

1. TAUSTAA JA PROJEKTIN TAVOITTEET

1.1. Tukihenkilötoiminta

Tukihenkilötoiminta on vapaaehtoistoimintaa, jossa koulutetut henkilöt antavat henkistä tukea vaikeassa elämäntilanteessa olevalle tai sairaudesta kärsivälle henkilölle. Suurin osa tukea tarvitsevista ihmisistä kärsii elämäntilanteensa seurauksena yksinäisyydestä ja ovat vaarassa syrjäytyä ilman sosiaalisia suhteita ja ihmistä, jolla olisi aikaa kuunnella heitä.

Yhteisöjen Yhdistys ry:n hallinnoimassa Järjestötalossa on tukihenkilötoimintaa ollut jo vuodesta 1999. Tukihenkiöitä on välitetty keskitetysti Järjestötalolta. Tukihenkilötoimintaan on ollut palkattuna työntekijä osa-aikaisesti ensin yhdistelmätuella ja vuodesta 2001 määräaikainen työntekijä 31.5.2004 asti. Tämän jälkeen Yhteisöjen Yhdistys ry:n järjestöpäällikkö on hoitanut välitystä oman toimensa ohella.

Uusia tukihenkilöitä on koulutettu vuosina 1999-2004. Tukihenkilökoulutukset on suunnitellut yhdessä tukihenkilötyöryhmä, jossa on ollut edustajia julkisen sektorin sosiaali- ja terveystoimesta ja sosiaali- ja terveystoimintayhteistyöstä. Tahot, joita työryhmän jäsenet ovat edustaneet, ovat olleet Seinäjoelta tai aivan lähialueilta. Tästä on seurannut se, että suurin osa koulutetuista tukihenkilöistä toimii Seinäjoen seudulla.

Uusille tukihenkilöille on olltu jatkuvasti tarvetta. Erityisesti ongelmina ovat kaiken ikäisten alkoholin väärinkäyttö, mielenterveysongelmat ja yksinäisyys. Tukihenkilöpyyntöjä tulee jatkuvasti koko sairaanhoitopiirin alueelta, tällä hetkellä jopa enemmän maakunnasta kuin Seinäjoen alueelta. Tukihenkilöitä on pyydetty myös yhä useammin ja enemmän julkisen sektorin sosiaali- ja perusterveydenhuollosta ja erikoissairaanhoidon eri aloilta näiden asiakkailleen. Tukihenkilörekisterissä on jonkin verran tietoa maakunnassa toimivista tukihenkilöistä tai yhdistysten ja eri tahojen yhdyshenkilöistä. Tietoa olemassa olevista tukihenkilöistä ei ole kuitenkaan riittävästi, että tarpeeseen pystyttäisiin vastaamaan. Samoin uusista tukihenkilöistä on jatkuva puute.

1.2. Oma-apuryhmät

Oma-apuryhmät ovat vertaistukiryhmiä, joissa samoja asioita kokeneet ihmiset voivat keskustella ja jakaa tunteitaan turvallisessa ympäristössä. Oma-apuryhmien vetäjät ovat olleet samassa tilanteessa tai sairastavat samaa sairautta kuin muutkin ryhmäläiset. He pitävät ryhmän koossa, mutta ovat tasavertaisia ryhmän muiden jäsenten kanssa.

Oma-apuryhmät ovat osoittautuneet tärkeäksi toinen toisensa tukemisen muodoksi eri sairauksien ja vaikeiden elämäntilanteiden hallinnassa. Järjestötoiminnalla toimii useita oma-apuryhmiä, joista suurin osa on potilasryhmiä. Tietoa kaikista olemassa olevista ryhmistä koko sairaanhoitopiirin alueella ei kuitenkaan ole. Monet ihmiset valitsevat yksittäisen tukihenkilön sijasta mieluummin oma-apuryhmän, jossa voi keskustella samaa kokeneiden ihmisten kanssa asioista ja nähdä, että ei ole yksin vaikeuksiensa kanssa.

1.3. Erityiset tuen tarpeet

Alkoholiongelmista kärsivä henkilö aiheuttaa huomattavat kustannukset yhteiskunnan eri toimialoille. Tukihenkilö- ja oma-apuryhmätoiminnalla alkoholista tukemalla voidaan edistää hänen parantumistaan ja sopeutumistaan yhteiskuntaan puhumattakaan ihmisen oman hyvinvoinnin lisääntymisestä. Vaikutukset ulottuvat myös laajemmalle, perheeseen, lähipiiriin ja työelämään. Alkoholiongelmista kärsiville henkilöille on vaativinta saada tukihenkilöitä, joten projektin aikana järjestetään tukihenkilötoimintaan ryhtyville oma erikoiskoulutuksensa ja työnohjauksensa.

Mielenterveydellisistä ongelmista kärsivät ihmiset jäävät usein yksin ja syrjäytyvät. Tukihenkilön olemassa olo tai oma-apuryhmän toimintaan osallistuminen lievittää yksinäisyyttä ja vähentää syrjäytymistä.

1.4. Toiminta-alue

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin alueeseen kuului projektin aikana 26 kuntaa. Etelä-Pohjanmaan maakunta on jaettu kuuteen seutukuntaan, joihin kuuluu 27 kuntaa. Seutukunnat (Härmänmaa, Järviseutu, Kuusiokunnat, Pohjoiset Seinänaapurit, Eteläiset Seinänaapurit, Suupohja) ovat kuntien luonnollisia yhteistyöalueita. Maakunnan ja sairaanhoitopiirin rajat eivät ole aivan samat, joten yhteenlasketulla alueella on yhteensä 28 kuntaa, joiden asukasluku on yhteensä noin 199 000 henkilöä.

2. PROJEKTIN TAVOITTEET

Projektin **päätavoitteena** oli vastata mahdollisimman monen tukihenkilöä ja oma-apuryhmää tarvitsevan tarpeisiin koko sairaanhoitopiirin/maakunnan alueella. Tuen tarve lisääntyy koko ajan ja on tärkeätä, että ihmisten syrjäytymistä voidaan estää.

Osatavoitteet:

- 1 **Kartoittaa** projekteissa, yhdistyksissä ja muilla tahoilla jo olemassa olevien tukihenkilöiden ja oma-apuryhmien toiminnasta koko sairaanhoitopiirin ja maakunnan alueella. Tarkoituksena on, että ei tehdä päällekkäistä työtä ja saadaan jo olemassa olevat resurssit ja tuen tarve kohtaamaan.
- 2 Saada kartoituksen tuloksena **tukihenkilö- ja oma-apuryhmärekisteri** ajan tasalle ja toimivaksi koko toiminta-alueella.
- 3 Saada toimiva **keskitetty tukihenkilövälitys**, joka kattaa koko sairaanhoitopiirin ja maakunnan alueen. Keskitetyn tukihenkilövälityksen hoitaa projektityöntekijä Järjestötalolta.
- 4 Luoda vankka **tukiyhdysheikilöiden** verkosto erikoissairaanhitoon ja jokaiseen kuntaan sosiaali- ja perusterveydenhuollon, projektien ja yhdistysten edustajista (n. 112 henkilöä). Tavoitteena on, että yhdysheikilöt kunnan sisällä verkottuvat asiakkaiden tarpeiden mukaan. Verkoston toimivuudella varmistetaan tiedon kulku tuen tarvitsijoista, olemassa olevista tukihenkilöistä, uusien tukihenkilöiden ja oma-apuryhmien tarve ja tieto keskitetystä tukihenkilövälityksestä.

