



MIPA

Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelma

www.a-klinikka.fi/mipa

Järjestötyöpaja VII Diak 11.4.2018

Palkitsevaa, voimaannuttavaa ja kuluttavaa?

Vapaaehtoisten, vertaisten ja kokemusasiantuntijoiden jaksamiseen vaikuttavat tekijät

Työpajan teemana oli tällä kertaa järjestöjen vapaaehtoisten, vertaisten ja kokemusasiantuntijoiden jaksamisen tukeminen. Teema osoittautui järjestötyön kannalta ajankohtaiseksi ja kiinnostavaksi, sillä työpaja keräsi tähän asti laajimman osallistujamäärän, lähes sata järjestötoimijaa. Tilaisuuden puheenjohtajana toiminut *Pekka Lund* (Sininauhaliitto) korostikin avauspuheenvuorossaan vapaaehtoisten, vertaisten ja kokemusasiantuntijoiden merkitystä päihde- ja mielenterveysjärjestöjen toiminnassa.

Vertais- ja vapaaehtoistoimijoiden väsymisen tunteet ja järjestöjen tukitoimenpiteet

Sari Jurvansuu (Sininauhaliitto) esitteli kyselytutkimusta (n=165), jonka mukaan kolmannes vastaajista oli kokenut väsymisen tunteita tehtävässään. Väsymisen riskiä lisäsivät liiallisiksi koetut odotukset järjestön taholta. Suuri riski uupua oli vertaistoimijoilla, jotka käyttivät toimintaan paljon aikaa saamatta siitä rahallista korvausta. Riittävä työhön perehdytys ja työnohjaus tukivat puolestaan merkittäväällä tavalla toimijoiden jaksamista. Paikallisille päihde- ja mielenterveysyhdistyksille (n=199) tehdyn kyselyn mukaan yhdistyskentällä on kuitenkin vielä kehitettävää etenkin työnohjausten järjestämisessä.

Elina Mäenpää (Kuntoutussäätiö) esitteli vertaisten yksilö- ja ryhmähaastatteluihin perustuvaa tutkimusta, jossa vertaiset kertoivat lukuisista vertaistoiminnan kuormitustekijöistä. Vaikeassa tilanteessa olevien ihmisten kohtaaminen ja tukeminen voivat uuvuttaa, mutta myös voimauttaa. Toisen ihmisen murheiden jakaminen sekä siitä saatu kiitos ja palaute palkitsevat. Tärkeää on kuormittavien ja palkitsevien tekijöiden tasapaino. Jaksamista tukevat purkukeskustelut, asioiden reflektointi sekä toisten vertaisten ja työntekijöiden osoittama kiinnostus ja huolenpito.

Työnohjauksella on tärkeä merkitystä

Sarin ja Elinan esitykset herättivät laajan keskustelun erityisesti työnohjauksen merkityksestä, sisällöstä ja toteutustavoista. Puheenvuoroissa pidettiin tärkeänä, että myös vapaaehtoiset pääsisivät mukaan järjestötoiminnan suunnitteluun ja osaksi työyhteisöä. Järjestössä toimivien työntekijöiden sekä vapaaehtoisten, vertaisten ja kokemusasiantuntijoiden roolien tulisi olla mahdollisimman selkeitä, mutta toisaalta vastakkainasettelua välttää, sillä kaikkien tulisi tukea toinen toisiaan. Puheenvuoroissa muistutettiin, että myös työntekijä voi uupua; jos työntekijät eivät voi hyvin, ei heillä ole resursseja tukea vapaaehtoisia. Huolta kannettiin myös siitä, ettei työntekijöiden työtehtäviä kasaudu tai korvata vapaaehtoistyöllä.

Vertaisten, kokemusasiantuntijoiden ja vapaaehtoisten hyvinvointia edistävät tekijät

Jouni Tourunen (A-klinikkasäätiö) esitteli *Jukka Valkosen* (Suomen Mielenterveysseura) toteuttamaa järjestöjen toimintaan osallistuville suunnattua kyselytutkimusta. Tutkimuksen mukaan vertaisten, kokemusasiantuntijoiden ja vapaaehtoisten hyvinvointi oli yleisesti ottaen korkeammalla tasolla kuin muissa rooleissa järjestöjen toimintaan osallistuvilla. Hyvinvointia edistivät etenkin sosiaalisuuteen ja aktiiviseen tekemiseen liittyvät tekijät. Yksittäisistä tekijöistä eniten hyvinvointia edisti vertaisilla ja kokemusasiantuntijoilla huumori sekä vapaaehtoisilla yhdessäolo perheen ja läheisten kanssa. Järjestön toiminnassa keskeistä oli kokemus kuulumisesta ryhmään, porukkaan, sekä mahdollisuus toteuttaa itseään.

Yhteistyötä, arvostusta, palkkioita ja huumoria

Järjestötyöpajan päättäneeseen keskusteluraatiin osallistuivat Pekka Lundin johdolla *Tiina Tuominen* (FinFami – Uusimaa ry), *Seppo Ristolainen* (Vantaan A-kilta ry), *Mervi Juuri* (Mielenterveyden keskusliitto) ja *Pia Alarto* (A-klinikkasäätiö). Keskustelun lähtökohtana oli otsikko ”Tutkimustulokset ja käytännön kokemukset – mitä voimme oppia”. Keskustelijat kommentoivat erityisesti vertaisille, kokemusasiantuntijoille ja vapaaehtoisille suunnatun työnohjauksen merkitystä. Keskustelussa pohdittiin esimerkiksi sitä, miten voi toimia rakentavasti tilanteissa, jolloin havaitsee vertaisen, kokemusasiantuntijan ja/tai vapaaehtoisen olevan uupunut ja väsynyt.

Raati herätti keskustelun myös kokemusasiantuntijoiden yhteistyön tarpeesta ja heidän välillään mahdollisesti ilmenevästä ”kilpailusta”. Paneelissa peräänkuulutettiin myös vahvaa vertaisten, kokemusasiantuntijoiden ja vapaaehtoisten arvostamista – myös palkkioiden maksamisen ja virkistysmahdollisuuksien tarjoamisen kautta. Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen monitasoisen yhteistyön lisäämiselle nähtiin sekä tarvetta että mahdollisuuksia. Huolta kannettiin järjestöjen ”väleihin putoajista”, miten tavoitettaisiin paremmin sekä tuen tarvitsijoita että uusia vapaaehtoisia etenkin eläkeläisten lisäksi. Huumori nähtiin tärkeänä työskentelyilmapiirin parantajana ja keventäjänä myös vaikeiden asioiden keskellä - mutta huumori ei saa koskaan loukata ketään.

Seuraava järjestötyöpaja 7.11.2018

Järjestötyöpajan 11.4.2018 aineistot tulevat MIPA-hankkeen sivuille www.a-klinikka.fi/mipa (tapahtumat ja esitykset) Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelman päätösseminaari ja työpaja järjestetään Diakonia-ammattikorkeakoulun Kalasataman kampuksella 7.11.2018. Olet tervetullut mukaan päätösseminaariin. Varaa päivä kalenteriisi. Osallistuminen on mahdollista myös etäyhteyksin.

Koosteen kokosivat Jouni Tourunen, Jari Helminen ja Elsa Pingoud