukihenkilöverkkonsa?**

**2. Millaisissa asioissa maaseudun väestö tukihenkilöverkon apua tarvitsee?**

**3. Mitkä ovat mielestänne maaseudun väestön suurimmat ongelmanaiheuttajat?**

**4. Mikä on ollut vaikeinta (vastaavan) tukihenkilön työssä? Entä palkitsevinta?  
Miksi toimitte Maaseudun tukihenkilöverkossa?**