2.1. Projektin kohderyhmät:

Kaiken ikäiset:

- yksinäiset henkilöt
- mielenterveysongelmista kärsivät henkilöt
- alkoholin väärinkäyttäjät
- muut tukea tarvitsevat ihmiset
- kuntien, erikoissairaanhoidon, yhdistysten ja projektien tukiyhdyshenkilöt Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin/maakunnan alueella
- tukihenkilöinä aloittavat henkilöt
- tukihenkilöinä toimivat
- uudet tukihenkilöt
- oma-apuryhmien vetäjinä aloittavat henkilöt

3. Tukihenkilöväilyt ja tukihenkilötyöryhmät

Projektin aikana tukihenkilöväilyksen asiakkaat ovat olleet sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaita, jotka kärsivät yksinäisyydestä tai ovat vaarassa syrjäytyä sosiaalisista tai terveydellisistä syistä. Suurimmiksi asiakasryhmiksi ovat muodostuneet **mielenterveyskuntoutujat ja ikäihmiset**. Asiakkaista nuorimmat ovat olleet 12-vuotiaita ja iäkkäimmät yli 90-vuotiaita. Kaikille yhteinen taustatekijä on ollut terveydellisistä tai sosiaalisista syistä johtuva yksinäisyys.

Alle 18-vuotiaiden asiakkaidenkohdalla projektissa tehtiin yhteistyötä lastensuojelun sosiaalityöntekijöiden kanssa. Sosiaalityöntekijät haastattelivat

tukihenkilö-kandidaatit ja tekivät sopimukset lastensuojelulain säännösten mukaan. Lasten tukisuhteissa sosiaalityöntekijät toimivat myös työnohjaajina.

Aikuisten asiakkaiden kohdalla projektin työntekijä ja tukihenkilötyöryhmäläiset ovat hoitaneet välitystyön ja haastattelut sopimuksineen.

Sosiaalinen ja psyykinen tuki tarjoavat mahdollisuuden vuorovaikutukseen ja uusien ihmissuhteiden ja verkostojen luomiseen. Tämä pienentää syrjäytymisriskiä ja rohkaisee asiakkaita omatoimisuuteen verkostojen ja osallisuuden ylläpitämisessä. Liikuntaystävä-toiminnassa toteutuivat em. lisäksi fyysisen toimintakyvyn ylläpitäminen. Asiakasta liikuttaessaan tulee liikkuneeksi myös liikuntaystävä.

Vapaaehtoiset tukihenkilöt ja liikuntaystävät ovat **täydentäneet** toiminnallaan ammattilaisten antamaa apua ja antoivat sellaista tukea johon sosiaali- tai terveydenhuoltoalan ammattilaisten aika ei riitä. Tuki voi olla sekä sosiaalista, psyykkistä että fyysistä.

Asiakkaiden ongelmat ovat/olivat moninaisia, joten tukihenkilön valinnassa ja koulutuksessa tarvitaan ammatillista ohjausta, myös vapaaehtoiset tarvitsevat ammatillista ohjausta tukihenkilöväilyksen puolelta. Riittävä ohjaus / tuki luovat turvaa sekä asiakkaille että vapaaehtoisille ja vahvistavat yhteisöllisyyden kokemusta.

Projektin aikana tukihenkilötoimintaan **kehitettiin toimintaperiaatteita** yhdessä sidosryhmien, tukihenkilöiden ja asiakkaiden kanssa. Erilaisia toimintatapoja kokeiltiin ja käytännöiksi jäivät ne, jotka tuntuivat turvallisilta

ja toimivilta sekä asiakkailta saadun palautteen että vapaaehtoisilta ja sidosryhmiltä saadun palautteen pohjalta.

3.1. Projektin aikana käyttöön otetut tukihenkilövalityksen toimintaperiaatteet:

Haastattelut

Uudet vapaaehtoiset haastateltiin projektityöntekijän tai tukihenkilötyöryhmien jäsenten toimesta ennen kuin he aloittivat toiminnan. Haastattelulla pyrittiin varmistamaan, että vapaaehtoisen oma elämäntilanne on tasapainoinen ja kartoittamaan hänen toivomansa tehtävät. Vapaaehtoisen mahdollinen oma elämän kriisi vie liikaa voimia ja on este auttamistyölle.

Haastattelussa oli työntekijöillä mahdollisuus tutustua uusiin tukihenkilöihin ja arvioida ammatillisesti heidän luotettavuuttaan ja sopivuuttaan toivottuihin tehtäviin sekä toisaalta kertoa heille tarkemmin erilaisten asiakkaiden kanssa toimimisesta.

Myös asiakkaiksi tulevat tukihenkilöä tai liikuntaystävää tarvitsevat henkilöt pyrittiin haastattelemaan ennen vapaaehtoisen etsintää. Näin saatiin selville hänen toiveensa ja tarpeensa tukihenkilötoimintaan liittyen. Haastattelulla pyrittiin myös selvittämään asiakkaan terveydellinen tilanne päällisin puolin, jotta tiedettiin että vapaaehtoisella on turvalliset edellytykset toimia. Esim. tukihenkilöä toivoneelle päihteiden käyttäjälle (selkeä päihdeongelma), joka ei mielestään tarvinnut ammatillista apua, ei työntekijöiden mielestä ollut turvallista osoittaa tukihenkilöä. Häntä pyydettiin ensin hankkimaan ammattiapua ja kääntymään sitten uudelleen tukihenkilövalityksen puoleen.

Haastattelut veivät paljon aikaa, mutta osoittautuivat hyväksi keinoksi pitää yllä toiminnan laatua ja turvallisuutta. Ensinnäkin vapaaehtoiset saivat juuri

omaan persoonaan/kiinnostukseensa tai ajankäyttöönään sopivia tehtäviä, tämä parantaa toimintaan sitoutumista, motivaatiota ja nostaa toiminnan arvoa. Toiseksi asiakkaan kannalta on parempi, mitä tarkemmin juuri hänelle sopiva vapaaehtoinen on valittu. Monilla asiakkailla oli taustalla yksinäisyyttä ja pettymyksiä/katkoja ihmissuhteissa, joten vapaaehtoisen oli hyvä olla mahdollisimman sitoutunut ja motivoitunut.

