

## ”Haaveistani tehdä hyvää en ole luopunut”.

# Vapaaehtoistoimintaan liittyvät merkitykset mielenterveys- ja päihdejärjestöissä

Päivi Rissanen ja Sari Jurvansuu

Julkaistu 7.11.2018

### Tiivistelmä

### English summary

**Lähtökohdat:** Järjestöjen vapaaehtoistoimintaan kohdistetaan paljon odotuksia. Julkisten palveluiden niukentuessa apu kanavoituu yhä useammin kolmannen sektorin toimijoiden ja vertaistuellisten yhteisöjen kautta. Vapaaehtoistoiminnan kehittäminen vaatii tutkittua tietoa sen mahdollisuuksista ja rajoista. Artikkelissa tarkastellaan mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistoimintaa motivaatio- ja sosiaalisten representaatioiden teorioiden valossa.

**Menetelmät:** Tutkimus perustuu kahteen kyselyaineistoon. Mielenterveys- ja päihdeyhdistysten (n=187) johdolle suunnatussa kyselyssä kartoitettiin ketkä näissä yhdistyksissä toimivat vapaaehtoisina. Vapaaehtoisilta (n=127) kerätyn kyselyaineiston pohjalta tarkasteltiin toimintaan liittyviä motiiveja ja jaettuja merkityksiä.

**Tulokset:** Mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistoiminta asetui vertaistuen tarjoamisen ja vapaaehtoisen auttamisen ulottuvuuksille. Kuntoutujat, työttömät ja omaiset hakivat toiminnasta vertaisuuden kokemusta, työssäkäyviä ja opiskelijoita toimintaan motivoi osaamisen hyödyntäminen ja ammatillisten valmiuksien kehittäminen. Kaikkia toimijoita yhdistivät halu auttaa, vaikuttaa ja osoittaa solidaarisuutta. Vapaaehtoistoiminta rakentui omaehtoiseksi toiminnaksi, johon osallistumalla kuntoutujat ja heidän omaisensa voivat vapautua aktiiviseen toimijuuteen itsensä ja viiteryhmänsä hyväksi ja ammatillaiset hyödyntää osaamistaan vapaammin kuin palkkatyössä.

**Päätelmät:** Mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistoiminnassa on tärkeää huomioida toimijoiden taustat ja tehtävien moninaisuus, jolloin mahdollistetaan vertaistuen antaminen ja saaminen, yhteiskunnallinen vaikuttaminen sekä asiantuntijuuden ja ammattitaidon vahvistaminen. Vapaaehtoistoiminnan kehittämisessä on säilytettävä kolmannen sektorin ominaislaatu ja varmistettava osallistumisen matala kynnyks, tasavertaisuus ja toiminnan vapaus.

**Avainsanat:** päihdeyhdistykset, mielenterveysyhdistykset, vapaaehtoistoiminta, motivaatio, vertaistuki, kansalaistoiminta, sosiaalinen representaatio

### Ydinviestit

#### Tämä tiedettiin

- Suomalaiset osallistuvat vapaaehtois-toimintaan ahkerasti. Väestötasolla tarkasteltuna vapaaehtoistoimintaan osallistuminen kasautuu korkeassa sosioekonomisessa asemassa oleville.
- Vapaaehtoistoimintaan motivoivat tekijät jaetaan usein altruistisiin ja toiminnasta saataviin hyötyihin perustuviin tekijöihin. Toimintaan osallistumisen syyt ovat moninaisia ja päällekkäisiä. Pääasiassa vapaaehtoistoimintaan motivoi halu auttaa.
- Mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistoimintaa on tutkittu vähän. Se tiedetään, että mielenterveys- ja päihdejärjestöjen toiminnasta haetaan vertaistukea ja apua vaikeisiin elämäntilanteisiin. Usein taustalla on myös yhteisöllisyyden ja ryhmään kuulumisen tarve.

#### Tämä tutkimus opetti

- Keskeistä mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistoiminnassa on vertaistuen jakaminen, halu auttaa, solidaarisuus ja kokemus itselle tärkeiden arvojen mukaisesta toiminnasta. Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiivit vaihtelivat toimijoiden elämäntilanteiden mukaan.
- Vapaaehtoistoiminnan kehittämisessä on tärkeää mahdollistaa tehtävien monipuolisuus, kuten mahdollisuus osallistua vertaistuelliseen kohtaamiseen sekä toisaalta yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen ja asiantuntijuutta ja ammatillisuutta vahvistavaan toimintaan.
- Mielenterveys- ja päihdeyhdistysten vapaaehtois-toimijoista suuri osa on työelämän ulkopuolella, mikä korostaa tarvetta toiminnallisuuteen ja yhteisöllisyyden kokemukseen sekä ammatillisten taitojen ylläpitoon työttömyys- ja kuntoutusjaksojen aikana. Moni toivoo vapaaehtoistoiminnan avaavan polun työelämään.

## Johdanto

Kiinnostus järjestöjen vapaaehtoistoimintaan voidaan liittää 1990-luvulla alkaneeseen keskusteluun hyvinvointivaltion heikkenemisestä ja hoivavastuun siirtymisestä julkiselta sektorilta muille yhteiskunnallisille toimijoille, kuten vertaisyhteisöille, omaisille ja markkinasektorille (Matthies 1996; Nylund & Yeung 2005, 13-38). Palvelujen ja etuuksien leikkaukset sekä palvelujärjestelmän koettu tehottomuus ja etäännyminen kansalaisista ovat lisänneet kolmannen sektorin toimijoiden tarjoaman tuen merkitystä (Hokkanen 2014, 21; Peltosalmi ym. 2016). Mielenterveys- ja päihdepalvelujen haasteina ovat olleet palveluiden hajanaisuus, poissulkevuus ja huono saatavuus, kuntoutujille suunnatun toiminnan vähyyks sekä kuntoutusjaksojen lyhentymisen. Palvelujärjestelmän epäkohdat ovat heijastuneet mielenterveys- ja päihdejärjestöihin toiminnan kasvaneena kysyntänä (Peltosalmi ym. 2016, 32). Järjestöjen toiminnan tarvetta kasvattavat myös huoltosuhteen heikkeneminen sekä juurettomuuden, syrjäytymisen, maahanmuuton ja päihdeiden käytön lisääntyminen (esim. Pessi & Oravasaari 2010, 121). Työelämän polarisoituessa ja työttömyysjaksojen pitkittyessä vapaaehtoistoiminnasta on toivottu sekä palkkatyön korviketta että vastapainoa työelämän vaatimuksille.

Mielenterveys- ja päihdeongelmiin liittyy usein osattomuuden kokemuksia ja muita hyvinvoinnin vajeita, joihin järjestötoiminnalla voidaan vastata (Hokkanen 2014; Pitkänen & Tourunen 2016). Alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen aineistoon perustuvan tutkimuksen mukaan mielenterveys- ja päihdejärjestöjen toiminnasta haetaan pääasiassa vertaistukea ja tukea vaikeisiin elämäntilanteisiin. Mielenterveysongelmia kokeneet korostivat myös ryhmään kuulumisen merkitystä ja halua auttaa muita. (Kaskela ym. 2014, 21-28) Mielenterveysyhdistysten aktiivitoimijoita koskevassa tutkimuksessa todettiin järjestötoimintaan osallistumisen antavan toimijoille mielekästä tekemistä ja vahvistavan sosiaalisia suhteita ja kokemusta kuulluksi tulemisesta (Hokkanen 2014, 24). Osallistumisen kynnystä nostavat kuitenkin mielenterveys- ja päihdeongelmiin yhdistyvät ennakkoluulot sekä sosiaaliset ja taloudelliset vaikeudet (Hokkanen 2014; Kaskela ym. 2014). Toisaalta yhteiskunnallinen aktiivisuus ja sosiaalinen pääoma ovat jakautuneet väestöryhmittäin epätasaisesti. Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen yhdistyy korkeaan sosioekonomiseen asemaan ja koulutukseen. Näihin ryhmiin kuuluvat myös saavat eniten epävirallista apua, kun taas esimerkiksi työttömät ja eläkeläistaloudet saavat sitä vähiten. (Hanifi 2013)

Kolmannen sektorin kasvavan merkityksen rinnalla puhutaan vapaaehtoistoiminnan kriisistä. Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen on ennustettu suuntautuvan entistä enemmän spontaaniin, elämykselliseen, itselle hyödylliseen ja itseohjautuvaan toimintaan (esim. Pessi & Oravasaari 2010; von Bonsdorff & Rantanen 2011). Virtuaalisen, lyhytaikaisen ja episodisen (eli lyhytkestoisen mutta säännöllisen) toiminnan on ennakoitu lisääntyvän ja järjestöuskollisen osallistumisen vähentyvän (esim. Macduff 2005; Marjovuori 2014, 22-25). Myös kolmannen sektorin ammatillistumiskehitys vaikuttaa järjestökenttään. Rahoituslähteiden muuttuminen, hanketyön lisääntyminen ja rajojen hämärtyminen suhteessa yritysten ja julkisen sektorin toimintaan (Billis 2010, 58-60; Wijkström & Zimmer 2011; Rantamäki 2016) ovat siirtäneet järjestötoimintaa enenevästi sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten käsiin. Näkemykset kehityksen vaikutuksista vapaaehtoisten tehtäviin ovat ristiriitaisia, sillä niiden on todettu voivan kaventua ja yksipuolistua (Geoghegan & Powell 2006; Laitinen & Taavetti 2016) tai toisaalta muuttua entistä monipuolisemmiksi ja vaativammiksi (Gaskin 2005, 10; Hutchison & Ockenden 2008). Myös valmisteilla oleva sosiaali- ja terveydenhuollon uudistus tulee vaikuttamaan järjestöjen asemaan ja toimintamahdollisuuksiin. Vapaaehtoistoiminnan kehittämiseksi tarvitaan tutkimusta sen nykytilasta, haasteista ja vahvuuksista.

