



”Apuna asiakkaalle, iloa itselle” - Vapaaehtois-
toimijoiden motivaatiotekijät, persoonallisuus
ja osallisuuden kokemukset Savonlinnan
OLKA®-toiminnassa

Salla Mononen

2024 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

”Apuna asiakkaalle, iloa itselle” - Vapaaehtoistoimijoiden motivaatiotekijät, persoonallisuus ja osallisuuden kokemukset Savonlinnan OLKA®-toiminnassa

Salla Mononen
Voimavaraistavien työtapojen
johtaminen ja kehittäminen
sosiaali- ja terveysalalla
Opinnäytetyö
Kesäkuu, 2024

Salla Mononen

”Apuna asiakkaalle, iloa itselle” - Vapaaehtoistoimijoiden motivaatiotekijät, persoonallisuus ja osallisuuden kokemukset Savonlinnan OLKA®-toiminnassa

Vuosi

2024

Sivumäärä

70

Opinnäytetyö toteutettiin Savonlinnan Seudun Kolomonen ry:n hallinnoimalle OLKA®-hankkeelle Savonlinnassa. Kolme vuotisen OLKA-hankkeen tavoitteena on juurruttaa OLKA-toiminta pysyväksi toiminnaksi Savonlinnaan. OLKA®-toiminta on valtakunnallista koordinoitua järjestö- ja vapaaehtoistoimintaa sairaalamaailmassa. Savonlinnan OLKA-toiminta tapahtuu Savonlinnan keskussairaalan sekä sosiaali- ja terveyskeskuksen ympäristössä. Vapaaehtoiset kohtaavat asiakkaita esimerkiksi aula-avustajan roolissa, sairaalan osastoilla juttelukaverina sekä toimiessaan vertaistukihenkilöinä. Opinnäytetyö on tutkimuksellinen kehittämistyö, jonka tavoitteena oli tarkastella OLKA-vapaaehtoistoimijoiden motivaatiotekijöitä, hyvinvoinnin ja osallisuuden kokemuksia sekä henkilökohtaisten vahvuuksien ja persoonallisuuden näkymistä vapaaehtoistoiminnassa. Tarkoituksena oli selvittää, millaisia kokemuksia OLKA-vapaaehtoistoimijat ovat saaneet, kun OLKA-hanke on toiminut Savonlinnassa kaksi vuotta.

Vapaaehtoistoimintaa voidaan pitää arvokkaana asiana niin yksilöille kuin yhteiskunnalle. Vapaaehtoistoiminnasta hyötyy sekä sen tekijä että kohde. Suomessa vapaaehtoistoiminnan avulla muun muassa edistetään osallisuutta ja ihmisten hyvinvointia sekä ehkäistään syrjäytymistä. (Kansalaisareena 2024.) Osallisuudessa on kyse yksilön yhteenkuulumisen tunteesta itselle merkittävään yhteisöön. Yhteisöllisellä tasolla osallisuus voidaan nähdä yhteisön sisällä vaikuttamisena. Osallisuutta voidaan edistää tukemalla kansalaisaktiivisuutta ja vahvistamalla yksilön toimijuutta. (THL 2024.)

Opinnäytetyön aineisto kerättiin teemahaastatteluilta sekä yhteiskehittämispäivässä, jossa opinnäytetyön tekijä toimi havainnoijana. Teemahaastatteluihin osallistui seitsemän vapaaehtoista ja kehittämispäivään 12 vapaaehtoista, joista neljä oli ollut myös haastattelussa. Yhteensä opinnäytetyöhön osallistui 15 henkilöä. Kehittämispäivä koostui ulkopuolisen kouluttajan pitämästä persoonallisuusvalmennuksesta, jossa pohdittiin omaa persoonallisuutta ja sen näkymistä vapaaehtoistoiminnassa. Vapaaehtoistoimijoiden motivaatiotekijöiksi nousivat kokemukset merkityksellisyydestä ja hyödyksi olemisesta, auttamisen halu sekä toiminnan hyvät koordinoitui. Omiksi vahvuuksiksi vapaaehtoistoiminnassa korostuivat oma persoonallisuus sekä vuorovaikutustaidot. Persoonallisuuden yhteys eri motivaatiotekijöihin ilmeni kehittämispäivänä tehdyistä havainnoista. Luonteenpiirteiden mukaisesti vapaaehtoista motivoivat tunneperäiset asiat, sosiaaliset tekijät, tavoitteiden saavuttaminen sekä hyödyksi oleminen. Hyvinvoinnin ilmeneminen näkyi erityisesti henkisen hyvinvoinnin lisääntymisenä ja sosiaalisten suhteiden kasvuna.

Opinnäytetyön tulokset kertovat OLKA-vapaaehtoistoimijoiden saaneen positiivisia kokemuksia vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta. Tulokset ovat verrattavissa aikaisempiin aiheista tehtyihin tutkimuksiin. Uutena lisänä tulokset tuovat persoonallisuuden näkymisen ja sen hyödyntämisen vapaaehtoistoiminnassa. Vapaaehtoistoimijat eivät ole yksi samanlainen ryhmä ihmisiä, vaan eri luonteenpiirteet näkyvät myös vapaaehtoistoiminnassa toimien vahvuutena sekä vaikuttavana tekijänä motivaatioon. Aiheen tutkimusta voisi jatkokehittää tutkimalla persoonallisuuden vaikutusta vapaaehtoistoiminnassa. Toisena jatkokehittämisen kohteena voisi selvittää, kuinka OLKA-vapaaehtoistoiminta näyttäytyy sairaalan henkilökunnan sekä asiakkaiden näkökulmasta.

Asiasanat: vapaaehtoistoiminta, osallisuus, motivaatio, persoonallisuus

Salla Mononen

Motivation Factors, Personality and Experiences of Inclusion of Volunteers in OLKA® Activities in Savonlinna

Year	2024	Pages	70
------	------	-------	----

The thesis was carried out for the OLKA® project managed by the Savonlinnan Seudun Kolomonen Association in Savonlinna. The goal of the three-year OLKA® project is to instill OLKA activities into permanent activities in Savonlinna. OLKA® activities are nationally coordinated organization and volunteer activities at hospitals. The OLKA activities in Savonlinna take place in the surroundings of the Savonlinna Central Hospital and Health and Social Services Centre. Volunteers meet clients, for example, in the role of a lobby assistant, as a chat partner in hospital wards, and when they act as peer support persons. The thesis is a research-based development work. The purpose of the thesis was to examine the motivation factors of OLKA volunteers, the experiences of well-being and inclusion, and the outlook of personal strengths and personality in volunteer activities. The purpose was to find out what kind of experiences OLKA volunteers have had when the OLKA project has been operating in Savonlinna for two years. Volunteering can be considered a valuable thing for individuals as well as for society. Volunteering benefits both the volunteer and the target. In Finland, voluntary activities are used, among other things, to promote inclusion and people's well-being and to prevent social exclusion. (Kansalaisareena 2024.) Inclusion is about the sense of belonging of an individual to a community significant to oneself. At the community level, inclusion can be seen as influencing the community. Participation can be promoted by supporting civic engagement and strengthening individual agency. (THL 2024.)

The material for the thesis was collected through theme interviews as well as a co-development day, where the thesis author acted as an observer. Seven volunteers took part in the thematic interviews and 12 volunteers took part in the development day, four of whom had also been interviewed. A total of 15 people participated in the thesis. The development day consisted of a personality training given by an outside trainer, reflecting on one's personality and its outlook on volunteering. The motivational factors for volunteers were experiences of meaningfulness as well as being useful, the desire to help and good coordination of activities. Their own strengths in volunteering were their own personality and interaction skills. The link between personality and different motivational factors was evident from the observations made on the day of development. According to their characteristics, volunteers are motivated by emotional issues, social factors, achieving goals, and being useful. The manifestation of well-being was particularly reflected in the increase in mental well-being and the growth of social relationships.

The results of the thesis indicate that OLKA volunteers have received positive experiences of volunteering. The results are comparable to previous researches on the subjects. As a new addition, the results bring personality visibility and its utilization in volunteer activities. Volunteers are not one similar group of people, but different characteristics are also reflected in volunteering as a strength of actions and an influence on motivation. The impact of personality on volunteering could be a topic for further research. Another target for further development could be to find out how OLKA volunteer activities are seen from the perspective of the hospital staff and customers.

Keywords: volunteering, inclusion, motivation, personality

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Tietoperusta	8
2.1	Vapaaehtoistoiminta.....	8
2.2	Osallisuus.....	10
2.3	Vapaaehtoistoinnasta saatava hyvinvointi.....	12
2.4	Motivaatio.....	13
2.5	Vapaaehtoistoinnin motivaatiotekijät	15
2.6	Persoonallisuus	16
3	Kehittämisasetelma	19
3.1	Tavoitteet ja kehittämiskysymykset.....	19
3.2	Menetelminä teemahaastattelu ja yhteiskehittämistyöpajan havainnointi	21
3.3	Ulkopuolinen havainnointi	22
3.4	Toteutus ja aineiston keruu	23
3.4.1	Haastattelujen toteutus	24
3.4.2	Yhteiskehittämistyöpajan toteutus	24
3.5	Aineiston analyysi	26
3.6	Haastattelujen analyysi	27
3.6.1	Motivaatiotekijät	27
3.6.2	Omat vahvuudet	28
3.6.3	Hyvinvoinnin ja osallisuuden ilmeneminen	30
3.7	Havainnoinnin analyysi	32
4	Tulokset ja johtopäätökset	34
4.1	Vapaaehtoistoinnin motivaatiotekijät	38
4.2	Omien vahvuuksien hyödyntäminen	40
4.3	Vapaaehtoistoinnasta saatu hyvinvointi ja osallisuuden kokemukset.....	42
4.4	Persoonallisuuden ja motivaatiotekijöiden välinen yhteys.....	44
4.5	Vapaaehtoistoinnin kehittäminen	46
4.6	Tulosten arviointi ja yhteenveto.....	48
5	Eettisyys	50
6	Pohdinta	53
	Lähteet.....	58
	Kuviot	66
	Taulukot	66
	Liitteet	67

1 Johdanto

Tämä tutkimuksellinen kehittämistyö toteutettiin OLKA®-hankkeelle, joka on käynnistynyt Savonlinnassa vuonna 2022. OLKA-hanketta hallinnoi Savonlinnan Seudun Kolomonen ry ja rahoittajana toimii STEA (Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus). Savonlinnan Seudun Kolomonen ry on vuonna 2007 rekisteröity Savonlinnan seudulla toimiva yhdistys. Yhdistyksen perustehtävänä on kehittää sekä ylläpitää yhdistysten ja kansalaisten hyvinvointia, tukea eri toimijoiden välistä yhteistyötä sekä vahvistaa asukkaiden osallisuutta. Yhdistyksen tavoitteena on edistää järjestötoiminnan merkitystä ja arvostusta sekä luoda uudenlainen toimintamalli järjestöjen ja sidosryhmien väliselle yhteistyölle. (Savonlinnan Seudun Kolomonen ry 2024a.)

OLKA-toimintaa kehitetään Savonlinnan keskussairaалalle yhteistyössä Eloisan (Etelä-Savon hyvinvointialue) kanssa 1.1.2022-31.12.2024 välisenä aikana. OLKA-toiminta pitää sisällään OLKA-pisteen koordinoimisen, sairaalan vapaaehtoispalvelut sekä virtuaalipalvelut. ILONA-palvelussa toimitaan vapaaehtoisena esimerkiksi aula-avustajana, OLKA-pisteellä, leikkikaverina lapsille tai juttukaverina. (Savonlinnan Seudun Kolomonen ry 2024b.) TOIVO-tukipalvelu muodostuu vertaistukitehtävistä ja saattohoidon tukitehtävistä. Vapaaehtoinen voi toimia vertaistukena esimerkiksi sairastuneelle tai hänen läheiselleen. Vertaistukijat ja saattohoidon tukihenkilöt koulutetaan oman valmennuksen kautta. (OLKA-palvelut 2024.) OIVA-tietopalvelu koostuu järjestöjen ja yhdistysten sekä sairaalan osastojen pitämistä teemapäivistä OLKA-pisteellä. Lisäksi OLKA-pisteeltä on mahdollista saada esitteitä ja ohjausta yhdistyksiin. HELMI-kehittäjäpalvelun kautta tarjotaan kokemusedustajan tietoa ja tukea sairaalan ammattilaisille. (Savonlinnan Seudun Kolomonen ry 2024b.) OLKA-toiminta on valtakunnallista toimintaa, jota toteutetaan Suomessa tällä hetkellä 21:llä eri paikkakunnalla. HUS ja HyTe ry johtavat valtakunnallista verkostoa. (HyTe ry 2023.)

OLKA-toiminnan tavoitteena on kiireettömän kohtaamisen tarjoaminen potilaille ja heidän läheisilleen sekä tuen antaminen sairauteen sopeutumisessa. Tavoitteena on myös antaa vapaaehtoisille mahdollisuus auttaa toisia, luoda ystävyysuhteita sekä tuottaa hyvinvointia myös itselleen. Järjestöillä on mahdollisuus olla lähellä potilaita, ja ammattilaiset saavat tietoa yhdistysten palveluista. OLKA-toiminnan arvoja ovat toisiaan arvostava hyvä yhteistyö, kunnioitus ja hyvän tekeminen. (OLKA 2024.) Savonlinnan keskussairaalan Kansalaistorilla sijaitsee OLKA-piste, jossa hankekoordinaattori on tiettyinä päivinä tavattavissa. Vapaaehtoistoiminta tapahtuu Savonlinnan keskussairaalan sekä sosiaali- ja terveyskeskuksen ympäristössä. Vapaaehtoistoiminta on käynnistynyt Savonlinnassa kesäkuussa 2022. OLKA-hankkeen kautta toiminta on tarkoitus juurruttaa pysyväksi toiminnaksi Savonlinnaan.

OLKA-vapaaehtoistoiminnan koulutuksiin sisältyy ILONA-vapaaehtoiskoulutus, TOIVO-vertaistukihenkilö- sekä saattohoidon tukihenkilökoulutus. Käyty koulutus määrittää vapaaehtoistoiminnan sisältöä. Vapaaehtoinen voi myös itse valita millaisia vapaaehtoistehtäviä haluaa suorittaa. OLKA-vapaaehtoiset pukevut päälleen vihreän liivin ennen vuoron alkua, näin vapaaehtoistoimijan tunnistaa ja erottaa muista. Vuoron jälkeen on mahdollista täyttää lyhyt palautekysely netissä tai paperilla. OLKA-vapaaehtoistoiminnassa ei sitouduta tekemään tiettyä tuntimäärää, vaan vapaaehtoinen päättää itse minkä verran osallistuu vapaaehtoistointaan. Vapaaehtoisena toimiminen ei myöskään sido mihinkään tehtävään pidemmälle aika välille ja vapaaehtoinen voi pitää taukoa toiminnasta. OLKA-toimintaa koordinoi hankekoordinaattori, jolle ilmoitetaan halukkuus vapaaehtoisvuoroista. Vapaaehtoisvuoroja voi tehdä esimerkiksi sairaalan kuntoutusosastolle, jonne koordinaattori ilmoittaa vapaaehtoisten tulosta. Vapaaehtoiset eivät tee hoitajien töitä, joten esimerkiksi potilaiden nostaminen, syöttäminen tai vessassa käyttäminen ovat kiellettyjä. Myös eri toimintojen ja tapahtumien järjestäminen Kansalaistorille ovat mahdollista vapaaehtoiselle. Kansalaistorin tapahtumat tuovat iloa sairaalan asiakkaille, työntekijöille sekä vierailijoille. Savonlinnan Kriisikeskuksen, Mieli ry:n työntekijöiden, pitämiin työnohjauksiin voi osallistua neljä kertaa vuodessa ja lisäksi vapaaehtoisille järjestetään ajoittain yhteisiä tapaamisia, joissa käsitellään ajankohtaisia asioita ja vaihdetaan kuulumisia. (Hankekoordinaattori 2023.)

Opinnäytetyö on kehittämisprojekti, jossa sovelletaan laadullista tutkimus- ja kehittämistutkimusta. Laadullisessa tutkimuksessa etukäteen hahmotellun teorian sijasta voidaan nähdä tutkittavan ilmiön käsitteellistyvän vähitellen. Käsitteellistyvät teoriat sekä näkemykset, jotka nousevat kentältä, ovat sen sijaan vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Kentältä nousevien näkökulmien kautta voidaan muodostaa uusia teorioita tarkasteltavaan ilmiöön liittyen. Tutkijan kiinnostus voi määrittää kuitenkin johtoajatuksia sekä teoreettisia olettamuksia, jotka suuntaavat tutkimusta. (Kiviniemi 2018, 77.) Tutkimuksellisen kehittämistyön tarkoituksena on tarkastella ja tuoda esille OLKA-toiminnan vapaaehtoistoimijoiden saamia kokemuksia. Tavoitteena on selvittää OLKAN vapaaehtoistoimijoiden motivaatiota ja osallisuuden sekä hyvinvoinnin ilmenemistä vapaaehtoistointaan osallistumisesta sekä kuinka henkilökohtaiset vahvuudet ja persoonallisuus näkyvät vapaaehtoistoiminnassa. OLKA-toiminnan mukaisesti opinnäytetyössä käytetään sanaa vapaaehtoistointa vapaaehtoistyön sijasta. Kuitenkin tietoperustassa sekä aikaisemmin julkaistuissa tutkimuksissa on käytössä myös käsite vapaaehtoistyö, joka on vastaava termi vapaaehtoistointalle.

2 Tietoperusta

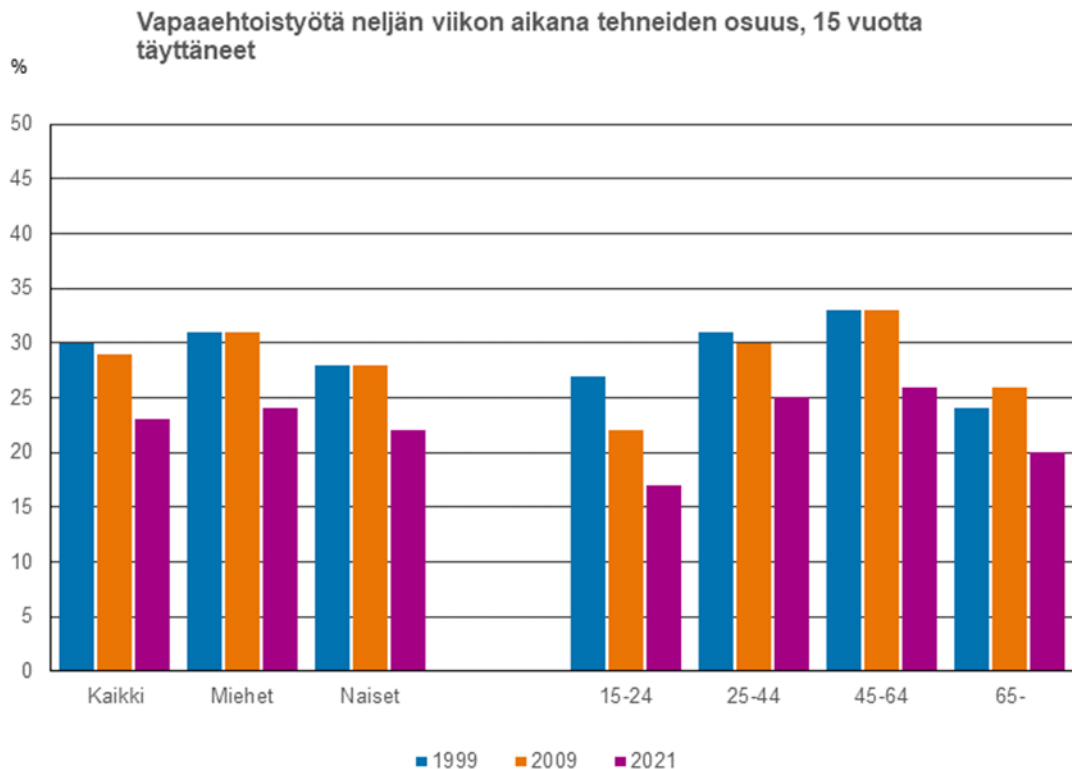
2.1 Vapaaehtoistoiminta

Vapaaehtoistoiminnaksi katsotaan toimintaa, josta ei makseta palkkaa ja jota tehdään omasta vapaasta tahdosta. Vapaaehtoinen ei tee ammatillista työtä, vaan tuo oman lisänsä toimintaan. (Kansalaisareena 2024.) Vapaaehtoisuus on ilmiönä maailmanlaajuinen ja sitä on ollut läpi ihmiskunnan historian. Vapaaehtoisuus voi olla tiedostettua tai tiedostamatonta; kuitenkin tuloksena on aina se, että vastaanottaja tai antaja hyötyy tästä jotenkin. Vapaaehtoisuudella tähdätään yhteiseen hyvään, esimerkiksi yksittäiseen ihmiseen tai yhteisöön. Pohjoismaissa vapaaehtoisuuden taustalla on ajatus tasa-arvosta, vapaasta ihmiskäsityksestä sekä demokraattisesta yhteiskunnasta ja yhdistyselämästä. Vapaaehtoisuuteen liitetään altruismi eli ihminen toimii epäitsekkäästi ja pyyteettömästi. Tutkimusten mukaan vapaaehtoistoiminnan taustalla voi kuitenkin olla myös altruistinen egoismi, jolloin toisen parasta edistämällä saavutetaan myös omia etuja, esimerkiksi mielihyvän kokeminen vapaaehtoistoiminnasta. (Harju 2019, 18-26.)

Vapaaehtoistyölle on monenlaisia eri määritelmiä. YK:n (Yhdistyneet kansakunnat) yleiskokouksessa vuonna 2002 laatiman määritelmän mukaan vapaaehtoistyö koostuu erilaisista toiminnoista, jotka mahdollistavat kansalaisosallistumisen erilaiset muodot aina muodollisesta palveluntarjoamisesta keskinäiseen avunantoon. Vapaaehtoistyön tekoa ei motivoi rahallinen korvaus vaan yhteisen hyvän puolesta toimiminen. Vapaaehtoistyö on sosiaalinen ilmiö, jonka merkitys vaihtelee ihmisille. Vapaaehtoistyöstä puhuttaessa keskitytään usein yhteiskunnan saamaan hyötyyn. Kuitenkin vapaaehtoistyöntekijän saamaan hyötyyn sekä taustalla vaikuttaviin motivaatiotekijöihin on alettu keskittyä enemmän. Vuonna 2020 laaditussa mallissa vapaaehtoistyön määritelmä on jaettu viiteen eri osa-alueeseen: rakenne (muodollinen/epämuodollinen), sijainti (netissä/paikan päällä), intensiteetti (jaksottaista/säännöllistä), pyrkimys (itsensä kehittäminen/yhteisön kehittäminen) sekä kategoria (onko kyse palvelusta, keskinäisestä avusta, kampanjasta vai vapaa-ajasta). (United Nations Volunteers (UNV) programme 2022, 16-18.)

Vapaaehtoisjärjestöjä on ollut useiden satojen vuosien ajan suurimmassa osassa maailmaa. 1990-luvun alussa oli nähtävissä erityisesti kansanvälisten ja monikansallisten järjestöjen kasvu. (Edwards 2020, 19-20.) Suomessa perustetut vapaaehtoisjärjestöt ovat löydettävissä 1700-luvun lopulta lähtien (Stenius 1987; Siisiäinen 1991; Siisiäinen 1999, 121). Vapaaehtoisjärjestöjen määrä on kasvanut tasaisesti vuodesta 1920 eteenpäin (Siisiäinen 1999, 121). Sosiaalisten liikkeiden toimivuuden taustalla on Suomessa ollut yhdistysten rekisteröiminen, toisin sanoen muodolliset yhdistykset. Vapaaehtoisjärjestöt voidaan jakaa poliittisen järjestelmän sekä aihealueen mukaisesti. Kyse on jäsenten luottamuksesta järjestöä kohtaan. (Siisiäinen 1999, 124.) 1990-luvun puolivälissä aktiivisimmat yhdistysten jäsenet ovat olleet 24-55 vuoden

ikäisiä. Puolestaan 16-29 -vuotiasta 31 % ei ole kuulunut mihinkään yhdistykseen. (Siisiäinen 1999, 133.) Myös sukupuolten väliset erot ovat nähtävissä yhdistyksiin kuulumisessa. Urheiluyhdistyksissä on enemmän miehiä, naisia puolestaan opiskelija- ja taide- yhdistyksissä. Hyväntekeväisyysjärjestöissä on iäkkäämpiä jäseniä, kun taas ammattijärjestöissä ikäluokka on 24-39 vuoden välillä. (Siisiäinen 1999, 136-137.)



Lähde: Tilastokeskus, ajankäyttö

Kuvio 1: Suomalaisten tekemä vapaaehtoistyö vuosina 1999, 2009 & 2021 (Tilastokeskus 2022)

Tilastokeskuksen vuonna 2022 julkaiseman tutkimuksen (kuvio1) mukaan yli 15-vuotiaiden vapaaehtoistyöhön osallistuminen on vähentynyt vuodesta 2009 alkaen sekä miehillä että naisilla. Taloyhtiöiden toiminnoissa, asuinalueen yhdistyksissä sekä kylätoimikunnissa tehtiin eniten vapaaehtoistyötä. Vapaaehtoistyöhön osallistumisen vähentymistä voidaan osaltaan selittää koronapandemialla, sillä tiedonkeruu on tapahtunut tuona aikana. (Tilastokeskus 2022.)

Savonlinnan alueella kartoitettiin vuonna 2022 kiinnostusta vapaaehtoistyöhön. Kysely toteutettiin osana sosionomiopiskelijan johtamisen ja kehittämisen työharjoittelujaksoa. Kyselyyn vastasi kaikkiaan 76 henkilöä. (Linnalan Settlementti ja opisto 2022, 3.) Vapaa-ehtoistyöhön osallistumista edistivät lyhytkestoiset tai kertaluontoiset tehtävät (61 % vastaajista), olonsa kokeminen tervetulleeksi toimintaan (41 % vastaajista), sopiva elämäntilanne (41 %

vastaaajista), tiedon löytyminen helpommin vapaaehtoistyöhön osallistumisesta (34 % vastaajista) sekä tieto siitä, mihin tulisi sitoutumaan vapaaehtoistyössä (30 % vastaajista). Osallistumisen edistämisen koettiin kasvavan myös, jos vapaaehtoistyöhön perehdytettäisiin sekä siihen saisi tukea (26 %) ja toiminnassa oppisi uutta (20 %). Lisäksi 18 % koki kannustavan osallistumiseen, jos yhteiskunnassa arvostettaisiin enemmän vapaaehtoistyötä. (Linnalan Settlementti ja opisto 2022, 12.)