Molempien osapuolten haastatteluista tuli projektin aikana positiivista palautetta sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisilta, jotka etsivät tukea asiakkailleen. Samoin käytäntöä pitivät hyvänä ja turvallisena asiakkaat ja vapaaehtoiset.

Sopimuskäytännöt ja vaitiolo

Vapaaehtoiset sitoutuivat vaitioloon kirjallisesti heti lupautuessaan tukihenkilöiksi tai liikuntaystäviksi. Näin asiakkaat saattoivat alusta lähtien luottaa siihen, että tukihenkilön kanssa keskustelu tai kanssakäyminen ei tule muiden tietoon.

Tukisuhteen alussa tehtiin kaikille kirjallinen sopimus, jossa sovittiin lyhyesti toiminnan tavoitteista ja tukisuhteen kestosta. Aluksi kaikille määritettiin sopimuksessa muutaman kuukauden mittainen koeaika, jonka jälkeen päätettiin jatkosta. Näin toimittiin siksi, että vasta tutustumisen jälkeen näki toimivatko ”kemat” tukisuhteessa. Projektityöntekijä tai muu ammattilainen oli siis aina mukana asiakkaan ja tukihenkilön ensimmäisessä tapaamisessa.

Koeajan jälkeen pyrittiin järjestämään yhteinen palaveri tai sopimaan jatkosta puhelimitse. Mikäli toimintaa päätettiin jatkaa, tehtiin sopimuksesta edelleen määräaikainen. Määräaikaisuus ja tavoitteet erottavat tukisuhteen

ystävyyssuhteesta, kuten vaitiolokin. Tukihenkilöiden on helpompi sitoutua, kun tukisuhteen kestosta on kirjallisesti sovittu. Toki tukisuhde saattoi/saattaa kestää vuosiakin, mutta tavoitteena ei ole elämän mittainen projekti. Tukihenkilö ensisijaisesti tuki/tukee itsenäistä selviytymistä arjessa, ei ole tarkoitus, että tukihenkilö tekee asioita tuettavan puolesta, jolloin vaarana saattaa olla riippuvuussuhde.

Mikäli tuettava tai tukihenkilö ei tukisuhteen koeajan jälkeen halunnut jatkaa sopimusta. Keskusteltiin asiasta ja yleensä etsittiin asiakkaalle uusi tukihenkilö ja tukihenkilölle uusi tehtävä. Näin kävi projektin aikana kuitenkin *vain muutamana* kerran, oletuksena oli että näitä keskeytyksiä tapahtuisi useamminkin. Lopettamisen syynä oli kaikissa tapauksissa se, etteivät kemiat tukisuhteessa toimineet. Vähäisten kesken lopettamisten syynä oli oletettavasti se, että projektin aikana kiinnitettiin erityistä huomiota ns. pohjatyöhön ennen tukisuhteen aloittamista.

Tukisuhteen tavoitteena saattoi esim. olla, että tuettava ulkoilee kerran viikossa tai pystyy hoitamaan itsenäisesti virastoasioita kun tukihenkilö lähtee mukaan rinnalla kulkijaksi. Myös yksinäisyyden lievittyminen oli monen tukisuhteen tavoitteena, jolloin säännölliset tapaamiset tukivat ja mahdollistivat esim. kotona asumisen. Olipa tukisuhteen päätavoite mikä hyvänsä, tärkeää oli/on, että tukisuhteessa on aina monta ulottuvuutta. Hyödyt linkittyvät monelle elämän osa-alueelle; fyysinen ja psyykinen terveys, sosiaaliset suhteet, yhteisöllisyys ja osallisuus, itsetunto jne. Tukisuhde on aina vastavuoroinen, joten myös tukihenkilö on tukisuhteessa saajana, vaikka onkin auttajan ja tukijan roolissa.

Sopimusten voimassaoloa ja tukisuhteen kulkua seurattiin projektityöntekijän, tukihenkilötyöryhmien ja muiden sidosryhmien toimesta.

Seurannassa ja arvioinnissa käytettiin työnohjauskeskusteluja, henkilökohtaisia keskusteluja, puhelinta ja sähköpostia.

Tukihenkilöiden työnohjaus ja täydennyskoulutus

Toimivaksi ja hyväksi käytännöksi tukihenkilötoiminnan laatua ja vapaaehtoisten jaksamista ajatellen muodostuneet käytännöt. Tästä oma kappaleensa raportin loppupäässä.

Matkakorvaukset

Budjettiin oli varattu rahaa tukihenkilöiden ja ryhmänvetäjien matkakorvauksia varten. Matkakorvauksena maksettiin julkisen liikenteen lippu tai polttoainekulut. Suurin osa vapaaehtoisista ei käyttänyt matkakorvausmahdollisuutta vaikka sitä tarjottiin kaikille, joiden matkat tukitoiminnassa olivat yli kymmenen kilometriä yhteen suuntaan.

Kaikilla vapaaehtoisilla ei ole varaa sijoittaa suuria summia tähän toimintaan ja välimatkat maakunnassa ovat pitkiä. Ei ole yksilön eikä yhteiskunnan etu, jos vapaaehtoisen apu jää kiinni matkakuluista. Pääsääntöisesti vapaaehtoisten tehtävät pyrittiin järjestämään niin, ettei pitkiä matkoja tarvitse kulkea, mutta aina se ei ollut mahdollista.

Matkakorvauksia haettiin myös mahdollisuuksien mukaan sosiaalitoimelta, asiakkaan mahdollisesta kuntoutuslaitoksesta (joidenkin asuinpaikka) tai lastensuojelusta.

3.2. Toiminta käytännössä Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin alueella

Projektin työntekijä on ylläpitänyt tukihenkilö- ja liikuntaystävärekisteriä. Asiakkuuden alkaessa työntekijä tai yhteyshenkilö/tukihenkilötyöryhmänjäsen haastatteli asiakkaan ja etsi

rekisteristä sopivan vapaaehtoisen. Mikäli kyseessä oli uusi vapaaehtoinen, haastateltiin myös hänet.

Asiakkaan ei tarvinnut ottaa yhteyttä moneen paikkaan vaan työntekijät huolehtivat yhteydenotoista sekä järjesti vapaaehtoisen ja asiakkaan ensimmäisen tapaamisen. Järjestötalon tukihenkilörekisterin lisäksi tukihenkilö saattoi löytyä myös potilasjärjestöjen tukihenkilöistä, asiakkaan tilanteesta riippuen.

Kuntien sosiaali- ja terveystoimissa sekä seurakunnissa yms. tämä projekti on otettu lähes poikkeuksesta erittäin hyvin ja innostuneesti vastaan. Tukihenkilötarvetta on kaikkien kuntien alueella, mutta viranomaiset eivät ajanpuutteen vuoksi voi organisoida toimintaa oman työnsä ohella.