## Vapaaehtoistoimintaan motivoivat tekijät ja toiminta sosiaalisena representaationa

Vapaaehtoistoiminta määritellään usein palkattomaksi ja pakottomaksi yksilöjä tai yhteisöjä hyödyttäväksi toiminnaksi. Sen tavoitteena on avun ja tuen antaminen tavallisten ihmisten tietoja, taitoja ja elämäkokemusta hyödyntämällä. (Yeung 2002; Pessi & Oravasaari 2010) Vapaaehtoistoimintaa voidaan tarkastella myös sosiaalisen pääoman käsitteen kautta, jossa korostuu taloudellisen hyvinvoinnin sijaan hyvinvoinnin sosiaalinen ulottuvuus, kuten mahdollisuudet yhteistyöhön sekä sitä tukeviin verkostoihin (Hanifi 2013). Käytämme artikkelissa vapaaehtoistoimintaa yleiskäsitteenä mielenterveys- ja päihdejärjestöjen organisoidusta palkattomasta toiminnasta.

Aiempien tutkimusten mukaan vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiivien kirjo on laaja ja ne sekoittuvat keskenään (Nylund 2000; Yeung 2004, 2005; Sorri 2005; Pessi & Oravasaari 2010; Marjovuo 2014). Marianne Nylund (2000, 122-131) on jakanut motiivit altruistisiin eli epäitsekkäisiin ja individualistisiin eli oppimiseen, itsetuntoon, sosiaalisiin ja uraan liittyviin motiiveihin. Osallistumisen taustalla on usein myös elämän käännekohta, sairaus tai vaikea kokemus, joka saa yksilön toteuttamaan itseään uudella tavalla tai tukemaan muita saman kokeneita (mt. 136; vrt. Sorri 2005, 126–140).

Birgitta Yeung (2004, 32-38; 2005, 109-117) on muodostanut motivaatiotekijöistä neljä vastinparia sisältävän timanttimallin. Saaminen-antaminen -ulottuvuudella kuvataan asioita, joita vapaaehtoinen kokee saavansa toiminnasta (esimerkiksi mahdollisuus toteuttaa itseään) ja vastaavasti mitä hän voi antaa (toiminnan altruistinen luonne). Jatkuvuus-uuden etsintä -ulottuvuudella tarkastellaan vapaaehtoisen halua toimia tutun asian piirissä tai oppia uutta ja laajentaa elämäpiiriään. Läheisyys-etäisyys -akselilla näkyy sosiaalisten kontaktien ja ryhmään kuulumisen merkitys tai toiminta järjestöön sitoutumatta. Pohdinta-toiminta -ulottuvuudella motiivit jakautuvat mahdollisuudeksi käydä läpi omia kokemuksia ja toteuttaa itselleen tärkeitä arvoja tai tehdä mielekkäitä asioita vapaa-ajalla (vrt. Rochester ym. 2010, 12-15).

Ari Marjovuo (2014) on väitöskirjatutkimuksessaan tarkastellut vapaaehtoistyötä Serge Moscovicin (2000) kehittämän sosiaalisten representaatioiden teorian näkökulmasta. Sosiaalisella representaatiolla tarkoitetaan yhteisöllisesti muodostuneita jaettuja käsityksiä todellisuuden ilmiöistä, tässä tapauksessa vapaaehtoistoiminnasta, jolloin tarkastelu kohdistuu yksilöiden sisäisten osallistumismotiivien sijaan vapaaehtoistoimintaan liittyviin arvoihin, ajatuksiin ja käytäntöihin (mt. 12) eli siihen, millaisena vapaaehtoistoiminta näyttäytyy toimijoiden näkökulmasta. Marjovuo (2014) näkee vapaaehtoistoiminnan toteutuvan konsensuaalisessa, vapaamuotoisessa, maailmassa, johon kuuluvat esimerkiksi tasa-arvo, vapaus, ”vastuulliset amatöörit”, keskustelut ja arkitieto. Se antaa yksilölle johonkin kuulumisen tunteen ja identiteetin. Reifikaaliseen, esineellistyneeseen, maailmaan sisältyvät professiot, oppiarvot, säännöt, hierarkiat, identiteettiongelmien ja tieteellinen tieto. Näiden maailmojen välinen raja jakaa todellisuuden kahtia psykologisesti ja fyysisesti. (Moscovic 2000, 33–34.) Maailmat ovat yhteydessä toisiinsa, jolloin esimerkiksi tieteellinen tieto, ammatillisuus ja organisaatorakenteet voivat tulla osaksi vapaaehtoistoimintaa. Tämä on nähtävissä kolmannen sektorin ammatillistumis- ja hybridisoitumiskehityksen yhteydessä.

Marjovuon (2014, 120–131) mukaan vapaaehtoistoimintaan osallistumisen taustalla on dereifikaatiokokemus eli halu vapautua esineellistyneen maailman vallasta ja rajoitteista sekä niihin liittyvästä ahdistuksesta. Vapautumiskokemus edellyttää ekspressiivisyyttä ja kollaboratiivisuutta. Ekspressiiviset tekijät eli eettisyys, autenttisuus, elämyksellisyys, positiivisuus, henkinen kasvu, palkattomuus ja aktiivisuus liittyvät tunteisiin ja arvoihin ja vetävät ihmisiä mukaan vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoistoiminta tarjoaa paikan toteuttaa omia arvoja, irtautua työstressistä, olla avoin, luova ja teeskentelemätön, ilmaista myönteisiä tunteita kuten innostuneisuutta ja kiinnostusta sekä kokea elämä syvästi, henkisesti ja haastavasti. Kollaboratiivisilla tekijöillä – suunnitelmallisuus, yhteenkuuluvuus ja vastaanottavuus ammatillisuudelle – tarkoitetaan toiminnan organisoitumista ja päämääräsuuntautuneisuutta, vuorovaikutusmahdollisuuksia sekä sen suhdetta ammattilaisuuteen. Nämä rakenteisiin liittyvät ominaisuudet sitouttavat toimintaan pitkäaikaisesti. (mt. 103–110)

Motivaatioteoriat ja sosiaalisten representaatioiden teoria valottavat vapaaehtoistoiminnan merkityksiä eri näkökulmista. Yhteistä on se, että molemmat kertovat osallistumisen taustalla olevista syistä. Motivaatioteoriat keskittyvät osallistumisen syihin yksilötasolla eli sisäisiin motivaatiotekijöihin. Sosiaalisten representaatioiden teoria laajentaa tarkastelua vapaaehtoistointaan omana ilmiönään, omine ominaisuuksineen. Se kertoo niistä vapaaehtoistoiminnan ominaisuuksista, jotka saavat yksilöt osallistumaan. Tämän lisäksi se kuvaa vapaaehtoistointaa laajemmassa kontekstissa eli maailmaa, jossa vapaaehtoistointa toteutuu. Ilmiön ymmärtämisen näkökulmasta molempien näkökulmien huomioiminen on tärkeää.

Artikkelissa tarkastelemme edellä esitetyn teoreettisen keskustelun valossa ensinnäkin, mikä yksilöitä motivoi osallistumaan mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistointaan. Toiseksi selvitämme, millaisia jaettuja merkityksiä toimintaan liittyy eli millaiseksi mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistointaan sosiaalinen representaatio rakentuu. Vaikka vapaaehtoistointaa on tutkittu paljon, on tutkimusta vapaaehtoistointaan laajemmassa kontekstissa sekä erityisesti mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistointaan vain vähän. Pyrimme myös tuomaan esiin näiden alojen vapaaehtoistointaan erityispiirteitä.