Taloustutkimuksen vuonna 2021 tehdyn kyselyn mukaan pitkäkestoista vapaaehtoistyötä oli tehnyt 39 % ja lyhytkestoista 40 %. Sekä lyhyt- että pitkäkestoiseen vapaaehtoistyöhön oli osallistunut 21 % vastaajista. (Vastaajia 516, jotka olivat tehneet vapaaehtoistyötä jollakin toimialalla viimeisen vuoden aikana). Puolestaan 83 % vastaajista (vastaajia 334, jotka olivat tehneet vapaaehtoistyötä viimeisen vuoden aikana) kertoi tekevänsä vapaaehtoistyötä jonkin järjestön, yhdistyksen tai seuran kautta. Evankelisluterilaisen seurakunnan kautta teki 9 %, kunnalla 2 % ja 6 % jonkun muun toimijan kautta. Tutkimuksen mukaan (vastaajia 578, jotka eivät olleet tehneet vapaaehtoistyötä viimeisen vuoden aikana) 38 % osallistuisi pyydettyä vapaaehtoistoimintaan, 12 % ei osallistuisi ja 48 % ei osannut sanoa. 33 % vastasi lyhytkestoisten ja kertaluonteisten tehtävien helpottavan vapaaehtoistoimintaan osallistumista, 27 % vastasi sopivan elämäntilanteen ja 21 % helpomman tiedon saamisen vapaaehtoistoiminnasta vaikuttavan vapaaehtoistoimintaan osallistumiseen. (Rahkonen 2021, 15-19.)

Väestön ikääntyminen ja digitalisaatio vaikuttavat myös vapaaehtoistoiminnan sisältöön ja tarpeeseen sen suhteen, ketkä osallistuvat vapaaehtoistoimintaan. Myös taloudellinen epävarmuus ja muuttuvat työolosuhteet vaikuttavat vapaaehtoistoiminnan tarpeeseen. Luoko vapaaehtoistoiminta tulevaisuudessa yhä enemmän merkityksellisyyttä ja yhteisöllisyyttä perinteisen työn rinnalla? (Dufva 2018, 21.) OECD:n (2021) raportin mukaan Suomea voidaan pitää hyvänä esimerkkinä, joka mahdollistaa kansalaisyhteiskunnan toimintaa. Kuitenkin huomiota tulee kiinnittää kansalaisten pienentyviin mahdollisuuksiin osallistua kansalaistoimintaan sekä kaventuvaan autonomiaan kansalaisjärjestöillä. Kansalaisyhteiskunnan tarkoituksena on mahdollistaa kansalaisille toimiminen julkisten sektorin ja markkinoiden ulkopuolella, jossa kansalaisten on mahdollista ajaa itselleen tärkeitä asioita. Kansalaistoiminnan nähdään myös lisäävän hyvinvointia sekä luovan luottamusta ihmisten välille. (Alanko, Jousi-lahti, Faehnle & Mäenpää 2023, 14-15.) Vapaaehtoistoiminnan ilmiöön vaikuttaa myös järjestösektorin ammattimaistuminen ja neljännen sektorin toiminta. Pop up -tyyppiset lyhytkestoiset vapaaehtoistoiminnan muodot ovat lisääntyneet, mikä viittaa ihmisten ajankäyttöön ja osallistumisen muodoissa tapahtuneisiin muutoksiin. (Lahdenperä 2023, 21.)

2.2 Osallisuus

Osallisuuden viitekehystä voidaan tarkastella useista eri teorioista. Yksi yleisimmistä Suomessa käytetyistä määritelmistä on Helka Raivion ja Janne Karjalaisen (2013) osallisuuden

kolme ulottuvuutta: having, acting ja belonging, joka pohjautuu Erik Allardtin jaotteluun hyvinvoinnin osa-alueista (having, loving, doing, being). (Isola, Kaartinen, Leemann, Lääperi, Schneider, Valtari & Keto-Tokoi 2017, 9.) Amartha Senin (1999) ja Martha Nussbaumin (2011) käyttävät osallisuudesta määritelmää capability, joka voidaan suomentaa toimintavalmiudeksi. Senin ja Nussbaumin määrittelevät toimintavalmiuden koostuvan ihmisen vapaudesta tavoitella heille sekä yhteisölle tärkeitä asioita, vapaudesta konkreettisiin asioihin kuten terveyspalvelut ja koulutus sekä vapaudesta vuorovaikutusketjuihin. Suomenkielinen osallisuussana voidaan kääntää olemiseksi sekä kiinnittymiseksi toimintaan tarvittaviin voimavaroihin. (Isola ym. 2017, 9-10.) Osallisuus syntyy ihmisten välillä, eikä sitä voida luoda ulkopuolelta. Yhteiskunnan jakamat tunnustukset ja palautteet eri ihmisryhmille vaikuttavat siihen, kuinka osallisuus ilmenee yhteiskunnassa. Amartya Seninin (2009) mukaan tulisi tarkastella tarpeiden ja resurssien lisäksi ihmisen mahdollisuuksia muuttaa resurssija tavoitteelliseksi toiminnaksi sekä ihmisen ja ympäristön välistä suhdetta. (Leemann, Nousiainen, Keto-Tokoi & Isola 2022, 95-96.)

Osallisuus voidaan nähdä kolmessa eri osa-alueessa: osallisuus omassa elämässä, osallisuus vaikuttamisen prosesseissa sekä osallisuus paikallisesta hyvästä. Kun ihminen kokee osallisuutta omassa elämässään, pystyy hän toteuttamaan itseään. Ihmisen osallisuutta omassa elämässä voidaan lisätä muun muassa muokkaamalla ihmisen toimintaympäristöä sellaiseksi, että hänen on helpompi hallita elämäänsä. Psykologisten tarpeiden tyydyttäminen esimerkiksi merkityksellisen tekemisen ja itseohjautuvan toiminnan kautta vapauttaa potentiaalia yhä enemmän. Osallisuuteen kuuluu yksilöllisten voimavarojen lisäksi rakenteet ja saatavilla olevat resurssit. Kun osallisuutta halutaan edistää vaikuttamisen prosessina, tulee huomio kohdistaa poliittiseen suuntaan. Tämä tapahtuu esimerkiksi tarjoamalla heikommassa asemassa oleville mahdollisuuksia tuoda omat kokemukset ja näkemykset esiin. Osallisuus yhteisestä hyvästä puolestaan toteutuu ihmisen kohtaamisissa paikoissa kuten kansalaisopistossa, kyläjuhlassa tai maksuttomissa liikuntatapahtumissa. Tällaisiin tapahtumiin ihmisten on mahdollista kokoontua riippumatta omasta työmarkkinastatuksesta tai mahdollisista diagnooseista. (Koi-visto, Isola & Lyytikäinen 2018, 8-9.)

Osallisuuden avulla pyritään vähentämään yksinäisyyttä ja lisäämään aktiivista kansalaisuutta. Osallisuuden kokemusten kautta voidaan löytää eroja hyvinvoinnista sekä siitä millaiset mahdollisuudet ihmisellä on oman elämänsä sekä hyvinvointinsa vaikuttamiseen. (Leemann ym. 2022, 94-95.) Osallisuuden kokemuksia on tarkasteltu Suomen aikuisväestössä. FinSote 2019 -aineisto pohjautuu 15 000 aikuisväestölle lähetettyyn kyselyyn. Kyselyn vastausprosentti oli 44 %. (Parikka 2020; Leemann ym. 2022, 98.) Osallisuuden mittaamiseen käytettiin osallisuusindikaattoria (Leemann ym. 2022, 98). Kunniallisina asioina pidettyjen asioiden, kuten vanhuuseläkkeen, ei katsottu heikentävän osallisuutta. Työelämän ulkopuolelle jääminen sekä terveysongelmat olivat yhteyksissä osallisuuden kokemuksen heikentymiseen. (Leemann ym. 2022, 106-107.) Osallisuus koostuu vaikuttamisesta ja kuulumisesta. Myös Suomessa

osallisuuden kokemukset jakautuvat epätasaisesti. Lapsuuden kokemukset vaikuttavat siihen, millaisena koemme omat vaikuttamisen mahdollisuudet myöhemmin elämässä. Yhteiskunnan palvelujen tulisi tukea ihmisten osallisuutta tilanteissa, joissa ihmiset kokevat merkityksellisiä asioita, kuten vastoinikäymiä tai elämänvalintoja. Päivittäisten kohtaamisten kautta voidaan vaikuttaa ihmisten osallisuuden kokemuksiin. Osallisuuden vahvistamista voi tapahtua ammatillaisten ja kansalaisten kohtaamisissa, kuin myös ammattilaisten välillä. (Alhanen & Henttonen 2023, 20-21.) Osallisuutta tulisi vahvistaa kuulluksi tulemisen kautta, jolloin toteutuu myös ihmisen tasaveroinen ja johdonmukainen kohtelu (Alhanen ym. 2023, 32).

2.3 Vapaaehtoistoiminnasta saatava hyvinvointi

Sosiologian professori Erik Allardtin (1976) määritelmän mukaisesti hyvinvointi koostuu riittävästä elintasosta, mielekkästä tekemisestä, itsensä toteuttamisen mahdollisuuksista sekä ihmissuhteista. Hyvinvoinnin toteutumiseksi näiden kaikkien osa-alueiden tulisi toteutua ainakin jossain määrin. Väestöryhmittäisiä eroja esiintyy esimerkiksi sosioekonomisen aseman, sukupuolen tai asuinalueen mukaan. (Karvonen, Kestilä & Saikkonen 2022, 11.) Hedonistisessa teoriassa hyvinvointi käsittää mielihyvän kokemisen ja kärsimyksen puuttumisen. Yhdysvaltalaisfilosofi Robert Nozickin tekemässä kokeessa testattiin, haluaako ihminen kokea vain miellyttäviä asioita. Nozick pyrki osoittamaan, ettei ihminen halua pelkästään elää maailmassa, jossa kokisi ainoastaan nautinnollisia kokemuksia. Sen sijaan haluamme itse olla tekemässä asioita, joista voi seurata mielihyvää ja haluamme olla tietynlaisia, esimerkiksi ystävällisiä tai ahkeria. Passiivisella ihmisellä ei ole toimijuutta, jolloin myös autonomisuus katoaa. (Aalto-Heinilä 2023, 134.) Nozickin mukaan ihminen tekee elämästään merkityksellisen, kunhan hän käyttää itsemääräämisoikeuttaan ja määrää itse elämästään tehden elämäänsä koskevia suunnitelmia. Oikeusfilosofi Joseph Ratz määrittää hyvinvointiin kuuluvan olennaisena osana henkilökohtaiset tavoitteet ja pyrkimykset, jotka henkilö on itse asettanut. Tavoitteiden saavuttaminen lisää siis hyvinvointia. Autonomisuudessa, hyvinvoinnissa ja elämän merkityksellisyydessä on siis nähtävissä yhteys toisiinsa. (Aalto-Heinilä 2023, 140-141.)

Robert Putnamin luoma käsite sosiaalinen pääoma kuvastaa vapaaehtoisjärjestöjen arvoa suhteessa valtaa pitäviin instituutioihin. Kansalaisyhteiskunta nähdään perustana vakaalle demokratialle. (Edwards 2020, 5-6.) Vapaaehtoistoiminta liitetään myös osaksi sosiaalista pääomaa, sillä kansalaistoimintaan osallistuminen on yksi mittari, jolla voidaan mitata sosiaalista pääomaa. Sosiaalinen pääoma kasvaa sitä mukaa, mitä enemmän kansalaiset tekevät vapaaehtoistoimintaa. Vapaaehtoistoiminta tuottaa hyvinvointia sekä sen välittömille kohteille kuin myös laajemmin yhteiskunnalle, sillä yhteiskunnan taloudellinen menestys ja hyvinvointi perustuvat sosiaalisen pääoman tutkimustuloksiin. (Kajanoja 2019, 85-85.) Vapaaehtoistoiminnan kautta on mahdollisuus vaikuttaa asioihin esimerkiksi paikallisella tasolla, joka voi lisätä osallisuutta (Dufva 2018, 21).

2.4 Motivaatio

Salmela-Aron (2009) mukaan motivaatio koostuu valinnasta ja sopeutumisesta. Ympäristön tarjoamat vaihtoehdot määrittävät, kumpi vaikuttaa tavoitteeseen enemmän. Jokaisessa elämäntilanteessa ihminen vertaa mahdollisuuksia sekä haasteita suhteessa motivaationaalisiin mieltymyksiin. Eri ikäkausina henkilökohtaiset tavoitteet painottuvat eri asioihin. Yksilön hyvinvointiin voidaan vaikuttaa muokkaamalla tavoitteita vastaamaan ympäristöä. Viimeaikaisien tutkimusten mukaan näyttää siltä, että psyykkisellä hyvinvoinnilla ja henkilökohtaisilla tavoitteilla on yhteys toisiinsa. Ihmisen psyykinen hyvinvointi kasvaa sitä mukaa, kun henkilökohtaiset tavoitteet sopeutetaan ympäristön muuttuviin tilanteisiin. Myös henkilökohtaisten tavoitteiden saavutettavuus vaikuttaa hyvinvointiin, tyytyväisyyteen omasta elämästä sekä masennuksen vähenemiseen. (Salmela-Aro & Nurmi 2017, 36-39.)

Motivaatiota opiskelevat käyvät usein keskustelua perusmotiiveista ja tarpeesta, sekä toisaalta sosiaalisen ympäristön opettamista tavoitteista. Perustarpeet kuten nälkä ja jano vaihtelevat kohti erilaisia sosiaalisen käytöksen lajeja. Eri motiivit vaikuttavat eri kohdissa aivojamme ja ne ilmenevät monella tavalla. Jokainen meistä myös motivoituu eri tavoin. (Mayer 2018, 91-92.) Elämänkulun 4S-motivaatiomalli koostuu suuntaamisesta, suunnistamisesta, sosiaalisesta säätelystä sekä sopeuttamisesta (Salmela-Aro 2009; Dietrich, Parker & Salmela-Aro 2012; Salmela-Aro ym. 2017, 32). Yksilön tavoitteita voidaan tarkastella muun muassa elämäntehtävien, henkilökohtaisten pyrkimysten ja mielenkiinnonkohteiden kautta. Motivaatio suuntautuu elämän eri vaiheiden mukaisesti, kuten vanhemmaksi tuleminen tai eläkkeelle siirtyminen. Ihmisellä on taipumus myös asettaa henkilökohtaisia tavoitteita ympäristön tarjoamien mahdollisuuksien mukaisesti. (Salmela-Aro ym. 2017, 33.)

Steven Reissin empiirisessä motivaatiotutkimuksessa vuosina 1995-1998 tutkittiin motivaation syntymistä tarkastelemalla yksilöllisiä motiiveja. Tutkimuksessa löydettiin 16 perustarvetta eli motiivia. (Mayor & Risku 2022, 32-34.) Yksilöiden ainutlaatuisuus on Reissin teoriassa etusijalla, eikä ihmisiä jaotella ryhmiin ominaisuuksien tai käyttäytymismallien perusteella. Teorian katsotaan laajentavan ja syventävän teorioita itseohjautuvuudesta ja sisäisestä motivaatiosta. (Mayor ym. 2022, 38-40.) Sisäinen motivaatio on kytköksissä geeniperimään ja lapsuuden kokemuksiin. Reissin mukaan oikeanlaisella kysymyksen asettelulla ihminen itse voi havaita ja tiedostaa sisäiset motivaationsa. Myös ulkopuolelta meille asetetaan tavoitteita esimerkiksi sosiaalisen ympäristön tai kulttuurin kautta. Motivaatiomme muodostuu motiivin, tavoitteiden ja elinolosuhteiden ollessa tasapainossa. (Mayor ym. 2022, 41-42.) Decin ja Ryanin (2000) kehittämän itsemääräämisteorian mukaan tavoitteiden asettaminen, pyrkimys suorittaa ympärillä olevista haasteista sekä uusien kokemusten hankkiminen ovat ihmiselle luontaisia taipumuksia. Sisäinen motivaatio muodostuu siitä, että ihminen haluaa tehdä arvojaan vastaavia, mielihyvää tuottavia tai itseään kiinnostavia asioita. Tuolloin ulkoisella palkinnolla ei ole vaikutusta sisäisen motivaation kasvamiseen; sen sijaan se voi jopa heikentyä.

Ulkoisesta motivaatiosta on puolestaan kyse silloin, kun johonkin tavoitteeseen pyritään jonkun toisen ihmisen vai tilanteen vuoksi. Ulkoinen motivaatio voi myös muuttua kokonaan sisäiseksi motivaatioksi, jos yksilö omaksuu ympäristön tavoitteen omaksi tavoitteekseen. (Vasalampi 2017, 54-57.)

Sosiaalisella ympäristöllä on merkitystä yksilön psykologisten perustarpeiden täyttymisessä; mitä enemmän psykologiset perustarpeet täyttyvät, sitä paremmin ulkoiset motiivit sisäistyvät. Deci ja Ryan määrittelet psykologisiksi perustarpeiksi autonomian, pystyvyyden tunteen sekä kokemuksen yhteenkuulumisesta. (Vasalampi 2017, 59.) Korkea autonomia on yhteydessä korkeaan sisäiseen motivaatioon. Ihminen ottaa vaikutteita ympäristöstään sen myötä, minkä kokee kiinnostavana. (Deci & Ryan 2018, 217.) Autonomiassa on kyse ihmisen vapaasta tahdosta; kokemuksesta tehdä valinnat itsenäisesti (Deci ym. 2018, 581).

Itseohjautuvuusteorian mukaisesti motivaatio nähdään autonomisen hallinnan jatkumona. Teorian mukaan ulkoapäin tuleva motivaatio olisi enemmän tai vähemmän sisäistettyä. Näin ollen motivaatiota ohjataan sekä ulkoa- että sisältäpäin, jolloin ihminen on sisäistänyt asian muttei ole täysin hyväksynyt sitä. (Deci ym. 2018, 14.) Autonomian tarpeella kuvastetaan yksilöllisiä tarpeita kokea omahyväisyyttä ja hallinnan tunnetta omasta käytöksestä (Deci ym. 2018, 86). Pystyvyyden tunne kuvastaa yksilön kykyä olla vuorovaikutuksessa sosiaalisen ympäristönsä kanssa, jossa yksilö kokee mahdollisuuksia ja saa tukea toiminnastaan (White 1959; Deci & Ryan 1980; Deci & Moller 2005; Ryan & Moller 2016; Deci ym. 2018, 86). Yhteenkuuluvuudessa on kyse sekä yksilön antamasta huolenpidosta että saamastaan huolenpidosta. Itseohjautuvuusteoriassa näitä kolmea perustarvetta laiminlyödessä ihminen motivoituu ja toimii tehokkaammin. Tämä on nähtävissä esimerkiksi luokahuoneessa, työpaikalla tai urheilujoukkueessa. (Deci ym. 2018, 86.)

Kulttuurilla ja kasvatuksella on vaikutusta siihen, kuinka ihminen tyydyttää perustarpeitaan. Jokaista meitä motivoi esimerkiksi nälkä ja uteliaisuus. Sen sijaan meissä on erona, mitä syömmе ja kuinka paljon käytämme aikaa opiskeluun. (Reiss 2013, 36.) Itsemääräämisteorian mukaan sopeudumme erilaisiin kulttuurisiin arvoihin, koska haluamme täyttää ryhmän tarpeet (Chirkov, Ryan, Kim & Kaplan 2003; Deci ym. 2018, 86). Eroja löytyy kuitenkin sen suhteen, kuinka yksilön tarpeet näyttäytyvät motivaation näkökulmasta. Sosiaalinen konteksti voi joko tukea tai estää tarpeen täyttymistä. (Deci ym. 2018, 89.) Monet tutkimukset osoittavat sosiaalisen ilmapiirin, jossa vallitsee autonomia, tukevan yksilön motivaatiota, hyvinvointia ja suoritusta. Autonominen sosiaalinen ilmapiiri tukee yksilön omia näkökulmia sekä valintoja. Myös myönteisen palautteen saamisella on yhteys sisäisen motivaation kasvuun. (Vasalampi 2017, 60.)

Motiivin ja persoonallisuuden yhdistääkseen tulisi perustarpeet nähdä jatkona motiiveille. Esimerkiksi sosiaalisten kontaktien perustarve on yksi motiivin jatkumo. Toinen haluaa olla yksin

kaiken aikaa ja toinen jatkuvasti toisten ihmisten seurassa. Koemme onnellisuutta sosiaalisista kontakteista yksilöllisesti. Onnellisuudessa on nähtävissä myös omat tasonsa. (Reiss 2013, 51-52.) Vaikka haluamme samoja asioita, kuten kunnioitusta, emme kaikki halua sitä saman verran. Toiset tarvitsevat yhteenkuuluvuuden tunnetta enemmän kuin toiset. Introvertit ihmiset tarvitsevat vähemmän yhteenkuuluvuutta kuin ekstrovertit. Myös kulttuurin vaikutus on otettava huomioon pohdittaessa perustarpeiden ja persoonallisuuden yhdistämistä. (Reiss 2013, 53.)

Sosiaalisten kontaktien toteutuminen luo ilon ja yhteenkuuluvuuden tunnetta, toteutumattomana puolestaan yksinäisyyden tunnetta. William McDougallin (1993/2003) mukaan ihmisellä on luonnostaan tarve kuulua laumaan tai heimoon, minkä vuoksi ihmisellä on psykologinen tarve saada ystäviä. Jos sosiaalisten kontaktien perustarve on vahva, pyrkii tällainen ihminen toisten seuraan ja haluaa miellyttää muita. Tämän perustarpeen ollessa heikko, nauttii ihminen yksinolosta. (Reiss 2013, 71-72.) Ymmärtämisen perustarve on uteliaisuus. Kuudentoista perustarpeen teoriassa on nähtävissä kaksi erilaista uteliaisuutta: kognitiivisen tiedon tarve sekä halu tutkia ympäristöä. Kognitiivista tiedon tarvetta pidetään uteliaisuuden perustarpeena. Tämä tarpeen ollessa vahva, kiinnostuksen kohteet ovat laajoja, saattaen kuitenkin keskittyä tiettyyn alueeseen. (Reiss 2013, 75-77.)

Vertaamalla omia motivaationaalisia mieltymyksiä olemassa oleviin haasteisiin ja mahdollisuuksiin, muodostamme tavoitteita. Henkilökohtaiset tavoitteet ja niiden arviointi ovat kytköksissä psyykkiseen hyvinvointiin. (Salmela-Aro ym. 2017, 36-37.) Psykologisten tarpeiden täyttyminen yhdistetään hyvinvointiin. Kuitenkin on tärkeää huomioida tarpeiden olevan toiminnallinen käsite. Vaihtelut tyytyväisyydessä ja turhautuneisuudessa suhteessa tarpeisiin vaikuttavat myös hyvinvoinnin kokemukseen. (Deci ym. 2018, 242.) Jotta ihminen olisi hyvinvoiva, tulisi kaikkien kolmen tarpeen olla täytettynä. Itseohjautuvuusteoriassa nähdään kaikkien tarpeiden olevan keskenään toisistaan riippuvaisia. (Deci ym. 2018, 248.)

2.5 Vapaaehtoistoiminnan motivaatiotekijät

Vapaaehtoisten motivaatiotekijöitä on tärkeää tutkia sen luonteen vuoksi, sillä vapaaehtoisuus määrittää samanaikaisesti sen, tuleeeko toiminta jatkumaan. Toisin sanoen mikä on ihmisen henkilökohtainen motiivi osallistua vapaaehtoistoimintaan? (Yeung 2005, 83.) Vapaaehtoistoiminnan motivaatiotekijöistä tehdyt tutkimukset keskittyvät yleensä tiettyyn ryhmään, esimerkiksi nuoriin vapaaehtoistojoihin (Serow 1991; Avrahami & Dar 1993; Lähteenmaa 1996, 1997, 1998; Schondel and Boehm 2000; Hustinx 2001; Nylund, 2001; Yeung 2004, 22). Tutkimuksia vapaaehtoistoiminnan motivaatiotekijöistä tarvitaan, vaikkakin kokemusperäiset tutkimukset eivät ole harvinaisia (Wertz 1985; Wolff 1999; Yeung 2004, 23-24).



Kuvio 2: Vapaaehtoistoiminnan timanttimalli (Yeung 2004; Kansalaisareena 2024)

Vapaaehtoistoiminnan timanttimalli koostuu kahdeksasta eri osasta (kuvio 2). Motivaatiotekijät ovat jaoteltavissa ulkoisiin ja sisäisiin osa-alueisiin. Itsestä ulospäin suuntautuvat asiat ovat toiminta, kontaktit, uudet asiat sekä antaminen. Sisäisiä asioita puolestaan pohdinta, etäisyys, jatkuvuus ja saaminen. (Yeung 2004, 32-33.) Timanttimallin kolme motivaation osa-alueita; henkilökohtaiset tavoitteet, tunteet sekä toimijuus näyttävät olevan motivaatioteorian mukaan vaikutuksessa uskonnon ja arvojen kanssa. Timanttimalissa on kyse niin sisäisistä kuin ulkoisista motivaatiotekijöistä. Sekä käytännön tutkimuksessa että kirjallisuudessa on usein oltu huolestuneita siitä, vaihtuvatko motivaatio ja sitoutuminen henkilökohtaisiin etuihin, päämäärien saavuttamiseen ja sitoutumattomuuteen. Timanttimali ei näytä kuitenkaan heijastavan tähän suuntaan. (Yeung 2004, 42.)

Vapaaehtoistoiminnassa on löydettävissä sisäisen motivaation rooli. Aktiivisten kansalaisten sisäistä motivaatiota tulisi tukea ja hyödyntää kansalaisten kyvykkyyttä. (Martela & Jarenko 2014, 61.) Vapaaehtoistyössä on kyse ihmisen omaehtoisesta innostuksesta. Vapaaehtoistoiminnan nähdään monesti perustuvan sisäiselle motivaatiolle, jolloin kyseessä on usein emotionio, jossa motivaatio ei ole lähtöisin ulkoisista palkkioista. Sen sijaan ihminen päättää itse, millaiseen toimintaan osallistuu. (Batson & Shaw 1991; Batson 2009; Martela ym. 2014, 62.)

2.6 Persoonallisuus

Alan Rossin (1987) määritelmän mukaisesti persoonallisuudessa on kyse toiminnoista, ajatteluprosesseista, emotionaalisista reaktioista sekä motivaatiotekijöistä. Ihminen toimii näiden kautta vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. (Ojanen 2019, 20.) Osa psykologeista on sitä mieltä, että persoonallisuus koostuu yksilöllisistä eroista ihmisten välillä. Tuolloin tulee mitata ihmisten väliset eroavaisuudet, luokitella ihmiset näiden eroavaisuuksien mukaan sekä

ennustaa kuinka nämä eroavaisuudet vaikuttavat ihmisten käytökseen. Suurimmaksi osaksi persoonallisuuspsykologiassa tätä määritelmää käytetään tarkkaan kuvailuun. Kuitenkin osan mielestä tässä keskitytään liaksi yksilöön. (Mayer 2018, 10.)

Persoonallisuuden mittaamista varten tulisi käyttää menetelmää, jolla voidaan tarkasti kuvailla ja vertailla eri ihmisiä (Ojanen 2019, 29). Gregoryn (2001) mukaan luotettavan mittarin kautta voidaan mahdollistaa ihmisten ominaisuuksien ja heissä tapahtuvien muutoksien arvioiminen (Ojanen 2019, 29). Persoonallisuusteoriat ovat keskenään erilaisia, sillä ihmisten olemukset ja ominaisuudet eivät ole samanlaisia vaan sen sijaan monimutkaisia ja moniulotteisia. Onkin hyvä miettiä mistä persoonallisuus koostuu. Eri teorioissa käsitellään myös persoonallisuuden muuttumista. Muutokset näkyvät yksilön kehitysvaiheissa sekä traumojen ja elämänmuutosten kautta. Tilanteet ja ympäristöt muokkaavat ihmisen persoonallisuutta, roolia. Näin ollen henkilön persoonallisuuden sijasta kannattaisikin puhua tilanteiden persoonallisuudesta. Ihmisten piirteet ja ominaisuudet eivät kuvaa perusolemuksen kokonaisuutta. Sen sijaan elämäntilanteisiin liittyvät kertomukset, joita voidaan ryhmitellä peruspiirteiden mukaisesti, kuvaavat elämää eri tilanteissa. (Ojanen 2019, 31-32.)

