



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

”Saa auttaa ihmisiä ja olla hyödyksi muille”

Miesten ja nuorten osallistuminen sosiaali- ja terveysalan
vapaaehtoistoimintaan

Mika Lillman

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön ko (210 op)

Arvioitavaksi jättämisaika 11 / 2014

www.humak.fi

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

Koulutusohjelman nimi

TIIVISTELMÄ

Työn tekijä Mika Lillman	Sivumäärä 41
Työn nimi ”Saa auttaa ihmisiä ja olla hyödyksi muille” - Miesten ja nuorten osallistuminen sosiaali- ja terveysalan vapaaehtoistoimintaan	
Ohjaava opettaja Markus Söderlund	
Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja Lohjan seudun Mielenterveysseura ry, pj. Annamaija Haittoniemi	
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyöni tavoitteena oli löytää keinoja, joilla miespuolisia ja nuoria henkilöitä saisi paremmin mukaan Lohjan seudun Mielenterveysseuran vapaaehtoistoimintaan. Tarkoituksena oli selvittää, millaisia motivaatiotekijöitä miespuolisilla ja nuorilla vapaaehtoistoimijoilla on, millaista vapaaehtoistyötä he haluavat toteuttaa, ja miten markkinointia tulisi kehittää. Haastatteluaineiston perusteella on koostettu toimenpide-ehdotelma Lohjan seudun Mielenterveysseuralle kehittämistyön tueksi.</p> <p>Työssä on kerätty laadullista tutkimusmateriaalia toiminnassa jo mukana olevilta vapaaehtoistoimijoilta. Tutkimusmenetelmänä on käytetty ryhmämuotoista teemahaastattelua. Ryhmähaastatteluja järjestettiin kaksi, miehille ja nuorille erikseen. Haastateltavia oli miesten ryhmässä kolme ja nuorten ryhmässä kaksi.</p> <p>Vapaaehtoisten suurin motivaatiotekijä oli auttamishalu, ja toisena oli vapaa-ajan mielekäs ja muita hyödyttävä viettäminen. Muiden auttaminen koettiin hyvin antoisana. Nuoret vapaaehtoiset kokivat uusien tuttavuuksien saamisen merkittävänä syynä lähteä vapaaehtoistoimintaan. Miehille ominaista oli vertaistukitoiminta.</p> <p>Nuorten vastaajien näkemyksen mukaan markkinointimateriaalin tulisi olla ilmeeltään erottuvampaa ja visuaalisempaa. Nuoret lisäisivät sosiaalisen median käyttöä seuran markkinoinnissa. Osallistujia ryhmätoimintoihin saisi haastateltujen mukaan markkinoimalla toimintaa kohdennetusti verkostojen välityksellä. Vapaaehtoisten eroavat motivaatiotekijät tulisi ottaa huomioon markkinoinnin sisällössä.</p> <p>Seuran toimintaan oltiin pääsääntöisesti tyytyväisiä. Kiitosta saivat työnohjaus ja se, ettei seuran puolelta olla painostettu tekemään enempää työtä kuin vapaaehtoiset itse haluavat. Haastatellut toivoivat virkistystoiminnalta uudistusta. Vaikuttamismahdollisuudet seuran sisällä arvioitiin hyväksi.</p>	
Asiasanat Vapaaehtoistyö, motivaatio, järjestötoiminta, osallistuminen	

HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Name of the Degree Programme

ABSTRACT

Author Mika Lillman	Number of Pages 41
Title "You get to help people and be useful to others" - Participation of men and young people in voluntary work in the field of social and health care	
Supervisor Markus Söderlund	
Subscriber and/or Mentor Lohjan seudun Mielenterveysseura ry, Chairperson Annamajja Haittoniemi	
Abstract <p>The goal of this final thesis was to find means to get men and young people to participate in the voluntary work of the association Lohjan seudun Mielenterveysseura. The purpose was to examine what kind of motives young and male voluntary workers have, what kind of voluntary work they would like to carry out, and how the associations marketing should be improved. Suggestions as to how the association should develop their operation has been made based on the material.</p> <p>Qualitative material has been gathered during the making of this final thesis from voluntary workers who were active at the moment. The reseach method was a group-based theme interview. Two group interviews were arranged, separate interviews for men and young people. There were three interviewees in the mens group and two interviewees in the young peoples group.</p> <p>The biggest motivator for the voluntary workers was the will to help. The second was the meaningful usage of their spare time. Helping others was experienced to be highly rewarding. Young voluntary workers experienced making new acquaintaces as a notable reason to get involved in voluntary work. Interest in peer support groups was characteristic for men.</p> <p>As per to the young voluntary workers' view the association's marketing material should have a more distinguished and visual look to it. Young people would also increase the usage of social media in the association's marketing. The interviewees' thought that an effective way to get participants in the associations' group activities would be to advertise the groups in a targeted manner through the associations' networks. It would be advisable to take the voluntary worker's differing motivational elements into account when designing marketing material.</p> <p>The interviewees were mainly pleased with the association. Supervision of work and the lack of pressure to take on new voluntary activities received special thanks. The interviewees wished that the association renewed their recreational activities. They assessed their possibilities to make a difference in the association to be good.</p>	
Keywords Voluntary work, associations, motivation, participation,	

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
1.1	Lohjan seudun Mielenterveysseura ry	5
1.2	Aihevalinta ja työn tarve	6
2	TIETOPERUSTA	8
2.1	Vapaaehtoistyö	8
2.2	Motivaatio vapaaehtoistoiminnassa	11
2.3	Jäsenhankinta ja vapaaehtoisten rekrytointi	13
3	MENETELMÄT	15
3.1	Haastatteluiden teemat	17
3.2	Käytännön toteutus	17
4	HAASTATTELUIDEN TULOKSET JA TEEMAT	19
4.1	Vapaaehtoisen motivaatiotekijät	19
4.2	Markkinointi, jäsenhankinta ja vapaaehtoisten rekrytointi	24
4.3	Seuraan ja sen toimintaan liittyvät toiveet	27
5	KEHITTÄMISEN SUUNTAVIIVAT	30
5.1	Analyysin yhteenveto	31
5.2	Kehittämisen suuntaviivat	32
6	OPINNÄYTETYÖPROSESSIN ARVIOINTI	38
	LÄHTEET	40

1 JOHDANTO

Idea tähän opinnäytetyöhön syntyi keväällä 2014. Keskustelin Lohjan seudun Mielen-terveysseuran tukihenkilökoordinaattorin kanssa opinnoistani ja mainitsin etsiskeleväni vielä opinnäytetyöpaikkaa ja -aihetta. Keskustelu kääntyi seuran kehitystarpeisiin. Seurassa oli jo jonkin aikaa pohdittu miespuolisten ja nuorten vapaaehtoisten vähyyttä toiminnassa, ja keinoja ongelmaan pureutumiseen kaivattiin. Koin heti aiheen läheiseksi ja ajankohtaiseksi, ja näin siinä mahdollisuuden opinnäytetyön aiheeksi. Työn tavoitteeksi tarkentui löytää keinoja miesten ja nuorten henkilöiden saamiseksi mukaan seuran vapaaehtoistoimintaan. Työssäni olen tutkinut toiminnassa jo mukana olevien miespuolisten ja nuorten henkilöiden asenteita, toiveita ja motiiveja seuraa ja vapaaehtoistyötä kohtaan. Opinnäytetyön tuotoksena olen koostanut seuralle toimenpide-ehdotelman kehittämistyön tueksi vastaamaan edellä mainittuun ongelmaan. Aihe on seuran toiminnassa ajankohtainen, sillä yrityksistä huolimatta kyseisten ryhmien edustajia ei ole saatu toimintaan mukaan tavoitteita vastaavissa määrin.

1.1 Lohjan seudun Mielen-terveysseura ry

Lohjan seudun Mielen-terveysseura (jatkossa käytän myös lyhennettä LSMTS) on Suomen mielen-terveysseuran alainen paikallisyhdistys, jäsenmäärältään mitattuna yksi suurimmista noin 180 jäsenen turvin. Seuran toiminta-alue on nimensä mukaisesti Lohjan kaupunki ja sen lähialueet. Toiminnan ydin on tukihenkilötoiminnassa ja kriisipuhelinpäivystyksessä. Uudehkona toimintamuotona merkittävän aseman on saavuttanut eläinavusteinen tukikoirakkotoiminta, jossa vapaaehtoiset toimivat yhdessä koiransa kanssa erilaisissa ryhmissä ja vierailukäynneillä. Tuoreimpana tukitoiminnan muotona seura kouluttaa vapaaehtoisia mukaan verkkopohjaiseen Tukinet-neuvontapalveluun. Lisäksi seura järjestää monimuotoista ryhmätoimintaa, yleisöta-
pahtumia ja avoimia koulutuksia. (Lohjan seudun Mielen-terveysseura ry, 2014a.)

LSMTS on minulle lohjalaisena merkittävä toimija, ja olemme useaan otteeseen tehneet seuran kanssa yhteistyötä. Seura on viimeisten vuosien aikana elävöittänyt toi-

mintaansa ja nostanut profiiliaan paikallisena toimijana. Seura on hiljattain ottanut myös käyttöön lisänimen Hyvän mielen maja, joka tukee seuran tavoitetta siirtää mielikuvaa ongelmakeskeisestä mielenterveystyöstä mielenterveyteen voimavarana.

Opinnäytetyöni työelämäohjaajana toimi seuran hallituksen puheenjohtaja Annamaija Haittoniemi. LSMTS työllistää täyspäiväisesti yhden henkilön, tukihenkilökoordinaattorin, joka myös vastaa seuran päivittäisten asioiden hoitumisesta. Tukihenkilökoordinaattorista muodostui työelämäohjaajani lisäksi tärkein yhteistyökumppani tilaaja-organisaation puolelta. Lisäksi seurassa työskentelee osa-aikainen tukikoirakotoiminnasta vastaava työntekijä. Seuralla on noin 30 koulutettua tukihenkilöä joiden aktiivisuustaso vaihtelee, voimassa on kerrallaan noin 10 tukisuhdetta. Koulutettuja tukikoirakkoja on noin 25. Näiden lisäksi on vaihteleva määrä ryhmäohjaajia ja muita aktiivisia vapaaehtoisia. (mt.) Kyseessä ei siis ole aivan pieni yhdistys. Tästä huolimatta ikääntyvä vapaaehtoisikanta aiheuttaa paineita toiminnan uudistumiselle väsymisen ja tehtävistä jättäytymisen myötä. Tukikoirakotoiminta muodostaa tässä suhteessa poikkeuksen, sillä koulutetut tukikoirakot ovat keskimääräisesti muita toimijoita huomattavasti nuorempia.

1.2 Aihevalinta ja työn tarve

Suoritin yhteisöpedagogiopintojeni ensimmäisen harjoittelun LSMTS:lle. Siitä lähtien olen tehnyt ajoittain yhteistyötä seuran kanssa, mm. suunnittelemalla markkinointimateriaalia seuran käyttöön. Aihe työlle on muotoutunut seuran tarpeiden ja omien kiinnostuksen kohteideni vuorovaikutuksessa. Koen aiheen henkilökohtaisesti tärkeäksi, sillä edustan molempia työn kohderyhmiä ja pidän seuran tekemää työtä äärimmäisen tärkeänä. Olen opinnoissani suuntautunut sosiaaliseen vahvistamiseen, ja painottanut aiemmissa harjoitteluissani ja töissäni nuorisotyön kenttää. Tämä työ painottuu vahvasti järjestötoiminnan alalle, joskin yhtäläisyyksiä sosiaalisen vahvistamisen teemoihin on työstä löydettävissä. LSMTS:n tekemä työ on luonteeltaan sellaista, joka noudattaa sosiaalisen vahvistamisen periaatteita.

Seuran vapaaehtoisikanta on koko taipaleensa ajan ollut hyvin naisvaltainen, ja ikäjakaumaltaan painottunut ikääntyneempiin toimijoihin. Miespuolisten ja nuorten saami-

nen mukaan vapaaehtoistoimintaan on ollut pohdinnassa jo aiemmin. Tavoiteltuja tuloksia ei ole kuitenkaan saavutettu. (Lohjan seudun Mielenterveysseura ry, 2013.) Miehillä ja nuorilla olisi toiminnassa selkeä tilaus. Esimerkiksi tukihenkilötoiminnassa tuettavalle olisi suotavaa tarjota tukihenkilöä, joka vastaa tämän tarpeisiin. Kuten eräs tätä opinnäytetyötä varten haastateltu pitkän linjan tukihenkilö asian ilmaisi:

Se olis äärettömän tärkeä saada nuoria miehiä koska mä törmäsin niin monta kertaa etenki yksilötukisuhteessa siihen, että oli sellanen kolme nelkytä, viiskytä vuotta ikäeroo, vaikka teki mitä niin ei päässy siihen samaan maailmaan ja se oli... muutaman kerran oli pakko myöntää että mä en, mä en onnistu tässä ja sitte vaihettiin tuettavaa.

Yksilötukisuhteiden ja ryhmätoimintojen tavoitteellisuuden ja toimivuuden kannalta olisi suotavaa, että seura pystyisi tarjoamaan oikeanlaista vapaaehtoista oikeanlaiseen toimintaan. Seuran aktiivisten tukihenkilöiden keski-ikäksi on arvioitu noin 55 vuotta, ja sukupuolijakauman on arvioitu olevan 80 % naisia. Tukikoirakkotoiminta muodostaa poikkeuksen keski-ikään, tukikoirakoiden keski-ikäksi on arvioitu noin 35 vuotta. (Haittoniemi 2014.) Näin ollen nuoret ja miespuoliset toimijat, joita toimintaan selkeästi kaivattaisiin, ovat auttamattomasti vähemmistössä. Vapaaehtoistoimijoiden ikääntyminen voi tulevaisuudessa muodostua ongelmaksi, kun iäkkäämmät toimijat väsyvät eivätkä jaksa hoitaa tehtäviä nykyiseen tapaan.

Tutkimustiedon valossa tiedämme, että osallistumisaktiivisuus vapaaehtoistoimintaan ei näyttäisi olevan vahvasti sidoksissa sukupuoleen tai ikään (mm. Myllyniemi 2012, 18-20; Yeung 2002.) Miehet ja nuoret henkilöt siis osallistuvat järjestötoimintaan yleisellä tasolla. Tämän opinnäytetyön avulla pyrin selvittämään keinoja, joilla kyseisten ryhmien edustajia saataisiin mukaan LSMTS:n toimintaan nykyistä paremmin. Tätä varten olen haastatellut ryhmämuotoisesti erikseen nuoria toimijoita ja miespuolisia toimijoita, ja kartoittanut heidän asenteitaan, näkemyksiään ja toiveitaan. Loppuun olen koostanut ehdotelman kehittämistoimenpiteistä, joiden avulla nuoria ja miespuolisia vapaaehtoisia saataisiin rekrytoitua toimintaan lisää.

