



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU  
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

**Taina Salo**

---

## **Ystävyys kortilla**

Vapaaehtoisina ystävinä toimivien ja kehitysvammaisten henkilöiden  
kokemuksia Ystävänkortti Toiminnan ystävätoiminnasta

Opinnäytetyö

Syksy 2021

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sosionomi YAMK



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Tutkinto-ohjelma: Sosiaalialan ylempi ammattikorkeakoulututkinto

Suuntautumisvaihtoehto: Sosionomi

Tekijä: Taina Salo

Työn nimi: Ystävyyys kortilla - vapaaehtoisina ystävinä toimivien ja kehitysvammaisten henkilöiden kokemuksia Ystävänkortti Toiminnan ystävätoiminnasta

Ohjaaja: Katja Valkama

Vuosi: 2021

Sivumäärä: 100

Liitteiden lukumäärä: 8

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää Ystävänkortti Toiminnan toimijoiden kokemuksia ystävätoiminnasta kahdesta eri näkökulmasta. Tutkimuskysymyksissä tulivat esille vapaaehtoisina toimivien ystävien kokemukset ystävätoiminnasta sekä kehitysvammaisten henkilöiden kokemukset siitä, miten ystävätoiminta on vaikuttanut heidän elämäänsä. Kokemusten selvittämisen avulla pyrittiin keräämään tietoa ja löytämään toiminnalle kehittämisen kohtia tämänhetkistä tilannetta palvelemaan. Opinnäytetyö oli laadullinen tutkimus, jossa on lisäksi määrällisen tutkimuksen piirteitä. Tutkimuksessa käytettiin aineistolähtöistä sisälönanalyysia.

Tutkimusaineisto koostui vapaaehtoisina ystävinä toimivien Webropol-kyselyn vastauksista sekä kehitysvammaisten henkilöiden haastatteluista. Kyselyyn vastasi 25 henkilöä 49:stä, mikä on 51 % otannasta. Haastatteluaineisto koostui yhdeksän (n=9) henkilön tiedonannoista.

Kyselyn tuloksia tarkastellaan neljässä osassa; Ystäväkoulutus, Vapaaehtoistyön käytänteet, Ystävätoiminnan käytänteet sekä COVID-19-pandemian vaikutukset. Tulosten mukaan Ystävänkortti Toiminnan vahvuutena ovat helposti lähestyttävät työntekijät, joilta avun pyytäminen on helppoa. Virkistystoiminta koettiin erityisen onnistuneeksi. Vapaaehtoisina toimivat ystävät ovat tyytyväisiä ystäväkoulutukseen sekä vapaaehtoistyön että ystävätoiminnan käytänteisiin. Kyselyn pohjalta kehitysehdotuksiksi nousivat vinkkimateriaalin hyödyntäminen ja tuntien sähköinen ilmoittaminen. Vertaistuen merkitys oli edelleen tärkeä. Pandemia oli aiheuttanut ystävätoiminnalle haittoja, joita voitaisiin lieventää järjestämällä yhteisiä tapahtumia turvallisesti ulkona. Digitaalisten laitteiden puute ja hallinnan haasteet olivat suurin este virtuaalisten tapaamisten toteutuksessa. Kehitysvammaisten henkilöiden kokemukset ystävyyden tuomista asioista elämässä tulivat esille edistämisen, tukemisen ja vahvistamisen teemoissa. Kokemus ystävyydestä on yksilöllistä, mutta sen vaikutus resilienssiin on yhteinen. Ystävä on henkinen apuväline, joka olemassaolollaan tuo vaihtelua arkeen ja myötävaikuttaa henkilökohtaiseen kasvuun.

<sup>1</sup> Asiasanat: hyvinvointi, vapaaehtoistyö, kehitysvammaisuus, ystävyyys, resilienssi

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Master's Degree Programme in Social Services and Health Care

Specialisation: Development and Management of Social Services and Health Care

Author: Taina Salo

Title of thesis: Friendship Is Scarce - Experiences of People Who Volunteer as Friends and People with Intellectual Disabilities from the Friend Card Activity

Supervisor: Katja Valkama, PhD

Year: 2021

Number of pages: 100

Number of appendices: 8

---

The purpose of this thesis was to find out the experiences of the Friends Card Activity with friendship activities from two different perspectives. The research questions highlighted the experiences of volunteer friends about friendship and the experiences of people with intellectual disabilities about how a friend had affected their lives. With the help of finding out the experiences, the aim was to find points for the development of the operation to serve the current situation. The thesis was a qualitative study, and it also had features of quantitative research. The analysis was performed using data-based content analysis.

The research material consists of the answers to the Webropol survey of volunteer friends and interviews with people with intellectual disabilities. The survey was answered by 25 people out of 49, which is 51% of the sample. The material of the interviews consisted of statements from nine (n=9) people.

The results of the survey are examined in four sections: Friendship Education, Volunteering Practices, Friend Practices, and the Impact of the COVID-19-pandemic. According to the results, Friend Card Activity's strength is the easily approachable employees, from whom it is easy to ask for help. Friends who volunteer are satisfied with the education and practices of both volunteering and friendship. Based on the survey, the utilization of the tip material and the electronic reporting of hours increased as development suggestions. The importance of peer support remained important. The pandemic had caused inconveniences to friendships that could be mitigated by organizing joint events safely outdoors. The lack of digital equipment and management challenges are the biggest obstacle to the implementation of virtual meetings. The experiences of people with intellectual disabilities in the aspects brought about by friendship in life came to the fore with the themes of promotion, support and strengthening. The experience of friendship is individual, but its effect on resilience is common. A friend is a mental aid whose existence brings variety to everyday life and contributes to personal growth.