Kvantitatiivisen genetiikan tutkimuksen mukaan persoonallisuuden piirteitä voidaan selittää perimällä (Vierikko 2015, 38). Useiden kaksostutkimuksien kautta on voitu osoittaa geneettisten tekijöiden vaikuttavan 40-60 % persoonallisuuteen (Bouchard & Loehlin 2001; Vierikko 2015, 38). Käyttäytymisgenetiikassa on tutkittu vaikuttavatko käyttäytymisen taustalla tilanetekijät vai onko käyttäytymisessä löydettävissä samankaltaisuutta riippumatta tilanteesta. Tehdyissä pitkittäistutkimuksissa on osoitettu perimän vaikuttavan persoonallisuuteen ja käyttäytymiseen erityisesti samanlaisissa tilanteissa sekä eri ikävaiheissa. (Vierikko 2015, 39.) Hobfollin (1989) strategian mukaan ihminen haluaa luoda ja ylläpitää ominaisuuksia, jotka liittyvät hänen persoonallisuuteensa (esimerkiksi itsetunto) sekä sosiaalisisiin suhteisiin (kuten läheinen parisuhde), joiden kautta ihminen saa myönteistä palautetta. Hobfollin (1989) teoria määrittelee myönteisten elämäkokemusten olevan persoonallisuuden voimavaroja, joiden avulla voidaan edistää hyvinvointia. Sosiaaliset voimavarat muodostuvat esimerkiksi läheisistä ihmisistä ja työyhteisöstä. Antonovsky (1979) määrittää persoonallisuuden voimavarojen olevan koherenssi tunne, joka voidaan jakaa seuraaviin osa-alueisiin: ymmärrettävyys (voimavarojen tiedollinen osa), hallittavuuden tunne (toiminnalliset taidot tilanteen hallintaan) sekä mielekkyyden tunne (motivaatio toimintaan osallistumiseen). (Vuori 2015, 248.)

Sigmund Freud käynnisti psykodynaamisen tutkimuksen tapaustutkimuksilla ja havainnoineilla. Psykodynaamisten teorioiden mukaan persoonallisuudessa on kyse biologisten sekä sosiaalisten tarpeiden täyttämisestä. Ihmisen tulee tehdä kompromisseja biologisten tarpeiden ja yhteiskunnan vaatimusten välillä. (Mayer 2018, 71.) 1960-luvun lopulla Walter Mischel tutki persoonallisuuksien johdonmukaisuuksia ja tuli siihen tulokseen, että hyvin usein käytösemme muuttuu sosiaalisten tilanteiden myötä. Sosiaalis-kognitiivisen tutkimuksen mukaan

luonteenpiirre vaikuttaa ihmisen käytökseen. Esimerkiksi perinteistä pitävät ihmiset osallistuvat mieluummin perinteisiin juhliin kuin ihmiset, joille perinteet eivät merkitse niin paljon. Tämän tutkimusalan psykologit kuitenkin muistuttavat ympäristön vaikuttavan käytökseen. Myös nykypäivän sosiaalkognitiivisissa teorioissa on tunnistettu ulkopuolisen maailman ja kognitiivisten toimintojen välinen vuorovaikutus. (Mayer 2018, 75-76.)

Motiivit ohjaavat ihmisen käyttäytymistä. McClellandi ja Koestnerin (1992) mukaan ihminen, joka tähtää korkeisiin suorituksiin, asettaa tarkoituksella itselleen myös haastavia tavoitteita. Korkeasti motivoituneet opiskelijat pärjäävät paremmin niissä aineissa, jotka soveltuvat heidän tulevaisuuden tavoitteisiinsa. (Mayer 2018, 97.) Kun motiivina toimii yhteys toisten kanssa, on ihminen tuolloin mielellään muiden seurassa (Mayer 2018, 99). Itsehajautuvuus-teorian mukaisesti yksilöllisten erojen määrittelyssä on tärkeää huomioida yksilön käyttäytyminen kontrolloidussa tilanteessa sekä tilanteessa, joka tukee autonomiaa. Vaikkakin sosiaaliset tilanteet vaikuttavat motivaatioon ja hyvinvointiin, eivät kontrolloidut tilanteet aina kontrolloi ihmistä tai autonomiaa tukevat tilanteet tue itsenäisyyttä. Luonteenpiirteet ja yksilölliset erot vaikuttavat ihmisten tekemiin tulkintoihin. Ihmiset, jotka ovat eläneet kontrolloidussa ympäristössä, luultavasti tulkitsevat myös autonomiaan tukevan ympäristön kontrolloivaksi. Lisäksi ihmisten oma suuntautuneisuus vaikuttaa persoonallisuuden lisäksi siihen, millaisiin tilanteisiin ihminen hakeutuu. (Deci ym. 2018, 219-220.)

Reiss Motivaatioprofiilissa (RMP) on kyse itsetuntemuksen menetelmistä, joita ovat tarpeet, motiivit ja arvot. RMP:tä voidaan verrata Myers Brigg Type Indicator'iin, jonka mukaan meissä on paljon eroja keskenämme tehdessämme havaintoja ja käyttäessämme energiaamme. Tämän vuoksi meidän on vaikeaa ymmärtää etenkin heitä, joiden persoonallisuus eroaa suuresti omastamme ja tarvitsemekin tähän ymmärrystä ja sietokykyä. Myös RMP:ssä on kyse samasta asiasta. Kun ymmärrämme ja suvaitsemme toisten erilaisuutta, vältymme turhilta ristiiriidoilta, jotka johtuvat persoonallisuuseroistamme. (Reiss 2013, 98-99.)

Eri luonteenpiirteiden määrittelyssä käytetyin malli on Big Five, joka perustuu hypoteeseihin ihmisen käyttämästä kielestä (Mayer 2018, 208). Toisin sanoen ihmisen käyttämästä arkipäivän puheesta voidaan löytää hänelle tyypillisimmät persoonalliset luonteenpiirteensä (Saucier & Goldberg 2001; Mayer 2018, 208). Allport ja Odbert (1936) löysivät tutkimuksessaan 4500 erilaista luonteenpiirrettä. Cattell (1947) yhdisti näistä 35 erilaista piirrettä ja Fiske (1949) jatkoi tästä määrittelemällä viisi suurta persoonallisuuden piirrettä (Big Five). (Mayer 2018, 208.) Viisi persoonallisuuden piirrettä ovat neuroottisuus, ekstroversio, avoimuus, tunnollisuus sekä sovinnollisuus (Digman 1990; Mayer 2018, 208). Eri persoonallisuuksien profiileista on löydettävissä yhteys terveyteen ja toimintakykyyn (Pulkkinen 2017; Pulkkinen 2023). Yleisesti ottaen Big Five -teoriasta ollaan yhtä mieltä. Koska persoonallisuuspiirteet pohjautuvat temperamentille, voidaan eri ominaisuuksien olettaa pysyvän ainakin jokseenkin samanalaisena. (Pulkkinen 2023.) Kuitenkin myös kriittisyyttä tätä teoriaa kohtaan on osoitettu.

Blockin (1995) mielestä tällä teoriolla voidaan kuvata persoonallisuutta, mutta sitä ei voida käyttää persoonallisuuden rakennekuvana. Eysenck (1997) väitti tunnollisuuden ja sovinnollisuuden olevan pikemminkin alapiirteitä persoonallisuuspiirteen sijasta. Digman (1997) palauttikin viiden piirteen määritelmän takaisin kahteen vastakohtaiseen piirteeseen: ekstraversio ja introversio, jotka kuvastavat yleisiä piirteitä ja joilla voidaan määritellä temperamentieroja. Osa tutkijoista puolestaan on halunnut lisätä viiden persoonallisuuspiirteen joukkoon lisää piirteitä. Esimerkiksi Ashtonin ja Leen (2007, 2020) mallissa (HEXACO) piirteitä on kuusi: honesty-humility (rehellisyys - nöyryys), emotionality (emotionaalisuus), extra-version (sosiaalisuus), agreeableness (sovinnollisuus), conscientiousness (itsehallinta) ja openness to experience (uteliaisuus). Erityisesti kansainvälisissä vertailuissa suositaan enemmän tätä kuuden piirteen mallia, sillä se pitää sisällään altruismin, eroja sukupuolten välillä sekä monia persoonallisuuden ominaisuuksia. (Pulkkinen 2023.)

3 Kehittämisasetelma

Edelsonin (2002) mukaan kehittäminen ja tutkimus ovat yhteydessä toisiinsa syklisessä prosessissa. Kyseessä on kehittämissykli, jossa liikutaan ongelman kuvaamisen jälkeen toimenpideehtojen laatimiseen, toteutukseen ja tulosten tarkasteluun. Kehittämistyö voi koostua monenlaisista eri tavoista, joilla tähdätään muutokseen. Se ei ole erillinen tutkimusmenetelmä, vaan sen sijaan se koostuu eri tutkimusmenetelmistä, joihin tutkimusongelma, tilanne ja kehittämiskohde vaikuttavat. (Kananen 2015, 33.) Laadullisessa tutkimuksessa tulokset koostuvat sanoista ja lauseista. Tavoitteena on kuvata ja ymmärtää ilmiötä sekä antaa mielekäs tulkinta. Aineistomäärän määrittely etukäteen on haastavaa, sillä vasta aineiston tulkinta ja tulokset määrittävät lisäaineiston tarpeen. (Kananen 2015, 35.)

3.1 Tavoitteet ja kehittämiskysymykset

Useimmiten kehittämisessä tavoitteen saavuttamista lähestytään konkreettisen toiminnan avulla. Kehittämisen olennaiseen asiaan eli muutokseen pyritään tavoitteellisuuden kautta. (Toikko & Rantanen 2009, 14-16.) Tämän tutkimuksellisen kehittämistyön tavoitteena oli selvittää OLKAN vapaaehtoistoimijoiden motivaatiota ja osallisuuden sekä hyvinvoinnin ilmenemistä vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta sekä sitä, kuinka henkilökohtaiset vahvuudet ja persoonallisuus näkyvät vapaaehtoistoiminnassa. Näihin tavoitteisiin vastattiin seuraavien kehittämiskysymysten kautta:

- Millaiset tekijät motivoivat vapaaehtoisia vapaaehtoistoimintaan sairaalamaailmassa?
- Miten vapaaehtoistoimija voi hyödyntää vahvuuksiaan ja omaa persoonallisuuttaan?
- Miten vapaaehtoistoimintaan osallistuminen liittyy vapaaehtoisen kokemaan hyvinvointiin ja osallisuuden kokemuksiin?

- Miten vapaaehtoistoimintaa voidaan kehittää?

OLKA:n vapaaehtoistoiminta koostuu ILONA-vapaaehtoiskoulutuksesta, TOIVO-vertaistoimijuus-koulutuksesta sekä saattohoitokoulutuksesta. Vapaaehtoinen voi valita näistä itselleen sopivimman koulutuksen. Vuoden 2024 kevääseen mennessä OLKA-vapaaehtoisia on koulutettu Savonlinnassa 65 henkilöä. Opinnäytetyötä varten vapaaehtoisia kutsuttiin haastateltavaksi seitsemän henkilöä sekä kehittämispäivään 14 henkilöä. OLKA-hankkeen kautta sairaalassa tehtävä vapaaehtoistoiminta olisi tarkoitus saada pysyväksi toiminnaksi Savonlinnassa. Tämä opinnäytetyö kohdistuu hankkeessa ajanjaksoon, jolloin toiminta on ollut käynnissä kahden vuoden ajan ja ensimmäiset vapaaehtoiset ovat aloittaneet toimintansa kesäkuussa 2022. Hankkeen tavoitteiden kannalta on olennaista, että vapaaehtoistoiminta jatkuu ja kehittyy Savonlinnan keskussairaalassa sekä sosiaali- ja terveyskeskuksessa. Opinnäytetyön kautta saadaan tietoa siitä, millä tavoin vapaaehtoistoimijat ovat kokeneet oman roolinsa koordinoituna, sairaalaympäristössä tehtävässä vapaaehtoistoiminnassa.

Prosessiorientoituneessa kehittämisessä on nähtävissä reflektiivisyys; toisin sanoen toiminnan kuluessa kehittämiseen tarvittavaa tietoa syntyy jatkuvasti. (Ylöstalo 2005; Toikko ym. 2009, 50.) Seppänen-Järvelän (1999) mukaan kehittäjän tehtävänä on prosessiasiantuntijan roolissa olla käynnistämässä, toteuttamassa ja ylläpitämässä kehittämisen prosesseja. Tärkeinä tekijöinä pidetään vuorovaikutustaitoja, sillä kehittäjän tulee hallita havainnoinnin, ymmärtämisen sekä prosessimaisen tilanedynamiikan käsittelyn taidot. (Toikko ym. 2009, 51.) Kehittämisprosessi koostuu perusteluista (mitä ja miksi kehitetään), organisoinnista (tavoitteen asetelu, käytännön toteutuksen suunnittelu ja valmistelu), toteutuksesta (asetetun tavoitteen saavuttaminen), arvioinnista (onko kehittämisen perusteluissa, organisoinnissa ja toteutuksessa onnistuttu) sekä tulosten levittämisestä (juurruttaminen). (Toikko ym. 2009, 56-62.) Kehittämisprosessin mallit jaetaan lineaariseen malliin, spiraali- ja tasomalliin sekä spagettimaiseen prosessiin. (Toikko ym. 2009, 64).

Kehittämistoiminnan sujuvoittamiseksi kannattaa perustella tavoite konkreettisesti. Lähtökohtien määrittelyn kautta on vuorossa kehittämistoiminnan organisointi, toteutus ja arviointi. Tavoitteita kehittämiselle on yleensä yksi tai kaksi. Tavoitteen konkreettisella perustelulla edesautetaan kehittämistoimintaa. Yhtenä perusteluna voidaan pitää kehittämisen merkittävyyttä sekä ajankohtaisuutta. (Toikko ym. 2009, 57-58.) Savonlinnan OLKA-hankkeen vapaaehtoistoimintaan kohdistuva kehittämistyö tuo uutuusarvoa vapaaehtoistoiminnasta Savonlinnan keskussairaalassa. OLKA-toiminta koostuu monesta eri osa-alueesta. Tässä opinnäytetyössä aihe rajataan OLKAn vapaaehtoistoimintaan, jossa tavoitteena on vapaaehtoistojen motivaation, koetun hyvinvoinnin ja osallisuuden kokemusten tarkastelu sekä vapaaehtoistojen vahvuuksien ja persoonallisuuden näkyminen vapaaehtoistoiminnassa. Kuten johdannossa on kuvattu, koostuu vapaaehtoistoiminta sisällöltään erilaisista koulutuksista. Tämän tutkimuksellisen kehittämistyön pääpaino on tarkastella vapaaehtoistojen

henkilökohtaisia kokemuksia ja saadut vastaukset määrittävät, kuinka tarkasti aineistossa pysytään käsittelemään erilaisia vapaaehtoistoiminnan rooleja.

3.2 Menetelminä teemahaastattelu ja yhteiskehittämistyöpajan havainnointi

Aineistonkeruumenetelminä käytettiin teemahaastattelua sekä osallistuvaa havainnointia, joka toteutettiin yhteiskehittämistyöpajassa. Teemahaastattelusta voidaan puhua myös puolistrukturoituna haastatteluna. Teemahaastattelu koostuu teemoista, joita käsittelemällä saadaan tutkimusongelmaan vastauksia. (Vilkkä 2021, 124.) Haastateltavan tulee huolehtia siitä, että käsiteltävissä teemoissa pysytään haastattelun aikana (Vilkkä 2021, 126). Haastattelu on joustavaa, sillä haastattelija voi tarpeen mukaan toistaa tai selventää sanomaansa. Lisäksi haastateltavan kanssa voidaan käydä keskustelua. Tarvittaessa myös kysymysten järjestystä voidaan muuttaa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 85.) Puolistrukturoidussa teemahaastattelussa etukäteen valitut teemat määrittävät etenemistä. (Tuomi ym. 2018, 87.) Valmiita vastausvaihtoehtoja ei ole, vaan haastateltavan kertomat asiat muodostavat vastauksen (Eskola & Suoranta 1998; Hirsjärvi & Hurme 2022, luku 4). Teemahaastattelun aiheet koostuvat ennalta määrätystä aihepiireistä eli teema-alueista. Tutkijalla ei välttämättä ole valmiita kysymyksiä vaan sen sijaan lista käsiteltävistä aiheista. Aiheiden järjestys ja laajuus voivat vaihdella eri haastattelujen välillä. Haastateltavat valitaan sen mukaan, kenellä oletetaan olevan haluttua tietoa tai kokemusta aiheeseen liittyen. (Eskola, Lähti & Vastamäki 2018a, 30.) Teemahaastattelussa kysymysten tarkalla muodolla ja järjestyksellä ei ole väliä. Haastattelun aihepiirit ovat kuitenkin kaikille samoja. Haastattelussa edetään tiettyjen teemojen kautta yksittäisten kysymysten sijasta. Keskiössä ovat ihmisten antamat merkitykset ja tulkinnot asioista. (Hirsjärvi & Hurme 2014, 48.) Haastateltavat ja haastattelutapa valitaan kohdejoukon perusteella (Hirsjärvi ym. 2014, 59).

Aineiston keruu tapahtui vapaaehtoisten yksilöhaastatteluilla. Opinnäytetyön tekijä huolehti, ettei kerätty aineisto päädy ulkopuolisille. Haastattelut toteutettiin sovitusti jokaisen haastateltavan kanssa Savonlinnan keskussairaalan Kansalaistorilla OLKA-pisteellä, jossa oli mahdollista haastatella rauhallisessa tilassa. Haastattelussa käsiteltiin seuraavia teemoja:

- Toimiminen vapaaehtoistoiminnassa (henkilökohtainen historia vapaaehtoistoiminnassa, roolit/tehtävät)
- Motivoituminen vapaaehtoistoimintaan (toimintaan hakeutumisen syyt, mitä on tavoittelemassa)
- Henkilökohtaiset vahvuudet vapaaehtoistoiminnassa
- Vapaaehtoistoiminta ja henkilökohtainen hyvinvointi
- Kehittämisajatukset

Laadullisessa tutkimusprosessissa tapahtuu samanaikaisesti tutkijan oppimisprosessia. Tavoitteena on kasvattaa tutkijan tietoisuutta tutkittavaa ilmiötä kohtaan. Tutkimusprosessin ja tutkimustehtävien muuttuessa mukautuvat aineistonkeruu sekä tutkimusmenetelmät sitä mukaa. (Kiviniemi 2018, 77.) Uuden tiedon keräämisen kautta myös oletukset muuttuvat (Huhtinen & Tuominen 2020, 304). Tutkimuskohdetta tutkivilla menetelmillä vaikutetaan siihen, mitä asioita tutkimuskohteesta opitaan. Päästäkseen lähelle tutkimuskohdetta, on aineistokeskeisessä tutkimuksessa käytettävä siihen soveltuvia metodeja. Tutkimustulokset perustuvat todelliseen empiiriseen maailmaan. (Kiviniemi 2018, 81.) Tutkimuksen hahmottamisen ja aineiston keräämisen, esimerkiksi haastattelun, jälkeen on vuorossa haastattelun litteroiminen. Litteroinnissa tutkija pääsee tutustumaan alustavasti aineistoon. Tämän jälkeen seuraa aineiston analyysi ja lopulta raportin kirjoittaminen. (Eskola 2018b, 209-210.)

Paikallista ilmiötä ymmärrettäessä käytetään monesti harkinnanvaraista näytettä. Asiaa ei siis yleistetä tilastollisesti. Näin ollen riittävä tieto voidaan kerätä haastattelemalla muutamaa henkilöä. (Hirsjärvi & Hurme 2022, luku 5.) Laadullisessa tutkimusmenetelmässä aineiston laadulla on merkitystä. Tutkimusaineiston avulla tulisi ymmärtää tutkittavaa ilmiötä tai asiaa. (Vilka 2021, 150.)

Yhteiskehittämisen kautta voidaan vaikuttaa myönteisesti omaan asemaansa eri palveluissa. Yhteiskehittämisellä voidaan tuottaa parhaimmillaan osallisuutta jokaiselle kehittämiseen osallistujalle. Esimerkiksi sosiaalisessa kuntoutuksessa yhteiskehittämistä on käytetty eri näkökulmien muodossa asiakasraadin tai kokemusasiantuntijuuden kautta. (Hietala 2018, 118-121.) Yhteiskehittäminen on erilaisten ajatus- ja vuorovaikutusmallien yhdistämistä, joilla voidaan vahvistaa myös toimijuutta sekä luottamusta (Hietala 2018, 122).

Työpajan etuihin kuuluu ihmisten osallistaminen kehittämiseen sekä heidän kokemustensa hyödyntäminen. Työpajan kautta voidaan myös vahvistaa yhteishenkeä ja yhteistyötä. Riskinä työpajassa on, ettei tavoitteita ole laadittu selkeästi, tuotokset eivät usein ole täysin valmiita ja jatkotoimenpiteitä ei välttämättä tehdä. Työpajapäivään kannattaa virittäytyä esimerkiksi käymällä läpi osallistujien fiilikset työpajapäivään osallistumisesta. Alussa voi olla hyvä myös pyytää osallistujia pohtimaan omia kokemuksia aiheeseen liittyen. On hyvä määrittellä tarkasti mitä työskentelyltä halutaan ja valita useita eri menetelmiä sen varalta, jos jokin menetelmä ei toimikaan. (Salmi 2023.) Yksilöhaastattelujen lisäksi aineistoa kerättiin järjestämällä työpajapäivä, jossa vapaaehtoiset jakoivat keskenään ajatuksia vapaaehtoistoiminnasta oman persoonallisuuden näkökulmasta.

3.3 Ulkopuolinen havainnointi

Tutkimusongelmat, tutkimuskysymykset sekä tutkimuksen tavoitteet määrittävät mitä asioita ja miten havainnointitilanteessa havainnoidaan. Tämä on päätettävä jo tutkimussuunnitelmaa tehdessä. Havainnoitavat asiat voidaan kirjoittaa esimerkiksi haastattelulomakkeen muotoon.

(Vilka 2021, 149.) Osallistuvassa havainnoinnissa tutkijan rooli on ulkopuolinen vaikkakin hänen läsnäolollaan ja toiminnallaan on vaikutusta havainnoituun ilmiöön. Tutkijan rooli voi myös vaihdella tutkimusprosessin aikana. Havainnointia voidaan käyttää aineiston keruutapana, mutta tuolloin aineisto on kerättävä suunnitelmallisesti ja systemaattisesti jotta sen analysointi tapahtuu myös järjestelmällisesti. Tärkeää on myös kuvata suunnitelmaan tutkijan oma asema tutkittavaan kohteeseen. (Paalumäki & Vähämäki 2020a, luku 8.) Tutkijan tulee tuntea tutkimuskohteensa ja ymmärtää tutkimuksensa tavoitteet. Tutkimus tapahtuu konkreettisesti todellisuudessa ja sitä tarkastellaan konkreettisten käsitteiden avulla. (Merleau-Ponty 1945; Varto 1992; Vilka 2018, 161.) Tutkimuskohde, tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset määrittelevät oikean havainnon tekemistä laadullisessa tutkimuksessa. Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset on määriteltävä tarkasti havaintojen tekemistä varten. (Vilka 2015; Vilka 2018, 161.) Ulkopuolelta tapahtuvassa tarkkailevassa havainnoinnissa tutkijan ei tarvitse olla aktiivisessa vuorovaikutuksessa tutkimuskohteen kanssa, jos tutkimusongelman ratkaiseminen ei sitä vaadi. Esimerkiksi keskustelutilannetta voidaan tarkastella ulkopuolisesti. (Vilka 2018, 164.)

3.4 Toteutus ja aineiston keruu

Opinnäytetyön suunnittelu käynnistyi keväällä 2023. Tiesin OLKA-hankkeen toiminnasta aikaisemman työni kautta ollessani töissä Savonlinnan Seudun Kolomonen ry:llä sekä itsekin ILONA-vapaaehtoisuuskoulutuksen käyneenä. Ajatus opinnäytetyön tekemisestä nousi ajankohtaiseksi kevään 2023 aikana, kun OLKAN vapaaehtoistoiminta oli ollut käynnissä melkein kaksi vuotta ja vapaaehtoisten saamista kokemuksista kaivattiin lisää tietoa. Vaikkakin OLKAN vapaaehtoistoiminnasta kerätään palautetta tietyin väliajoin ja vapaaehtoisvuoron jälkeen voi täyttää palautekyselyn, ajateltiin tämän opinnäytetyön antavan vapaaehtoistoimijoille mahdollisuuden kertoa kokemuksistaan ja vapaaehtoisena toimimisen merkityksestä vielä laajemmin. Opinnäytetyön toteutuksen ajankohdaksi päätettiin syksy 2023 - kevät 2024. Aineiston keruu tapahtui teemahaastattelujen sekä yhteiskehittämistyöpajan kautta. Teemahaastatteluun päädyttiin, sillä sen koettiin antavan haastateltavalle mahdollisuuden kertoa kokemuksistaan omin sanoin, verrattuna esimerkiksi netissä täytettävään kyselyyn. Teemahaastattelut päätettiin tehdä yksilöhaastatteluina, jotta haastattelutilanteessa sekä haastattelijan että haastateltavan olisi mahdollista keskittyä käsiteltäviin aiheisiin. Haastattelujen lisäksi yhteiskehittämistyöpäpäivä päätettiin järjestää, jotta varmistettaisiin riittävä aineiston saaminen. Yhteiskehittämispäivän järjestämiseen haluttiin tarkoituksella ottaa ulkopuolinen kouluttaja, jotta opinnäytetyön tekijällä olisi mahdollisuus toimia kokonaan ulkopuolisena havainnoijana ja keskittyä näin aineiston kokoamiseen.

3.4.1 Haastattelujen toteutus

Haastattelut toteutettiin marras- ja joulukuun aikana 2023. OLKA-toiminnan koordinaattori pyysi haastatteluihin seitsemän vapaaehtoistoimijaa. Haastatteluun kutsuttavat vapaaehtoiset valikoitiin mahdollisimman laaja-alaisesti, jotta kokemuksista saataisiin kattava kuva. Vapaaehtoisten puhelinnumerot sain koordinaattorilta. Otin jokaiseen haastateltavaan yhteyttä aluksi tekstiviestillä kysymällä voisinko soittaa ja sopia haastatteluajan. Puhelussa kerroin mistä opinnäytetyössä on kyse ja pyysin lupaa haastattelun nauhoitukseen tietokoneella. Haastattelupaikaksi sovimme Savonlinnan keskussairaalan kahvilan tai OLKA-pisteen, jotka molemmat sijaitsevat Kansalaistorilla. Viisi haastattelua toteutettiin yksilöhaastatteluna ja viimeisessä haastattelussa haastattelin kahta henkilöä samanaikaisesti vapaaehtoisten toiveesta sekä aikataulujen yhteensovittamisen vuoksi.