## Tutkimusaineisto ja -menetelmät

Tutkimusaineisto on kerätty osana Mielenterveys- ja päihdejärjestöjen tutkimusohjelmaa (MIPA; ks. [www.a-klinikka.fi/mipa](http://www.a-klinikka.fi/mipa)), joka on kymmenen järjestön ja Diakonia-ammattikorkeakoulun yhteinen tutkimushanke<sup>1</sup>. Hankkeessa kerättiin laaja-alaista tietoa järjestöjen toiminnasta sekä järjestötoimintaan osallistumisen yksilötasoisista merkityksistä. Artikkelissa on käytetty aineistona kahta hankkeessa vuoden 2016 keväällä toteutettua kyselyä: järjestökyselyä ja vapaaehtoisille suunnattua kyselyä. Kahden aineiston käyttämisellä tavoiteltiin monipuolista kuvaa päihde- ja mielenterveysjärjestöjen vapaaehtoistointaan ja -toimijoista sekä organisaatioiden että toimijoiden itsensä näkökulmista.

*Järjestökysely* lähetettiin kuuden valtakunnallisen MIPA-hankejärjestön paikallisyhdistysten (n=390) toiminnanjohtajille tai hallituksen puheenjohtajille. Siihen saatiin vastaus 87 päihde- ja 100 mielenterveysyhdistykseltä (vastausprosentti 48). Kyselystä kartoitettiin toiminnan eri osa-alueita, mukaan lukien yhdistyksen vapaaehtoistointa. Kyselystä tarkastelemme seuraavaa kysymystä: Kuinka suuri osuus yhdistyksenne vapaaehtoisista on seuraavien ryhmien edustajia: päihde-/mielenterveyskuntoutujia; eläkeläisiä, ikääntyneitä; työttömiä; työssäkäyviä; osaamistaan tarjoavia ammattilaisia; opiskelijoita; omaisia, läheisiä?

Vapaaehtoistointaan osallistumisen motiiveja ja merkityksiä selvitettiin järjestöjen toimijoille eli vapaaehtoisille, vertaisille ja kokemusasiantuntijoille suunnatulla *vapaaehtoisikyselyllä*. Kysely laadittiin yhdessä järjestötoimijoista kootun ryhmän kanssa heidän tärkeinä pitämiensä teemojen pohjalta, joiksi mainittiin esimerkiksi palkkioiden merkitys. Kunkin MIPA-hankejärjestön (n=10) yhteyshenkilö jakoi avoimen linkin sähköiseen kyselyyn järjestöjensä toimijoille. Kyselyyn vastasi 165 toimijaa. Aineisto muodostuu seuraaviin kysymyksiin annetuista avovastauksista: ”Miksi haluat toimia vapaaehtoisena?” (n=124) ja ”Miten haluaisit kehittää vapaaehtoistointaa?” (n=72). Artikkelissa käytettyyn aineistoon poimittiin vastaajat, jotka määrittelivät itsensä kyselyssä vapaaehtoisiksi tai jotka ilmoittivat toimivansa ilman rahallista korvausta (n=127) eli 77 prosenttia vastaajista. Aineistosta poistettiin siis järjestöissä palkka- tai palkkioperusteisesti toimivat vertaiset ja kokemusasiantuntijat. Osa yhdistyksistä on pieniä, joten vastaajien anonyymiteetin varmistamiseksi emme kysyneet taustajärjestön nimeä. Vastaajajoukko painottui yli 50-vuotiaisiin, työelämän ulkopuolella oleviin, mielenterveysjärjestöissä toimiviin ja naisiin (taulukko 1). Vapaaehtoiset kertoivat toimivansa useimmiten kriisipuhelinpäivystäjinä tai kriisivastaanotoilla, tukihenkilöinä, ryhmien ohjaajina, yhdistyksen puheenjohtajana, sihteerinä, hallituksen jäsenenä tai erilaisissa käytännön tehtävissä.

<sup>1</sup> Mukana olevat järjestöt ovat A-Kiltojen Liitto ry, A-klinikkasäätiö, Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry, FinFami – Uusimaa ry, Irti Huumeista ry, Kuntoutussäätiö, Mielenterveyden keskusliitto ry, Sininauhaliitto, Suomen Mielenterveysseura ja Tukikohta ry.

Taulukko 1. Vapaaehtoisikyselyn vastaajien (n=127) taustatiedot.

Taustajärjestön toimiala*	mielenterveystyö	83 %
	päihdetyö	25 %
	omaistyö	3 %
Sukuoli	nainen	66 %
	mies	34 %
Ikä (ka=53), luokiteltu	20-34 vuotta	12 %
	35-50 vuotta	20 %
	51-65-vuotta	42 %
	yli 65-vuotta	26 %
Elämäntilanne*	eläke tai kuntoutustuki	58 %
	kokopäivätyö	14 %
	osa-aikatyö	14 %
	työtön	12 %
	opiskelija	10 %
	muu tilanne	2 %

\*Vastaajien elämäntilanteen ja järjestön toiminta-alueen yhteenlasketut prosenttimäärät ylittävät sadan, sillä vastaajat saivat halutessaan valita näiden kohdalla useamman vastausvaihtoehdon.

Analyysin kulku on esitelty taulukossa 2. Aluksi hahmotimme yleiskuvan vapaaehtoistoiminnan merkityksestä vapaaehtoisille ja toimintaan motivoivista tekijöistä lukemalla vastaukset läpi useita kertoja. Tämän pohjalta vastaukset jäseneltiin etsimällä toiminnan merkitykseen ja osallistumisen motiiveihin liittyviä sanoja ja ilmaisuja. Vastauksista muodostettiin seuraavat teemat: auttamisen halu, vertaistuki, vaikuttaminen, toiminnasta saatava hyöty sekä suhde työelämään ja ammatillisuuteen. Seuraavaksi teemoja tarkasteltiin vastaajien elämäntilanteen mukaan ja lopuksi teemoittelulle etsittiin vahvistusta ja vastaamattomuuksia suhteessa motivaatio- ja sosiaalisten representaatioiden teorioihin. (vrt. Tuomi & Sarajärvi 2002, 99, 112-115)

Taulukko 2. Vapaaehtoisaineston analyysin kuvaus

Teemaa yhdistävät käsitteet ja ilmaisut	Teema	Suhde aiempaan tutkimukseen
Tukeminen, auttaminen, pirstäminen, apu sekä toinen ihminen, yksinäinen, lähimmäinen, kriisissä oleva, kuntoutuja	Auttamisen halu	Auttamisen ulottuvuus, altruismi (Nylund 2000; Yeung 2005)
Asioista puhuminen, kertominen, yhteinen etu, epäkohta, vaikuttaminen, osallistuminen, aktiivisuus, yhteiskunta	Vaikuttaminen	Sosiaalisten representaatioiden teoria, aktiivisuus (Marjovuo 2014)
Hyöty, antoisa, merkitys, mielekäs sekä työ, toiminta tai osallistuminen	Toiminnasta saadut hyödyt	Oppiminen (Nylund 2000), pohdinnan ulottuvuus (Yeung 2005), henkinen kasvu (Marjovuo 2014)
Kokopäivätyö, harrastus, vastapaino, työ- tai ammattitaito/ammattitaidon hyödyntäminen, osaamisala, työllistyminen, työelämä, toimeentulo, opiskelu, tulevaisuus, kokemus, ammattitaito	Työelämä ja ammatillisuus	Jatkuvuuden – uuden etsinnän ulottuvuudet (Yeung 2005), vastaanottavuus ammatillisuudelle (Marjovuo 2014)
Sama tilanne, sama kokemus, vertaistuki, itsen ja toisen auttaminen, oma kärsimys/ongelma	Vertaistuki	Me meille -vapaaehtoisuus (Nylund 2000), jatkuvuuden ulottuvuus (Yeung 2005)