2 TIETOPERUSTA

Tässä luvussa perehdytään opinnäytetyön aiheen kannalta tärkeisiin käsitteisiin sekä syvennytään siihen, miten nämä teemat näyttäytyvät työn sisällössä. Ensimmäisenä käsitellään vapaaehtoistyötä ja sen muotoja LSMTS:ssa, sekä sitä, millaista tutkimustietoa vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta on aiemmin saatu. Toisessa alaluvussa perehdytään motivaatioon eritoten vapaaehtoistyön viitekehyksessä ja vapaaehtoistoimijoiden motivaatiotekijöistä saatuun tutkimustietoon. Kolmannessa alaluvussa käsitellään vapaaehtoisten rekrytointia ja jäsenhankintaa, ja miten motivaatiotutkimuksesta on hyötyä siinä.

2.1 Vapaaehtoistyö

Vapaaehtoistyöllä tarkoitetaan tavallisesti yksilön suorittamaa tavoitteellista työtä tai toimintaa, josta ei saa rahallista tai muuta selkeää korvausta, ja jota yksilö tekee omasta tahdostaan. Vapaaehtoistyöksi luettava toiminta on tavallisesti myös organisoitua, erottaen vapaaehtoistyön esimerkiksi naapurin auttamisesta. (Koskiaho 2001, 15.) Vapaaehtoistyötä tehdään hyvin monenlaisissa yhteyksissä, mutta tämän opinnäytetyön kannalta on tarkoituksenmukaisinta pohtia vapaaehtoistyön aloista nimenomaan sosiaali- ja terveysalan vapaaehtoistoimintaa, jollaiseksi LSMTS:n toiminta suurimmilta osin lukeutuu.

Vapaaehtoistoiminta on yksi aktiivisen kansalaisuuden muoto, jonka kautta yksilöt ottavat kantaa paikallisiin, valtakunnallisiin tai jopa globaaleihin asioihin. Yhdistykset syntyvät lähes aina vastaamaan johonkin yksilöiden havaitsemaan ongelmaan, ja keräävät yhteen saman mielisiä ihmisiä, jotka ovat valmiita toimimaan tuon samaisen ongelman ratkaisemiseksi. (Ilvonen 2011, 37.) Liittyessään yhdistykseen yksilöt ilmaisevat olevansa yhtä mieltä yhdistyksen ajamien asioiden ja arvojen kanssa. Varsinaisen toiminnan myötä yksilö pyrkii teoillaan vaikuttamaan itse ongelmaan. Vapaaehtoistoiminnan voidaan siis ajatella olevan yksilötason vaikuttamista yhdistyksen puitteissa. Järjestöt pyrkivät myös organisaatioina ottamaan kantaa yhteiskunnallisiin asioihin ja edistämään edustamiaan arvoja. Järjestötason vaikuttaminen voi olla esi-

merkiksi lausuntojen ja kannanottojen antamista, mielenosoituksia tai tapahtumien järjestämistä. LSMTS pyrkii paikallisella tasolla lisäämään mielenterveystietoisuutta ja osallistumaan mielenterveystyötä koskevaan päätöksentekoon (Lohjan seudun Mielenterveysseura 2014a). Jo jäsenyys ilman toimijuutta voi siis olla merkki yksilön halusta ja pyrkimyksestä vaikuttaa siihen ongelmaan, johon yhdistys on luotu vastaamaan.

Vuonna 2001 Sosiaali- ja terveystieteiden yhteistyöyhdistys YTY ry:n teettämän tutkimuksen mukaan 37% suomalaisista on osallistunut vapaaehtoistoimintaan viimeisen kahden vuoden aikana. Samaisessa kyselyssä 15-29-vuotiaiden osallistumisaktiivisuus oli 33%. Vuoden 2012 Nuorisobarometrin mukaan 15-29-vuotiaista kertoi osallistuneensa 37%. (Yeung 2002; Myllyniemi 2012, 18-19.) Voidaan siis todeta, että vapaaehtoistoiminta on Suomessa aktiivista, ja että sen suosio on nousussa. Merkittävää on myös, että lähes puolet vapaaehtoistoiminnan ulkopuolelle jäävistä haluaisi osallistua, jos heitä pyydetäisiin mukaan (Myllyniemi 2012, 20). Varsinkin nuorissa ja opiskelijoissa on merkittävää rekrytointipotentiaalia (Yeung 2002).

Vuoden 2001 tutkimuksen mukaan sosiaali- ja terveysalojen vapaaehtoistyöhön osallistutaan toiseksi eniten heti urheilutoiminnan jälkeen, lasten ja nuorten kasvatukseen liittyvän toiminnan ollessa kolmantena. (Yeung 2002). Vuoden 2012 Nuorisobarometristä käy ilmi, että 15-29-vuotiaiden keskuudessa lasten ja nuorten kasvatusta on suosituin alue, kun taas sosiaali- ja terveystieteiden palvelut ovat vasta kahdeksantena (Myllyniemi 2012, 21). Ero voi selittyä kymmenen vuoden erolla tutkimusten suorittamisajankohdassa. Toisaalta myös kohderyhmä voi vaikuttaa tulokseen - iäkkäämpien vapaaehtoisten on todettu osallistuvan mieluiten juurikin sosiaali- ja terveystieteiden palveluihin (Raninen, Raninen, Toni & Tornaesus 2008, 121; Yeung 2002). Näin ollen nuorten näkemys korostuu, kun kohderyhmästä rajataan iäkkäät vastaajat pois, kuten Nuorisobarometrissä on tehty. Tutkimusten valossa näyttäisi siis siltä, että iäkkäämmät ihmiset osallistuvat mieluummin sosiaali- ja terveystieteiden palveluja tuottavaan toimintaan kuin nuoret. Alasta kiinnostuneita nuoria löytyy myös huomattavan paljon. Toisaalta nuorilla vapaaehtoisilla olisi huomattavaa kiinnostusta lasten ja nuorten kasvatustoimintaan, jota LSMTS:lla järjestetään ajoittain esimerkiksi nuorille suunnatun ryhmätoiminnan muodossa.

Sukupuolten välisiä eroja vapaaehtoistoimintaan osallistumisessa on myös tutkittu. Miehiä on perinteisesti kiinnostanut urheilutoiminta, vapaaehtoinen maanpuolustus-toiminta sekä pelastustehtävät. Naiset puolestaan osallistuvat useimmiten sosiaali- ja terveysalaan, lasten ja nuorten kasvatukseen ja uskonnollisen toimintaan. (Raninen ym. 2008, 120; Yeung 2002.) Kokemukseenkin perustuen on toki todettava, että molempien sukupuolten edustajia on kaikenlaisessa vapaaehtoistoiminnassa. Jako ”miesten ja naisten töihin” ei siis ole jyrkkä. Aiemman tutkimustiedon perusteella voidaan kuitenkin todeta, että sosiaali- ja terveysalan vapaaehtoistyössä toimiva vapaaehtoinen on tyypillisesti iäkäs nainen. Tämän tiedon valossa ei ole siis ihme, että LSMTS:n toiminnassa miehet ja nuoret henkilöt ovat vähemmistössä.

LSMTS järjestää hyvin monenlaista toimintaa, eikä kaikki toiminta ole selkeästi sosiaali- ja terveysalaan kuuluvaksi mielletävää. Seuran ehkä merkittävin toiminnan muoto on tukihenkilötoiminta, jossa tukihenkilöinä toimivat vapaaehtoistoimijat. Tukihenkilöt koulutetaan tehtäviin, jonka jälkeen he saavat oman tuettavan, jota tapaavat noin kerran viikossa. Tukihenkilön perustehtävänä on toimia tukena ja kanssakulkijana elämän haasteissa. Toinen niin sanotusti perinteinen toiminnan muoto on valtakunnallisen kriisipuhelimen päivystys. Seuralla on päivystysaikoja kerran tai kaksi kertaa viikossa. Yhteydenottoja kertyy paljon, esimerkiksi vuonna 2013 soittoja tuli 455 kappaletta (Lohjan seudun Mielenterveysseura 2014b).

Tukikoirakkotoiminta on vuonna 2011 LSMTS:n projektina kehitetty toimintamuoto, jossa vapaaehtoisten omat koirat ovat mukana toiminnassa. Tukikoirakoilla on monen muotoista toimintaa, kuten avoimia ryhmiä ja vierailukäyntejä. Koiratoiminta on virkistänyt seuran profiilia ja tuonut paljon nuoria henkilöitä mukaan toimintaan (Haittoniemi 2014). Seurassa on aloitettu Tukinet -verkkoineuvontapalveluihin suuntaavat koulutukset. Palvelussa vapaaehtoiset vastaavat verkon välityksellä anonyymisti esitettyihin kysymyksiin. Toiminta on vapaaehtoisen kannalta hyvin vapaamuotoista ja sitovuudeltaan matalaa, sillä kysymyksiin voi vastailta harvakseltaan kotoa käsin, silloin kun se vapaaehtoiselle sopii. Seura järjestää myös erilaista ryhmämuotoista toimintaa, kuten vertaistuellisia ryhmiä päihde- ja mielenterveyskuntoutujille. Ryhmiä järjestetään vaihtelevasti sen mukaan, millaiselle ryhmälle tuntuisi milloinkin olevan kysyntää. Toisaalta vapaaehtoiset ryhmänohjaajat voivat myös itse ideoida ryhmiä omien kompetenssiensa pohjalta.

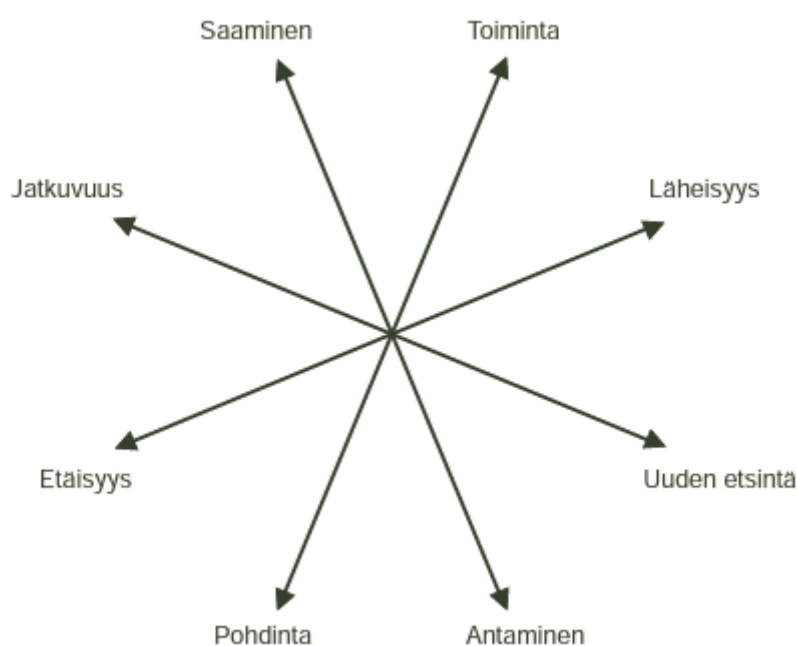
Seuralla on myös erilaisia vapaaehtois pohjaisia hallinnollisia tehtäviä, joita yhdistystoimintaan luonnollisestikin kuuluu. Näihin lukeutuvat mm. hallitustehtävät ja toiminnan suunnitteluun liittyvät tehtävät. Lisäksi vapaaehtoiset ovat mukana järjestämässä erilaisia paikallisia tapahtumia, joita LSMTS on järjestämässä tai joihin se osallistuu.

2.2 Motivaatio vapaaehtoistoiminnassa

Motivaatiota on tutkittu paljon sekä yleisellä tasolla että vapaaehtoistyöhön liittyen. Motivaatiopsykologisen tutkimuksen tavoite on selvittää, mitkä tekijät vaikuttavat siihen miten ja miksi yksilöt toimivat (Nurmi & Salmela-Aho 2002, 10). Toiminnan syyt on perinteisesti jaettu sisäisiin ja ulkoisiin tekijöihin. Ulkoiset tekijät voivat liittyä esimerkiksi palkitsemiseen tai ympäristön asettamiin vaatimuksiin. Sisäiset tekijät taas ovat muun muassa yksilön omia päämääriä ja tunneperäisiä haluja, olivat ne sitten tiedostettuja tai tiedostamattomia. (Niittamo 2002, 40.) Varhaisimmat motivaatioteoriat kuvailivat ihmistä viettien ja tarpeitten ohjaillemina eliöinä. Modernissa motivaatiopsykologiassa huomioidaan näiden lisäksi myös esimerkiksi tunteet, tavoitteet ja yksilön kognitiiviset valmiudet. Yksilön päätöksiin ja toimintaan vaikuttaa tavallisesti useampi motiivi samanaikaisesti, ja motivaatio kasvaa, kun toiminnalle on useita syitä. (Yeung 2005a, 84-86.) Tämän opinnäytetyön kannalta ei ole olennaista selvittää motivaation psykologisia lähtökohtia kovinkaan syvällisesti, vaan sitä, miten erilaiset motivaatiotekijät näyttäytyvät vapaaehtoistyössä. Motivaatiotekijöiden yhdenaikainen ilmeneminen ja motivaation kumuloituminen on kuitenkin hyvä pitää mielessä.

Yeung on kehittänyt vapaaehtoistyöntekijöiden motivaatiotekijöiden kartoittamisen työkaluksi niin sanotun timanttimallin (Kuva 1). Malli on kehitetty analysoimalla ja erittelemällä motivaatiotekijöitä vapaaehtoisten kertomuksista. Tutkimuksessa löydettiin liuta erilaisia motiivielementtejä. Mallissa motiivielementit on jaoteltu neljään ulottuvuuteen; antaminen - saaminen, toiminta - pohdinta, etäisyys - läheisyys ja jatkuvuus - uuden etsintä. Jokainen ulottuvuus sisältää kaksi ääripäätä ja niiden väliin jäävän alueen, joka sisältää elementtejä molemmista ääripäistä. Ulottuvuudet muodostavat myös metaulottuvuuden itsestä pois päin - itseensä päin. Itsestä pois suuntautuneet tekijät kuvaavat vapaaehtoisen ulospäin suuntautuneisuutta, sitä että vapaaehtoinen

kokee mielekkäänä ihmisten kanssa toimimisen ja itsestään antamisen. Toinen ääripää taas painottaa sisäistä pohdintaa itselle saamista, vapaaehtoisen sisäänpäin suuntautuneisuutta. Mallin periaate on se, että kaikki vapaaehtoistoimijoiden motiivit voidaan sijoittaa johonkin kohtaan kuviossa. Mallin vahvuuksiin lukeutuu myös se, että se painottaa eri motivaatiotekijöiden vuorovaikutussuhteita ja päällekkäisyyttä. (Yeung 2005b, 105-117.)



