

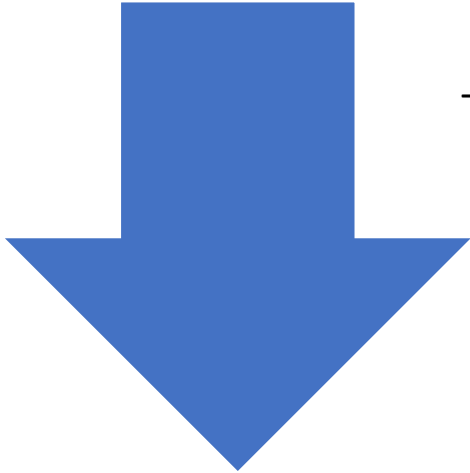
# Vertais- ja vapaaehtoistoimijoiden väsymisen tunteet ja yhdistysten tukitoimet

MIPA-työpaja 11.4.2018  
Diakonia-ammattikorkeakoulu



- Jurvansuu, S. & Rissanen, P. (2018): Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen vertais- ja vapaaehtoistoimijoiden väsymisen ja uupumisen tunteet. Tietopuu: Tutkimussarja 1/2018: 1-15.
- Tutkimus perustuu Mielenterveyden keskusliiton osahankkeessa v. 2016 tehtyyn kyselyyn
- Vertaistoimijoista ja kokemusasiantuntijoista koottu työryhmä nosti esiin tarpeen tarkastella toimijoiden väsymistä
- Vertaisuutta ja vapaaehtoisuutta tutkittu lähinnä toimintaan liittyvien merkitysten, motiivien, hyötyjen ja kuormittavien tekijöiden näkökulmasta
- Oletuksena, että toiminta hyödyttää toimijaa ja toiminnan kohdetta → toimijoiden hyvinvointia ei ole juuri tutkittu

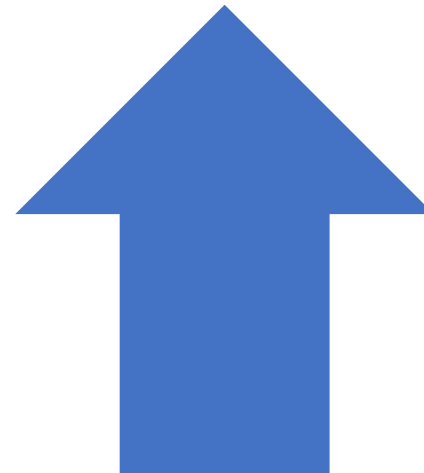
# HAASTEITA



- Epäselvä rooli ja asema yhteisössä
- Ympäristön ennakkoluulot ja puutteellinen ymmärrys vertaisuudesta
  - Myötätuntuupumus
- Tehtävien epäsäännöllisyys ja ennakoimattomuus
  - Huono palkkaus



- Tukee kuntoutumisprosessia
- Elämänlaadun ja itsetunnon paraneminen
  - Vähäisempi laitoshoidon tarve
    - Voimaannuttaa
  - Tukee itsenäisyyttä ja rytmittää arkea
    - Antaa mielekästä tekemistä
- Palkkioilla/palkalla toimijoille taloudellinen merkitys
  - Tukee työelämäosallisuutta