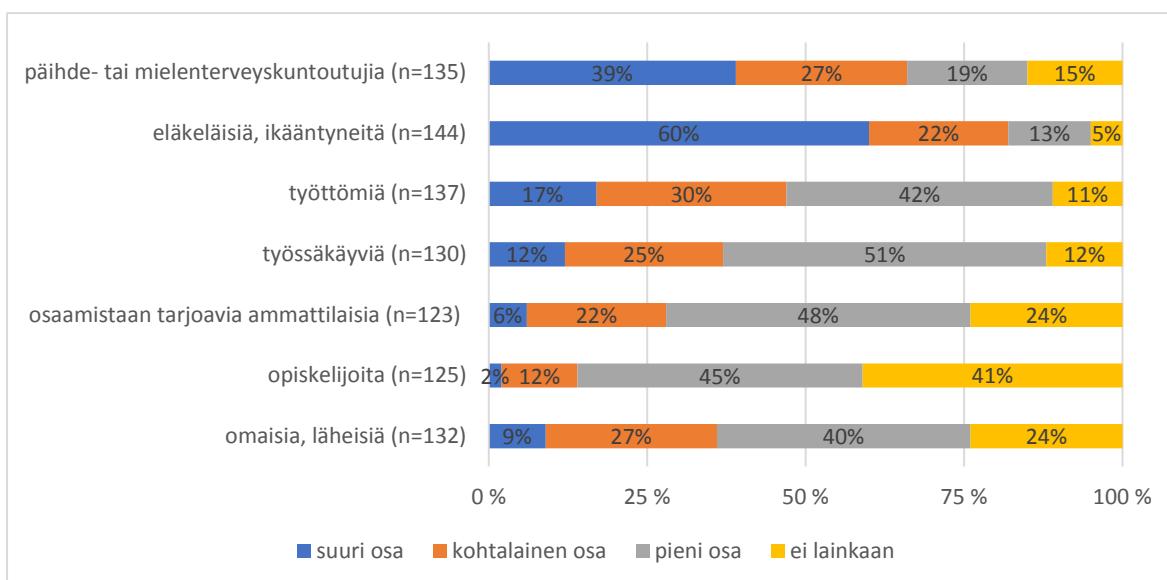
## Tulokset

Aluksi luomme järjestökyselystä saadun organisaatiotasaisen aineiston pohjalta kuvan siitä, keitä mielenterveys- ja päihdeyhdistyksissä toimii vapaaehtoisina. Tämän jälkeen tarkastelemme vapaaehtoistoimijoilta kerätyn aineiston pohjalta, millaiset tekijät motivoivat osallistumaan vapaaehtoistoimintaan eri elämäntilanteissa.

### Mielenterveys- ja päihdeyhdistyksissä toimivien vapaaehtoisten elämäntilanne

Järjestökyselyn aineiston mukaan suurin mielenterveys- ja päihdeyhdistysten vapaaehtoistoimijaryhmä olivat eläkeläiset ja ikääntyneet, joita oli suuri osa vapaaehtoisista lähes kahdessa kolmesta yhdistyksestä (kuvio 1). Seuraavaksi suurimmat ryhmät olivat työttömät sekä ihmiset, joilla on tai jotka ovat kuntoutumassa tai kuntoutuneet mielenterveys- tai päihdeongelmasta eli mielenterveys- ja päihdekuntoutujataustaiset vapaaehtoiset. Työssäkävien, ammattilaisten ja opiskelijoiden osallistuminen oli näihin ryhmiin verrattuna suhteellisen vähäistä. Kuntoutujien omaiset ja läheiset osallistuivat vähintään kohtalaisessa määrin joka kolmannen yhdistyksen toimintaan. On syytä huomioida, että elämäntilanteet ovat myös päällekkäisiä. Yksilö voi olla samanaikaisesti esimerkiksi kuntoutuja ja osa-aikaeläkkeellä. Aineistomme perusteella mielenterveys- ja päihdeyhdistysten vapaaehtoistoimintaan osallistuu suuressa määrin ihmisiä, jotka ovat itse kokeneet tai kokevat päihde- tai mielenterveysongelmia tai muita vaikeita elämäntilanteita tai ovat eri syistä työelämän ulkopuolella. Väestötason tutkimusten perusteella vapaaehtoistoimintaan osallistuminen kasautuu korkeassa sosioekonomisessa asemassa olevaan ja koulutettuun väestönosaan (Yeung 2002; Siisiäinen & Kankainen 2009, 111; Hanifi 2013).

Työttömät olivat huomattavasti merkittävämpi ( $p < 0,001$ ) vapaaehtoistoimijaryhmä päihde- kuin mielenterveysyhdistyksissä. Reilussa neljäsosassa (28 %) päihdeyhdistyksistä he muodostivat suuren osan vapaaehtoisista (vrt. mielenterveysyhdistyksistä 7 %), vaikka yleisesti ottaen työttömät näyttävät osallistuvan järjestötoimintaan keskimääräistä vähemmän (Siisiäinen & Kankainen 2009, 108). Eroa selittänee pitkälti työllistämistoiminnan keskeisyys päihdejärjestöissä (Lund ym. 2015, 39; Peltosalmi ym. 2016, 44).



Kuvio 1. Mielenterveys- ja päihdeyhdistysten vapaaehtoiset: "Kuinka suuren osan yhdistyksenne vapaaehtoisista arvioitte olevan seuraavien ryhmien edustajia?" (%)

## Vapaaehtoistoiminta - auttamista, vertaistukea ja vaikuttamista

Seuraavaksi tarkastelemme yhdistysten vapaaehtoisilta saatujen vastausten pohjalta toimintaan osallistumisen motiiveja ja merkityksiä. Yleisin syy toimia vapaaehtoisena oli halu auttaa ja tukea toisia vaikeissa elämäntilanteissa, minkä osa vastaajista mainitsi myös tärkeimmäksi tekijäksi. *”Auttamisenhalu on suurin motivaattori” (M, eläkkeellä)*, kuten yksi vapaaehtoisista asian ilmaisi. Vapaaehtoisten elämäntilanteilla oli yhteys siihen, mistä lähtökohdista he halusivat antaa apua. Omakohtaiset kokemukset mielenterveys- ja päihdeongelmista motivoivat antamaan vertaistukea, jolloin vapaaehtoistoiminnasta tai vertaistuesta itselle saatua apua ja tukea haluttiin jakaa eteenpäin. Omaisia puolestaan motivoi huoli läheisestä. Myös heille vapaaehtoistoiminnassa oli tärkeää vertaistuen tarjoaminen ja saaminen, kokemusten jakaminen muiden omaisten kanssa sekä mahdollisuus saada ja antaa toivoa toivottomalta tuntuvassa tilanteessa.

*”Haluan toimia vertaisryhmän ohjaajana, koska haluan tarjota tukea saman kokeneille. Haluan mahdollistaa ajan ja paikan kohtaamiselle, jossa kohderyhmään kuuluvat voivat tavata toisiaan luottamuksellisesti. Saan ryhmässä itsekin vertaistukea ja kuulen muiden kokemuksia keskustellessani vertaisten kanssa luottamuksellisissa tapaamisissa.” (N, opiskelija ja osa-aika/keikkatyössä)*

Työssä olevilla ja opiskelijoilla osallistuminen perustui usein haluun hyödyntää omia valmiuksiaan tai osaamistaan tavalla, josta on hyötyä muille. Vastaukset linkittyivät myös ajatukseen vapaaehtoistoiminnasta merkityksellisenä tai hyödyllisenä vapaa-aikana (meaningful leisure; Rochester ym. 2010, 12-15), jolloin osa vapaa-ajasta haluttiin käyttää hyödylliseen toimintaan. Osa ikääntyneistä korosti uuden oppimisen, aktiivisuuden ja yhteisöllisyyden merkitystä, jolloin he saivat vapaaehtoistoiminnasta ihmissuhteita ja tekemistä arkeen. Monelle ikääntyneistä vapaaehtoistoiminta edusti elämäntapaa, kansalaisvelvollisuutta tai kutsunusta.

*”Täytän näin eläkeläisenä ”kansalaisvelvollisuuttani”, saan mielekästä tekemistä ja merkitystä elämään. Opin uutta ja kohtaan monia hyviä ihmisiä. Voin vaikuttaa ja osallistua yhteiskunnallisestikin.” (N, eläkkeellä)*

Aineistossamme oli useita auttamishalussa solidarisesti motivoituneita vapaaehtoisia (vrt. Laitinen & Pessi 2001). He ilmaisivat osallistuvansa vapaaehtoistoimintaan edistääkseen yhteistä, jaettua etua. Solidarisuus näkyi ensinnäkin haluna auttaa omaan viiteryhmään kuuluvia, mikä heijastaa vertaistuen ja -toiminnan merkitystä mielenterveys- ja päihdejärjestöissä. Toiseksi halu auttaa suuntautui vaikeuksissa olevien ihmisten auttamiseen tai yleisemmin hyvän tekemiseen tai maailman parantamiseen. Kolmanneksi solidarisuus kohdistui järjestöjen toimintaan sekä sitä määrittävään yhteisesti jaettuun arvopohjaan. Tällöin auttamisenhalu suuntautui yhdistystoiminnan tukemiseen, sillä sen katsottiin mahdollistavan yksilöiden osallistumista mielen hyvinvointia tukevaan ja lisäävään toimintaan. (vrt. Marjovuori 2014, 87)

*”Olen nuoresta lähtien halunnut tehdä jotain maailman parantamiseksi ja niiden ihmisten auttamiseksi, joilla on vaikeaa. -- Pidän (palkka)työstäni, mutta haaveistani tehdä hyvää en ole luopunut. Nyt teen hyvää vapaaehtoisena.” (N, kokopäivätyössä)*

Hyvän tekemistä perusteltiin myös haluna maksaa takaisin vapaaehtoistoiminnalla toisilta ihmisiltä tai yhteiskunnalta saatua hyvää, kuten eräs vastaajista toteaa: *”Opiskelu on hyvin itsenäistä toimintaa, jossa keskitytään omaan suoritukseen ja oman itse kehittämiseen yhteiskunnan tuella. Vapaaehtoistyö on keino ’antaa takaisin’.” (N, osa-aika/keikkatyössä, opiskelija)* Toisaalta altruistiset motiivit ja erityisesti auttamisen halu esiintyivät vastauksissa lähes aina rinnakkain muiden, omaan hyötyyn perustuvien motiivien kanssa. Vapaaehtoiset kokivat osallistumisen tukevan omaa hyvinvointiaan monin eri tavoin: se paransi itsetuntoa tuomalla onnistumisen kokemuksia ja sisältöä sekä vaihtelua arkeen, antoi uusia tietoja ja taitoja, syvensi yhteiskunnallista näkemystä ja mahdollisti psyykkisen kasvun. Vastauksissa korostui usein tekemisen mielekkyys ja merkityksellisyys sekä itselle että toisille.