Haastattelun aluksi pyysin täyttämään kirjallisen suostumuksen haastatteluun osallistumisesta ja haastattelun nauhoittamisesta (liite 1). Ennen haastattelun aloittamista kerroin myös vielä opinnäytetyön tarkoituksen ja tutkimuskysymykset. Haastattelussa oli mukana lista aiheista (liite 3), joista keskustelimme. Haastattelut olivat pituudeltaan 40 minuutista puoleentoista tuntiin. Kaikki haastattelut nauhoitettiin tietokoneen ääninauhurille. Tämä antoi minulle haastattelijana mahdollisuuden keskittyä haastattelutilanteeseen ilman samanaikaista muistiinpanojen tekoa. Koin tämän antavan mahdollisuuden luonnollisemmalle keskustelulle. Koska kyseessä oli teemahaastattelu, paperilla olevat aiheet olivat esillä pöydällä koko ajan. Haastattelut etenivät pääsääntöisesti aiheiden mukaisessa järjestyksessä, mutta keskustelussa oli mahdollista palata välillä aikaisempaan teemaan. Paikkana Kansalaistori oli rauhallinen tila toteuttaa haastattelut.

Nauhoitetut haastattelut litteroitiin ja haastattelumateriaalia muodostui 26 sivua Word-tiedostolle (Fontti Calibri, fontin koko 11). Haastattelumateriaalista karsittiin pois sellaiset sanat ja lauseet, jotka eivät liittyneet haastateltavaan asiaan. Haastateltavien kertomat asiat merkitsin tekstiin käyttämällä haastateltavasta merkkiä H1, H2 jne. ja oman puheeni erotin S-kirjaimella.

3.4.2 Yhteiskehittämistyöpajan toteutus

Toinen aineiston keruu tapahtui yhteiskehittämistyöpajassa, joka pidettiin hankehallinnoijan, Savonlinnan Seudun Kolomonen ry:n neuvotteluhuoneessa tammikuussa 2024. Työpajapäivän tarkoituksena oli toimia aineistonkeruumenetelmänä, jossa vapaaehtoistoimijat pääsevät pohtimaan oman persoonallisuuden vaikutusta vapaaehtoistoiminnassa. OLKA-hankkeen koordinaattori kutsui työpajaan kaikki haastatteluun osallistuneet henkilöt sekä lisäksi kahdeksan muuta vapaaehtoista. Haastatteluun osallistuneista paikalle pääsi neljä henkilöä ja tämän lisäksi kahdeksan vapaaehtoista. Kehittämispäivässä oli siis 12 vapaaehtoista. Kaiken kaikkiaan opinnäytetyöhön osallistujia oli näin ollen 15 henkilöä. Työpajapäivä oli kestoltaan kolme

tuntia ja se koostui persoonallisuusvalmennuksesta, jonka piti ulkopuolinen kouluttaja. Tutkimuskysymyksenä oli selvittää, kuinka erilaiset persoonallisuudet näyttäytyvät vapaaehtoistoiminnassa ja kuinka omaa persoonallisuutta voidaan hyödyntää vahvuutena vapaaehtoistoiminnassa.

Ennen kehittämispäivää opinnäytetyön tekijä oli yhteyksissä persoonallisuusvalmentajaan puhelimitse, jonka kanssa kävimme läpi tulevan kehittämispäivän sisältöä. Kehittämispäivässä opinnäytetyön tekijä esittäytyi aluksi ja kertoi lyhyesti opinnäytetyön aiheesta sekä persoonallisuusvalmennuksen tarkoituksesta opinnäytetyön kannalta. Lisäksi osallistujia pyydettiin täyttämään kirjallinen suostumus tutkimukseen osallistumista (liite 2). Osallistujat istuivat yhteisen ison pöydän ääressä. Opinnäytetyön tekijä istui neuvotteluhuoneen takaosassa, tehden muistiinpanoja tietokoneelle. Aluksi persoonallisuusvalmentaja kertoi taustastaan ja pyysi jokaista osallistujaa täyttämään itsenäisesti ”Oma päivärisi” -tehtävän, jossa oli valittava eniten itseään kuvaavat väittämät. Väittämiä oli 21 ja jokaisessa kohdassa neljä eri vastausvaihtoehtoa. Tämän jälkeen toisella puolella paperia oli kyselyn tulkinta-avain; jokainen vastausvaihtoehto edusti jotakin neljästä eri väristä: vihreä, keltainen, punainen tai sininen. Nämä värit kuvastivat neljää eri persoonallisuutta. Valituista vastauksista laskettiin montako väriä mikäkin vaihtoehto kuvasti ja mikä väri sai eniten ääniä. Tähän yksilölliseen tehtävään käytettiin aikaa 20 minuuttia. Tämän jälkeen käytiin läpi kierros, jossa jokainen esitteli itsensä ja kertoi lyhyesti itsestään haluamiaan asioita, esimerkiksi tekemästään työstään tai muutoin elämästään. Lisäksi jokainen valitsi yhden itseään eniten kuvaavan luonteenpiirteensä ja kertoi millaista vapaaehtoistoimintaa, tekee OLKA-toiminnassa. Jokainen kertoi myös mikä väri oli saanut eniten ääniä väittämistä.

Osallistujat pohtivat persoonallisuusvalmentajan johdolla yhteisesti keskustellen omista luonteenpiirteistään ja niiden näkymisestä vapaaehtoistoiminnassa sekä syistä, jonka vuoksi tekee vapaaehtoistoimintaa. Persoonallisuusvalmentaja kertoi tämän jälkeen millaisia luonteenpiirteitä eri värit kuvastavat. Puolessa välin koulutusta oli 20 minuutin kahvitauko, jonka jälkeen jatkettiin eri persoonallisuustyyppien läpikäymistä. Persoonallisuusvalmennuksessa käytetyt persoonallisuustyyppijä kuvastavat värit antavat viitteitä ihmisten eri luonteenpiirteistä. Värien avulla ei voida kuitenkaan määritellä tieteellisestä näkökulmasta ihmisten persoonallisuutta. Värianalyysi-tehtävä toimi keskustelun herättäjänä kehittämispäivän teemalle; eli millaiseksi vapaaehtoistoimijat kokevat oman persoonallisuutensa ja miten se näkyy heidän tekemässään vapaaehtoistoiminnassa. Värianalyysin avulla osallistujien oli mahdollista pohtia omia luonteenpiirteitään konkreettisen tehtävän kautta sen sijaan, että aiheesta olisi alettu keskustella suoraan ilman harjoitusta. Myös motivaatiotekijät nousivat vahvasti esille keskustelun aikana, vaikkeivat ne olleet varsinaisena tutkimuskysymyksenä kehittämispäivässä.

Moni kertoi työhistoriastaan sekä nykyisestä elämäntilanteestaan. Osa kertoi tekemästään vapaaehtoistoiminnasta tarkemmin. Paljon keskustelua vapaaehtoistoimijoiden kesken syntyi

siitä, miksi toimii tietyissä tilanteissa kuten toimii. Esimerkiksi miksei pysty hulluttelemaan tietyissä tilanteissa ja vastaavasti jälkikäteen onkin ymmärtänyt, etteivät kaikki pysty lähtemään niin spontaanisti tekemään jotakin asiaa, kuten tanssimaan. Yhteiskehittämisen näkökulmasta osallistujien kesken tapahtui kokemusten ja ajatusten jakamista sekä erilaisten tunnetilojen käsittelyä liittyen omiin luonteenpiirteisiin. Keskusteluissa korostui paljon se, miksi on hakeutunut vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoiset eivät näe toisiaan kovin usein ainakaan vapaaehtoistoiminnan osalta, sillä vapaaehtoisvuorossa ollaan usein yksin tai kaksistaan, joten vapaaehtoisilla oli kehittämispäivässä mahdollisuus päästä keskustelemaan toistensa kanssa ja jakamaan saamiaan kokemuksia. Ketään ei havainnoitu yksilöllisesti vaan sitä, kuinka eri tilanteissa ja ympäristössä vapaaehtoisten luonteenpiirteet näyttäytyvät. Keskustelua syntyi myös esimerkiksi siitä, kuinka ihmiset kohtaavat toisensa, puhuvat toisilleen tai miten ihmiset tykkäävät kätellä tai halata toisiaan. Havainnoinnin muistiinpanoja syntyi neljä sivua Word-tiedostolle (fonttiCalibri, fontin koko 11).

3.5 Aineiston analyysi

Laadullisen aineiston analyysi pitää sisällään useita eri vaiheita. Analyysin perustana on kuvaileminen, joka tarkoittaa esimerkiksi henkilöiden tai tapahtumien ominaisuuksien kartoittamista. Geertz (1973) käyttää termiä vahva, jonka mukaan tutkija kuvaa tutkittavaa ilmiötä mahdollisimman tarkasti ja laajasti. (Hirsjärvi ym. 2014, 145.) Havainnointiaineiston analyysissä ei periaatteessa ole eroa verrattuna muihin laadullisten aineistojen analyysihin. Aineistosta nostetaan esille tutkittavan ilmiön kannalta olevia merkityksellisiä asioita. Havainnointimuistiinpanojen tarkka kirjaaminen edesauttaa analyysin tekemistä. Analyysimenetelmä valitaan sen mukaan, mikä sopii tutkimukselle parhaiten. (Paalumäki & Vähämäki 2020b, 136-137.) Laadullista tutkimusta analysoidessa puhutaan yleisesti sisällönanalysista. Aineistosta on rajattava se alue, joita halutaan tutkia. Tämän jälkeen on vuorossa aiheen litterointi tai koodaaminen. Seuraavaksi päästään teemoitteluun, toisin sanoen aineisto pilkotaan ja ryhmitellään eri aiheiden perusteella. (Tuomi ym. 2018, 103-105.) Laadullisessa aineistossa on yleistä luokitella havainnot erilaisiin kategorioihin. Koodausta voidaan käyttää teemoittelun pohjana. Teemoittelussa tarkastellaan haastateltavien vastauksissa ilmeneviä yhteneväisyyksiä. Kun aiheet on löydetty, erotetaan ne toisistaan yhdistämällä samankaltaiset ilmaisut samaan kategoriaan. Tutkittavan ilmiön ominaisuudet määrittävät kategorian nimen. Tämän jälkeen alakategorioita yhdistetään yläkategoriaksi, joka nimetään kuvaamaan kategorian sisältöä. Lopuksi kaikki yläkategoriat yhdistetään yhdeksi kategoriaksi, joka kuvaa kokonaisuutta. Analyysin tarkoituksena on tuoda esille olennainen tieto aineistosta tutkimuksen tavoitteet huomioiden. (Puusa 2020a, 152-154.)

Laadullisen aineiston analyysi voidaan jakaa induktiiviseen (aineistolähtöinen) ja deduktiiviseen (teorialähtöinen) analyysiin. Milesin ja Hubermanin (1994) mukaan aineistolähtöisessä analyysissä aineisto pelkistetään, ryhmitellään ja luodaan teoreettiset käsitteet. Aineistoa

pelkistettäessä kyseessä voi olla haastattelun tai havainnoinnin auki kirjoittaminen. Aineistosta poimitaan tutkimuksen kannalta olennaiset ilmaisut esimerkiksi merkitsemällä samanlaiset ilmaisut samanvärisellä kynällä. Ryhmittelyvaiheessa samaa asiaa ilmaisevat asiat ryhmitellään ja muodostetaan alaluokiksi. Alaluokat nimetään kuvaamaan esimerkiksi tutkittavan ilmiön ominaisuutta tai piirrettä. Alaluokkia yhdistetään yläluokiksi ja edelleen pääluokiksi. Pääluokat käsitteellistetään luomalla teoreettisia käsitteitä olennaisesta tiedosta. Käsitteellistämistä tapahtuu jo ryhmittelyn aikana. Aineistolähtöisessä sisällönanalysissä tutkimustehävän vastaus muodostetaan käsitteitä yhdistelemällä. (Tuomi ym. 2018, 122-127.)

Aineistolähtöisessä analyysissä aineistoon perehtymisen kautta aineisto alkaa muodostaa oman rakentumistapansa (Toikko ym. 2009, 140). Aineistolähtöistä analyysia on myös mahdollista tarkastella teorioiden kautta. Tällöin teoreettisten määrittelyjen voidaan osoittaa eroavaisuuksia tai selittää ilmiöitä. (Alasuutari 1999; Toikko ym. 2009, 140.) Laadullisen aineiston analyysissä lähtökohtana on analysoida aineistoa tutkimuskysymysten kautta, jolloin kaikkea saatua informaatiota ei ole tarkoitus arvostella. Näin ollen jäsennostapa voi olla karkeampi vaikkakin tavoitteena olisi pyrkiä tiheään analyysiin. Kehittämistoiminnassa laadullinen aineisto on usein luokiteltu ja tulkittu karkeasti. (Toikko ym. 2009, 140-141.)

3.6 Haastattelujen analyysi

Haastattelut litteroitiin ja kirjoitettiin Word-tiedostolle. Aineistosta etsittiin vastaukset tutkimuskysymyksiin merkitsemällä tietyn kysymyksen vastaukset samalla värillä. Tämän jälkeen jokaisen haastateltavan vastaukset siirrettiin erilliselle tiedostolle kysymysten mukaisesti. Vastausten perään laitettiin sulkuihin, kenestä haastateltavasti oli kyse (H1, H2 jne.). Aulaavustajan ja saattohoidon tukihenkilön tehtäviä tekevien vastauksia ei lähdetty analysoimaan erikseen, vaan kaikki on analysoitu vapaaehtoistoiminnan käsitteen alle. Tämä sen vuoksi, jotta aiheesta saadaan paremmin esille kokonaiskuvaa, kun kyseessä on pienen ryhmän (seitsemän henkilöä) vastaukset. Haastatteluaineistosta muodostettiin sisällönanalyytit motivaatiotekijöistä, omista vahvuksista sekä hyvinvoinnin/osallisuuden ilmenemisestä. Jokaisesta kolmesta eri osa-alueesta luotiin omat taulukot, jossa alkuperäisilmaukset pelkistettiin ja näistä muodostettiin alaluokat. Alaluokista jatkettiin pääluokkien muodostamiseen sekä yhdistäviin luokkiin, joista tässä opinnäytetyössä käytetään termiä käsite. Opinnäytetyöhön on laitettu esimerkit jokaisesta tutkimuskysymyksen aineistosta. Aluksi on kuvattu värien avulla tehtyä koodausta, jonka jälkeen vastauksista on muodostettu taulukot, johon on laitettu alkuperäisilmaukset, pelkistetyt ilmaukset, alaluokka, pääluokka ja muodostettu käsite.

3.6.1 Motivaatiotekijät

Alapuolelle on kuvattu litteroidusta haastattelusta poimittuja asioita, jotka liittyvät motivaatiotekijöihin.

No se vähän niinku hiljeni se elämä kun jäi yksin... nii sit halus jotain muuta ja sitten saa ver-
taistukea näistä muista..

mulla oli ajatus kun jäin vuos sitten eläkkeelle että kyllä nyt jotain vapaaehtoistoimintaa mut
ei mul ollu käsitystä että mitä se vois olla..

ehkä se on sit se perimmäinen syy kuitenkin että sitä ettii niille päiville sisältöä kumminki ja
kyllähän se täyttyy niinku harrastuksissa, voi käydä uimassa tai jumpassa mutta ehkä ne nyt ei
kuitenkaan riitä ainoaksi sisällöksi..

Taulukko 1: Esimerkki haastatteluaineiston analyysistä liittyen motivaatiotekijöihin

Alkuperäisil- maukset	Pelkistetyt il- maukset	Alaluokka	Pääloukka	Käsite
”Miksi en tekisi, jos miulla on ai- kaa.” ”Ajankuluks, oon eläkkeellä”	”Elämäntilanne sellainen, että on aikaa.”	Voi itse päät- tää, mihin ai- kansa käyttää.	Ajankäyttö it- selle mieluisaan asiaan.	Mielekäs teke- minen.
”Tarve yksi mo- tivaatio, tiedän ettei se oo tur- haa.” ”Auttamasi ih- miset tullee vielä kiittämään pois lähtiessä.”	Tieto toiminnan tarpeesta moti- voi tekemään.	Tunne siitä, että tekee jo- tain merkittä- vää.	Toiset ihmiset hyötyvät vapaa- ehtoistoimin- nasta	Hyödyksi olemi- nen

Aineistosta muodostettiin seuraavat käsitteet, sulussa vastaajien määrä: Mielekäs tekeminen (7), Hyödyksi oleminen (7), Toiminnan koordinointi (5), Merkityksellisyyden tunne (5), Auttamisen halu (3), Onnistumisen kokemukset (2) sekä vertaistuki toisista vapaaehtoisista (1).

3.6.2 Omat vahvuudet

Alapuolelle on kuvattu litteroidusta haastattelusta löydettyjä asioita, joita haastatellut ker-
toivat omiksi vahvuuksiksi vapaaehtoistoiminnassa.

jaa a, tietynlainen uteliaisuus, ymmärrät varmaan hyvällä tavalla utelias. Ja osaaminen, mie koen että mie osaan sen työn mitä täällä tarvii tehdä. en aina osaa neuvoa oikeita paikkoja kun nää vaihtuu, mutta osaan ettiä tietoa..

On tullu tavallaan semmonen varmuus, että sie oot vaan oma ihtes, rento semmonen nii se on yks vahvuus ja sitten tämmönen että mie oon kehittynyt semmosena ihmisten tuntijana aika hyväks...

ehkä myös sellanen tietty tarkkuus että ja vielä täyty sanoa vaikka vanha ihminen olen, aika hyvä muisti..

Taulukko 2: Esimerkki haastatteluaineiston analyysistä liittyen omiin vahvuuksiin

Alkuperäisilmaukset	Pelkistetyt ilmaukset	Alaluokka	Päälouokka	Käsite
<p>”Tietynlainen uteliaisuus, ymmärrät varmaan hyvällä tavalla utelias.”</p> <p>”ainaki se ulospäinsuuntutuva, vaikka itteeki aina jännittää ja pelottaa, että ei näytä sitä muille asiakkaille”</p>	<p>”Uteliaisuus”</p> <p>”Ulospäinsuuntutuva”</p>	<p>Ihmisten kohtaaminen omiana itsenä.</p>	<p>Omien luonteenpiirteiden hyödyntäminen.</p>	<p>Persoonallisuus</p>
<p>Alkuperäisilmaukset</p>	<p>Pelkistetyt ilmaukset</p>	<p>Alaluokka</p>	<p>Päälouokka</p>	<p>Käsite</p>
<p>” Mie oon tämmönen mie puhun savvoo hiljaa ja kovvaa ja levveesti ja puhun samalla viisiin kun nää ihmisetkin</p>	<p>”Osaan keskustella ihmisten kanssa.”</p> <p>”Osaan kohdata ihmiset oikeella tavalla.”</p>	<p>Oman käyttäytymisen sopeuttaminen tilanteen vaatimalla tavalla.</p>	<p>Käyttäytymisen sopeuttaminen.</p>	<p>Vuorovaikutustaidot</p>

<p>puhuu, nää asiakkaatkin.”</p> <p>”mielestäni osaan olla ihmisten kanssa ja kohdata silleen.. Ja sitten pysähtyä kuuntelemaan”</p>				
--	--	--	--	--

Vastauksista muodostettiin seuraavat käsitteet, suluissa vastaajien määrä: Vuorovaikutustaidot (7), Persoonallisuus (6), Työkokemus (3), Kognitiiviset taidot (2) sekä Elämäkokemus (2).

3.6.3 Hyvinvoinnin ja osallisuuden ilmeneminen

Hyvinvointiin ja osallisuuden näkymiseen löytyvät asiat korostettiin samalla tavalla tekstistä, kuin aiemmat tutkimuskysymysten vastaukset.

mie uskon että on vaikuttanut positiivisesti. Jos vaihtoehto ois se että mie oisin kotona päivät pitkät enkä tekis mitään vapaaehtoistyötä, mie kävisin lenkillä ja neulosin..

että jotenkin se että kun tietää olevansa tarpeellinen niin se lisää sitä hyvinvointia.. että ei oo pelkästään itselle elämistä..

no ainakin se tulee se rytmi... Ja sitten, kyllähän niinkun kun aina sanotaan että tänne tulee ihmisiä, että ei niillä oo niinku puhekaverii ja harvoin näkee niinku, no ei sitä minullakaan nyt kokoajan..

Taulukko 3: Esimerkki haastatteluaineiston analyysistä liittyen hyvinvoinnin ja osallisuuden ilmenemiseen

Alkuperäisilmaukset	Pelkistetyt ilmaukset	Alaluokka	Pääluokka	Käsite
”jotenki on huomannu sellasta jaksamista että itelleki on ihan oikeesti kun on	”Sellaista jaksamista, kun on tavannut muita, pirteempi olo”	Vapaaehtoistoinnin kautta kokee olonsa paremmaksi.	Vaikutusta mielenterveyteen.	Henkinen hyvinvointi.

<p>tavannu niitä muita ihmisiä ja on tuota täällä käynyt juttelemassa... jotenkin pirteempi olo”</p> <p>”ehkä semmosta eloisuutta ja iloa ei kovin monesta harrastuksesta saa kuitenkaan.”</p>	<p>”Eloisuutta ja iloa”</p>			
<p>Alkuperäisilmaukset</p>	<p>Pelkistetyt ilmaukset</p>	<p>Alaluokka</p>	<p>Pääloukka</p>	<p>Käsitteet</p>
<p>”Ja onhan täällä sitten tuota ystävyysuhteita, no ei nyt mitään sydänystäviä eikä tarviikaan enää, mutta kuitenkin tästä porukasta”</p> <p>”myö käydään tuolla aina yhdessä, koordinaattori aina järjestää meille näitä tällöisiä juttuja”</p>	<p>”Ystävyysuhteita vapaaehtoisporukasta”</p> <p>”yhteiset tapaukset joissa voidaan nähdä ja jutella.”</p>	<p>Uusiin ihmisiin tutustuminen vapaaehtoistoiminnan kautta.</p>	<p>Ystävystyminen toisten vapaaehtoisten kanssa.</p>	<p>Sosiaaliset suhteet.</p>

Aineistosta muodostettiin seuraavat käsitteet, sulussa vastaajien määrä: Henkisen hyvinvoinnin lisääntyminen (7), Ystävyysuhteiden muodostuminen (4), Osallisuuden kokemus (4), Sosiaalisten suhteiden muodostuminen (2) sekä Fyysisen toimintakyvyn paraneminen (2).

3.7 Havainnoinnin analyysi

Havainnointiaineiston materiaali syntyi kehittämispäivänä tietokoneelle kirjatusta havainnoista. Huomioitavia asioita olivat:

- vapaaehtoisten kuvailemat luonteenpiirteet
- oman persoonallisuuden hyödyntäminen vapaaehtoistoiminnassa

Muistiinpanoista etsittiin tutkimuskysymyksiin vastaukset korostamalla aiheet väreittäin. Vastauksista luotiin taulukko, johon merkittiin jokaisen osallistujan kertoma luonteenpiirre, sen näkyminen omassa elämässä sekä sen vaikutus vapaaehtoistoimintaan ja motivaatioon. Motivaation merkitys korostui osallistujien keskusteluissa ja tämän vuoksi sen yhteys persoonallisuuden päätettiin ottaa tarkasteluun analyysia tehdessä. Kaikki muistiinpanot ovat osallistujien itsensä kertomia asioita, jotka opinnäytetyön tekijä on kirjannut ylös. Kehittämispäivässä ei keskitytty tarkastelemaan jokaisen vapaaehtoistoimijan roolia vapaaehtoistoiminnassa, mutta osassa vastauksista ilmeni, mitä vapaaehtoistoimijan sisältöön kuuluu. Havainnoinnissa ei myöskään tarkasteltu vapaaehtoistoimintaan osallistumisen määrää. Tämä jätettiin pois tarkoituksella ajankäytön vuoksi. Alapuolelle on koottu esimerkkejä aineiston analyysistä sekä taulukosta.

Luonteeltani ei missään harkitsevainen, mutta iloinen... Spontaanisesti, ei pidä liikaa suunnitella. Päivä kerrallaan. Elämänmuutoksen myötä arvomaailma meni uusiksi... Maailmankatsomukseni on perinteitä kunnioittava...

Sopeutuva... Arvomaailmani ovat luonto, terveys- ja koulujärjestelmä... Haluan paneutua rauhassa asioihin... Työ ei leimaa enää elämää eläkkeellä ollessa. Elämään sisällön löytäminen, liittyy olkatoimintaan. Voi tuntea tekevänsä jotain hyödyllistä... Tärkeää on pienikin tavoite, tydytyksen tunne, kun se on tehty...

OLKA-toiminta on palkitsevaa, pieniä tekoja, joista tulee hyvä mieli...

Taulukko 4: Havainnointiaineistosta koottu yhteenveto

Kuvaillut luonteenpiirteet	Luonteenpiirteen näkyminen toimintatavoissa	Motivaatiotekijät liittyen vapaaehtoistoimintaan
Herkkä	Luova ongelmanratkaisu, keksin vaihtoehtoisia ratkaisuja.	Vertaistoimijana OLKAssa, teen jotain tuttua mitä osaan, ihmisten parissa.
Tavoitteellinen	Tärkeää, pienikin tavoite, jonka saa tehdyksi.	OLKA-toiminta palkitsevaa, pienistä teoista tulee hyvä mieli. Elämään sisältöä.
Spontaani	Luonteeltani en missään nimessä ole harkitsevainen, päivä kerrallaan.	Eläkkeellä, on aikaa.

Sopeutuva	OLKA-toiminnassa aula-avustajana, teen koska näin työuran aikana ek-syksissä olevia asiakkaita.	On aikaa ja kykyä auttaa. Joudan OLKA-toimintaan. Pitkä työura takana, myös esihenkilön roolissa.
Periksiantamaton	Työelämässä, toista kymmentä vuotta. Ei anna vaan itselle, vaan apu annetaan kaikille. Ikäihmiset lähellä sydäntä, ei enää lähipiirissä, voimavarana.	OLKA-toiminnassa alusta asti, tosi kivaa. Kerran viikossa aula-avustajana, huomaa sen tarpeen, sillä ihmiset ovat hukassa.
Innokas	Vapaaehtoistoiminta, elämän muutoksen myötä arvomaailma meni uusiksi. Osa olla armollinen, aiemmin perfektionisti. Mukana myös muussa vapaaehtoistoiminnassa.	Saada ihmiset hyvälle tuulelle.
Järjestelmällinen	OLKA-ilmoitus huomattu lehdestä. Aula-avustajana.	“Apuna asiakkaalle, iloa itselle”. Oon tykänny olla.
Suorittaja	Maailmankatsomukseni perinteitä kunnioittava. Työelämää ja yrittäjyyttä takana. Sairastumisen vuoksi työkyky alentunut.	Ajattelin että saatuani hyvää hoitoa, haluan antaa takaisin ja kun aikaa on.
Toiset huomioon ottava	“oonko tehnyt riittävästi” - ajatusmaailma	On aikaa ja terveyttä ja haluaa ihmisiä auttaa. Ihmiset tyytyväisiä.
Sosiaalinen	Monipuolinen työura takana. Antaa kaikkien kukkien kukkia.	OLKASSA näkee paljon ihmisiä, voi auttaa. Eläkkeellä.
Harkitsevainen	Arvomaailmassa luonto ja terveys.	Vertaistukijana OLKAssa. Henkilökohtaiset kokemukset elämässä.
Analyyttinen	Haluan paneutua rauhassa asioihin.	Aula-avustajana. Eläkkeellä ollessa aina tehnyt vapaaehtoistoimintaa.