Kuva 1: Yeungin vapaaehtoistoiminnan motivaatiotekijöitä selittävä nk. timanttimalli.

Mallilla on vakiintunut asema vapaaehtoistoimijoiden motivaatiota käsittelevissä teoksissa ja oppaissa. Sen kautta on helppo ymmärtää motiivien kirjoa ja sitä, miten eri ulottuvuudet esiintyvät missäkin toiminnassa. Timanttimallilla on myös käytännön sovelluksia. Mallin avulla voidaan piirtää karttaa yksittäisen vapaaehtoisen motiiveista sijoittamalla tämän ilmaisemat motivaatiotekijät timantin janoille. Kartan avulla voidaan ymmärtää vapaaehtoisen tämänhetkistä motivaatiotilaa ja tarjota hänelle tukea sen mukaisesti. Toisaalta karttoja voidaan piirtää myös yhteisön tasolla, jolloin saadaan tietoa esimerkiksi koko yhdistyksen vapaaehtoiskannan motivaatiotilasta. (Yeung 2005b, 120-123.)

Vapaaehtoistyöntekijöiden motivaatiota ja syitä toiminnalle on tutkittu melko paljon. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys YTY ry teetti vuonna 2001 tutkimuksen Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa, jossa selvitettiin suomalaisten 15-74-vuotiaiden osallistumista vapaaehtoistoimintaan (Yeung 2002). Vuoden 2012

Nuorisobarometrissä yksi kantavista teemoista oli vapaaehtoistyöhön osallistuminen, kohderyhmänä oli tuolloin 15-29-vuotiaat suomessa asuvat nuoret (Myllyniemi 2012, 18). Näiden kahden tutkimuksen kysymyksenasettelut olivat hyvin samanlaiset (mt.), joten vaikka kohderyhmät eroavatkin toisistaan huomattavasti, voidaan tutkimusten perusteella tehdä joitakin päätelmiä vapaaehtoistyön kehittymisestä 10 vuoden ajanteella.

Suomalaisten vapaaehtoisten motivaatiota tutkittaessa on todettu, että auttamishalu ja altruismi korostuvat verrattuna esimerkiksi muihin Pohjoismaihin (Yeung 2004). Halu auttaa muita on selvästi yleisin motiivi vapaaehtoistoiminnalle (Yeung 2002; Myllyniemi 2012, 23-24). Suomalaiset myös käyttävät vapaaehtoistyöhön keskimääräistä enemmän aikaa, oman arvion mukaan melkein 18 tuntia kuukaudessa (Yeung 2004). Tämä voi selittyä sillä, että vain harva suomalainen vapaaehtoistoimintaan osallistuva henkilö osallistuu vain yhteen toiminnan muotoon, vaan eri toiminnot kasaautuvat samoille henkilöille (Myllyniemi 2012, 22).

Edellisessä luvussa käsittelin vapaaehtoistyötä vaikuttamisen näkökulmasta. Tutkimusten valossa näyttäisi kuitenkin siltä, että vaikuttamismahdollisuudet eivät motivoi suomalaisia vapaaehtoistyöhön kovinkaan vahvasti. Vain vajaa neljäsosa ilmoitti sen olevan hyvin tärkeä motivaatiotekijä (Myllyniemi 2012, 23). Sosiaali- ja terveysjärjestöt itse kuitenkin pitävät vaikuttamistoimintaa merkittävimpanä toimintamuotonaan (Eronen, Hakkarainen, Londén, Peltosalmi & Särkelä 2013, 85-86). Toisaalta yhdistykseen liittyminen voi jo sinänsä olla kannanotto yhdistyksen ajaman asian puolesta (Ilvonen 2011, 37). Omien arvojen toteuttaminen motivoi ainakin hieman useampia nuoria kuin suoranainen vaikuttaminen (Myllyniemi 2012, 23).

2.3 Jäsenhankinta ja vapaaehtoisten rekrytointi

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on löytää keinoja, joilla miehiä ja nuoria henkilöitä saisi osallistumaan LSMTS:n vapaaehtoistoimintaan. Edellisissä luvuissa on pohdittu mitä vapaaehtoistoiminta on, mitä motivaatio on sekä miten ne liittyvät toisiinsa. Tässä luvussa käsitellään jäsenhankintaa ja vapaaehtoisten rekrytointia sekä sitä, miten edellisten lukujen aiheet linkittyvät edellä mainittuihin teemoihin.

Tässä työssä puhun jäsenistä ja vapaaehtoistyöntekijöistä. Jäsenellä tarkoitan henkilöä, joka maksaa yhdistyksen jäsenmaksuja ja jolla on yhdistyslain mukaiset oikeudet velvollisuudet yhdistyksen sisällä, mutta joka ei välttämättä aktiivisesti osallistu yhdistyksen toimintaan. Vapaaehtoinen (käytän myös nimityksiä vapaaehtoistyöntekijä, vapaaehtoistoimija ja aktiivitoimija) on henkilö, joka on aktiivisesti yhdistyksen toiminnassa mukana ilman rahallista palkkiota, ja jonka tehtävät voivat olla seuran varsinaiseen toimintaan liittyviä, hallinnollisia tai molempia. On hyvä pitää mielessä, että perustyötä tekevän vapaaehtoisen ja hallitustyötä tekevän vapaaehtoisen toiminta on luonteeltaan hyvin erilaista. Tästä voi päätellä, että toiminta vetoaa henkilöihin eri tavoin ja heidän motiivinsa toiminnalle eroavat toisistaan huomattavasti.

Jäsenhankinta ja vapaaehtoisten rekrytointi kulkevat useimmissa tapauksissa käsi kädessä. Yhdistyksen jäsenistö on liittymisellään jo ilmaissut olevansa ainakin jossain määrin yhtä mieltä yhdistyksen arvopohjan kanssa ja kiinnostunut toiminnasta. Näin ollen jäsenistön aktivointi vapaaehtoisuuteen ja uusien jäsenten hankinta ovat luonnollisia keinoja myös uusien vapaaehtoisten rekrytoinnissa. (Karreinen ym. 2010, 23.) Kaikissa tapauksissa tämä ei kuitenkaan päde. Jäsenistö voi koostua lähes pelkästään jo aktiivisista vapaaehtoisista, tai jäsenistö voi koostua pääasiassa kannatusjäsenistä, jotka lähinnä maksavat jäsenmaksuja.

Jäsenhankinta tapahtuu pääasiassa markkinoinnin ja näkyvyyden kautta. Markkinointi on perinteisesti mielletty yritysten voiton maksimoinnin aseeksi. Yhdistykset taas ovat jo määritelmältään voittoa tavoittelemattomia (Yhdistyslaki 503/1989, 2§). Yhdistysten kohdalla voidaan puhua niin sanotun sosiaalisen voiton tavoittelusta (Raninen ym. 2008, 167). Se voi olla yhdistyksen luonteesta riippuen esimerkiksi kansanterveyden kohentumista tai tasa-arvon lisääntymistä, eli niitä myönteisiä vaikutuksia, joita yhdistys tavoittelee. Lohjan seudun Mielenterveysseuran tapauksessa sosiaalista voittoa voisi olla vaikkapa mielenterveystietoisuuden lisääntyminen. Markkinoinnin tavoitteena voi yhdistykselläkin olla sosiaalisen voiton maksimointi, vaikkakin tämä tapahtuu yleensä välillisesti. Kasvanut jäsenmäärä lisää yhdistyksen näkyvyyttä ja tuo lisää resursseja toimintaan ja talouteen, mikä helpottaa varsinaisten tavoitteiden eteen työskentelyä.

Aktiivisia toimijoita voi rekrytoida muualtakin kuin olemassa olevasta jäsenistöstä. Kohdistuupa rekrytointi sitten jäseniin tai seuran ulkopuolisiin henkilöihin, on hyödyllistä olla perillä siitä, millaisia ovat motiivit toimijaksi ryhtymisen taustalla. Tietoa voi kerätä tutkimalla olemassa olevaa jäsenistöä tai vapaaehtoisia (Raninen ym. 2008, 168). Tietojen avulla markkinointia voidaan kohdentaa ja muokata sellaiseksi, että se tavoittaa kohderyhmänsä ja vetoaa siihen mahdollisimman hyvin. Tämän työn kannalta on siis perusteltua selvittää aktiivisten miespuolisten ja nuorten toimijoiden motiiveja ja näkemyksiä, jotta jäsenhankintaa ja vapaaehtoisten rekrytointia voidaan kohdentaa oikeisiin ryhmiin. Kuten edellisessä luvussa on todettu, sosiaali- ja terveysalan vapaaehtoistyö kiinnostaa miehiä ja nuoria muuta väestöä vähemmän. Rekrytoinnin ja markkinoinnin kannalta haasteena on löytää keinot, joilla tavoittaa se osa kohderyhmästä, joilla on kiinnostusta tehdä alan vapaaehtoistyötä.

Toimijoiden hankinnan jälkeen seuraava haaste on saada uudet toimijat sitoutumaan toimintaan. Sitoutuminen voidaan mieltää kahdella tavalla. Jonkun kohdalla korkea sitoutuminen tarkoittaa pitkää toimintakautta yhdistyksessä, kun taas toiselle se voi olla suurempaa panostusta vaativan, vastuullisen toimen hoitamista. Nämä kaksi merkitystä voivat tuki toteutua myös yhtä aikaa. Vapaaehtoisten sitoutuminen toimintaan on hyvin pitkälti kiinni heidän motivaatiostaan (Yeung 2005a, 87). Motivaatiotekijät muuttuvat ajan kanssa, ja rekrytoinnin jälkeisen ”alkuinnostuksen” jälkeen vapaaehtoisen motivaatio laskee (Karreinen ym. 2010, 40). Vapaaehtoisten sitoutumista voidaan edistää monin keinoin, kuten vastuuta antamalla tai tarjoamalla vaikuttamismahdollisuuksia. Edellä esiteltyä timanttimalia voidaan myös hyödyntää toimijan motivaation kartoittamisessa ja reflektiossa, ja tarvittaessa tarjota tälle uudenlaista tekemistä.

3 MENETELMÄT

Tässä opinnäytetyössä tiedonkeruun lähtökohtana käytetään laadullisen tutkimuksen menetelmiä. Tutkimuksen tarkoituksena oli kerätä kvalitatiivista tietoa Lohjan mielenterveysseuran miespuolisten ja nuorten vapaaehtoisten ja aktiivitoimijoiden motiiveja, asenteita ja toiveita vapaaehtoistyöhön ja Lohjan seudun Mielenterveysseuraan liitty-

en. Näiden tietojen avulla voidaan pohtia, miksi osallistumisaktiivisuus on alhainen verrattuna muihin ryhmiin, ja miten aktiivisuutta olisi mahdollista kasvattaa ja tukea. Opinnäytetyön tutkimusaineisto kerättiin kahdella ryhmähaastattelulla, jotka toteutettiin miespuolisille ja nuorille aktiivitoimijoille erikseen. Tässä luvussa perustellaan tutkimusmenetelmän ja kohderyhmän valinta, sekä käsitellään haastatteluiden teemojen asettelua ja tavoitteita.

Tämän opinnäytetyön aineistonhankinnan menetelmä oli ryhmämuotoinen teema-haastattelu. Opinnäytetyössäni pyrin ymmärtämään ja selittämään miesten ja nuorten toimijoiden heikkoa aktiivisuutta ja yleisemmin LSMTS:n toiminnassa vallitsevaa tilannetta. Syvemmän ymmärryksen saavuttamisen kannalta oli alusta asti selvää, että tutkimuksessa tullaan käyttämään pääasiassa kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmiä. Tämä osoittautui käytännölliseksi myös tutkittavan kohderyhmän pienen koon vuoksi.

Keskustelunomaisella teemahaastattelulla pyrin saamaan tietoa mahdollisimman laajalla skaalalla ja jättämään tilaa haastateltavien yksilöllisille tulkinnoille, mikä ei olisi onnistunut strukturoidulla tai puolistrukturoidulla haastattelulla. Toisaalta jotta kahden haastatteluryhmän aineistoja olisi mahdollista vertailla keskenään, oli tarkoituksenmukaista määritellä etukäteen molempien kanssa käsiteltävät teemat. (Eskola & Suoranta 1998, 85-88; Eskola & Vastamäki 2010, 26-29.) Ryhmämuotoiseen haastatteluun päädyin ryhmälle yhteisten kokemusten ja näkemysten sekä jäsenten välisen vuorovaikutuksen esille tuoman tiedon tallentamiseksi (Eskola & Suoranta 1998, 94-98).

Kohderyhmäksi tutkimukseen valikoituivat kaikki LSMTS:n miespuoliset ja alle 35-vuotiaat vapaaehtoiset ja muut toiminnassa aktiivisesti mukana olevat toimijat. Tavallisesti nuorella tarkoitetaan alle 29-vuotiasta (mm. Nuorisolaki 2006, 2§; Myllyniemi 2012). LSMTS:n toimintaa ja jäsenistöä organisaation edustajien kanssa tarkastellessamme kuitenkin totesimme, että nuoren ikämääritelmää on tarkoituksenmukaista nostaa muutamalla vuodella, jotta tarkasteltavien henkilöiden joukko kasvaa hieman suuremmaksi. Seuran aktiivisten vapaaehtoistoimijoiden keski-ikäksi on arvioitu noin 55 (Haittoniemi 2014), joten alle 35-vuotiaat ovat edelleen selvästi keskimääräistä vapaaehtoista nuorempia. LSMTS:n tukihenkilökoordinaattori ja toimistotyöntekijä

kasasivat seuran aktiivisten vapaaehtoisten luettelosta kohderyhmään kuuluvien henkilöiden tiedot. Kaikki kohderyhmän edustajat kutsuttiin ryhmähaastatteluihin.

3.1 Haastatteluiden teemat

Tutkimuskysymyksiä miettiessä työelämäohjaajani kanssa esille nousi useita teemoja, joiden selvittämisestä ja tutkimisesta olisi ollut tilaajalle hyötyä. Teemojen rajaaminen selkeiksi ja hallittaviksi kokonaisuuksiksi tuotti hieman hankaluuksia, jotta haastattelurunko ei leviäisi turhan laajaksi. Lopulta teemat haastatteluihin muodostuivat kolmessa vaiheessa. Ensin pohdin itse, millaisista asioista haastatteluissa tulisi keskustella. Toiseksi keskustelimme tilaajaorganisaation kanssa siitä, mistä teemoista he eritoten tarvitsevat tietoa. Kolmanneksi tarkensin teemoja perehtymällä kirjallisuuden motivaatiotutkimuksesta ja järjestötoiminnasta.