<sup>1</sup> Keywords: well-being, volunteering, intellectual disability, friendship, resilience

# SISÄLTÖ

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| Opinnäytetyön tiivistelmä .....                             | 1  |
| Thesis abstract .....                                       | 2  |
| SISÄLTÖ .....                                               | 3  |
| Kuva-, kuvio- ja taulukkoluetelo .....                      | 5  |
| Käytetyt termit.....                                        | 7  |
| 1 JOHDANTO .....                                            | 8  |
| 2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT .....                             | 10 |
| 2.1 Toimeksiantajana Ystävänkortti Toiminta .....           | 10 |
| 2.2 Tutkimuskysymykset .....                                | 12 |
| 2.3 Tutkimuksen tavoite ja tarkoitus .....                  | 12 |
| 2.4 COVID-19 ja poikkeusolot .....                          | 15 |
| 2.5 Tutkimusote.....                                        | 17 |
| 3 KESKEISTEN TEKIJÖIDEN KEHÄSSÄ .....                       | 20 |
| 3.1 Kehitysvammaisuus .....                                 | 20 |
| 3.1.1 Luokituksen muutoksen ajankohtaisuus .....            | 23 |
| 3.1.2 Meikäläisten maailma .....                            | 24 |
| 3.2 Vapaaehtoistyö .....                                    | 26 |
| 3.3 Ystävyys - Yksinäisyys .....                            | 27 |
| 3.4 Osallisuus - Osattomuus .....                           | 28 |
| 3.5 Hyvinvointi.....                                        | 31 |
| 3.5.1 Koettu hyvinvointi.....                               | 32 |
| 3.5.2 Henkilökohtainen kasvu .....                          | 33 |
| 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....                                 | 36 |
| 4.1 Haastattelun taustaa ja toteuttaminen .....             | 36 |
| 4.2 Verkkokyselyn taustaa ja toteutuminen .....             | 39 |
| 4.3 Aineiston analysointi.....                              | 41 |
| 4.3.1 Haastattelun ja kyselyn laadullinen analysointi ..... | 41 |

|       |                                                                     |     |
|-------|---------------------------------------------------------------------|-----|
| 4.3.2 | Kyselyn tuottaman määrällisen aineiston analysointi .....           | 44  |
| 5     | KOKEMUSTEN SUMMAA - TULOSTEN TARKASTELU .....                       | 45  |
| 5.1   | Vapaaehtoisina toimivien ystävien kokemukset.....                   | 45  |
| 5.1.1 | Ystäväkoulutusta koskevat tulokset .....                            | 47  |
| 5.1.2 | Vapaaehtoistyön käytänteet.....                                     | 51  |
| 5.1.3 | Ystävätoiminnan käytänteet .....                                    | 57  |
| 5.1.4 | Pandemian vaikutukset ystävätoimintaan .....                        | 61  |
| 5.1.5 | Hyvän toiminnan rattaat .....                                       | 63  |
| 5.2   | Kehitysvammaisten henkilöiden kokemukset ystävän merkityksestä..... | 66  |
| 5.3   | Tutkimuksen eettiset seikat sekä luotettavuus.....                  | 77  |
| 6     | JOHTOPÄÄTÖKSET .....                                                | 80  |
| 6.1   | Sopuisaa yhdessä olemista.....                                      | 80  |
| 6.2   | Ystävätoiminnan osa-alueiden kehittäminen .....                     | 81  |
| 6.3   | Kehittämistoiveita pandemian ajalle .....                           | 83  |
| 6.4   | Ystävyyden merkityksellisyys .....                                  | 84  |
| 6.5   | Vastavuoroisuutta kehittämään .....                                 | 86  |
| 7     | POHDINTA.....                                                       | 89  |
|       | LÄHTEET .....                                                       | 92  |
|       | LIITTEET .....                                                      | 100 |
|       | Liite 1. Saatekirje haastattelua varten                             |     |
|       | Liite 2. Selkokielineen saatekirje haastattelua varten              |     |
|       | Liite 3. Suostumus haastatteluun                                    |     |
|       | Liite 4. Kyselylomake                                               |     |
|       | Liite 5. Saatekirje kyselyyn                                        |     |
|       | Liite 6. Saatekirje paperilomakkeen vastaajille                     |     |
|       | Liite 7. Haastattelun teemat                                        |     |
|       | Liite 8. Analyysiesimerkki                                          |     |