Kirjatuista muistiinpanoista etsittiin samanlaisia luonteenpiirteitä kuvastavat asiat merkittävällä ne samalla värillä. Analysointivaiheessa luonteenpiirteiden ja motivaatiotekijöiden välinen yhteys erottui selkeästi, joten samankaltaiset luonteenpiirteet sekä niihin liittyvät motivaatiotekijät luokiteltiin omiin kategorioihin ja näistä löydettiin neljä eri motivaatiotekijää (suluissa vastaajien määrä):

Herkkä, Toiset huomioon ottava ja Sopeutuva

Ihmiset ovat tyytyväisiä, kun saavat apua. Teen jotain tuttua mitä osaan, ihmisten parissa.

Pitäis tehdä jotain tuttua, mitä osaa, ihmisten parissa, ei hirveitä vastuuta kuitenkaan.

→ Motivaatioon vaikuttavat tunneperäiset asiat (3)

Harkitsevainen ja Analyyttinen

Oon aina tehnyt jonkinlaista vapaaehtoistyötä ja päätin siksi lähteä tähän mukaan.

Henkilökohtaiset kokemukset elämässä.

→ Motivaatio perustuu hyödyksi olemiseen (2)

Sosiaalinen, Innokas ja Spontaani

OLKassa näkee paljon ihmisiä, voi auttaa ja saada ihmiset hyvälle tuulelle.

Menen elämässä päivä kerrallaan.

→ Motivaatioon vaikuttavat sosiaaliset tekijät (3)

Suorittaja, Tavoitteellinen, Järjestelmällinen ja Periksiantamaton

OLKA-toiminta on palkitsevaa, pienistä teoista tulee hyvä mieli.

Tärkeää pienikin tavoite, jonka saa tehdyksi.

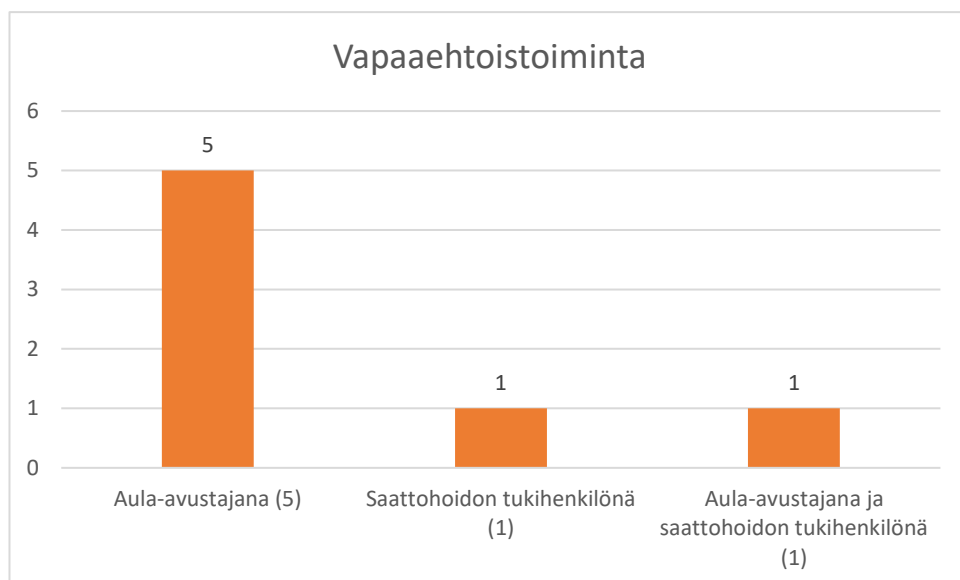
→ Motivaation taustalla tavoitteiden saavuttaminen (4)

4 Tulokset ja johtopäätökset

Tulosten analysoinnin jälkeen on luvassa tulosten tulkinta. Aineiston analyysissa esiin nousseita merkityksiä selvennetään ja pohditaan. Tuloksista tulisi laatia synteesejä, joiden avulla pääkohdat tuodaan esille ja joista voidaan muodostaa johtopäätöksiä. Tutkijan tulee peilata tutkimuksensa päätelmiä aiemmin tutkittuun tietoon, joka muodostaa teoreettisen viitekehysten. (Puusa 2020a, 154-155.) Tutkijan ollessa vuorovaikutuksessa tutkimuksen kohteeseen

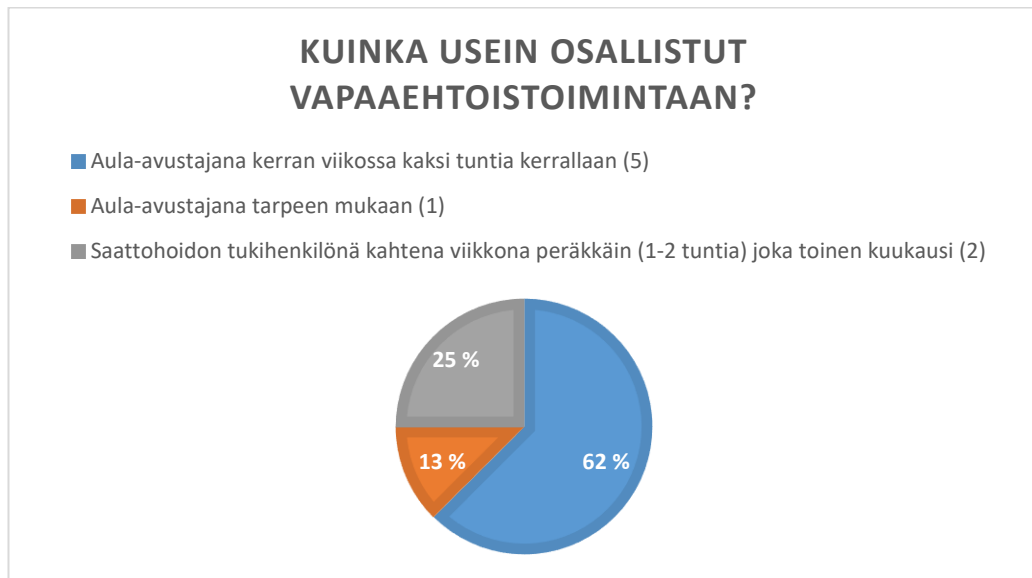
tulee tutkijan osata reflektoida sekä olla subjektiivinen suhteessa tutkimukseen. Tällä tavoin voidaan lisätä tutkimuksen objektiivisuutta. Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan vilpittömyydestä liittyen tiedonhankintaan sekä tulkintoihin tulisi vakuuttua. Tutkimusta luettaessa tutkijan tekemien ratkaisujen sekä totuuden tavoitellun luonteen tulisi tehdä tutkimus ymmärrettäväksi. (Aaltio & Puusa 2020, luku 11.)

Haastatteluissa vapaaehtoisilta kysyttiin motivaation, vahvuuksien sekä hyvinvoinnin ja osallisuuden ilmenemisen lisäksi mitä tekee OLKA-toiminnassa ja kuinka usein sekä olisiko toiminnassa jotain kehitettävää. Näihin liittyvästä aineistosta ei muodostettu sisällönanalyysia vaan saadut vastaukset on koottu opinnäytetyöhön käyttäen myös suoria lainauksia esimerkkinä ja vastauksista on muodostettu yhteenvedot kuvioihin ja taulukkoon. Kehittämiseen liittyvät vastaukset on laitettu tuloksen viimeiseen osioon.



Kuvio 3: Vapaaehtoistoiminta

Haastatelluista viisi kertoi olevansa vapaaehtoistoimijana aula-avustajana sosiaali- ja terveyskeskuksen aulassa. Yksi haastatelluista toimi saattohoidossa tukihenkilönä ja yksi toimi sekä tukihenkilönä että aula-avustajana (kuvio 3).



Kuvio 4: Vapaaehtoistoimintaan käytetty aika

Viisi haastateltavista toimi aula-avustajina useimmiten kerran viikossa kahden tunnin ajan. Yksi vapaaehtoinen kertoi olevansa aula-avustajana tarpeen mukaan. Kaksi vapaaehtoista (joista toinen toimi myös aula-avustajana) kertoi toimivansa saattohoidon tukihenkilönä palliativisella osastolla aina kahtena viikkona peräkkäin noin joka toinen kuukausi (kuvio 4). Osa toimi aula-avustajan tehtävässä säännöllisesti tiettyinä aikoina ja päivinä, osa piti välillä taukoa toiminnasta esimerkiksi kesän ajan.

Taulukko 5: Vapaaehtoistoimijoiden tehtävät

<p>Aula-avustajan tehtävät:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ asiakkaiden ohjaaminen oikeaan paikkaan ➤ neuvonta ➤ ilmoittautumislaitteen käytön opastaminen ➤ taksin tilaaminen ➤ yleinen keskustelu asiakkaiden kanssa
<p>Saattohoidon tukihenkilön tehtävät:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ keskustelu asiakkaan kanssa ➤ seurana oleminen/kuunteleminen ➤ läsnäolo ➤ asiakkaan omaisten kanssa keskustelu

Haastatellut kertoivat aula-avustajan tehtäviin kuuluvan asiakkaiden ohjaamisen oikeaan paikkaan, ilmoittautumislaitteen käytön opastamisen, neuvonnan, taksin tilauksen sekä yleisesti juttelun asiakkaiden kanssa.

Neuvotaan missä on mikäkin ja yleisimmät kysymykset missä on hammashoitola, labra, miten päästään lääkäriin ja röntgeniin. (H3)

Ohjataan ihmisiä. Opastusta missä on laboratorio, poikkeustapauksia, jos paikat muuttuvat. Vanhempia ihmisiä autetaan kelakortin kanssa. (H6)

Eli ihmiselle neuvotaan konkreettisesti miten ilmottaudutaan ja epävarmat ihmiset viedään paikan päälle toimenpidehuoneeseen ihan perille asti. (H7)

Ja on ihmisiin tuossa törmännyt ketkä ensimmäistä kertaa käyvät täällä ja sit ne on sanonu suoraan että eivät tiedä miten ilmottaudutaan, mie että lähetään kattomaan yhdessä ja sit ku niille on neuvonu kädestä pitäen, ne on että ei tää nii vaikee ollukaan. (H4)

Haastatellut vastasivat saattohoidon tukihenkilön tehtäviin kuuluvan keskustelutuen, seurana olemisen ja läsnäolon sekä keskustelun myös omaisten kanssa.

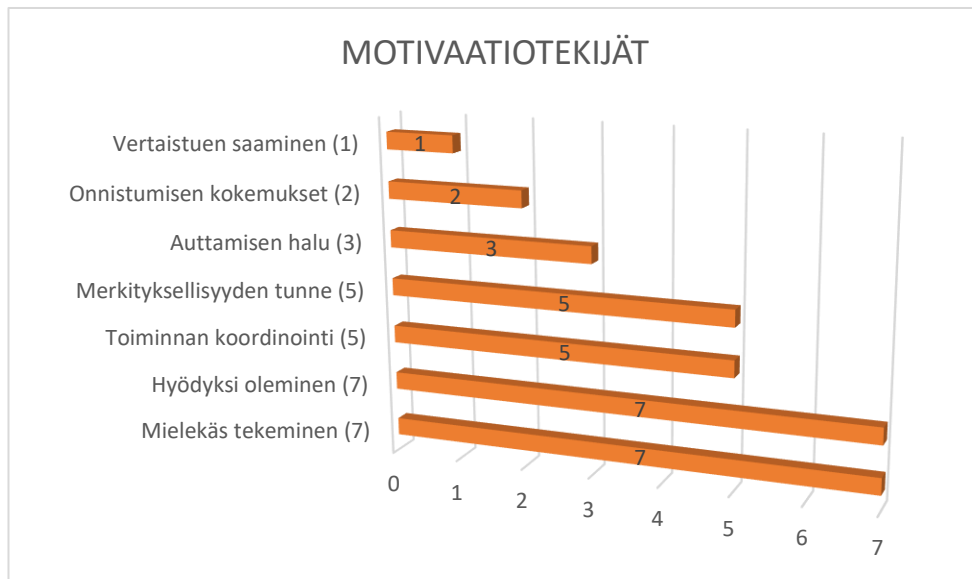
Saatetaan olla vieressä, lukea.. jos on lähtö lähellä, hieroa esimerkiksi kämmenselkää, olla vieressä ja kertoa ettet oo yksin, että minä oon tässä lähellä. (H1)

Monesti meidän ei tarvitse keskustella vaan sieltä alkaa tulla puhetta. Että heillä on niinku tarve, ei oo läheisiä monellakaan. (H2)

Ja moni kertoo koko elämän tarinansa. Purkaa niitä tunteita. (H1)

Tutkimuskysymyksinä oli selvittää, mikä motivoi vapaaehtoisia vapaaehtoistoimintaan sairaalamaailmassa, tuottaako vapaaehtoistoiminta hyvinvoinnin ja osallisuuden kokemuksia, kuinka omia vahvuuksiaan ja persoonallisuuttaan voi hyödyntää vapaaehtoistoiminnassa ja olisiko vapaaehtoistoiminnassa jotain kehitettävää. Seuraavaksi käydään läpi jokaiseen tutkimuskysymykseen saadut vastaukset.

4.1 Vapaaehtoistoiminnan motivaatiotekijät



Kuvio 5: Vapaaehtoistoiminnan motivaatiotekijät

Motivaatiotekijäksi nousi tieto siitä, että toiminnalle on tarvetta eli halu olla hyödyksi ilmeni jokaisen haastateltavan kohdalla. Kaikki seitsemän haastateltua kertoivat myös vapaaehtoistoiminnan tuovan päiviin sisältöä. Lisäksi merkityksellisyyden tunteen kokeminen nousi esille viiden haastatellun kohdalla. Kolme haastatelluista osallistui vapaaehtoistoimintaan auttamisen halun vuoksi. Onnistumisen kokemuksen koki motivoivan kaksi vapaaehtoistoimijaa sekä yksi koki saavansa vertaistukea omaan elämäntilanteeseensa toisista vapaaehtoisista (kuvio 5).

Vähän erilaista sisältöä kuin jos käyt yksin uimahallissa; kunto kohoaa mutta ei siinä oo sosiaalista puolta. (H6)

Perimmäinen syy kuitenkin että ettii niille päville sisältöä ja täyttyyhän ne harrastuksista mutta ei se riitä ainoaksi sisällöksi. (H7)

Tekkee mieli ihan mennä ja lähtee kottookki. (H5)

Tietty viikoittainen vapaaehtoisvuoro toimi myös arjen rytmittäjänä neljälle vapaaehtoiselle. Vapaaehtoistoiminnan tarpeellisuus nähtiin yhtenä motivaationa. Vapaaehtoiset kokivat aulaavustajan roolin tärkeäksi, sillä he kertoivat ohjaavansa asiakkaan perille asti tai neuvovan mihin kerrokseen oli mentävä sekä opastavan ilmoittautumisautomaatin käytön kanssa. Vapaaehtoiset kokivat, että ilman aulaavustajaa asiakkaat eivät välttämättä löytäisi perille ainaan yhtä helposti. Hyvin organisoitu toiminta motivoi myös vapaaehtoistoimintaan

osallistumiseen. Viisi vapaaehtoista kertoi koordinaattorilla olevan merkitystä motivoivana tekijänä vapaaehtoistoimintaan osallistumisessa.

Lisäksi yksi vapaaehtoisista kertoi halunneensa osallistua vapaaehtoistoimintaan jo pidemmän aikaa, mutta oli vasta OLKA-toiminnan alettua löytänyt itselleen sopivan vapaaehtoistoiminnan muodon.

Ajankuluksi, eläkkeellä ollessa on aikaa. Tuntee että tekee jotain hyödyllistä. Oman itseni takia ja tunne siitä, että voi antaa jollekin jotakin. (H1)

On aikaa, tietää että on tarvetta. Lähimmäisen rakkaus, toiminnassa hyvä vetäjä (koordinaattori). (H2)

Annan aikaa ja tunnen että mä teen jotain hyödyllistä. Että ihan oman itseni takia ja että mä voin antaa jollekin jotakin. (H4)

Motivaatiotekijöistä on löydettävissä sekä sisäisiä että ulkoisia motivaatioita. Yeungin (2004) määritelmän mukaisesti sisäisiä motivaatioita ovat saaminen, jatkuvuus, etäisyys sekä pohdinta ja ulkoisia motivaatioita toiminta, kontaktit, uudet asiat sekä antaminen. (Yeung 2004, 32-33.) Sisäisiksi motivaatioiksi voidaan luokitella mielekäs tekeminen, merkityksellisyyden tunne sekä onnistumisen kokemukset. Ulkoisena motivaationa voi pitää toiminnan koordinoimista, hyödyksi olemista, vertaistukea sekä auttamisen halua.

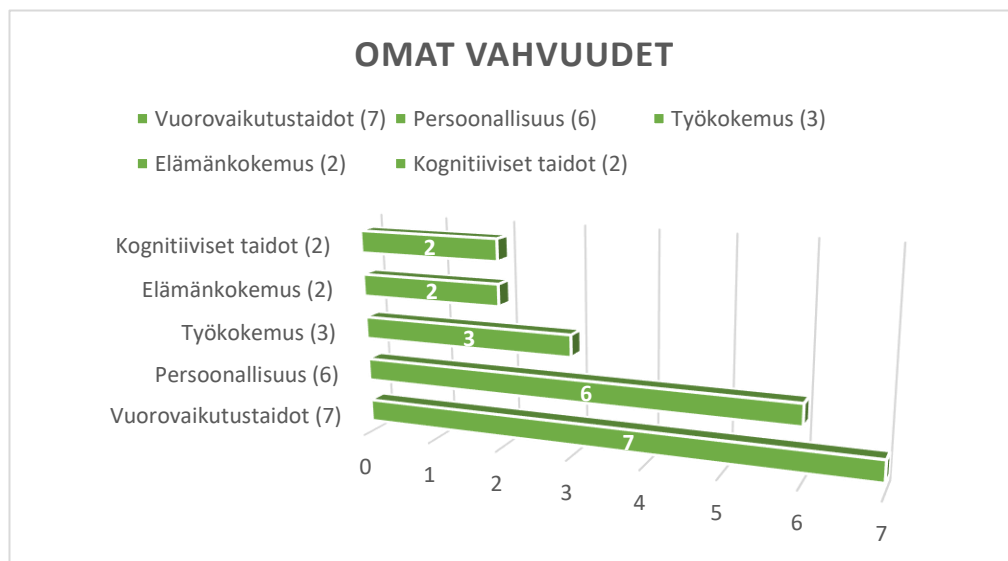
Valtakunnallisen vapaaehtoistoimintaan liittyvän kyselyn tuloksien mukaan (2022) motivaatiotekijäksi vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta vastasi 74 % tuovan vapaaehtoisuuden hyvää mieltä sekä halun auttaa, 61 % tarjoavan mielekästä tekemistä/harrastuksia, 47 % halun laittaa hyvän kiertämään, 43 % tuovan uusia ystäviä, 35 % tunteen itsensä arvostamisesta ja 31 % halun vaikuttaa ympäristöönsä/yhteiskunnan tilanteeseen. Kyselyyn osallistui 980 henkilöä. (Vapaaehtoistyö.fi-palvelu, Kirkkopalvelut ry & Kansalaisareena ry 2022, 10.) Itsensä toteuttaminen on noussut yhdeksi suurimmaksi motivaatiotekijäksi. Merkityksellisen tekemisen kautta voi toteuttaa itseään. (Hoffrén 2023, 2.)

Suomessa tehtiin vuosina 2020-2021 tutkimus iäkkäiden vapaaehtoisten (65-81-vuotiaat) motivaatiotekijöistä sekä vapaaehtoistoiminnan vaikutuksesta sosiaaliseen osallisuuteen ja yhteisöllisyyteen. Tutkimukseen osallistui 38 henkilöä kahdesta eri kaupungista. (Tiittanen & Turjamaa 2022, 1-3.) Vapaaehtoisten koordinaattorin koettiin olevan yksi merkittävä tuki vapaaehtoisille. Vapaaehtoisille oli tärkeää, että koordinaattorin saa yhteyden puhelimitse tai sähköpostilla. Vapaaehtoiset kertoivat motivaatiotekijäksi halun auttaa toisia, jonka kautta muodostuu oikeanlainen asenne tehdä vapaaehtoistoimintaa. Osa vapaaehtoisista asui yksin, joten sosiaaliset suhteet ja uusien ystävien saaminen koettiin yhdeksi tärkeimmistä motivaatiotekijöistä vapaaehtoistoiminnassa. Myös uuden oppiminen ja itsensä haastaminen koettiin motivoivan vapaaehtoistoimintaan. (Tiittanen ym. 2022, 5-6.)

Oikeusministeriön Vapaa! Fri! -hankkeen sidosryhmähaastattelussa esille nousi vapaaehtoistoiminnan koordinoimisen ja johtamisen olevan edellytyksiä onnistuneelle vapaaehtoistoiminnalle. Koordinaattorin roolin nähtiin olevan parhaimmillaan mahdollistajana, sparraajana sekä tukijana. (Lahdenperä 2023, 17-18.)

Vuonna 2016 tehdystä italialaisesta tutkimuksesta haastateltiin 11 vapaaehtoista heidän motivaatioistaan ja kokemuksistaan sairaalassa tehtävästä vapaaehtoistoiminnasta. Haastateltavat olivat iältään 23-72-vuotiaita. (Gonella, Canzan, Larghero, Ambrosi, Palese & Dimonte 2019, 164-166.) Syitä vapaaehtoistoimintaan osallistumiselle olivat muun muassa kokemusten sekä uusien ystävien saaminen ja vaikeista ajoista selviytyminen. Tämän lisäksi itsensä tunteminen tarpeelliseksi, itsensä löytäminen sekä oman olonsa tunteminen paremmaksi nousivat esille. (Gonella ym. 2019, 167.) Vapaaehtoiisiin kohdistuvissa motivaatiotutkimuksissa, jotka keskittyvät sosiaalipalveluihin, on ollut löydettävissä seuraavat motivaatiotekijät: altruismi, sosiaalisten suhteiden kaippu, sosiaalipalvelujen kiinnostus sekä henkilökohtaiset emotionaaliset tarpeet. (Yeung 2005, 88.)

4.2 Omien vahvuuksien hyödyntäminen



Kuvio 6: Omat vahvuudet

Vahvuuksista nousivat esille erityisesti vuorovaikutustaidot ja persoonallisuus. Vaikkakin vuorovaikutustaitoja voidaan pitää yhtenä persoonallisuuden osana, halusin nostaa tämän esille vielä erikseen, sillä se korostui haastateltavien vastauksissa. Kolme haastatellusta mainitsi myös aikaisemman työelämän antavan varmuutta toimia vapaaehtoisena. Työelämä oli ollut esimerkiksi hoitoalalla, joten sairaalamaailma oli tämän vuoksi tuttua (kuvio 6).

Omia vahvuuksia määriteltessä esille nousivat erityiset luonteenpiirteet ja taito toimia ihmisten kanssa. Ihmisten kohtaaminen koettiin tärkeäksi sekä riittävän ajan antaminen

asiakkaalle. Luonteenpiirteiksi mainittiin ulospäinsuuntautuneisuus, helposti lähestyttävä, rauhallinen, neutraali, sosiaalinen, viihteellinen sekä huomioon ottava. Haastateltavat pitivät tärkeänä ominaisuutena sitä, että osaa toimia aidosti omana itsenään. Kaksi haastateltavaa nostivat esille myös kyvyn reagoida nopeasti ja taidon huomioida oma puheen rytmi esimerkiksi ikäihmisen tai ulkomaalaistaustaisen asiakkaan kohdalla. Näin ollen kognitiiviset taidot koettiin myös vahvuutena.

Kaksi haastatelluista toi esille lisäksi oman elämäkokemuksen (kuvio 6), joka vaikuttaa taitoon toimia sairaiden ihmisten kanssa ja kohdata heidät tilanteen mukaisesti.

Osaan olla ihmisten kanssa ja kohdata, pysähtyä kuuntelemaan. (H2)

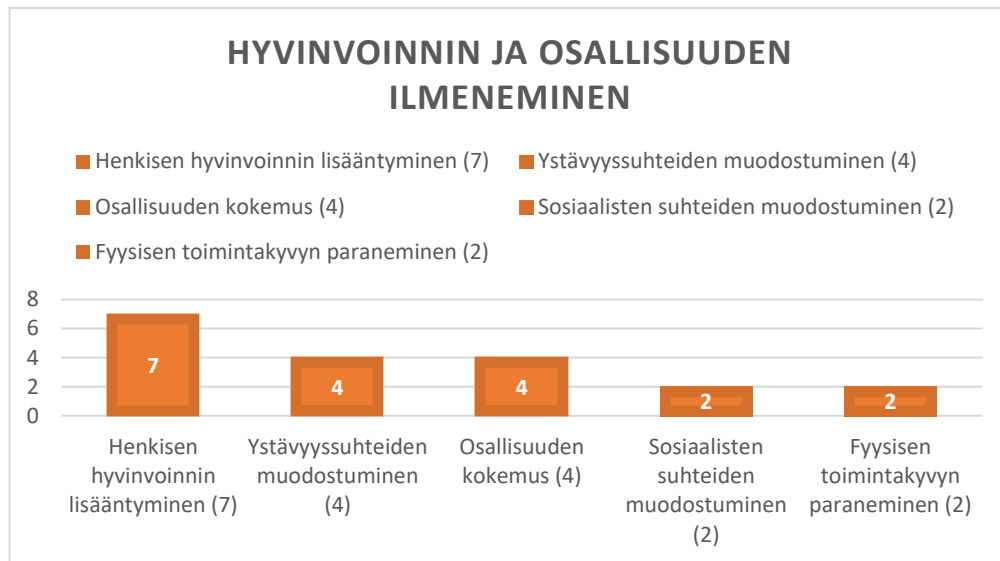
Meitä on eri persoonia ja jokainen tekee omilla vahvuuksillaan ja se tekee myös sen rikkauden. (H3)

Pystyn keskustelemaan kaikkien kanssa mistä vaan. (H7)

Auttaa että on ollut ihmisten kanssa tekemisissä, pitää ottaa eri rooli kuin töissä ollessa, ei niinkun pelkää sitä tilannetta tai ihmistä. (H5)

Hartikaisen tekemässä etnografisessa tutkimuksessa tarkasteltiin vapaaehtoistoiminnan merkitystä pitkäaikaishoidon osastolla (Hartikainen 2009, 12). Vapaaehtoistyössä intuitio, elämäkokemus sekä hiljainen tieto ovat merkittäviä tekijöitä. Osastolla toimitaan kiireettömästi ja läsnä olevasti. Läsnäolo koostuu aktiivisesta kuuntelusta, katsekontakteista, eleistä ja ilmeistä. Tuloksissa ilmeni, että vapaaehtoiset kokivat tärkeimmäksi tehtäväkseen läsnäolon. Esimerkiksi fyysinen koskettaminen toi turvantuntua vanhukselle. Läsnäoloon liittyi myös se, millaisen katsekontaktin vapaaehtoinen otti ja kuinka etäällä vapaaehtoinen oli vanhuksesta. (Hartikainen 2009, 130-131.) Vapaaehtoistyöntekijöiden ja apua saaneiden iäkkäiden ihmisten väliseen kanssakäymiseen keskittyvässä tutkimuksessa tuloksena muodostui viisi pääteemaa, jotka kuvasivat kanssakäymisen kokemusta: itsenäinen arki, auttamisen arvokkuus, vuorovaikutuksen toimivuus, odottamaton onnistuminen ja arjen haasteellisuus. (Äyräväinen, Piirainen, Vuoskoski, Lintunen, Rantanen 2022, 401-409.) Useissa aikaisemmissakin tutkimuksissa vuorovaikutus on nähty olennaisena osana liittyen kanssakäymiseen ja toimijuuteen. (Harra 2014; Virkola 2014; Ruuskanen-Parrukoski 2018; Äyräväinen ym. 2022, 408.) Vuorovaikutus on keskeinen osa vapaaehtoistoimintaa, jonka vuoksi aiheesta olisi hyvä tehdä enemmän tutkimuksia (Äyräväinen ym. 2022, 409). Asiantuntijatehtävissä työelämässä ollut henkilö voi kaivata aivotyötä eläkkeellä ollessaan. Työ on vaikuttanut identiteettiin vahvasti ja vastaavanlaisia asioita haluaisi tehdä myös eläkkeellä. (Oikeusministeriö 2022; Lahdenperä 2023, 32-33.)

