

# MAHDOLLISUUKSIEN MAANANTAI

Sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan merkitys miesvapaaehtoisille

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaali- ja terveysala  
Sosionomi (AMK)  
Sosiaalipedagoginen aikuistyö  
Opinnäytetyö  
Kevät 2011  
Eeva Lehto  
Elina Rantalainen

Lahden ammattikorkeakoulu  
Sosionomi (AMK)

LEHTO, EEVA & RANTALAINEN, ELINA: Mahdollisuuksien maanantai –  
Sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan  
merkitys miesvapaaehtoisille

Sosiaalipedagogisen aikuistyön opinnäytetyö, 68 sivua, 15 liitesivua

Kevät 2011

## TIIVISTELMÄ

---

*Tämän opinnäytetyön tavoitteena* oli kartoittaa, mitä sosiaalinen vapaaehtoistoiminta merkitsee miesvapaaehtoisille. Vastausta tutkimustehtävään haettiin kokemuksellisesti eli empiirisesti vertaisryhmässä. Opinnäytetyön tarkoituksena oli nostaa esiin vertaisryhmän mahdollisuudet vapaaehtoistoiminnan tuki-, vaikuttamis- sekä kehittämismuotona. Opinnäytetyön hyöty työelämälle syntyi vertaisryhmästä saatujen kokemusten ja tulosten dokumentoinnista sekä vertaisryhmän mallintamisesta osana vapaaehtoisorganisaatiota.

*Opinnäytetyön aineisto* kerättiin vertaisryhmässä puolistrukturoiduilla kyselylomakkeilla sekä teemahaastatteluilla ja osallistuvalla havainnoinnilla. Vertaisryhmä kokoontui marraskuusta 2010 helmikuuhun 2011 ja ryhmässä käsiteltiin narratiiveja eli kertomuksia sosiaalisesta vapaaehtoistoiminnasta. Opinnäytetyö oli laadullinen ja tutkimusaineisto analysoitiin sisällönanalyysillä. Saadut aineistot käsiteltiin analyysin alkuvaiheessa erillään aineistonkeruumenetelmien mukaisesti.

*Opinnäytetyön tulokset* vastasivat kolmeen tutkimustehtävään: mitä sosiaalinen vapaaehtoistoiminta merkitsee miesvapaaehtoisille, mikä on vertaisryhmän anti ja tuki vapaaehtoistoiminnalle sekä miten toiminnallisuus on apuna tunteiden ja kokemusten jakamisessa. Eri aineistonkeruumenetelmillä toistuneet tulokset yhdistettiin johtopäätöksessä, näin saatiin vastaus opinnäytetyön tavoitteeseen.

*Johtopäätöksenä* esiteltiin miesten sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan ratasmalli. Miesten kertomuksissa sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan merkitys rakentui toiminnallisuudesta, mielekkyydestä, tarpeellisuudesta, yhteisöllisyydestä, turvallisuudesta ryhmästä, mentoroinnista, ryhmäytymisestä ja sitoutumisesta. Ratasmallia verrattiin opinnäytetyön teoreettisen viitekehyksen aiempiin tutkimuksiin vapaaehtoistoiminnasta ja vapaaehtoisotivaation timanttimallista, sosiaalipedagogiikasta ja osallisuudesta sekä kokemuksista vertaisryhmästä.

*Avainsanat:* miesten sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan ratasmalli, narratiivisuus käytännön työvälineenä, osallisuus, sosiaalinen vapaaehtoistoiminta, sosiaalipedagoginen työorientaatio, sosiokulttuurinen innostaminen, vertaisryhmä.

Lahti University of Applied Sciences  
Degree Programme in Social Services

LEHTO, EEVA & RANTALAINEN, ELINA: Potential Monday –  
The Meaning of Social Volunteering to Male Volunteers

Option in Social Pedagogy for Work with Adults, 68 pages, 15 appendices

Spring 2011

## ABSTRACT

---

*The objective* of this thesis was to find out the meaning of men volunteers' social voluntary activity. This study was based on the practice in a peer group. The purpose of this thesis was to raise the awareness of the peer group's possibilities as voluntary work improvement methods, voluntary activity support and as an area of influencing as well as a tool of development. This thesis benefit for the working life was originated from the peer group's experiences and the document of the study outcomes as well as from the model of peer group as a part of a voluntary organization.

*The material* was gathered in the men volunteers' peer group using half structured questionnaires and theme interviews and committed observations. The men volunteers' peers group assembled from November 2010 to February 2011. The peer group's topics of social volunteering were discussed in the form of narratives. This thesis was qualitative and the study material was analysed by content analysis. The gathered material was first analysed separately according to the material gathering method.

*The results of the thesis answered three important research questions:* what is the meaning of social volunteering to men volunteers, what are the benefits of peer group as well as what kind of support do peer group give to social volunteering and in what way functionality can be helpful when sharing feelings and experiences. The results which repeated in these three questions were combined into this thesis conclusion.

*The conclusion* presented the wheel model of men's social volunteering. The narratives of men constructed social volunteering of functionality, reason, necessity, communality, secure group, mentoring, grouping and commitment. The wheel model was compared to the thesis' frame of reference and earlier research results which discussed volunteering and volunteer's motivations, social pedagogy and involvement as well as experiences from peer groups.

*Key words:* the wheel mode of male social volunteering, narrative instruments as practical methods, involvement, social volunteering, social pedagogical work orientation, sociocultural excitement, peer group.

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	VAPAAEHTOISTOIMINTA	3
2.1	Vapaaehtoismotivaation timanttimalli	4
2.2	Vapaaehtoistoiminnan teemavuosi	7
2.3	Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskus	7
3	SOSIAALIPEDAGOGINEN TYÖORIENTAATIO	9
3.1	Sosiokulttuurinen innostaminen	10
3.2	Osallisuuden edistäminen	12
4	VERTAISRYHMÄTOIMINTA	15
4.1	Vertaisryhmän vaikutukset	16
4.2	Toiminnalliset ja ilmaisulliset menetelmät vertaisryhmässä	17
5	NARRATIIVISUUS KÄYTÄNNÖN TYÖVÄLINEENÄ	20
5.1	Narratiivinen tutkimusote	20
5.2	Narratiivit tutkimusaineistona	22
6	AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET	24
6.1	Tieteelliset tutkimukset	24
6.2	Opinnäytetyöt	27
7	TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TARKOITUS	29
8	TUTKIMUKSEN KULKU	30
8.1	Tutkimusmenetelmät	31
8.2	Kohderyhmä	32
8.3	Aineisto	32
8.3.1	Aineiston keruumenetelmät	33
8.3.2	Aineiston keruu	36
8.4	Aineiston käsittely ja analyysi	38
9	TUTKIMUSTULOKSET	42
9.1	Sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan merkitys miehelle	42
9.2	Vertaisryhmän anti ja tuki vapaaehtoistoiminnalle	44

9.3	Toiminnallisuuden apu tunteiden ja kokemusten jakamiselle	45
10	TUTKIMUSTULOSTEN TULKINTA	47
10.1	Sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan merkitys miehelle	48
10.2	Vertaisryhmän anti ja tuki vapaaehtoistoiminnalle	49
10.3	Toiminnallisuuden apu tunteiden ja kokemusten jakamiselle	52
11	JOHTOPÄÄTÖKSET	54
11.1	Tutkimustulosten luotettavuus ja eettisyys	58
11.2	Jatkotutkimusaiheet	61
12	POHDINTA	62
12.1	Vertaisryhmän ja aineiston keruun arviointia	63
12.2	Opinnäytetyöprosessin arviointia	66

LÄHTEET

LIITTEET

# 1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme on ajankohtainen, koska vuosi 2011 on Euroopassa vapaaehtoistoiminnan teemavuosi (Eurooppalainen vapaaehtoistoiminnan vuosi 2011). Teemavuoden tavoitteiden mukaisesti opinnäytetyömme tarkoituksena on luoda suotuisia toimintaympäristöjä tarjoamalla miesvapaaehtoisille mahdollisuus kokoontua vertaisryhmässä vapaaehtoistointaan liittyvien asioiden äärelle. Vertaisryhmän avulla voidaan kehittää vapaaehtoistoiminnan laatua mallintamalla vertaisryhmätoiminta osana vapaaehtoisorganisaation rakennetta. Esittelemällä opinnäytetyön tuloksia ja herättelemällä kansalaiskeskustelua haluamme tehdä vapaaehtoistoiminnan arvon ja merkityksen tunnetuksi.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on selvittää, mitä sosiaalinen vapaaehtoistoiminta merkitsee miehelle. Tutkimme sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan ilmiötä miesvapaaehtoisten vertaisryhmätoiminnan avulla. Opinnäytetyömme on laadullinen tutkimus ja tutkimusaineiston keruumenetelminä ovat puolistrukturoidut kyselylomakkeet ja teemahaastattelut sekä osallistuva havainnointi.

Työn nimi ”Mahdollisuuksien maanantai” viittaa opinnäytetyön miesvapaaehtoisten vertaisryhmään, joka kokoontui opinnäytetyöprosessin aikana maanantaisin 10 kertaa. Miesvapaaehtoisten taustaorganisaatio Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskus on osa Lahden seurakuntayhtymän Diakoniakeskus Mariaa.

Vertaisryhmällä tuetaan miesten vapaaehtoistointaa sekä vertaisryhmä toimi aineiston keruun foorumina. Tutkimme, mikä on vertaisryhmän anti ja miten vertaisryhmä tukee vapaaehtoistoinnassa jaksamista. Toimintamme vertaisryhmän ohjaajina perustuu sosiokulttuuriseen innostamiseen, mikä edellyttää ohjaajalta taitoa herätellä, käynnistää ja mahdollistaa vuorovaikutusta. Tutkimme vertaisryhmässä myös toiminnallisuuden vaikutusta tunteiden ja kokemusten jakamiseen.

Vertaisryhmässä käydään teemakeskusteluja sosiaalisesta vapaaehtoistoinnasta. Narratiivisuus käytännön työvälineenä tarkoittaa tässä opinnäytetyössä sitä, että keskustelemalla tarinoista eli narratiiveista miehet voivat vertailla näkökulmia

sekä saada ryhmältä uusia ajatuksia vapaaehtoistoimintaan. Miehet ovat vaitiolovelvollisia vapaaehtoistoiminnan asiakastilanteista, joten narratiivien ääneen kertominen vertaisryhmässä vähentää asiakastilanteiden pohtimista yksin. Ryhmässä jaetut tarinat saavat merkityksen, ryhmän tuen ja hyväksynnän.

Vapaaehtoistoimintaa ilmiönä sekä vapaaehtoisten motiiveja ovat aiemmin väitöskirjoissaan tutkineet Yeung (2004a) ja Nylund (2000). Yeung (2004b) on luonut vapaaehtoisuuden timanttimallin, jonka hän julkaisi ensimmäisen kerran kansainvälisessä vapaaehtoistoiminnan lehdessä vuonna 2004. Pessi ja Oravasaari (2010) ovat kartoittaneet suomalaisten järjestöjen vapaaehtoistoiminnan tavoitteita. Opinnäytetyössämme vertailemme saamiamme tuloksia aiempien tutkimusten tuloksiin. Tutkimusta miesten tekemästä sosiaalisesta vapaaehtoistoiminnasta on vähän. Tällä työllä pyrimme vastaamaan tutkimuskentällä vallitsevaan puutokseen.

Vapaaehtoistoiminnan messuilla 9.9.2010 käydyissä paneelikeskusteluissa nousi vahvasti esille vapaaehtoisuuden ja ammattilaisuuden rajapinnan hahmottamisen vaikeus sekä vapaaehtoistoiminnan käsitteiden vapaamuotoisuus (Vapaaehtoistoiminnan messut 2010). Onko kyse vapaaehtoistyöstä vai vapaaehtoistoiminnasta, vapaaehtoistyöntekijästä vai vapaaehtoisesta? Käsitteitä käytetään sujuvasti rinnakkain, mutta sanojen painoarvo ja roolien merkitykset ovat erilaiset. Päätimme käyttää opinnäytetyössämme käsitteitä *vapaaehtoistoiminta* ja *vapaaehtoinen* – näin pyrimme jo käsitteen tasolla turvaamaan vapaaehtoisen omaan haluun ja valintaan perustuvan roolin olla mukana palkattomana vapaaehtoisena.

Valmistuminen sosiaalipedagogiseen aikuistyöhön suuntautuneeksi sosionomiksi (AMK) edellyttää sosiaalipedagogisen orientaation sisäistämistä. Sosiaalipedagogisen työorientaation ydin on ymmärrys siitä, että sosiaalipedagogiikka ei ole vain kielellistä tai symbolista vaan toiminnallista (Ranne 2002, 17–18). Määrittelemme sosiaalipedagogisen toiminnallisuuden toiminnaksi, jonka päämääränä on ryhmän vahvistaminen ja kuulluksi ja ymmärretyksi tuleminen.

## 2 VAPAAEHTOISTOIMINTA

Harju (2005) kuvaa postmodernia vapaaehtoisuutta itseohjautuvaksi sekä joustavaksi. Vapaaehtoistoinnasta kiinnostunut ihminen luovii spontaanisti vaihtoehtojen keskellä, joista hän voi valita itselleen merkitykselliset ja koskettavat vapaaehtoistehtävät (Harju 2005, 121–122). Nylund ja Yeung (2005, 27–28) nostavat esille episodisen vapaaehtoisuuden kasvun. Vapaaehtoiset haluavat yhä enemmän lyhytaikaisia vapaaehtoistoinnin muotoja. Pitkä- ja lyhytkestoinen vapaaehtoisuus tarjoavat yhtäläisiä kokemuksia ja elämyksiä sekä samaistumista – molemmat vapaaehtoisuuden muodot ovat yhtä arvokkaita työn tekijälle (Harju 2005, 121–122; Nylund & Yeung 2005, 27–28).

Yeungin mukaan vapaaehtoistoinnin periaatteita ovat vapaaehtoisuus, vastavuoroisuus, yhteinen ilo, tasa-arvo, palkattomuus, ei-ammattimaisuus, ja luottamuksellisuus. Vapaaehtoisilla toimijoilla on autonominen asema yhteiskunnassa ja heidän toimintaansa tuetaan hallituksen, organisaatioiden ja järjestöjen taholta. (Yeung 2002, 11; Yeung 2007, 2.)

Toimintaan sitoutumisen tärkein motivoiva tekijä on aineeton hyöty. Tällainen seikka on ilo, jota vapaaehtoistojen saa auttaessaan toisia. Ruohonen näkee motivaation uhkana tilanteet, joissa vapaaehtoisten toiminnalla pyritään suorittamaan yhteiskunnalle kuuluvia tehtäviä. (Ruohonen 2003, 43, 52.) Motivaatiota tehostaa osallistumisen ilo, jota ryhmässä koetaan. Toisaalta nähdään tarpeelliseksi solmia uusia sosiaalisia suhteita työelämästä poistumisen jälkeen. Muiden auttaminen koetaan tärkeäksi, sillä auttamisen kautta on mahdollista tuntea itsensä tarpeelliseksi jäseneksi yhteisössä. Omasta hyvinvoinnista huolehtiminen on myös motivaatiota lisäävä tekijä. (Haarni 2010, 150.)

Yhteiskunnassa tapahtuva muutos vaikuttaa vapaaehtoistoinnin organisointiin. On tärkeää kiinnittää huomio vapaaehtoistojen valintaan, koulutukseen ja riittävään tukeen. Nämä seikat luovat turvan palvelua käyttävälle asiakkaalle sekä vapaaehtoistojen. Vapaaehtoistoinnassa mukana olevat tarvitsevat tukea ja



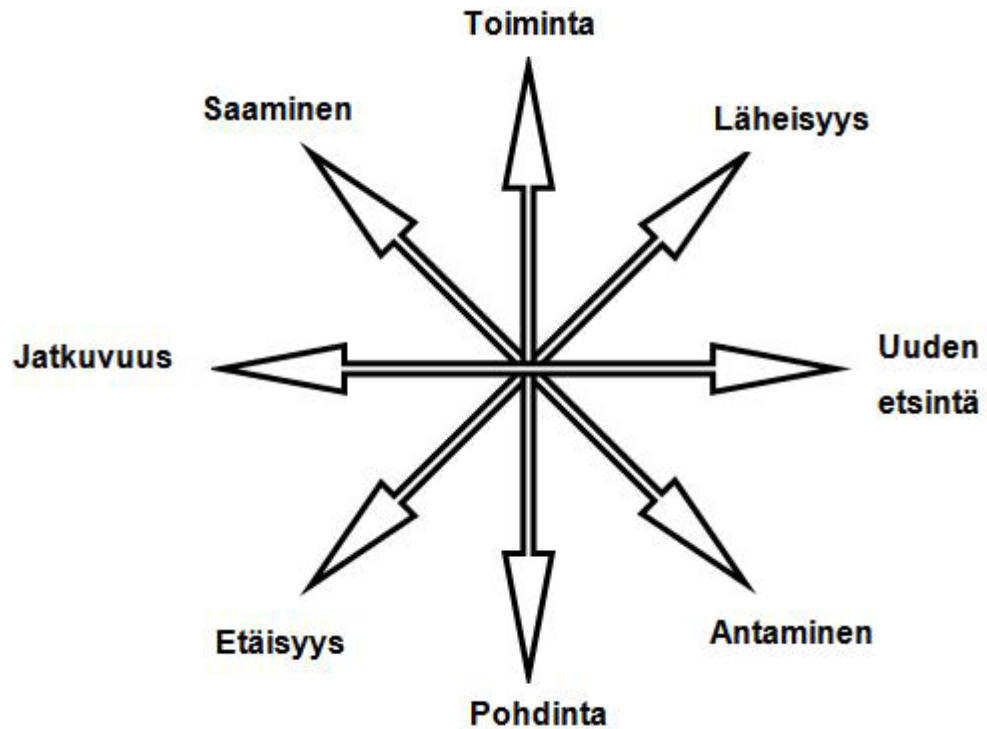
ohjausta voidakseen jatkaa mukana toiminnassa sekä kehittää itseään. (Mykkänen-Hänninen 2007, 53.)

Vapaaehtoisectorilla ovat Yeungin mukaan noussut esille aikaisempaa korostuneemmin osallisuuden ja omatoimisuuden teemat. Yhteisöllisyyttä ja sosiaalisesti tiiviitä ryhmiä voi silti tulevaisuudessa löytää vapaaehtoistoiminnan kautta. Yhteiskunnan muuttumisen myötä sen traditiot muuttuvat, mikä voi johtaa sosiaalisen pääoman ja yhteishengen heikkenemiseen. (Yeung 2002, 66–67.)

Vapaaehtoistoiminnan arvojen muuttuminen ilmenee siten, että auttamista ei tehdä vain hyvästä sydäimestä, vaan ihmiset haluavat tietää, mitä he itse siitä saavat. Koulutuksen avulla vapaaehtoinen ymmärtää toiminnan tärkeyden ja merkityksen. Haastatteluja tai muita valintaperusteita käytetään, kun valitaan henkilöitä vastuulliseen toimintaan. Näitä tehtäviä ovat esimerkiksi ryhmänohjaajana toimiminen, johon valitut ohjaajat koulutetaan taustayhteisön toimesta. Tukea tarvitaan myös tilanteissa, joissa henkilö ei pääse toivomaansa tehtävään. Silloin hänet pyritään ohjaamaan hänelle sopivampiin tehtäviin ja näin säilyttämään vapaaehtoisen kiinnostus toimintaa kohtaan. (Myllymaa 2010, 89–90.)

## 2.1 Vapaaehtoismotivaation timanttimalli

Vapaaehtoistoiminnan motivaation kahdeksankulmaisella mallilla, timanttimallilla, tutkitaan kokonaisvaltaisesti vapaaehtoistojoiden motiiveja ja sitoutumista vapaaehtoistointaan. Timanttimallin avulla voidaan keskustella vapaaehtoisuuden kokemuksista ja merkityksellisyydestä laajasti sekä huomioiden kaikki vapaaehtoisuuden erityispiirteet. (Yeung 2007, 18.)



KUVIO 1. Yeung 2004a. Vapaaehtoismotivaation timanttimalli.

Yeungin (2004a) tutkimuksen tuloksena syntyi vapaaehtoismotivaation timanttimalli (KUVIO 1). Timanttimallin sisälle lukeutuu 767 tutkimuksesta saatua vapaaehtoismotivaatiota määrittävää elementtiä. Timanttimallin avulla on mahdollista nähdä vapaaehtoisen motivaation suunnat: suunta itsestä poispäin ja itseän päin. Nämä ulottuvuudet ovat limittyviä, eivätkä sulje toisiaan pois, eikä yksikään vastapareista ole toista arvokkaampi. Timanttimallin avulla voidaan tutkia vapaaehtoismotivaatioiden liikettä ja vuorovaikutusta. Vapaaehtoismotivaatio on kokonaisvaltainen ilmiö, jota tulee tarkastella usealta suunnalta. (Yeung 2005, 107–109.)

Tutkimustuloksissa *jatkuvuutta* vapaaehtoistoiminnassa määrittävät aihepiirin tuttuus, elämänkaari ja kasvatus, identiteetti, palkkatyön jatko, oman hyvinvoinnin ylläpito sekä vapaaehtoiskokemukset. Vapaaehtoistoiminnassa *uutta* ovat aihepiirin kiinnostavuus, elämänpiirin laajentaminen, oma muutos, uuden oppiminen ja haasteet sekä vastapaino arjelle. (Yeung 2007, 22–28.)

*Pohdintoja* ja arvoja vapaaehtoistoiminnassa ilmenee toiminnan tausta-arvoissa ja itse toiminnassa, esikuvissa, henkisessä kasvussa ja omien asioiden läpikäymisessä sekä -elämisessä. *Toiminnallisuutta* vapaaehtoisuudessa määrittävät joutoajan hyödynnettävyys, tapa, jolla toiminta on järjestetty, tarjottu toiminta sekä erityispiirre toimintamuodolle. (Yeung 2007, 22–28.)

*Etäisyys* vapaaehtoisuudessa ilmenee epämuodollisuutena, riittävänä etäisyytenä ja toiminnan joustavuutena. *Läheisyyden* kanavana vapaaehtoisuus nähdään ryhmänhengen kautta, haluna kuulua ryhmään, keskustelujen ja jutustelujen kautta, toiminnan sosiaalisuutena, ihmisiin tutustumisena sekä vuorovaikutuksen edistämisenä. (Yeung 2007, 22–28.)

Vapaaehtoisuudesta *saadaan* mahdollisuus toteuttaa itseään, edistää omaa hyvinvointia, ryhdistää ajankäyttöä ja osallistua antoisaan toimintaan, tunteisiin sekä saadaan työkokemusta. Vapaaehtoistoimija *antaa* apua, myös erityisryhmille, edistää toisten hyvinvointia, antaa omasta luonteestaan ja omasta elämäkokemuksesta, toivoo edistävän auttamisen leviämistä sekä tukee vuorovaikutusta. (Yeung 2007, 22–28.)

Vapaaehtoisuuskriittisyys on muuttuva ilmiö, mikä näkyy timanttimalin painotusten muutoksina vuosien aikana. Timanttimalin avulla on mahdollista selkeyttää metataseja eli oman toiminnan syvempiä merkityksiä ja muutoksia vastinparien kautta. (Pessi & Oravasaari 2010, 155.)

Vapaaehtoisuutta määrittävä tekijä on Haarnin (2010) mielestä halu auttaa muita. Halu auttaa muita motivoi vapaaehtoisia pysymään toiminnassa mukana. Tärkeää on myös toiminnan sisältö ja mielekkyys sekä toimintaa ohjaavien arvojen yhteneväisyys vapaaehtoisen omiin elämänarvoihin. Vapaaehtoisuudelle ominaista on mahdollisuus tutustua uusiin ihmisiin ja samalla kasvattaa omaa sosiaalista verkostoaan. Tärkeää on oman paikan löytäminen ryhmässä ja vuorovaikutuksen kehittyminen ryhmän jäsenten välillä. (Haarni 2010, 149.)

## 2.2 Vapaaehtoistoiminnan teemavuosi

Vuosi 2011 on aktiivista kansalaisuutta edistävän vapaaehtoistoiminnan Euroopan teemavuosi. Teemavuoden kautta osoitetaan, että vapaaehtoistoiminta on aktiivista kansalaisuutta ja keskeistä demokratialle. Teemavuoden tavoitteina ovat 1) luoda suotuisa toimintaympäristö vapaaehtoistoiminnalle, 2) lisätä vapaaehtoistoiminnan järjestäjien vaikutusvaltaa vapaaehtoistoiminnan laadun parantamisessa, 3) tunnustaa vapaaehtoistoiminnan merkitys ja 4) tehdä vapaaehtoistoiminnan arvo ja merkitys tunnetuksi. (Eurooppalainen vapaaehtoistoiminnan vuosi 2011; Pessi & Oravasaari 2010, 7–8.)