## Kuva-, kuvio- ja taulukkoluettelo

|                                                                                                   |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Kuvio 1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet .....                                               | 13 |
| Kuvio 2 Opinnäytetyön kokonaisuus .....                                                           | 14 |
| Kuvio 3 Kehitysvammaisuuden kolme näkökulmaa (Seppälä 2020).....                                  | 22 |
| Kuvio 4 Kokonaiskuva tulosten tarkastelusta.....                                                  | 45 |
| Kuvio 5 Vapaaehtoisten ikäjakauma .....                                                           | 46 |
| Kuvio 6 Ystäväkoulutuksen tarkasteltavat osa-alueet.....                                          | 47 |
| Kuvio 7 Koulutusmuoto .....                                                                       | 48 |
| Kuvio 8 Kokemus ystäväkoulutuksesta.....                                                          | 49 |
| Kuvio 9 Tärkeimmät koulutuksen aihealueet .....                                                   | 50 |
| Kuvio 10 Kokemus jatkokoulutuksen tarpeellisuudesta .....                                         | 50 |
| Kuvio 11 Vapaaehtoistyön käytänteet - tarkasteltavat osa-alueet.....                              | 51 |
| Kuvio 12 Kokemus yhteydenpidon toimivuudesta.....                                                 | 52 |
| Kuvio 13 Toive yhteydenotoista .....                                                              | 53 |
| Kuvio 14 Toive tuntien ilmoittamisesta.....                                                       | 54 |
| Kuvio 15 Kokemus avun pyytämisestä .....                                                          | 55 |
| Kuvio 16 Kokemus avun tarpeesta .....                                                             | 55 |
| Kuvio 17 Työnohjauksen tarpeellisuus.....                                                         | 56 |
| Kuvio 18 Materiaalin hyödyntäminen .....                                                          | 57 |
| Kuvio 19 Ystävätoiminnan käytänteet - tarkasteltavat osa-alueet.....                              | 58 |
| Kuvio 20 Kokemus ystäväparien yhdistämisestä .....                                                | 59 |
| Kuvio 21 Kokemukset virkistystoiminnasta .....                                                    | 60 |
| Kuvio 22 Kokemus vertaistuen tarpeesta.....                                                       | 60 |
| Kuvio 23 Pandemian vaikutuksia ystävätoimintaan (Kuva: Pixabay) .....                             | 61 |
| Kuvio 24 Kokemukset pandemian vaikutuksista .....                                                 | 62 |
| Kuvio 25 Mahdollisuus virtuaaliseen tapaamiseen .....                                             | 63 |
| Kuvio 26 Ystävätoiminnan ratasmaisuuksia .....                                                    | 65 |
| Kuvio 27 Ystävyyden mukanaan tuomia merkityksiä ja vaikutuksia kehitysvammaisten kuvaamina .....  | 74 |
| Kuvio 28 Ystävätoiminnan merkitys kehitysvammaisille henkilöille vapaaehtoisten näkökulmasta..... | 76 |
| Kuvio 29 Ystävyyden vaikutukset resilienssiin ja henkilökohtaiseen kasvuun .....                  | 85 |
| Kuvio 30 Opinnäytetyön aikatauluprosessi .....                                                    | 90 |

|                                                                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Taulukko 1 Henkilökohtaiseen kasvuun ja tuloksellisuuteen vaikuttavat tekijät (Schalock ym. 2010, 176 määritelmän mukaan)..... | 34 |
| Taulukko 2 Aineistonkeruun laadullisen aineiston analyysin prosessin kuvaus. (Tuomi & Sarajärvi 2018,122–125 mukaillen.) ..... | 42 |
| Taulukko 3 Ystävänä toimimisen vuodet.....                                                                                     | 47 |

## Käytetyt termit

### Ystävänkortti Toiminta

Toimeksiantajan nimi, erikseen kirjoittaen, isoilla alkukirjaimilla. Organisoii Ystävänkorttitoimintaa ja ystävätoimintaa.

### Ystävänkortti

Konkreettinen kortti, joka on kehitysvammaisen henkilön hallussa. Kortin avulla kehitysvammaisen henkilön vapaaehtoinen ystävä, tukihenkilö tai vaikka perheenjäsen voi osallistua vapaa-ajan tapahtumiin maksutta.

### Ystävätoiminta

Toimintaa, jossa vapaaehtoiset ystävät toimivat kehitysvammaisten henkilöiden ystävinä.

### Ystäväpari

Ystäväparilla tarkoitetaan vapaaehtoisena toimivaa ystävää sekä kehitysvammaista henkilöä, joiden sopivuutta ystäviksi Ystävänkortti Toiminta on arvioinut erilaisin keinoin. Sopivuuden arvioinnissa pohditaan esimerkiksi yhteisiä mielenkiinnon kohteita.

### Ystäväkoulutus

Ystäväkoulutuksella tarkoitetaan tapahtumia, joissa vapaaehtoisille järjestetään koulutustilaisuus joko etäyhteyden kautta tai paikan päällä. Koulutuksen jälkeen vapaaehtoiset voivat toimia ystävinä.

### Yhteydenpito

Ystävätoiminnan yhteydenpidolla tässä työssä tarkoitetaan puhelinsoittojen lisäksi erilaisten tiedotteiden ja kutsujen lähettämistä.

### Ystäväparien yhdistäminen

Ystäväparien yhdistämisellä tarkoitetaan tilannetta, jossa kehitysvammainen henkilö ja vapaaehtoinen ystävä tapaavat ensimmäistä kertaa. Tilanteessa on mukana lisäksi Ystävänkortti Toiminnan työntekijä. Ystäväparin yhdistämistilanteessa käydään läpi yhdessä tehtävä sopimus, sen sisällöt ja sovitaan yhteisistä pelisäännöistä.

Tutkimuksessa käytetään termiparia ”Ystävänkortti Toiminnan toiminta”, jolla tarkoitetaan Ystävänkortti Toiminnan sisällä tapahtuvaa organisointia, aktiviteettia ja menettelytapoja.

(Saarimäki 22.3.2021.)

# 1 JOHDANTO

Olen saanut työskennellä pitkään kehitysvammaisten henkilöiden parissa. Huomionarvoisia hetkiä on ollut paljon. Myönteisin niistä on ollut huomata tilanteita, joissa kehitysvammaisen henkilön arkipäivän toiminnan rajoitteiden vuoksi tilalle tulee luovia selviytymiskeinoja. Tällä opinnäytetyöllä pyrin omalla panoksellani vaikuttamaan kehitysvammaisten henkilöiden mahdollisuuteen nauttia jatkossakin tasa-arvoisuudesta ja osallistumisesta. Opinnäytetyössä keskeisiä tekijöitä ovat osallisuus, hyvinvointi, vapaaehtoistyö, kehitysvammaisuus ja yhdistävänä tekijänä näissä on ystävyys ja sen merkitys nykypäivässä tarvittavalle joustavuudelle ja sietokyvyille eli resilienssille. Nämä kaikki vaikuttavat henkilökohtaiseen kasvuun.