Viimeistellyssä muodossa haastatteluiden sisältö tiivistyi neljään pääteemaan; mitkä tekijät toiminnassa ovat ryhmän edustajalle merkityksellisiä, mikä motivoi ryhmän edustajaa pysymään toiminnassa mukana, millä tavoin seura löytäisi toimintaan uusia toimijoita (miehiä tai nuoria) sekä millaisia toiveita ja tuentarpeita ryhmien edustajilla on. Pääteemoihin liittyen suunnittelin yhteistyössä tilaajaorganisaation kanssa varsinaiset haastatteluissa käytävät teemat ja apukysymykset. Haastattelut etenivät keskustelunomaisesti, eikä hiljaisia hetkiä varten varattuja apukysymyksiä tarvinnut juurikaan käyttää. (Eskola & Suoranta 1998, 89.)

3.2 Käytännön toteutus

Haastattelukutsu lähetettiin sähköpostitse kaikille Lohjan seudun Mielenterveysseuran aktiivisille toimijoille, jotka kuuluivat tutkimuksen kohderyhmään. Seuran tukihenkilökoordinaattori ja toimistotyöntekijä kokosivat yhteystietolistan aktiivitoimijoiden yhteystiedoista ja jäsenrekisteristä. Kutsu lähetettiin 6.10.14, jolloin haastatteluiden järjestämisajankohtaan oli aikaa vajaa kolme viikkoa. Kutsussa pyrin tuomaan esille Eskolan ja Vastamäen (2010, 27) erittelemiä motivaatiotekijöitä haastatteluun suostumisen taustalla, kuten mahdollisuuksia ilmaista mielipiteensä, kertoa kokemuksis-

taan ja vaikuttaa. Ryhmämuotoisen haastattelun vuoksi en ollut ennalta lyönyt lukkoon haastattelujen ajankohtia, vaan näin tarkoituksenmukaisempana kartoittaa kiinnostuneiden joukkoa ja sopia yhteisesti kaikille sopiva ajankohta. Toimintatapa osoitautui toimivaksi, sillä kaikki haastatteluista kiinnostuneet pääsivät lopulta paikan päälle. (Eskola & Suoranta 1998, 97.) Haastattelut järjestettiin 24.10.14, toinen ryhmä aamupäivällä ja toinen iltapäivällä. Asetin tavoitteeksi, että molempiin ryhmiin saataisiin vähintään 4 henkilöä (mt., 96). Tavoitteeseen ei kummankaan ryhmän osalta päästy. Miesten haastatteluryhmään saapui lopulta kolme osallistujaa, ja nuorten ryhmään kaksi.

Haastattelupaikaksi valikoitui luonnollisesti LSMTS:n toimiston neuvottelutila. Tila oli entuudestaan kaikille osallistujille tuttu, joten kaikki osasivat paikalle eikä tila tuntunut vieraalta. Toisaalta ryhmämuotoisen haastattelun dokumentoinnin kannalta on suotavaa, että tila on tarpeeksi hiljainen ja rauhallinen. Paikkavalintaa miettiessäni pohdin, edustaako seuran toimisto liian vahvasti seuraa itseään, mikä saattaisi aiheuttaa vinoumaa vastauksissa. Tämä voisi näkyä esimerkiksi siten, että kritiikkiä seuraa kohtaan ei tohdita esittää vapaasti. Vastauksia tutkiessani arvioin tämän vaikutuksen jääneen kuitenkin minimaaliseksi. (Eskola & Vastamäki 2010, 29-31.)

Taltioin haastattelut käyttämällä matkapuhelimen ääninauhuria. Ennen haastattelun aloittamista tarkistin kaikilta osallistujilta suostumuksen taltioimiselle, sekä selitin nauhojen käyttötarkoituksen haastattelujen dokumentoinnissa ja nauhoitusten poistamisen niiden käydessä tarpeettomaksi. Ennen haastatteluja kävimme myös kevyttä keskustelua yleisistä asioista, jotta itse haastattelut olisivat vapautuneempia.

Haastatteluja suunniteltaessa suurin pelkoni oli, ettei haastatteluihin saataisi osallistujia. Kohderyhmän edustajia on seuran toiminnassa lähtökohtaisesti hyvin vähän, joten pelko oli sinänsä aiheellinen. Vaikka osallistujia tulikin tavoiteltua vähemmän molempiin ryhmiin, itse haastattelut onnistuivat odotettua paremmin. Haastatteluissa vallitsi avoin ja keskusteleva ilmapiiri, ja esille nousi hyvin ryhmien jaetut kokemukset ja näkemykset. Eskola & Suoranta (1998, 62) kuvaavat aineistoa tarvittavan juuri sen verran, kun tutkittavan aiheen kannalta on välttämätöntä. Tulosten valossa on perusteltua todeta, että näillä ryhmähaastatteluilla päästiin vähintäänkin tuolle tasolle.

4 HAASTATTELUIDEN TULOKSET JA TEEMAT

Tässä kappaleessa käyn läpi kerätyn aineiston pohjalta tehtyä analyysiä. Analyysin tulokset olen jakanut alalukuihin esille nousseiden teemojen perusteella. Tulosten pohjalta olen seuraavaan kappaleeseen koonnut kehittämiskohteita, joiden avulla voidaan pureutua opinnäytetyössä käsiteltyyn ongelmaan. Kehittämistyön toimenpide-ehdotelma on tämän opinnäytetyön varsinainen tuotos ja tavoite. Sen pohjalta toimintaa voidaan kehittää vetoamaan paremmin miehiin ja nuoriin henkilöihin.

Haastatteluiden jälkeen ensimmäisenä analyysin toimenpiteenä litteroin haastatteluiden ääninauhat kirjalliseen muotoon. Litteroidessa kirjoitin vastaajien puheenvuorot sanatarkasti, mutta tauot, painotukset ja hymähdykset kirjasin vain jos ne vaikuttivat merkityksellisiltä (Eskola & Vastamäki 2010, 43). Litteroinnin jälkeen noudatin analyysissä löyhästi Eskolan (2010, 187-203) esittelemää laadullisen aineiston analyysimenetelmää. Luin aineistot läpi merkatun värikoodein merkitykselliset osiot. Tämän jälkeen koostin merkatut alueet teemoittain ryhmiin, joista sain nostettua vastauksia alussa esitettyihin tutkimuskysymyksiin. Olen alaluvuissa käsitellyt teemoja edelleen Eskolan esittämällä tavalla (2010, 184-185) yhdistämällä empiriaa ja teoretietoa. Pyrin löytämään yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia aiemmin saavutetun tutkimustiedon ja tätä työtä varten kerätyn aineiston välillä, sekä tekemään johtopäätöksiä ja pohtimaan, mistä yhtäläisyydet ja eroavaisuudet mahdollisesti johtuvat.

4.1 Vapaaehtoisen motivaatiotekijät

Ehkä tärkeimpänä teemana opinnäytetyön onnistumisen kannalta nousi esiin motivaatio. Pyrin haastatteluiden avulla selvittämään, millaisia motivaatiotekijöitä LSMTS:n vapaaehtoistoimijoilla on. Käytännössä haastatteluteemoissa osallistujat ottivat kantaa siihen mikä sai heidät mukaan toimintaan, mikä on ylläpitänyt motivaatiota ja saanut sitoutumaan toimintaan sekä mitä osallistujat kokevat saavansa toiminnasta.

Yhteistä kaikille haastateltaville oli halu auttaa muita ihmisiä. Tämä oli kaikilla vastajilla yksi syistä, joiden takia toimintaan oli lähdetty mukaan. Kappaleessa 3.2. käsiteltiin Yeungin kehittämää vapaaehtoismotivaation timanttimallia (Kuva 1). Yksi janoista on saaminen - antaminen. Osallistujat ilmaisivat myös saavansa toiminnasta erinäisiä asioita, mutta itsestä antaminen ja varsinkin muiden auttaminen motiivina korostui huomattavasti. Tämä on yleistä vapaaehtoistyöntekijöiden motiiveja tutkittaessa (mm. Raninen ym. 2008, 82-83; Myllyniemi 2012, 24). Muiden auttaminen voi muodostua osaksi yksilön identiteettiä tai toimia suoritteena, joka tuottaa tekijälleen mielihyvää (Raninen ym. 82-83; Niittamo 2005, 43). Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen on joskin todettu lisäävän yksilön tyytyväisyyttä elämäänsä (Myllyniemi 2012, 22). Auttamishalu esiintyi haastatteluissa sellaisenaan, mutta osallistujat toivat myös esille haluavansa tuottaa iloa muille, olla muille hyödyksi, ja tukea heidän hyvinvointiaan.

Muiden auttaminen koettiin myös vahvasti palkitsevana. Antaminen ja saaminen liittyy vahvasti motivaatiota tutkittaessa (Yeung 2005b, 109). Eräs haastateltava tiivistää asian muotoon *"Sanotaan näin että jos se ottaa ni se antaaki pirusti"*. Muita auttamalla itselle saatu hyöty näkyi vastauksissa pääasiassa emotionaalisenä palkiona, esimerkiksi hyödyllisyyden tunteena tai hyvänä mielenä. *"Se palkitsee kun huomaa että on saanu aikaseks ja ihmisen on saanu niinku jotenki taas kasaan."* Haastateltavat kokivat selkeästi saaneensa myös konkreettisempia hyötyjä itsellensä. Molemmissa ryhmissä osallistujat korostivat saaneensa vapaaehtoistoiminnan lomassa uutta osaamista. Osaamista ja kokemusta oli kertynyt sekä käytännön toiminnassa että seuran tarjoamissa koulutuksissa. Yksi osallistujista mainitsi vapaaehtoistyön sisällyttämisen opintoihinsa syyksi lähteä toimintaan mukaan. Henkilökohtainen kasvu esiintyi myös osana motivaatiota, ja se sijoittunee antamisen ja saamisen janan ääripäiden välimaastoon. *"Et just on niinku löytyny sellast tekemistä et pystyy auttamaan jotain ja, ja saa niinku uusia tuttuja myös ja... oppii uutta. Tavallaan kasvaa."*

Miesaktiivien haastattelussa kaikkien osallistujien motiiveihin lukeutui kriisien ja vertaiskokemusten kautta saavutettu ymmärrys, kompetenssi ja auttamishalu. Haastateltavat halusivat tukea muita, jottei näiden tarvitsisi kokea samoja asioita, joita he itse olivat kokeneet; *"kun on itse käyny helvetissä, ni toivois ettei kaikkien tarviis, tarviis niinku mennä sinne"*. Vertaisohjaajista puhuttaessa nostetaan usein esiin niin sanottu

auttamisvelka (Laimio, Karnell 2010, 9). Kun on itse saanut ongelmiinsa apua, tuntee velvollisuudekseen vuoroltaan auttaa muita. Toisaalta apua vastaanottaneet yksilöt voivat kokemukseräisesti todeta keinojen olevan toimivia, ja siten haluavat olla levittämässä apua myös muille.

Sen jälkeen sitte ku se kääntyi toisin päin että ku sen, tai niinku päihderiippuvuuden kautta löytyi vertaistukiryhmä ni se kääntyi ihan toisin päin et niinku ite alko kokeeki et hetkinen, kun mä puhun kaiken ulos avoimesti, rehellisesti ja siin on ihmisiä niinku läsnä ni se kääntyyki niinku hyväks. Ja se tavallan et mä kasvoin, mul oli niinku ihan eri, eli nyt niinku just se et jakamisessa, ja just tässä, siin on hirveesti semmost voimaa.

Osa haastateltavista oli vahvasti sitä mieltä, että LSMTS:n tehtäviin yleisesti hakeutuu lähinnä kriisiytyneitä ja eheytyneitä ihmisiä. *”Sanotaan näin että tiettyjen kriisien kautta ihmiset ajautuu tälläseen tehtävään, niin se vaan näyttää olevan”* toteaa eräs osallistuja. Kriisin selättämisen jälkeisen auttamishalun voi nähdä myös osana yksilön toipumista. Salmela-Aho ja Nurmi (2002, 158-161) osoittavat, että henkilökohtaisten tavoitteiden asettaminen korkealle vaikeuttaa ihmisen toipumista ja niihin keskittyminen lisää masennusta. Tavoitteiden sopeuttaminen muuttuneeseen elämäntilanteeseen ja tavoitteiden sijoittuminen ihmisten väliseen vuorovaikutukseen sen sijaan parantaa elämänlaatua. Näin ollen toipumisprosessin ollessa kesken henkilön taipumus asettaa tavoitteeksi muiden auttaminen voidaan nähdä osana toipumisprosessia itseään.

Sekä miesten että nuorten ryhmissä merkittävä syy vapaaehtoistoimintaan osallistumiselle löytyy ajankäytön ja harrastustoiminnan piiristä. Ylimääräisen vapaa-ajan mielekäs käyttö on Yeungin (2002) mukaan yksi tavallisimmista motivaattoreista vapaaehtoistoiminnassa. Vuoden 2012 Nuorisobarometrissa 15-29-vuotiaat vastasivat hyvin toisella tavalla, sillä ylimääräisen vapaa-ajan hyödyntäminen jäi motivaatiotekijöitä listatessa häntäsijoille (Myllyniemi 2012, 23-24). Niin tai näin, haastatteluihin osallistuneet miespuoliset ja nuoret toimijat halusivat harrastuksen, josta olisi hyötyä muille - niinpä harrastuksen valinnassa nousee jälleen näkyviin halu auttaa muita. Mielenkiintoisena yksityiskohtana nuoret haastateltavat mainitsivat vapaaehtoistyön nimenomaan vastapainoksi työelämälle, kun taas iäkkäämmät osallistujat miesten haastatteluryhmässä totesivat vapaaehtoistyön tulleen ajankohtaiseksi työelämästä pois jäämisen myötä. Eläköityminen, pitkät sairaslomat ja muut syyt työelämästä pois

jäämiseen jättävät ison aukon aiemmin työelämässä aktiivisesti mukana olleen henkilön elämään. Vapaaehtoistyö on koettu mielekkäänä tapana täyttää tämä aukko. On myös tavallista, että vapaaehtoistoiminnassa pyritään hyödyntämään työkokemuksen myötä opittuja taitoja, ja tämä ohjaa valitsemaan vapaaehtoistyön muodon, joka on mahdollisimman lähellä henkilön aiempaa työtä (Raninen ym. 2008, 91-96). Haastatteluissa sen sijaan henkilöt kertoivat halunneensa tehdä jotain aivan muuta, kuin mitä työelämä oli aiemmin tarjonnut.