*”Olen innoissani asiasta, olen löytänyt jotain mielekästä tekemistä, millä on muillekin merkitystä. Koen itseni tarpeelliseksi ja tärkeäksi.” (N, kuntoutustuella)*

Kuntoutujat kokivat vapaaehtoistoimintaan osallistumisen tukevan merkittävällä tavalla toipumisprosessiaan ja elämänhallintaansa. Heille keskeinen osallistumisen motiivi oli myös halu vaikuttaa yhteiskunnallisesti, erityisesti osallistua palvelujen kehittämiseen omakohtaisiin kokemuksiin perustuvan tiedon pohjalta sekä purkaa mielenterveys- ja päihdeongelmiin liittyviä ennakkoluuloja. Vaikuttaminen konkretisoitui vertaistueksi sekä



opiskelijoille ja ammattilaisille suunnatuksi tiedottamiseksi eli kokemusasiatuntijatoiminnaksi. Erityisesti vaikuttamistoiminnan kautta vapaaehtoistoiminnasta rakentui maailma, jossa osallistuja pystyi irtautumaan palvelujärjestelmän asiakkaan tai potilaan – passiivisen kohteen – roolista aktiiviseen toimijuuteen. Vapautumiskokemuksen keskeisyyteen viittaa myös vapaaehtoisten halu vaikuttaa hoitokulttuurin ja palvelujärjestelmän epäkohtiin ja ulossulkeviin käytäntöihin.

*”Oman raitistumisen myötä syntyi halu auttaa muita saamaan apua. Kehittämään palveluita paremmiksi, jotta niistä olisi enemmän apua ja että sitä olisi helpompi saada.” (M, osa-aika/keikkatyössä)*

Mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistoimintaan motivoivat useimmiten altruistiset motiivit, halu auttaa (vrt. Nylund 2000, 123; Yeung 2005). Tulokset osallistumisesta saaduista hyödyistä tukevat näkemyksiä oppimisen (Nylundin 2000, 126), arvojen toteuttamisen (Marjovuori 2014) ja henkisen kasvun (mt. 101-102) merkityksestä vapaaehtoistoimintaan motivoivina tekijöinä. Erityisesti kuntoutujat kokivat vapaaehtoistoimintaan osallistumisen tukeneen konkreettisesti toimintaprosessiaan ja hyvinvointiaan.

### Vapaaehtoistoiminnan suhde työelämään ja ammatillisuuteen

Aineistossamme korostui vapaaehtoistoiminnan sekä työelämän ja ammatillisuuden välinen yhteys. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille ja palkkatyössä oleville vapaaehtoistoiminta hahmottui usein työelämän vastapainoksi tai harrastukseksi. Lisäksi heitä motivoi mahdollisuus oman osaamisen hyödyntämiseen ja kehittämiseen. Vapaaehtoistoimintaan osallistumalla ammattilaiset ja opiskelijat halusivat ensinnäkin hyödyntää ammatillisia taitoja ja valmiuksia tavalla, josta on hyötyä muille. Toisaalta he halusivat vastata mielenterveys- ja päihdepalveluihin ja auttamistyöhön liittyviin haasteisiin. Omaan työpanosta ja ammatillista osaamista jakamalla haluttiin paikata palvelujärjestelmän niukkoja resursseja, kuten vastaaja kiteyttää seuraavassa sitaatissa:

*”Mielenterveystyö on yhteiskunnassa heikoimmin järjestettyjä palveluja. Vapaaehtoistyö on tapa jakaa omaa osaamista tässä.” (N, kokopäivätyössä)*

Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen mahdollisti sen, että ammattilaiset ja opiskelijat pystyivät oppimaan järjestöjen kuntoutujataustaisten jäsenten kokemusaikaisesta, minkä koettiin kehittävän ammatillisia valmiuksia julkisella tai yksityisellä sektorilla tehtävässä palkkatyössä. Vastauksissa toivottiinkin mahdollisuutta hyödyntää vapaaehtoistoimintaa entistä systemaatisemmin opinnoissa ja ammattitaidon kehittämisessä. Opiskelijat näkivät vapaaehtoistoiminnan tukevan ammatillisia suunnitelmiaan, antavan valmiuksia tulevaan ammattiin sekä tuovan työelämässä tarvittavaa kokemusta erilaisten asiakasryhmien kohtaamisesta.

*”Haluaisin myös tulevaisuudessa työskennellä mielenterveyspuolella, joten vapaaehtoistyöt ovat hyvä keino saada kokemusta järjestötoiminnasta ja juuri tämän asiakasryhmän kanssa toimimisesta.” (N, opiskelija, osa-aikatyössä/keikkatyössä)*

Ikääntyneistä vapaaehtoisista osa oli tehnyt työuransa mielenterveys- tai päihdetyössä. Heille vapaaehtoistoiminta edusti luontevaa jatketta palkkatyölle ja mahdollisti ammattitaidon ja työkokemuksen jatkuvan hyödyntämisen. He kokivat usein mielekkäänä jatkaa tuttujen teemojen tai ihmisten parissa.

*”Työelämässä toimin mielenterveyspuolella ja aina olen ohjannut liikuntaryhmiä. Eläkkeelle jäätyäni tuntui mielekkäältä jatkaa tuttujen ihmisten parissa.” (N, eläkkeellä)*

Työelämän ulkopuolella olevat liittivät vapaaehtoistoimintaan osallistumiseen monenlaisia merkityksiä. Ensinnäkin sitä pidettiin työn vastineena, joka tarjosi mielekäästä tekemistä arkeen. Toiseksi moni mielenterveys- ja päihdekuntoutujista toivoi vapaaehtoistoiminnan johtavan työllistymiseen järjestössä ja aukaisevan polun joko tuettuun työhön tai avoimille työmarkkinoille. Kolmanneksi vapaaehtoistoimintaan osallistumisen nähtiin ylläpitävän ammattitaitoa kuntoutus- ja työttömyysjaksojen aikana. Neljänneksi vapaaehtoistoiminta hahmottui palkkatyön vaihtoehdoksi esimerkiksi työttömänä oleville sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille.

*”Opiskelin lähihoitajaksi mielenterveys- ja päihdetyöhön suuntautuen. Tunsin olevani omalla alallani. Koska 90-luvulla liki viisikymppinen nainen oli yli-ikäinen, en työllistynyt ja päätin sitten hyödyntää oppimaani vapaaehtoistyössä.” (N, eläkkeellä)*

Vapaaehtoistoimintaa verrattiin usein työhön ja osallistumisesta erityisesti pitkäkestoisiin ja vaativiin tehtäviin toivottiin rahallista korvausta. Toivetta palkkion maksamisesta perusteltiin vapaaehtoistehtävien vaativuudella, eettisillä syillä ja toimijoiden heikolla taloudellisella tilanteella. Äärimmillään vapaaehtoistoimintaa pidettiin jopa heikossa asemassa olevien ihmisten hyväksikäytön muotona.