Vapaaehtoistoiminta edistää sukupolvien välistä kanssakäymistä, sillä toimintaan osallistuu kaikenikäisiä ihmisiä. Väestön ikärakenteen muutos on lisännyt aktiivisten ikääntyneiden ihmisten joukkoa, joka voi vapaaehtoistoiminnan kautta tarjota uudelleen taitonsa ja kokemuksensa yhteiskunnan yhteiseksi hyväksi. Vapaaehtoistoiminnalla on vahva merkitys sosiaaliselle yhteenkuuluvuudelle sekä sitoutumiselle paikallisella, alueellisella sekä kansallisella ja Euroopan tasolla. (Neuvoston päätös Euroopan vapaaehtoistyön teemavuodesta 2009, 2, 6.)

30 prosenttia eurooppalaisista osallistuu vapaaehtoistoimintaan (Neuvoston päätös Euroopan vapaaehtoistyön teemavuodesta 2009, 3). Suomalaiset ovat aktiivisia vapaaehtoistojen joukossa: joka kolmannes suomalainen osallistuu vapaaehtoistoimintaan ja puolet suomalaisista on valmiita osallistumaan vapaaehtoistoimintaan pyydettyään (Pessi & Oravasaari 2010, 7).

## 2.3 Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskus

Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskus sijaitsee Lahdessa Mariankatu 16:ssa, Lahden seurakuntayhtymän Diakoniakeskus Mariassa. Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskus toimii yhteistyössä muun muassa Lahden kaupungin sosiaali- ja terveyshuollon ja liikuntapalveluiden kanssa. Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskuksen sydän on sisäpihalla sijaitseva kiireetön ja lämminhenkinen Marian Kammarin kahvila. Kahvilatoiminta on yksi Marian Kammarin vapaaehtoistoiminnan keskeisistä toimintamuodoista.

minnan kolmesta toimintamuodosta. Kahvilatoiminnan lisäksi vapaaehtoiset toimivat ystävätoiminnassa sekä avustajatoiminnassa. (Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskus 2006.)

Kahvilatoiminnassa vapaaehtoiset toimivat Marian Kammarin kahvilan emäntinä ja isäntinä. Toiminnan tueksi on palkattu yksi puolipäivää tekevä keittiöalan ammattilainen. Kahvilassa on viikoittaisia tapahtumia, eri yhdistysten kokoontumisia sekä eri-ikäisten ihmisten vapaamuotoista kohtaamista. Marian Kammarin kahvilassa pidettävissä tiedotustilaisuuksissa vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneet voivat käydä kuulemassa toiminnan sisällöstä. (Rossi 2010.)

Avustajatoiminnassa vapaaehtoinen voi toimia muun muassa liikuntakummina, avustajana lääkärikäynnillä tai ostoksilla sekä omaishoitajan apuna (Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskus 2006). Avustajatoimintana toimivat myös miesapu Marian Leijonat. Leijonavapaaehtoisena toiminta painottuu kodin pienimuotoisiin remontteihin ja kiinteistötehtäviin – pois lukien ammattilaisen vaatimat tehtävät. Leijonien tavoitteena on tukea vähävaraisten vanhusten ja vammaisten kotona asumista sekä helpottaa omaishoitajien työtaakkaa. (Visapää 2009.)

Ystävätoiminnassa vapaaehtoiset sitoutuvat toimimaan pitkäaikaisina ystävinä yksinäisille henkilöille. Ystävätoiminnan muodot määrittyvät ystäväyksen mukaan; ulkoilua, keskustelua, yhdessä oloa ja kohtaamista. (Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskus 2006.)

Marian Kammarin vapaaehtoistoiminta edellyttää vapaaehtoiselta ihmisen kohtaamisen taitoa arkisissa tilanteissa. Vapaaehtoistoimintaan sitoudutaan tasavertaisena asiakkaan kanssa ja vapaaehtoisella on vaitiolovelvollisuus asiakastilanteista. Vapaaehtoistoiminnan tueksi vapaaehtoiset käyvät peruskoulutuksen sekä saavat jatkokoulutusta, työnohjausta, virkistystoimintaa sekä mahdollisuuden kuulua suureen, yli 300 vapaaehtoistoimijan muodostamaan ryhmään. (Rossi 2010.)

### 3 SOSIAALIPEDAGOGINEN TYÖORIENTAATIO

Sosiaalipedagogiikka muodostuu sanoista sosiaalinen ja pedagogiikka. Sosiaalinen tarkoittaa yhteiskunnassa olevia rakenteita sekä ihmisten välistä vuorovaikutusta ja yhteiskunnan heikompiensaisten auttamista. Pedagogiikka tarkoittaa oppia kasvatuksesta. (Hämäläinen & Kurki 1997, 15.)

Sosiaalipedagogiikka pohtii ihmistä yhteiskunnan jäsenenä ja sitä, miten on mahdollista saavuttaa hyvä elämä. Sosiaalipedagogiikka voidaan nähdä myös oppialana, jonka tavoitteena on tukea yhteiskunnan vähempiosaisia (Kurki 2006, 116). Sosiaalipedagogiikassa kaikki yhteiskunnan jäsenet nähdään yhtä tärkeinä ja arvokkaina. Sosiaalipedagogiikan kiinnostuksen kohteena on yksilön ja yhteiskunnan suhde, jossa mukaan nousee yhteiskunnan eri rakenteiden kriittinen tarkastelu. (Kurki & Nivala 2006, 11–15.)

Kurki (2006, 183) toteaa elämän olevan itse kasvattajana eri ikäkausilla. Sosiaalipedagogiikan näkemyksen mukaan ihminen pysyy sosiaalisesti aina samanlaisena kertyneistä ikävuosistaan huolimatta. Fyysinen olemus saattaa heiketä, mutta se ei vaikuta henkilön sosiaaliseen osallistumiseen. Iäkkäitä ihmisiä kunnioitetaan heidän elämäkokemuksensa vuoksi. Ihmisten kanssa tehtävän työn tavoitteena on lisätä heidän osallisuuttaan yhteiskuntaan. Sosiaalipedagogisen dialogin, tasavertaisen vuoropuhelun sekä toiminnan avulla voidaan vahvistaa ihmisen persoonaa ja tukea hänen oikeuttaan valita oma elämäntapansa. (Kurki 2006, 183–185.)

Sosiaalipedagogisessa dialogissa kosketus ja koskettaminen ovat eettisesti tärkeässä roolissa. Kosketuksella viestitään toisen huomiointia, empatiaa, yhteistyökykyä, hyviä käytöstapoja, mutta myös toisaalta koskemattomuuden kunnioittamisesta. Ihminen kaipaa jo terveen kasvun takaamiseksi kosketusta, mutta on myös oikeutettu valitsemaan, ketkä pääsevät kosketusalueen sisäpuolelle. (Rinta-Harri 2005, 79–80.)

Sosiaalipedagogiikassa ihminen nähdään yksilönä, joka kasvaakseen ja kehittyäkseen tarvitsee toisten kanssa vuorovaikutuksessa olemista. Identiteetin rakentami-

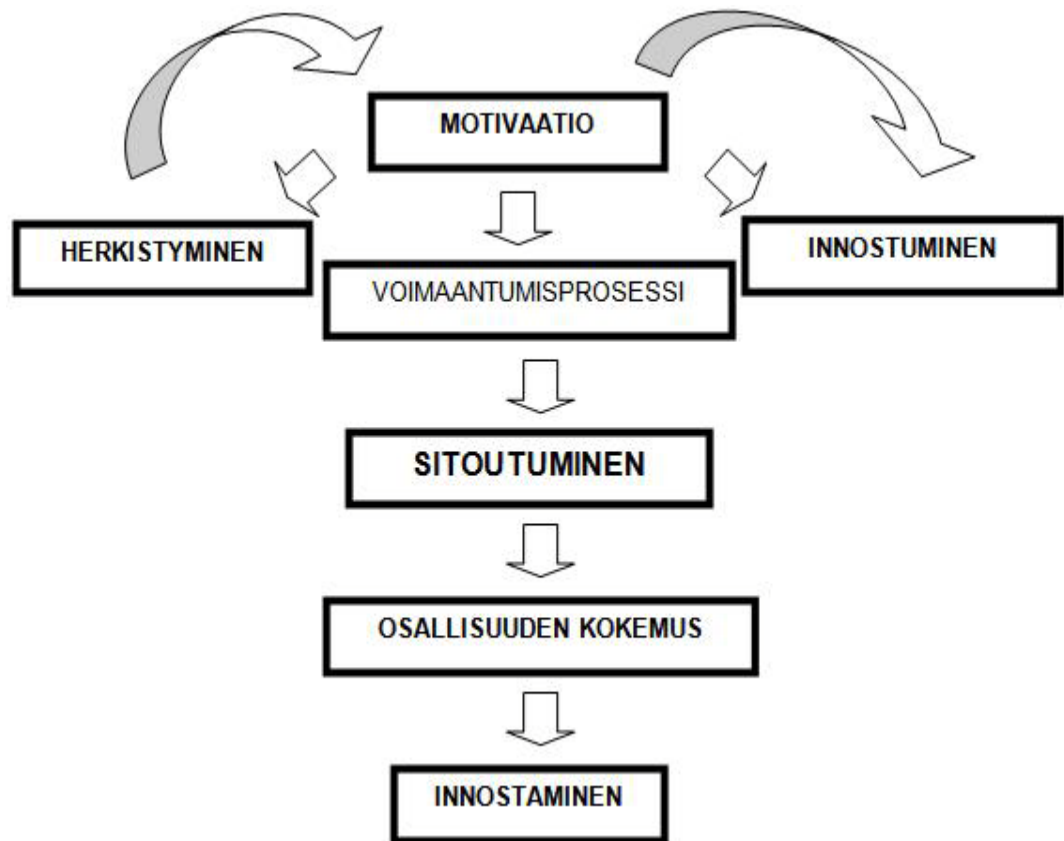
nen tapahtuu valintojen avulla, joista osa tuottaa pettymyksiä ja suruja, osa iloja ja voittoja. (Kurki 2006,128.) Dialogia, vuoropuhelua, ei synny ilman vuorovaikutusta ja kommunikaatiota. Keho ja liike voivat toimia puheen sijasta kommunikaation välineenä. Jo pelkästään asiakkaan rinnalla kulkeminen kuvaa ruumiillista toimintaa, jossa on osana aktiivinen dialogi. (Rinta-Harri 2005, 78–79.)

Sosiaalipedagogisessa orientaatioissa, suuntautumisessa korostetaan subjektiivuuden, omakohtaisuuden, huomioonottamista. Jotta subjektiivuus toteutuu ryhmätoiminnassa, tulee ohjaajan toimia tilan ja ajan mahdollistajana sekä innostajana. Ilmaisulliset menetelmät vaativat tietynlaista vapaaehtoisuutta ja työskentelyssä edetään ryhmän kehityksen mukaisesti. Koska ohjaaja työskentelee oman persoonansa ja taitojensa avulla, tulee ryhmän ohjaajalla olla joustavaa ammatillisuutta tarkoituksenmukaista työmenetelmiä valittaessa. (Ruusunen 2005, 59.)

### 3.1 Sosiokulttuurinen innostaminen

Sosiokulttuurinen innostaja herättelee tietoisuutta, organisoi ja käynnistää toimintaa. Innostajan tehtävä ei ole antaa valmiita malleja tai ratkaisuja vaan edistää kommunikaatiota sekä vuorovaikutusta, mikä edelleen synnyttää ympärilleen toimintaa. (Kurki 2000, 80–87.)

Kulttuuri ymmärretään sosiaalipedagogisessa keskustelussa ihmisen koko elämää käsittävänä asiana. Osallistuminen ja arkipäivän valintojen teko ovat kulttuurin luomisen elementtejä. Kulttuurin avulla voidaan tehdä näkyväksi tavoitteet, millaista arkipäivän elämän pitäisi olla. Sosiaalipedagogisen ja sosiokulttuurisen innostamisen avulla halutaan motivoida ihmistä vaikuttamaan omaa elämäänsä. (Kurki & Nivala 2006, 21–22.) Kehollinen ilmaisu ja toiminnallisuus ovat sosiokulttuurista innostamista, jolla edistetään kulttuuriseen kehitykseen osallistumista. Myös ryhmän ohjaaja osallistuu sekä innostaa, eikä vain opeta ilmaisutaitoja. Kehollisella ilmaisulla herätellään ja herkistetään – parhaimmillaan kosketetaan tietoisuutta. (Rinta-Harri 2005, 81.)



KUVIO 2. Leimio-Reijonen (2010, 12). Sosiokulttuurisen innostamisen prosessi.

Kuviossa 2 kuvattu sosiokulttuurisen innostamisen prosessi alkaa herkistymisestä jollekin ympäristön puutteelle. Puutteesta syntyvä motivaatio käynnistää voimaantumisprosessia sekä saa aikaan innostumista aiheesta. Herkistymistä, voimaantumista ja innostumista seuraa sitoutuminen prosessiin, josta syntyy kokemus osallisuudesta. Sosiokulttuurisen innostamisen prosessi on valmis, kun innostuneesta tulee itse innostaja. (Leimio-Reijonen 2010, 12.)

Innostamistyön onnistumista voidaan arvioida muun muassa laadullisella prosessiarvioinnilla. Arviointi on jatkuvaa ja monipolvista kriittistä reflektiota toimintaa kohtaan. Innostamistyön tuloksia arvioidaan loppuarvioinnilla. Innostamisen arvioinnille on tärkeää, että tulokset jaetaan henkilökohtaisesti toimintaan osallistujien kesken, esimerkiksi keskustelutilaisuudessa. Arvioinnissa huomioidaan itsearviointista syntyvä osallistava tieto, koska omakohtaiset kokemukset ovat innostamisprosessin arvioinnille tärkeitä. (Kurki 2000, 150–153.)



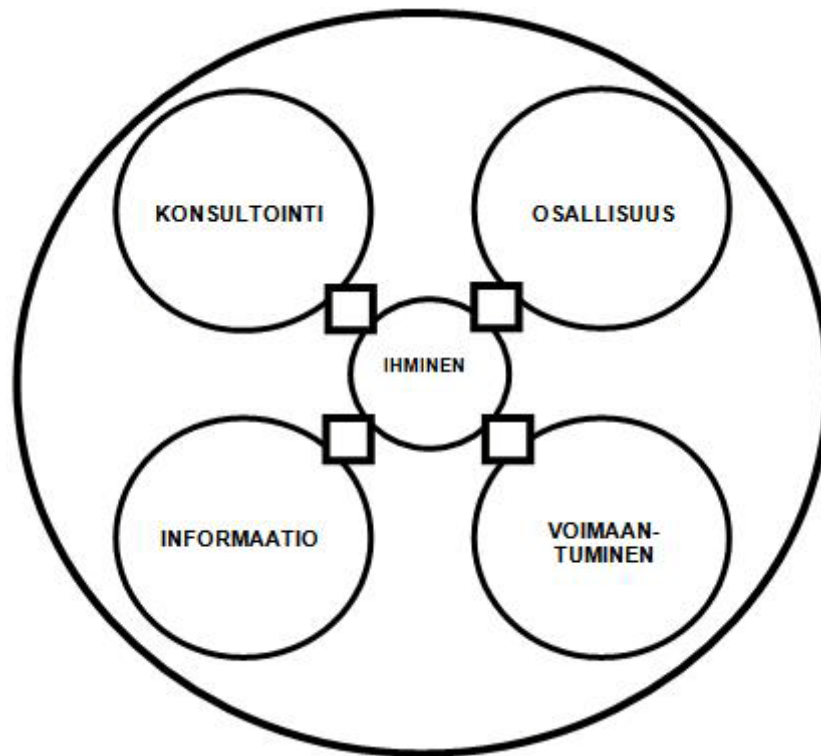
Vaikka innostamista tapahtuu kaikenikäisten parissa, innostaminen nähdään erityisesti aikuiskasvatuksena, ja sen keskeisiä toimintaympäristöjä ovat paikallisyhteisöt. Innostaminen on sosiaalista toimintaa, jonka avulla halutaan vaikuttaa yhteisöön ja siellä elävien ihmisten arkeen. Innostamisen muodot ovat moninaiset ja niitä voidaan soveltaa monissa erityyppisissä yhteisöissä. Toiminnalla pyritään vahvistamaan yhteisön jäsenten sosiaalisuutta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Innostamisen perusfilosofiana voidaan pitää ajatusta ihmisestä, joka haluaa olla mukana kehittämässä ja parantamassa yhteiskunnan rakenteita. Innostamisen näkökulmasta ihminen nähdään aktiivisena sosiaalisena toimijana, joka haluaa kehittyä oman elämänsä vaikuttajaksi. (Hämäläinen & Nivala 2008, 160–161.)

Ryhmätilanteissa innostajan oma käytös vaikuttaa ryhmän jäsenten rohkeuteen ilmaista tunteitaan ryhmässä. Ohjaustilanteessa innostajan on uskallettava toimia omana itsenään, silloin hän saavuttaa ryhmän jäsenten luottamuksen ja kunnioituksen. Ihmisten välinen vuorovaikutus on tunnesidonnaista, ja se on huomioitava innostamisessa. (Kavilo 2010, 19–21.)

### 3.2 Osallisuuden edistäminen

Sosiaali- ja terveydenhuollon yhtenä perusteltuna tavoitteena on asiakkaan osallisuus. Osallisuus sisältää itsessään kaksi määritelmää: osallisuuden avulla voidaan saavuttaa jotakin, mutta toisaalta itse osallisuus voi olla jo toiminnan päämäärä. Osallisuutta voidaan määritellä konsumerismin, kuluttajan etujen ja tarpeiden mukaan tai demokraattisuuden, asiakkaan äänen ja valtaistumisen kautta. (Laitila 2010, 7–8.)

Osallisuus on käsitteenä laajempi kuin osallistuminen. Mahdollisuus osallistua päätöksentekoon on selkeä ero osallisuuden ja osallistumisen välillä. (Laitila 2010, 8.)



KUVIO 3. Mukailten Warren 2008. Osallisuuden holistinen malli.

Warrenin (2007) holistisen, kokonaisvaltaisen osallisuuden mallin (KUVIO 3) mukaan keskiössä oleva ihminen on koko ajan päätöksentekoprosessissa. Osallisuuden kokemus muodostuu informaatiosta, konsultaatiosta, osallistumisesta ja voimaantumisesta. Informaatiolla tarkoitetaan tiedon hyödyntämistä ja ammatillisuuden sekä tutkimustulosten vastaanottoa. Konsultaatio muodostuu mielipiteiden ja näkökulmien huomioimisesta, palvelun arvioinnista sekä ohjauksesta ja neuvonnasta. Osallistumiseen vaikuttavat tasa-arvoinen päätöksenteko sekä yhteisen toimintasuunnitelman laatiminen. Voimaantumisen mahdollistajana on päätöksenteko-oikeus. (Warren 2007, 50–51.)

Osallisuutta tulee edistää organisaation ja johdon tasolta lähtien. Käyttäjäystävällinen dokumentointi, tiedotus sekä työntekijöiden arvomaailma ja motivoituminen asiakkaiden kuulemiseen vaikuttavat osallisuutta edistävästi. Osallisuuden perusta syntyy kuuntelusta, kommunikoinnista ja neuvottelusta. Osallisuuden esteenä voi olla liika luottamus asiantuntijoihin ja oma voimattomuus osallistua. Asiakkaan osallisuus voidaan myös kokea oman ammatillisuuden uhkana. (Laitila 2010, 21–23.)

Osallisuuden merkitys tiedostetaan tarkoituksenmukaisen toiminnan edellytyksenä, mutta käytännön toteutuksessa on puutteita. Osallisuuden toteutumisesta syntyy mielekkyyttä ja vastuullisuutta. Asiakaslähtöinen ja osallisuutta tukeva toiminta luo ympärilleen realistisia tavoitteita, motivoitumista ja sitoutumista, yhteistä toimintaa sekä resursseja työntekijälle. Osallisuutta voidaan tukea aidolla kohtamisella, yksilöllisyyden huomioimisella, persoonallisella työotteella sekä käynnistämällä toiminta asiakkaiden tavoitteiden mukaisesti. (Laitila 2010, 138, 142.)

#### 4 VERTAISRYHMÄTOIMINTA

Vertaistoiminta on alkanut Suomessa vuonna 1948 nimettömien alkoholistien AA-ryhmän kokouksina amerikkalaisen mallin mukaan. Mielenterveyskuntoutuksille suunnattujen klubitalojen toimintamalli on myös peräisin Yhdysvalloista, jossa sairaalasta kotiutuneet ihmiset perustivat vertaisryhmiä keskustellakseen arkeen vaikuttavista muutoksista. Nämä molemmat vertaisryhmät toimivat edelleen Suomessa, ja toiminta on laajentunut koko maata kattavaksi. (Lainio & Karnell 2010, 9.) Vertaistuen muodot vaihtelevat kahdenkeskisistä tapaamisista ryhmämuotoiseen toimintaan (Mykkänen-Hänninen 2007, 27).

Vertaisryhmään osallistuminen on vapaaehtoista, ja ryhmän jäsenet ovat keskenään tasavertaisia. Ryhmästä käytetään vertaisryhmänimitystä, kun sen jäsenillä on jokin yhteinen nimittäjä. Vertaisryhmässä omien kokemusten, ajatusten ja tunteiden jakaminen voimauttaa ryhmän jäseniä. Ihmiselle on tärkeää tulla kohdatuksi omana itsenään, ja juuri siihen vertaisryhmän toiminta perustuu. Miehillä on usein ennakkoluuloja miesvertaisryhmistä ja toiminnan sisällöstä. Perinteisesti miesvertaisryhmien oletetaan käsittelevän vain ongelmia ja siksi niihin on vaikeaa saada osallistujia. Ennakkoluulojen poistamiseksi on tarpeellista tiedottaa riittävän kattavasti ryhmän toiminnan lähtökohdista ja sisällöstä. (Peitsalo 2008, 21–24.)

Vertaisryhmässä jaetaan omaa elämäkokemuksen myötä tullutta asiantuntijuutta. Ryhmästä saadaan tukea muuttuneeseen elämäntilanteeseen tai saadaan uusia ulottuvuuksia käsiteltävään asiaan. (Mykkänen-Hänninen 2007, 27.) Lainio ja Karnell (2010) nostavat tärkeäksi tunteiden ja kokemusten jakamisen vertaisryhmässä. Ryhmässä voi käsitellä elämän sen hetkisiä tuntemuksiaan, jotka muuten saattavat jäädä painamaan mielen sopukoihin. Vertaisryhmästä saadaan voimavaroja arjessa jaksamiseen, joka on ryhmän päätarkoitus. (Lainio & Karnell 2010, 12.)

Vertaisryhmien toimintatavat vaihtelevat ryhmän käsittelemän aiheen perusteella. Suljetussa ryhmässä käydään ryhmän kanssa läpi prosessi, tapahtumakulku, jossa on aloitus, työskentelyvaihe ja lopetus. Vertaisryhmän toiminnan aikana sen jäse-

net tutustuvat toisiinsa, ja siellä voi syntyä ystävyysuhteita, jotka jatkuvat toiminnan päättymisen jälkeen. (Mykkänen-Hänninen 2007, 29.)

Vertaisryhmään osallistuminen ja ryhmän toimintatavat vaihtelevat ryhmän luonteen mukaisesti. Vertaisryhmän toiminnalle voidaan asettaa ennakkoon tavoite, joka ohjaa ryhmän toiminnan kehittymistä. Mukaan ryhmään voi tulla ennakkoon ilmoittautumalla tai haastattelun kautta. Lisäksi on ryhmiä, joihin voi mennä halutessaan mukaan. (Mykkänen-Hänninen 2007, 28.) Joskus vertaisryhmän jäseniksi voivat valikoitua ainoastaan ne henkilöt, joilla asiat ovat hyvin ja elämä onnellista. Valikoitumisen kautta ryhmästä jäävät pois ne henkilöt, jotka tarvitsevat apua ja tukea senhetkiseen elämäntilanteeseensa. (Hokkanen 2003, 259–260.)

Vapaaehtoisen saama tuki mahdollistaa kehittymisen tehtävissä ja uusien tehtävien vastaanottamisen. Paikallisten toimijoiden yhteiset tapaamiset ja kokemusten vaihtaminen toimivat kehittymisen apuna ja tukena. Negatiiviset kokemukset saattavat kaventaa vapaaehtoisen näkökulmaa aiheeseen. Kokemusten käsittely voi nostaa kätkettyjä tunteita, joiden käsittelyyn voidaan tarvita ammattilaisen apua. (Myllymaa 2010, 89, 92.)