4.3 Vapaaehtoistoiminnasta saatu hyvinvointi ja osallisuuden kokemukset



Kuvio 7: Hyvinvoinnin ja osallisuuden ilmeneminen

Hyvinvoinnin ja osallisuuden ilmeneminen vapaaehtoistoimijoiden elämässä näkyi erityisesti henkisen hyvinvoinnin kautta. Suoraan osallisuutta vastasi kokeneensa kaksi haastateltavaa, jonka lisäksi kahden muun haastateltavan vastauksista oli löydettävissä osallisuuden kokemuksen merkitys. Neljä haastatelluista koki saaneensa toisista vapaaehtoistoimijoista ystäviä tai kavereita, joten uusia ystävyys-suhteita oli muodostettu vapaaehtoistoimijoiden välillä. Yhteisissä vapaaehtoisille järjestetyissä tapaamisissa pääsi tapaamaan toisia vapaaehtoisia ja vaihtamaan kuulumisia. Sosiaaliset suhteet korostuivat sen suhteen, että vapaaehtoistoimija näki vapaaehtoisvuoron aikana paljon muita ihmisiä ja sai näin lisää sosiaalisuutta elämäänsä (kuvio 7).

Hyvinvoinnin vaikutuksia pohdittaessa jokainen haastateltava kertoi vapaaehtoistoiminnalla olleen vaikutusta henkiseen hyvinvointiin positiivisella tavalla. Jaksamista oli tullut enemmän ja vapaaehtoistoiminta oli tuonut iloa päivään. Tässä kohtaa on hyvä huomioida, että ystävyys-suhteet ja sosiaaliset suhteet voivat omalta osaltaan edesauttaa osallisuuden kokemuksen sekä henkisen hyvinvoinnin lisääntymistä.

Kaksi vapaaehtoistoimijaa oli huomannut myös olevansa virkeämpi ja tunsivat olonsa fyysisesti paremmaksi osallistuessaan vapaaehtoistoimintaan (kuvio 7).

Vapaaehtoistoiminnassa vietetyt hetket ovat positiivisia. (H7)

Mie kuulun tämän tiimoilta johonkin, on yks osanen isoa yhteisöä. (H3)

Sisällön saaminen elämään, uusia ihmiskontakteja, tullut semmoista hyvinvointia. (H1)

Jotenki on huomannu sellasta jaksamista itelleki kun on tavannu niitä muita ihmisiä ja on tuota täällä käyny juttelemassa. (H5)

Vapaaehtoistyöstä vuonna 2022 tehdyn kyselyn mukaan 85,5 % vastaajista kertoi vapaaehtoistyön lisänneen sosiaalisia suhteita ja 60,7 % koki yksinäisyyden vähentyneen. 25,3 % koki vapaaehtoistyön kuormittavana. 92,5 % koki vapaaehtoistyön vaikuttaneen myönteisesti elämään. 92,3 % vastasi kokeneensa merkityksellisyyden tunnetta. (Vapaaehtoistyö.fi-palvelu, Kirkkopalvelut ry & Kansalaisareena ry 2022, 7-9.) Suurimmaksi osaksi vapaaehtoiset kertovat kokemustensa olevan positiivisia, kuten tyytyväisyyden tai täyttymyksen tunne saadessaan lievittää toisen taakkaa. Myös negatiivisia tunteita koetaan esimerkiksi haastavassa vuorovaikutustilanteessa potilaan kanssa. Voimattomuuden tunteita on noussut esille kuolemantapauksissa, joissa vapaaehtoinen on toiminut pidempiaikaisesti saman potilaan kanssa. (Gonella ym. 2019, 168.)

John Hopkinsin yliopiston tekemä tutkimus keskittyi selvittämään lahjoitusten antamisen ja vapaaehtoistyön yhteyttä hyvinvointiin. Tutkimuksen aineisto koostui YK:n Yhteisö-elämisen mielipidekyselystä. Tutkimustulokset kertoivat hyvinvoinnin kasvavan sekä vapaaehtoistyötä tekeillä että lahjoituksiin osallistuvilla henkilöillä. Tutkimuksessa korostui epävirallisen vapaaehtoistyön vaikuttavan positiivisemmin hyvinvointiin kuin virallisen vapaaehtoistyön. Lisäksi ihmiset halusivat lahjoittaa rahaa mieluummin lähellä oleviin kohteisiin kansainvälisten kohteiden sijasta. Lähellä olevat asiat tuntuivat ihmisistä konkreettisimmalta, jota perusteltiin psykologisen etäisyyden analysointiteorialla. (Appau & Churchill 2018, 1118-1127.)

Aikaisemmat tutkimukset ovat osoittaneet positiivisia hyötyjä vapaaehtoistoimijalle erityisesti terveyden, itsetunnon sekä henkisen hyvinvoinnin osalta (Meier & Stutzer 2008; Binder & Freytag 2013, Lawton, Gramatki, Watt & Fujiwara 2020, 600). Binderin (2015) tekemä tutkimus hyvinvoinnin ja vapaaehtoistoiminnan yhteydestä osoittaa, että vähintään kuukausittain tehty vapaaehtoistoiminta vaikuttaa elämäntyytyväisyyteen positiivisesti. Pitkäkestoinen vapaaehtoistoiminta tuottaa positiivisia vaikutuksia myös niihin ihmisiin, jotka jo kokevat olevansa onnellisia. (Lawton ym. 2020, 602-603.) Vapaaehtoistyön positiivisista vaikutuksista mielenterveyteen sekä fyysiseen terveyteen on tehty useita tutkimuksia. Moenin, Dempster-McClainin ja Williamsin tekemä pitkittäistutkimus (1989) osoitti vapaaehtoistoiminnan olevan yhteyksissä pidempään elinikään. Vapaaehtoistyötä tekeviä naisia haastateltiin ensimmäisen kerran vuonna 1956 ja seuraavan kerran vuonna 1986. Myös Omanin, Thoresenin ja McMahonin (1999) tutkimuksessa vuodelta 1999 Kalifornian Marin Countyssa löydettiin yhteys eliniän piteneisiin niillä henkilöillä, jotka tekivät vapaaehtoistyötä. Tutkimus osoitti kuolleisuuden vähenevän vapaaehtoistyötä tekeillä ihmisillä 44 prosenttia verrattuna ihmisiin, jotka eivät osallistuneet vapaaehtoistyöhön. (Piliavin 2009, 158-159.)

Sosiaali- ja terveysministeriön koordinoima Vapaa! - Fri! -hanke pyrkii edistämään vapaaehtoistoiminnan asemaa ikääntyvässä yhteiskunnassa (Oikeusministeriö 2021, 4). Sidosryhmähaastatteluihin osallistuneet kokivat tärkeänä vapaaehtoistoimijoiden kokemien hyvinvointivaikutusten huomioimisen. Haastatellut nostivat esille myös toiveen, että julkinen sektori tunnistaisi vapaaehtoistoiminnasta saatavan yhteiskunnallisen arvon sekä ottaisi roolia mahdollistaa vapaaehtoistoiminnan jatkuminen. Suomen väestö- ja ikärakenteen muuttumisella on vaikutusta myös vapaaehtoistointaan. Aktiivisten vapaaehtoisten ikääntyminen voi vaikuttaa esimerkiksi yhdistysten toiminnan loppumiseen. Lisäksi vapaaehtoistoiminnan koordinaattoreiden tulee hallita monipuolista osaamista, sillä vapaaehtoisten taustat ovat usein erilaisia. (Oikeusministeriö 2021, 11-14.)

4.4 Persoonallisuuden ja motivaatiotekijöiden välinen yhteys



Kuvio 8: Motivaatiotekijät ja persoonallisuus

33 % koki vapaaehtoistoiminnan tuovan elämään tietynlaista haastetta ja mahdollisuuden saavuttaa asioita, 25 % koki tunneperäisten asioiden vaikuttavan omiin motivaatiotekijöihin osallistua vapaaehtoistointaan, 25 % koki sosiaalisten tekijöiden olevan yksi motivaatiotekijä ja 17 % koki haluavansa olla hyödyksi ja pystyvänsä vaikuttamaan näin paikallisiin asioihin (kuvio 8). Tuloksia tulkitessa on hyvä huomioida, ettei yksittäisistä vastauksista voida muodostaa yleisiä tulkintoja. Samaa ihmistä voivat motivoida myös useampi eri asia. Tutkimuskysymyksen kautta oli kuitenkin tavoitteena saada selville, kuinka persoonallisuus näkyy vapaaehtoistoiminnassa. Havainnointiaineiston tuloksena saatiin muodostettua johtopäätös siitä, että vapaaehtoistoimijoiden motivaatiotekijöissä voivat painottua erilaiset asiat.

Havainnointiaineistosta oli löydettävissä neljä eri motivoivaa osa-aluetta, joihin eri persoonallisuuden luonteenpiirteet luokiteltiin. Tietynlainen luonteenpiirre korosti siis tietynlaista

motivaatiotekijää vapaaehtoistoimintaan osallistumisessa. Jokainen osallistuja keskittyi yhteen luonteenpiirteeseen, joten käsitteet on muodostettu sen pohjalta.

Vertaistoimijana OLKAssa, teen jotain tuttua mitä osaan, ihmisten parissa. Luova ongelmanratkaisu, keksin vaihtoehtoisia ratkaisuja.

Apuna asiakkaille, iloa itselle.. Oon tykänny olla. OLKA-toiminnassa alusta asti, tosi kivaa. Kerran viikossa aula-avustajana, huomaa sen tarpeen.

On aikaa ja terveyttä ja haluaa ihmisiä auttaa. Ihmiset ovat tyytyväisiä. Vertaistoimijana OLKAssa, teen jotain tuttua mitä osaan, ihmisten parissa.

OLKA-toiminta palkitsevaa, pienistä teoista tulee hyvä mieli.

Sveitsiläisessä tutkimuksessa (perustui Sveitsin vapaaehtoistoiminnan tutkimukseen vuodelta 2014) selvitettiin persoonallisuuden luonteenpiirteitä suhteessa viralliseen, epäviralliseen ja etänä tehtävään vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoistoiminta on virallista, kun se tapahtuu jonkin tietyn organisaation alaisena. Virallisessa vapaaehtoistoiminnassa emotionaalinen tasapainoisuus koettiin yhdeksi edellytykseksi vapaaehtoistojalle. Ulospäinsuuntautuneisuus oli yleisin luonteenpiirre vapaaehtoistoiminnassa. Aikarajoitteiden ja sosiaalisten suhteiden katsottiin niin ikään vähentävän persoonallisuuden ja vapaaehtoistoiminnan välistä yhteyttä. (Ackermann 2019.)

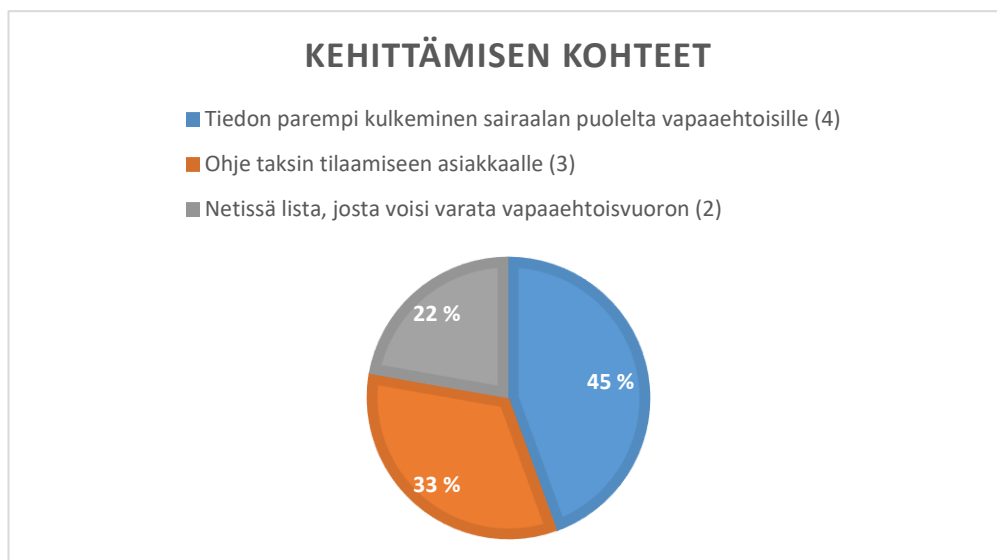
Tutkittaessa vapaaehtoistoiminnan ja terveyden vaikutusta toisiinsa on hyvä ottaa mukaan tarkasteluun persoonallisuus (King, Jackson, Morrow-Howell & Oltmanns 2014, 691). Persoonallisuuden luonteenpiirteillä on yhteys myös terveyteen (Turiano 2012; King ym. 2014, 692). Persoonallisuuden yhteyttä terveyteen ja vapaaehtoistoimintaan on tutkittu melko vähän jotta tuen siitä, että persoonallisuuden tutkijat ovat keskittyneet persoonallisuuden ja terveyden välisiin tutkimuksiin, kun taas sosiaalialan ja julkisen terveyden alan tutkimuksissa on keskitytty vapaaehtoistoimintaan ja terveyteen. Lisäksi vapaaehtoistoiminnasta tehdyissä pitkäikäisyydetutkimuksissa ei yleensä ole saatavilla laaja-alaista tutkimusta persoonallisuuden vaihteluista. (King ym. 2014, 692.) Viimeaikaisten tutkimusten mukaan persoonallisuus ja terveys kytkeytyvät toisiinsa. Molemmissa ryhmissä korostuu sovinnollisuus, ekstroverttiys sekä tunnollisuus. Erityisesti avoimuus korostuu vapaaehtoistojoiden luonteenpiirteissä. (King ym. 2014, 693.) Saint Louisissa 55-64-vuotiaille tehdyn vapaaehtoistoiminnan tutkimuksen mukaan (osallistujia 1630) vapaaehtoisten persoonallisuuden piirteissä liittyen sovinnollisuuteen korostuivat luottamus, altruismi sekä myötämielisyys. Lisäksi ekstroverttiyteen liittyen korostuivat itsevarmuus, aktiivisuus sekä myönteiset tunteet. (King ym. 2014, 693-694.)

Vuonna 2005 tehdystä tutkimuksesta selvitettiin 796 opiskelijan osalta kuinka luonteenpiirteet ja motiivit näkyvät vapaaehtoistoiminnassa. Tutkimuksessa käytettiin Big Five-mallin viittä luonteenpiirrettä. (Gustavo, Morris, Knight, de Guzman & Rosario 2005, 1293.)

Vapaaehtoistoimijoiden luonteenpiirteissä korostuivat sovinnollisuus sekä ekstroverttiys. Lisäksi positiivinen vuorovaikutus oli yksi merkittävin vapaaehtoistoimijoiden käyttäytymiseen liittyvä tekijä. Tunnollisuus, neuroottisuus ja avoimuus uusille kokemuksille eivät puolestaan olleet yhtä vahvasti yhteydessä vapaaehtoistointaan. Tuloksien mukaan motiivien vaikutusten kautta voidaan ymmärtää paremmin eri luonteenpiirteitä sekä käyttäytymistä, näin ollen motiivien välittävää vaikutusta tulisi tutkia. Esimerkiksi sovinnolliset yksilöt ovat useimmiten motivoituneita vastaamaan toisten ihmisten tarpeisiin. (Gustavo ym. 2005, 1297-1302.)

4.5 Vapaaehtoistoiminnan kehittäminen

Viimeisenä haastattelukysymyksenä oli selvittää olisiko OLKA-vapaaehtoistoiminnassa jotain kehitettävää ja haluaako antaa muuta palautetta toimintaan liittyen.



Kuvio 9: Vapaaehtoistoiminnan kehittämisen kohteet

Neljä vastaajista oli sitä mieltä, ettei kaikki tieto sairaalan puolelta tavoiteta aina vapaaehtoista (kuvio 9).

Kun joskus tuntuu siltä että vaikei olla ees talon henkilökuntaa, myö ollaan se kenet hyö ensimmäisenä näkkee ja keneltä hyö kysyy, ois hyvä että ois tietoo ja vois antaa sitä etteenpäin. (H4)

No sit sellanen et ku ne rokotukset alko ja siihen tulee asiakas kysyy että missä ne on ne rokotukset, nii myö sanottiin että tässä.. Eikä ole, ne on tossa sairaalalla. (H5)

Lisäksi kolme haastateltavaa toivoivat vapaaehtoistoimijoille tarkoitettua ohjetta taksin tilaamiseen (kuvio 9). Vapaaehtoiset mainitsivat asiakkaiden pyytävän usein vapaaehtoistojaa soittamaan taksin, mutta sairaalan puolesta ei ole puhelinta taksin tilaamiseen.

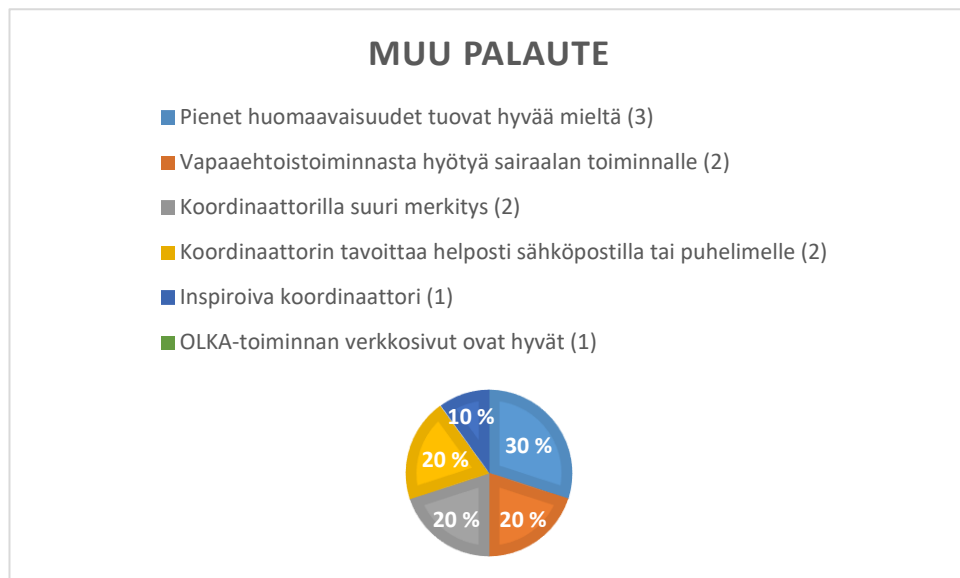
Se ehkä että mitä tietoja pitää antaa taksia tilatessa eli nythän jos aatellaan kelataksia tilatessa sun pitää antaa nimi, sosiaaliturvatunnus ja sitten mahdollisesti mistä ja minne.. Että nämä kaikki pitää tietää. (7)

Mutta tää on sellanen että vois olla tossa jos ajatellaan niinku olkatoimintaa nii ois jonkunnäkönen tämmönen ohje kuinka tilaat taksin. (H6)

Kun asiakkaat kysyy usein sitä taksia, nyt kyllä tullut taksin numerot mutta ei talon puolesta puhelinta, jolla soittaa taksit. (H5)

Kaksi haastateltavaa toivoi netissä olevaa listaa, josta voisi suoraan varata vapaaehtoisvuoron (kuvio 9).

Ois se lista netissä josta vois suoraan varata, tuossa ei oo ketään, miepä meen tuoho.. vaikka voidaa netin kautta lähettää että voisin tulla tuohon, mutta ei oo sellaista ajanvarauslistaa. (H2)



Kuvio 10: Muu palaute

Lisäksi vapaaehtoistoiminnan koordinoimisesta ja organisoimisesta annettiin palautetta. Kolme haastateltavaa mainitsi pienten huomaavaisuuksien (ilmaiset kahvit sairaalan kahviossa vapaaehtoisvuoron jälkeen sekä ajoittaiset ilmaisliput elokuviin, risteilyille, leipomoon) tuovan hyvää mieltä vapaaehtoisijoille (kuvio 10).

Miusta on vielä jänniä juttuja kun tää on vapaaehtoinen juttu nii meijät palkitaan aika ajoin, nii on tullu postissa teatterilippuja.. Se on semmonen.. se lämmitää aika paljon. (H3)

Kaksi haastateltavaa kertoi koordinaattorilla olevan suuren merkityksen ja koordinaattorin pitävän vapaaehtoisista hyvää huolta. Koordinaattorin koettiin olevan myös inspiroiva. Kaksi haastatelluista kertoi, että koordinaattorin tavoittaa aina helposti puhelimitse tai sähköpostilla. Palautteessa korostuivat myös vapaaehtoistoiminnalla olevan suuri merkitys sairaalalle, sillä asiakkaat löytävät vapaaehtoistoimijoiden ansiosta oikeaan paikkaan sekä OLKA-toiminnan olevan hyvin organisoitua, jolla viitattiin koordinaattorin merkitykseen. Yksi haastatelluista mainitsi OLKA-toiminnan verkkosivujen olevan hyvät ja selkeät (kuvio 10).

Kyllä sen niinku täytyy olla jonkun, jolla on ohjaket ja jakaa meille vuorot ja antaa tietookin meille aina. (H2)

Informaatiota tulee sieltä (OLKasta) hyvin ja koordinaattori on aina hirveen ystävällinen, ku lähestyy eikä silleen painosta ketään mihinkään. (H5)

Ja sitten hänelle voi aina soittaa tai laittaa sitä sähköpostia. (H2)

Kehittämiskohteet ja annettu palaute osoittavat OLKA-vapaaehtoistoiminnan olevan hyvin organisoitua ja koordinaattorin työn olevan merkityksellistä vapaaehtoistoimijoiden näkökulmasta.

4.6 Tulosten arviointi ja yhteenveto

Tutkimuksellisessa kehittämistoiminnassa tuloksissa ei ole pelkästään kyse jonkin ongelman ratkaisemisesta, vaan tavoitteena on uuden tiedon tuottaminen. Tutkimuksellisessa kehittämistyössä on kyse kehittämisestä, jossa voidaan käyttää avuksi tutkimuksellisuutta. Kyseessä on tutkimuksen ja projektityön välille sijoittuvaa toimintaa. Kehittämistyön onnistumiset ja hyvät käytänteet kerrotaan tuloksissa. (Toikko ym. 2009, 156-157.) Tärkeänä osana kehittämistä tulee kuitenkin muistaa myös kriittisyys sekä kyseenalaistaminen (Räsänen 2007; Toikko ym. 2009, 157). On hyvä pohtia, kuinka yleistettävissä opinnäytetyön tulokset ovat aikaisempiin tutkimustuloksiin. Monet tulokset vahvistavat näkemystä siitä, mikä motivoi vapaaehtoistoimintaan. Opinnäytetyössä ei keskitytty selvittämään, onko motivaatiotekijöillä eroavaisuuksia liittyen esimerkiksi sukupuoleen tai ikään. Tästä voisi jatkotutkimusaiheena selvittää, muuttuvatko motivaation taustatekijät iän tai elämäntapahtumien myötä. Toisaalta aineistossa oli löydettävissä arvomaailman muuttuminen sairastumisen vuoksi, joka oli vaikuttanut myös motivaatiotekijöihin. Mielenkiintoista tuloksissa oli huomata, kuinka paljon erilaisia persoonallisuustekijöitä vapaaehtoistoimijoiden joukosta löytyy.

Vahvuuksista löytyi erilaisia tekijöitä, joista monella erottui selkeästi tietynlaiset asiat. Yhteys persoonallisuuteen oli löydettävissä, sillä persoona sekä vuorovaikutustaidot koettiin vahvuudeksi vapaaehtoistoimijan roolissa. Vapaaehtoistoimijoiden taustat ovat erilaisia ja näin ollen myös työ- ja elämäkokemusta koettiin voivan hyödyntää vapaaehtoistoiminnassa. Koska luonteenpiirteitä ja persoonallisuuksia löytyi useita erilaisia vapaaehtoistoimijoiden joukosta, voidaan tehdä johtopäätös, että vapaaehtoistoimintaan hakeutuu persoonallisuudeltaan

monia erilaisia, eikä ainoastaan saman luonteenpiirteen omaavia. Toisaalta kyseessä on pieni joukko ihmisiä ja asian varmistamiseksi tulisi tehdä tutkimusta laajemmalla kohderyhmällä. Kuitenkin tämä antaa vahvistusta sille, että ainakin OLKAN vapaaehtoistoimintaan osallistujia ei voida pitää tietynlaisena ihmistyyppinä. Jatkokysymyksenä voisikin pohtia, onko nimenomaan sairaalamaailmassa tehtävässä vapaaehtoistoiminnassa erityisesti moninainen joukko vapaaehtoistoimijoita ja onko eroa nähtävissä esimerkiksi urheiluseuroihin tai kirkon vapaaehtoistoimijoihin? Toki on hyvä huomioida, että osa ihmisistä osallistuu monenlaiseen eri vapaaehtoistoimintaan.

Motivaatio voi vaihdella sen mukaan, minkä asian henkilö kokee itselleen tärkeäksi. Jos ihminen kokee esimerkiksi empaattisuutta, voi häntä motivoida vapaaehtoistoimintaan osallistumiseen halu auttaa toisia. Jos puolestaan on halu vaikuttaa esimerkiksi yhteiskunnallisiin asioihin, voi kokea tarpeen osallistua vapaaehtoistoimintaan haluamalla olla mukana vaikuttamassa paikallisesti opastamalla asiakkaita oikeisiin paikkoihin sairaalalla. On tarkasteltava kuitenkin sitä, kuinka syvällisiä johtopäätöksiä aiheesta kannattaa tehdä. Tässä opinnäytetyössä persoonallisuuden ja motivaatiotekijöiden välisen yhteyden tulokset on muodostettu kolmen tunnin aikana tehdyistä keskustelujen havainnoinneista, joten liian tarkkoihin yleistyksiin on hyvä olla menemättä. Kuitenkin yleisellä tasolla voidaan huomioida, että eroavaisuuksia motivaatiotekijöiden sekä taustalla olevan persoonallisuuden kohdalla löytyy.