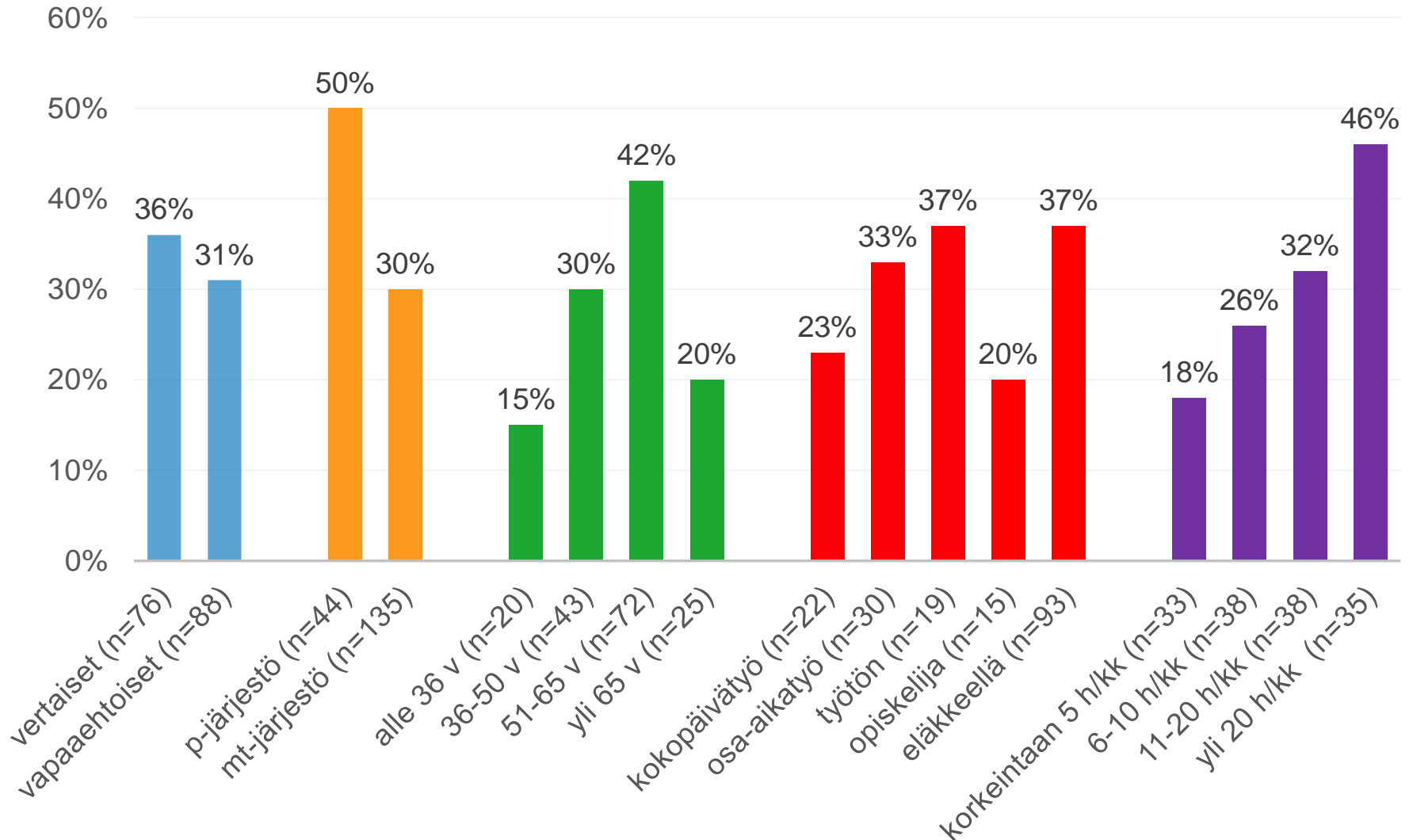
# HYÖTYJÄ



# Kysely vertais- ja vapaaehtoistoimijoille

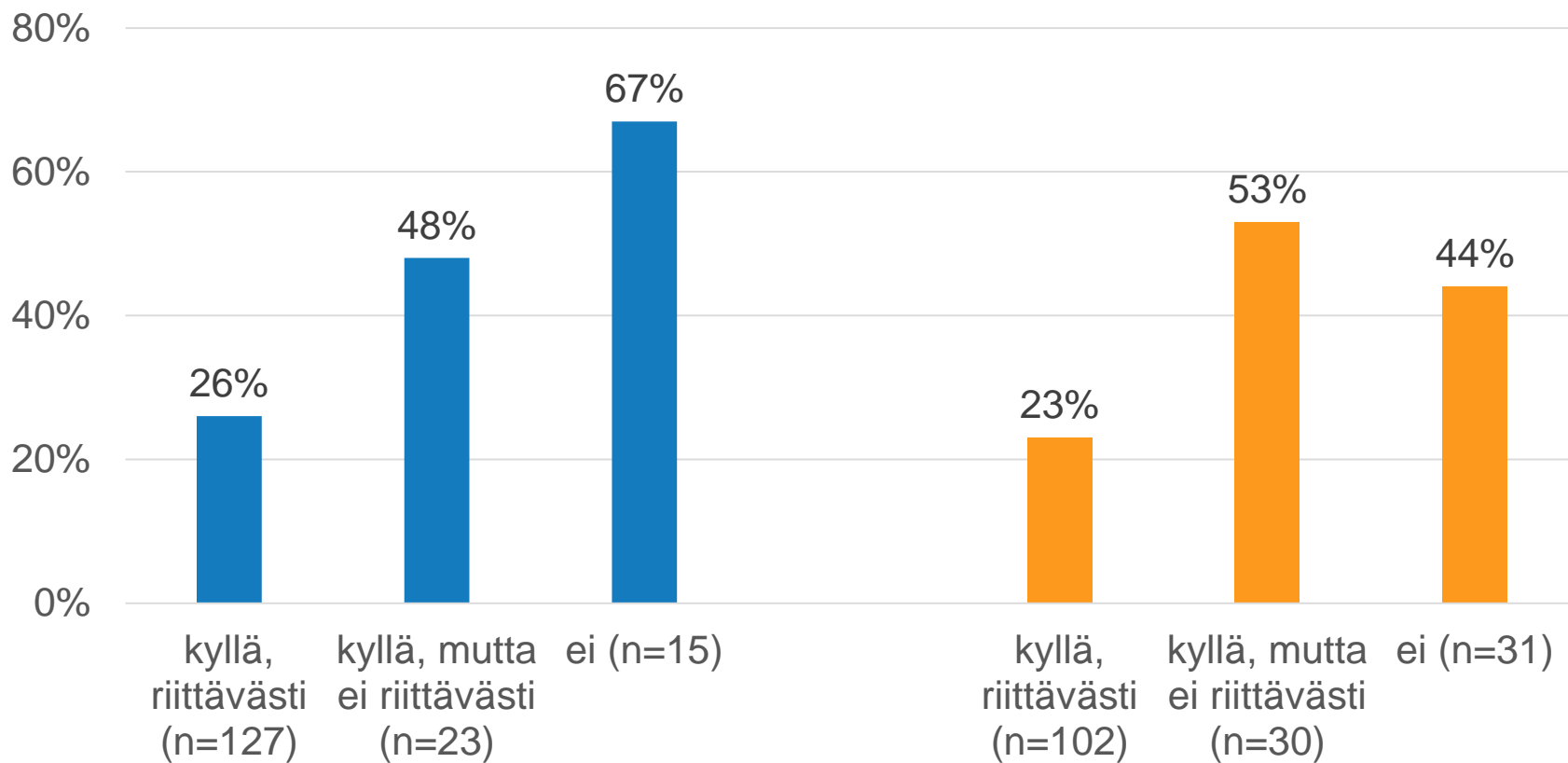
- 1) Missä määrin vertais- ja vapaaehtoistoimijoilla esiintyy tehtäviin liittyviä väsymisen tunteita?
  - 2) Miten erilaiset taustatekijät ja järjestön tukitoimet ovat yhteydessä väsymisen tunteisiin?
  - 3) Miltä yhdistyskentän tukitoimenpiteet näyttävät?
- Aineisto kerättiin MIPA-hankejärjestöistä
  - Kyselyyn vastasi 76 vertaista ja 89 vapaaehtoistoimijaa, painottuen mielenterveysjärjestöjen vastaajiin
    - Vapaaehtoiset useammin naisia (71 %), yli 65-vuotiaita, opiskelijoita ja kokoaikatyössä olevia
    - Vertaiset useammin 36-50-vuotiaita, osa-aikatyössä olevia