Vertaisryhmä voi toimia ammatillisen tai vapaaehtoisen ohjaajan avulla. Vapaaehtoisena ryhmää ohjaavalla ei tarvitse olla omakohtaista kokemusta aiheesta. Ohjaajalla voi olla koulutuksen kautta saatu tieto käsiteltävästä aiheesta. Ryhmän toiminnasta voivat myös vastata ryhmän jäsenet ilman ulkopuolista ohjaajaa. (Lainio & Karnell 2010, 14.)

#### 4.1 Vertaisryhmän vaikutukset

Vertaisryhmän osallistujat saavat tukea senhetkiseen elämäntilanteeseen ja vähentävät siten mahdollista kuormitusta itseltään sekä läheisiltään. Käsiteltävät aiheet saattavat olla herkkiä ja arkaluontoisia, minkä johdosta niistä voi olla vaikea keskustella asiasta tietämättömän kanssa. (Lainio & Karnell 2010, 12.)

Vertaisryhmässä keskustellaan jäsenten kokemuksista ja saadaan uusia näkökulmia ja mielipiteitä asiaan. Kaikki eivät kuitenkaan sovellu mukaan ryhmätöihin, soveltumattomuuden syynä voi olla senhetkinen oma elämäntilanne. Ryhmän jäsenten sopivuutta ja sitoutumista ryhmäprosessiin voidaan vahvistaa ennakkoon tehtävällä haastattelulla. (Mykkänen-Hänninen 2007, 28.)

Vapaaehtoistoiminnassa mukana olevien kouluttamisen avulla voidaan lisätä vapaaehtoisten jaksamista ja helpottaa uusien jäsenten mukaan tuloa. Vapaaehtoistoimijat kohtaavat erilaisia autettavia, mikä voi vaatia heiltä paljon henkisiä voimavaroja. Autettavan elämää saattaa varjostaa sairaus tai hänen elinolosuhteensa ovat heikot. Autettavan kanssa keskusteleminen ja kuuleminen kuormittavat vapaaehtoisia, jolloin on tärkeää, että vapaaehtoinen pystyy rajaamaan omaa auttamistaan. Vapaaehtoiset toimivat usein yksin, siksi ryhmässä kokemusten jakaminen jälkeensä auttaa niiden käsittelyssä. (Myllymaa 2010, 87–88.)

Ryhmän kiinteyteen ja siitä saatavaan vertaistukeen vaikuttavat ryhmässä mukana olevien jäsenten osallistuminen ryhmän tapaamisiin. Ryhmä ei voi käydä läpi ryhmän muodostumisen vaiheita, jos sen kokoonpano vaihtuu eri kerroilla. Ryhmän ohjaajalle tällainen ryhmä on haastava. Ryhmän muodostumisen kannalta on tärkeää saada sen jäsenet sitoutumaan toimintaan. (Hokkanen 2003, 261.)

Vertaisryhmän jäsenet haluavat kuulua ryhmään, jonka jäsenillä on samanlainen arvopohja. Vertaisryhmästä apua saaneet henkilöt tahtovat vuorostaan auttaa toisia ja jakaa omia kokemuksiaan. Vertaisryhmässä ollessaan sen jäsenet kokevat empatiaa ja eläytyvää myötätuntoa toisia ryhmän jäseniä kohtaan. Ryhmässä mukana olemisen syynä voi olla myös sosiaalisen verkoston vähäisyys, jolloin vertaisryhmällä on suuri merkitys ryhmänjäsenen verkostojen ja sosiaalisten kontaktien mahdollistajana. (Lainio & Karnell 2010, 18.)

#### 4.2 Toiminnalliset ja ilmaisulliset menetelmät vertaisryhmässä

Sosiaalipedagogiikan periaatteet ja keskeiset toimintatavat yhteisöllisyys, osallisuus, dialogisuus, toiminta, voimaantuminen, syrjäytymisen ehkäisy, asiakkaan

subjektiuden korostaminen, kunnioitus, sosiaalinen oppiminen, elämyksellisyys sekä innostaminen ja monet muut käsitteet yhdistävät sosiaalipedagogiikkaa ja toiminnallisuutta sekä ilmaisullisia menetelmiä toisiinsa. Toiminnallisuus on sosiaalipedagogista silloin kun ilmaisullisia menetelmiä käytetään tavoitteellisesti ja päämääränä on taidekasvatuksen sijaan sosiaalinen kasvatusta. Sosiaalisen kasvatuksen kohteena voi olla yksilön tai ryhmän vahvistaminen, tukeminen, kuulluksi sekä ymmärretyksi tuleminen. (Ruusunen 2005, 55.)

Toiminnalliset ja ilmaisulliset menetelmät soveltuvat vertaisryhmätoimintaan, sillä niiden avulla voi eläytyä toisen ihmisen kokemusmaailmaan. Toiminnalliset menetelmät ovat kehollista ilmaisua – toiminnallisuus auttaa itsetuntemuksen etsimisessä sekä identiteetin vahvistumisessa. Kun ihminen saa kontaktin kehoonsa ja huolehtii siitä, kehonarvostus ja monipuolinen toiminnallisuus heijastuvat ajatteluun ja tunnemaailmaan. Kehollinen ilmaisu toimii hyvin ihmisten toisiinsa tutustuttamisen välineenä ja me-hengen luomisen apuna sekä ryhmädynamiikan tutkimismenetelmänä. (Rinta-Harri 2005, 74.)

Kokemuksellinen ja ilmaisua tukeva liikunta tai toiminta tukee kehollisen identiteetin vahvistumista. Liike tutustuttaa omaan kehoon ja toiminnallisuudella vaikutetaan mieleen sekä ennen kaikkea opitaan huolehtimaan itsestä ja omasta hyvinvoinnista. Oman kehon monipuolinen hyödyntäminen ilmenee itsenäisenä luonteena muilla elämän osa-alueilla. (Rinta-Harri 2005, 77.)

Sosiaalipedagogiikassa on filosofinen, pohdiskeleva ja periaatteellinen näkemys ihmisestä. Toiminnan avulla halutaan kehittää ja sitouttaa ihmisiä osallisuuteen. Sosiaalipedagoginen toiminta tapahtuu sellaisten ihmisten kanssa, joilla on sama arvomaailma, tavoitteet ja unelmat. Ihmisen elämässä vuorottelevat ajattelu ja toiminta. (Kurki 2006, 141.) Ryhmätoiminnassa on mahdollisuus tulla näkyväksi turvallisessa ja arvostelemattomassa ilmapiirissä. Yhdessä tekeminen lisää luovuutta ja rohkeutta näkyä eri tavoilla ja jopa leikillisesti. Yhteisesti jaetut näkemyksien kokemukset lisäävät yhteisöllisyyttä, vähentävät epäluuloisuutta, vahvistavat luottamusta sekä poistavat häpeän tunteita. (Rinta-Harri 2005, 80–81.)

Ilmaisullisia menetelmiä voidaan käyttää ja käytetään rohkeasti sosionomien (AMK) arkityössä. Yhteistyö taiteen, kulttuurin ja liikunnan alan ammattilaisten kanssa on hyödyllistä, muttei välttämätöntä. Oppiminen prosessin aikana yhdessä ryhmän muiden jäsenten kanssa luo kuvan välittömästä arvostuksesta, autonomiasta ja vapaaehtoisuudesta. Kun narratiivisuuden ja ilmaisullisten menetelmien tavoitteena on voimaantuminen, sopii ohjaajaksi hyvin sosionomi, joka osaa kohdata asiakkaan sekä kunnioittaa asiakasta. Ilmaisulliset menetelmät ovat välineitä dialogisuuden luomiselle sekä sosiaalipedagogiselle työlle. (Ruusunen 2005, 60.)



## 5 NARRATIIVISUUS KÄYTÄNNÖN TYÖVÄLINEENÄ

Narratiivissa, kertomuksessa, on perinteisesti juoni sekä johdonmukaisuutta. Kertomuksessa on myös järjestyksessä kohtauksia, joihin lukeutuvat aloitus, keskiosa ja lopetus. Kertomuksissa on jokin teema tai pääkohta, joskus moraalinen opetus. Kertomukset tekevät ihmiskokemukset merkityksellisiksi. (Heikkinen 2010, 148; Kaasila 2008, 43; Myers 2009, 211–212.)

Kertomus muokkautuu kertojan ja kuulijakunnan mukaan (Kaasila 2008, 43). Vuorovaikutus ryhmässä muuttaa kertomusta ja kertomuksen kerrontatapaa. Kerrontatyylin avulla voi saada ryhmältä tukea, arvostusta, myötätuntoa tai todistaa viattomuutta. Tarinan kertominen muille muokkaa yksilön sisäistä tarinaa ja voi auttaa oman elämäntilanteen tulkitsemisessa. (Vuokila-Oikkonen 2002, 39.)

*Narratiivinen tiedon prosessointi* on konstruktivistista – tieto rakentuu sekä jäsenyy aiempien kokemusten ja tietojen varaan. Ihmisen näkemys muuttuu kokemusten ja keskustelujen kautta. Narratiivinen tiedon prosessointi on kaksisuuntaista; tarinat toimivat sekä tutkimuksen aineistona että tavoitteena. *Narratiivinen tutkimusaineisto* voi olla suullista tai kirjallista kerrontaa, jota kerätään numeerisesti, lyhytvastausaineistoina ja narratiiveina. Narratiivit edellyttävät työstämistä ja tulkintaa kerronnallisuuden takia. *Narratiivisilla analyysimenetelmillä* tuotetaan johdonmukaisia ja teemoihin luokiteltavia tutkimustuloksia tai tuloksista syntyneitä uusia kertomuksia. *Narratiivisuus käytännön työvälineenä* viittaa ammatilliseen työhön narratiivisin työmenetelmin. Narratiivisuutta käytetään ihmisen identiteetin rakentumisen välineenä, tarinoiden ääneen kertominen eheyttää ihmisen omakuvaa. (Heikkinen 2010, 146–153.)

### 5.1 Narratiivinen tutkimusote

Narratiivisen ja perinteisen laadullisen tutkimuksen toisistaan erottavat tietämisen subjektiivisuus sekä tiedon suhteellisuus ja rakentuminen sosiaalisen tilanteen ja vuorovaikutuksen kautta. Narratiivisella tutkimusotteella ei pyritä yleistettävään tietoon, vaan tutkimustulos on henkilökohtaista ja subjektiivista. Tutkimuksesta

syntyvät kertomukset, narratiivit, kertovat kuvaa yksilön suhteesta maailmaan ja todellisuuteen. Narratiivisuus antaa mahdollisuuden asiakaslähtöisyyteen sekä tilaa hypoteeseille, oletuksille tutkittavasta ilmiöstä. Narratiivinen aineisto perustuu puhuttuun ja kirjoitettuun kieleen. Aineisto voi kuitenkin olla muutakin kertomuksellisesti jäsentävää, ei-kielellistä viestintää. (Vuokila-Oikkonen 2002, 37.)

Narratiivisuus ei tarkoita vain yhtä näkökulmaa, vaan tutkijat voivat hyödyntää narratiivisuutta monella tavalla. Narratiivisuutta voidaan käyttää tieteellisenä käsitteenä neljällä eri tavalla: 1) tiedon prosessointina, tapana tietää ja tiedon luonteena, 2) kuvaamaan tutkimusaineiston luonnetta, 3) aineiston analysointimenetelmänä tai 4) narratiivisten kertomusten käytännön merkitysten tutkimisessä. (Heikkinen 2010, 145.)

Narratiivinen tutkimusote tuottaa kerroksellista tutkimustulosta. Kerroksellisuus syntyy siitä, että ihmiset ovat vuorovaikutuksessa ja muodostavat vuorovaikutuskokemusten kautta oman todellisuutensa. Kertomukset puolestaan ovat yksityisen ihmisen käsityksiä todellisuudesta ja eletyistä kokemuksista. Yksittäisten ihmisten käsitykset muovaavat yhteistä todellisuutta. Itse kertomus sisältää sekä kerrotun tarinan että kertojan kerrontatyylin. Vuorovaikutus, yksilön ja yhteisön todellisuus, valitut ja kerrotut tarinat muodostavat yhdessä johdonmukaisen kokonaisuuden. (Hänninen 2010, 165; Vuokila-Oikkonen 2002, 37.)

Narratiivisessa tutkimuksessa tutkija ja tutkittavat pyrkivät luomaan yhteisen merkityksen tutkittavalle asialle. Tutkimuksen aikana tutkija keskusteleekin tutkittavien kanssa, ja heidän suhteensa muodostuu läheiseksi. (Heikkinen 2010, 156.) Narratiivinen tutkimusote soveltuu tutkimuksiin, joissa tarkastellaan vapaita tarinoita yksilön elämästä. Narratiivisessa tutkimuksessa käsitellään ajallisesti etenevää tapahtumaketjua, josta tutkija haluaa tietää kertojan sen hetkisen omakohtaisen tulkinnan asiasta (Heikkinen 2010, 157; Hänninen 2010, 165). Kertomuksissa jaetaan muun muassa selviytymistarinoita elämänmuutoksissa. Joskus kertomusten kautta syntyvä jakaminen on välttämätöntä yksilön selviytymisen ja elämän jatkuvuuden kannalta. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

## 5.2 Narratiivit tutkimusaineistona

Sosiaali- ja kasvatustieteissä narratiiveja käytetään usein kuvaamaan kokemuksellisesti kerättyä tutkimusaineistoa. Tällöin narratiivit kertovat tutkittavan elämänsä historiasta tai merkittävästä tapahtumasta. (Myers 2009, 211–212.) Narratiivista tutkimusotetta käyttävä tutkija esittää haastateltavalle kysymyksiä, joihin voi vastata kertomuksella – haastateltavalle on annettava edellytyksiä oman tarinan kertomiseen (Hänninen 2010, 165; Kaasila 2008, 45).

Tarinoita kerrotaan usein ensimmäisessä persoonassa. Kolmannessa persoonassa kertominen voi helpottaa vaikeiden asioiden kertomista sekä etäännyttää kertomuksen näkemiseen ulkopuolelta. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Kertomuksia voi kerätä tallentamalla niitä luonnollisessa tilanteessa, jolloin tutkijan kiinnostuksen kohteena on, millaisia tarinoita on tapana kertoa erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa (Hänninen 2010, 165). Narratiivinen aineisto tallennetaan tarkkuuden säilyttämiseksi joko nauhoitettuna tai kirjoitettuna kertomuksena (Vuokila-Oikkonen 2002, 42). Eettisyys narratiivisessa tutkimuksessa voi nousta ongelmaksi raportointivaiheessa. Vaikka aineistosta olisi poistettu nimet, ja yksityiskohdat saattaa tarinan kertoja olla tunnistettavissa tutkimustuloksista. (Hänninen 2010, 174.)

Narratiiveja tutkittaessa perehdytään kertomuksen muotoon, tekstiin ja kerrontatapaan. Narratiivisessa tutkimuksessa on puolestaan kiinnostuksen kohteena kertomuksen sisältö, tapahtumat, joista kerrotaan. Kertomuksia kuunnellaan, analysoidaan ja saatetaan yhteiseksi tiedoksi. Tutkimuksessa syntynyt aineisto on kertomuksen konteksti, asiayhteys kertojan ja uuden kertomuksen tulkinnan taustalla. Uuden kertomuksen kuulijoita ovat tutkimuksen lukijat. (Vuokila-Oikkonen 2002, 40.) Narratiivinen aineisto voidaan käsitellä kahdella eri tavalla. Narratiivien analyysissä kertomukset luokitellaan aiheeseen sopivalla tavalla, kun taas narratiivisessa analyysissä tavoitteena on uuden kertomuksen luominen tutkittavan kertomuksen pohjalta. (Heikkinen 2010, 144, 149.)

Narratiivisen aineiston analysointi on usein vapaamuotoista. Aineistolle esitetään teoreettisia kysymyksiä. Analyysissa tavoitellaan alkuperäisen aineiston välittymistä mahdollisimman tarkasti lukijalle, jolloin lukija voi arvioida tehtyjä tulkin-toja. Haastateltavien puheesta voi poimia pieniä kertomuksia ja soveltaa niihin narratiivisen tutkimuksen analyysin menetelmiä (Hänninen 2010, 165). Teoreetti-nen analyysi syntyy kun tarkastellaan tuloksia suhteessa aiempiin tutkimuksiin ja teorioihin (Vuokila-Oikkonen 2002, 42). Narratiivista tutkimusotettava käyttävät tutkijat eivät tyydy vain kuvaamaan ilmiötä vaan myös pyrkivät muuttamaan ja parantamaan tutkittavien elinoloja tutkimustulosten avulla (Heikkinen 2010, 157).

## 6 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET

Vapaaehtoistoimintaa eri tavoilla käsitteleviä tutkimuksia on toteutettu sekä tieteellisinä tutkimuksina että opinnäytetöinä. Sosiaalista vapaaehtoistoimintaa tekeviä miesvapaaehtoisia ei ole käsitelty opinnäytetyötämme vastaavalla tavalla tutkimuksissa.

Esittelemme erillisinä alalukuina aiemmat tieteelliset tutkimukset ja opinnäytetyöt. Tutkimuksia ja opinnäytetyötämme yhdistäviä teemoja ovat *narratiivisuus*, *sosiaalipedagogiikka* ja siihen liittyvät käsitteet *sosiokulttuurinen innostaminen* sekä *osallisuus*, *vapaaehtoistoiminta* ja *vapaaehtoismotivaation timanttimalli* sekä *vertaisryhmä* ja *sen menetelmät*.

### 6.1 Tieteelliset tutkimukset

Yeungin (2004a) tutkimus määrittää suomalaisen kirkon sosiaalityötä ja vapaaehtoistoimintaa. Yeung tarkastelee kirkon vapaaehtoistoimintaa sosiaalisen riippuvuuden ja riippumattomuuden ilmiönä – mikä saa ihmisen osallistumaan yhteisölliseen vapaaehtoistoimintaan yksilöllisyyttä korostavana aikakautena? Tutkimustulokset piirtävät kuvan vapaaehtoistoiminnan itsenäisyyttä sekä riippuvuutta kuvaavista ulottuvuuksista: muutoksesta, itsensä etsimisestä, toiveista itsenäisyydestä ja toisaalta jatkuvuudesta, jokapäiväisestä toiminnasta sekä toiveista yhteisöllisyydestä. Yeung esittelee tutkimuksessaan vapaaehtoismotivaation timanttimallin.

Pessin ja Oravasaaren (2010) tutkimuksessa kartoitetaan suomalaisten järjestöjen vapaaehtoistoiminnan tavoitteita, ihanteita sekä arjen kuvaa. Tutkimustulokset kertovat, että vapaaehtoistoiminta on tuonut järjestötoimintaan oman ammattialan osaamista, tietotaitoa, kokemusta arjesta sekä elämänkokemuksellista vertaistukea. Vapaaehtoistoimijoiden motivaatio painottuu seuraaviin: antamiseen, toiminnallisuuteen ja jatkuvuuteen. Tutkimuksen ohella lanseerattiin järjestötoimijoiden kannustavan ohjauksen viisi kulmakiveä.

Pääkkösen (2010) tutkimuksessa selvitetään perheiden ja ajankäytön suhdetta. Tutkimuksen yhdeksi näkyväksi osaksi nousee vapaaehtoistoiminnan merkitys sosiaalisena pääomana sekä yhteiskunnallisena hyötynä. Tutkimustulosten mukaan vapaaehtoistyöhön osallistuvat useimmiten hyvin koulutetut ja työelämässä mukana olevat ihmiset. Vapaaehtoistyö sekä naapuriapu kasautuvat helposti samojen ihmisten tehtäväksi.

Ranne (2002) etsii tutkimuksessaan sosiaalipedagogiikan ydintä Suomessa ja Ruotsissa. Suomessa sosiaalipedagogiikan opintojen liittäminen kiinteästi ammatikorkeakoulun sosiaalialan koulutusohjelmiin nähdään merkittävänä osana sosiaalipedagogiikan käsitteen käyttöön ottoa ja sisällön kehittymistä. Sosiaalipedagogiikasta halutaan kehittää oma tieteenala joka sijoittuu kasvatustieteen ja yhteiskuntatieteiden välimaastoon. Ranteen tutkimuksen selkeä tulos on että sosiaalipedagogiikka on toimintatiede ja toiminnallinen oppiala.

Leimio-Reijosen (2002) tutkimus etsii toimivia ja toiminnallisuuteen perustuvia menetelmiä ehkäisevän päihdetyön menetelmiksi sosiaalipedagogisesta viitekehystä. Välineet perinteisen ehkäisevän päihdetyön rinnalle syntyvät sosiokulttuurisesta innostamisesta sekä systemaattisesti ja strategisesti suunnittelusta hankemaailmasta. Haastattelutuloksissa onnistuneen sosiaalipedagogisen toiminnan keinoiksi määrittyvät elämänkaariajattelu, osallisuus, mielekäs sekä vastuullinen tekeminen sekä jatkuva laadullinen arviointi.

Nivalan (2008) tutkimus määrittelee kansalaiskasvatuksen sosiaalipedagogista teoriakehystä. Kansalaiskasvatuksen tavoitteiksi muodostuvat osallisuuden, toimijuuden ja solidaarisuuden vahvistaminen. Kansalaisuuden luonne on muuttunut yksilöllisemmäksi sekä yksilön omaksi vastuuksi. Sosiaalipedagogisen kansalaiskasvatuksen toimintamallin periaatteita ovat yksilöllinen ihmiskäsitys, näkemys yhteiskunnasta ja yhteisöistä yksilön kasvuympäristönä sekä kokonaisvaltainen kasvatusprosessi. Osallisuutta voidaan vahvistaa yhteisöllisyydellä ja yhteistoiminnalla, reflektiivisyydellä sekä dialogisuudella.

Laitilan (2010) tutkimus kuvaa asiakkaan osallisuuden ja asiakaslähtöisyyden toteutumista sekä asiakkaiden että työntekijöiden näkökulmasta mielenterveys- ja päihdetyön palveluissa. Osallisuus ilmenee tutkimustuloksissa asiakkaiden asiantuntijuuden hyväksymisenä, huomioimisena ja hyödyntämisenä. Osallisuus toteutuu käytännössä osallistumisena omaan hoidon suunnitteluun, palveluiden kehittämiseen ja järjestämiseen. Osallisuuden mahdollistumiseen vaikuttavat yhteiskunta, organisaatio, työntekijät ja asiakkaat itse. Asiakkaan osallisuutta voidaan tukea asiakaslähtöisillä rakenteilla ja toiminnalla.

Nylundin (2000) tutkimus rakentaa käsitteellisen kuvan vastavuoroisesta tuesta ja vapaaehtoistoiminnasta suomalaisessa järjestelmässä. Nylund vertaa Suomen, Saksan, Englannin ja Pohjoismaiden vapaaehtoistoiminnan suhdetta yleiseen sektoriin sekä vapaaehtoisten motiiveja. Tutkimustulokset kuvaavat, ettei vapaaehtoistoimintaa, vertaisryhmiä ja vapaaehtoisuuden ilmiöitä voi sijoittaa yhteen tiettyyn kohtaan yhteiskunnallista rakennetta – vertaistoiminta perustuu mutualismiin, vastavuoroisuuteen, vapaaehtoistoiminta taas on syntynyt kristillisyyden ja epäitsekkyuden pohjalta. Yhtäkaikki, kansalaisten mielipidettä tulisi kuulla kehitettäessä ja toteutettaessa sosiaali- ja terveystalveta.

Mikkonen (2009) tarkastelee ja erittelee sairastuneen vertaistukea. Ryhmän kokemusten mukaan vertaistukitoiminta toimii tiedon lähteenä, suojana ja turvana sekä ratkaisujen kenttänä vertaisille. Vertaistuki myös vähentää käyntejä sosiaali- ja perusterveydenhuollossa. Vertaisryhmien sitovana voimana toimii yhteisesti jaettu kokemustieto. Vertaistuki ja ammatillisuus sekä julkiset palvelut kulkevat rinnakkain ja täydentäen toisiaan.

Virta (2004) tutkii kokemuksia tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelusta ryhmän jäsenen roolissa. Ryhmänohjaajan arvot, aitous ja rehellisyys nousevat kiinteäksi osaksi tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Ryhmän jäsenillä on erilaisia rooleja, joihin liittyvät tunne- ja aistihavainnot. Turvallisuutta ryhmässä luodaan yhteisillä säännöillä. Ryhmän kehittymisen peruselementtejä ovat asia- ja tunnetavoitteen samanaikainen olemassaolo.

Vuokila-Oikkosen (2002) tutkimuksessa kuvataan yhteistyöneuvotteluissa rakentuvia kertomuksia narratiivien kautta. Tutkimustulosten mukaan neuvottelutilanne on yhteistoiminnallinen ja osallistujat jakavat kertomisen kohteen. Yhteistoiminnallisuuteen liittyy ymmärrys kaikkien näkökulmien vaikutuksesta kertomukselle, riittävä työskentelyaika ja tulkintojen vahvistaminen. Yhteistoiminnallisuuden ja kertomuksen rakentumisen esteinä ovat kontrollointi, monologisuus, eleettömyys ja keskittyminen vain tietojen keruuseen.