Seinäjoen seutu:

Seinäjoenseudulla (Seinäjoki, Ylistaro, Nurmo; jälkimmäiset liittyvät osaksi Seinäjokea vuoden 2009 alussa.) tukihenkilörekisterin ylläpitäminen ja välitystoiminta tapahtui projektin työntekijän toimesta. Seinäjoenseudun tukihenkilötyöryhmässä ovat olleet mukana yhteistyötahojen ja tukihenkilöitä tarvitsevien tahojen edustajat; kaupungin sosiaalitoimi, liikuntatoimi & Ikäkeskus, mielenterveyskeskus, A-klinikka, Irti Huumeista ry, Stop Huumeille ry, Omaiset mielenterveystyön tukena ry ja Kaks Kättä työpaja.

Muut kunnat / seutukunnat:

Uuden Kauhavan, Alajärven (Lehtimäki liittyy Alajärveen v. 2009), Soinin, Ähtärin, Kurikan ja Kauhajoen kuntien alueella tukihenkilövälityksestä vastasivat yhdyshenkilöt, jotka ovat vapaaehtoistyöntekijöitä tai kuntien/seurakuntien viranhaltijoita. Näillä alueilla projektityöntekijä ja työryhmät kokoontuivat säännöllisesti yhdyshenkilöpalaveriin, joissa

suunniteltiin ja toteutettiin tukihenkilöiden perus- ja jatkokoulutus sekä työnohjaus sekä toiminnan arviointi. Projektityöntekijä toimi kouluttajana ja apuna vapaaehtoisten ohjaamisessa.

Seinäjoki-Nurmo-Ylistaro alueella, Jalasjärvellä sekä Järvisseudulla vapaaehtoisten välitys ja rekisterin ylläpito hoidettiin kokonaan projektityöntekijän toimesta. Seinäjoen seudulla välitystoiminta on lähes päivittäistä, tämän vuoksi esim. kukaan viranhaltija ei ole voinut ottaa välitystä tehtäväksi oman työnsä ohella. Tämän laajuinen toiminta myös työllistäisi vapaaehtoista liikaa.

3.3. Asiakkaaksi tulo

Projektin asiakkaat ovat saaneet tiedon tukihenkilötoiminnasta pääsääntöisesti ammattiauttajien kautta. Osa heistä on ottanut yhteyttä yhdessä esim. sairaanhoitajan kanssa ja osa omatoimisesti. Muutamat ovat löytäneet tiensä asiakkaaksi internet-sivujen kautta tai lukemalla lehdestä tai julkisille paikoille jätetyistä esitteistä.

4. Tukihenkilörekrytointi ja -koulutus

Vertaisuudessa on voimaa-projektin aikana on **Etelä-Pohjanmaan Sairaanhoidopiirin** alueella **koulutettu 217** (tavoite projektihakemuksessa 200). Näistä 11 kurssilaista kävi ns. päihdetukihenkilökurssin. *Projektin alussa päätettiin myös Järjestötalon vanha tukihenkilörekisteri, josta uuteen rekisteriin löytyi kurssin käyneitä tukihenkilöitä.* Projektin aikana kurssien lisäksi

toimintaan mukaan haluaville on järjestetty kurssien välillä soveltuvuushaastatteluja ja yksilöperehdytyksiä. Näin uuteen rekisteriin koulutetuista vapaaehtoisista ja ns. "vanhoista tukihenkilöistä" noin 180 toimii aktiivisesti. Silti tukihenkilöväilyksen jonossa koko maakunnassa oli jatkuvasti noin 10-20 henkilöä, jotka tarvitsisivat tukea ja hyötyisivät tukisuhteesta.

Jo projektin aikana kävi selväksi, että tukihenkilöiden riittävyys turvataan säännöllisillä peruskursseilla ja aktiivisella vapaaehtoistyöstä tiedottamisella. Moni vapaaehtoinen sanoi, että olisi aloittanut jo aiemmin jos olisi tiennyt mitä kautta toimintaan pääsee mukaan. Pääsääntöisesti uudet tukihenkilöt ovat tulleet mukaan, kun eri paikkakunnilla järjestettyjen kurssien yhteydessä on tehty tiedotuskampanjaa. Järjestötalon internet sivuilla on ollut jatkuva haku vapaaehtoiseksi tukihenkilöksi tai liikuntaystäväksi.

Nämä huomiot viimeistään todistanevat sen, että laadukasta tukihenkilötoimintaa ei ole olemassa, jos joku ei sitä koordinoi. Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset ovat valmiita tukemaan toimintaa asiantuntijuudella ja pienellä työpanoksella, mutta perustyötä on kaikilla niin paljon, ettei aika riitä oman työn ohella tukihenkilötoiminnan koordinointiin. Järjestöistä löytyy koordinaattoreita, jos tukihenkilötoiminta kuuluu virallisesti jonkun työnkuvaan. Muutamilla paikkakunnilla on SPR:n vapaaehtoistyöntekijöitä saatu koordinoimaan välitystoimintaa.

4.1. Tukihenkilöperuskurssit

Peruskoulutuksessa tukihenkilöt saavat asianmukaista käytännön tietoa vapaaehtoistoiminnan kentästä: Asiakasryhmistä, salassapitovelvollisuudesta, vuorovaikutuksesta, eettisistä periaatteista ja tukitoiminnan rajoista. Jatko-

koulutuksissa perehdytään erityiskysymyksiin mm. ikääntyminen, lastensuojelu ja mielenterveyden ensiapu.

Projektin aikana järjestetyt peruskurssit:

AIKA	PAIKKA	YHTEISTYÖ	OSALLISTUJAT / TUKIHENKILÖTOIMINTAAN MUKAAN JÄÄNEET
21.11.-4.12.2006	Sjk, Järjestötal		21/16
18.1.-15.2.2007	Kurikka-Jalasjärvi	Kunnat	10/5
16.4.-11.5.2007	Kauhava	Kunta, Srk	28/18
19.4.-8.5.2007	Lapua	Kunta	12/7
10.10.-17.11.2007	Ähtäri	Kunnat, SPR	24/15
11.10.-15.11.2007	Soini	Kunta, SPR, Srk	17/13
13.10.-8.11.2007	Lehtimäki	Kunta, SPR	8/6
8.11.-11.12.2007	Nurmo	Kunta, SPR, Srk	11/6
8.-15.3.08	Kauhajoki	SPR	19/15
3.-17.4.08	Päihdetukihenkilökurssi SJK	SPR & Stop huumeille	11/8
13.-26.9.08	Härmänmaa	Kunnat, SPR	13/10
10.10.-5.11.08	Seinäjoki	Kunta	14/11
20.-27.11.08	Lappajärvi	Kunta, SPR, Aijjoos-hanke	15/13
12.-13.12.08	Kuortane	Kunta, SPR, Srk	14/10

Yhteensä: 217 / 153

4.2. Päihdetukihenkilökurssi

Alkoholiongelmista kärsivä henkilö aiheuttaa huomattavat kustannukset yhteiskunnan eri toimialoille. Tukihenkilötoiminnalla alkoholista tukemalla voidaan edistää hänen parantumistaan ja sopeutumistaan yhteiskuntaan, puhumattakaan ihmisen oman hyvinvoinnin lisääntymisestä. Vaikutukset ulottuvat myös laajemmalle, perheeseen, lähipiiriin ja työelämään.