Et jos mäki niinku nyt rahaa haluaisin ni mähän oisin palannu siihen vanhaan, mul on vieläki, niinku mä oon kirjoilla, mul on tavallaan työpaikka olemassa, mutta, mut mä en vaan koe et mä enää pystyn tekee sitä. Rahaa kyllä sais, mutta sitte mä pistän nykyään enemmän arvoa mielenterveydelle ja toisten ihmisten kanssa elämiselle ja.. sellaselle.

Molempien ryhmien vastauksien perusteella näyttäisi siis siltä, että vapaaehtoistyöltä haetaan jotain muuta kuin palkkatyöltä, oli sitten työelämässä tai ei. Kyseessä voi olla toiminnan luonteeseen liittyvä ominaisuus. Muiden ihmisten auttamiseen tähtäävä toiminta voidaan nähdä kautta linjan tervetulleena vaihteluna työelämän yhä koeneville arvoille.

Uusien ihmissuhteiden merkitys vapaaehtoistyön motivaattorina korostui nuorilla toimijoilla. Eräs nuori haastateltava toteaa, että toiminnan myötä *”on tutustunu uusiin ihmisiin, siis semmoseen myös omanikäisiin, jotenki saman henkisiin”*. Yeung on tutkimuksessaan (2002) saanut toisenlaisia tuloksia. Hänen mukaansa uusien tuttavien merkitys on korkeampi yli 50-vuotiailla vapaaehtoistoimijoilla. Myös vuoden 2012 Nuorisobarometrissa uusien ihmisten tapaaminen sijoittui merkitykseltään vasta seitsemänneksi (Myllyniemi 2012, 24). Poikkeama aiemmista tutkimuksista voi selittyä aineiston vinoumalla tai otannan pienellä koolla, tai sitten poikkeaman aiheuttaa jokin LSMTS:n toiminnan erityispiirre. Toiminta voi esimerkiksi vedota henkilöihin, joilla on entuudestaan pienet sosiaaliset verkostot. Esimerkiksi tukikoiratoiminta on helppo nähdä harrastuksenomaisena, koiraihminen yhteisenä tekemisenä, vaikka sen tarkoitus onkin edistää kohderyhmien hyvinvointia.

Kansalaisvelvollisuus motivaationa nousi myös esille materiaalissa. Eräs nuori haastateltava totesi syyksi vapaaehtoisuudelle: *”Tuntuu aina siltä et pitäis niinku tehdä jotain sen lisäksi et käy töissä.”* Velvollisuudentunne motiivina on perinteisesti korostu-

nut maaseuduilla (Raninen ym. 2008, 110; Yeung 2002). Velvollisuudentunne näkyi myös sitoutumisesta keskusteltaessa. Eräs haastateltava totesi sitoutumisen olevan kiinni asenteesta: *”Sanotaan näin että mun periaate on se että kun mä jotain lähen tekee, ni sit mä sitä teen, mä niinkun sitoudun siihen”*.

Molemmat ryhmät arvioivat vaikuttamismahdollisuutensa seuran sisällä olevan hyvät. *”Vaikuttaa pääse kyl ilman muuta, et jos jaksaa, tota, vaikuttaa ja niinku halua päättää jotain tai tuoda uusii ideoita, ni niit aina tarvitaan, niit aina kysytään ja kaivataan.”* Haastateltavat nimesivät useita vaikuttamiskeinoja, kuten hallitustyöskentelyn ja muut edustusryhmät, mielipidekyselyt sekä kehitysideoiden keräämisen systemaattisesti ja toiminnan lomassa. Vaikutusmahdollisuudet ja kuulluksi tulemisen tunne lisäävät vapaaehtoisen sitoutuneisuutta ja arvostuksen tunnetta (Karreinen ym. 2010, 52-53). Haastatteluissa eräs osallistuja kertoi vaikuttamismahdollisuuksien puutteesta seuraavalla tavalla:

Me pidettiin jopa sellasia tilaisuuksia että kerran soiteltiin kaikille jäsenille, oli se aktiivinen tai passiivinen, ja kysyttiin miksi, niiltä etenkin jotka oli passiivisia, niin niinku törmäs siihen että se aika ja, ja sit se, että siel oli vähän, oli pienet mahollisuudet niinku vaikuttaa, tekemistä olis mut et on niin pienet mahollisuudet vaikuttaa siihen toimintaan ni, niin niin, joko sitten ne oli ymmärtäneet sen asian väärin mut että joka tapauksessa niin ne oli passivoituneet.

Puhelinhaastattelut, joihin sitaatissa viitataan, on suoritettu taannoin osana LSMTS:n omaa kehittämistoimintaa. Tässä tapauksessa vaikutusmahdollisuuksien puute tai se, ettei niitä tuotu esille tarpeeksi, oli saanut toimijat passivoitumaan.

Haastattelutilanteiden keskustelu sivusi myös osiltaan vapaaehtoistyöstä kieltäytymisen syitä. Suurimmaksi tekijäksi nousi ajanpuute, jonka ilmaisi useampi haastateltavista. Ajanpuute on yleisestikin merkittävin tekijä vapaaehtoistyöstä kieltäytymiseen (Yeung 2002; Myllyniemi 2012, 25). Toisena syynä esiin nousi ikääntymisen tai muiden rasittavien tekijöiden, kuten terveydentilan, mukanaan tuoma väsymys.

4.2 Markkinointi, jäsenhankinta ja vapaaehtoisten rekrytointi

Opinnäytetyön tarkoitus on löytää keinoja LSMTS:n vapaaehtois- ja aktiivijäsenkannan laajentamiseen siten, että toimintaan saataisiin mukaan lisää miespuolisia ja nuoria aktiiveja. Pysin tutkimuskysymysten kautta saamaan selville, miten kyseisten ryhmien edustajia tavoitettaisiin ja miten heidät saisi toimintaan mukaan. Haastattelussa kysyin, miten seuran tulisi hoitaa markkinointinsa, jotta miehiä ja nuoria saataisiin seuran toimintaan vapaaehtoisiksi. Tilaajan toiveesta kysyin myös, millaisella markkinoinnilla saataisiin lisää osallistujia ryhmätoimintoihin.

Haastatteluihin osallistuneet henkilöt olivat itse kuulleet seuran toiminnasta varsin erilaisista lähteistä. Joukkoon mahtui lehti-ilmoituksen perusteella toimintaan hakeutuneita, yksi toritapahtumassa seuran toimintaan tutustunut henkilö, yksi henkilökohtaisen kontaktin kautta toimintaan tullut sekä yksi alan koulutuksen kautta toimintaan hankkiutunut. Tämä kertoo osaltaan siitä, kuinka laajalla kirjolla seuran toimintaa on suotavaa markkinoida. Aktiivisia toimijoita löytynee usealta elämän osa-alueelta, ja erilaiset henkilöt seuraavat eri medioita ja heihin puree erilainen markkinointi. Jäsen-ten ja vapaaehtoisten hankinnan nyrkkisäännöksi on todettu, että aktiivinen ja kiinnostava perustoiminta on parasta markkinointia (Karreinen ym. 2010, 24). Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että se useinkaan riittäisi yksinään.

Haastatteluissa esille nousseet markkinointiin liittyvät ideat voidaan jakaa karkeasti kahteen osaan. Ensinnäkin ideat liittyivät siihen miten toimintaa tulisi markkinoida, esimerkiksi mitä medioita tulisi käyttää ja millaisia mielikuvia markkinoinnin tulisi herättää. Toisaalta haastateltavat esittivät ehdotuksia siihen, millaista tiedollista sisältöä markkinoinnissa tulisi olla, jotta se innostaisi potentiaalisia aktiiveja.

Markkinoinnin kohdentaminen nousi haastatteluissa tärkeäksi seikaksi. Nuorten toimijoiden mielestä seuran visuaalista ilmettä tulisi päivittää, tai ainakin elävöittää nuorille suunnattua markkinointia. Nuorille suunnattua markkinointimateriaalia voisi jopa tuottaa erikseen. Esimerkkinä nuorten ryhmästä nousi esille maksetut, näyttävät leh-
timainokset ja ilmoitukset julkisilla ilmoitustauluilla, jotka osuisivat silmään pelkkää tekstiä sisältäviä paremmin. Nimenä Lohjan seudun Mielenterveysseura saattaa nuorten toimijoiden mukaan herättää vääränlaisia mielikuvia. Eräs haastateltava to-

tesi seuran nimestä, että *”jos niinkun ei tiedä ni sit voi ajatella että onks tää nyt ihan tollasen tavallisen just niinku parikymppisen nuoren aikuisen se harrastuspaikka”*. Yhdistyksen nimi on tärkeä osa sen brändiä (Raninen ym. 2008, 173-175). LSMTS on pyrkinyt uudistamaan brändiään ottamalla käyttöön lisänimen Hyvän mielen maja, jolla toimintaa ensisijaisesti markkinoidaan. Brändin muodostuminen vaatii aikaa, joten nimiudistuksen vaikuttavuutta voidaan arvioida vasta tulevaisuudessa.

Nuorten haastatteluryhmässä korostui myös uusien medioiden ja varsinkin sosiaalisen median merkitys nuorten toimijoiden rekrytoinnissa. Erilaisten menetelmien yhdistämistä kuvasi eräs haastateltava seuraavalla tavalla: *”Niin, mitä useampi, ku noiki toimii niin hyvin yhteen et just, et joku video YouTubessa, ni sen voi julkasta Facebookissa, sen voi linkittää ties minne, niinku kotisivuja myöten, et niinku ihan mihin vaan.”* Markkinointi sosiaalisessa mediassa ja verkossa ylipäättään koetaan nykyaikaiseksi ja halvaksi tavaksi lisätä järjestön näkyvyyttä. Vaikka haastateltavista useampi oli päätenyt seuran toimintaan lehti-ilmoitusten perusteella, lehti-ilmoittelu koettiin silti huonona ja vanhanaikaisena keinona hankkia nuoria vapaaehtoisia:

Mä väitän, että kukaan, joka niinkun ei oo joissain mukana, siis, et yhdistystoiminta on vierasta, ni ei esimerkiksi lue jotain järjestöpalstaa paikallislehdestä, jos edes tulee paikallislehti. Ni miten ne saa sen tiedon täst toiminnasta? No ei mitenkään.

Vapaaehtoisten rekrytoinnin kannalta haastatteluissa tuli ilmi mielenkiintoinen kannanotto siitä, millaisia asioita vapaaehtoistoiminnasta markkinoinnissa pitäisi kertoa. Nuoret haastateltavat kokivat, että seuran vapaaehtoisten tehtäviä pidetään yleisesti haastavina ja elämäkokemusta vaativina, jolloin nuoret kokevat, etteivät ole päteviä tehtäviin. Markkinoinnissa tulisikin siis tuoda vahvasti esille, että vapaaehtoiset koulutetaan tehtäviin, ja tehtävissä saa säännöllistä tukea. Markkinoinnissa tulisi myös tuoda esille, että tehtävät eivät vaadi korkeaa ikää tai suurta määrää elämäkokemusta. Haastateltavat toivat myös esille nuorten vähäisemmän vapaa-ajan määrän verrattuna esimerkiksi eläkeläisiin. Eräs haastateltava totesi *”et nuoret ajattelee et nuorilla on yleensä enemmän tekemistä ... niin ehkä seki on sit et ne ajattelee että et ei mulla oo aikaa sellaseen et se vaatii hirveesti aikaa”*. Ajanpuute onkin alle 29-vuotiaiden merkittävin syy kieltäytyä vapaaehtoistoiminnasta, kuten jo edellä on todettu (Myllyniemi 2012, 25). Jos toimintaan halutaan lisää aktiivisia toimijoita, tulisi

ottaa huomioon henkilöiden erilaiset elämäntilanteet ja muodostaa erikokoisia tehtäviä sen perusteella (Karreinen ym. 2010, 11). Vapaaehtoisten rekrytointiin tähtäävässä markkinoinnissa tulisi siis viestiä vahvemmin, että jo pienemmällä ajallisella panoksella voi olla mukana vapaaehtoistyössä.

Kriisiytyminen, ja sitä seuraava eheytyminen, nähtiin myös merkittävänä väylänä vapaaehtoistyöhön lähtemiseen, kuten aiemmin on todettu. Esille tuli myös näkemys, että vapaaehtoisia löytyy parhaiten henkilöistä, jotka ovat syystä tai toisesta jääneet työelämän ulkopuolelle. Työttömyyden ei ole kuitenkaan osoitettu lisäävän osallistumisaktiivisuutta vapaaehtoistoimintaan, lähemminkin päinvastoin (Myllyniemi 2012, 19). Totta kuitenkin on, että esimerkiksi eläköityneillä tai muusta syystä työelämän ulkopuolelle jääneillä on yleensä enemmän aikaa, ja monilla on myös intoa tehdä vapaaehtoistyötä. Eläkeikäisten motiiveihin voi lukeutua esimerkiksi ammattitaidon ylläpitäminen (Raninen ym. 2008, 95). Erilaisten ryhmien motivaatiotekijät on hyvä tiedostaa, jotta niitä voi hyödyntää jäsenhankintaan ja vapaaehtoisten rekrytointiin tähtäävässä markkinoinnissa.

Miesten haastatteluryhmässä esitettiin myös, että naisvapaaehtoiset pyrkisivät aktiivoimaan puolisoitaan mukaan toimintaan. Tutkimusten mukaan juurikin miehet lähtevät toimintaan usein ystävien ja tuttavien pyynnöstä (Yeung 2002), ja toisaalta usein osallistumattomuuden syyksi ilmoitetaan, että ei ole pyydetty mukaan (Myllyniemi 2012, 25).