## 6.2 Opinnäytetyöt

Leskinen (2009) on haastatellut opinnäytetyöhönsä keski-ikäisiä miehiä tutkimuksessaan *Miehen työ – vapaaehtoisena Walkersissa? Vapaaehtoisena toimivia miehiä haastateltiin heidän motiiveistaan Walkersin nuorisokahvilan toiminnassa mukana olemiselle*. Samoin Gold ja Härö (2009) tutkivat opinnäytetyössään omaisten motiiveja vapaaehtoistoimintaan liittymiselle sekä vapaaehtoistoiminnassa jatkamiselle. Molemmissa opinnäytetöissä aineisto luokiteltiin ja analysoitiin hyödyntäen Yeungin timanttimalia. Leskisen (2009) tutkimuksen miehet kokivat toiminnallisuuden, itsensä toteuttamisen, emotionaalisuuden ja henkilökohtaisen hyvinvoinnin tärkeiksi asioiksi vapaaehtoistoiminnassa. Goldin ja Härön (2009) tulosten mukaan vapaaehtoisuuden motiivit syntyivät halusta auttaa, palkitsevuudesta, sosiaalisista kontakteista, uuden oppimisesta sekä elämänsisällön lisääntymisestä.

Lehtimäen (2007) opinnäytetyön tarkoituksena on edistää vapaaehtoisina toimivien nuorten tukihenkilötoimintaan liittyvää yhteistyötä. Opinnäytetyön teoria syntyy vapaaehtoistyön ja tukihenkilötoiminnan periaatteista sekä nuoruuden ja sosiaalisen tuen merkityksistä. Teemahaastattelusta analysoidut tutkimustulokset nostavat yhteistyön keskiöön työntekijöiden pohjatyön vaikutuksen toimintavaiheeseen sekä muodostuvan tukisuhteen laatuun.

Packalénin (2007) opinnäytetyössä selvitetään ikääntyneiden eronneiden naisten motiiveja vertaistoimintaan osallistumiselle sekä toimijoiden kokemuksia organisaation antamasta tuesta. Tutkimustulosten mukaan vertaistoiminnan suurin mo-



tiiwi oli yhdistävän kokemuksen jakaminen – vastavuoroisesti vertaistoimintamotivaatioon vaikuttaa aihealueen ajankohtaisuus toimijalle. Vertaistoiminnan kehittämisen kannalta nähtiin tärkeänä yhteiset tapaamiset, luennot sekä yhdessä ideoidut kurssit.

Seriolan (2009) opinnäytetyössä selvitetään kotiäitien kokemuksia perhetyön avopalveluna järjestetystä vertaistuesta. Tulosten mukaan dialogisuus vertaisryhmässä syntyy samanlaisesta elämäntilanteesta. Ryhmässä jaetut asiat ovat arkisia ja ryhmästä saa ohjaajan ammatillisen tuen vertaistuen rinnalla. Tärkeimmät vaikutukset vertaisryhmällä on itsetunnon vahvistumiseen, voimaantumiseen, elämänlaatuun sekä verkostoitumiseen. Tutkimuksen mukaan vertaisryhmätoiminta on asiakaslähtöinen sekä tuloksellinen työmuoto.

## 7 TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TARKOITUS

Tutkimusta tehtäessä sillä on aina jokin tarkoitus. Tutkimuksen piirteitä voi olla kartoittava, selittävä, kuvaileva tai ennustava. Tutkimukseen voi sisältyä useampia tarkoituksia ja tutkimuksen tarkoitus voi muuttua tutkimuksen aikana. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 133–135.)

Opinnäytetyömme on laadullinen kartoittava tutkimus. Opinnäytetyön tavoitteena on kartoittaa vastausta kysymykseen *mitä sosiaalinen vapaaehtoistoiminta merkitsee miesvapaaehtoiselle*. Opinnäytetyön tavoitetta lähestyttiin toiminnan kautta miesvapaaehtoisten vertaisryhmässä ja päätutkimustehtävän rinnalle asetettiin kaksi alatutkimustehtävää: 1) *mikä on vertaisryhmän anti ja miten vertaisryhmä tukee vapaaehtoistoiminnassa jaksamista* ja 2) *miten toiminnallisuus voi olla apuna tunteiden ja kokemusten jakamisessa?*

Opinnäytetyöllä on kolme toisiinsa sidottua tarkoitusta. 1) Opinnäytetyön tarkoituksena on kiinnittää huomiota sosiaalista vapaaehtoistoimintaa tekevien vapaaehtoisten tukimuotojen tarpeellisuuteen ja kehittämiseen. 2) Opinnäytetyön tarkoituksena on nostaa tietoisuuteen sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan haasteet vapaaehtoiselle sekä vertaisryhmän mahdollisuudet kokemusten, tuen ja hyvien käytäntöjen jakamiselle. 3) Opinnäytetyön tarkoituksena on mallintaa vapaaehtoisten vaikuttamis- ja toiminnan kehittämismahdollisuuksia osallisuutta tukevalla vertaisryhmällä.

Opinnäytetyön hyöty työelämälle syntyy sekä kirjallisesta tuotoksesta ja opinnäytetyön tuloksista että suoraan vapaaehtois miehille suunnatusta vertaisryhmäkokeuksesta. Vapaaehtoistoiminnan periaatteiden, saamisen ja antamisen, mukaisesti päätimme toteuttaa vertaisryhmätoimintaa tutkimukseen osallistuvilla miehille. Mahdollistamme miehille vertaisryhmätoiminnan kokeilun ja mallintamisen opinnäytetyön aineistonkeruun yhteydessä. Opinnäytetyön tulosten ja kirjallisen tuotoksen hyöty työelämälle on vertaisryhmästä saatujen kokemusten tarkka dokumentointi, tulosten analysointi sekä vertaisryhmätoiminnan vaikutusten arviointi suhteessa vapaaehtoistoimintaan.

## 8 TUTKIMUKSEN KULKU

Opinnäytetyöprosessimme sai alkusysäyksen keväällä 2010 toteuttaessamme kolmihenkisen ryhmän voimin ryhmän ohjaustaidot ja toiminnalliset menetelmät -kurssin oppimistehtävää Lahden seurakuntayhtymän Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskuksen miesryhmän Marian Leijonien kanssa. Toteutimme ryhmän kanssa viisi toimintakertaa, joiden tavoitteet ja sisällöt syntyivät ryhmän toiveista. Toiminnan pääteemoiksi nousivat liikunta, kehonhuolto ja ryhmätoiminta. Lyhyt prosessi ryhmän kanssa loppui kesken ja jätti ilmaan selkeän tarpeen toiminnan jatkumiselle ja kehittämiseksi. Toiminnan lopuksi kerätty palaute tuki havaintoja ja tulkintojamme toimintakertojen aikana: kaikki kyselyyn vastanneista osallistuisivat uudelleen toimintaan ja suurin osa toivoi vastaavanlaista ryhmätoimintaa, joka lähentää ryhmän jäseniä toisiinsa. (Lehto, Kavasto & Rantalainen 2010.)

Tutkimusprosessi kulkee ideatasosta sitoutumiseen, sitoutumisesta toteuttamiseen, toteuttamisesta kirjoittamiseen ja kirjoittamisesta tiedottamiseen (Vilka 2005, 43). Opinnäytetyö käynnistyi ideatasolla keväällä 2010 ja sitoutuminen aiheeseen tapahtui helposti aiemman ryhmäkokemuksen pohjalta. Sitoutumisen ensimmäisiä askeleita olivat yhteistyön varmistaminen Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskuksen kanssa, opinnäytetyöprosessiin ilmoittautuminen sekä tutkimusluvan hakeminen Lahden seurakuntayhtymän Yhteisen Palvelutyön johtokunnalta (LIITE 1). Samalla sovimme yhteistyötahon kanssa kustannusten jakamisesta ja teimme kirjallisen kustannussopimuksen (LIITE 2).

Toteuttamisvaiheeseen lukeutuivat teoriaan ja aiempiin tutkimuksiin perehtyminen, tutkimusmenetelmäopintojen suorittaminen sekä vertaisryhmän, kyselylomakkeiden sekä teemahaastattelujen toteuttaminen ryhmän kanssa. Saadaksemme toiminnan välineitä ja tietoutta miehisestä maailmasta, osallistuimme SuomiMies seikkailee -seminaarikiertueen koulutuspäivään Lahdessa 3.11.2010 (SuomiMies seikkailee -seminaarikiertue 2010). Toteuttamisen rinnalla kulkivat kirjoittaminen sekä prosessiarviointi. Vertaisryhmätoiminnan päättymisen jälkeen alkoi opinnäytetyön kirjoittaminen sekä tiedottaminen julkaisusta. Tässä luvussa tulemme esittelemään tarkemmin tutkimuksen kulkua sekä valittuja tutkimusmenetelmiä.

## 8.1 Tutkimusmenetelmät

Opinnäytetyössämme hyödynnettiin triangulaatiota, joka tarkoittaa erilaisten aineistojen, teorioiden tai menetelmien käyttämistä samassa tutkimuksessa. Opinnäytetyömme on laadullinen ja tutkimusmenetelminä käytettiin puolistrukturoituja kyselylomakkeita sekä teemahaastattelua ja osallistuvaa havainnointia. Kyselylomakkeiden suunnittelussa käytimme apuna aiempien tutkimusten mukaisia kysymysmalleja. Tulosten arvioinnissa vertasimme saatuja tuloksia aiempiin tutkimustuloksiin.

Laadullinen tutkimus on prosessina elävä inhimillisen aineistonkeruun välineen, tutkijan itsensä takia. Tutkijan esiymmärrys ja tietoisuuden kehittyminen sekä tavoitteellinen avoimuus tutkittavien ilmiöiden tulkinnalle vaativat ympärilleen tutkimuksen joustavaa kehittymistä. Avoimuus tutkimusprosessissa ei saa johtaa hajanaisuuteen siksi että rajaaminen tuo mukanaan tutkijan omat intressit tutkimuksen näkökulmiin. Tulkinnallisen rajauksen myötä laadullisen tutkimuksen aineisto on aina tutkijansa näköinen. (Kiviniemi 2010, 70–73.)

Narratiivisuus opinnäytetyössä ilmeni sovelletusti narratiivien analyysina sekä narratiivisena tutkimusotteena. Narratiivien analyysissa kertomukset luokitellaan aiheeseen soveltuvalla tavalla (Heikkinen 2010, 144). Narratiivien analyysin rinnalla kulki fenomenografinen tutkimussuuntaus, jossa on humanistinen, ihmisyyttä kunnioittava käsitys jokaisen ihmisen ainutlaatuisista ajatuksista, kokemuksista, tunteista, käsityksistä sekä merkityksistä (Aarnos 2010, 182; Vilka 2005, 134). Kertomukset syntyivät vertaisryhmässä ja ryhmässä pyrittiin antamaan tilaa tarinoiden synnylle. Narratiivisen tutkimusotteen mukaisesti esitimme teemahaastatteluissa kysymyksiä, joihin ryhmäläiset saattoivat vastata kertomuksella (Hänninen 2010, 165; Kaasila 2008, 45). Yksittäiset kertomukset nähtiin ryhmässä merkityksellisinä ja kirjattiin tutkimusaineistoksi. Tutkimustuloksilla ei pyritä yleistettävyyteen vaan etsitään yksilön omia merkityksiä suhteessa tutkittavaan ilmiöön, sosiaaliseen vapaaehtoistoimintaan.

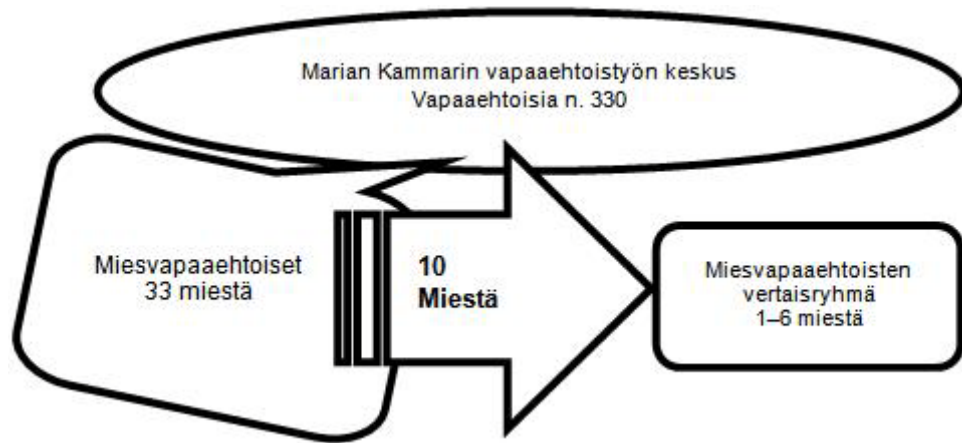
## 8.2 Kohderyhmä

Kohderyhmäksi valittiin Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskuksen miesvapaaehtoiset. Lisäksi kohderyhmän rajausta ohjasi tuleva vertaisryhmätoiminta. Peitsalo (2008, 21–24) määrittelee vertaisryhmän toiminnaksi, jonka jäsenenä olevilla on jokin yhteinen nimittävä tekijä. Tämän opinnäytetyön kohderyhmän yhteiseksi nimittäviksi tekijöiksi tulivat vapaaehtoisuus, sukupuoli sekä Marian Kammarin vapaaehtoisten peruskoulutukseen osallistuminen.

Kohderyhmän rajautuminen vain vapaaehtoistoiminnassa mukana oleviin miehiin perustui kahteen tekijään. Aiempi ohjauskokemuksemme miesvapaaehtoisten kanssa johdatteli ryhmän valintaa, sillä miehet ovat sosiaalisessa vapaaehtoistoiminnassa vähemmistönä. Lisäksi he ilmaisivat toiminnan aikana miesvertaisryhmän tarpeesta. Toisena perusteluna miesten valinnalle kohderyhmäksi pidämme ryhmänjäsenten tasapuolisemman osallistumismahdollisuuden toteutumista. Valitsemalla miehet kohderyhmäksi 33 miehestä 10:llä oli mahdollisuus osallistua vertaisryhmään. Jos taas vastaavasti kohderyhmä olisi ollut seka- tai naisryhmä, olisi osallistumismahdollisuus täytynyt esittää yli 330 vapaaehtoiselle.

## 8.3 Aineisto

Aineiston otantamenetelmänä käytettiin monivaiheista ryväotantaa. Yksi- tai monivaiheinen ryväotanta hyödyntää jo olemassa olevia rakenteita ja otantaan valitaan jokin valmis kokonaisuus (Valli 2010, 115–117).



KUVIO 4. Tämän opinnäytetyön monivaiheinen ryväсотanta.

Monivaiheisen ryväсотannan (KUVIO 4) lähtökohtana käytettiin Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskuksen valmiita rakenteita. Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskuksessa on yhteensä yli 300 vapaaehtoista, joista noin 10 prosenttia on miehiä (Rossi 2010). Ensimmäinen ryväсотanta käsitti kyselylomakkeen ja osallistumiskutsun lähettämisen 33 miesvapaaehtoiselle. Kutsun saaneista miehistä 10 osallistui tulevan toiminnan tiedotus- ja ideointitilaisuuteen. Vertaisryhmätapaamisiin osallistui yhdestä kuuteen miestä.

### 8.3.1 Aineiston keruumenetelmät

Laadullisessa tutkimuksessa pyritään usein tavoittamaan tutkittavien näkökulma. Kaikkea tutkimuksen aikana tapahtunutta voi hyödyntää tutkimuksessa: havainnoiteja, haastatteluja, kyselyitä sekä muita epävirallisia aineistoja. Laadullinen tutkimus voi siksi syntyä useiden aineistonkeruumenetelmien summana, josta syntyy ilmiön haltuunotto ja käsitteellistäminen. (Kiviniemi 2010, 76–78.)

Aineistomme keruumenetelmiä olivat vertaisryhmätoiminnan alussa ja lopussa toteutetut puolistrukturoidut kyselylomakkeet sekä vertaisryhmätapaamisista tallennetut teemahaastattelut ja havainnot. Voi myös sanoa, että vertaisryhmä toimi tutkimusmenetelmänä ja aineistonkeruun mahdollistajana.

Ensimmäisen kyselyn lähetimme kaikille Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskuksen miesvapaaehtoisille. Kirjeessä oli saatekirje, jossa kerroimme opinnäytetyöstämme (LIITE 3). Halusimme antaa miesvapaaehtoisille mahdollisuuden täyttää kyselylomakkeen kotona kaikessa rauhassa ja aikaa pohtia omia vastauksiaan (LIITE 4). Toisen kyselylomakkeen kysymyksiin vastasivat vertaisryhmän toimintaan osallistuneet miehet (LIITE 5). Kyselylomakkeen miehet täyttivät ryhmän viimeisellä tapaamiskerralla. Toimintakertojen turvallisuuden varmistamiseksi ryhmän jäsenet täyttivät terveystietolomakkeen (LIITE 6). Lomakkeella myös varmistimme heidän suostumuksensa kuvata ryhmän tapaamiskertoja.

Seuraavan litteroidun teemahaastattelun (KUVIO 5) avulla esitellään narratiivin eteneminen vertaisryhmätilanteessa:

*Abstrakti:* Tää tapahtu varmaan pari vuotta takaperin kun varmaan 87-vuotias kaveri soitteli näit Marian Kammarin tehtäviä, ett pitäis leikata nurmikkoa.

*Orientaatio:* Hän asuu siellä yksinään ja ruoka tulee Harjulasta. Sitten kun oli nurmikko leikattu hän alko sanoo että hänellä on noita perunoita, mutta hän ei jaksa kaivaa niitä ylös eikä toi naapurikaan osaa kaivaa perunoita.

*Mutkistava toiminta:* Haetaan kuokka ja koppa sitten, hyvin tuttua hommaa mä olen lapsena kaivanut ja perunamaalla ollut. Mummolassa ollut perunamaalla ja perunaa on kaivettu. Sitten ei siinä mitään sitten mä menin ja tietysti kaivoin ja aika paljon sitä perunaa olikin. Taisi tulla pari säkillistä ja se kaveri soi että mä aattelin lopettaa perunan viljelyn, mutta jos lupaat että tulet ensi syksynä kaivamaan niin mä pistän vielä.

*Lopputulos:* Mä oon syksyllä käynyt ja kaivoin perunat. Tää on just semmoinen kaveri jonka kanssa me höpötetään.

*Evaluaatio:* Hän on tällainen yksinäinen, häneltä kuoli vaimo kymmenen vuotta sitten eikä ole puhekaveria sitten. Että tää ei kuuluskaa tällainen vaan tehdä mekaanin työ ja sitten häipyä.

*Päätäntä:* Eiks tää leijonien homma tämmöinen periaatteessa ole. Kaikenlaisia hommia tulee kuitenkin. Että semmoiset pienet asiat on erittäin tärkeitä. Tää oli mun itteni kehuminen puhukaa joku muu koska olette tehneet yhtä arvokkaita tekoja.

KUVIO 5. Litteroitu aineisto vertaisryhmän teemahaastattelusta, 29.11.2010.

Abstraktissa esitellään kertomuksen pääsisältö. Orientaatio johdattaa kuulijan tarinan alkuun. Mutkistavat toiminnot kuljettavat tarinan tapahtumia eteenpäin. Lop-

putulos päättää juonenkulun. Evaluaatio on tarinan kerrottavuuden ja merkityksellisyyden arviointia ja perustelua – miksi tarina kerrotaan muille. Päättäntä palauttaa kertojan ja kuulijat takaisin tarinankulusta kerrontahetkeen. (Aaltola & Valli 2010, 167–169.)

Teemahaastattelu on tehokas menetelmä, kun halutaan selvittää mielipiteitä jostakin asiasta. Haastattelun kulkua voidaan ohjata strukturoidusti ennalta päätetyillä kysymysmuodoilla, kysymysjärjestyksellä ja vastausvaihtoehdoilla, puolistrukturoidusti valmiilla kysymyksillä mutta avoimilla vastauksilla tai etukäteen valittujen teemojen ja tukilistojen mukaisesti. (Eskola & Vastamäki 2010, 26, 28–29; Vilka 2005, 100–104.)

Perinteisin tapa kerätä tutkimusaineistoa on kyselylomake. Kysymysten huolellinen muotoilu ja laadinta ovat tutkimuksen onnistumisen perusta. (Valli 2010, 103.) Käytimme kyselylomakkeissa mahdollisimman paljon valmiita ja jo käytettyjä mittareita. Valmiiden mittareiden käyttämisen puolesta puhuu se, että uusien mittareiden kehittäminen on aikaa vievää. Valmiilla mittareilla voidaan verrata saatuja tuloksia aiempiin tutkimustuloksiin (Vastamäki 2010, 134–135). Valitsimme valmiista kyselyistä ja mittareista sopivat vaihtoehdot, jotka vastasivat tutkimustehtäviin.

Kyselylomakkeissa käytettiin Likertin asteikkoa ja semanttista differentiaalia (Valli 2010, 118–119). Vastaajan motivaatiotaso muuttuu kyselylomakkeen täyttämisen aikana. Kyselylomakkeen alussa tulee osoittaa vastaamisen mielekkyys ja tärkeys, koska lopussa vastaajan terävyys sekä motivaatio voivat heikentyä. (Valli 2010, 104–106.) Kyselylomakkeemme alussa kysyttiin yleisiä piirteitä omaan vapaaehtoisuuteen liittyen, samoin kyselylomakkeen lopussa. Kyselylomakkeen keskiosaan sijoitettiin Pessin ja Oravasaaren (2010) tutkimuksen mukaisesti vapaaehtoisuudensuhteita kartoittavia kysymyksiä. Koska emme olleet paikalla ohjaamassa kyselylomakkeen täyttämistä, pyrimme varmistamaan saatekirjeen sekä kyselylomakkeen ymmärrettävyyttä esitestaamalla aineiston. Esitestaamisella paransimme kyselylomakkeen tulosten onnistumisen mahdollisuuksia (vrt. Valli 2010, 109). Saa-



tekirjeessä sekä kyselylomakkeesta löytyivät tekijöiden yhteystiedot mahdollisia lisäkysymyksiä varten. Kyselylomake postitettiin saatekirjeen kanssa.

Kun tutkittavalle asialle ei ole olemassa testattua mittaria, joutuu tutkija operationalisoimaan eli ilmaisemaan konkreettisin ja käytännöllisin kuvauksin käsitteet (Valli 2010, 104). Toiminnan päättyessä toteuttamamme kyselylomake ja keskustelu vertaisryhmässä vaativat operationalisointia ja tutkimustehtävien pilkkomista konkreettisiksi kysymyksiksi. Rakensimme kyselylomakkeet tutkimustehtävästä alkaen ja kysymyksillä etsittiin tarkempaa tietoa vielä avoimiin tutkimustehtävien osa-alueisiin.

Kyselylomakkeiden ja teemahaastattelujen rinnalla kulki osallistuva havainnointi. Videoimme vertaisryhmätoiminnan, jotta ryhmän aikana tapahtunutta havainnointia voitiin varmistaa jälkikäteen. Videoinnin myötä teemakeskustelujen aineisto oli mahdollista litteroida ja analysoida. Litteroitua aineistoa kertyi yhteensä 32 sivua fonttikoolla 12 ja rivivälillä yksi.

Havainnointi ja osallistuminen tutkimusmenetelmänä on perusteltua silloin kun tutkittavasta ilmiöstä tiedetään hyvin vähän, tutkimustulokset halutaan kytkeä tiiviisti asiayhteyteen, etsitään käyttäytymiseen liittyvää tietoa tai halutaan yksityiskohtaista ja monipuolista tietoa (Grönfors 2010, 157–159). Osallistuva havainnointi eroaa tarkkailusta ja piilohavainnoinnista sillä, että tutkija on rehellisesti ja avoimesti osa tutkittavaa ryhmää. (Vilka 2005, 119–122; Vilka 2006, 42–55).

Aineistoa kertyi myös osallistuvan havainnoinnin kautta. Olimme osa vertaisryhmää, jossa aineiston keruu tapahtui. Miehet olivat tietoisia opinnäytetyön aineistonkeruusta sekä vertaisryhmätilanteen tallentamisesta.

### 8.3.2 Aineiston keruu

Tämän opinnäytetyön aineiston keruu toteutettiin pitkittäistutkimusta mukailevana. Pitkittäistutkimuksen seuranta-aineisto kerätään vähintään kahdessa eri ajan-

kohdassa samoilta vastaajilta. Vastaavasti poikittaistutkimuksen poikkileikkausaineisto kerätään yhdessä ajankohdassa useilta vastaajilta. (Vastamäki 2010, 128.)