Vuonna 2008 järjestettiin Seinäjoella ns. päihdetukihenkilökurssi. Kurssille osallistui kymmenen henkilöä, jotka lupautuivat toimimaan

päihderiippuvuuksista irti pyrkivien tukena. Kurssin käyneet vapaaehtoiset työllistyivät heti tukitehtäviin.

Yhteistyökumppaneina päihdetukihenkilökurssin järjestelyissä olivat Stop Huumeille ry Seinäjoki ja SPR. Koulutusapua saatiin maksutta Pohjanmaa-hankkeesta.

4.3. Liikuntaystävätoiminta

Liikuntaystävätoiminta on alkanut Seinäjoella vuonna 2006 Kivipuro ry:n Luotsi-projektin, Ikäkeskuksen ja kaupungin liikuntatoimen aloitteesta. Liikuntaystävät ovat vapaaehtoisia, jotka ovat lupautuneet toimimaan ikäihmisen liikuttajana noin kerran viikossa. Luotsi-projektin henkilökunta on pitänyt rekisteriä liikuntaystävistä ja välittänyt heidän palveluaan ikäihmisille. Muut yhteistyötahot ovat olleet mukana ohjaamassa ja järjestämässä virkistystoimintaa näille vapaaehtoisille.

Liikuntaystävä toiminnassa ikäihmiset pääsevät nauttimaan pienenkin ulkoilun ja kävelyn terveysvaikutuksista, samalla tulee liikkuneeksi myös vapaaehtoinen. Lisäksi liikunnan lomassa rupatellessa toteutuu sosiaalisen ja psyykkisen tukemisen elementti.

Luotsi-projektin loppuessa v. 2007, pyydettiin Vertaisuudessa on voimaa-projektilta apua liikuntaystävätoiminnan jatkamiselle. Todettiin, että liikuntaystäviä voidaan Seinäjoella välittää tukihenkilöiden rinnalla, kyseessä on hyvin samantyyppinen toiminta. Liikuntaystävärekisteri (**11 henkilöä**) siirrettiin huhtikuussa 2007 Järjestötalolle. Kivipuron, Ikäkeskuksen ja Seinäjoen liikuntatoimen henkilökunta lupautuivat jatkamaan ohjaustyössä. Liikuntaystäviä on pyritty löytämään jatkuvasti lisää ilmoittelemalla julkisilla ilmoitustauluilla.

Projektityöntekijä on haastatellut uudet liikuntaystäviksi haluavat henkilöt ja hoitanut välitystoiminnan. Vertaisuudessa on voimaa-projektin loppuessa vuoden 2009 alussa liikuntaystäviä oli **yhteensä 19**. Alkuperäisessä rekisterissä olleista liikuntaystävistä on jäänyt pois vain kaksi henkilöä.

Liikuntaystävien omia ohjaus/virkistystapaamisia on järjestetty kaksi kertaa vuodessa ja lisäksi liikuntaystävät saivat halutessaan osallistua tukihenkilöiden ohjaustapaamisiin.

5. Oma-apuryhmät

Oma-apuryhmät ovat vertaistukiryhmiä, joissa samoja asioita kokeneet ihmiset voivat keskustella ja jakaa tunteitaan turvallisessa ympäristössä. Oma-apuryhmien vetäjät ovat olleet samassa tilanteessa tai sairastavat samaa sairautta kuin muutkin ryhmäläiset. He pitävät ryhmän koossa, mutta ovat tasavertaisia ryhmän muiden jäsenten kanssa.

Järjestötalolla toimii 23 oma-apuryhmää, joista suurin osa on potilasryhmiä.

Vertaisuudessa on voimaa-projekti on tukenut uusien vertaisryhmien perustamista koko toiminta-alueellaan. Käytännössä uusia ryhmiä on projektina aikana perustettu Seinäjoelle kaksi (Päänsärkyvertaisryhmä ja ITUA-ryhmä). Uuden ryhmän alkaminen täytyy olla tarvelähtöistä ja ryhmän alkaessa täytyy sillä olla vertaisvetäjä. Kun kentältä on tullut toivomuksia ja uudelle ryhmälle on löytynyt vetäjä, on toimintaa lähdetty käynnistämään yhteistyössä. Ryhmän toiminnan suunnittelussa, ilmoittelussa ja

ensimmäisissä tapaamisissa vertaisvetäjän apuna on toiminut projektin työntekijä.

Jotta ryhmiä olisi voitu perustaa joka kuntaan, olisi se vaatinut enemmän kuin yhden työntekijän panoksen. Maantieteellinen alue on laaja ja toisaalta ryhmätoiminnan täytyy olla tarvelähtöistä ja vertaistukeen perustuvaa. Työntekijä ei olisi voinut olla mukana vetämässä ryhmiä yli kahdenkymmenen kunnan alueella.

Alueen toimivat vertaisryhmien ohjaajat ovat kuuluneet alusta lähtien projektin säännöllisen työnohjauksen, virkistuksen ja koulutuksen piiriin. Nämä tapahtumat ovat olleet yhteisiä tukihenkilöille ja ryhmävetäjille. Alussa kokeiltiin erillisiä tapahtumia näille kahdelle kohderyhmälle, mutta ajan (ja rahan) säästämiseksi päädyttiin pian yhteisiin kokoontumisiin. Näin saatiin myös riittävästi osallistujia kaikkiin tapaamisiin. Toisaalta erialisissa tehtävissä olevien vapaaehtoisten tapaamiset rikastuttavat ja tuovat uusia näkökulmia toimintaan. Ammatillinen tuki motivoi ja auttaa jaksamaan vapaaehtoistyössä sekä madaltaa kynnystä ottaa ryhmävetäjän tehtävät hoidettaviksi.

Vuonna 2007 järjestettiin uusille vertaisryhmän ohjaamisesta kiinnostuneille oma koulutuksensa. Osallistujia koulutuksessa oli 11 . Kouluttaja ostettiin Kansalaisareena ry:stä. Kurssilaiset saivat eväitä mm. ryhmän käynnistämiseen, ryhmäytymiseen ja ryhmän pelisääntöjen laatimiseen.

5.1. ITUA eli "Yksin asuvien aikuisten" - ryhmä

Vertaisuudessa on voimaa-projektin aikana Seinäjoelle perustettu "Yksin asuvien aikuisten "- ryhmä on 50-80-vuotiaille tarkoitettu sosiaalinen virkistys/vertaisryhmä. Ryhmään kokoontuu viikoittain 20 –30 henkilöä

keskustelemaan vapaamuotoisesti, kuulemaan luentoja tai retkeilemään lähialueilla. Vetovastuu on vertaisohjaajalla.