Yksinäisyys on tunnetila, jota kuvaillaan eri tavoin. Suoraviivaisella kuvailulla yksinäisyys johtuu ystävän puutteesta. Yhteiskunta ja useat kolmannen sektorin toimijat pyrkivät monin keinoin estämään yksinäisyyttä ja siitä johtuvia ongelmia. Seinäjoen Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry toimii Seinäjoen alueella ja sen alainen Ystävänkortti Toiminta on aktiivinen toimija Etelä-Pohjanmaan, Pohjanmaan ja Keski-Pohjanmaan alueella. Ystävän puuttuminen ja sitä kautta osallisuuden heikkeneminen on kehitysvammaisten henkilöiden arjessa ilmiö, johon Ystävänkortti Toiminta pyrkii toiminnallaan vaikuttamaan. Oman työni puitteissa olen käynyt toisinaan Ystävänkortti Toiminnan toimistolla. Toimistolla käynnistä on jäänyt aina myönteinen mielikuva ja tunne, että jokainen kävijä on ollut tervetullut. Sosionomiopintojen alkumetreillä otin yhteyttä toimistoon kysyäkseni, onko heillä tiedossa opinnäytetyön aihetta, johon voisin tarttua. Sirpa Saarimäki vastasi tuota pikaa, että opinnäytetyön tarvetta olisi vapaaehtoistyön organisoinnin kehittämiseen liittyen. Työhön tarttuminen jo opintojen alussa tuntui sopivalta vaihtoehdolta. Työn aikatauluttamisen ja Ystävänkortti Toiminnan kanssa tehdyn yhteistyön johdosta eteneminen oli joustavaa ja rytmittyi sopivaksi kokonaisuudeksi.

Tämä opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, jossa on lisäksi määrällisen tutkimuksen piirteitä. Tutkimuksen tarkoitus on kartoittaa Ystävänkortti Toiminnan toimijoiden kokemuksellisuutta kahdesta eri näkökulmasta: sekä vapaaehtoisina toimivien ystävien että kehitysvammaisten henkilöiden lähtökohdista. Vapaaehtoisina toimivien ystävien kokemusten kartoitus kohdistuu ystävätoimintaan ja sen kehittämisen mahdollisuuksiin. Kehitysvammaisten henkilöiden kokemusten kartoittamisella pyritään saamaan tietoa siitä, miten ystävän

olemassaolo on vaikuttanut omaan elämään. Ystävänkortti Toiminta on ollut aikaisemminkin toimeksiantajana kahden muun opinnäytetyön yhteydessä. Näiden kahden aiemman tutkimuksen tulokset huomioidaan tutkimuksen edetessä. Yhteiskunnassa vallitseva poikkeustilanne ja sen myötä tulleet muutokset tuovat tähän opinnäytetyöhön oman tarkastelualueen, jollaiseen ei ole aikaisemmin ollut tarvetta. COVID-19-pandemian vuoksi on tarpeen etsiä keinoja erilaiseen yhteydenpitoon. Kyselyjä ei ole aiemmin toteutettu sähköisenä, mikä sekin tuo oman uuden mahdollisuuden.

Tässä opinnäytetyössä teoreettinen viitekehys on otsikoitu nimellä ”Keskeisten tekijöiden kehässä”, jolla viitataan monen tekijän yhteisvaikutukseen samojen raamien sisällä. Työn nimi ”Ystävyys kortilla” on kuvaava sanonta ajalta, jolloin jotain asiaa oli rajallinen määrä ja juuri siitä saattoi olla pulaa. Kuten tässä tapauksessa, ystävää etsiviä kehitysvammaisia henkilöitä on yli 150. Nimi viittaa myös konkreettiseen korttiin, joka on tunnuksena henkilön oikeudesta pyytää ystävä mukaan erilaisiin vapaa-ajanviettopaikkoihin. Työssä on päädytty käyttämään COVID-19-pandemiaa, vaikkakin epidemia-sanan käyttö olisi ollut yhtä tarkoituksenmukainen. Tässä työssä käsittelyn ulkopuolelle jää vammaiskäsityksien ja eri kehitysvammojen tarkka kuvailu. Tutkimuksen ulkopuolelle rajataan myös paneutuminen EU:n vammaiskorttiin.

## Kiitokset

Kiitän Ystävänkortti Toiminnan Suvia, Sirpaa, Elinaa sekä Pauliinaa tuesta, kommentoinista, avusta ja ennen kaikkea opinnäytetyön mahdollistamisesta. Kiitos Tiina Hautamäelle työn alkusysäyksestä. Kiitos Katja Valkamalle ohjauksesta. Kiitos Elina Kontulle sekä Andante-tutkijaverkostolle ajatuksenkirkastamisen hetkistä sekä uusista tuttavuuksista ympäri Suomea. Kiitos Tiina Jokela-Lylylle, Teija Pitkäkankaalle, Pauliina Haposelle ja Sirpa Rintamäelle valmennuksesta. Kiitos työnantajalleni joustamisesta ja opintojen mahdollistamisesta. Kiitos opintopiiriläisille. Kiitos oikolukijoille. Haastatteluiden muistamiseen ja kyselyn vastanneiden arvontapalkintoihin ovat osallistuneet S-Market Jouppi, Kivistö sekä Törnävä, kiitos siis myös heille. Tämä opinnäytetyö on toteutunut osittain Kauhajoen Kulttuurisäätiön apurahalla, sen johdosta kumarrus kotipitäjääni kohtaan. Suuri kiitos haastateltaville ja kyselyyn vastanneille, ilman teitä työtä ei olisi koskaan syntynyt.

## 2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

Tämän luvun sisältö koostuu opinnäytetyön toimeksiantajan, tutkimuskysymysten, tutkimuksen tarkoituksen ja tavoitteiden esittelystä. Lisäksi luvussa esitellään opinnäytetyö ideakartana. Luvussa pohditaan tutkimusotetta, taustaan vaikuttavia tekijöitä ja COVID-19-pandemian merkitystä tässä työssä.