Vertaisryhmän tapaamiset:	
<b>8.11.2010</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Marian Kammari: Tiedotus- ja ideointitapaaminen</li> <li>❖ Kyselylomakkeen palautus</li> </ul>
<b>22.11.2010</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Hoitajankatu: Sisäliikunta</li> <li>❖ Teemahaastattelu: Oman vapaaehtoistoiminnan historia</li> </ul>
<b>29.11.2010</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Hoitajankatu: Uinti ja pikkujoulu</li> </ul>
<b>10.1.2011</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Marian Kammari: Ulkoilu ja kaupungin ulkoilulaitteet</li> </ul>
<b>17.1.2011</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Keskusta: Kahvakuula ja ulkoilua</li> <li>❖ Terveyskioski</li> </ul>
<b>24.1.2011</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Hoitajankatu: Uinti</li> <li>❖ Teemahaastattelu: Miehet ja toiminta</li> </ul>
<b>31.1.2011</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Mukkula: Ulkoilu ja sauvakävely</li> </ul>
<b>7.2.2011</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Keskusta: Radio- ja tv-museo</li> </ul>
<b>14.2.2011</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Hoitajankatu: Sisäliikunta</li> </ul>
<b>21.2.2011</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Marian Kammari: Päätöskerta</li> <li>❖ Kyselylomake ja teemahaastattelu: Tutkimustehtävän mukaiset teemat</li> </ul>

KUVIO 6. Vertaisryhmän tapaamiset ja teemat.

Keräsimme aineistoa neljän kuukauden aikana (KUVIO 6). Aineiston keruu oli prosessimaista ja keruun etenemistä arvioitiin tutkimuksen edetessä. Aineiston keruumme aikana aineistoa kerättiin kyselylomakkeilla, teemahaastatteluilla ja havainnoinnilla. Aineiston keruun toteutus pitkällä aikavälillä ja vertaisryhmän muodossa kannusti ryhmän jäseniä osallistumaan tutkimukseen. Vertaisryhmä toimintoinen oli lisäarvo tutkimukseen osallistuville.

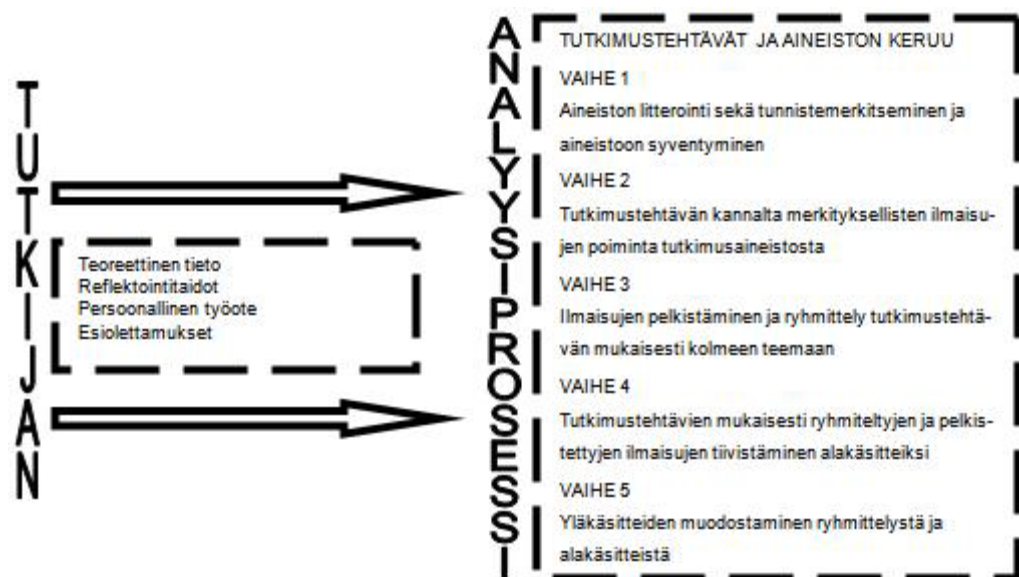
Kyselylomake voidaan toteuttaa isolle ryhmälle samanaikaisesti siten, että tutkija on paikalla, jolloin on mahdollisuus tarkentaviin kysymyksiin sekä korkeampaan vastausprosenttiin (Valli 2010, 108–109). Toiminnan päättyessä toteutettu kyselylomake täytettiin vertaisryhmätilanteessa. Kyselylomakkeet käsiteltiin täyttämisen

jälkeen myös keskustellen, jolloin oli mahdollista kysyä tai täydentää vastaustaan suullisesti.

Kävimme vertaisryhmässä teemakeskusteluja. Keskustelun tukena on hyvä olla tukilistoja ja teemarunko, jotka varmistavat, että kaikkien haastateltujen kanssa keskustellaan samoista asioista (Eskola & Vastamäki 2010, 37). Teemahaastattelutilanteet olivat puolistrukturoituja, mutta keskustelut elivät ryhmän tarpeen mukaisesti. Keskustelujen teemat syntyivät tutkimustehtävien pohjalta.

#### 8.4 Aineiston käsittely ja analyysi

Tutkimusaineisto ei ole vielä vastaus tutkimustehtävään. Tutkimustulokset syntyvät aineistosta analysoinnin tuloksena. Analysointi on ryhmittelyä ja yhdistämistä, jonka pohjalta syntyy tulkinta. (Vilka 2006, 81.)



KUVIO 7. Mukailten Niikko (2003, 55). Tämän opinnäytetyön analyysiprosessin eteneminen.

Tämän opinnäytetyön aineiston analysointi toteutettiin kuvion 7 mukaisesti. Analysointiprosessi on jaettavissa viiteen vaiheeseen, jotka esittelemme seuraavaksi. Aineiston analyysiprosessin eri vaiheista on tarkempia esimerkkejä liitetiedoissa. (LIITE 7).

Litteroinnin eli puhtaaksi kirjoittamisen jälkeen aineistoa voidaan koodata systemaattisesti, esimerkiksi eri väreillä (Eskola & Vastamäki 2010, 42–43; Vilka 2005, 115–119). Litteroimme teemahaastattelujen aineistoa vertaisryhmätoiminnan edetessä. Analyysivaihe aloitettiin, kun koko aineisto oli koottu yhteen.

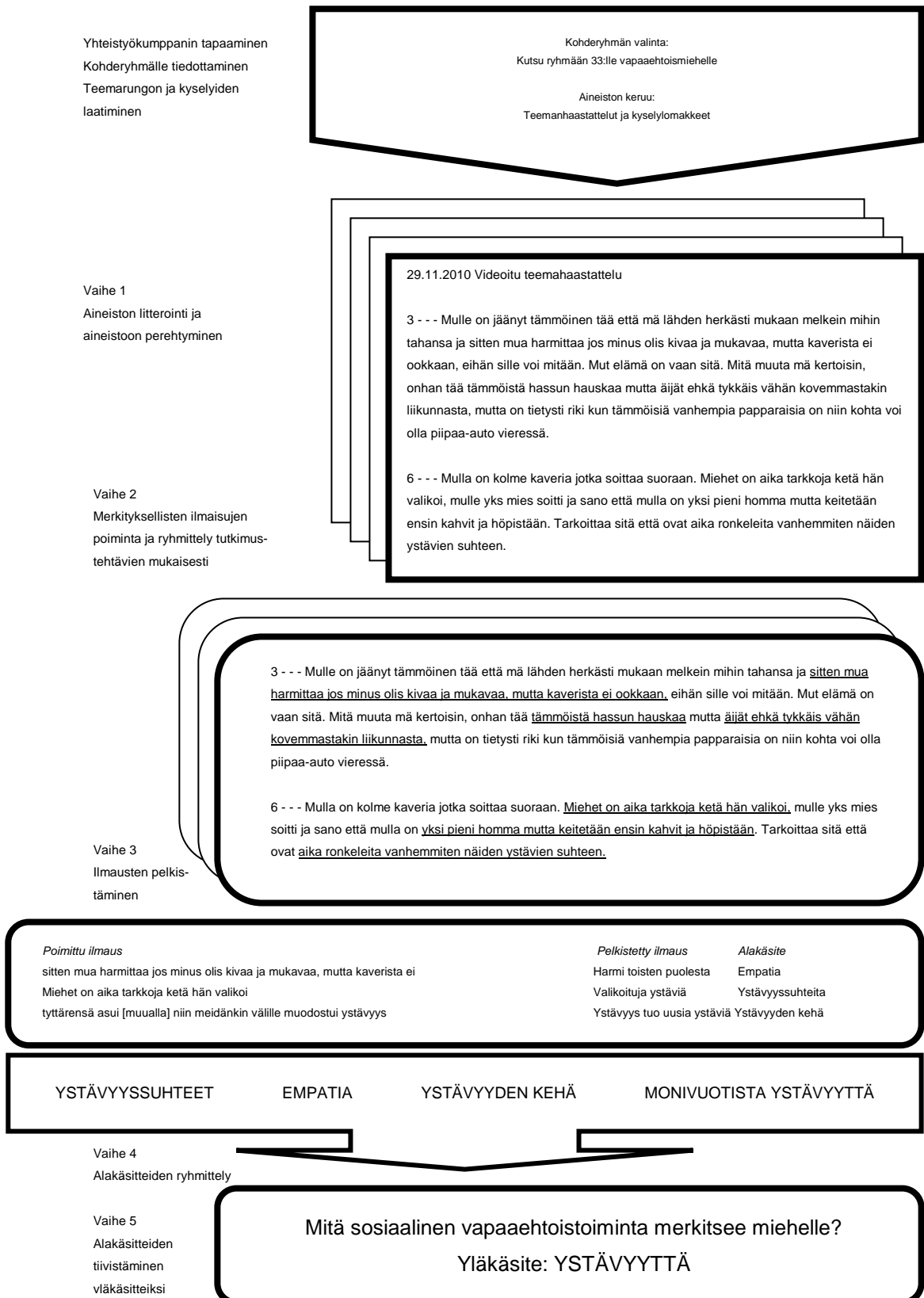
Aineiston litterointia jaettiin tekijöiden kesken. Kyselylomakkeiden vastaukset koottiin kyselylomakekohtaisesti yhteen. Kun kaikki aineisto oli käsitelty, aloitimme analyysin tekemisen. Kerätty aineisto koodattiin eli järjestettiin valittujen mittarien tai muuttujien mukaisesti (Vilka 2006, 83). Aineisto koodattiin kolmella eri värikoodilla, kolmen tutkimustehtävän mukaisesti.

Siirsimme koodauksen yhteydessä poimitut ilmaukset taulukko-ohjelmaan. Ilmaiset pelkistettiin ja tiivistettiin aineiston paremman hallitsemisen takia (vrt. Vilka 2006, 81, 83). Abstrahointi, tutkittavan ilmiön käsitteellistäminen, on aineistolähtöisyyden myötä ainutlaatuista aineiston ja tutkijan tulkinnan takia. Teorian ja empirian vuorovaikutteisuus on luontevaa ja elävää koko tutkimuksen ajan. (Kiviniemi 2010, 74–76.) Pelkistetyn aineistomme ryhmittelyä ohjasivat kolme tutkimustehtävää. Sisällönanalyysin, havaintojen pelkistämisen, voi tehdä joko teoria- tai aineistolähtöisesti (Vilka 2006, 81, 83). Pelkistäminen tapahtui tässä työssä aineistolähtöisesti.

Laadullisen tutkimuksen aineiston analyysi on sekä analyttistä että synteettistä. Analyttisyys, aineiston jäsentely ja erittely, ilmenee aineiston luokitteluna ja koodaamisena teema-alueisiin useiden analysointivaiheiden kautta. Analyysin keskeisenä tavoitteena on kuitenkin löytää synteesi, yhdistävä temaattinen kokonaisuus, kaikkien eriteltyjen teema-alueiden välille. (Kiviniemi 2010, 79–81.)

Ilmaisujen pelkistämistä seurasi alakäsitteiden määrittäminen. Pyrimme säilyttämään alakäsitteissä alkuperäisen ilmaisun sanamuotoja ja olemusta. Alakäsitteiden määrittelyn jälkeen aineistoa voidaan ryhmitellä samankaltaisuuksien mukaan. Yhdistetyistä alakäsitteistä syntyvät yläkäsitteet tutkimustehtäville.

Seuraavalla sivulla on esitelty yhteenveto opinnäytetyömme analyysin eteneminen aineistoesimerkein (KUVIO 8). Kuvion vasemmassa reunassa kulkee ylhäältä alaspäin analyysiprosessin vaiheet ja oikealla on esiteltynä aineiston käsittelyä. Kuviolla havainnollistetaan kokonaisuuden rakentumista aineistonkeruusta litterointiin, litteroinnista luokitteluun ja tiivistämiseen ja lopulta yhdistelyn jälkeen tutkimustehtävien yläkäsitteisiin päätymiseen.



KUVIO 8. Mukailten Laitila (2010, 83). Tämän opinnäytetyön sisällönanalyysin eteneminen aineistoexamplesimerkein.

## 9 TUTKIMUSTULOKSET

Tässä luvussa esitellään opinnäytetyön tutkimustulokset. Tutkimusaineistot kerättiin kyselylomakkeilla, teemahaastatteluilla sekä vertaisryhmään osallistuvalla havainnoinnilla. Tutkimustulokset on analysoitu kyselylomakkeiden ja teemahaastatteluiden litteroiduista aineistoista.

Tutkimustuloksissa esitellään erillisinä eri aineistonkeruumenetelmillä saadut tulokset. Koska opinnäytetyössä hyödynnetään triangulaatiota, haluamme aloittaa tutkimustulosten esittelyn pitäen molemmat aineistot erillään. Opinnäytetyömme tuloksiksi jäävät ne vastaukset, jotka ovat toistuneet kaikilla aineiston keruumenetelmillä. Lisäksi aineistojen erillään pitämistä vahvistaa esiolettamus siitä, että eri aineistonkeruumenetelmillä voi olla vaikutusta tutkimustuloksiin.

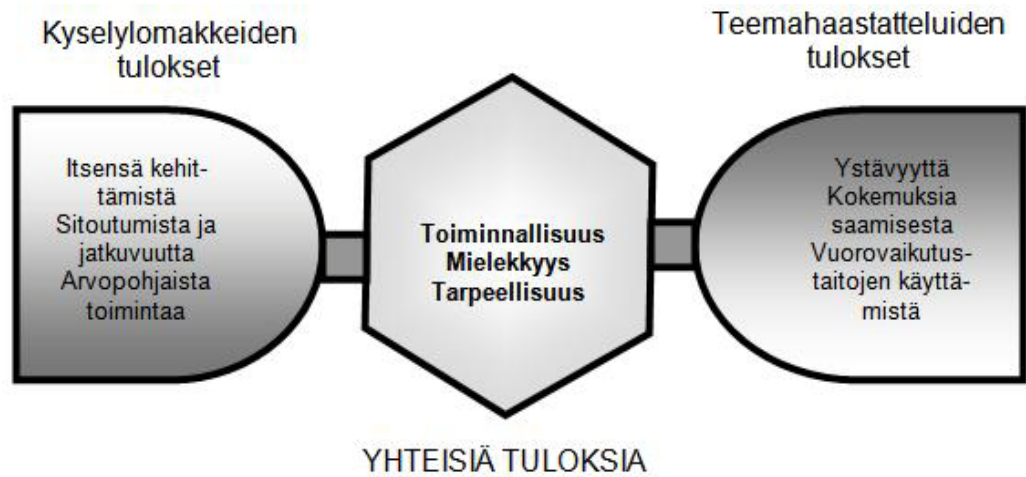
Tutkimustulosten tulkinnassa pyrimme etsimään sekä yhdistämään eri menetelmillä saatuja samankaltaisia tutkimustuloksia. Tulkinnassa käymme läpi eri menetelmillä saatujen tulosten eroavuuksia.

### 9.1 Sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan merkitys miehelle

Seuraavalla sivulla kuviossa 9 on esitelty tutkimustulokset eriteltyinä siten, että vasemmalla reunassa on kyselylomakkeista tiivistyneet yläkäsitteet ja oikeassa laidassa teemahaastatteluista tiivistyneet yläkäsitteet. Kuvion keskellä ovat ne yläkäsitteet, jotka toistuiivat molemmilla aineiston keruumenetelmillä. Seuraavaksi todennamme yläkäsitteiden taustat ja rakentumisen.

*Puolistrukturoitujen kyselylomakkeiden aineistoista* syntyi seitsemän yläkäsitettä kuvaamaan sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan merkitystä miehelle. 1) Mielekäs tehtävä muodostui alakäsitteistä mielihyvä, mielekkyys ja merkityksellinen ajankäyttö. 2) Itsensä kehittyminen rakentui ratkaisujen etsinnästä, haasteellisuudesta, uusista kokemuksista, aktiivisuudesta sekä kehittymisestä. 3) Vastavuoroisuutta kuvasivat saaminen ja antaminen, yhdessäolo sekä ystävät. 4) Arvopohjaisuus vapaaehtoistoiminnassa ilmeni auttamisen haluna, välittämisenä sekä yhteiskun-

nallisena pohdintana. 5) Toiminnallisuutta kuvasivat vapaaehtoistoiminnan merkitys harrastuksena, tekemisenä työuran jälkeen sekä virkeyden ja toimintakyvyn ylläpitäjänä. 6) Sitoutuminen ja jatkuvuus muodostuivat motivoitumisesta, itsetunnon vahvistumisesta ja toiminnan arkipäiväisyydestä. 7) Vapaaehtoistoiminnan merkitys vakaumuksellisena valintana ilmeni kristillisyyden, elämäntavan, kutsumuksen, henkisen avun ja kansalaisvelvollisuuden kautta.



KUVIO 9. Sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan merkitys miehille.

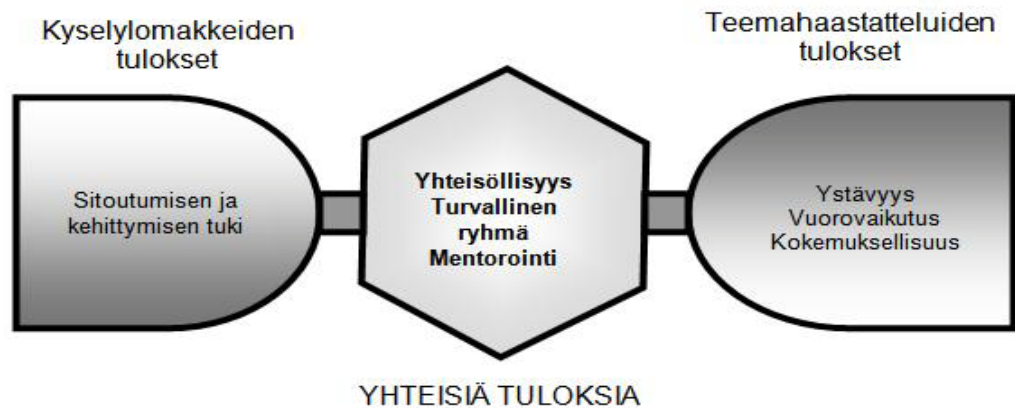
*Teemahaastatteluiden vastauksista* tiivistyi seitsemän yläkäsitettä vastaamaan kysymykseen sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan merkityksestä miehelle. 1) Kokemukset saamisesta syntyivät vastavuoroisuudesta, vuorovaikutussuhteista, yhdessäolosta, tarpeellisuudesta ja vahvistavista kokemuksista. 2) Toiminnan rajaamisen ja valitsemisen mahdollisuus ilmeni määräaikaaisuutena, rajaamisena ja ajankäytön hallintana. 3) Osallistumisen motiivien pohdintaa olivat tehtävän mielekkyyden pohdinta, toive motivoivista toimeksiannoista, yhteiskunnallinen pohdinta sekä aito kiinnostus tehtävään. 4) Vuorovaikutustaitojen aktiivinen käyttäminen todentui keskusteluissa, kuuntelemisessa, lupautumisessa, sosiaalisuudessa, tunnollisuudessa ja sitoutumisessa toimintaan. 5) Kokemus tarpeellisuudesta syntyi uudesta harrastuksesta työelämän jälkeen ja arjen tehtävän hoitamisesta. 6) Toiminnallisuus merkitsi tarvetta toimia, tekemisestä saamista sekä toiselle tekemistä. 7) Ystävyyttä kuvasivat ystävyysuhteet, ystävyyden kehä vapaaehtoisten ja asiakasparheiden välillä sekä monivuotiset ystävyysuhteet, niin toimijoiden kuin asiakkaiden välillä.



## 9.2 Vertaisryhmän anti ja tuki vapaaehtoistoiminnalle

Kuviossa 10 on esitelty tutkimustulokset eriteltyinä siten, että vasemmassa reunassa on kyselylomakkeista tiivistyneet yläkäsitteet ja oikeassa laidassa teemahaastatteluista tiivistyneet yläkäsitteet. Kuvion keskellä ovat ne yläkäsitteet, jotka toistuivat molemmilla aineiston keruumenetelmillä. Seuraavaksi todennamme yläkäsitteiden taustat ja rakentumisen.

*Puolistrukturoitujen kyselylomakkeiden tuloksiksi tiivistyi neljä yläkäsitettä määrittelemään vertaisryhmän antia ja tukea vapaaehtoistoiminnalle. 1) Tiedon jakamisen rooli vertaisryhmätoiminnassa ilmeni toisten hyvien tekojen tunnustamisena, mahdollisuutena vaikuttaa ja tukena toiminnalle. 2) Sitoutuminen ja kehittyminen muodostuivat positiivisista kokemuksista ja kehittävästä toiminnasta. 3) Ryhmän tukea olivat kaikkia huomioiva keskustelu, hyvä yhteishenki sekä ryhmän tuki yksilölle haastavassa tilanteessa. 4) Yhteisöllisiä kokemuksia syntyi kokemusten jakamisesta ja vertailusta, jaetuista uusista kokemuksista sekä yhteisöllisyyden tuntemuksesta.*



KUVIO 10. Vertaisryhmän anti ja miten vertaisryhmä tukee vapaaehtoistoimessa jaksamista.

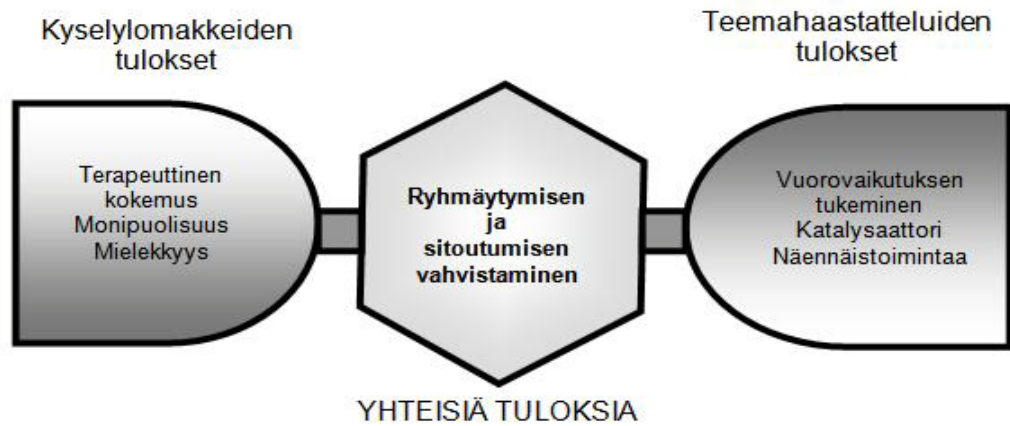
*Teemahaastatteluiden aineistot vertaisryhmän merkityksestä tiivistyivät kuuteen yläkäsitteeseen. 1) Ystävyys muodostui vertaisryhmän ystävyys-suhteista, huolenpidosta ja toisista huolehtimisesta. 2) Vuorovaikutusta kuvasivat sosiaalisuus, osallistuminen ja yhdessä tekeminen. 3) Yhteisöllisyyttä määrittivät positiivinen sitoutuminen, itsetunnon vahvistuminen, palautteen saaminen ja vapaaehtoistehtä-*

vien rajaaminen yhdessä. 4) Turvallinen ryhmä merkitsi tasa-arvoista keskustelua, kannustavaa ilmapiiriä, mahdollisuutta vaikuttaa sekä luottamuksellisuutta. 5) Narratiivisuus ja kokemuksellisuus ilmenivät myönteisinä kokemuksina, kokemusten jakamisena, kokemuksellisenä oppimisena, näkemysten vaihtona ja vastavuoroisuutena. 6) Mentorointina nähtiin koulutuksen jatkumona toimiva vertaisryhmä ja uuden vapaaehtoisen perehdyttäminen sekä tukeminen.