# ”Oletko tuntenut itsesi väsyneeksi tai uupuneeksi toimiessasi tehtävissäsi?” (%)



# ”Oletko tuntenut itsesi väsyneeksi tai uupuneeksi toimiessasi tehtävissäsi?” (%)

Onko saanut perehdytystä tehtäviin?    Onko saanut työnohjausta?



# Väsymisen yhteys toiminnasta saatuihin palkkioihin

- Kysymys rahallisen palkkion saamisesta kohdistettiin vain vertaistoimijoille (n=76)
- Yli puolet vastanneista vertaisista toimi ilman rahallisia palkkioita (n=42, vrt. palkkioita sai 34 vastanneista vertaisista)
- Palkkioitta toimivista vertaisista lähes joka toinen (45 %) oli kokenut väsymisen tunteita tehtävissään, palkkioita tehtävistään saaneista vertaisista vain joka neljäs (24 %)

# Väsymisen yhteys järjestöjen liiallisiin odotuksiin

- ”Oletko kokenut järjestösi odottavan sinulta joskus liikaa”?
  - noin joka kymmenes vastasi ”kyllä”
  - heistä suuri valtaosa (77 %) oli kokenut väsymisen tai uupumisen tunteita tehtävissään (vrt. 30 % niistä, jotka eivät olleet kokeneet odotuksia kuormittaviksi)
- Työhön perehdytys ja erityisesti riittämätön työnohjaus olivat yhteydessä järjestön taholta kohtuuttomiksi koettuihin odotuksiin
  - epäselvyys tehtävänkuvista, vastuista, oikeuksista, ei mahdollisuutta purkaa toiminnassa esiin nousseita tunteita ja ongelmakohtia, ei työkaluja niiden käsittelyyn