*”Jonkunlainen ihmisarvo – työtä kyllä riittää ja halua olisi, mutta ei sitä voi repiä pienen, köyhän ja sairaan ihmisen selkänahasta. Itse olen suhteellisen ’hyvinvoipa’, mutta taloudellinen tilanteeni on epävarma. Talkootyö on hieno juttu, mutta loppu tulee vastaan.” (N, osa-aika/keikkatyössä)*

Vastauksissa vapaaehtoistoiminnan keskeisiksi elementeiksi hahmottuivat joustavuus ja vapaus. Ammattilaiset ja työssä käyvät ilmaisivat pystyvänsä hyödyntämään vapaaehtoisina ammatillista osaamistaan vapaammin, arvoperusteisemmin ja autonomisemmin kuin palkkatyössä. Se mahdollisti ”toisin toimimisen” ja itsensä ilmaisemisen ilman ulkopuolelta tulevia rajoitteita (vrt. Yeung 2005, 109), autenttisesti (vrt. Marjovuori 2014, 71-74). Aineistomme tuki tältä osin Marjovuon (mt. 106) ajatusta vapaaehtoistoiminnasta palkkatyön esineellistyneen maailman vaatimuksista vapautumisen kokemuksena, dereifikaationa. Vapautumiskokemukseen viitattiin myös näkemyksissä siitä, miten vapaaehtoistoimintaa tulisi kehittää. Osallistumismotivaatiota heikensivät seuraavan vastaajan mukaan esimerkiksi liiallisiksi koettu vastuuttaminen ja toiminnan kasvavat vaatimukset:

*”Liialliset vaatimukset vapaaehtoisilta saattavat jossain määrin vähentää halukkuutta toimia vapaaehtoistyössä. -- Yksilöllisen toiminnan tarkka analysointi ja jokaisen asian merkitseminen ylös voi alkaa vaikuttaa niin, että vaatimusten kasvaessa mielenkiinto varsinaiseen toimintaan alkaa vähetä. Esimerkkinä tästä vanhemmat osallistujat, joille tietokoneen käyttäminen voi olla muutenkin hankalaa.” (M, kokopäivätyössä)*

## **Yhteenveto: vertaisuuteen ja vapaaehtoiseen auttamiseen perustuva vapaaehtoisuus**

Tutkimuksen keskeiset havainnot on koottu taulukkoon 2, jossa mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistoiminta on jaettu vertaistukeen ja vapaaehtoiseen auttamiseen. Vapaaehtoistoiminnan luonne hahmottuu hieman erilaiseksi toiminnan lähtökohdasta riippuen, vaikka osallistumisen ulottuvuudet ovat myös päällekkäisiä ja yksilön vapaaehtoistoimintaan osallistumisessa voi olla piirteitä sekä vertaisuuteen että vapaaehtoiseen auttamiseen pohjautuvasta osallistumisesta.

Vertaistuki on yksi mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistoiminnan muoto. Aineistossamme mielenterveys- ja päihdejärjestöjen toimintaperiaatteiden ja arvojen perustuminen vertaistukeen näkyi kuntoutujataustaisten vapaaehtoisten suurena määränä. Vertaistuessa keskeistä on se, että samankaltaisissa elämäntilanteissa elävät tai saman tyyppisiä ongelmia kokeneet ihmiset tukevat ja auttavat toisiaan vastavuoroisesti sekä jaetusta kokemuksesta nouseva molemminpuolinen ymmärrys. (Arminen 1998; Nylund 2000, 90; Hietala 2013, 294) Järjestöissä vertaistuki konkretisoituu erilaisiksi toimintamuodoiksi, esimerkiksi vertaistukiryhmiksi, toiminnalliseksi vertaisuudeksi ja verkossa ja puhelimitse annettavaksi vertaistueksi (Rissanen & Jurvansuu 2017).

Aineistossamme vertaisuuteen pohjautuvan vapaaehtoistoiminnan lähtökohta oli omakohtainen tai omaiskokemus mielenterveys- tai päihdeongelmasta tai työttömyydestä, toiminta oli vastavuoroista ja suuntautui horisontaalisesti meiltä meille. Kokemustiedon välittäminen palvelujärjestelmään, sosiaali- ja terveydenhuollon opiskelijoille, ammattilaisille ja päättäjille eli kokemusasiantuntijatoiminta lisäsi vertaisuudelle perustuvaan vapaaehtoistoimintaan meiltä meille ja teille -suuntautuvan toiminnan, jonka tavoitteena oli oman viiteryhmän aseman ja palvelujen parantaminen (vertaisuuteen kuuluva välillinen auttaminen, ks. Rissanen & Jurvansuu 2017).

Vapaaehtoistoiminnan toisena lähtökohtana oli yksilön elämäntilanne, joka mahdollisti osallistumisen tai motivoi osallistumaan. Kyse oli vertikaalisesti meiltä teille -suuntautuvasta toiminnasta (vrt. Nylund 2000, 34), perinteisestä järjestöissä tehtävästä auttamistyöstä. Keskeistä oli mahdollisuus auttaa sekä samanaikaisesti hyödyntää omaa osaamista ja taitoja, oppia uutta sekä kehittää itseään ihmisenä. Erityisesti sosiaali- ja terveydenhuollon

ammattilaiset kykenivät vapaaehtoistoimintaan osallistumalla hyödyntämään osaamistaan vapaammin kuin palkkatyössä.

*Taulukko 2. Mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistoiminnan ulottuvuudet*

	<b>Vertaistuki</b>	<b>Vapaaehtoinen auttaminen</b>
<b>Perusta</b>	omat kokemukset	elämäntilanne, joka mahdollistaa toiminnan tai saa toimimaan
<b>Toimijan elämäntilanne</b>	kuntoutuja, omainen tai läheinen, työtön	ammattilainen, työssäkäyvä, opiskelija, eläkeläinen, ikääntynyt, työtön
<b>Toiminnan suunta</b>	me meille, me teille	me teille
<b>Auttamisen halun perusta</b>	omat kokemukset, halu jakaa saamaansa hyvää, vastavuoroisuus, arvojen toteuttaminen, toivon tuominen	omat arvot, tiedot ja taidot, kutsumus, kansalaisvelvollisuus, arvojen toteuttaminen
<b>Toiminnasta saadut hyödyt</b>	tuki omaan kuntoutumiseen, mielekäs tekeminen, merkityksellisyyden kokemus, auttamisen ilo	uudet tiedot ja taidot, elämän sisältö, merkityksellinen vapaa-aika, merkityksellisyyden kokemus, auttamisen ilo
<b>Suhde elämänpiiriin</b>	omakohtaisen kokemuksen läpikäyminen ja hyödyntäminen, tuttu alue ja aihepiiri	osaamisen hyödyntäminen ja kehittäminen, uuden oppiminen
<b>Yhteenkuuluvuus</b>	vertaistuki	yhteisöllisyys, ihmissuhteet
<b>Solidaarisuuden suunta</b>	oma viiteryhmä	järjestöjen toiminnan kohderyhmät, toiminta ja arvot
<b>Halu vaikuttaa</b>	mielenterveys- ja päihdepalvelut, ongelmiin liittyvät ennakkoluulot	yhteiskunta, mielenterveys- ja päihdepalvelut, yksilöiden avuntarve
<b>Vapautumiskokemus</b>	vapautuminen asiakkaan roolista aktiiviseen toimijuuteen	vapautuminen palkkatyön normeista ja vaatimuksista, mahdollisuus toimia vapaammin ja joustavammin kuin palkkatyössä

## Johtopäätökset ja pohdinta

Artikkelissa tarkasteltiin mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistoimintaa toimijoiden motiivien sekä toimintaan liittyvien jaettujen merkitysten näkökulmista. Motiivien kirjo oli odotetusti laaja ja päällekkäinen. Keskeistä aineistomme vapaaehtoisille oli halu auttaa, solidaarisuus ja mahdollisuus toteuttaa tärkeiksi koettuja arvoja. Vertaistukeen perustuvassa vapaaehtoistoiminnassa korostui halu vertaiskokemuksen jakamiseen ja omakohtaisen kokemuksen hyödyntämiseen. Toisaalta vapaaehtoistoiminta perustui toimijan elämäntilanteeseen, joka motivoi osallistumaan. Perustasta huolimatta vapaaehtoisille oli yhteistä halu vaikuttaa yhteiskunnassa heikossa asemassa olevien ihmisten asemaan ja palveluihin sekä mielenterveys- ja päihdeongelmiin liittyvään stigmaan, mikä

nostaa altruismin ja solidaarisuuden elementtejä vapaaehtoistoiminnasta käytävään keskusteluun. Sosiaalisten representaatioiden teorian näkökulmasta vapaaehtoistoiminta rakentui ulkoisista pakoista vapaaksi omaehtoiseksi toiminnaksi ja ”persoonattoman ystävyuden maailmaksi” (vrt. Marjovu 2014) elämäntilanteissa, joita usein leimaavat kokemukset sosiaalisten verkostojen ja yhdenvertaisuuden puutteesta (esim. Pitkänen & Tourunen 2016). Mielenterveys- ja päihdejärjestöt hahmottuivat areenaksi, jolla voi tehdä hyvää organisoidusti ja yhteisöllisesti.