### 9.3 Toiminnallisuuden apu tunteiden ja kokemusten jakamiselle

Seuraavalla sivulla kuviossa 11 on esitelty tutkimustulokset eriteltyinä siten, että vasemmalla reunassa on kyselylomakkeista tiivistyneet yläkäsitteet ja oikeassa laidassa teemahaastatteluista tiivistyneet yläkäsitteet. Kuvion keskellä ovat ne yläkäsitteet, jotka toistuiivat molemmilla aineiston keruumenetelmillä. Seuraavaksi todennamme yläkäsitteiden taustat ja rakentumisen.

*Puolistrukturoitujen kyselylomakkeiden tuloksista* tiivistyi kolme yläkäsitettä määrittämään toiminnallisuuden merkitystä tunteiden ja kokemusten jakamisessa. 1) Terapeuttinen kokemus muodostui aktivoivista, avartavista ja terapeuttisista yhteistoiminnoista. 2) Monipuolisuus ja mielekkyys rakentuivat toiminnallisuuden mielekkyydestä, vaihtelusta ja uusista ajatuksista. 3) Ryhmäyttäminen ja sitoutuminen ilmenivät toiminnallisuuden sitouttavana vaikutuksena, yhdistävänä ja tutustuttavana tekijänä, ryhmähengen tukena, jatkuvuuden ja läheisyyden lisääjänä.



KUVIO 11. Toiminnallisuuden apu tunteiden ja kokemusten jakamisessa.

*Teemahaastatteluiden aineistoista tiivistyi neljä yläkäsitettä toiminnallisuuden suhteesta kokemusten ja tunteiden jakamiselle. 1) Sitoutuminen helpottui toiminnallisuuden avulla. 2) Vuorovaikutusta tukivat toiminnan kanssa samanaikaisesti tapahtuva keskustelu, vaikutusmahdollisuudet toiminnan sisältöön sekä toimintaympäristön muutokset. 3) Katalysaattorina toiminnallisuus ilmeni keskustelusiältöjen monipuolisuuden lisääjänä sekä ideointivaiheen tukena. 4) Näennäistoiminnallisuutta olivat ”äijäliikunta”, kahvikeskustelut, oheistoiminnat, puuhastelut ja teknisten laitteiden kanssa toimiminen.*

## 10 TUTKIMUSTULOSTEN TULKINTA

Tutkimustulosten tulkinnassa vastataan seuraaviin tutkimustehtäviin:

*Mitä sosiaalinen vapaaehtoistoiminta merkitsee miehelle?  
Mikä on vertaisryhmän anti ja miten vertaisryhmä tukee vapaaehtoistoimessa jaksamista?  
Miten toiminnallisuus voi olla apuna tunteiden ja kokemusten jakamisessa?*

Tutkimustehtävien tulkinnat esitellään kolmessa alaluvussa. Alalukujen otsikot on muutettu kysymysmuodoista toteavaan ja tulkintaa esittelevään muotoon.

Tämän opinnäytetyön tulosten tulkinnassa ja johtopäätöksissä on yhdistetty eri menetelmillä saadut samankaltaiset tutkimustulokset. Usealla tutkimusmenetelmällä ja pitkittäistutkimusta mukailevilla menetelmillä on saatu aikaan tulosten toistuvuutta ja aineiston kylläntymistä. Useamman aineistonkeruumenetelmän etuina ovat syvemmät tutkimustulokset, ilmiöiden painottuminen eri tavoilla sekä tutkimustulosten luotettavuuden ja toistuvuuden varmistaminen (Vilka 2006, 24–25).

Havainnollistamme tutkimustulosten tulkintaa ratasmallilla, joka rakentuu kokonaisuudeksi johtopäätöksissä. Havainnointi sekä selkeyttää kirjoitettua tekstiä että aktivoi lukijaa mukaan tulkintaprosessiin (Vilka 2006, 103–105). Rattaan keskiössä on nähtävissä tutkimustulokset, jotka toistuivat sekä kyselylomakkeiden vastauksissa, teemahaastatteluiden keskusteluissa että osallistuvan havainnoinnin tuloksissa.

Tulosten tulkintaan liittyy kiinteästi kriittinen ajattelu ja pohdinta, jotka edellyttävät tulkinnan vertaamista opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen sekä aiempiin tutkimuksiin. Kriittinen ajattelu vaatii perusteluja, teoriaa sekä menetelmien vaikutusten ymmärtämistä (Vilka 2006, 78–81).

## 10.1 Sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan merkitys miehelle

Tämän opinnäytetyön tulosten mukaan sosiaalinen vapaaehtoistoiminta merkitsee miehelle toiminnallisuutta, mielekkyyttä ja tarpeellisuutta. Haarnin (2010, 150) mukaan ikäihmisten vapaaehtoisuuden taustalla on tarve solmia uusia sosiaalisia suhteita työelämän jälkeen sekä tuntemus tarpeellisuudesta yhteisössä. Vastaavasti tässä opinnäytetyössä yleisin syy vapaaehtoistoiminnan aloittamiselle oli miesten työelämästä poisjääminen. Vapaaehtoistoiminnan kautta miehet ovat löytäneet uusia sosiaalisia suhteita.

*Tuli semmonen kumma tunne että täytyy tehdä jotakin.*

Miehille vapaaehtoisuus merkitsi miehelle sopivaa toimintaa, jopa harrastusta, jotakin, joka kannattelee ja on osa arkea. Toisaalta miesten tarinoista saattoi kuulua, että vapaaehtoisuus oli tähän elämäntilanteeseen kuuluva valinta. Myös Harju (2005, 121–122) ja Myllymaa (2010, 87–88) ovat todenneet vapaaehtoisten valitsevan ja rajaavan toiminnan muodot ja ajankohdan omien tarpeiden mukaisesti. Miesten valinnan taustalla ovat lisääntynyt vapaa-aika, hyvä fyysinen kunto ja halu auttaa tarvitsevia sekä osallistua tarpeelliseen toimintaan.

Vapaaehtoistoiminta tuo mielekkyyttä arkeen omien tarpeellisuuden kokemusten kautta. Haarni (2010, 149) toteaa vapaaehtoisten valitsevan toiminnan oman arvomaailmansa mukaisesti. Miesten mukaan heidän vapaaehtoisuutensa on toimintamuotona arvopohjaista ja pyyteetöntä, toimintaa, johon sitoudutaan ja jossa voi käyttää ja kehittää vuorovaikutustaitoja sekä saada uusia ystäviä. Oman toiminnan tarpeellisuutta miehet pohtivat vapaaehtoistoimintaan osallistumisen arvopohjan kautta. Teemahaastatteluissa nousi esiin huoli yhteiskunnan vähäosaisten kohtalosta sekä siitä, mitkä tehtävät yhteiskunta voi siirtää vapaaehtoisille. Toistuvasti puheissa oli myös vapaaehtoisten toiminnan hyväksikäyttäminen yhteiskunnalle kuuluviin tehtäviin, mikä horjuttaa vapaaehtoisuuden mielekkyyttä. Yhtäläillä Ruohonen (2003, 52) kirjoittaa vapaaehtoisuuden mielekkyyttä uhkanaavat tilanteet, jolloin vapaaehtoinen suorittaa yhteiskunnalle kuuluvia tehtäviä.

Sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan mielekkyys liittyy vahvasti itsensä kehittämisen mahdollisuuksiin toiminnan haasteellisuuden ja monipuolisuuden kautta. Myllymaan (2010, 87–88) mukaan vapaaehtoisuuden haasteet vaativat henkisiä voimavaroja. Miesten kohtaamat asiakkaat tulevat yhteiskunnan eri ryhmistä muun muassa vanhuksista, vähävaraisista, vammaisista sekä omaishoitajista. Miehet saattoivat hyödyntää iän mukana tuomaa kokemusta vahvuutenaan asiakastilanteissa. Vastaavasti Neuvoston päätös Euroopan vapaaehtoistyön teemavuodesta (2009) korostaa ikäihmisten taitojen sekä elämäkokemuksen hyödyntämistä vapaaehtoistoiminnassa. Kohtaaminen asiakastilanteissa rakentuu vapaaehtoisen aiemman työ- ja elämäkokemuksen kautta – samalla vuorovaikutustilanteessa tapahtuu elinikäistä oppimista, joka auttaa vapaaehtoista kehittymään yksilönä.

*Se on kuitenkin tän homman suola, juodaan kaffetta ja turistaan.*

Toiminnan merkityksen rinnalla kulkee kiinteästi vuorovaikutus asiakkaiden kanssa. Miehet kertoivat toistuvasti tarinoita asiakkaista, joiden vapaaehtoisen tilaamisen taustalla oli todellisuudessa tarve kohdata tietty ihminen. Usein asiakas kiintyy ja oppii luottamaan tiettyyn vapaaehtoiseen. Vankka suhde vapaaehtoisen ja asiakkaan välillä motivoi vapaaehtoista.

*Se tietenkkin että työkenttää riittää ja meitä tarvitaan, se vahvistaa.*

Vaikka asiakaskäynti voi perustua esimerkiksi lumenluonnille, on sekä asiakkaan että vapaaehtoisen kokema vuorovaikutus asiakastilanteessa molemmille osapuolille tärkeä. Vuorovaikutuskokemuksesta vapaaehtoiselle syntyy tunne tarpeellisuudesta ja merkityksellisyydestä, mikä puolestaan johtaa vapaaehtoistoiminnan mielekkyyden kokemuksiin, sitoutumiseen sekä toiminnassa jatkamiseen.

## 10.2 Vertaisryhmän anti ja tuki vapaaehtoistoiminnalle

Tämän opinnäytetyön tulosten mukaan vertaisryhmän anti ja tuki vapaaehtoistoiminnalle ovat yhteisöllisyys, turvallinen ryhmä ja mentorointi. Vaikka miehet kuuluvat vapaaehtoisten muodostamaan yhteisöön, toimeksiannot tapahtuvat pääasi-

assa yksin. Myllymaa (2010, 87–88) näkee vertaisryhmässä tapahtuvan kokemusten jakamisen tärkeänä juuri siksi, että toiminta vapaaehtoisena tapahtuu yksin ja ryhmämuotoinen keskustelu auttaa kokemusten käsittelemisessä. Vastaavasti tulosten mukaan vertaisryhmän merkittävin anti on yhteisöllinen ja turvallinen ryhmä. Vertaisryhmästä alkava yhteisöllisyys leviää parhaimmillaan koko vapaaehtoisten yhteisöön, muun muassa mentoroinnin välityksellä.

Vertaisryhmän sisällä tapahtui pienimuotoista mentorointia. Mentoroinnin ajatuksen tarkoituksena on, että vertaisryhmän kokeneemmat jäsenet käyvät keskustelua uusien vapaaehtoisten kanssa toiminnasta. Mentoroinnilla voidaan saavuttaa sitoutumista sekä kehittymistä ja tukea vapaaehtoisuutta.

*työttömyys tällä alalla tulee aiheuttamaan sen, että haluaa jäädä toiminnasta pois koska miksi sitoutua toimintaan jos toimeksiantoja on yhdestä kahteen kuukaudessa*

Rinta-Harrin (2005, 80–81) mukaan yhteisesti jaetut kokemukset lisäävät yhteisöllisyyttä, vähentävät epäluuloisuutta sekä vahvistavat luottamusta. Miesten vertaisryhmä toimi yhteisöllisesti ja hyväksyi sen erilaiset jäsenet ajatuksineen sekä kannusti avoimeen, jopa kriittiseen dialogiin. Miehet tunsivat vertaisryhmän omakseen toiminnan loppupuolella ja uskaltautuivat rakentavaan kriittiseen keskusteluun vapaaehtoistoiminnan ja vapaaehtoisorganisaation kehittämiskohdista. Vertaisryhmätoiminta nähdään helposti ainoastaan sairauksien tukimuotona, eikä nähdä vertaisryhmän roolia osana normaaleja rakenteita ja kehittämistyötä. Mykkänen-Hänninen (2007, 27) näkee tärkeäksi vertaisryhmässä tapahtuvan elämänkokemuksen ja asiantuntijuuden jakamisen. Miehiä voi todeta hyödyntäneen kokemusasiantuntijuuttaan aktiivisesti vertaisryhmässä ja he keskustelivat kehittämisen tarpeista.

Luottamuksellisuus ryhmässä mahdollistaa kokemusten jakamisen. Laurikaisen vertaistyönohjauksen tulosten mukaan vertaisryhmän hyvä ilmapiiri sekä toisten osaamisen arvostaminen edistävät ryhmän ilmapiiriä (Sosiaaliportti 2010). Vapaaehtoiset ovat vaitiolovelvollisia asiakastilanteista tapahtuneista asioista, jolloin vertaisryhmällä on tärkeä rooli kokemusten reflektoinnissa ja läpikäynnissä. Tur-

vallinen ryhmä ilmeni siten, että ryhmässä voitiin luottaa jokaiseen sen jäseneseen ja että ryhmässä käsitellyt asioita ei viety ryhmän ulkopuolisten tietoon. Reflektoinnista ja läpikäynnistä miehet saivat uusia näkökulmia omaan tapaukseensa sekä vahvistusta omalle toiminnalleen.

*Jokainen saa puhua vapaasti ja uusia autetaan.*

Miehet kokevat vertaisryhmän tarpeen todellisenä. Vapaaehtoistoimintaan liittyminen alkaa peruskoulutuksella, jonka jälkeen vapaaehtoinen löytää sopivan toimintamuodon kahvila-, ystävä- ja avustajatehtävistä. Peruskoulutuksen jälkeen vapaaehtoiselle tarjotaan koulutus- ja virkistystoimintaa sekä kyseisen toimintamuodon tiedotus- ja kokoustilaisuuksia. Monipuolisen tuen tarjonnasta huolimatta miesten tarinat kertoivat siitä, että sosiaalisessa vapaaehtoistoinnassa mukana oleva mies haluaa olla sosiaalisessa kanssakäymisessä vertaisten kanssa. Yhtälaila Laurikaisen vertaistyönohjauksen arvioinnissa keskeiseksi tulokseksi nousee, että ryhmässä on mahdollista pohdiskella omaa toimintaa ja vahvistaa pohdinnan kautta omaa osaamista (Sosiaaliportti 2010). Lisäksi vertaisryhmä voisi vastata koulutusjatkumona ja tukena tarpeeseen heti peruskoulutuksen jälkeen.

Vapaaehtoisella on oikeus pitää taukoa vapaaehtoistoinnasta niin halutessaan. Vapaaehtoisuus tuo mukanaan uusia ystävyysuhteita ja samoin vertaisryhmän sisällä syntyy miesten välisiä uusia ystävyysuhteita. Mykkänen-Hänninen (2007, 29) kirjoittaa vertaisryhmässä syntyvistä ystävyysuhteista, jotka jatkuvat vielä vertaisryhmätoiminnan päätyttyä. Ryhmämme miehet keskustelivat ja suunnittelivat yhdessä tulevia tapaamisia vertaisryhmätoiminnan päättyessä.

Vertaisryhmässä voivat tavata kaikki vapaaehtoiset, myös ne, jotka eivät sillä hetkellä osallistu toimintaan aktiivisesti. Tauolla oleva vapaaehtoinen ei vieraannu vapaaehtoisten yhteisöstä, kun hän on osallisena toimintaan vertaisryhmän kautta. Jos vapaaehtoinen irrottautuu kokonaan vapaaehtoisorganisaatiosta, on toimintaan palaaminen vaikeampaa. Miesten kokemusten mukaan vertaisryhmällä on toimintaan sitouttava vaikutus.



### 10.3 Toiminnallisuuden apu tunteiden ja kokemusten jakamiselle

Tämän opinnäytetyön tulosten mukaan ryhmäyttämisen ja sitoutumisen vahvistaminen toiminnallisuudella on apuna tunteiden ja kokemusten jakamisessa. Kurki (2006, 141) toteaa toiminnallisuuden olevan sitouttavaa. Vertaisryhmätoiminnasta sekä miesten tarinoista oli todettavissa, että toiminnallisuus on tärkeää ryhmäprosessin alkuvaiheessa ryhmäyttämisen, sitouttamisen ja vuorovaikutuksen edistämiseksi. Kun ryhmän jäsenet tuntevat toisensa, saattoi toiminnallisuus jäädä pienempää rooliin vertaisryhmässä.

*yks pieni homma mutta keitetään ensin kahvit ja höpistään*

Miesten tarinoissa oli toistuvasti juonenkuljetus, jossa asiakas antoi toimeksianton ja tarina päättyi asiakkaan ja vapaaehtoisien väliseen keskusteluun kahvikupin äärellä. Heikkinen (2010, 148), Kaasila (2008, 43) ja Myers (2009, 211–212) painottavat narratiivien käyttämistä ihmiskokemusten merkittävyyden todentajina. Miesten tarinoiden juonenkulkujen pääkohdiksi nousivat toiminnallisuudesta alkunsa saaneet vuorovaikutustilanteet asiakkaiden kanssa. Toiminnallisuuden merkitys keskustelua edistävänä tekijänä eli katalysaattorina korostuu erityisesti uuden asiakkaan kohtaamisessa tai toisilleen vieraiden miesten muodostamassa ryhmässä. Toiminnallisuus katalysaattorina ryhmäyttää ja tutustuttaa ryhmän jäseniä toisiinsa sekä helpottaa keskustelun käynnistymistä.

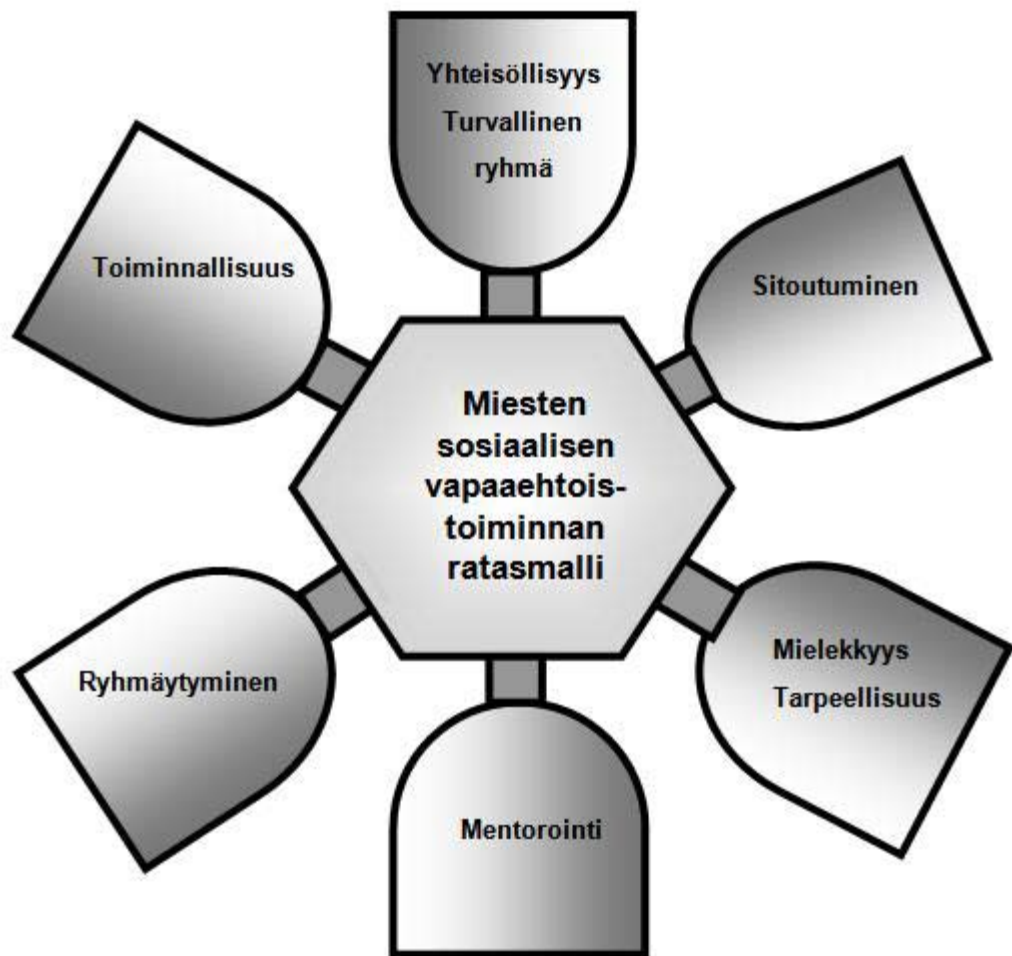
*toiminnallisuus helpottaa sitoutumista, kun sitoutuu tähän ryhmään se myös vaikeuttaa siitä irtautumista*

Mikäli toiminnallisuus ei ole vapaaehtoiselle mielekästä, ei sillä ole vuorovaikutusta ja jakamista tukevaa vaikutusta. Vertaisryhmään osallistuneet miehet kokivat liikunnallisuuden sekä omasta hyvinvoinnista huolehtimisen mielekkäänä toiminnallisuuden muotona. Rinta-Harri (2005, 74) puhuu kehollisuuden puolesta, sillä monipuolinen toiminnallisuus heijastuu ajatteluun ja tunnemaailmaan. Liikunnallisuudella lämmiteltiin kehoa ja vartaloa sekä sitä kautta aktivoitiin mieltä tulevaan keskusteluun. Vastaavasti yhtä tärkeää on päättää toiminnallinen vertaisryhmätoiminta ajatuksia kokoavalla toiminnalla, kuten rentoutuksella tai venyttelyllä.

Vertaisryhmän toiminnallisuus tuntui miehistä terapeuttiselta kokemukselta. Perustelu terapeuttisuudelle voi syntyä hyvinvoinnista sekä ihmisen kokonaisvaltaisesta huomioinnista vertaisryhmässä. Kuten Haarni toteaa (2010, 150), on omasta hyvinvoinnista huolehtimisella motivaatioon positiivinen vaikutus. Vertaisryhmätoiminnassa huomioitiin miehiä fyysisesti, psyykkisesti sekä sosiaalisesti. Fyysinen huomiointi käsittää liikunnallisuuden sekä hyvinvoinnista huolehtimisen, psyykinen huomiointi vapaaehtoiskokemusten jakamisen sekä käsittelyn ja sosiaalinen huomiointi syntyy vertaisryhmän sivutuotteena.

## 11 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyömme johtopäätöksen mukaan sosiaalinen vapaaehtoistoiminta merkitsee miesvapaaehtoiselle toiminnallisuutta, mielekkyyttä, tarpeellisuutta, yhteisöllisyyttä, turvallista ryhmää, mentorointia sekä ryhmäytymisen ja sitoutumisen vahvistumista. Seuraavaksi vertaamme saatuja tuloksia aiempien tutkimusten tuloksiin ja esittelemme aineistoista syntyneen ratasmallin.



KUVIO 12. Miesten sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan ratasmalli.

Tämän opinnäytetyön johtopäätökseksi on tiivistynyt miesvapaaehtoisten sosiaalista vapaaehtoistoimintaa kuvaava ratasmalli (KUVIO 12). Mallissa on yhdistetty eri aineiston keruumenetelmillä saadut tulokset sekä opinnäytetyön kolme tutkimustehtävää: 1) mitä sosiaalinen vapaaehtoistoiminta merkitsee miehelle, 2) mikä on vertaisryhmän anti ja miten vertaisryhmä tukee vapaaehtoistoiminnassa jaks-

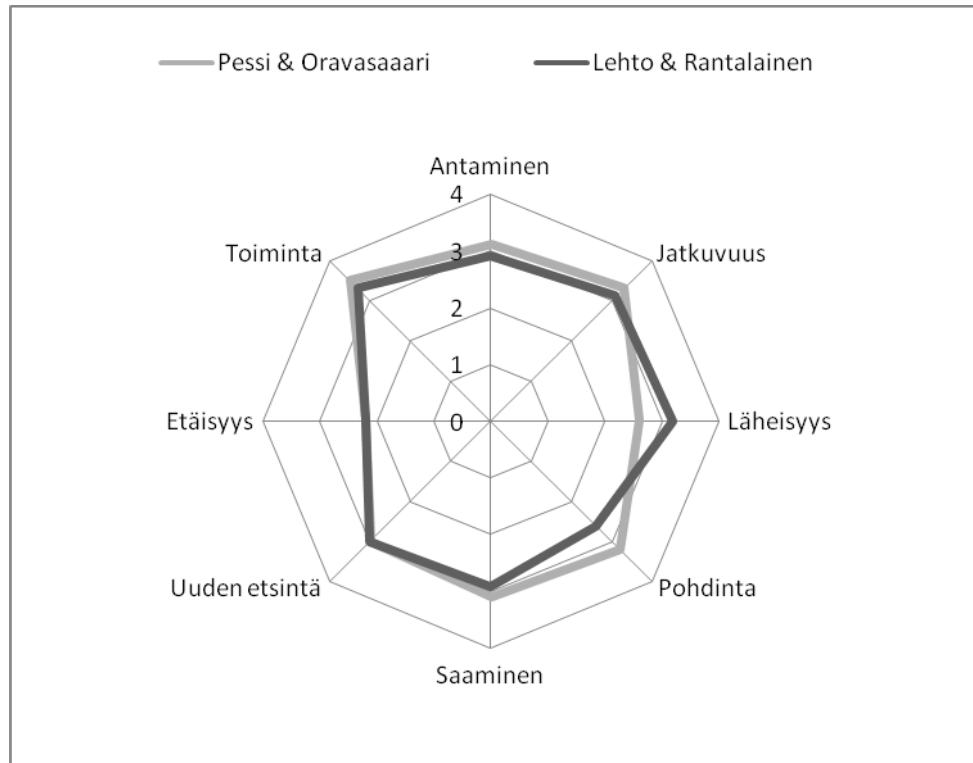
mista sekä 3) miten toiminnallisuus voi olla apuna tunteiden ja kokemusten jakamisessa.