Ryhmäläiset saavat sosiaalista tukea toisiltaan, yksinäisyys lievittyy ja kotoa liikkeelle lähteminen ylläpitää ikääntyvien fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä. Moni kokee myös sosiaalista painetta helpottavana ja osallistumisen kynnyksiä madaltavana, että ryhmään kaikki tulevat yksin eikä esim. pariskuntina. Mielekäs toiminta ja ryhmän tarjoama sosiaalinen verkosto ennaltaehkäisevät jatkuvasti lisääntyvää ikäihmisten päihteiden käyttöä, koska ryhmä on myös päihteetön vaihtoehto esim. ravintolassa käynnille.

6. Tukihenkilöiden jatkokoulutus ja työnohjaus

Jotta koulutetut tukihenkilöt pysyvät aktiivisesti mukana toiminnassa, heihin täytyy pitää säännöllisesti yhteyttä. Puhelin- ja henkilökohtaisten keskustelujen lisäksi jatkokoulutus ja virkistystapahtumat ovat projektin aikana tarjonneet heille mahdollisuuden kehittää itseään ja positiivinen palaute sekä tuki ovat motivoineet jatkamaan tukisuhdetta.

Ryhmätyönohjauksessa vapaaehtoiset ovat saaneet luottamuksellisesti purkaa mahdollisia tukisuhteen pulmia ja haasteita. Samalla he ovat saaneet vertaistukea muilta vapaaehtoisilta tukihenkilöiltä ja ryhmänvetäjiltä.

Jokaiselle tukihenkilölle on tarjottu mahdollisuus osallistua 3 – 4 kertaa vuoden aikana ryhmätyönohjaukseen ja tarvittaessa voi varata ajan henkilökohtaiseen ohjaukseen. Työnohjauksesta ovat vastanneet

projektityöntekijä, yksi työnohjaajakoulutuksen saanut ammattihenkilö sekä tukihenkilötyöryhmien jäsenet.

Mahdollisuus täydennyskoulutukseen on järjestetty kaikille tukihenkilöille (projektin loppupuolella noin 180 hlöä) vähintään kerran toimintavuoden aikana. Täydennyskoulutukset on organisoitu tukihenkilötyöryhmien kanssa.

Projektin aikana järjestetyt täydennyskoulutukset:

Mielenterveyden Ensiapu-kurssi on järjestetty projektin aikana tukihenkilöitä ja ryhmänvetäjiä varten yhteensä **viisi kertaa, osallistujia on ollut yhteensä 47.**

Kurssi on yleissivistävä kansalaiskurssi, jolla annetaan valmiuksia mielenterveyden häiriöiden tunnistamiseen ja mielenterveyden häiriöistä kärsivän ihmisen kohtaamiseen ja auttamiseen (luennot ja harjoitukset). Tavoitteena antaa vapaaehtoisille valmiuksia kohdata mielenterveyden pulmia tuki- ja ryhmätoiminnassa.

Ikääntymiseen liittyvät erityiskysymykset- koulutusilta järjestettiin Ylihärmässä 11.11.2008 yhteistyössä Aijjoos-hankkeen kanssa. Koulutuksessa tarjottiin Härmänmaalla toimiville vapaaehtoisille tietoa vanhenemisen vaikutuksista fyysisiin, psyykkisiin ja sosiaalisiin voimavaroihin. Osallistujia oli yhteensä 12.

Lisäksi virkistys- ja työnohjaustilaisuuksien yhteydessä on järjestetty vuorovaikutuskoulutusta ja luentoja mm. ikääntymisestä, lastensuojelusta, hyvästä mielenterveydestä ja itsestä huolehtimisesta. Vapaaehtoisille on myös tiedotettu Järjestötalolla järjestettävästä muusta koulutus- ja luentotoiminnasta, johon he ovat halutessaan saaneet osallistua.

7. Yhteistyötahot

7.1. Yhteistyö Suomen Punaisen Ristin Länsi-Suomen piirijärjestön kanssa

Vertaisuudessa on voimaa-projektin aikana pienten paikkakuntien tukihenkilöperuskursseja on järjestetty yhteistyössä SPR:n paikallisyhdistysten kanssa. Pienen väestöpohjan alueilla yhteistyön tuloksena on saatu perustettua tukihenkilöverkosto ja löydetty myös yhteyshenkilö, joka koordinoi paikallisesti tukihenkilötoimintaa. Toiminnan ammatillinen ohjaus on tapahtunut tukihenkilövälityksen työntekijän ja SPR:n sosiaalipalvelusuunnittelijan toimesta. Yhteistyö ammatillisessa ohjauksessa mahdollistaa sen säännöllisyyden pitkistä välimatkoista huolimatta.

7.2. Yhteistyö Seinäjoen kaupungin liikuntatoimen ja Ikäkeskuksen kanssa

Seinäjoen kaupungin liikuntatoimen ja Ikäkeskuksen kanssa on tehty yhteistyötä liikuntaystävää toiminnan jatkamisessa ja kehittämisessä. Liikuntaystävätoiminta on ennaltaehkäisevää työtä, joka tähtää asiakkaiden (ikäihmiset) yleisen toimintakyvyn ja kävelykyvyn ylläpitoon.

7.3. Muut yhteistyötahot

- Kauhavan kaupunki (Kortesjärvi, Alahärmä ja Ylihärmä liittyvät Kauhavaan 1 / 2009) ja seurakunta
- Kurikan kaupunki (Jurva liittyy Kurikkaan 1/2009)
- Alajärven kaupunki (Lehtimäki liittyy Alajärveen 1/2009)
- Ähtärin kaupunki
- Soinin kunta ja seurakunta
- Lapuan kaupunki
- Kauhajoen Helokki ry
- Aijjoos- kumppanuushanke
- Stop Huumeille ry
- A-klinikka (Seinäjoen kaupunki)
- Oppilaitos yhteistyö

Sosiaali- ja terveydenhuoltoalan opiskelijoita on toiminut työharjoittelujaksoilla projektissa. Opiskelijoiden tehtävinä on ollut mm. virkistys- ja koulutustapahtumien järjestely.

8. Tiedotus ja arviointi

8.1. Toiminnasta tiedottaminen

Ilman tehokasta tiedotustoimintaa ei uusia vapaaehtoisia saada mukaan toimintaan. Tukihenkilö ja vertaisryhmätoiminnan saatavuudesta on tiedotettu asiakkaille ja sosiaali- & terveydenhuollon ammattihenkilöstölle jakamalla/lähettämällä esitteitä säännöllisin väliajoin eri toimipisteisiin.