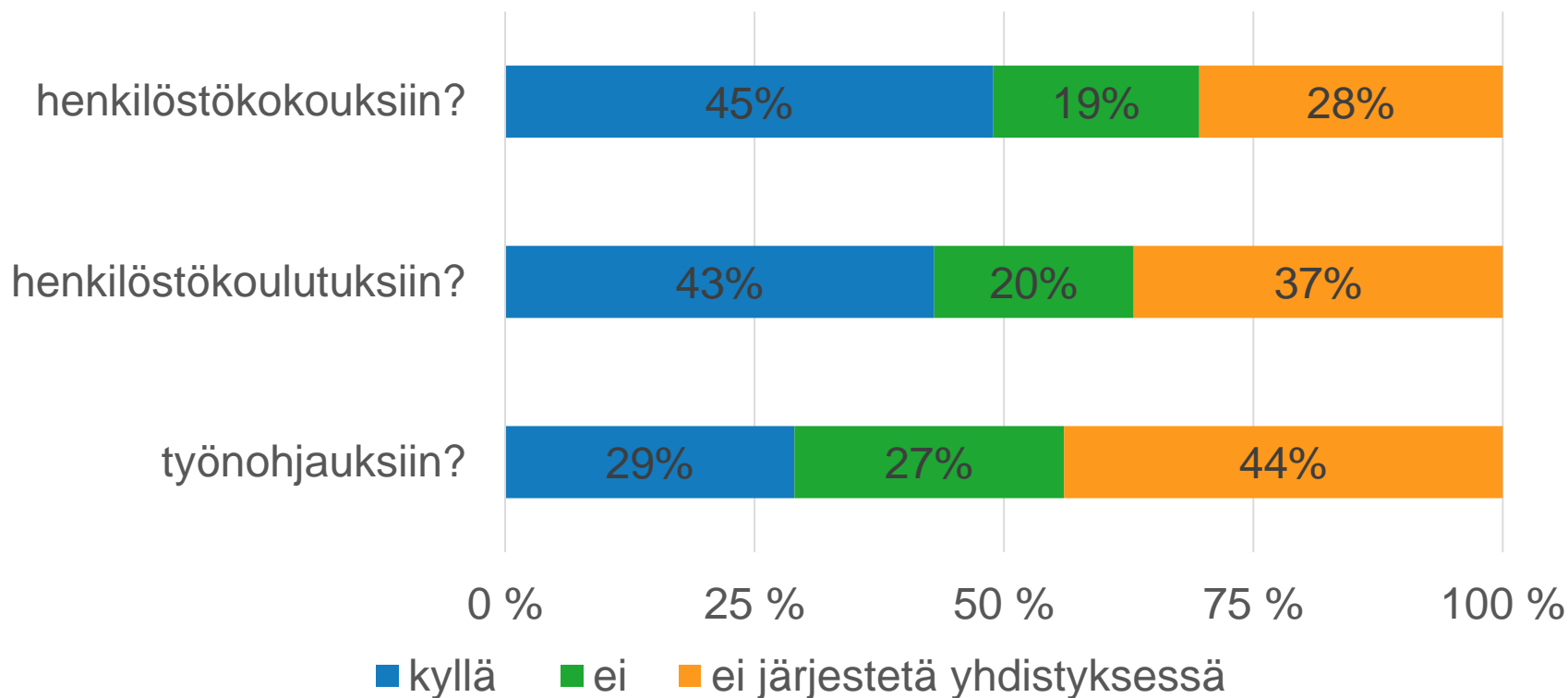
# Mikä lisää väsymisen riskiä vertais- ja vapaaehtoistoiminnassa?

- Osallistuminen hyvin intensiivistä ja sitoutunutta
- Järjestö ei perehdytä riittävästi vertais- ja vapaaehtoistehtäviin
- Järjestö ei tarjoa tarpeenmukaista työnohjausta tehtävien vaativuuteen nähden
- Järjestö odottaa toimijoilta ja toiminnalta paljon - mutta ei tarjoa toimintaan tarvittavaa tukea

# Paikallisyhdistysten tukitoimet

Järjestökyselyssä kysymykseen vastasi 166 paikallista päihde- ja mielenterveysyhdistystä.

Osallistuvatko vertaiset ja kokemusasiantuntijat yhdistykseen...



# Lopuksi

- Väsymistä mittaava kysymys karkea  
→ hyvinvointia kartoitettava tarkoilla ja monipuolisilla mittareilla
- Aineisto lähinnä näyte vertaisista ja vapaaehtoisista; jo MIPAn järjestökyselyyn vastanneissa 199 paikallisyhdistyksessä n. 3500 vapaaehtoistoimijaa, yli 5600 vertaista ja 1000 kokemusasiantuntijaa
- Selvää on, että toiminta voimaannuttavaa ja kuntouttavaa, mutta myös voimavaroja kuluttavaa
- Toimijoiden väsyminen haaste, johon voidaan merkittävästi vaikuttaa järjestöjen riittävillä tukitoimenpiteillä ja hyvillä yhdistyskäytännöillä
- Järjestöjen tunnettava vastuunsa toimijoiden hyvinvoinnista takaamalla riittävät resurssit, systemaattiset tukitoimet ja yhteisön tuki

# Kiitos!

Lisätietoja: Tutkija Sari Jurvansuu ([sari.jurvansuu@sininauha.fi](mailto:sari.jurvansuu@sininauha.fi))