### 2.1 Toimeksiantajana Ystävänkortti Toiminta

Seinäjoella on toiminut vuodesta 2005 lukien voittoa tavoittelematon Ystävänkortti Toiminta. Seinäjoen Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry on Seinäjoen alueella toimiva yhdistys, joka toimii Ystävänkortti Toiminnan hallinnollisena elimenä. Ystävänkortti Toiminta on eriytetty yhdistyksen toiminnasta omaksi toiminnakseen. Seinäjoen Seudun Kehitysvammaisten Tukiyhdistys toimii siis Ystävänkortti Toiminnan työnjohtona. Ystävänkortti Toimintaan kuuluu Ystävänkorttien myöntäminen, palveluntarjoajien etsiminen ja yhteistyösopimusten tekeminen heidän kanssaan. Lisäksi toimintaan sisältyy yhteistyötä mukana olevien kuntien kanssa sekä pyrkimys saada uusia kuntia mukaan. Ystävänkortti Toimintaan kuuluu myös ystävätoiminta. Ystävätoimintaan sisältyy ystäväkoulutukset, ystävien yhdistäminen, erilainen virkistystoiminta ja vapaaehtoisten työnohjaus.

Ystävänkortti Toiminta järjestää Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen (STEA) rahoituksen avulla Villiklubeja, retkiä ja virtuaalisia tapahtumia. Ystävänkortti Toiminnan tavoite on luoda kehitysvammaisille henkilölle tasa-arvoiset mahdollisuudet osallisuuteen, sosiaalisiin suhteisiin sekä vapaa-ajan viettoon. Ystävänkortti Toiminta myöntää hakemuksen perusteella kehitysvammaiselle henkilölle Ystävänkortin, mikäli kortin myöntämisen ehdot täyttyvät. Ystävänkortin avulla harrastuksiin mahdollistava henkilö pääsee maksutta tapahtumiin ja erilaisiin vapaa-ajanviettomahdollisuuksiin. Kehitysvammainen henkilö voi anoa toiminnalta Ystävänkortin lisäksi myös vapaaehtoisena toimivaa ystävää. Yksi Ystävänkortti Toiminnan keskeisimmistä tehtävistä on kouluttaa vapaaehtoisia ystäviä, jotka voivat lähteä mukaan näihin harrastuksiin tai olla muulla tavoin ystävänä. Ystävänkortti Toiminta etsii aktiivisesti uusia palveluntuottajia eri paikkakunnilta, luodakseen mahdollisimman monelle kehitysvammaiselle henkilölle osallistumismahdollisuuden. Maakunnissa on useita

palveluntarjoajia, joissa kortti toimii. Tällä hetkellä mukana olevia kuntia on 34, Etelä-Pohjanmaan, Pohjanmaan ja Keski-Pohjanmaan alueella.

Ystävätoiminta on ollut aiemmin nimeltään Ystävyys Yhdistää, ja se toimi virallisesti vuosina 2001–2009. Vuonna 2009 kehitysvammaisille henkilöille mahdollistui oikeus henkilökohtaiseen avustajaan, jolloin Ystävyys Yhdistää toiminta lakkautettiin. Toiminta jatkui vuodesta 2009 osana Ystävänkortti Toimintaa. Toiminta sai jatkua, koska henkilökohtainen avustaja toimii palkkaperustaisena ja ystävä toimii vapaaehtoistyöntekijänä. Sulautumisvaiheessa nimi Ystävyys Yhdistää jäi pois. Ystävätoiminta ei ole siis virallinen nimi, mutta puhekielessä ja teksteissä sitä kutsutaan kyseisellä nimellä toiminnan selkeyttämiseksi. Ystävätoimintaa on Etelä-Pohjanmaalla, Pohjanmaalla sekä Keski-Pohjanmaan alueella. Alla olevat logot täsmentävät kokonaisuuksia. (Saarimäki 22.3.2021 sekä Ystävänkortti Toiminta-kotisivut sekä toimintakertomus)



Logo: Seinäjoen Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry



Logo: Ystävänkortti Toiminta



Logo: Ystävätoiminta, ei virallinen nimi eikä virallinen logo, mutta käytössä oleva

Vuosikymmenen varrella Ystävänkortti Toimintaa on tutkittu kahteen otteeseen. Edellisten tutkimusten valmistumisen jälkeen kehitysvammaisuuden määritelmä on tullut murrosvaiheeseen. Lisäksi poikkeusolot COVID-19-pandemian vuoksi ovat tuoneet uusia haasteita sosiaaliselle kanssakäymiselle. Poikkeusolojen aikana sosiaalisten suhteiden ylläpito vaatii uusia keinoja. Työturvallisuuskeskuksen mukaan työpaikoilla jatkuvan kehittämisen ajatus on keino varautua tulevaisuuteen. Kehittämisen avulla on mahdollista huomioida muutostarpeet toimijaryhmissä sekä toimintaympäristössä. Poikkeusolot muuttavat kohderyhmän

arkea ja sen vuoksi on tärkeää, että jokaiselle toimijalle annetaan mahdollisuus vaikuttaa kehittämistyöhön. (Työturvallisuuskeskus 2017.)