Aineistojen yhdistämisen jälkeen johtopäätösten tuloksiksi jäivät ne vastaukset, jotka toistuivat eri keruumenetelmillä. Tutkimustehtävien yhdistäminen yhdeksi kuvioksi johtopäätöksissä on mahdollista, sillä tutkimustehtävät limittyvät ja kuu-  
luvut läheisesti toisiinsa. Sosiaalinen vapaaehtoistoiminta on miesten mukaan toiminnallista ja vapaaehtoisilla on yhteisenä nimittävänä tekijänä Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskus, vaikkei rakenteissa vielä ole erillistä vertaisryhmää.

Toteutimme vertaisryhmän alkaessa kyselyn miesten vapaaehtoisмотиваatiosta. Kyselylomakkeen kysymykset olivat samat kuin Pessin ja Oravasaaren (2010) järjestöjen vapaaehtoisille suunnatussa tutkimuksessa. Kyselylomakkeen kysymykset selvittivät vapaaehtoisмотиваatiota Yeungin (2004b) timanttimalin mukaisesti. Yeungin (2004b) mukaan vapaaehtoisмотиваatiota määrittävät toiminta, läheisyys, uuden etsintä, antaminen, pohdinta, etäisyys, jatkuvuus ja saaminen. Käytimme valmiiksi luotuja kysymyksiä, jotta pystymme vertaamaan saatuja tuloksia valtakunnalliseen aineistoon ja todentamaan saamiemme tulosten toistettavuuden ja luotettavuuden.

TAULUKKO 1. Timanttimalien tulokset verrattuina taulukossa.

	Pessi & Oravasaari 2010 tutkimuksen tulokset	Lehto & Rantalainen Opinnäytetyön tulokset
Antaminen	3,6	3,3
Saaminen	3,1	2,9
Jatkuvuus	3,3	3,1
Uuden etsintä	3,0	3,0
Etäisyys	2,2	2,2
Läheisyys	2,6	3,2
Toiminta	3,5	3,3
Pohdinta	3,1	2,6



KUVIO 13. Timanttimalin tulosten vertaaminen vapaaehtoismotivaatiokartalla.

Yleiskatsauksena voidaan todeta, että miesten vastaukset kyselylomakkeen kysymyksiin olivat hyvin samankaltaiset kuin Pessin ja Oravasaaren (TAULUKKO 1 & KUVIO 13) tulokset. Suurimmat eroavaisuudet olivat vastauksissa, jotka koskivat läheisyyttä ja pohdintaa. Muissa tuloksissa ei ollut merkittäviä eroja.

Pessin ja Oravasaaren (2010) tutkimukseen vastasivat sekä miehet että naiset ja kaikista eri vapaaehtoistoiminnan muodoista. Onkin yllättävää todeta, että sosiaalista vapaaehtoistoimintaa tekevät miehet kokevat läheisyyden merkityksen tärkeämpänä kuin valtakunnallisten tulosten keskiarvo. Kysymykseksi jääkin, ovatko miesten vastaukset seurausta siitä, millaisia miehiä sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan pariin hakeutuu vai onko sosiaalinen vapaaehtoistoiminta vaikuttanut miesten ajatusmaailmaan ja läheisyyden merkityksellisyyteen.

Miesten vastauksissa pohdinta ei saanut yhtä suurta merkitystä vapaaehtoistoiminnan motiivina kuin Pessin ja Oravasaaren (2010) tutkimuksen mukaan. Miesten vastausten tulos näyttäisi tukevan esioletustamme sekä saatuja tuloksiamme siitä,

että miehet kokevat toiminnallisuuden merkittävämmäksi motiiviksi vapaaehtoisuudelle kuin pohdinnan. Pessi ja Oravasaari (2010, 190) esittävät tutkimuksen tiivistelmässä ajatuksen siitä, että juuri eläkkeelle jääneitä houkuttaa vapaaehtoistoimintaan yhtenä tekijänä pohdinnallisuus – kuinka elää arvoja todeksi teoissa. Miesten vastausten mukaan pohdinta ei ole merkityksellistä, kun on jo vapaaehtoistoiminnassa mukana. Voimme tulostemme ja havainnoinnin kautta olettaa, että sosiaalisessa vapaaehtoistoiminnassa mukana olevat miehet ovat jo pohtineet toiminnan arvoja toimintaan liittymisen ja peruskoulutuksen aikana.

Vapaaehtoistoimintaa käsittelevät tutkimukset ovat kattaneet kaikki vapaaehtoistoiminnan toiminta-alueet: sosiaali- ja terveys-, liikunta- ja urheilu-, taide- ja kulttuurijärjestöt sekä kirkko ja seurakunnat. Pelkästään sosiaalista vapaaehtoistoimintaa koskevia tutkimuksia ei ole löydettävissä. Siksi emme pelkästään vertaa saatuja tuloksia timanttimaliin, vaan käytämme myös muita viitekehyksen tutkimustuloksia vertailun apuna.

Toiminta on yksi Yeungin (2005, 124–125) timanttimalin kahdeksasta motiivista. Kyselylomakkeiden, teemahaastatteluiden ja osallistuvan havainnoinnin avulla oli todennettavissa toiminnallisuuden tärkeys myös sosiaalista vapaaehtoistoimintaa tekeväälle miehelle.

Pessin ja Oravasaaren (2009, 190) vapaaehtoisuuden kartoituksen mukaan miehiä vapaaehtoistoimintaan sitouttaa toiminnallisuus, tuttuus ja sosiaalisuus. Tulostemme mukaan sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan toiminnallisuus ryhmittää ja sitouttaa miesvapaaehtoisia. Ryhmän miehet olivat vastuuntuntoisia sekä sitoutuneita sosiaaliseen vapaaehtoistoimintaan.

Leimio-Reijosen (2002, 72) tutkimuksen mukaan sosiaalipedagoginen toiminta on sidottu mielekkyyteen ja vastuullisuuteen. Tulostemme mukaan sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan merkitys miesvapaaehtoisille on yhteydessä vapaaehtoistoiminnasta syntyvään tarpeellisuuden tunteeseen, josta syntyy kokemus toiminnan mielekkyydestä.

Sosiaalisessa vapaaehtoistoiminnassa toiminnan merkityksellisyys rakentuu yhteisöllisyydestä. Nivalan (2008, 296) tutkimuksen mukaan yhteisöllisyys vahvistaa osallisuutta. Sosiaalisessa vapaaehtoistoiminnassa yhteisöllisyys syntyy yhteisestä halusta auttaa ja osallistua tarpeelliseksi koettuun toimintaan. Sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan kautta miehet kokevat osallisuutta.

Mikkosen (2009, 29) tutkimus kuvailee vertaisryhmää tiedon lähteenä, suojana ja turvana sekä ratkaisujen kenttänä. Tulostemme mukaan miehet kokevat vertaisten muodostaman ryhmän turvallisenä. Vertaisten kanssa on mahdollista jakaa luottamuksellisia asioita ja saada ryhmältä tiedon pohjalta turvallisuuden tunteen oikeasta toimintatavasta kentällä.

Miehet nostivat mentoroinnin olennaiseksi osaksi sosiaalista vapaaehtoistoimintaa. Pessi ja Oravasaari (2009, 167) esittelevät erilaisia keinoja vapaaehtoistoiminnan tulevaisuuden turvaamiseksi ja toiminnan kehittämiseksi liittyen: resurssit, suunnittelu, seuranta, koulutus, osaaminen, tiedon jakaminen, toimijoiden tukeminen, kannustava ohjaus ja markkinointi. Miehet näkivät mentoroinnin tarpeellisenä toiminnan kehittämiseksi. Mentoroinnin toivotaan tapahtuvan luontevana jatkumona peruskoulutuksen jälkeen vertaisryhmässä. Sosiaaliseen vapaaehtoistoimintaan voi sanoa kuuluvan halu mentoroida ja tukea toiminnassa aloittavia.

### 11.1 Tutkimustulosten luotettavuus ja eettisyys

Tutkimustehtävän asettelulla ja muotoilulla sekä avoimella tutkimussuunnitelman esittämisellä turvataan tutkimusaiheen eettisyys (Vilka 2006, 65–66). Tämän opinnäytetyön aiheen eettisyyttä on käsitelty opinnäytetyöprosessin alusta alkaen yhteistyökumppanimme kanssa. Lahden seurakuntayhtymän Yhteisen Palvelutyön johtokunta myönsi tutkimusluvan muutoksitta, mikä on merkki aiheen eettisyydestä sekä sopivuudesta yhteistyökumppanimme arvomaailmaan. Ajatusten vaihto toteutuksesta ja aiherajauksesta oli erityisesti työn alkuvaiheessa aktiivista ja keskustelevaa. Yhteistyön perustana oli avoimuus, luottamuksellisuus sekä toiminta molempien organisaatioiden, Lahden seurakuntayhtymän ja Lahden ammattikorkeakoulun, sääntöjä noudattaen.

Esiymmärryksemme miesryhmästä olisi voinut asettaa tutkimustehtävän kohderyhmän rajaamisen epäeettiseksi tutkimustoiminnaksi, mikäli olisimme valinneet vertaisryhmään osallistuvat miehet. Kohderyhmän valintaan ja rajaukseen liittyvä eettinen kysymys ratkaistiin siten, että kutsu vertaisryhmään toimitettiin kaikille miesvapaaehtoisille ja olimme varautuneet suorittamaan arvonnalla osallistujista, jos ryhmäkoko olisi ylittänyt asetetun 10 henkilön rajan. Miesten vapaaehtoinen osallistuminen opinnäytetyön vertaisryhmään lisää tulosten luotettavuutta.

Ryhmään osallistuneet miehet olivat kyselylomakkeen saatekirjeen saamisesta alkaen tietoisia vertaisryhmään liittyvästä opinnäytetyöstä. Ennen vertaisryhmän alkamista järjestettiin tiedotustilaisuus opinnäytetyöstä ja vertaisryhmästä. Tiedotustilaisuudessa kartoitettiin miesten toiveita vertaisryhmän rakenteesta ja aihepiireistä sekä annettiin mahdollisuus keskustelulle opinnäytetyöhön ja ryhmään liittyville kysymyksille. Havainnoinnin eettisenä ongelmana on tutkimuskohteen arkipäivän elämän väistämätön rikkominen ja väliintulo (Vilka 2006, 56–57). Vähentääksemme vertaisryhmätilanteen rikkoutumista opinnäytetyön aineiston keruun takia kerroimme avoimesti opinnäytetyöstä. Avoimuus tutkimustehtävistä ja opinnäytetyöstä säilyivät koko vertaisryhmän toiminnan ajan, ja merkinä avoimudesta olivat ajoittain vertaisryhmässä käydyt keskustelut työn etenemisestä.

Opinnäytetyön eettisyyttä on vahvistanut miesten osallisuuden mahdollistaminen ja tukeminen vertaisryhmätoiminnan ajan. Miesten osallisuus näkyi vertaisryhmän toimintakertojen suunnittelussa ja sisällöissä sekä päätöksenteossa. Lisäksi yksittäiset vertaisryhmätapaamiset elivät tilanteen ja ryhmän tarpeen mukaisesti, ei ainoastaan opinnäytetyön tavoitteita seuraten. Osallisuuden holistisen mallin (Warren 2007, 50–51) mukaisesti vertaisryhmässä tiedotettiin kaikkia osallistujia samanaikaisesti ja tasa-arvoisesti. Tasa-arvoisen tiedottamisen välineenä käytettiin sosiaalisen median keskustelualustaa. Ryhmän jäsenten saatavilla olevalla keskustelualustalla pyrittiin siihen, ettei viestintä tapahdu kauttamme ohjaajan roolissa, vaan jokainen ryhmäläinen tiedotti itse ja oli vastuussa omasta osallistumisestaan koko vertaisryhmälle.



Vertaisryhmätoiminnan eettisyyttä sekä toimintaamme ohjaajina varmistettiin laatimalla terveystietolomake. Terveystietolomakkeella kartoitettiin ryhmän jäsenten terveydellisiä tietoja, joiden avulla rajattiin vertaisryhmän toiminnallisuuden rasittavuutta. Häätätilanteiden varalta keräsimme myös lähiomaisten yhteystiedot. Terveystietolomakkeessa varmistettiin myös suostumus kuvaamiseen. Turvallisuusajattelu sekä ennakointi ja varautuminen yllättäviin tilanteisiin varmistivat sekä ryhmän turvallisuutta että toimintaamme vertaisryhmän ohjaajina.

Tutkimuksen luotettavuutta voi tarkentaa käyttämällä eri tutkimusmenetelmiä (Hirsjärvi ym. 2007, 228). Tässä opinnäytetyössä on hyödynnetty triangulaatiota niin työn tekijöiden määrän, käytettyjen teorioiden näkökulmien kuin erilaisten tutkimusaineistojen suhteen. Triangulaatiolla on saavutettu tulosten toistuvuutta ja kylläntymistä, syvyyttä sekä ilmiön tarkastelun mahdollisuus eri näkökulmista. Opinnäytetyön luotettavuutta on lisätty esitestaamalla kaikki kyselylomakkeet ja teemahaastatteluiden käytetyt kysymykset ulkopuolisilla lukijoilla. Havainnoinnin tukena ja litteroinnin välineenä käytetyn videokameran äänenlaatu testattiin ennen vertaisryhmän aloittamista.

Tutkimustuloksilla on saatu vastauksia tutkimustehtäviin. Yhtäläillä tutkimusmenetelmät ja mittarit ovat olleet toimivia suhteessa tutkimustehtäviin. Vilka (2005, 161) määrittelee tutkimuksen validiteetin, eli mittareiden tai tutkimusmenetelmien pätevyyden, kertovan tulosten ja alkuperäisen tutkimustehtävän suhteesta. Tämän opinnäytetyön validiteetin voidaan todeta olevan pätevä.

Olimme yhteydessä yhteistyökumppaniimme raportin kirjoittamisen loppupuolella. Toimitimme valmista tekstiä kommentoitavaksi ja pyysimme korjauksia mahdollisiin asiavirheisiin. Näemme, että toiminta yhteistyökumppanimme kanssa on ollut rakentavaa sekä opinnäytetyötä eteenpäin vievää. Koimme tärkeäksi ja yhteistyötä arvostavaksi, että hyväksytimme tekstejä yhteistyökumppanillamme ennen työn palauttamista.

## 11.2 Jatkotutkimusaiheet

Yhteistyömme ja kokemustemme kautta suosittelemme tiiviimpää yhteistyötä Lahden ammattikorkeakoulun ja Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskuksen välille. Opiskelijoilla on selkeä tarve saada käytännön kokemusta asiakastyöstä ja ihmisten kohtaamisesta, ja vapaaehtoistyön keskus voisi vastavuoroisesti saada opiskelijoilta uusia näkökulmia vapaaehtoistoiminnan muotoihin ja menetelmiin.

Jatkotutkimusaiheet nousevat yhteistyöorganisaation toiveista sekä kokemuksistamme vapaaehtoisten vertaisryhmän ohjaajina. Jatkotutkimusaiheet esitellään toisiaan tukevassa järjestyksessä. Kokonaisuudet ovat kooltaan toteutettavissa ammattikorkeakoulututkimuksen opinnäytetyönä.

*Vapaaehtoisten vertaisryhmän ohjaajakoulutus* jatkotutkimusaiheena saa tukea yhteistyöorganisaatiolta. Vapaaehtoisten vertaisryhmän ohjaajakoulutuksella vapaaehtoinen voi kehittää itseään sekä ottaa vastuuta vapaaehtoistoiminnasta. Jatkotutkimuksen tavoitteena voi olla ohjaajakoulutuksen suunnittelu sekä toteutus. Tämän opinnäytetyön tulokset vertaisryhmätoiminnasta ja vapaaehtoisuudesta toimivat ohjaajakoulutuksen suunnittelun materiaalina. Hyödyntämällä kokemusasiantuntijuutta koulutuskokonaisuudesta voi saada vapaaehtoistoimintaa sisältä päin tukeva koulutussuunnitelma.

*Vapaaehtoisten vertaisryhmän ohjaajan opas* on myös yhteistyöorganisaatiolle tarpeellinen jatkotutkimusaihe. Tämän opinnäytetyön sekä vapaaehtoisten vertaisryhmän ohjaajakoulutuksesta saatua materiaalia voidaan hyödyntää vertaisryhmän ohjaajan oppaan toteutuksessa. Oppaan avulla vertaisryhmän ohjaajan on mahdollista suunnitella, organisoida ja toteuttaa vapaaehtoisten vertaisryhmä.

*Markkinointi- ja mainontasuunnitelman toteuttaminen Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskukselle* auttaisi tarjontaa kohtaamaan tarpeen. Jatkotutkimuksen tavoitteena olisi markkinointi- ja mainontasuunnitelman toteuttaminen sekä muun muassa jaettavan materiaalin päivittäminen. Tärkein osa-alue mainonnassa olisi löytää oikeat tiedotuskanavat sekä oikeanlainen markkinointityyli, jotta vapaaeh-

toisten mahdollisesti kokema työtehtävien vähyys kohtaisi mediassakin esille nousseen tarpeen vapaaehtoisten tarjoamalle avulle.

*Vertaisryhmän juurruttaminen osaksi vapaaehtoistoiminnan organisaatorakenteita* tarjoaisi mahdollisuuden toiminnallisen opinnäytetyön toteuttamiseen. Vertaisryhmän arvoina voitaisiin nähdä tiedon ja kokemusten jakaminen uusille vapaaehtoisille mentoroinnin kautta sekä vapaaehtoisten mielipiteiden merkitys kehittämisen välineenä. Vapaaehtoisten ideoiden sekä mahdollisten haastavien tilanteiden kuuleminen muuttuisi juurruttamisen kautta luontevaksi osaksi vapaaehtoistoimintaa. Juurruttamisen kautta voidaan tavoitella asennemuutosta, jotta vertaisryhmätoiminta ei olisi ongelmalähtöistä ja leimaavaa.

*Vapaaehtoisten kokemusasiantuntijuuden ideoiden tukeminen käytännössä* antaisi opinnäytetyön tekijöille mahdollisuuden esimerkiksi kyselyn toteuttamiseen ja tuloksista luodun toimintamallin kokeilemiseen. Vapaaehtoisilla on runsaasti kehittämisasiideoita sekä tarve tulla kuulluksi ja huomioduksi, joten kyselyn avulla voidaan selvittää ehdotuksia uusista vapaaehtoistoiminnoista. Kartoituksen jälkeen uutta toimintamallia voi kokeilla käytännössä vapaaehtoisten kanssa.

## 12 POHDINTA

Aloitimme opinnäytetyöprosessin keväällä 2010 mielessämme miesvapaaehtoisille suunnattu hyvinvointia tukeva ryhmä, jossa hyödynnetään narratiivisuutta menetelmänä. Vuodessa aihe rajautui ja tutkimustehtävät löysivät muotonsa sekä käytäntö vertaisryhmässä osoitti, ettei narratiivisuus ollut päätutkimusmenetelmämme vaan käytännön työväline.

Opinnäytetyömme kohderyhmä ja tutkimustehtävän sisältö on pysynyt alusta alkaen samana ja kantavana teoriana on kulkenut vapaaehtoisuuden timanttimalli. Palaaminen yhä uudelleen tutkimustehtävän pariin on auttanut aiheen rajaamisessa sekä ohjannut prosessia. Tutkimustehtävän avulla on karsittu monet mielenkiintoiset, mutta aiheemme kannalta tarpeettomat aineistot.

Etsimme opinnäytetyössä vastausta kysymykseen, mitä sosiaalinen vapaaehtoistoiminta merkitsee miesvapaehtoistille. Johtopäätöksenä esittelimme miesten sosiaalisen vapaaehtoistoiminnan ratasmallin. Opinnäytetyön otoskoon puolesta saaduilla tuloksilla ei pyritty yleistettävyyteen, mutta tulosten tulkinnan vertailu aiempiin tutkimuksiin näytti todeksi tulostemme luotettavuuden. Tuloksemme ovat hyvin lähellä valtakunnallisesti saatuja vapaaehtoisuuden merkityksiä (vrt. Pessi & Oravasaari 2010; Yeung 2004a).

Erityisesti pohdintaa yhteistyökumppanissamme sekä meissä herätti miesten tarinoista noussut huoli toimeksiantojen vähydestä. Äärimmäistilanteessa toimeksiantojen vähyys vaikuttaa heikentävästi miesten motivaatioon ja sitoutumiseen. Vapaaehtoisten organisaatorakenteen kehittämisen haasteena on vapaaehtoisten suuri määrä ja uusien toimintojen käynnistämisen vaatima työpanos, sekä henkilömäärässä että työtunneissa. Otoskoon puolesta ryhmän jäsenten mielipiteet nousivat helpommin esille tuloksissa kuin suurissa otannoissa. Näimme kuitenkin tärkeäksi yksittäisten ryhmäläisten kuulemisen sekä palautteen arvon. Opinnäytetyön tutkimuksellisen etiikan kannalta oli tärkeää, että välitämme aineiston mahdollisimman muuttumattomana tulosten tulkintaan ja johtopäätöksiin asti (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2004).

### 12.1 Vertaisryhmän ja aineiston keruun arviointia

Käytimme paljon aikaa keskusteluun vertaisryhmäprosessista sekä toiminnastamme ryhmän ohjaajina. Arvioimme vertaisryhmän onnistumista sekä toimintamme kehittymistä. Leimio-Reijosen (2002) mukaan sosiaalipedagoginen toiminta rakentuu osallisuudesta, mielekkyydestä, vastuullisuudesta ja jatkuvasta laadun arvioinnista. Jo ensimmäinen perustavanlaatuinen kysymys on, voiko rehellisesti puhua miesten vertaisryhmästä, kun ryhmän kutsuu koolle kaksi naista? Ratkaisimme pohdinnan siten, että vertaisryhmää voi ohjata joko vapaaehtoinen vertainen tai ulkopuolinen ohjaaja. Näin ollen toimimme ulkopuolisina ohjaajina sukupuolesta riippumatta. Vertaisryhmä oli kokoontumisperusteeltaan neutraali, yhdistävä tekijä oli sosiaalinen vapaaehtoisuus. Ryhmässä ei käsitelty intiimejä sukupuoleen liittyviä asioita, jotka liittyvät usein sairauden vertaistukiryhmään. Mies-

ten palaute antoi meille hyväksynnän ryhmänohjaajina, ja heidän mielestään vertaisryhmä voisi jatkossa olla yhtäläillä sekaryhmä.

Suunnittelimme vertaisryhmän tapaamiset etukäteen, mutta kuitenkin siten, että suunnitelma oli väljä ja antoi tilaa keskustelulle sekä ryhmän toiveille. Vuokila-Oikkosen (2002) tulosten mukaan yhteistoiminnallisuus vaatii työskentelyaikaa onnistuakseen ja yhteisen ymmärryksen saavuttamiseksi. Pyrimme toimimaan ohjaajina enemmänkin kokoonkutsujina, mahdollistajina ja innostajina, emme itse tapaamisen johtajina. Meille oli tärkeää, että ryhmä keskustelee keskenään ja ohjaamme puhetta vain tarvittaessa. Litteroidessa kuvanauhoja saimme iloksemme todeta, että kehityimme kuuntelun ja innostamisen taidoissa. Puhuimme vertaisryhmän tapaamisissa vähiten ja vain niissä tilanteissa, kun huomasimme tärkeän puheenaiheen, johon oli syytä pysähtyä. Kuvanauhoilta pystyimme todentamaan ammatillista kasvua ryhmänohjaustaidoissa sekä dialogisuudessa.