Kurssitoiminnasta on tiedotettu maakunnan alueilla ilmestyvissä lehdissä sekä maksullisin ilmoituksin että maksuttomilla seuratoimintapalstoilla. Lisäksi paikallislehdet ovat tehneet juttuja tukihenkilö- ja vertaisryhmätoiminnasta muutamia kertoja vuodessa ja kurssien yhteydessä.

Vapaaehtoistoimijoille (tukihenkilöt, liikuntaystävät ja vertaisryhmien ohjaajat) on lähetetty kirjepostina tietoa työnhajuksesta ja täydennyskoulutuksesta 2 – 3 kertaa toimintavuoden aikana.

Tiedotustoiminnassa on hyödynnetty myös Järjestötalon internet-sivuja ja sähköpostia.

8.2. Arviointi

Tukiyhdyskunniltä, tukihenkilötyöryhmältä, tukihenkilöiltä ja oma-apuryhmien vetäjiltä on kerätty säännöllisin väliajoin kirjallista palautetta, jonka pohjalta toimintaa on kehitetty ja tarvittaessa toimintatapoja muutettu.

Arviointia on tehty myös paljon suullisesti erilaisten kokoontumisten yhteydessä.

Asiakkailta palautetta on kerätty pääasiassa kahden keskeisissä keskusteluissa projektityöntekijän tai tukihenkilötyöryhmän jäsenten kanssa. Asiakkailta tulleeseen palautteeseen on pyritty reagoimaan välittömästi, esim. jos ovat toivoneet tukihenkilön vaihtamista tai muuta yhteydenottoa tukihenkilöön/sidosryhmiin.

Kursseilta ja virkistystapahtumista on kerätty osallistujilta kirjallinen palaute. Palautteiden pohjalta uusien kurssien sisältöä on kehitetty ja suunniteltu jatkokoulutusten sisältöjä.

Projektin työntekijä on tehnyt jatkuvaa omaseurantaa.

9. Rahoitus ja muut resurssit

9.1. Rahoitus

Suurin osa projektin kuluista on rahoitettu RAY:n avustuksella. Projektissa mukana olleet kunnat ovat maksaneet pieniä kuntaosuusrahoja.

Projektin kulut ovat koostuneet pääosin työntekijän palkkauksesta ja matkakuluista. Tiedottaminen ja koulutustoiminta ovat olleet toiseksi suurin menoerä. Koulutusten järjestämistä varten on hankittu ajanmukaiset välineet (kannettava tietokone ja videotykki).

Kaikkeen kurssi- ja koulutustoimintaan haettiin Työväen Sivistysliiton kurssitukea. Jolloin osa kuluista on voitu jälkikäteen hakea takaisin. Yhteisöjen Yhdistys ry on TSL:n jäsenjärjestö.

Kurssi- ja koulutustoiminnalla on voitu hankkia omarahoitusta tarjoamalla vapaaehtoistoiminnan ulkopuolisille tahoille maksullista koulutusta, esim. Mielenterveyden ensiapu ja Vertaisohjaajien koulutus .

9.2. Henkilöresurssit

Projektissa on ollut palkattuna yksi työntekijä; vuonna 2006 32 tuntia / viikko ja muina toimintavuosina kokopäiväisesti.

Resursseina ovat toimineet lisäksi:

- Yhteisöjen Yhdistys ry:n hallitus
- tukihenkilöyhdyskunnat 28 kunnassa ja erikoissairaanhoidossa
- Järjestötoimintayksiköillä toimivien, muiden jäsenjärjestöjen (yht. 40) ja muiden alueen yhdistysten tukihenkilövastaavat
- tukihenkilötyöryhmät
- aikaisemmin koulutetut tukihenkilöt ja oma-apuryhmien vetäjät
- uudet tukihenkilöt ja oma-apuryhmien vetäjät
- oppilaitosten opiskelijat

Muuta:

- Järjestötoimintayksiköillä ovat olleet käytettävissä synergiaedut kuten kopiokone, fax, ADSL-liittymä, AV-välineet ja kokous- ja koulutustilat Seinäjoen alueella pidettäville kokouksille ja koulutuksille
- yhteistä tiedotusta kuten infopiste ja kotisivujen päivitys Järjestötoimintayksiköillä
- kokous- ja koulutustilat seutukunnissa on pääsääntöisesti saatu yhteistyökumppaneilta maksutta

10. Pohdintaa projektin jälkeen

10.1. Yleistä

Projektin päättyessä tiesimme jo, että tukihenkilötoiminta saa jatkaa RAY:n Ak-avustuksen turvin. Tuo rahoituspäätös puhuu puolestaan, selvää on että vapaaehtoisia tukihenkilöitä ja vertaisryhmänvetäjiä tarvitaan.

Vapaaehtoiset toimivat ammattiauttajien ja asiakkaiden henkilökohtaisten verkostojen välimaastossa. Vapaaehtoisilla on tarjottavana ennen kaikkea aikaa, johon ammattiauttajien resurssit eivät riitä. Vapaaehtoisten antama apu ei korvaa ammattiapua, mutta voisi ehkä sanoa että se toimii osana hoito- tai palveluketjuamme tai ainakin sen tukena.

Projektin aikana asiakkailta saatu palaute kertoo, että vapaaehtoistyön arvoa on vaikea mitata rahassa. On vaikea hinnoitella ihmisen kokemaa kohtaamiseen liittyvää merkityksellisyyden tunnetta tai sitä että itseluottamus kohenee kun saa lähdetyksi tukihenkilön kanssa asioille tai lenkille. Moni asiakas on tuonut esille, että vaikeassa elämäntilanteessa on hyvä, kun löytyy perheen ulkopuolinen tukihenkilö. Hän suhtautuu ilman henkilökohtaisia tunteita kriisiin vaikka elääkin myötä. Moni kokee myös, että on helpottavaa kun ei tarvitse jatkuvasti kuormittaa oman perheen jäseniä omilla kipeillä tuntemuksillaan. Oman henkilökohtaisen verkoston ulkopuoliselle juttukaverille voi olla myös helpompi puhua.

Projektin asiakkaina on ollut paljon eri ikäisiä mielenterveyskuntoutujia. Heidän kohdallaan pääsääntöisesti ystäväpiiri on sairauden myötä

murentunut. Näissä tilanteissa tukihenkilöt ovat olleet tämän verkoston paikkaajia ja tarjonneet monelle aivan uusia mahdollisuuksia esim. harrastuksiin lähtemiseen. Useissa mielenterveydenhäiriöissä käypä hoitonakin suositellaan liikkumista ja sosiaalisten kontaktien ylläpitoa, mutta sairaus sinällään vie voimia siten, että potilas itse ei jaksakaan pitää yhteyttä läheisiinsä ja toisaalta lähipiiriä mielen sairaus pelottaa tai he saattavat luulla, ettei heidän haluta pitävän yhteyttä.