## **2.2 Tutkimuskysymykset**

Toimeksiantajan kuvailemista kehittämis- ja tiedonhankintatarpeista muodostuivat seuraavat tutkimuskysymykset:

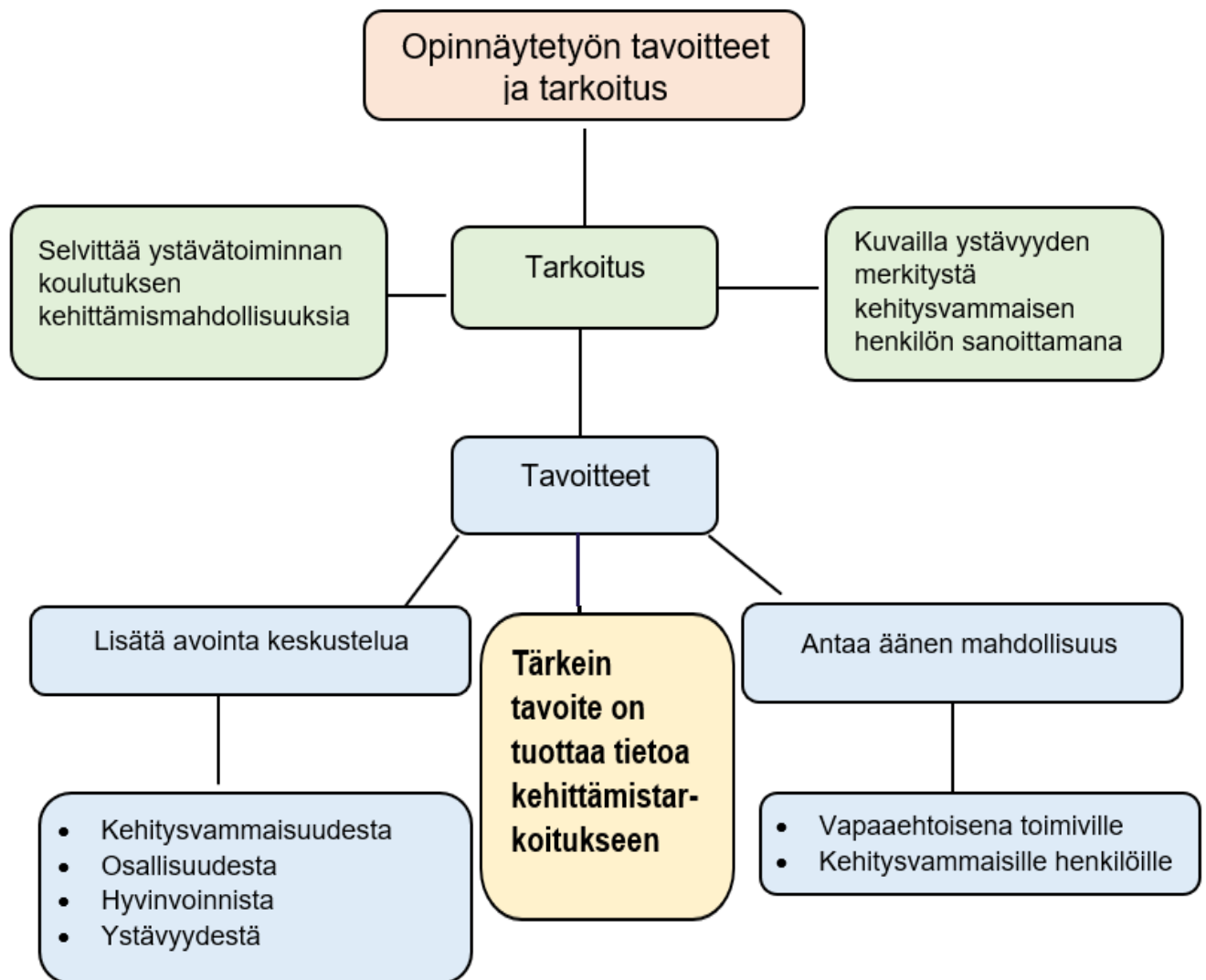
Tutkimuskysymys 1: Mitä ystävätoiminnan osa-alueita voidaan kehittää kartoituksen pohjalta?

Tutkimuskysymys 2: Mitä ystävätoiminta merkitsee kehitysvammaisille henkilöille?

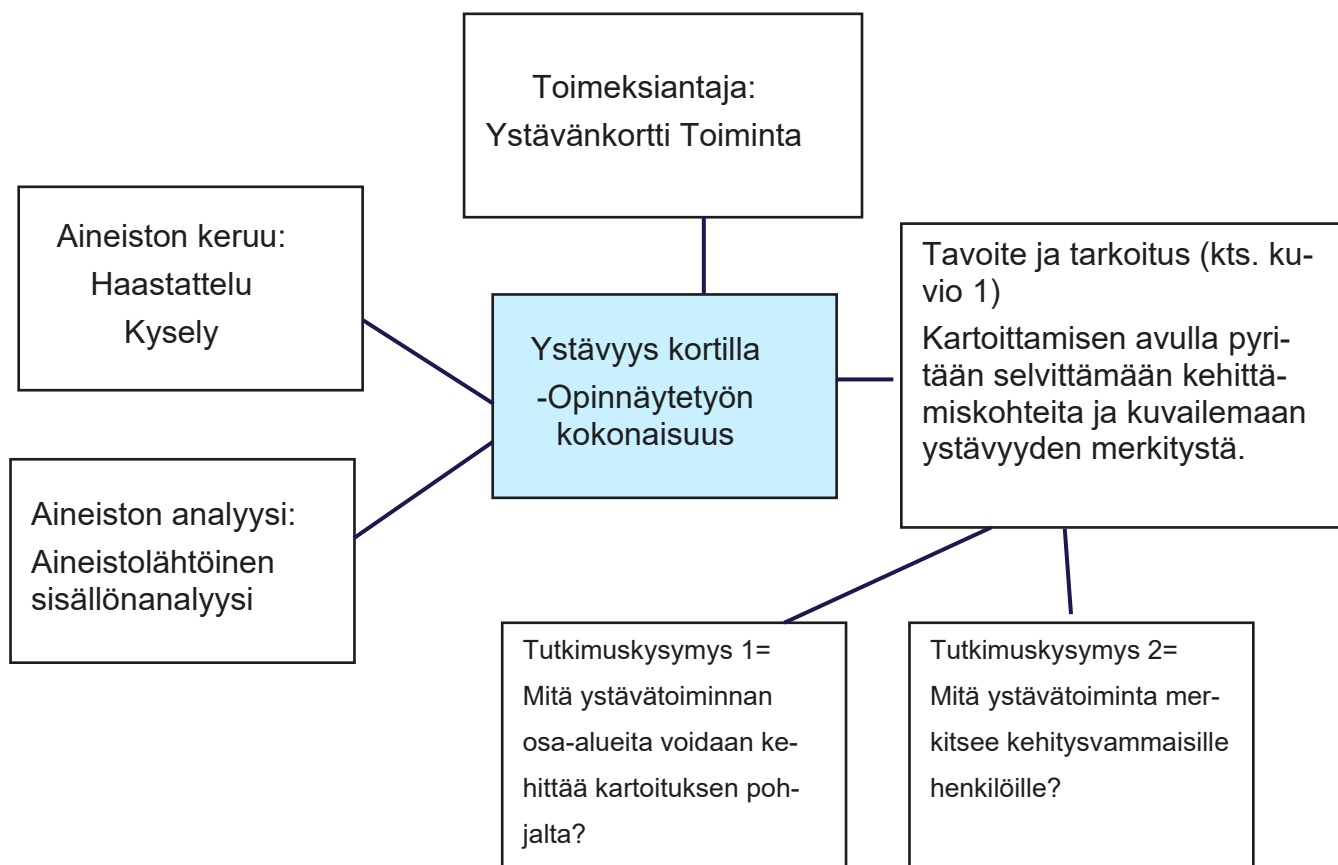
## **2.3 Tutkimuksen tavoite ja tarkoitus**