Vertaisryhmän suurin haaste oli osallistujamäärän vaihtuvuus, vaikka vertaisryhmään osallistuivat samat miehet. Hokkanen (2003, 261) kuvaa osallistujien vaihtuvuutta haasteelliseksi tilanteeksi ryhmän ohjaajalle sekä ryhmän muodostumisen vaiheille. Tiedotustapaamisessa oli paikalla 10 miestä, kun taas viimeisessä tapaamisessa ennen joulua paikalla oli vain yksi mies. Osaltaan vaihtuvuuteen vaikuttivat muut päällekkäiset toiminnat, mutta jäimme yksin sekä ryhmän kanssa pohtimaan syitä sille, miksi osallistujamäärä vaihteli niin paljon. Oli yllättävää todeta, että myyti kiireisistä eläkeläisistä piti paikkansa vertaisryhmässämme. Miesten ehdotus sitoutumisen tukemiseksi oli suurempi porkkana toiminnan alussa sekä vertaisryhmän käynnistäminen syksyllä siten, että toiminnasta tiedotetaan jo keväällä.

Kieltämättä ryhmäkoon vaihtuvuus vaikutti ohjaamisen tunnelmiin epävarmuutena ja yllätyksellisyytenä. Sosiaalista vapaaehtoistoimintaa tekevät miehet kantoiivat tässäkin tilanteessa huolta muista kuin itsestään ja he varmistelivat saammeko tarpeeksi aineistoa, jos ryhmäkoko vaihtelee. Vastaavasti toimimme miehille julki, että saamme varmasti kerättyä riittävästi aineistoa, vaikka paikalla olisi vain yksi henkilö. Mielestämme ammatillisuutta toiminnassamme kuvastaa se, että vertais-

ryhmätilanteet vietiin läpi ryhmäkoosta huolimatta ja muokaten suunnitelmaa tapaamisen tarpeen mukaan. Toinen tärkeänä pitämämme toimintamalli oli yhteen-veto ja vertaisryhmän peilaaminen keskenämme heti tapaamisen jälkeen.

Näimme miesten tasapuolisen kohtaamisen huomioitavana ryhmän ohjaamisen arvona. Tunsimme osan miehistä ennalta, joten tasapuolisuus oli mielestämme erityisen tärkeää. Vertaisryhmätapaamisten alussa tervehdimme kaikkia miehiä samantyyllisesti, emmekä keskustelleet tuttavallisemmin tuttujen miesten kanssa. Teemahaastattelutilanteissa turvasimme tasapuolista puheaikaa tiimalasilla, joka määrittä yhden henkilön kertomuksen keston. Tiimalasin aikana muut kuuntelivat ja kommentointi tapahtui kertomuksen jälkeen.

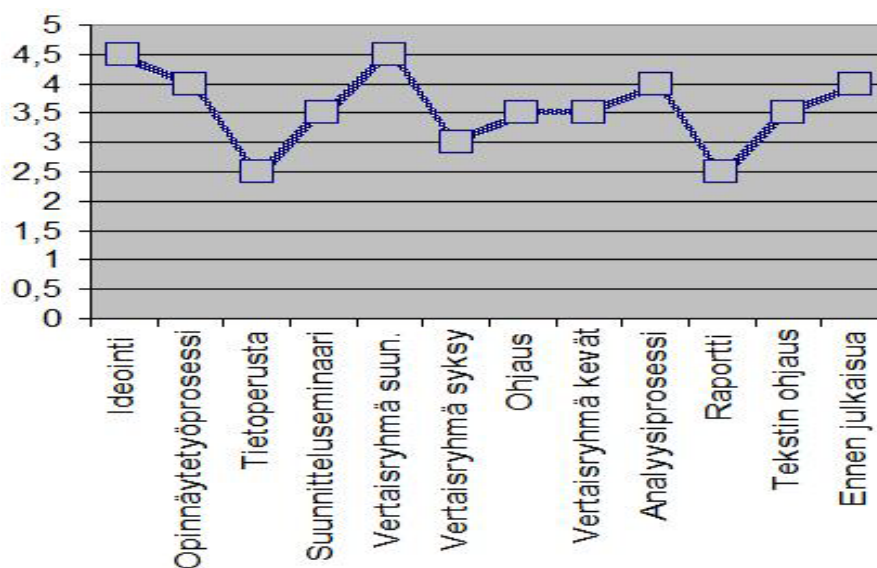
Teemahaastattelut vertaisryhmässä olivat yksi aineiston keruun muodoista. Lisäksi keräsimme aineistoa kyselylomakkeilla sekä osallistuvalla havainnoinnilla. Tuloksia käsitellessä useasta aineiston keruumenetelmästä oli hyötyä, sillä tulokset kyläntyivät ja samalla luotettavuus lisääntyi. Esiolettamuksemme oli, että eri aineiston keruumenetelmillä voisi olla vaikutusta tuloksiin. Merkittävin ero aineiston keruumenetelmillä oli tulosten syvyyteen, aivan kuten Vilkka (2006, 24–25) toteaa olevan useamman menetelmän hyötynä. Teemahaastatteluissa tulokset kertoivat ihmisten välisistä vuorovaikutussuhteista, kun taas kyselylomakkeiden tuloksissa jäätin enemmän käsitteiden tasolle. Molemmissa aineiston keruumenetelmissä on omat haasteensa. Kyselylomakkeen kysymysten laadinta vaikuttaa tulosten onnistumiseen ja teemahaastattelussa tutkija itse voi johdatella tuloksia toiminnallaan.

Rinta-Harri (2005, 81) näkee tärkeänä, että ryhmänohjaaja osallistuu sekä innostaa. Tavoitteenamme sekä toiminnallisuudessa että ryhmäkeskusteluissa oli osallistua tasavertaisena ryhmän toimintaan. Mutta kuitenkin kuten Kavilo (2010, 19–21) kuvailee, innostaessa ohjaustilanteessa innostajan tulee toimia omana itsenään ja rohkaista käytöksellään tunteiden ilmaisuun. Vaikka innostaminen oli tärkeä osa toimintaamme vertaisryhmän ohjaajina, emme mielestämme toimineet epäaidosti tai liian korostetusti innostaen.

Vertaisryhmää on tutkittu työnohjauksen välineenä. Laurikainen (2008) on mallintanut hyvänä käytäntönä vertaistyönohjauksen järjestötoiminnassa. Vertaistyönohjausta voidaan soveltaa myös vapaaehtoistoimijoiden työn jakamisen ja kehittämisen välineenä (Sosiaaliportti 2010). Johtopäätöksemme mukaan miehet kokevat merkitykselliseksi yhteisöllisyyden, turvallisen ryhmän, mentoroinnin sekä ryhmäytymisen sosiaalisessa vapaaehtoistoiminnassa. Miehet kokevat ryhmämuotoisen toiminnan mielekkäänä, mutta vertaisryhmän haasteena on edelleen mahdollinen leimaavuus ja ongelmalähtöisyys. Pyrimme opinnäytetyömme johtopäätöksen mukaan osoittamaan vertaisryhmän mahdollisuudet työnohjauksen ja kehittämisen välineenä.

## 12.2 Opinnäytetyöprosessin arviointia

Arvioimme opinnäytetyöprosessin etenemistä tarinaviiva-menetelmällä (Leimio-Reijonen 2010, 19). Tarinaviivalle päätettiin ensin 12 merkittävää opinnäytetyöprosessin kohtaa, kuten esimerkiksi tietoperustaan ja lähdemateriaaliin tutustuminen, suunnitteluseminaari ja aineiston analysointi. Valittuja 12 kohtaa arvioitiin kysymyksellä ”minkä olisin tehnyt toisin”. Arvioimme prosessin vaiheita asteikolla yhdestä viiteen siten, että yksi tarkoitti vaiheen täysin eri lailla tekemistä ja viisi sitä, ettei tekisi mitään toisin. Molemmat tekivät ensin oman tarinaviivan, jonka jälkeen arvioinnit yhdistettiin yhteiseksi tarinaviivaksi opinnäytetyöprosessin etenemisestä.



KUVIO 14. Leimio-Reijonen (2010, 19). Opinnäytetyöprosessin Tarinaviiva-arviointi.

Tarinaviivastamme (KUVIO 14) voi määrittää opinnäytetyöprosessimme kohdat, jotka tekisimme jälkikäteen toisin sekä ne kohdat, jotka onnistuivat mielestämme parhaiten. Tarinaviiva alkaa opinnäytetyön ideointivaiheesta ja opinnäytetyöprosessiin ilmoittautumisesta ja päättyy tunnelmiin ennen julkaisuseminaaria.

Opinnäytetyöprosessi on kestänyt yli vuoden, ja tarinaviivassa näkyvät ylä- ja alamäet. Suurimmat notkahdukset ovat tapahtuneet tietoperustaan perehtymisen ja raportin kirjoittamisen kohdalla. Tietoperustan hankintaan liittyvät kehittämisajatukset syntyvät siitä, että raportoinnin loppumetreillä tuntuu siltä, että edelleen löytyy paljon hyvää lähdekirjallisuutta. Vaikka uskoimme kartoittaneemme hyvin tieteellisiä tutkimuksia jo lähes vuosi sitten, on opinnäytetyöaiheeseen syventyminen paljastanut koko ajan lisää hyödyllisiä lähteitä. Toisaalta olemme raportoinnin loppuvaiheessa tutustuneet henkilöihin, jotka ovat auttaneet meitä löytämään tärkeitä lähteitä. Jälkikäteen tuntuu erikoiselta, ettemme jo aiemmin ottaneet rohkeasti yhteyttä ihmisiin, jotka työskentelevät vastaavien projektien parissa.

Raportoinnin kehittämistarpeet koskevat tekstin lepoaikaa, kommentoinnin jakamista pieniin osiin usealle lukijalle sekä erilaisesta kirjoittamisen valmiudesta. Raportin kirjoittamisessa oli pieniä taukoja, muttei tarpeeksi pitkiä ja tekstiä kehit-



täviä sekä eteenpäin vieviä lepotaukoja. Onneksemme saimme ulkopuolisia lukijoita, jotka auttoivat näkemään asioita, joille olimme jo aikoja sitten sokeutuneet. Ulkopuoliset lukijat olivat tärkeitä työmme edistymiselle ja heidän tehtävänsä helpottaakseen olisi parempi jakaa tekstiä pieniin kokonaisuuksiin. Raportoinnin kirjoittamisen valmiuden erot tasaantuivat kirjoittaessa yhdessä. Puheen ja keskustelun tulos muotoutui yhdessä kirjoittaen raportiksi.

Tarinaviivan opinnäytetyöprosessin huippukohdat liittyvät ideointivaiheeseen ja vertaisryhmän suunnitteluun. Ideointivaiheessa oli ilmassa luovaa hulluutta sekä luottamusta kohderyhmäämme. Aiemmat kokemukset vastaavasta ryhmästä vahvistivat aiheen valintaan ja ideointia. Olimme myös jo luoneet ensikontaktin yhteistyötahoon, joten aloittaminen tuntui vaivattomalta.

Vertaisryhmän suunnittelu tuntui onnistuneelta, koska tunsimme olomme ohjaajina turvatuiksi. Ryhmä oli potentiaalinen sekä suunnittelimme valmiiksi erilaisia vaihtoehtoja esiteltäviksi miehille. Samaan aikaan halusimme kuitenkin pitää toiminnan suunnittelun vastuun ja päätösvallan miehillä, jotta osallisuus ja sosiokulttuurinen innostaminen olisivat osa ryhmän toimintaa. Vertaisryhmän suunnittelu tuntui aidosti asiakaslähtöiseltä, heti ensitapaamisesta lähtien toiminta oli miesten toiveiden mukaista.

Yhteenvedona tarinaviivasta ja opinnäytetyöprosessin etenemisestä voimme sanoa, että olemme enemmän toiminnallisia kuin teoreettisia työotteessamme. Tässä hetkessä tuntuu siltä, että ympyrä sulkeutuu, koska miesten toiminnallisuuden ja pohdinnallisuuden tulokset vastaavat myös hyvin omaa toimintatapaamme. Se, että toimimme ennemmin kuin olemme teoreettisia, ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettemme pohdi toiminnan syitä ja arvoja sekä tarvittaessa yhdistä teoriaa toimintaan. Voimme vain todeta valinneemme oikean tieteenalan, sillä kuten Ranne (2002) asian kiteyttää, sosiaalipedagogiikka on ennen kaikkea työorientaatioltaan toiminnallinen.

## LÄHTEET

Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. 3. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Aarnos, E. 2010. Kouluun lapsia tutkimaan: havainnointi, haastattelu ja dokumentit. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Jyväskylä: PS-Kustannus, 172–188.

Eskola, J. & Vastamäki, J. 2010. Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Jyväskylä: PS-Kustannus, 26–44.

Eurooppalainen vapaaehtoistoiminnan vuosi 2011. [Verkkajulkaisu] Kansalaisareena.fi [Viitattu 3.11.2010]. Saatavissa:

<http://www.kansalaisareena.fi/index.php?sivu=EUvapaaehtoisvuosi2011>

Gold, M. & Härö, L. 2009. ”Siitä saa enemmän, mitä antaa. Se on se, mikä kantaa eteenpäin.” Tutkimus vapaaehtoisina toimivien omaisten motiiveista. Sosiaalialan koulutusohjelman opinnäytetyö. Tampere: Pirkanmaan ammattikorkeakoulu.

Grönfors, M. 2010. Havaintojen teko aineistonkeräyksen menetelmänä. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Jyväskylä: PS-Kustannus, 154–170.

Haarni, I. 2010. Kolmas elämä – aktiiviset eläkeikäiset kaupungissa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Harju, A. 2005. Yhteisellä asialla – kansalaistoiminta ja sen haasteet. Helsinki: Kansanvalistusseura.

Heikkinen, H. 2010. Narratiivinen tutkimus – todellisuus kertomuksena. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Jyväskylä: PS-kustannus, 143–159.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13. osin uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hokkanen, L. 2003. Vapaaehtoinen ja vertainen auttaminen. Teoksessa Laitinen, M. & Pohjola, A. (toim.) Sosiaalisesti vaihtuvat vastuut. Jyväskylä: PS-kustannus, 254–274.

Hämäläinen, J. & Kurki, L. 1997. Sosiaalipedagogiikka. Porvoo: WSOY.

Hämäläinen, J. & Nivala, E. 2008. Kasvatustiede pedagogisen ihmistyön tiede. Kuopio: Unipress.

Hänninen, V. 2010. Narratiivisen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Jyväskylä: PS-kustannus, 160–178.

Kaasila, R. 2008. Eri lähestymistapojen integroiminen narratiivisessa analyysissä. Teoksessa Kaasila, R., Rajala, R. & Nurmi, K. E. (toim.) Narratiivikirja: Menetelmiä ja esimerkkejä. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus. 41–67

Kavilo, S. 2010. Voiko innostamalla kasvattaa? Näkökulmia sosiokulttuurisen innostamisen soveltamiseen koulukasvatuksessa. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja 11/2010, 13–46.

Kiviniemi, K. 2010. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Juva: WS Bookwell Oy, 70–85.

Kurki, L. 2006. Kansalainen persoonana yhteisössään. Teoksessa. Kurki, L. & Nivala, E. (toim.) Hyvä ihminen ja kunnan kansalainen – Johdatus kansalaisuuden sosiaalipedagogiikkaan. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy, 115–191.

Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Vastapaino.

Kurki, L. & Nivala, E. (toim.) 2006. Hyvä ihminen ja kunnan kansalainen – Johdatus kansalaisuuden sosiaalipedagogiikkaan. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.

Lainio, A. & Karnell, S. 2010. Vertaistoiminnan historiaa – maaseutuyhteisöstä omaan heimoon. Teoksessa. Laatikainen, T. (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: SOLVER palvelut Oy, 9–19.

Laitila, M. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä. Terveystieteiden tiedekunta, tohtorin väitöskirja. Kuopio: Kopijyvä Oy.

Laurikainen, H. 2008. ”Me voidaan jopa keksii jotain uutta toimintaa, kun me tehdään vähän yli rajojen” – Rajanylittäminen paikallisyhdistysten yhteistyöverkostossa. Järjestö- ja nuorisotyön koulutusohjelman opinnäytetyö. Nurmijärvi: Humanistinen ammattikorkeakoulu.

Lehtimäki, J. 2007. Raportti nuorten tukihenkilötoiminnan järjestämiskäytännöistä – ”Kun on hyvät aidat ympärillä, ni siin aitaukses on helppo toimia vapaasti”. Sosiaalialan koulutusohjelman opinnäytetyö. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.

Lehto, E., Kavasto, M. & Rantalainen, E. 2010. Marian Leijonien virkistystoiminta – raportti ryhmänohjauksesta. Ryhmän ohjaustaidot ja toiminnalliset menetelmät – kurssi. Lahden ammattikorkeakoulu.

Leimio-Reijonen, S. 2002. Valistuksesta vastuunottoon: tutkimus sosiokulttuurisesta innostamisesta, ehkäisevästä päihdetyöstä ja sen toteuttamisesta nuorten pa-

rissa. Stakesin julkaisu 27/2002. Sosiaalipolitiikan laitos, pro gradu-tutkielma. Helsinki: Stakesin monistamo.

Leskinen, J. 2009. Miehen työ – vapaaehtoisena Walkersissa? Sosiaalialan koulutusohjelman opinnäytetyö. Espoo: Laurea-ammattikorkeakoulu.

Marian Kammarin vapaaehtoistyön keskus 2006. Esitteitä toiminnasta.

Mikkonen, I. 2009. Sairastuneen vertaistuki. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta, väitöskirja. Kuopio: Kopijyvä.

Myers, M. D. 2009. Qualitative Research in Business & Management. London: Sage Publications Ltd.

Mykkänen-Hänninen, R. 2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsinki: Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.

Myllymaa, T. 2010. Vertaistoimijoiden jaksaminen ja työn tuki. Teoksessa Laatikainen, T. (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: SOLVER palvelut Oy, 88–93.

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

Nivala, E. 2008. Kansalaiskasvatus globaalin ajan hyvinvointiyhteiskunnassa. Kansalaiskasvatuksen sosiaalipedagoginen teoriakehys. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta, tohtorin väitöskirja. Jyväskylä: Gummeruksen Kirjapaino Oy.

Neuvoston päätös Euroopan vapaaehtoistyön teemavuodesta 2009. [Verkojulkaisu] Eur-lex.europa.eu [Viitattu 26.1.2011]. Saatavissa: <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2009:0254:FIN:FI:PDF>

Nylynd, M. & Yeung, A.-B. (toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta – anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummeruksen Kirjapaino Oy.

- Nylund, M. 2000. Varieties of Mutual Support and Voluntary Action – A Study of Finnish Self-Help Groups and Volunteers. Dissertation. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Packalén, T. 2007. Auttamalla toista tulet myös itse autetuksi – avioeron kokeneet ikääntyvät naiset vertaistukihenkilöinä. Sosiaalialan koulutusohjelman opinnäyte-työ. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Peitsalo, P. 2008. Miesryhmät teoista sanoihin. Helsinki: Miessakit ry.
- Pessi, A.-B. & Oravasaari, T. 2010. Kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä – Tutki-mus RAY:n avustamien sosiaali- ja terveysjärjestöjen vapaaehtoistoiminnasta. Helsinki: Yliopistopaino.
- Pääkkönen, H. 2010. Perheiden aika ja ajankäyttö – Tutkimuksia kokonaistyöajasta, vapaaehtoistyöstä, lapsista ja kiireestä. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta, väit-töskirja. Helsinki: Tilastokeskus.
- Ranne, K. 2002. Sosiaalipedagogiikan ydintä etsimässä: sosiaalipedagogiikka suomalaisten ja ruotsalaisten asiantuntijahaastattelujen sekä dokumenttien valossa. Väitöskirja. Turku: Turun yliopistopaino.
- Rinta-Harri, A. 2005. Kehollinen ilmaisu sosiaalipedagogiikan ammattipätevyyte-nä. Teoksessa Ranne, K., Sankari, A., Rouhiainen-Valo, T. & Ruusunen, T.(toim.) Sosiaalipedagoginen ammatillisuus – Madsenin kukasta toiminnan tulppaaniksi. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu.
- Rossi, M. 2010. Vapaaehtoispalveluiden yksikkö/ johtava työntekijä Marian Kammarin toiminta. Lahden seurakuntayhtymä. Haastattelu. 20.5.2010.
- Ruohonen, M. 2003. Järjestöt vapaaehtoistoiminnan areenoina ja mahdollistajana. Teoksessa Niemelä, J. & Dufva, V. (toim.) Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat – so-siaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituohannella. Jyväskylä: PS-Kustannus, 40–55.

Ruusunen, T. 2005. Ilmaisulliset menetelmät – siltoja itseen ja toisiin. Teoksessa Ranne, K., Sankari, A., Rouhiainen-Valo, T. & Ruusunen, T. (toim.) Sosiaalipedagoginen ammatillisuus – Madsenin kukasta toiminnan tulppaaniksi. Pori: Satukunnan ammattikorkeakoulu, 54–61.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. Narratiiviset tarkastelutavat. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Fds.uta.fi [Viitattu 3.11.2010]. Saatavissa:

[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_3\\_6\\_4.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_6_4.html)

Seriola, M. 2009. Voippisryhmästä voimaa arkeen – vertaisryhmä lastensuojelun perhetyön tukena. Sosiaalialan koulutusohjelma, opinnäytetyö. Helsinki: Metropolia ammattikorkeakoulu.

Sosiaaliportti 2010. Hyvä käytäntö – Vertaistyönohjausryhmä järjestötyöntekijöille. [Verkkojulkaisu]. Sosiaaliportti.fi [Viitattu 4.4.2011]. Saatavissa:

<http://www.sosiaaliportti.fi/Page/27f77962-4c26-4df1-8660-4aecf3fe47ee.aspx?PracticeId=f5cc1d27-fcb6-41d7-941c-8faafc0c8ce2>

SuomiMies seikkailee -seminaarikiertue 2010. [Verkkojulkaisu] Kki.likes.fi [Viitattu 14.3.2011] Saatavissa:

<http://www.kki.likes.fi/pages/content/Show.aspx?id=86>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2004. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkauksen käsitteleminen. 2. painos. Helsinki: Edita Prima Oy.

Valli, R. 2010. Kyselylomaketutkimus. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Jyväskylä: PS-Kustannus, 103–127.

Vapaaehtoistoiminnan messut 2010. [Verkkojulkaisu] Kansalaisareena.fi [Viitattu 14.3.2011]. Saatavissa:

[http://www.kansalaisareena.fi/Lahden2010Messujen\\_ilmoitus.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/Lahden2010Messujen_ilmoitus.pdf)

- Vastamäki, J. 2010. Kyselylomaketutkimus: tutkimusasetelman ja mittareiden valinta. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Jyväskylä: PS-Kustannus, 128–140.
- Vilkka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.
- Vilkka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.
- Virta, J. 2004. Ihminen taitojen takana – kokemuksiani tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelusta liikuntapedagogiikan opintoihin kuuluvalla kurssilla. Liikuntapedagogiikan pro gradu – tutkielma. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, Liikuntakasvatuksen laitos.
- Visapää, L. 2009. Marian Leijonat ovat reippaita ja tekeviä – Työkalupakissa on pora, vasara ja miehistä voimaa. Kirkonseutu 19/2009, 3.
- Vuokila–Oikkonen, P. 2002. Akuutin psykiatrisen osastohoidon yhteistyöneuvottelun keskustelussa rakentuvat kertomukset. Lääketieteellinen tiedekunta, väitöskirja. Oulu: Oulun yliopistopaino.
- Warren, J. 2007. Service User and Carer Participation in Social Work. Exeter: Learning Matters Ltd.
- Yeung, A. B. 2007. Mitä vapaaehtoistoimija antaa ja saa? Vertaistuen voima -seminaarin materiaalia. [Verkkajulkaisu] Kansalaisareena.fi. [Viitattu 20.3.2011]. Saatavissa: [http://www.kansalaisareena.fi/Yeung\\_2007.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/Yeung_2007.pdf)
- Yeung, A. B. 2005. Vapaaehtoistoiminnan timantti – miten mallintaa motivaatiota? Teoksessa Nylynd, M. & Yeung, A. B. (toim.) Vapaaehtoistoiminta – anti, arvot, osallisuus. Jyväskylä: Gummeruksen Kirjapaino Oy, 104–125.



Yeung, A. B. 2004a. Individually Together. Volunteering in Late Modernity: Social Work in the Finnish Church. Dissertation. Helsinki: Gummerus Kustannus Oy.

Yeung, A. B. 2004b. The Octagon Model of Volunteer Motivation: Results of a Phenomenological Analysis. *Voluntas: International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*. Vol. 15 No. 1, 21–46.

Yeung, A. B. 2002. Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa – ihanteita vai todellisuutta? Helsinki: Hakapaino.

## LIITTEET

### LIITE 1

Tutkimuslupahakemus

### LIITE 2

Kustannussopimus

### LIITE 3

Kyselylomakkeen saatekirje

### LIITE 4

Kyselylomake vertaisryhmän alkaessa

### LIITE 5

Kyselylomake ja teemahaastattelu vertaisryhmän päättyessä

### LIITE 6

Terveystietolomake

### LIITE 7

Aineiston analysoinnin vaiheet