Tulokset tukivat käsitystä vapaaehtoisten elämäntilanteen yhteydestä osallistumisen motiiveihin (vrt. Marjovu 2014, 11-12; von Bonsdorff & Rantanen 2011). Kuntoutujat ja heidän omaisensa hakivat vapaaehtoistoiminnasta vertaistukea, jossa yhdistyvät toisten auttaminen ja tuen saaminen omaan kuntoutumisprosessiin tai vaikeaan elämäntilanteeseen, ikääntyneet painottivat osallistumista yhteisöllisyyden ja aktiivisuuden ylläpitäjänä, kun taas työssäkäyvien ja opiskelijoiden motiivit suuntautuivat työelämävalmiuksien kehittämiseen. Samassa järjestössä toimivat vapaaehtoiset voivat olla hyvin erilaisissa elämäntilanteissa ja heidän motiivinsa ja odotuksensa voivat olla erilaisia, joten osallistumiseen motivoivat seikat saattavat myös muuttua toimijoiden elämäntilanteiden muuttuessa. Järjestöissä on tärkeää tukea yksilöiden vapaaehtoistoiminnan elämänkaarta (vrt. Pessi & Oravasaari 2010, 110) esimerkiksi pyrkimällä antamaan uusia tehtäviä ja haasteita toimijan niin halutessa. Parhaimmillaan toimintamahdollisuudet elävät yksilön elämäntilanteiden ja muuttuvan motivaation mukaan.

Suuri osa mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoista oli työelämän ulkopuolella, ja toiminnan merkitys rakentui pitkälti suhteessa työelämään. Elämäntilanteesta riippuen vapaaehtoistoiminta hahmottui työelämän vaihtoehdoksi, korvikkeeksi, vastapainoksi tai jatkeeksi. Taloudellisesti hauraassa asemassa olevat vapaaehtoiset toivoivat usein saavansa rahallisen korvauksen vapaaehtoistehtävistä (vrt. Hokkanen 2014) ja toisaalta jäsenmaksut voivat osoittautua toimintaan osallistumisen esteeksi (vrt. Rochester ym. 2010, 201). Vertaistuen ammatillistuminen ja kokemusasiantuntijatoiminnan lisääntyminen ovat jo osittain muuttaneet järjestöjen perinteisiä vapaaehtoistehtäviä palkkioperusteisiksi.

Tutkimusaineisto on kerätty MIPA-hankejärjestöistä, joten tuloksia ei voi yleistää koskemaan koko mielenterveys- ja päihdejärjestökenttää. Toisaalta hankejärjestöt edustavat suuria valtakunnallisia mielenterveys- ja päihdejärjestöjä ja järjestökysely tavoitti niiden paikallisyhdistyksiä laajasti (vrt. Peltosalmi 2016). Kyselyyn vastanneet vapaaehtoiset olivat luultavasti järjestöissä aktiivisimmin toimivia vapaaehtoisia ja halusimme hahmottaa järjestökyselyn avulla tarkemman kuvan vapaaehtoisten taustoista. Tämä tieto on tärkeää, kun pohditaan vapaaehtoistoiminnan merkitystä. Toisaalta taustojen tietäminen oli keskeistä myös mielenterveys- ja päihdejärjestöjen vapaaehtoistoiminnan erityispiirteiden hahmottamisen näkökulmasta. Järjestökyselyyn verrattuna vapaaehtoisista vastaajista korostuivat mielenterveysjärjestöissä toimivien ja opiskelijoiden suurempi sekä työttömien alhaisempi osuus. Jatkotutkimuksissa olisikin tavoitettava vapaaehtoisia mahdollisimman laajasti, jotta voitaisiin syventää kuvaa toiminnan merkityksestä myös yksilöiden toipumisprosessien, toimintakyvyn ylläpidon ja työelämään ohjautumisen kannalta.

Vapaaehtoistoiminnan luonteen muuttuminen on keskeinen kysymys mielenterveys- ja päihdejärjestöissä, joissa toiminta rakentuu pitkälti vertaistuen sekä vapaaehtoisten ja ammattilaisten välisen yhteistyön varaan. Kuinka käy vertaisuuden ja kuntoutujien äänenä toimimisen, jos toimintaa toteuttavat yhä enemmän sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset (vrt. Billis 2010, 58-60; Wijkström & Zimmer 2011)? Entä jos vapaaehtoistoiminta alkaa muistuttaa palkkatyötä vaatimuksineen? Vertaistuen ammatillistuminen (ks. Hokkanen 1999), omakohtaisen kokemuksen omaavien ihmisten palkkaaminen järjestöihin ja kokemusasiantuntijatoiminnan yleistymisen ovat hämärtäneet ammattiauttamisen ja vapaaehtois- ja vertaistoiminnan välistä rajaa järjestöissä. Parhaimmillaan kehitys vahvistaa kokemus- ja ammatillisen tiedon yhdistämistä, dialogisuutta ja tasaveroisuutta ja edesauttaa kokemusperäisen tiedon integroimista palvelujen kehittämiseen. Marjovu (2014) tarkasteli tutkimuksessaan esineellistyneen maailman vaikutteiden tuloa osaksi vapaaehtoistoiminnan konsensuaalista maailmaa. Tutkimuksemme valaisee vuorovaikutusta myös toiseen suuntaan. Kolmannen sektorin konsensuaaliseen maailmaan kuuluvan kokemusperäisen tiedon kautta toimijat pyrkivät muuttamaan reifikaalisen maailman ammatilliseen tietoon perinteisesti perustuvaa palvelujärjestelmää.

Mielenterveys- ja päihdejärjestöt ovat useille väestöryhmille merkittäviä osallisuuden ja yhteisöllisyyden paikkoja (vrt. Pitkänen & Tourunen 2016; Hokkanen 2014). Tällöin reifikaalista maailmaa edustavat kärjistetyksi ilmaistuna julkinen palvelujärjestelmä, jossa kuntoutuja on potilas tai ammatillisen avun kohde sekä yhteiskunta, jossa ahdistusta aiheuttavat mielenterveys- ja päihdeongelmiin sekä työttömyyteen liittyvä osattomuus ja stigma.

Vapaaehtoistoiminta mahdollistaa parhaimmillaan siirtymisen konsensuaaliseen maailmaan, jossa yksilön vaikeita kokemuksia arvostetaan ja ihminen voi toimia aktiivisesti ja omaehtoisesti itseä, vertaisiaan ja yhteiskuntaa hyödyttävällä tavalla. Kokemus vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta esineellistyneen maailman vaatimuksista ja ahdistuksista vapautumisena koski aineistomme vapaaehtoisia kuntoutujista ammattilaisiin. Tästä näkökulmasta järjestöjen vapaaehtoistoiminnan valjastaminen esimerkiksi työttömien pakkoon perustuvien aktivointitoimenpiteiden alustaksi näyttää kyseenalaisena. Järjestöjen on tärkeä säilyttää ominaispiirteensä. Vapaaehtoiset haluavat osallistumalla toteuttaa ja tukea järjestöjen perinteisiä arvoja ja toimintoja (vrt. Laitinen & Pessi 2011). Järjestöjen on tulevaisuudessakin saatava olla ”toisin toimimisen ja olemisen” paikkoja.

## Kiitokset

Kirjoittajat kiittävät Euroopan rakennerahastoa (ESR) sekä Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskusta (STEA) artikkelin rahoittamisesta.

## Kirjoittajat ja julkaisun tiedot

Päivi Rissanen, VTT, kehittäjä-sosiaalityöntekijä, Mielenterveyden keskusliitto, Recovery- toimintaorientaatio mielenterveyspalveluissa -hanke (ESR), Terveystieteiden jatko-opiskelija Tampereen yliopisto

Sari Jurvansuu, YTM, tutkija, MIPA-hanke, Sininauhaliitto

Yhteyshenkilö: Päivi Rissanen, paivi.rissanen@mtkl.fi

Avainsanat: päihdeyhdistykset, mielenterveysyhdistykset, vapaaehtoistoiminta, motivaatio, vertaistuki, kansalaistoiminta, sosiaalinen representaatio

ISSN: 2343-3884

DOI: <https://doi.org/10.19207/TIETOPUU6>

Copyright: © Jurvansuu & Rissanen. Julkaisu on vapaasti käytettävissä ja levitettävissä, kunhan kirjoittajat ja alkuperäinen lähde mainitaan.

Käsikirjoitus lähetetty toimitukseen 2.3.2018 ja uudelleen muokattuna 12.6.2018

Vertaisarvioitu 21.3.2018, 20.4.2018 ja 17.8.2018

## Lähdeluettelo

Arminen, I. (1998): Therapeutic Interaction: A Study of Mutual Help in the Meetings of Alcoholics Anonymous. The Finnish Foundation for Alcohol Studies 45, Helsinki.

Billis, D. (2010): Towards a theory of hybrid organizations. Teoksessa: Billis, D. (toim.): Hybrid Organizations and the Third Sector: Challenges for practice, Theory, and Policy. Palgrave MacMillan, Basingstoke & New York: 46-69.