Tässä opinnäytetyössä tutkimuskysymysten taustalla on tarkoitus kartoittamisen kautta kerätä tietoa kehittämistarkoitukseen. Tarkoituksena on kuvailla toiminnan kehittämisen mahdollisuuksia ja tuoda esille sen merkityksellisyyttä. Tutkimuksen tavoitteena on mahdollistaa toimijoiden vaikuttamismahdollisuus sekä antaa ääni myös kehitysvammaisille henkilöille.

Hirsjärven (2005, 138) mukaan tutkimuksella voi olla neljä eri tavoitetta; kartoittava, kuvaileva, selittävä tai ennustava. Kartoittavan menetelmän määritelmässä tutkimuksessa on tarkoituksena etsiä uudenlaisia näkökulmia ja ilmiöitä. Meneillään olevan opinnäytetyön tutkimuskysymykset huomioiden kartoittava ja myös kuvaileva tutkimustapa olisi tarkoituksenmukaisin. Kuvioon 1 on koottu tutkimuksen tavoitteet ja tarkoitus. Kuviossa 2 puolestaan selvennetään enemmän opinnäytetyön kokonaisuutta, jossa tavoitteet ja tarkoitus on vain mainittu lyhyesti.



Kuvio 1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet



Kuvio 2 Opinnäytetyön kokonaisuus

Tutkimuksen tavoitteena on kehittämistyön lisäksi herättää avointa keskustelua kehitysvammaisten henkilöiden osallisuudesta, hyvinvoinnista ja ystävyyden merkityksestä näiden teemojen sisällä. Kehitysvammaisella henkilöllä ei aina ole ystäviä kodin ulkopuolella. Monesti kehitysvammaiset henkilöt menevät harrastuksiin ja vapaa-ajan toimintoihin omien vanhempiensa kanssa, koska muita vaihtoehtoja ei ole. Vertailevana ajatuksena voi kysyä, kuinka moni neurotyypillinen (= vammaaton) 17-vuotias käy vain vanhempiensa kanssa esimerkiksi elokuvissa. Vernerinet-sivuston keskustelupalstalla käydään kovasti keskustelua, mistä löytäisi ystävä. Vanhempien kipeät tunteet lapsensa kokemasta yksinäisyydestä ovat todellisuutta monessa perheessä. (Vernerinet [Viitattu 26.11.2020].) Vanhemman ensisijainen tehtävä on olla vanhempi, ei kuntouttaja. Sosiaalisten suhteiden ylläpito on osa kuntouttavaa toimintaa ja normaalia elämää. Näin ollen olisi tärkeää, että kehitysvammaisella henkilöllä olisi muitakin kontakteja kuin perheenjäsenet. (Lapsuus.ouka. [Viitattu 8.3.2021].)

Tutkimuksen taustaan johdattelee ajatus kehitysvammaisten henkilöiden yksilöllisestä avun-  
tarpeesta erilaisissa elämänvaiheissa ja -tilanteissa. Suomalainen palvelujärjestelmä ei tois-  
taiseksi ole kovin hyvin räätälöintiin taipunut. (Seppälä 2017, 10.) Ystävänkortti Toiminnan

mahdollisuus tukea henkilökohtaisuutta on joustavampi, koska se ei perustu niin tiukasti lainsäädäntöön, vaan lähtee ystäväparien keskinäisestä sopimuksesta.

Vilkan (2015) mukaan tutkimuksen avulla voidaan selittää, rakentaa, purkaa vanhaa ja luoda uusia käsitteitä tai käytänteitä. Teoreettisen viitekehyksen ja käytettävien käsitteiden selostaminen on tärkeää, jotta tutkimusta lukeva pystyy tulkitsemaan ja ymmärtämään tutkimuksen kulkua. Tutkimustarpeita määrittelevät muun muassa ajankohtaisuus ja työelämälähtöisyys. (Vilka 2015, 18, 36–37.) Tutkimuskohteina tässä opinnäytetyössä ovat työelämän käytäntöjen päivittäminen ja uudistamistarpeiden huomioiminen. Opinnäytetyön eräs tavoite on antaa vapaaehtoisille mahdollisuus tuoda esille kokemuksiaan edellä mainituista asioista ja sitä kautta vaikuttaa työn mielekkyyteen. Vapaaehtoistyön jatkuvuuden kannalta työohjauksella voidaan vaikuttaa pysyvyyteen ja työhyvinvointiin.