Ryhmätoimintaan saisi kaikkien haastateltavien mukaan kävijöitä parhaiten verkostojen kautta tehtävän markkinoinnin kautta. Haastateltujen mukaan seuran aktiivien tulisi verkostoitua vahvemmin ja luoda tiiviit henkilökohtaiset suhteet yhteistyötahoihin. Näille verkostoille tiedotettaisiin uudesta toiminnasta, ja yhteyshenkilöt välittäisivät tietoa eteenpäin potentiaalisille osallistujille. Jos seuralla olisi esimerkiksi alkamassa mielenterveyskuntoutujien vertaistukiryhmä, sitä voisi markkinoida Lohjan alueen psykiatrisille osastoille. He voisivat ehdottaa ryhmiä niille henkilöille, joille kokevat sen tarpeelliseksi. Mallia on hyödynnetty jo nykyiselläänkin, mutta vaatisi oletettavasti hieman tehostamista, sillä toiminta ei ole tuottanut toivottua tulosta. Henkilökohtainen kontakti voisi olla verkostomarkkinoinnissa avainasemassa, sillä nuorten toimijoiden haastatteluryhmässä nousi kysymys, osaavatko yhteistyötahot markkinoi-

da seuran toimintaa kohderyhmään vetoavalla tavalla. Esimerkkinä esiin nousi tapaus epäonnistuneesta syrjäytymisvaarassa oleville tytöille suunnatusta ryhmästä. Yhteistyötahoa tulisi haastateltujen mukaan ohjeistaa tarkasti, kuinka ryhmää markkinoidaan, jottei ryhmästä puhuta esimerkiksi ”kiusattujen tyttöjen ryhmänä”, jolloin se tuskin vaikuttaa kovin vetoavalta.

Miesten haastatteluryhmässä tuotiin esille, että miesten saaminen mukaan keskusteluryhmiin tulee aina olemaan hankalaa suomalaisten miesten tuppisuisen ja jääräpäisen asenteen vuoksi:

Mun fiilis on niinku se että suuriin osa miehist on sen kaltasii mitä mä oon ollu sillon aikanaan että kun, kun se kynnys niinku lähtee mihinkään et et vaikka sul ois kaikkennäkösii ongelmii ni sit, eihän nyt suomalainen mies niist ainakaan puhuu lähe.

Haastateltujen miesten näkemyksen mukaan miehet hakevat apua ja lähtevät mukaan keskusteluryhmiin vasta tilanteen kriisiytyttyä pahasti. ”*Sun pitää mennä monttuun, oikeen helvetin syvälle, ennenku sit ku sä rupeet puhumaan, sit sä pääset, ku sul ei oo enää muuta tietä ku lähtee ylöspäin.*” Tämä näkemys tukisi ryhmätoiminnan järjestämistä korjaavana työnä, ei niinkään ennaltaehkäisevässä mielessä toteutettava työnä.

4.3 Seuraan ja sen toimintaan liittyvät toiveet

Tässä luvussa käsitellään haastatteluissa esille nousseita toiveita ja kehitysehdotuksia seuraan itseensä, sen järjestämään toimintaan ja toimintatapoihin liittyen. Tarkoituksena oli selvittää, minkälainen toiminta vetoaa nuoriin ja miespuolisiin toimijoihin, ja millaista tukea toimijat toivoisivat seuralta. Jos toimintaan halutaan lisää kyseisten ryhmien edustajia, on tärkeää olla perillä siitä, millainen toiminta heihin vetoaa. Kysyin haastatelluilta millaista vapaaehtoistoimintaa he haluaisivat ideaalisti olla toteuttamassa, onko seuran tarjoamat vapaaehtoistehtävät sopivia esimerkiksi kuormittavuudeltaan ja kokevatko toimijat saavansa tarpeeksi perehdytystä ja tukea seuralta. Lopuksi pyysin avointa palautetta seuralle.

Haastatellut molemmista ryhmistä olivat pääsääntöisesti hyvin tyytyväisiä seuran toimintaan kokonaisuutena. Tarjotut tehtävät olivat haastateltujen mielestä sopivia kuormittavuudeltaan ja vastuullisuudeltaan. Vapaaehtoiset pystyivät myös mielestään vaikuttamaan tarpeeksi suorittamansa toiminnan sisältöön. Molemmissa ryhmissä painotettiin kuormittavuuden suhteen vapaaehtoisen omaa vastuuta. *”Ja siihen tietysti, onko se kuormittavaa vai ei, pystyy, pystyy niinku itse vaikuttaa aika paljon, et ei oo ikinä ollu sellast niinku painostusta et nyt sun täytyy pitäis alottaa joku toiminta tai sun pitäis liittyä tähän.”* Myöskin molemmissa ryhmissä kiitettiin sitä, ettei seuran suunnalta ole painostettu vapaaehtoisia ottamaan hoitaakseen lisää tehtäviä. Miesten ryhmässä nostettiin esille vapaaehtoisen vastuuntunto ja luotettavuus kuormittavuuden lisääjänä.

...siinä käy niin että valitettavasti aktiivisille ihmisille kasaantuu enemmän kun ihmisille jotka ei oo sillä lail niin aktiivisia. Ja toiset on paikalla aina kun on tilanne, ja toiset tulee aina joskus kerran kuussa, pari kertaa vuodessa ja sillonhan, sillonhan tää tällänen öö luotettavuus, sanotaan lainausmerkeissä kostaantuu sillä että sä saat sitte, sää saat sen ja sen tehtävän ja tekisitsä sit sellasen ja sellasen koska ihmiset luottaa siihen että sä, sä teet sen.

Miesten haastatteluryhmässä kiitettiin työhjoausta keinona huolehtia vapaaehtoisten jaksamisesta. Työhjoaus sai yleisesti molemmissa ryhmissä hyvää palautetta. Työhjoaus nähtiin tilaisuutena suunnitella tulevaa toimintaa, reflektoida mennyttä toimintaa ja pitää huolta vapaaehtoistyön ammatillisuudesta ja tavoitteellisuudesta. *”Mä olen ollu aina työhjoauksessa, pidän sitä tärkeenä, puhun sen puolesta, sen takia että se on, on pirun tärkeä osa, osa tätä työtä koska muuten potilaast, tai hoitajasta tulee potilas.”* Edellisessä sitaatissa korostuu vastaajan näkemys vapaaehtoisista, joiden taustalla on oman elämän kriisi, ja joilla vapaaehtoistyö on kenties osa eheytymisprosessia. Työhjoauksen merkitys on tällöin toimia keinona pitää työn tavoitteellisuudesta huolta.

Vaikka haastatellut kiittelivät seuran tukea vapaaehtoisten uupumisen ehkäisyssä, ja toivat esille, että eivät ole kokeneet painostusta seuran puolelta, molemmissa ryhmissä nousi esille selkeästi huoli vapaaehtoisten jaksamisesta. Molemmissa ryhmissä haastatellut toivat esille, että toisinaan on hankala sanoa ei uusille tehtäville, kun tekijöitä seuran toiminnassa on melko vähän. *”Kaikessa muussakin vapaaehtoisto-*

minnassa tietyllä tavalla tulee paine niinku ottaa enemmän tehtäviä, mitä niinkun, sit kun tietää et niit tekijöit on vähän, niin enemmän tehtäviä ku välttämät, mitä niinku itte haluais...” Ongelmaan lienee vaikea pureutua, sillä kyse on yksilöiden sisäisestä velvollisuuden tunteesta. On tärkeää tuoda esille, ettei kenenkään tarvitse tehdä enempää kuin itse tuntee voivansa tehdä. Myös miellyttävämmissä oheistoiminnoista, kuten virkistystoiminnasta, vapaaehtoiset saavat hyvää vastapainoa varsinaisen vapaaehtoistyön ohelle.

Perehdytyksen ja koulutuksen taso arvioitiin sopivaksi. Molemmissa ryhmissä tuotiin esille hyvää keskusteluyhteyttä vapaaehtoisten ja seuran työntekijöiden sekä hallituksen välillä.

Ja sit taas kun tossa mun tukisuhteessa on ollu just täs viime aikoina kaikkii ongelmii ni mä oon pystyny kuitenkin laittamaan (tukihenkilökoordinaattorille) sähköpostii ja sit tapaamaan ja juttelemaan hänen kanssaan, niinku, siitä et mitä täs pitäs nyt tehdä, ni olen kokenu et on niinku ollu se mahdollisuus kysyy sitä neuvo.

Molemmissa ryhmissä toivottiin seuran järjestävän paremmin ryhmän edustajalle sopivaa virkistystoimintaa - miehet toivoivat miehille paremmin soveltuvaa ja nuoret nuorille paremmin soveltuvaa toimintaa. Nuoret haastateltavat kokivat nykyisin tarjotun virkistykseen olevan turhan vanhahtavaa, ja toivoivat virkistykseen olevan toiminnallisempaa ja monipuolisempaa. Nuorten ryhmässä nousi esille myös ulkopuolisuuden kokemus virkistystoiminnassa. *”Mä tiedän et minkä tyylistä porukkaa sinne lähtee todennäköisesti, ja mul oli se mielikuva et sinne lähtee vanhempaa, ni mä koen että mä en niinkun... Jään jotenki vähän ulkopuoliseksi siin porukassa.”* Haastattelussa nousi myös esille, että toimintaa järjestämään tarvittaisiin enemmän nuoria, sillä ikkäämmät aktiivit suunnittelevat virkistystoimintaa siitä näkökulmasta, mikä heitä itseään kiinnostaa. Miesten ryhmässä toivottiin virkistykseltä perinteisesti miehiseksi koettua tekemistä, kuten saunomista ja makkaranpaistoa. Eräs miesvastaaja myös totesi vapaaehtoisten olevan tyyppillisesti muutenkin aktiivisia ihmisiä, jotka löytävät vapaa-ajalleen muutenkin käyttöä. Niinpä virkistystapahtumien tulisi olla erityisen vetäviä, jotta niihin saataisiin osanottoa.

Miesten ryhmässä otettiin myös kantaa toiminnan naisvaltaisuuden miehille asettamiin haasteisiin. Naisten toimintatavat esimerkiksi kokoustilanteissa koettiin liian ympäröiväksi; miehet kaipaivat ratkaisukeskeisempiä ja tehokkaampia toimintatapoja.

Tällänen naisvaltanen toiminta on siitä hankalaa, meikäläinen joka on, hakee aina sitä tavallaan tehokkuutta ja sitä että pitää syntyä tulosta ja.. Mitä täs muuten tekee jos ei täst synny jotain sellast että niinku eteenpäin ja... Ja naisilla on valitettavasti se, tai sit mä en aina ymmärrä niitä... Kokouksissaki mä joudun monta monta kertaa sanoo että palataas nyt uudestaan takasin siihen mistä puheenjohtaja esitti kysymyksen taikka tähän asiaan, vaan se niinku rönsyilee.

Sisäinen tiedotus ja kokoustoiminta saivat muilta osin lähinnä positiivista palautetta. Erityiskiitosta saivat kuukausitiedote Kuunari ja sosiaalisen median käyttö sisäisessä tiedotuksessa. Seuran hallitus ja työntekijät koettiin helposti lähestyttäviksi ja toimiviksi. Sisäinen tiedotus. Molemmissa haastatteluryhmissä mainittiin tukihenkilötoimikunta vapaaehtoisten keinona osallistua päätöksentekoon. Tukihenkilötoimikunta on tukihenkilöille tarkoitettu toimielin, jonka kokouksiin saavat osallistua kaikki koulutetut tukihenkilöt. Haastatellut totesivat sen toiminnan olevan hieman passiivista, mutta halukkaat saavat sen kautta äänensä kuuluviin.

5 KEHITTÄMISEN SUUNTAVIIVAT

Haastatteluiden analyysissä nousi esille muutamia asioita, joiden pohjalta Lohjan seudun Mielenterveysseuran kehitystoimintaa liittyen uusien vapaaehtoisten rekrytointiin on mahdollista lähteä suunnittelemaan. Osallistujien motivaatiotekijöiden selvitys auttaa markkinoinnin sisällön rakentamisessa, ja haastateltujen ideat markkinoinnin menetelmien tehokkaammasta käytöstä ovat arvokkaita mielenilmauksia kohderyhmän edustajilta itseltään. Tässä luvussa käyn läpi tiiviin yhteenvedon aineiston analyysistä ja siinä esille nousseista aihealueista. Yhteenvedon jälkeen esitän kehitysehdotuksia, joilla seura saisi uutta pontta miespuolisten ja nuorten vapaaehtoistoimijoiden rekrytointiin.

Miesten ja nuorten osallistuminen sosiaali- ja terveysalan vapaaehtoistyöhön näyttäisi tutkimustiedon valossa olevan valtakunnallisesti heikkoa (Yeung 2002; Myllyniemi 2012, 21; Raninen ym. 2008, 120-122). Tarvetta ja tilausta heille toiminnassa kuitenkin olisi. Kansalaistoiminnan ja kolmannen sektorin tarjoamien sosiaali- ja terveyspalveluiden merkitys on kasvanut 1990 -luvulta lähtien, ja tulee todennäköisesti kasvamaan tulevaisuudessakin (Koskiahho 2001, 24-38). Kasvu- ja kehittymispaineita tulee siis alalla olemaan laajemminkin. Tämän opinnäytetyön tuloksia ja tarjoamia kehitysehdotuksia on mahdollista soveltaa myös muissa LSMTS:n kaltaisissa yhdistyksissä, jotka painivat samojen ongelmien kanssa.

5.1 Analyysin yhteenveto

Haastatteluilla pyrin löytämään vastauksia tutkimuskysymyksiin vapaaehtoisten motivaatiosta, vapaaehtoistyön merkityksistä, tuentarpeista ja näkemyksistä seuran markkinointiin ja toimintaan liittyen. Osallistujamäärien vähyyks asetti paineita aineiston tarkalle analyysille. Analyysin jälkeen voin todeta menetelmän valinnan osuneen oikeaan, sillä ryhmämuotoisella haastattelulla aineistoa kertyi enemmän ja monipuolisemmin, kuin mihin olisi päästy samalla osallistujamäärällä käyttämällä yksilöhaastatteluja. Ryhmämuoto toi myös hyvin esille ryhmän sisäiset yhteneväisyydet, sekä yhteiset kokemukset ja näkemykset. Nuorten haastatteluryhmässä keskustelu kääntyi ensisijaisesti nuorten vapaaehtoisten näkökulmaan, ja miesten ryhmässä esille nousi mieskeskeinen näkökulma. Vastajat vastasivat kysymyksiin siis sekä yksilöinä että ryhmänsä edustajina.

Aineiston analyysissä ei tullut esille suuria yllätyksiä, vaan tulokset olivat pääsääntöisesti linjassa aiemman tutkimustiedon kanssa. Merkittävimpänä motivaatiotekijänä osallistujat nostivat esiin auttamishalun ja vapaa-ajan hyödyllisen käytön harrastusmielessä. Muiden auttaminen ja työn tulosten näkyminen koettiin hyvin antoisana. Miesaktiivien joukossa vertaiskokemusten merkitys toimintaan hakeutumisen syynä korostui huomattavasti. Mielenkiintoisena poikkeuksena aiemmasta tutkimustiedosta nuorilla toimijoilla korostui uusien ihmissuhteiden solmimisen tärkeys vapaaehtoistoiminnassa.