- von Bonsdorff, M.B. & Rantanen, T. (2011): Benefits of formal voluntary work among older people. A review. *Aging Clin Exp Res* 23 (3): 162–169.
- Gaskin, K. (2005): Getting a grip: Risk, risk management and volunteering. A review of the literature. Institute for Volunteering Research, London.
- Geoghegan, M. & Powell, F. (2006): Community development, partnership governance and dilemmas of professionalization: Profiling and assessing the case of Ireland. *British Journal of Social Work* 36 (5): 845-861.
- Hanifi, R. (2013): Voluntary work, informal help and trust: Changes in Finland. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 72 (5): 32-46.
- Hietala, O. (2013): A-klinikan asiakaskahvilassa: etnografinen tutkimus asiakkaiden juomiselle ja ammattiavulle antamista merkityksistä. *Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisu A. Tutkimuksia* 37, Helsinki.
- Hokkanen, L. (1999): Palkattu vertaistuki. Teoksessa Hokkanen, L., Kinnunen, P. & Siisiäinen, M. (toim.): Haastava kolmas sektori: Pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta. *Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry, Helsinki: 136–163.*
- Hokkanen, L. (2014): Mielenterveysaktiivien toiminta. Kysely Mielenterveyden keskusliiton jäsenyhdistysten aktiivitoimijoille. *Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja B. Tutkimusraportteja ja selvityksiä* 65.
- Hutchison, R. & Ockenden, N. (2008): The impact of public policy on volunteering in community-based organisations. Institute for Volunteering Research. Institute for Voluntary Action Research. [haettu 20.12.2016]  
[http://193.61.20.148/documents/impactPP\\_MainReport.pdf](http://193.61.20.148/documents/impactPP_MainReport.pdf)
- Kaskela, T., Pitkänen, T., Tourunen, J., Valkonen, J., Härkönen, J., Suvisaari, J., Wahlbeck, K. & Kaikkonen, R. (2014): Järjestö- ja harrastustoimintaan osallistuminen ja päihde- ja mielenterveysongelmat –ATH-tutkimuksen tuloksia. *Terveyden ja hyvinvoinnin laitos työpaperi* 37, Helsinki: 21–28.
- Laitinen, A. & Pessi, AB. (2011): Onko auttaminen solidaarista? Teoksessa: Laitinen A & Pessi AB (toim.) *Solidaarisuus. Gaudeamus, Helsinki: 135-150.*
- Laitinen, H. & Taavetti, R. (2016): Valtakunnalliset nuorisjärjestöt ja nuorten osallistumismahdollisuudet. *Yhteiskuntapolitiikka* 81 (1): 55-68.
- Lund, P., Hostikka, H., Hänninen, K. & Laapio, ML. (2015): Aatteena auttaminen. *Kristillisten päihdejärjestöjen eetos, kuntouttava ote ja ikääntyvät asiakkaat. Sininauhaliitto, Painotalo Kyriiri, 2015.*
- Macduff, N. (2005): Societal Changes and the Rise of the Episodic Volunteer. Teoksessa: Brudney J (toim.): *Emerging Areas of Volunteering. Arnova Occasional Paper Series* 1, 2, Indianapolis.
- Matthies, AL. (1996): Hyvinvointivaltion sekatalous ja suomalaiset välittävät organisaatiot. Teoksessa: Matthies AL., Kotakari, U. & Nylund, M. (toim.): *Välittävät verkostot. Vastapaino, Tampere: 11-29.*
- Marjovuori, A. (2014): Vapaaehtoistyön ytimessä. Järjestömuotoinen vapaaehtoistyö sosiaalisten representaatioiden näkökulmasta. *Sosiaalitieteiden laitoksen julkaisu* 9, Helsinki.
- Moscovici, S. (2000): *Social Representations. Explorations in the Social Psychology.* Polity, Cambridge.
- Nylund, M. (2000): *Varieties of Mutual support and voluntary Action: A Study on Finnish Self-Help Groups and Volunteers.* The Finnish Federation for Social Welfare and Health, Helsinki.
- Nylund, M. (2006): *Research Trends and Future Challenges in Finnish Third Sector – Examples of Voluntary Work and Self-Help Groups.* Teoksessa: Matthies AL. (toim.): *Nordic Civic Society Organisations and the Future of Welfare Services: A Model for Europe? Nordic Council of Ministers, Copenhagen: 180–193.*
- Nylund, M. & Yeung, AB. (2005): *Vapaaehtoisuuden anti, arvot ja osallisuus murroksessa.* Teoksessa: Nylund, M. & Yeung, AB. (toim.): *Vapaaehtoistoiminta – anti, arvot ja osallisuus. Vastapaino, Tampere: 13–38.*

- Peltosalmi, J., Eronen, A., Litmanen, T., Londén, P. & Ruuskanen, P. (2016): Järjestöbarometri 2016. SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry, Helsinki.
- Pessi, A. & Oravasaari, T. (2010): Kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä. Tutkimus RAY:n avustamien sosiaali- ja terveysjärjestöjen vapaaehtoistoiminnasta. Avustustoiminnan raportteja 23. RAY, Helsinki.
- Pitkänen, T. & Tourunen, J. (2016): Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen toimintoihin osallistuneiden kansalaisten hyvinvointi kahden kyselytutkimuksen perusteella. Teoksessa: Murto, J. & Pentala, O. (toim.): Osallistuminen, hyvinvointi ja sosiaalinen osallisuus – ATH-tutkimuksen tuloksia. THL työpapereita 38: 20-25.
- Rochester C, Paine A, Howlett S, Zimmeck M (2010): Volunteering and Society in the 21st Century. Palgrave Macmillan. Basingtone.
- Rantamäki, N. (2016): Onko enää kolmatta vaihtoehtoa? Kolmannen sektorin erityisyys ja ammattimainen sosiaalipalvelujen tuottaminen. Yhteiskuntapolitiikka 81 (6): 632-643.
- Rissanen, P. & Jurvansuu, S. (2017): Vertaistoiminnan muodot ja merkitys päihde- ja mielenterveysalan järjestöissä. Kuntoutus 40 (1): 5–17.
- Siisiäinen, M. & Kankainen, T. (2009): Järjestötoiminnan kehitys ja tulevaisuudennäkymät Suomessa. Teoksessa: Suomalaiset osallistujina. Katsaus suomalaisen kansalaisvaikuttamisen tilaan ja tutkimukseen. Oikeusministeriön julkaisuja 5, Helsinki: 91-137.
- Sorri, H. (2005): [Elämän käänneet: arvojen ja identiteetin muutokset](#). Teoksessa: Nylund, M. & Yeung, AB. (toim.): Vapaaehtoistoiminta: Anti, arvot ja osallisuus. Vastapaino, Tampere: 126-140.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2002): Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi, Helsinki.
- Wijkström, F. & Zimmer, A. (2011): Introduction. Nordic Civil Societies Beyond Membership and Movements. Teoksessa: Wijkström, F. & Zimmer, A. (toim.): Nordic Civil Society at a Cross-Roads: Transforming the Popular Movement Tradition. Nomos Verlagsgesellschaft, Baden-Baden: 19-26.
- Yeung, AB. (2002): Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa - ihanteita vai todellisuutta? Tutkimus suomalaisten asennoitumisesta ja osallistumisesta vapaaehtoistoimintaan. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys, Helsinki.
- Yeung, AB. (2004): The Octagon Model of Volunteer Motivation: Results of a Phenomenological Analysis. International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations 15 (2): 21–47.
- Yeung, AB. (2005): Vapaaehtoistoiminnan timantti – miten mallintaa motivaatiota? Teoksessa: Nylund, M. & Yeung, AB. (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Vastapaino, Tampere: 104–125.

## English summary

### **Two dimensions of volunteering in substance abuse and mental health associations: voluntary action based on peer support and civic activity**

**Background:** The study examines volunteering in the light of theories of motivation and social representations.

**Methods:** Information on organizational volunteer profiles was collected by a questionnaire sent to local (n=187) substance abuse and mental health associations. Data on what motivates individuals to volunteer was collected by a questionnaire sent to volunteers (n=127) in substance abuse and mental health associations.

**Results:** Voluntary action in substance abuse and mental health associations happened on two dimensions: peer support and traditional civic activity. Rehabilitees and their next of kin were searching for peer experience, students' and professionals' motives were geared towards work life and professional self-development.

**Conclusions:** Through volunteering, rehabilitees can break away from the role of a client or patient in the service system and be active agents on their own and on others' behalf, and professionals can make use of their know-how more freely than in their paid work.

**Key words:** substance abuse association, mental health association, voluntary action, peer support, civic activity, social representation

[Alkuun](#)