Tulosten perusteella OLKA-vapaaehtoistoiminnassa toimii monipuolinen joukko taustaltaan erilaisia ihmisiä. Tuloksien mukaan myös motivaatiotekijät voidaan jakaa eri luonteenpiirteiden mukaisesti. Kehittämispäivän osallistujat valitsivat yhden itseään eniten kuvaavan luonteenpiirteen, jolloin keskityttiin lähinnä valitun luonteenpiirteen pohtimiseen ja sen näkymiseen omassa toiminnassa. Jos aihetta olisi ollut mahdollista käsitellä syvällisemmin, olisivat osallistujat voineet miettiä myös useita luonteenpiirteitään ja niiden vaikutusta vapaaehtoistoiminnassa. Tässä tapauksessa oli mahdollista keskittyä lähtökohtaisesti yhden luonteenpiirteen pohtimiseen, mutta myös se antoi vastauksia tutkimuskysymykseen, kuinka vapaaehtoistoimijan persoonallisuus näkyy vapaaehtoistoiminnassa. Kehittämispäivässä tehdyistä havainnoinneista saatiin muodostettua kuva siitä, millaisia luonteenpiirteitä ainakin sillä hetkellä nousi esille. Tämä ei tietenkään poissulje sitä, etteikö ihminen voisi käyttäytyä eri tavalla eri päivinä ja näin ollen vastauksista ei voida luoda ehdotonta määritelmää siitä, millaisia persoonallisuuksia OLKA-vapaaehtoistoiminnasta löytyy. Tärkeimpänä löydöksenä voidaan sen sijaan pitää sitä, että eroavaisuuksia luonteenpiirteiden suhteen löytyy ja ne näkyvät eri tavoin vapaaehtoistoiminnassa.

Hyvinvoinnin tuloksia pohdittaessa esille nousi myös yhteiskunnallinen näkökulma. Haastattelujen sekä havainnoinnin tuloksien vastauksissa näkyi halu vaikuttaa paikallisella tasolla sekä vapaaehtoistoiminnan hyödystä myös sairaalan toiminnalle. Vaikkei varsinaisena tutkimuskysymyksenä ollut selvittää vapaaehtoistoiminnan hyötyä yhteiskunnallisella tasolla, ei siihen

liittyviä tuloksia kannata jättää huomioimatta. Vapaaehtoiset kokivat myös tiedon kulun olevan ajoittain katkonaista vapaaehtoistoiminnan ja sairaalan välillä. Osa vapaaehtoisista piti tärkeänä, että heillä olisi ajankohtaiset tiedot sairaalaan liittyvistä asioista, joita asiakkaat saattavat heiltä kysyä. Tämä antaa vahvistuksen siitä, että vapaaehtoistoimintaan osallistuvat haluavat tehdä vapaaehtoistoimintaa mahdollisimman hyvin, asiakkaita ajatellen, ja näin ollen vapaaehtoistoiminnan merkitys sairaalalle tulisi huomioida ajankohtaisesti.

Saadut tulokset antavat tietoa OLKA-toiminnan vapaaehtoistoiminnasta ja tuloksia voidaan hyödyntää toiminnan kehittämisessä sekä juurruttamisessa Savonlinnan keskussairaalassa. Opinnäytetyön avulla saatiin tietoa OLKA-toiminnassa olleiden vapaaehtoisten kokemuksista ja vapaaehtoisena toimimisen merkityksestä. Koordinoitu järjestö- ja vapaaehtoistoiminta sairaalassa on uudenlainen toimintamalli Savonlinnassa. Näin ollen tuloksilla on uutuusarvoa siitä, kuinka jo valtakunnallinen OLKA-toiminnan vapaaehtoistoiminta on toteutunut Savonlinnassa ja kuinka se näyttäytyy vapaaehtoisten näkökulmasta.

Kehittämishankkeiden tulokset esitellään usein seminaareissa sekä raportoinnin kautta (Toikko ym. 2009, 85). Tuloksien huolellinen raportointi sekä tutkimusasetelman luotettavuus helpottavat tuloksien levittämistä (Toikko ym. 2009, 121). Opinnäytetyön tuloksia voidaan levittää Savonlinnan OLKA-toiminnan kautta niin Kansalaistorilla OLKA-pisteellä kuin hankehallinnoijan Savonlinnan Seudun Kolomonen ry:n kautta. Tulokset tullaan esittelemään myös valtakunnalliselle OLKA-toiminnalle. Saatuja tuloksia voidaan verrata muihin OLKA-toiminnasta tai yleisesti vapaaehtoistoiminnasta tehtyihin tutkimuksiin. Yhtenä tavoitteena tuloksien levittämisen suhteen on ollut saada vapaaehtoistoimijoiden ääni kuuluville. Vaikka kyseessä on yksittäinen opinnäytetyö, voidaan tuloksien levittämisen kautta jakaa vapaaehtoistoimijoiden saamista kokemuksista tietoa niin paikallisesti kuin valtakunnallisesti. Vapaaehtoistoimijoiden kokemusten kuuleminen on tärkeää, sillä ilman vapaaehtoistoimijoita ei ole myöskään vapaaehtoistoimintaa.

5 Eettisyys

Tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä sovellettiin yleisiä tutkimuseettisiä periaatteita (TENK). Opinnäytetyön tekijä on myös itse osallistunut ILONA-vapaaehtoiskoulutukseen keväällä 2023 ja tehnyt muutaman vapaaehtoisvuoron ennen opinnäytetyö-prosessin aloittamista. Opinnäytetyön tekijän perehtyminen OLKAN vapaaehtoistoimintaan voi auttaa lähestymään tutkittavaa ilmiötä oikeasta näkökulmasta. OLKAN vapaaehtoistoiminnan ollessa tuttua oli lähtökohta tutkimukselle luonteva. Aiheeseen ei tarvinnut perehtyä samalla tavalla, kuin jos opinnäytetyön aihe ja toimintaympäristö olisi ollut täysin vieras. Vapaaehtoistoiminnan ollessa tuttua tuli kuitenkin huomioida puolueeton näkökulma tutkimusta tehdessä. Oli oltava tarkkana sen suhteen, että opinnäytetyötä tehdessä oli asennoiduttava tutkijan rooliin ja

unohdettava oma vapaaehtoistoimijan rooli. Haastattelu- ja havainnointitilanteessa osa tunnisti minut myös OLKA-vapaaehtoistojaksi ja niille, jotka eivät tienneet, kerroin sen tutkimustilanteen alussa. Erityisesti haastattelutilanteeseen liittyen pohdin asian merkitystä ja vaikutusta. Koska haastattelutilanne oli kahdenkeskinen (lukuun ottamatta parihaastattelua), koin ilmapiirin muuttuvan avoimemmaksi, kun kerroin myös itse toimivani vapaaehtoistojana ja OLKA-toiminnan olevan minulle tuttua. Uskon tähän vaikuttaneen sen, ettei haastattelun tarvinut selvittää minulle tarkemmin mistä OLKA-toiminnassa on kyse, vaan pystyimme menemään suoraan asiaan.

Hyvän tieteellisen käytännön periaatteina pidetään luotettavuutta, rehellisyyttä, arvostusta ja vastuunkantoa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023, 12). Ihmisiin kohdistuvissa tutkimuksissa eettinen periaate on saada tietoon perustuva suostumus tutkimukseen osallistumisesta (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 8). Laadullisessa tutkimuksessa uskottavuutta voidaan pitää luotettavuuden kriteerinä. Tutkijalla ei siis ole minkäänlaista erityisasemaa suhteessa oikeaan tietoon. Tutkijan tekemät tulkinnat eivät siis ole sen arvokkaampia kuin kenenkään muunkaan toimijan tulkinnat, vaan tutkija on samanarvoinen toisten kanssa. (Toikko ym. 2009, 158.)

Koko opinnäytetyöprosessin pohjana toimi avoimuus ja luottamuksellisuus. Osa vapaaehtoisista toimii esimerkiksi vakavaan tautiin sairastuneiden ihmisten parissa, joten tutkijan roolissa oli muistettava inhimillisyyttä sekä läsnä oleva kohtaaminen. Suunnitteluvaiheessa oli huomioitava, millainen tarve kehittämistoiminnalle on todellisuudessa. Oli mietittävä mitä halutaan tutkia tai kehittää. Ennen toteutusta toimeksiantajalta haettiin tutkimuslupa, johon laitetiin liitteeksi opinnäytetyön suunnitelma sekä EU:n tietosuojalomake. Lisäksi jokaista haastatteluun/kehittämispäivään osallistuvaa pyydettiin täyttämään henkilökohtainen suostumus tutkimukseen osallistumisesta. Otin jokaiseen haastateltavaan aluksi yhteyttä puhelimitse, jossa esittäydyin ja kerroin vielä opinnäytetyöstä sekä sen tarkoituksesta. Puhelimitse sovimme haastatteluajan ja -paikan. Haastatteluja sekä työpajapäivää toteutettaessa oli otettava huomioon vaitiolovelvollisuus ja anonymiteetti. Tutkimustulokset tuli myös kirjata siten, ettei kukaan tutkimukseen osallistuvista ollut tunnistettavissa. Haastattelussa oli tärkeää, ettei antanut omien ennakkoluulojen, asenteiden tai mielipiteiden vaikuttaa esimerkiksi tutkimuskysymysten muotoiluun. Lisäksi oli pidettävä huoli, ettei tietämättään tai tietoisesti johdatellut haastateltavaa johonkin tiettyyn suuntaan.

Työpajapäivässä roolini oli olla ulkopuolinen havainnoija. Näin ollen oli pohdittava kuinka paljon läsnäoloni vaikuttaa tutkimukseen osallistuviin. Aineiston analysointivaiheessa oli huolehdittava, etteivät omat mielipiteet ja näkemykset vaikuta saatujen tulosten arvioitiin. Koska kyseessä oli aineistolähtöinen analyysi, oli myös huomioitava, etteivät aiheesta aiemmin tehdyt tutkimustulokset vaikuttaneet käsitteiden muodostamiseen. Tähän kohtaan on hyvä

mainita, ettei täysin puhdasta aineiston analyysia ole mahdollista tehdä, mutta siihen pyrkiminen oli tavoitteena.

Hyvässä tutkimuskäytännössä omia valintoja tulee tarkastella arvioivasti, tuntee tutkimusta ohjaavat säännöt ja omaksua luotettavuuskriteerit. Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta tarkastellaan käytettyjen laadullisten menetelmien perusteella. Tutkijan ja tutkimuskohteen ollessa vuorovaikutuksessa keskenään, on tutkijan huomioitava oma subjektiivisuus ja reflektoitava sitä, jotta tutkimuksessa säilyy luotettavuus. Täysin objektiivista tutkimusta ei tuskin olekaan, sillä tutkijan oletukset ja toimenpiteet tutkimuksen aikana vaikuttavat aina jossain määrin. Näin ollen tutkimuksen objektiivisuutta voidaan lisätä refleктоimalla tutkijan subjektiivisuutta suhteessa tutkimukseen. (Aaltio ym. 2020b, luku11.) Laadullisessa tutkimuksessa puhutaan vakuuttavuuden käsitteestä. Vakuuttavuuden kautta tutkija osoittaa tutkimuksensa pätevyyden toimimalla avoimesti aineiston ja argumentaatioiden suhtaan. Saatujen tulosten tulisi olla käyttökelpoisia eli todenmukaisen tiedon lisäksi tuloksia tulisi pystyä hyödyntämään. (Toikko ym. 2009, 121-123.)

Tietosuojalainsäädännön noudattaminen on olennainen osa tutkimusetiikkaa. Havaintoja kerätessä on kunnioitettava ihmisten yksityisyyttä. Havaintoja kirjatessa on suojattava tutkittavien henkilötiedot eikä tutkija voi myöskään kirjata asioita, joista henkilöt voitaisiin tunnistaa. (Vilka 2018, 170.) Ennen havainnointitilannetta korostin anonymiteettiä sekä sitä, ettei kenestäkään kerätä tunnistettavia tietoja. Kenenkään henkilön ikää tai sukupuolta ei kysytty. Havainnoinnissa otettiin huomioon myös se, että Savonlinna on pieni paikkakunta ja monet sairaalassa toimivat vapaaehtoiset ovat tulleet tutuiksi savonlinnalaisille.

Ulkopuolisessa havainnoinnissa on tärkeää pyrkiä siihen, että havainnoinnin kohde ei muuta käyttäytymistään ulkopuolisen tarkkailijan vuoksi (Paalumäki ym. 2020b, 140). Tutkimuseettisestä näkökulmasta katsottuna tutkijan on saatava tutkimuskohteen luottamus, jotta tutkittavat toimisivat normaalilla tavalla. On hyvä pohtia myös syitä sille, miksi tutkija olettaa ihmisen käytöksen muuttuvan havainnoinnin aikana. Vilkan (2018) mukaan syynä voivat olla erityisesti keskustelu arkaluontoisista asioista kuten syrjintä tai kiusaaminen. (Vilka 2018, 166.) Lisäksi korostin havainnointilanteen alussa, ettei kenenkään persoonallisuutta arvioida henkilökohtaisesti vaan muistiinpanoihin kirjataan yleisellä tasolla siitä, kuinka erilaiset luonteenpiirteet ilmenevät erilaisissa tilanteissa vapaaehtoistoiminnassa. Tein muistiinpanoja tietokoneelle huoneen takaosassa hieman erillään osallistujista. On hyvä pohtia, vaikuttiko läsnäoloni kuinka paljon osallistujiin. Vaikka olin fyysisesti hieman erillään toisista, enkä osallistunut käytävään keskusteleen ollenkaan, on tieto toisen ihmisen tarkkailusta voinut vaikuttaa jossain määrin osallistujiin. Pohdin syitä sille, miksi osallistujat olisivat muuttaneet käyttäytymistään ulkopuolisen havainnoijan vuoksi. Yksi syy voisi olla se, etten ollut tavannut kaikkia henkilöitä aikaisemmin. Näin ollen luottamus tuli rakentaa heti kehittämispäivän alussa. Pidän tärkeänä olla aito oma itseni ja saada osallistujat tuntemaan olonsa tervetulleeksi.

On myös huomioitava, etteivät myöskään kaikki vapaaehtoiset tunteneet toisiaan ennestään ja osa tapasi toisensa ensimmäistä kertaa. Toisaalta keskusteltavat aiheet oli tarkoituksella valittu yleisellä tasolla puhuttavaksi, eikä tarkoituksena ollut mennä kovin syvälliseen keskusteluun, myöskään persoonallisuusvalmennuksen keston (kolme tuntia) vuoksi. Koska keskustelun herättäjänä käytettiin apuna värianalyysia luonteenpiirteistä, oli aihe sopivan kevyt eikä keskustelussa menty liian henkilökohtaisiin asioihin. Tämän avulla haluttiin varmistaa myös osallistujien viihtyminen ja ilmapiirin pysyminen avoimena sekä rentona. Kuten havainnoinnin toteutus -osiossa on todettu, ei värianalyysitehtävää voida käyttää tieteellisenä perusteluna eikä näin ollen havainnointiaineistosta tehdyssä analyysissa ole käytetty värianalyysia. Sen sijaan värianalyysista nousseet osallistujien valitsemat luonteenpiirteet ryhmiteltiin samalta kuulostaviin kategorioihin.

Tutkimuskysymyksiin oli palattava ajoittain, jotta analysoitaessa ei lähtenyt huomaamatta monimutkaistamaan analyysia tai johdatellut sitä johonkin haluttuun suuntaan. Analyysia laadittaessa oli olennaista muodostaa käsitteet, jotka nousivat esille aineistosta, sen sijaan, että olisi käsitellyt aineistoa vastaamaan aikaisempia tutkimustuloksia. Tuloksia tulkitessa oli hyvä palata alkuun ja pohtia, saavutettiinkö alussa asetetut tavoitteet ja vastattiinko tarpeeseen. Tulkintaa tehdessä oli olennaista verrata tuloksia aikaisemmin samasta aiheesta tehtyihin tutkimuksiin. Tavoitteena oli löytää kattavasti tutkimuksia, jotta vertailua saataisiin tehtyä mahdollisimman paljon ja näin ollen tutkimustuloksien tulkinta olisi mahdollisimman objektiivista ja laaja-alaista.

6 Pohdinta

Tutkimuksia vapaaehtoistoimijoiden motivaatiosta on tehty Suomessa sekä ulkomailla suhteellisen paljon. Pohdittaessa vapaaehtoistoimijan persoonallisuutta, aiheesta ei ollut löydettävissä yhtä paljon tutkittua tietoa. Tämä antoi vahvistusta sille, että yhtenä tutkimuskysymyksenä kannatti pitää persoonallisuuden vaikutus vapaaehtoistoimintaan erityisesti voimavaraintavasta näkökulmasta katsottuna. OLKA-toiminta on juurruttanut paikkansa Savonlinnan keskussairaalassa ja siellä toimivat vapaaehtoiset ovat lähes jokapäiväinen näky. Vapaaehtoistoiminnan merkitys korostuu tutkimukseen osallistuvien puheissa. Vapaaehtoistoiminnan koettiin antavan sekä itselle vapaaehtoistoimijalle paljon, mutta myös sairaalan asiakkaille ja henkilökunnalle. Yhdeksi huomioksi nostettiin myös vapaaehtoistoiminnan merkitys itse sairaalalle. Elämme ajassa, jossa sosiaali- ja terveyspalvelut ovat olleet suuren muutoksen alla. Hyvinvointialueiden muodostaminen on mahdollistanut uudenlaisen asetelman myös sairaalassa tehtävälle vapaaehtoistoiminnalle.

Vapaaehtoistoiminta tuo näkyväksi myös eri sektorien välisen yhteistyön. OLKA-pisteen sijainti Savonlinnan keskussairaalan Kansalaistorilla kahvilan yhteydessä mahdollistaa myös

sairaalan asiakkaiden ja vierailijoiden pääsyn kätevästi OLKA-pisteelle. Vapaaehtoiset toimivat aula-avustajana lähellä OLKA-pistettä, jolloin OLKA-toiminnasta kiinnostuneet on helppo ohjata tarvittaessa koordinaattorin luokse. Eri yhdistysten rantautuminen sairaalamaailmaan tuo näkyvyyttä myös kolmannen sektorin tekemälle työlle sosiaali- ja terveysalalla. OLKA-toiminnan järjestämissä tapahtumissa vapaaehtoiset tuovat tietoa toiminnasta ja tavoittavat mahdollisesti uusia vapaaehtoistoimijoita.

Vapaaehtoisten motivaatiotekijöitä tarkastellessa esille nousivat halu olla hyödyksi, kokea itsensä tekevän jotain arvokasta sekä tunne merkityksellisyydestä. Motivaatiotekijöissä oli siis nähtävissä sekä itselle saatava hyöty että kohteen saama hyöty. Taloustutkimuksen 2024 vuoden julkaistussa Vapaaehtoistyö Suomessa -tutkimuksessa 64 % vastasi tehneensä vapaaehtoistyötä jonkin organisaation alla. 44 % oli tehnyt vapaaehtoistyötä säännöllisesti, 38 % satunnaisesti ja molempia yhtä paljon 17 %. 50 % vastaajista vastasi lyhytkestoisten ja kertaluontoisten tehtävien ja 30 % sopivan elämäntilanteen helpottavan vapaaehtoistoimintaan osallistumista. (Turja 2024, 19-27.) Tämä nousi esille myös OLKAN vapaaehtoistoiminnassa sen suhteen, että vaikka moni teki säännöllisesti vapaaehtoistoiminnan vuoroja, tarpeen mukaan toiminnasta pidettiin taukoa esimerkiksi kesän ajan. Tulevaisuudessa vapaaehtoistoiminta voi muuttua muotoaan enemmän lyhytkestoiseksi sen sijaan, että toimintaan tulisi sitoutua pidemmäksi aikaa. Tämä voi tarjota vapaaehtoistoiminnan tekijälle myös mahdollisuuden vaikuttaa itse enemmän siihen, kuinka paljon vapaaehtoistoimintaan osallistuu. Toinen määrittävä tekijä Taloustutkimuksen tutkimuksessa vapaaehtoistoimintaan osallistumisessa oli sopiva elämäntilanne (30 % vastaajista) (Turja 2024, 27). Myös opinnäytetyön vastauksissa tämä korostui ja usea haastatelluista kertoikin olevansa eläkkeellä, jolloin aikaa vapaaehtoistoimintaan osallistumiseen löytyy enemmän.

Vahvuuksia tarkastellessa erityisesti oman persoonallisuuden käyttö korostui. Vapaaehtoistojat kokivat voivansa hyödyntää omaa persoonallisuuttaan vapaaehtoistoiminnassa. Oma aitona itsenä vapaaehtoistoimija voi kohdata asiakkaat aidolla ja läsnä olevalla otteella. Jokaisen oma luonteenpiirre näkyy vapaaehtoistoiminnassa ja sitä voidaan hyödyntää vahvuutena. Myös vuorovaikutustaidot nähtiin tärkeänä asiakkaita kohdatessa. Vapaaehtoiset kokivat toimintansa tärkeäksi ja vastauksista välittyi jokaisen haluavan tehdä vuoronsa mahdollisimman hyvin. Vapaaehtoisten vastauksissa oli nähtävissä aito halu auttaa toisia, minkä he kokivat tuottavan hyvinvointia myös itselleen. Henkisen hyvinvoinnin lisääntyminen näkyikin jokaisen haastateltavan vastauksissa. Laajemmassa mittakaavassa tarkasteltuna hyvinvoinnin lisääntymisen merkitystä voisi pohtia yhteiskunnan näkökulmasta; millainen merkitys hyvinvoinnilla kansalaisella on esimerkiksi ennaltaehkäisevästä näkökulmasta? Myös osallisuuden kokemukset sekä sosiaaliset suhteet olivat kasvaneet vapaaehtoistoiminnan myötä. Nämä voidaan toki yhdistää myös henkisen hyvinvoinnin kasvuun. Tulokset kuitenkin kertovat, ettei vapaaehtoistoiminta ole ainoastaan sisällöntuoja elämään, vaan sen hyödyt ulottuvat

hyvinvoinnin ja osallisuuden kokemukseen. Moni kertoi löytäneensä vapaaehtoistoimijoiden joukosta ystäviä sekä vapaaehtoistoiminnan tuovan tunteen kuulumisesta tiettyyn ryhmään.

Jälkikäteen pohdittuna oman persoonallisuuden näkymistä vapaaehtoistoiminnassa olisi voinut käsitellä syvällisemmin, jos aiheesta olisi järjestetty vielä toinen tai kolmaskin tapaaminen kehittämispäivän merkeissä. Tässä haasteeksi olisi kuitenkin saattanut tulla se, etteivät samat ihmiset olisi välttämättä päässeet paikalle uudestaan, ottaen huomioon, että kyseessä on vapaaehtoinen toiminta. Jos vastaavanlainen tutkimus olisi kohdistunut esimerkiksi tiettyyn työyhteisöön, olisi samalle ryhmälle ollut helpompi järjestää useampi tapaaminen. Oman persoonallisuuden näkymistä vapaaehtoistoiminnan tilanteissa olisi kuitenkin voinut jatkaa pohtimalla asiaa vielä perusteellisemmin. Oman luonteenpiirteen käyttäminen vahvuutena erottui selkeästi myös haastatteluissa, jossa jokainen mainitsi vahvuudekseen tietyn tai useamman luonteenpiirteen. Näin ollen opinnäytetyön tutkimuskysymyksen aiheet; motivaatiotekijät, omat vahvuudet, persoonallisuus ja koettu hyvinvointi linkittyivät toisiinsa. Lähtiessäni toteuttamaan opinnäytetyötä, en ollut ajattelut aiheista löytyvän näin paljon samankaltaisuuksia toisiinsa liittyen.

Vapaaehtoisten kertomat kokemukset antavat vahvistusta toiminnalle olevan tarvetta ja se myös näkyy vapaaehtoisvuoron aikana esimerkiksi opastuksen tarpeena oikeaan paikkaan. Hartikaisen väitöskirjassa selkeän työnjaon vapaaehtoistoimijoiden ja henkilökunnan välillä nähtiin vaikuttavan avoimuuden ja luottamuksen kasvuun. Henkilökunta ja vapaaehtoiset ovat tasavertaisia, mutta vapaaehtoinen on silti ulkopuolinen toimiessaan osastolla. Vapaaehtoisen rooli muodostuu julkisen ja yksityisen sektorin välille. Vapaaehtoistoiminnan onnistumisen ehtona on muodostaa käsitys sitä, millainen vapaaehtoistoimijan rooli on hänen toimiessaan hoitotyön ammattilaisen rinnalla. Tärkeää onkin nähdä vapaaehtoinen ammattilaisen kumppanina. (Hartikainen 2009, 131-132.) Jatkokehittämisen ideana aihetta voisi tutkia lisää esimerkiksi Eloisan henkilökunnan näkökulmasta; kuinka henkilökunta kokee vapaaehtoistoiminnan ja miten se näkyy heidän työssään? Myös sairaalan asiakkaiden ja potilaiden ääni olisi hienoa saada kuuluviin; millainen vaikutus vapaaehtoistoiminnalla on ollut heidän näkökulmastaan?

Useimmat meistä ovat osallistuneet jollakin muotoa vapaaehtoistoimintaan, esimerkiksi leipomalla lapsen koulumyyjäisiin, osallistumalla lipaskeräykseen tai oman taloyhtiön talkootöihin. Osa toimii säännöllisesti vapaaehtoistoiminnassa jonkin tietyn yhdistyksen alla. Tässä opinnäytetyössä oli kohteena koordinoitu vapaaehtoistoiminta sairaalaympäristössä, jota on mahdollista tehdä oman mielenkiinnon mukaisesti joko säännöllisesti tai tarpeen mukaan. Tulevaisuudessa näkisin tällaiselle vapaaehtoistoiminnalle olevan tarvetta. OLKA-vapaaehtoistoiminta antaa mahdollisuuden vapaaehtoistojalle luoda toiminnastaan omannäköisensä. Oman mielenkiinnon ja elämäntilanteen mukaisesti on mahdollista valita, haluaako osallistua toimintaan säännöllisesti, tarpeen mukaan tai kertaluonteisesti. Oma elämäkokemustaan voi hyödyntää esimerkiksi vertaistukihenkilön roolissa, jolloin ainakin opinnäytetyön tulosten mukaan

vapaaehtoinen voi kokea saavansa myös itselleen vertaistukea toisten vertaistukihenkilöiden parissa. OLKA-toiminta on noussut paikallisen toiminnan lisäksi myös Suomen alueella ihmisten tietoisuuteen erityisesti sosiaali- ja terveysalalla. Johdannossa kuvattu OLKA-toiminta koostuu vapaaehtoistoiminnan lisäksi muun muassa järjestötoiminnasta, joka on perinteisesti yhdistetty myös vapaaehtoistoimintaan. OLKA-toiminnan kautta kolmannen sektorin tunnettaisuus nousee esille ja erityisesti vapaaehtoistoimijat ovat tästä konkreettinen esimerkki.