Markkinoinnin tehostamiseen jäsenhankinnan ja vapaaehtoisten rekrytoinnin kannalta saatiin haastatteluissa sekä suoria ehdotuksia osallistuneilta että epäsuoraa tietoa esimerkiksi motivaatioselvityksen kautta. Osallistujien oma tausta kertoo tarpeesta markkinoida toimintaa laajalla skaalalla: lähes kaikki haastatellut olivat saaneet tiedon toiminnasta eri lähteistä. Markkinointia tulisi haastateltujen mielestä kohdentaa paremmin, esimerkiksi nuorille suunnattu markkinointi tapahtuisi tehokkaimmin verkossa ja sosiaalisessa mediassa. Nuorille suunnattu markkinointimateriaali voisi olla ilmeeltään myös visuaalisempaa ja näyttävämpää. Rekrytointiin tähtäävässä markkinoinnissa olisi hyvä tuoda esille, että vähäisemmällä kokemuksella tai pienemmällä ajallisella panoksella voi myös olla mukana vapaaehtoistoiminnassa. Brändäys ja varsinkin seuran nimi sai osakseen epäilystä nuorten ryhmästä vanhahtavan ilmeen vuoksi. Miesten haastatteluryhmässä nousi esille, että helppo tapa rekrytoida uusia miestoimijoita olisi aktivoida jo toiminnassa olevien naisten puolisoita. Verkostojen kautta tapahtuva markkinointi nousi molemmissa ryhmissä esille tehokkaana keinona hankkia uusia osallistujia ryhmätoimintoihin. Ryhmissä kiinnitettiin kuitenkin huomiota yhteistyötahojen riittävään opastukseen seuran toimintojen markkinoinnissa.

Seuran toimintaan oltiin pääsääntöisesti tyytyväisiä, ja palautetta suoraan seuralle tuli haastatteluissa melko vähän. Kiitosta saivat osakseen erityisesti työnhajukset ja seuran rento asenne, joka ei painosta vapaaehtoisia ottamaan hoitaakseen liikaa tehtäviä. Vaikuttamismahdollisuudet seuran sisällä arvioitiin hyviksi. Vapaaehtoiset kokivat, että heidän hyvinvoinnistaan pidetään huolta ja heidän työpanostaan arvostetaan. Molemmat ryhmät toivoivat virkistystoimintaan uudistusta. Seuran koulutusta ja perehdytystä pidettiin laadukkaina ja riittävän laajoina. Osallistujat kehuivat seuran työntekijöiden ja hallituksen olevan helposti lähestyttävissä mieltä askarruttavissa asioissa. Tukea oli siis osallistujien mielestä riittävästi tarjolla.

5.2 Kehittämisen suuntaviivat

Tässä luvussa käsittelen haastatteluissa esille nousseita näkökulmia ja teen kirjallisuuteen, omiin kokemuksiini ja haastateltujen vapaaehtoisten näkemyksiin perustuvia kehitysehdotuksia. Tässä esitelty kehitysehdotuksista koostuva paketti on tämän opinnäytetyön varsinainen tuotos.

Seura tarvitsee toimiakseen monipuolista ja aktiivista vapaaehtoisjoukkoa eri toimintoihin. Toimiva markkinointi on merkittävin keino rekrytoida uusia vapaaehtoisia. Markkinointi vaatii yhdistykseltä resursseja ja aiheuttaa kustannuksia. Onnistuessaan jäsenhankinnassa tai vapaaehtoisten rekrytoinnissa markkinoinnilla saadaan myös lisää resursseja toimintaan ja myös talouteen jäsenmaksujen muodossa.

Haastatteluissa saatujen tulosten perusteella nuoret osallistujat toivoisivat markkinointimateriaalilta visuaalisempaa ja näyttävämpää ilmettä. Tällainen uudistus tekisi materiaalista erottuvampaa ja vetoavampaa, mutta aiheuttaa melko suuret kustannukset. Laadukas markkinointimateriaali on kuitenkin yleensä kannattava sijoitus. Monille ihmisille esite tai muu materiaali voi olla ensimmäinen kosketus yhdistykseen, jolloin mielikuva rakentuu pääosin sen varaan. Laadukas ja yhtenäinen markkinointimateriaali välittää ammattimaisemman kuvan yhdistyksestä kuin pienellä rahalla tuotetut lehtiset (Karreinen 2010, 106). Visuaalisesti kiehtova materiaali erottuu edukseen myös lehtimainonnassa ja julkisilla ilmoitustauluilla. Näinpä on perusteltua maksaa enemmän laadukkaasti toteutetusta materiaalista. Markkinointi- ja muu materiaali vaikuttaa myös yhdistyksen brändiin. Brändin kannalta olisi suotavaa, että materiaali olisi yhtenäistä, jolloin ihmiset osaavat yhdistää kaiken materiaalin saman toimijan tuottamaksi. Yhdistävä tekijä voi olla esimerkiksi jokin erottuva kirjasinlaji, värimaailma tai maskotti. (Raninen ym. 2008 173-175.) Voisikin siis olla perusteltua hankkia ulkopuolinen suunnittelija ja/tai tuottaja markkinointimateriaalien uudistamiselle. Selvityksen alle voisi myös ottaa, minkälaista apua pääseuralta, Suomen mielenterveysseuralta voisi saada markkinointimateriaalin tuottamiseen. Mikäli pääseura tarjoaa esimerkiksi valmiita pohjia esitteille, voisi olla kannattavaa ottaa pääseuran visuaalinen ilme osaksi LSMTS:n brändiä.

Nuorille suunnatussa markkinoinnissa tulisi tuoda esille toiminnan monimuotoisuutta. Nuorten aikuisten vapaa-aika voi olla hyvinkin kortilla, joten suurta ajallista panosta vaativiin tehtäviin ei välttämättä ole halua lähteä. Tästä syystä markkinointimateriaalissa olisi hyvä avata sitä, että seuran toiminta mahdollistaa auttamisen pienemmäläkin ajallisella panoksena. Hyvänä esimerkkinä olisi perusteltua nostaa esiin uusi Tukinet -verkkoneuvontapalvelu, jota vapaaehtoinen voi tehdä kerran viikossa kotikoneelta käsin, silloin kun itse ehtii. Toimintaan mukaan tultuaan vapaaehtoiset sitou-

tuvat herkemmin vaativampiin ja suurempaa ajallista panosta vaativiin tehtäviin (Karainen 2010 28-29). Koulutusta ja seuran tarjoamaa tukea tulisi myös muistaa painottaa. Kukaan ei joudu toimimaan yksin tai ilman perehdytystä, vaan seura kouluttaa jokaisen vapaaehtoisen sekä tarjoaa työhohjausta ja muuta tukea. Jatkokoulutuksen mahdollisuus motivoi niitä vapaaehtoisia, joille henkinen kasvu, ihmisenä kehittyminen ja uuden oppiminen ovat merkittäviä syitä vapaaehtoisuudelle. Tästäkin syystä koulutuksista kannattaa mainita markkinoinnissa.

Merkittäväksi tekijäksi nousi sosiaalisen median käytön tehostaminen seuran markkinoinnissa. Sosiaalisessa mediassa tehty markkinointi on varsin kustannustehokasta, parhaimmillaan jopa ilmaista. Se ei myöskään ole sidoksissa aikaan tai paikkaan, vaan sisältöä voi tuottaa spontaanisti. Sosiaalisen median palveluilla voi helposti tiedottaa tulevasta toiminnasta, kerätä ideoita ja ajatuksia, jakaa mielenkiintoista sisältöä, luoda mielikuvia yhdistyksestä ja verkostoitua yhteistyötahojen kanssa. Sosiaalisen median periaatteiden mukaan sen kautta saatu näkyvyys ei myöskään ole tiedon välittämistä ”yläpuolelta”, vaan kohderyhmä voi osallistua yhdistyksen toimintaan sosiaalisessa mediassa. Sisältöä sosiaaliseen mediaan tuotetaan todella paljon, joten erottuvuus ja kiinnostavuus ovat ensisijaisen tärkeitä, mikäli tavoitteena on saavuttaa sen avulla uusia ihmisiä. Sosiaalinen media on hyvin ominainen väline nuorille ihmisille, joten heidän tavoittamiseksi aktiivinen markkinointi sen kautta olisi tehokasta. Facebook on käytetyin sosiaalisen median palvelu Suomessa. Se tavoittaa valtaosan alle 35-vuotiaista, ja 45 ikävuoteen saakka sen tavoitavuus on vähintään 50% väestöstä. Se on myös kasvattanut suosiotaan vanhempienkin käyttäjien keskuudessa. Viime vuosina Facebookissa suurinta kasvua on tapahtunut 40-64-vuotiaiden ikäluokissa. (Pönkä 2013). Sen peruskäyttö on yhteisöillekin ilmaista, ja pienellä perehtymisellä todella helppoa. Näkyvyyttä voi lisätä helposti maksamalla mainonnasta. Sosiaalisen median käyttöä tulisi tehostaa LSMTS:n markkinoinnissa. Sosiaalisen median käytöstä yhdistysten viestinnässä on olemassa paljon materiaalia ja koulutuksia, joiden avulla pääsee toiminnassa hyvin alkuun. Tehtäviin voi myös kysellä halukkaita vapaaehtoisia, joille sosiaalinen media olisi jo entuudestaan tuttu. Tämän voisi toteuttaa esimerkiksi nimeämällä hallituksen jäsenistöstä sosiaalisesta mediasta vastaavan jäsenen.

Markkinoinnin läpileikkaavana ajatuksena mediasta huolimatta tulisi huomioida vapaaehtoisten erilaiset motivaatiotekijät. Haastattelujen valossa näyttäisi siltä, että nuorten ja miespuolisten toimijoiden ensisijainen motivaatiotekijä on auttamishalu, ja toisena merkittävänä tekijänä esille nousi harrastuksenomainen vapaa-ajan mielekäs viettäminen. Näitä asioita tulisi korostaa markkinoinnin sisällössä. Miesten näkemyksen mukaan vapaaehtoistoimintaan lähtee herkemmin mukaan työelämän ulkopuolella olevat henkilöt. Jos markkinointia on tarkoitus tehostaa heidän suuntaansa, korostuu vapaa-ajan mielekkään viettämisen merkitys. Yhteisöllisyyttä, yhdessä tekemistä ja uusiin ihmisiin tutustumisen mahdollisuutta kannattanee myös tuoda esille, sillä se tuntuisi vetoavan nuoriin toimijoihin. Erilaisia motivaatiotekijöitä voi tuoda esille esimerkiksi koulutusten mainostuksessa, esitteissä ja kasvokkain tapahtuvassa toiminnan esittelyssä.

Huomionarvoista on myös miesten taipumus ottaa osaa vertaistuelliseen toimintaan. Vapaaehtoisten rekrytointiin tähtäävässä mainonnassa voi suoraan ilmaista, että tarkoituksena on perustaa vertaistukiryhmä, johon kaivataan ohjaajaa. Vertaistoiminta on nostanut profiiliaan suomalaisen vapaaehtoistyön kentällä (Nylund 2005, 195). Vertaisryhmätoiminta vaikuttaisi olevan jonkinasteinen trendi tällä hetkellä, ja ryhmille tuntuisi löytyvän paljon kysyntää. Vertaisryhmätoimintaa voisi siis järjestää nykyistä enemmänkin osana LSMTS:n toimintaa. Yksinkertainen, mutta toimiva keino voisi myös olla pyytää mukaan naistoimijoiden puolisoita. Näiden kynnyks tulla mukaan toimintaan voi olla hyvinkin matala, sillä toiminta on ainakin joiltain osin heille tuttua, ja heillä on ainakin yksi tuttu mukana toiminnassa. Kuten aiemmin on mainittu, monille osallistuminen jää kiinni siitä, ettei heitä ole pyydetty mukaan, vaikka halua löytyisi. Myöskään ei voi vähätellä henkilökohtaisen kontaktin ja tärkeyden tunnetta, jos juuri sinua pyydetään mukaan ja ilmaistaan, että juuri sinunlaiselle tyypille olisi tässä tehtävässä tarvetta.

Nuorille sen sijaan on ominaista osallistua lasten ja nuorten kasvatukseen liittyviin vapaaehtoistoiminnan muotoihin. Tämä on todettu aiemmissa nuoria vapaaehtoistoimijoita koskevissa tutkimuksissa. Myös tämän työn haastatteluissa eräs nuori vapaaehtoinen totesi, että saattaisi olla kiinnostunut ohjaamaan nuorten ryhmää, jos siihen tarjottaisiin mahdollisuutta.

Tilaaajan toiveesta haastatteluissa käsiteltiin myös osallistujien hankintaa ryhmämuotoiseen toimintaan. Tulosten perusteella samankaltaiset markkinointikeinot pätevät niin vapaaehtoisten rekrytointiin kuin osallistujienkin hankintaan. Ryhmiä mainostessa nuorille, on mainosten visuaalinen ilme ja näyttävyys tärkeää, oli mainos sitten sosiaalisessa mediassa, lehdessä tai yleisellä ilmoitustaululla. Verkostoiden kautta tapahtuvaa markkinointia tulisi myös tehostaa. Verkostanalyysin ja paikallisiin toimijoihin perehtymisen kautta voi saavuttaa tietoa omasta toimintaympäristöstä ja tavoista, joiden kanssa voisi tehdä yhteistyötä ryhmien täyttämiseksi. Esimerkiksi masentuneiden tukiryhmää voisi markkinoida alueen mielenterveystoimijoille, jotka voisivat tarjota ryhmää tukimuotona niille, joille kokevat sen hyödyllisenä. Henkilökohtaiset suhteet toimijoihin lisäävät markkinoinnin tehokkuutta ja pienentävät väärinymmärrysten riskiä. Markkinoinnin tulisi myös olla jollain tavalla kohdennettua. Ei liene kovin tehokasta postittaa terveyskeskuksiin nippua yleisiä toimintaesitteitä, vaan tulisi markkinoida oikeanlaista toimintaa oikeanlaisille yhteistyötahoille. Lohjan kaupungin ja paikallisten järjestötoimijoiden yhteinen Lohjastuu -projekti voisi olla ajankohtainen ja toimiva keino luoda verkostoja ja löytää ne oikeat tahot, joille markkinoida toimintaa. Lohjastuu järjestää muun muassa järjestötreffejä paikallisten toimijoiden kanssa. (Apuomena ry 2014.)