Vapaaehtoiselle tukitoiminnalle on selkeä tilaus yhteiskunnassamme. Ihmisten luonnolliset verkostot ovat kapeutuneet muuttoliikkeen myötä. Yhteiskunnassamme tuntuvat myös olevan vallalla yksilön yksin pärjäämiseen liittyvät arvot. Projektin asiakasmäärät (lähes 200) Etelä-Pohjanmaan alueella osoittavat selkeästi, että tarvetta on. Samoin jonossa olevien asiakkaiden määrä. Projektin kohtuullisen hyvistä tuloksista huolimatta kaikille ei vielä löydy tukihenkilöä. Varsinkin miehiä on vaikea löytää tukihenkilöiksi, kuitenkin miespuoliset asiakkaat ovat jatkuvasti lisääntyneet. Tulevaisuuteen jäi mietittäväksi mm. miesten oman tukihenkilökurssin toteutus.

10.2. Projektin onnistumisesta

Kaiken kaikkiaan projekti on onnistunut tavoitteisiin nähden hyvin. Alueellamme on toimiva tukihenkilöverkosto ja sen kehittäminen, huoltaminen ja vaaliminen jatkuu ainakin lähivuosina. Pystymme vastata melko suuren ihmisjoukon tuen tarpeeseen.

Vertaisryhmätoiminnan maakunnallinen kehittäminen olisi oman projektinsa aihe. Toki tässä projektissa on saatu koottua ja välitettyä tietoa olemassa olevasta toiminnasta, mutta uusien ryhmien perustaminen on jäänyt Seinäjoki-vetoiseksi. Toisaalta käytäntö on osoittanut, että ryhmä kannattaa

perustaa silloin kun tulee selkeä tarve asiakkailta ja ryhmälle löytyy vetäjä. Väksin pystyyn pistetty ryhmä ei toimi hyvin eikä kovin kauan. Lisäksi alusta asti on ollut selvää, että tukihenkilötoiminta on kysytympää. Työmäärä on projektissa ollut suuri kokoajan, enempää ei olisi näissä puitteissa yhden projektityöntekijän voimin ehtinyt.

10.3. Projektissa työskentelystä

Kuten jo aiemmin todettiin. Projektissa on ollut paljon työtä yhdelle ihmiselle ja välillä on hirvittänyt, miten käy esim. koulutusten jos työntekijä sairastuu. Tukena ovat toki olleet alueellisten työryhmien jäsenet ja yhteistyökumppanit. Mutta käytännössä sijaisjärjestelmää ei ole ollut. Asiakkaatkaan eivät aina ole olleet kovin ymmärtäväisiä, kun sairas/kesälomien aikana asiat eivät ole edenneet.

Yksin työskennellessä projektityöntekijän oma työnohjaus on myös osoittautunut tarpeelliseksi. Asiakkaiden elämäntilanteet ovat monesti hankalia ja asiat ovat jääneet helposti vaivaamaan työntekijänkin mieleen. Lisäksi kuormittaa se tosiasia, että kaikkia tukihenkilön tarvitsijoita/hakijoita ei pystytä auttamaan. Toisaalta asiakaspalautteen mukaan, usealle on ollut helpottavaa keskustella projektityöntekijän kanssa, vaikka tukihenkilöä ei olisi heti löytynytäkään. Kiireettömyys ja tunne siitä, että ei olla "asioimassa virnaomaisissa" sekä se, että asiakas on voinut vapaasti kertoa elämästään ja itsestään, on kantanut taas vähän matkaa eteenpäin.

Valtakunnalliset verkostot ovat osoittautuneet työnohjauksen ja tukihenkilötyöryhmien ohella hyväksi vertaistueksi. Valtakunnallisissa vapaaehtoistyön koordinaattoreiden tapaamisissa on ollut myös hyvä vaihtaa hyviä käytäntöjä ja neuvoja toiminnan järjestämiseksi.

Projektin toimintaa on arvioitu lähinnä asiakaspalautteiden ja kautta. Toinen palautekanava ovat olleet työryhmät ja vapaaehtoiset. Projektin aikana olisi pitänyt ehtiä tehdä laaja täysin anonyymisti vastattava kysely kaikille kohderyhmille. Näissä erilaisissa tilaisuuksissa otettavissa palautteissa tai keskusteluissa on aina se vaara, ettei niihin vastata täysin rehellisesti (lähinnä negatiivisen palautteen osalta). Suuren kyselyn toteuttamiseen yritettiin saada apua oppilaitoksista, mutta aihe ei sytyttänyt tai tavoittanut opiskelijoita. Projektin puolelta toki olisi voinut olla vielä enemmän aktiivisuutta ammattikorkeakoulun yksiköihin päin, jolloin ehkä olisimme saaneet opiskelijat toteuttamaan ja analysoimaan kyselyä. Arviointipuoli olisi siis pitänyt hoitaa paremmin.

Loppukaneettina todettakoon vielä, että varmaa on tukihenkilötoiminnan tarpeellisuus. Vaikka tukihenkilöt tekevät työtään palkattomasti ja omaehtoisesti, toimintaa ei ole olemassa ilman määrättyjä resursseja. Jonkun tulee organisoida ja suunnitella toiminta. Kurssitoiminta ja työnohjaus eivät ole ilmaisia, vapaaehtoisia täytyy kiittää ja palkitakin, jotta motivaatio säilyy.

Asia vaatii lisäksi aktiivista tiedottamista ennen kaikkea siksi, että saadaan uusia vapaaehtoisia jatkuvasti mukaan toimintaan. Vaihtuvuutta on vapaaehtoisporukassa on aivan luonnollisesti esim. muuttojen, opiskelujen, äitiyslomien ja ikääntymisen vuoksi.

Yhteiskunnassamme ovat tulossa tai jo meneillään taloudellisesti vaikeat ajat. Työttömyysluvut kasvavat päivittäin ja yritysten alasajot ja konkurssit ovat jokapäiväisiä. Lama-aika ei varmastikaan vähennä tukihenkilötoiminnan tarvetta, päinvastoin. Tarve tulee varmasti lisääntymään. Toisaalta tukihenkilönä toimiminen voisi pelastaa monen työttömäksi jääneen, mutta voimavaroja omaavan ihmisen arjen. Vaikka tukihenkilönä toimimisesta ei

saa palkkaa, se on varmastikin tehtävä, josta saa hyvän mielen ja tunteen että on tarpeellinen jollekin. Vaikka ei ole työtä, voi tuntea itsensä tärkeäksi. Lisäksi tukihenkilönä toimija harjoittaa jatkuvasti mm. sosiaalisia- ja vuorovaikutustaitojaan. Jatkossa toivotaan siis rahoittajiemme myötämielisen suhtautumisen jatkumista. Etelä-Pohjanmaalla ei ennen ole ollut näin vahvaa vapaaehtoisten tukihenkilöiden verkostoa.

Raportin laatinut:

Satu Rajamäki