OLKA-toiminta on laajentunut Suomessa eri sairaaloihin. Vapaaehtoistoiminta tuo oman täydentävän osansa julkisen sektorin rinnalle. Kuten vapaaehtoisten vastauksissakin erottui, etteivät vapaaehtoiset tee henkilökunnan (hoitajien) töitä, vaan tuovat oman osaamisensa ja tarvittavan sisällön osaksi sairaalan arkea. Kunnan ja kansalaisyhteiskunnan välinen yhteistyö on tärkeää; vapaaehtoistoimintaa voidaan pitää välttämättömänä hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta. Oikeusministeriön Vapaa! Fri! -hankkeen tavoitteena oli tiedon lisääminen vapaaehtoistoiminnan haasteista sekä vapaaehtoistoiminnan kehittämisen hahmottaminen ja tiedon lisääminen liittyen ikääntyvään yhteiskuntaan. Selvityksessä toteutettiin ryhmähaastatteluita, joissa pohdittiin verkostojärjestöjen merkitystä, toimintaedellytyksiä ja tarpeita. (Alanko ym. 2023, 7-8.) Vapaaehtoistoimintaa kehitettäessä tulee huomioida toiminnan kohdistaminen sinne, missä sille on tarvetta. Yhteistyön kautta toiminta saadaan tunnetuksi ja näin ollen on mahdollista säästää myös resursseja, kun toiminnan päällekkäisyyksiä poistetaan. (Alanko ym. 2023, 50.) OLKA-vapaaehtoistoimintaa voi tarkastella monesta eri näkökulmasta. Yhteiskunnallisella tasolla eri sektorirajat ylittävä toiminta tarjoaa eri toimijoille mahdollisuuden tutustua toisiinsa ja tehdä yhteistyötä. OLKA-toiminta vastaa tarpeeseen koota yhteen eri alojen toimijat. Vapaaehtoistoimijoille tarjoutuu mahdollisuus toimia sairaalamaailmassa julkisella sektorilla. Vihreäliiiset vapaaehtoistoimijat tuovat tutuksi vapaaehtoistoiminnan eri muotoja niin sairaalan henkilökunnalle kuin sairaalan potilaille, asiakkaille, vierailijoille ja omaisille.

Ammattilaisten näkökulmasta suhtautuminen vapaaehtoistoimintaan on muuttunut positiivisempaan suuntaan. Vapaaehtoistoiminnan on huomattu lisäävän asiakastytyvääisyyttä, parantavan toiminnan laatua sekä tuovan uudenlaisia virikkeitä osaksi arjen toimintaa. Vapaaehtoistoiminnan vaikutus tulee usein näkyviin viiveellä, mutta sen merkitys on suurta. Vapaaehtoistoiminta tulee nähdä yhteiskunnallisena toimintana, sillä sen kautta voidaan pienentää yhteiskunnallisia eroja, lisätä solidaarisuutta ja yhteisöllisyyttä sekä tasa-arvoa. (Laimio & Välimäki 2011, 22.)

Vapaaehtoistoiminta muuttaa muotoaan ajan hengen mukaisesti. Toimintatavat muokkautuvat kulloisenkin tarpeen mukaan. Kuitenkin vapaaehtoistoiminnan keskeisimmät asiat yhteisen hyvän vuoksi toimiminen sekä hyvän tekeminen, säilyvät. Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motivaatiot vaihtelevat tarpeesta laajentaa sosiaalisia verkostoja aina eettiseen velvollisuuden tunteeseen. On tärkeää vahvistaa vapaaehtoisten itseohjautuvuutta ja paikallista

tekemistä. (Kumpula 2018, 99.) OLKA-vapaaehtoistoinnassa vapaaehtoistojat pääsevät vaikuttamaan paikallisesti ja toiminta on itseohjautuvaa, sillä sitä tehdään usein yksin tai toisen vapaaehtoistojan kanssa. Vapaaehtoistojoiden kohtaamat hetket potilaiden, asiakkaiden, omaisten sekä henkilökunnan kanssa viestivät siitä, että vapaaehtoistointaa arvostetaan ja myös vapaaehtoistojat itse kokevat toiminnan tärkeäksi niin itselleen kuin toisille. Savonlinnan OLKA-vapaaehtoistointa kuvastaa yhteistyön merkitystä eri toimijoiden välillä. Vapaaehtoisten kokeman hyvinvoinnin voi nähdä luovan positiivisuuden kehän, jossa hyvinvoinnin kokemus edistää terveyttä ja motivoi myös vapaaehtoistointaan. Motivoitunut vapaaehtoistojija välittää ympärilleen positiivisuutta, jolla voi olla suuri merkitys sairaalaan saapuville asiakkaille. OLKA-vapaaehtoistointa on selkeästi löytänyt oman paikkansa osana Savonlinnan keskussairaalan ympäristöä.

Lähteet

Painetut

Deci, E. & Ryan, R. 2018. *Self-Determination Theory. Basic Psychological Needs in Motivation, Development and Wellness*. New York: Guilford Press.

Edwards, M. 2020. *Civil Society*. Cambridge: Polity Press.

Eskola, J. 2018b. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat: Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Raine Valli (toim.) 2018. *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, 209-231.

Eskola, J., Lätti, J. & Vastamäki, J. 2018a. Teemahaastattelu: Lyhyt selviytymisopas. Teoksessa Raine, V. (toim.) 2018. *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: Virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. Jyväskylä: PS-kustannus, 27-51.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2014. *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Gaudeamus.

Huhtinen, A-M. & Tuominen, J. 2020. Fenomenologia. Ihmisten kokemukset tutkimuksen kohteena. Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Helsinki: Gaudeamus, 296-307.

Kananen, J. 2015. Kehittämistutkimus opinnäytetyönä. Teoksessa Makkonen, T. (toim.) *Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas. Miten kirjoitan kehittämistutkimuksen vaihe vaiheelta*. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja - sarja, 33-75.

Kiviniemi, K. 2018. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Valli, R. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, 73-87.

Mayer, J. 2018. *Personality: A systems approach*. Lanham: Rowman & Littlefield.

Ojanen, M. 2019. *Voiko persoonallisuus muuttua?* Jyväskylä: PS-kustannus.

Paalumäki, A. & Vähämäki, M. Havainnointi organisaatiotutkimuksessa. 2020b. Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Helsinki: Gaudeamus, 131-140.

- Puusa, A. 2020. Näkökulmia laadullisen aineiston analysointiin. Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus, 145-156.
- Reiss, S. 2013. Reiss motivation profile: Mikä sinua motivoi? Helsinki: Suomen Motivaatiotalo Oy.
- Salmela-Aro, K. & Nurmi, J-E. 2017. Henkilökohtaiset tavoitteet, hyvinvointi ja elämäntyyli. Teoksessa Salmela-Aro, K. & Nurmi, J-E. (toim.) Mikä meitä liikuttaa: Motivaatiopsykologian perusteet. Jyväskylä: PS-kustannus, 32-42.
- Siisiäinen, M. 1999. Voluntary associations and social capital in Finland. Teoksessa Van Deth, J. W., Maraffi, M., Newton, K. & Whiteley, P. (toim.) Social Capital and European Democracy. London: Routledge, 120-143.
- Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämiss-prosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: University Press.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Vasalampi, K. 2017. Itsemääräämisteoria. Teoksessa Salmela-Aro, K. & Nurmi, J.-E. (toim.) Mikä meitä liikuttaa: Motivaatiopsykologian perusteet. Jyväskylä: PS-Kustannus, 54-65.
- Vierikko, E. 2015. Geneettisten ja ympäristötekijöiden vaikutus persoonallisuuteen. Teoksessa Metsäpelto, R.-L. & Feldt, T. (toim.) Meitä on moneksi. Persoonallisuuden psykologiset piirteet. Jyväskylä: PS-kustannus, 31-48.
- Vilkkä, H. 2018. Havainnot ja havainnointimenetelmät tutkimuksessa. Teoksessa Raine, V. (toim.) 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 156-171.
- Vilkkä, H. 2021. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vuori, J. 2015. Persoonallisuuteen liittyvien voimavarojen vahvistaminen. Teoksessa Metsäpelto, R.-L. & Feldt, T. (toim.) Meitä on moneksi. Persoonallisuuden psykologiset piirteet. Jyväskylä: PS-kustannus, 247-263.
- Yeung, A. 2005. Tutkimustyökaluja vapaaehtoistyön motivaation mysteeriin. Teoksessa Ny-lund, M. & Yeung, A. (toim.) Vapaaehtoistoiminta: Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 83-103.

Sähköiset

Aaltio, I. & Puusa, A. 2020. Mitä laadullisen tutkimuksen arvioinnissa tulisi ottaa huomioon? Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. E-kirja. Helsinki: Gaudeamus.

Aalto-Heinilä, M. 2023. Autonomia ja hyvinvointi. Teoksessa Tiensuu, P., Aalto-Heinilä, M. & Mäki-Petäjä-Leinonen, A. Itsemääräämisoikeus: teoriasta käytäntöön. Tampere: Vastapaino, 133-154. Viitattu 9.5.2024. <https://vastapaino.fi/media/f/6189>

Ackermann, K. 2019. Predisposed to Volunteer? Personality Traits and Different Forms of Volunteering. Sage Journals. Volume 49. Issue 6. Viitattu 26.3.2024. <https://journals-sagepub-com.nelli.laurea.fi/doi/epub/10.1177/0899764019848484>

Alanko, L., Jousilahti, J., Faehnle, M. & Mäenpää, P. 2023. Kohti kansalaistoiminnan kukoistusta - miten verkostojärjestöt sekä kunnan ja kansalaisyhteiskunnan yhteistyö tukevat vapaaehtoistoimintaa? Selvitys kunta-kansalaisyhteiskunta-yhteistyön ja verkostojärjestöjen merkityksestä vapaaehtoistoiminnan tukemisen kannalta, osana oikeusministeriön Vapaa! Fri!” -hanketta. Helsinki: Oikeusministeriö. Viitattu 28.3.2024. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/164546/OM_2023_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Alhanen, K. & Henttonen, E. 2023. Demokraattisten kohtaamisten käsikirja: Osallisuudesta vaikuttavuutta julkisiin palveluihin. Sitran selvityksiä 223. Viitattu 16.5.2024. <https://www.sitra.fi/app/uploads/2023/09/sitra-demokraattisten-kohtaamisten-kasikirja.pdf>

Appau, S. & Churchill, S. 2018. Charity, Volunteering Type & Subjective wellbeing. International Society for Third-Sector Research and The John Hopkins University. Viitattu 15.3.2024. <https://www.proquest.com/docview/2055364860?parentSessionId=2pS2dKwMrEVh1n0UA3Skh9OAl5U1q4sS59wEHNp7KCY%3D&pq-origsite=primo&accountid=12003>

Dufva, M. 2018. Megatrendien vaikutus vapaaehtoistoimintaan. Teoksessa Hirvonen, S. & Puolitaival, S. (toim.) Vapaaehtoistoiminta nyt ja tulevaisuudessa. Kansalaisareenan julkaisuja 2/2018, 18-21. Viitattu 28.3.2024. <https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2018/12/Vapaaehtoistoiminta-nyt-ja-tulevaisuudessa-web.pdf>

Gonella, S., Canzan, F., Larghero, E., Ambrosi, E. & Palese, A. 2019. Hospital Volunteering experiences suggest that new policies are needed to promote their integration in daily care: Findings from a qualitative study. Vol. 58, Issue. 4. Viitattu 6.11.2023 <https://www.proquest.com/docview/2302023462/490DE8AEC7F24D2FPQ/2?accountid=12003>

- Gustavo, C., Morris, O., Knight, G. & de Guzman, M. R. 2005. The interplay of traits and motives on volunteering: agreeableness, extraversion and prosocial value motivation. Faculty Publications, Department of Psychology. 9. <https://digitalcommons.unl.edu/psychfacpub>. Viitattu 10.5.2024. <https://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1008&context=psychfacpub>
- Hartikainen, A. 2009. Vapaaehtoiset vuodeosastolla. Etnografinen tutkimus vanhusten ja vapaaehtoisten kohtaamisesta. Sosiaalipolitiikan väitöskirja. Helsingin yliopisto. Viitattu 26.3.2024. <https://vtkl.fi/wp-content/uploads/2019/07/Hartikainen-v%C3%A4it%C3%B6skirja-Vapaaehtoiset-vuodeosastolla.pdf>
- Harju, A. 2019. Vapaaehtoisuuden filosofia. Teoksessa Hirvonen, S. & Puolitaival, S. (toim.) Vapaaehtoistoiminnan arvo. Kansalaisareenan julkaisuja 2/2019, 18-27. Viitattu 28.3.2024. https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2019/12/Vapaaehtoistoiminnan_arvo_PageView_WEB.pdf
- Hietala, O. 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen yhteiskehittämisessä osallisuus avautuu kaikille. Teoksessa Kostilainen, H. & Nieminen, A. (toim.) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diakonia ammattikorkeakoulun julkaisuja: DIAK Työelämä 13, 118-138. Viitattu 16.5.2023. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/141721/Diak_Ty_oelama_13_verkko.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2022. Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelu ja sen käytäntö. E-kirja. Helsinki: Gaudeamus.
- HyTe ry 2023. OLKA-toiminta. Viitattu 7.11.2023. <https://hyte.fi/olka-toiminta/>
- Hoffrén, J. 2023. Vapaaehtoistoiminnan merkitys hyvinvoinnille Suomessa. Viitattu 10.4.2024. https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2023/05/Vapaaehtoistyon-arvo-Suomessa_laskelma_2023_Jukka-Hoffren.pdf
- Isola, A.-M., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S. & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Työpaperi 33/2017. Viitattu 14.3.2024. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf
- Kajanoja, J. 2019. Vapaaehtoistoiminta ja sosiaalinen pääoma. Teoksessa Hirvonen, S. & Puolitaival, S. (toim.) Vapaaehtoistoiminnan arvo. Kansalaisareenan julkaisuja 2/2019, 82-91. Viitattu 14.3.2024. https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2019/12/Vapaaehtoistoiminnan_arvo_PageView_WEB.pdf

Kansalaisareena 2024. Vapaaehtoistoiminnan määritelmä. Viitattu 27.3.2024. <https://kansalaisareena.fi/vapaaehtoiselle/vapaaehtoistoiminnan-maaritelma/>

Karvonen, S., Kestilä, L. & Saikkonen, P. 2022. Johdanto. Teoksessa Karvonen, S., Kestilä, L. & Saikkonen, P. (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2022. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Teema 35, 9-18. Viitattu 14.3.2023. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/145692/Suomalaisten%20hyvinvointi%202022%20verkko.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

King, H., Jackson, J., Morrow-Howell, L. & Oltmanns, T. 2014. Personality Accounts for the Connection Between Volunteering and Health. Vol. 70, No. 5. Oxford University Press, 691-697. Viitattu 10.5.2024. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4635641/>

Koivisto, J., Isola A-M. & Lyytikäinen, M. 2018. Osallisuus kuuluu kaikille. Innokylän innovaatiokatsaus. Työpäperi 9/2018. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 9.5.2024. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136074/URN_ISBN_978-952-343-077-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kumpula, K. 2018. Vapaaehtoisuus muuttuu ketterästi vastaamaan ajan tarpeita. Teoksessa Hirvonen, S. & Puolitaival, S. (toim.) Vapaaehtoistoiminnan arvo. Kansalaisareenan julkaisuja 2/2019, 98-99. Viitattu 9.5.2024. https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2019/12/Vapaaehtoistoiminnan_arvo_PageView_WEB.pdf

Lahdenperä, S. 2023. Vapaaehtoistoimintaa vahvistamalla kohti ikääntyvän yhteiskunnan mahdollisuuksia. Vapaa! -Fri! -hankkeen toimenpideraportti. Oikeusministeriön julkaisuja, Selvityksiä ja ohjeita 2023:1. Viitattu 15.5.2024. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/164545/OM_2023_1.pdf

Laimio, A. & Välimäki, S. 2011. Vapaaehtoistoiminta kehittyi. Keski-Suomen sosiaaliturvayhdistys. Viitattu 9.5.2024. <https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2022/03/Vapaaehtoistoiminta-KEHITTY.pdf>

Lawton, R., Gramatki I., Watt, W. & Fujiwara D. 2020. Does Volunteering Make Us Happier, or Are Happier People More Likely to Volunteer? Addressing the Problem of Reverse Causality When Estimating the Wellbeing Impacts of Volunteering. Journal of Happiness Studies (2021) 22: 599-624. Viitattu 5.3.2024. https://laurea.finna.fi/PrimoRecord/pci.cdi_openaire_primary_doi_fb1e8ffbd28d148b979cda995fc008a0

Leemann, L., Nousiainen, M., Keto-Tokoi, A. & Isola, A-M. 2022. Osallisuuden kokemus aikuisväestössä. Teoksessa Karvonen, S., Kestilä, L. & Saikkonen, P. (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2022. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Teema 35, 94-114. Viitattu 11.3.2024.

<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/145692/Suomalaisten%20hyvinvointi%202022%20verkko.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Linnala Settlementti ja opisto. 2022. Vapaaehtoistyön tilanne Savonlinnan alueella. Webropol-kyselyllä tuotettu kartoitus. Viitattu 11.3.2024. https://linnala.fi/wp-content/uploads/2022/07/Vapaaehtoistyon_tilanne_savonlinnassa_2022.pdf

Martela, F. & Jarenko, K. 2014. Sisäinen motivaatio. Tulevaisuuden työssä tuottavuus ja innostus kohtaavat. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 3/2014. Viitattu 6.5.2024. https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/tuvj_3+2014.pdf

Mayor, P. & Risku, M. 2022. Opas yksilöiden ja tiimin motivointiin: 16 perustarvetta muuttuvissa työympäristöissä. E-kirja. Helsinki: Alma Talent.

Oikeusministeriö 2021. Vapaaehtoistoiminnan aseman edistäminen ikääntyvässä yhteiskunnassa. Vapaa! -Fri! -hankkeen väliraportti. Viitattu 15.3.2024. https://api.hankeikuna.fi/asiakirjat/24fbc254-ccb9-43f0-a71f-d0c201b3649e/fca82fc5-6dad-4dff-b81e-d71bde0a644f/LAUSUNTOPYYNTO_20220406063235.PDF

OLKA. 2024. OLKA-toiminta. Viitattu 2.2.2024. <https://olkatoiminta.fi/>

OLKA-palvelut. 2024. OLKA-toiminnan palvelut. Viitattu 2.2.2024. <https://olkasavonlinna.fi/palvelut/>

Paalumäki, A. & Vähämäki, M. 2020a. Havainnointi organisaatiotutkimuksessa. Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. E-kirja. Helsinki: Gaudeamus.

Piliavin, J. 2009. Volunteering Across the Life Span. Doing well by doing good. Teoksessa Stürmer, F. & Snyder, M. (toim.) The Psychology of prosocial behavior: Group Processes, Intergroup Relations and Helping. New Jersey: John Wiley & Sons Ltd, 157-172. Viitattu 14.3.2024. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/laurea/reader.action?docID=7104571>

Pulkkinen, L. 2023. Sosioemotionaalinen kehitys ja persoonallisuus. Teoksessa Pulkkinen, L., Ahonen, T. & Ruoppila, I. (toim.) Ihmisen psykologinen kehitys. E-kirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Rahkonen, J. 2021. Vapaaehtoistyön tekeminen Suomessa. Tutkimusraportti 18.5.2021. Taloustutkimus Oy. Viitattu 28.3.2024. https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2021/05/Vapaaehtoistyö_tutkimusraportti_2021.pdf

Salmi, L. 2023. Workshopit (työpajat) kehittämisen välineen. Luentomateriaali. Laurea-ammattikorkeakoulu.

Savonlinnan Seudun Kolomonen ry. 2024a. Savonlinnan Seudun Kolomonen. Viitattu 19.4.2024. <https://kolomonen.fi/savonlinnan-seudun-kolomonen-ry/>

Savonlinnan Seudun Kolomonen ry. 2024b. OLKA-toiminta. Viitattu 2.2.2024. <https://kolomonen.fi/olka-toiminta-savonlinna/>

THL. 2024. Osallisuuden edistäminen. Viitattu 27.3.2024. <https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen>

Tiittanen, U. & Turjamaa, R. 2022. Social Inclusion and Commuality of Volunteering: A Focus Group Study of Older People Experience's. International Journal of Environmental Research and Public Health. Vol. 19. Viitattu 6.11.2023 <https://www.proquest.com/central/docview/2662986536/fulltextPDF/CEBAD6E676BB4057PQ/11?accountid=12003>

Tilastokeskus. 2022. Vapaaehtoistyöhön osallistuminen on vähentynyt 10 vuodessa. Viitattu 24.4.2024. <https://stat.fi/en/publication/ckto91uso1j1f0b00cvkof626>

Turja, T. 2024. Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen Suomessa. Tutkimusraportti 28.3.2024. Taloustutkimus Oy. Viitattu 13.5.2024. https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2024/05/Vapaaehtoistoiminta_Suomessa_Raportti_2024.pdf

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisu 3/2019. Viitattu 8.11.2023. https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittely Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisu 2/2023. Viitattu 8.11.2023. https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf

United Nations Volunteers (UNV) programme (2021). 2022. State of the World's Volunteerism Report. Building equal and inclusive societies. Bonn. Viitattu 13.5.2024. https://swvr2022.unv.org/wp-content/uploads/2022/04/UNV_SWVR_2022.pdf

Vapaaehtoistyö.fi-palvelu, Kirkkopalvelut ry & Kansalaisareena ry. 2022. Vapaaehtoisten kysely 2022. Viitattu 10.4.2024. <https://storage.googleapis.com/vapaaehtoistyö-fi-les/uploads/f797dce2df669b221747673765a1a7e1d0296915.pdf>

Yeung, A. 2004. The Octagon Model of Volunteering Motivation: Results of Phenomenological Analysis. *International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*. Vol. 15, No 1. Viitattu 15.3.2024. <https://dokumen.tips/download/link/the-octagon-model-of-volunteer-motivation-results-of-a-phenomenological-analysis.html>

Äyräväinen, I., Piirainen, A., Vuoskoski, P., Lintunen, T. & Rantanen, T. 2022. *Gerontologia* Vol 36, 397-411. Viitattu 15.5.2024. <https://journal.fi/gerontologia/article/view/115445/75087?acceptCookies=1>

Julkaisemattomat lähteet

Hankekoordinaattori 2023. ILONA-Vapaaehtoiskoulutuksen materiaali 29.3.2023.

Kuviot

Kuvio 1: Suomalaisen tekemä vapaaehtoistyö vuosina 1999, 2009 & 2021 (Tilastokeskus 2022)	9
Kuvio 2: Vapaaehtoistoiminnan timanttimali (Yeung 2004; Kansalaisareena 2024)	16
Kuvio 3: Vapaaehtoistoiminta.....	35
Kuvio 4: Vapaaehtoistoimintaan käytetty aika	36
Kuvio 5: Vapaaehtoistoiminnan motivaatiotekijät	38
Kuvio 6: Omat vahvuudet.....	40
Kuvio 7: Hyvinvoinnin ja osallisuuden ilmeneminen	42
Kuvio 8: Motivaatiotekijät ja persoonallisuus	44
Kuvio 9: Vapaaehtoistoiminnan kehittämisen kohteet	46
Kuvio 10: Muu palaute	47

Taulukot

Taulukko 1: Esimerkki haastatteluaineiston analyysistä liittyen motivaatiotekijöihin	28
Taulukko 2: Esimerkki haastatteluaineiston analyysistä liittyen omiin vahvuuksiin	29
Taulukko 3: Esimerkki haastatteluaineiston analyysistä liittyen hyvinvoinnin ja osallisuuden ilmenemiseen	30
Taulukko 4: Havainnointiaineistosta koottu yhteenveto	32
Taulukko 5: Vapaaehtoistojen tehtävät.....	36

Liitteet

Liite 1: Tutkimuslupa haastatteluun osallistumisesta	68
Liite 2: Tutkimuslupa tutkimukseen osallistumisesta	69
Liite 3: Teemahaastattelun aiheet	70

Liite 1: Tutkimuslupa haastatteluun osallistumisesta

Suostumuslomake tutkimushaastatteluun

Opinnäytetyön tekijä:

Salla Mononen

YAMK- opiskelija,

Voimavaraistavien työtapojen johtaminen ja kehittäminen sosiaali- ja terveysalalla

Laurea ammattikorkeakoulu

Opinnäytetyön aihe: Vapaaehtoistoimijoiden kokemukset Savonlinnan OLKA-toiminnassa

Tutkimuksellisen kehittämistyön tavoitteena on selvittää OLKAn vapaaehtoistoimijoiden motivaatiota ja osallisuuden sekä hyvinvoinnin ilmenemistä vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta sekä sitä, kuinka henkilökohtaiset vahvuudet näkyvät vapaaehtoistoiminnassa.

Osallistujan nimi:

SUOSTUMUS TUTKIMUSHAASTATTELUUN

Osallistun vapaaehtoisesti ja omasta tahdostani haastatteluun, jossa kerätään tutkimusaineistoa opinnäytetyöhön. Olen saanut riittävästi tietoa suostumukseni pohjaksi sekä opinnäytetyön tekijän yhteystiedot lisäkysymysten esittämiseen tai osallistumisen peruuttamiseksi. Suostun, että haastattelu nauhoitetaan. Haastattelu tapahtuu sovittuna aikana. Osallistuessani haastatteluun, voin missä tahansa vaiheessa luopua osallistumisestani ja kieltää minulta kerätyn aineiston käytön. Luovuttamani tiedot käsitellään luottamuksellisesti ja siten, että anonymiteettini säilyy koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Päivämäärä ja paikka

Haastateltavan allekirjoitus ja nimenselvennys

Päivämäärä ja paikka

Opinnäytetyön tekijän allekirjoitus ja nimenselvennys

Liite 2: Tutkimuslupa tutkimukseen osallistumisesta

Suostumuslomake tutkimukseen osallistumisesta

Opinnäytetyön tekijä:

Salla Mononen

Voimavaraistavien työtapojen johtaminen ja kehittäminen sosiaali- ja terveysalalla YAMK

Laurea ammattikorkeakoulu

Opinnäytetyön aihe: Vapaaehtoistoimijoiden kokemukset Savonlinnan OLKA-toiminnassa

Tutkimuksellisen kehittämistyön tavoitteena on selvittää OLKAN vapaaehtoistoimijoiden motivaatiota ja osallisuuden sekä hyvinvoinnin ilmenemistä vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta sekä sitä, kuinka henkilökohtaiset vahvuudet näkyvät vapaaehtoistoiminnassa.

Osallistujan nimi:

SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

Osallistun vapaaehtoisesti ja omasta tahdostani kehittämispäivään (persoonallisuusvalmennus), jossa kerätään tutkimusaineistoa opinnäytetyöhön. Olen saanut riittävästi tietoa suostumukseni pohjaksi sekä opinnäytetyön tekijän yhteystiedot lisäkysymysten esittämiseen tai osallistumisen peruuttamiseksi. Suostun, että opinnäytetyön tekijä toimii tilanteessa ulkopuolisena havainnoijana. Kehittämispäivä tapahtuu sovittuna aikana. Osallistuessani kehittämispäivään, voin missä tahansa vaiheessa luopua osallistumisestani ja kieltää minulta kerätyn aineiston käytön. Luovuttamani tiedot käsitellään luottamuksellisesti ja siten, että anonymiteettini säilyy koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Päivämäärä ja paikka

Tutkimukseen osallistuvan allekirjoitus ja nimenselvennys

Päivämäärä ja paikka

Opinnäytetyön tekijän allekirjoitus ja nimenselvennys

Liite 3: Teemahaastattelun aiheet

Teemahaastattelu

- Toimiminen vapaaehtoistoiminnassa (henkilökohtainen historia vapaaehtoistoiminnassa, roolit/tehtävät)
- Motivoituminen vapaaehtoistoimintaan (toimintaan hakeutumisen syyt, mitä on tavoittelemassa)
- Henkilökohtaiset vahvuudet vapaaehtoistoiminnassa
- Vapaaehtoistoiminta ja henkilökohtainen hyvinvointi
- Kehittämisaajatukset