Haastateltujen puheenvuoroissa esille nousi joitakin tuen tarpeita vapaaehtoistoimijoille. Motivaation merkitys on hyvä pitää mielessä myös rekrytoinnin jälkeen, sillä motivaatio on suoraan sidoksissa sitoutuneisuuteen. Motivaatiosta voi suoraan keskustella vapaaehtoisen kanssa ja sitä kartoittaa esimerkiksi timanttimalin avulla (Kuva 1). Jos motivaatio hiipuu, voi vapaaehtoisen kanssa keskustella mistä se johtuu. Jos toimija ei voi toteuttaa henkilökohtaisia tavoitteitaan nykyisessä toiminnassa, voi hänelle tarjota esimerkiksi vastuullisempia, kevyempiä tai luonteeltaan toisenlaisia tehtäviä sen mukaan, millaiset tämän motivaatiotekijät ovat. Jos henkilö päättää luopua vapaaehtoistoiminnasta, olisi äärimmäisen arvokasta tietää mikä sai hänet päättämään tähän. Lähteviltä ja passivoituneilta vapaaehtoisilta saisi melko vaivattomasti kerättyä hyvää palautetta seuralle, jolla vältettäisiin kenties tulevaisuudessa vapaaehtoisten toiminnasta poistuminen.

Motivaation ylläpitämiseksi vapaaehtoisille tulee tarjota oheistoimintoja, jotka tukevat vapaaehtoisten hyvinvointia. Tällaisista ehkä merkittävin on riittävä virkistystoiminta.

(Sauri 2010, 114.) Osallistujat toivoivat virkistykseen olevan paremmin heidän edustamalleen ryhmälle sopivaa. Nuoret toimijat toivoivat nuorekkaampaa virkistystoimintaa, mutta eivät määritelleet millaista nuorekkaampi toiminta olisi. Vastakohtaa edustaen esille nousi kesäteatteriretki, joka miellettiin vanhemmille toimijoille suunnatuksi toiminnaksi. Miehet toivoivat myös miehille suunnattua virkistystä, jonka sisällöksi mainittiin saunominen ja makkaranpaisto perinteisinä esimerkkeinä miehekkäästä toiminnasta. Jotta ryhmiltä saisi konkreettisia toiveita virkistystoimintaa kohtaan, heidän tulisi ottaa mukaan suunnitteluun ja päätöksentekoon. Tässä vaiheessa on hyvä muistaa, että vaikka kaikki osallistujat olivat sitä mieltä, että vaikutusmahdollisuuksia seuran toiminnassa tarjotaan riittävästi, kukaan ei kuitenkaan ollut lähtenyt mukaan vaikuttamistoimintaan. Nuoria ja miehiä tulisi siis aktiivisemmin pyytää mukaan, ja painottaa, että heidän näkemyksiään kaivataan. Tätä varten voisi esimerkiksi perustaa virkistystoimikunnan tai asettaa tavoitteeksi, että työohjauksissa tai muissa kokouksissa mietitään yhteisesti sisältöä virkistystoimintaan. Jos virkistystoiminnan suunnittelu pysyy hallituksen tehtävänä, olisi hyvä yrittää aktivoida miehiä ja nuoria mukaan hallitukseen. Jos kaikille yhteistä virkistystoimintaa on vaikea keksiä, voi nuorille ja miehille järjestää virkistystoimintaa joskus erikseen.

Työnohjaus nousi haastatteluissa hyvin merkittäväksi tekijäksi vapaaehtoisten hyvinvoinnin kannalta. Työnohjaus on tärkeä työmenetelmä vaativissa ihmissuhdetehdävissä toimiville henkilöille, vapaaehtoisille ehkäpä vielä tärkeämpi kuin ammattilaisille (Syrjänen 2010,121-122). He toimivat tehtävissä lyhyen koulutuksen varassa, ilman alan ammatillisen koulutuksen tuomaa varmuutta ja kokemusta. Haastatelluilla ei ollut työnohjaukseen liittyen esittää palautetta tai kehitysehdotuksia. Tästä huolimatta on tärkeää pitää työnohjaus ajan tasalla ja kuulla vapaaehtoisilta näkemyksiä sen kehittämiseksi. Tunteiden purkamisen ja yhteisten näkökulmien pohdinnan lisäksi työnohjauksella voi olla merkittävä vaikutus vapaaehtoisten sitoutumisen ja innostumisen kannalta. Vaikka toisaalta tarkoitus on seurata vapaaehtoisten jaksamista ja toppuuttella liiallisen työtaakan ottamista, tavoitteenasettelun ja uuden oppimisen kautta vapaaehtoiset voivat saada työhönsä uudenlaista intoa ja motivaatiota. Työnohjauksen sisältö voi olla hyvin monimuotoista, joten sisällön suunnittelussa on tärkeää kuulla vapaaehtoisia itseään ja miettiä, mitkä menetelmät sopivat kenellekin.

6 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN ARVIOINTI

Tutkimusmenetelmäksi valikoituneet ryhmähaastattelut itsessään onnistuivat hyvin, ja haastattelutilanne oli odotuksiin nähden vaivaton. Menetelmän valinta tuki nähdäkseni tutkimuskysymystenasettelua, sillä vastauksissa nousi selvästi esille kohderyhmän ääni. Ongelmalliseksi tulosten yleistettävyyden kannalta muodostui osallistujamäärä, joka oli viisi henkilöä kahdessa ryhmähaastattelussa. Vaikka laadullisessa tutkimuksessa aineiston koko ei ole yhtä ratkaisevassa asemassa kuin määrällisessä tutkimuksessa, olisi suurempi otanta voinut antaa uusia vastauksia ja näkökulmia. Suurempi otanta olisi myös lisännyt tutkimuksen yleistettävyyttä.

Aikataululliset haasteet ovat rasittaneet opinnäytetyöprosessia alusta alkaen. Kysymysrunгон laadinnassa olisi voinut käyttää enemmän aikaa kirjallisuuteen tutustumiseen, jotta kysymyksiä olisi voinut kohdentaa tarkemmin tutkimusongelman kannalta oleellisiin asioihin. Haastatteluaineistoa tutkiessani olen myös joitakin kertoja jäänyt pohtimaan, että joistain teemoista olisi ollut mielenkiintoista saada lisätietoa. Aineiston analyysiin sen sijaan käytin runsaasti aikaa, sillä pienehköstä aineistosta oli tärkeää saada mahdollisimman suuri määrä informaatiota esiin. Tässä onnistuin mielestäni hyvin.

Kehitystoimenpiteitä miettiessäni olen perehtynyt melko paljon taustakirjallisuuteen. Mielenkiintoista olisi ollut perehtyä laajemmin aiheen ympärillä tehtyyn aiempaan tutkimukseen, varsinkin aiempiin opinnäytetöihin. Tällaisen vertailun kautta olisi voinut tehdä päätelmiä, mikä Lohjan seudun mielenterveysseuran vapaaehtoistyössä on ominaista. Vaikka työ tulee nähdäkseni olemaan hyödyllinen tilaajalle, ammattialan kannalta olisi ollut mielenkiintoista saavuttaa yleisemmällä tasolla merkittävää tutkimustietoa.

Opinnäytetyön tekeminen on ollut prosessina raskas. Ennen yhteistyön aloittamista LSMTS:n kanssa suunnitelmissani oli toteuttaa opinnäytetyö toisaalla. Suunnitelmat kariutuivat ja paikka- ja aihevalintojen epäselvyyksien vuoksi prosessi pääsi alkamaan paljon suunniteltua myöhemmin. Tästä syystä aika työn tekemiselle jäi melko lyhyeksi. Työtä kirjoittaessa olen todennut joutuneeni tekemään ratkaisuja siitä näkö-

kulmasta, että aika riittää työn valmiiksi saattamiseen. Jos aikaa olisi ollut enemmän, olisin tehnyt joitakin asioita toisin.

Opinnäytetyötä tehdessäni olen työskennellyt pääasiassa itsenäisesti. Olemme tilaajaorganisaation edustajien kanssa tavanneet säännöllisesti ja tarkistelleet, miten työ etenee. Tukea olen saanut seuralta tarvittaessa, kuten pohdinta-apua haastattelukysymysten laadintaan. Itsenäinen työote on asettanut paineita työn suunnittelulle ja aikatauluttamiselle, mutta prosessi on sen takia ollut hyvin opettavainen. Olen joutunut keskittymään työn osien vaiheistamiseen ja tarkkaan aikataulutukseen, joka on aiemmissa töissä ollut pienemmässä roolissa ja aiheuttanut haasteita. Kehittyminen näissä asioissa on noussut merkittäväksi oppimiskokemukseksi.

Keskustellessani seuran kanssa aihevalinnasta keväällä 2014, ajattelin että yhdistystoiminta on minulle aiheena vieras, eikä osaamiseni tulisi riittämään tämän työn toteuttamiseen. Olinhan siihen asti tehnyt lähes kaikki harjoittelut ja saanut työkokemusta vain nuorisotyön puolelta. Työtä tehdessäni huomasin kuitenkin pian, kuinka paljon olen yhteisöpedagogiopintojeni aikana saanut ikään kuin huomaamatta tietotaitoa myös järjestömaailman puolelta. Eniten tämä opinnäytetyö opetti minua tarttumaan rohkeasti haasteisiin ja luottamaan taitoihini, kuitenkaan unohtamatta avun ja tuen pyytämistä kun sitä tarvitsen.

LÄHTEET

- Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. 3. painos. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. 3. painos. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Apuomena ry 2014. Lohjastuu -projekti 2014-2016. Viitattu 24.11.2014. http://www.apuomena.fi/?LOHJASTUU_PROJEKTI_2014-2016
- Eronen, Anne & Hakkarainen, Tyyne & Londén, Pia & Peltosalmi, Juha & Särkelä, Riitta 2013. Järjestöbarometri 2013. Helsinki: SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry.
- Eskola, Jari 2010. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. 3. painos. Jyväskylä: PS-Kustannus, 179-203.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 7.painos. Tampere: Vastapaino.
- Eskola, Jari & Vastamäki, Jaana 2010. Teemahaastattelu: Opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. 3. painos. Jyväskylä: PS-Kustannus, 26-44.
- Haittoniemi, Annamajja 2014. Keskustelu Lohjan seudun Mielenterveysseuran nykytilasta. 10.11.2014. Lohja: Lohjan seudun Mielenterveysseuran toimisto.
- Ilvonen, Anne 2011. Miten vaikutan? Kansalaistoimijan vaikuttamisopas. OK-opintokeskus.
- Karreinen, Lari & Halonen, Maria & Tennilä, Meri (toim.) 2010. 10 Askelta parempaan vapaaehtoistoimintaan. Helsinki: Vihreä sivistysliitto ry.
- Laimio, Anne & Karnell, Sonja 2010. Vertaistoiminta - kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Laatikainen, Tanja 2010. Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA, 9-20.
- Lohjan seudun mielenterveysseura ry 2013. Toimintasuunnitelma 2014. Viitattu 27.9.2014. <http://www.lsmts.fi/sites/default/files/Toimintasuunnitelma%202014.pdf>
- Lohjan seudun mielenterveysseura ry 2014a. Toimintasuunnitelma 2015. Viitattu 9.11.2014. <http://www.lsmts.fi/sites/default/files/Toimintasuunnitelma%202015%20amh.pdf>
- Lohjan seudun mielenterveysseura ry 2014b. Toimintakertomus 2013. Viitattu 12.11.2014. <http://www.lsmts.fi/sites/default/files/LSMTS%20toimintakertomus%202013.pdf>
- Koskiahho, Briitta 2001. Sosiaalipolitiikka ja vapaaehtoistyö. Teoksessa Eskola, Antti & Kurki, Leena (toim.) 2001. Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Vastapaino.
- Myllyniemi, Sami 2012. Kyselyn toteutus ja taustamuuttajat. Teoksessa Monipolvinen hyvinvointi. Nuorisobarometri 2012. Viitattu 5.11.2014. http://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/05/Nuorisobarometri_2012_Verkojulkaisu.pdf

Niittamo, Petteri 2002. Tunneperäinen ja tietoperäinen motivaatio. Teoksessa Nurmi, Jari-Erik & Salmela-Aro, Katariina (toim.) 2002. Mikä meitä liikuttaa. Modernin motivaatiopsykologian perusteet. 2.painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 40-53.

Nuorisolaki (72/2006).

Nurmi, Jari-Erik & Salmela-Aho, Katariina 2002. Henkilökohtaiset tavoitteet ja hyvinvointi. Teoksessa Nurmi, Jari-Erik & Salmela-Aro, Katariina (toim.) 2002. Mikä meitä liikuttaa. Modernin motivaatiopsykologian perusteet. 2.painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 158-172.

Nylund, Marianne 2005. Vertaisryhmät kokemuksen ja tiedon välittäjinä. Teoksessa Nylund, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino. 195-213.

Pönkä, Harto 2013. Sosiaalinen media 09/2013. Koulutuswiki. Viitattu 23.11.2014.
http://koulutus.purot.net/sosiaalisen_median_tilastoja

Raninen, Anna & Raninen, Tarja & Toni, Ilpo & Tornaesus, Göran 2008. Mathildan muodonmuutos. Kansalais- ja vapaaehtoistoiminnan uudet kasvot. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys YTY ry. Helsinki: WSOY oppimateriaalit Oy .

Sauri, Pekka 2010. Vapaaehtoisten uupumus. Teoksessa Karreinen, Lari & Halonen, Maria & Tennilä, Meri (toim.) 2010. 10 Askelta parempaan vapaa-ehtoistoimintaan. Helsinki: Vihreä sivistysliitto ry. 114-118.

Syrjänen, Kaisli 2010. Vapaaehtoisten työnohjauksesta apua toimijoiden tukemiseen ja innostamiseen. Teoksessa Karreinen, Lari & Halonen, Maria & Tennilä, Meri (toim.) 2010. 10 Askelta parempaan vapaa-ehtoistoimintaan. Helsinki: Vihreä sivistysliitto ry. 119-128.

Yeung, Anne Birgitta. 2004. Suomalainen vapaaehtoistoiminta kansainvälisessä kentässä. Järjestötoiminnan tietopalvelu – Vapaaehtoistoiminta. Kansalaisyhteiskunta. Viitattu 18.11.14.
http://www.kansalaisyhteiskunta.fi/tietopalvelu/vapaaehtoistoiminta/suomalainen_vapaaehtoistoiminta_kansainvalisessa_kentassa

Yeung, Anne Birgitta. 2002. Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa- Ihan-teita vai todellisuutta? Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys YTY ry, Helsinki.

Yeung, Anne Birgitta 2005a. Tutkimustyökaluja vapaaehtoisuuden mysteeriiin. Teoksessa Nylund, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino. 83-103.

Yeung, Anne Birgitta 2005b. Vapaaehtoistoiminnan timantti. Miten mallintaa motivaatiota? Teoksessa Nylund, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino. 104-125.

Yhdistyslaki (503/1989)