Pohjoismaissa on menossa toimintasuunnitelma nimeltään Visio 2030, joka jakautuu vuosille 2021–2024. Vision mukaan Pohjoismaista eli Pohjolasta tulee maailman integroitunein ja kestävin alue. Yhtenä painopistealueena on sosiaalisesti kestävä Pohjola. Toimintasuunnitelman toteuttamiseksi tähän on osallistettu kaikki alakohtaiset ministerineuvostot, pohjoismaiset laitokset ja pohjoismaiset neuvostot. Sosiaalisesti kestävä Pohjolan keskiössä on ajatus, että hyvinvointi ja osallisuus olisivat kaikkien ulottuvilla erilaisten hankkeiden avulla. (Pohjoismainen yhteistyö 2019.)

## **2.4 COVID-19 ja poikkeusolot**

Kehitysvammaisilla henkilöillä sosiaalisen vuorovaikutuksen rakentamisen ja ylläpitämisen mahdollisuudet kodin ulkopuolisen toiminnan osalta rajoittuvat toisinaan vain koulumaailman ja päivätoiminnan ympärille. Poikkeusolojen vaikutukset koskettavat jokaista, niin yksilöjä kuin yhteisöjäkin. Poikkeusolojen aikana siirtyminen etäopetukseen ja samalla toimintakeskuksen sulkeminen rajasi monelta kehitysvammaiselta henkilöltä mahdollisuuden kodin ulkopuoliseen kanssakäymiseen. Useimmille oma perhe on tärkeä tukipilari, mutta kodin ulkopuoliset kontaktit tuovat sekä vaihtelua että kasvun ja kehittymisen mahdollisuuksia, kuten aiemmin on todettu. Resilienssiä tarvitaan ylläpitämään toivoa, optimismia, sinnikkyyttä ja itseluottamusta tänä haastavana aikana.

Maailmassa ei ole kohtaa, johon pandemia ei olisi ulottunut. COVID-19 koetaan koko kansan uhkana. Henkilöt, joilla on kehitysvammasta johtuvia toimintakyvyn rajoitteita, ovat erityisen alttiita ja haavoittuvaisia pandemiasta johtuville vaikutuksille. Kehitysvammaisten henkilöiden avuntarve vaihtelee yksilöllisesti. Yhteistä kuitenkin on tosiasia, että avuntarve arkipäivän tehtävissä ei katoa poikkeusolojen aikana. Vammaisten henkilöiden oikeuksien neuvottelukunta (VANE) korostaa vammaisten henkilöiden oikeuksien huomioimista poikkeusaikana. Vammansa vuoksi henkilöt voivat olla riskiryhmäläisiä. Karanteenissa tai sen kaltaisissa olosuhteissa oleminen on haaste kenelle tahansa. Poikkeusolojen aiheuttamasta erityistilanteista tulisi olla tietoa saavutettavissa ja esteettömästi. Vammaisten henkilöiden oikeuksien neuvottelukunnan mukaan poikkeusolojen aikana olisi kehitettävä uusia keinoja, joilla voidaan tukea vammaisryhmien osallistumista päätöksentekoon myös poikkeusaikoina. (VANE 2020). Pandemiasta aiheutuvat rajoitukset aiheuttavat välittömiä vaikutuksia henkilöille, jotka vammansa vuoksi eivät kykene ymmärtämään toimenpiteiden välttämättömyyttä, kuten valtaväestö. Selkokieliset, ajantasaiset ja monikanavaiset uutisoinnit auttavat asian käsittelyssä. (Burrell & Alanne 2020.) Selkokielisyys hyödyntää vammaisryhmien lisäksi myös maahanmuuttajia ja iäkkäämpiäkin kansalaisia.

Erityisryhmien kohdalla arkipäivää rytmittää toiminta työkeskuksissa ja toimintakeskuksissa. Avoimille markkinoille työllistyminen on lisääntymässä, mutta enemmistö on vielä ryhmämuotoisen työtoiminnan parissa. Kehitysvammaliiton tutkielman mukaan vuonna 2008 niille henkilöille, jotka eivät olleet työelämässä, vapaa-aika oli merkittävä elämänlaadun osatekijä. (Eriksson 2008, 77.) Poikkeusolojen aikana toimintakeskuksia suljettiin ja päivää rytmittänyt toiminta jäi pois. Vapaa-aikaa olikin enemmän kuin yleensä. Tarve ystävätoiminnalle korostui, joskaan tapaamiset fyysisesti eivät olleet rajoitusten vuoksi mahdollisia. Sosiaalista kanssakäymistä ei voi korvata hoitotoimenpiteillä, koska vahva riippuvuus toisten antamasta tuesta voi vaikuttaa henkilön kokemukseen omasta osallisuudestaan. (Eriksson 2008, 87.) Huomioiden edellisen lähdeaineiston julkaisuvuosi, 2008, voidaan verrata sitä vallitsevaan hetkeen erityisen hyvin. Kun henkilöltä jää pois työpaikkojen kautta muodostuneet sosiaaliset suhteet, ei riitä, että arkipäivää täyttää terveydenhuollon toimenpiteet. Tähän seikkaan tulisi kiinnittää nyt erityisesti huomiota poikkeusolojen aikana.

Henkilöille, joilla on rajoitteita kognitiivisissa taidoissa, tulee arkipäivässä erilaisia haasteita vastaan. Arkipäivän haasteista nousee yhä lisääntyvä digiosaamisen tarve. Naapuriapua ei ole saatavilla niin helposti kuin aiemmin. Kognitiivisten esteiden poistaminen ei ole niin selkeää kuin fyysisten esteiden poistaminen. Stressi, yksinäisyys, masennus ja ahdistuneisuus vaikuttavat hyvinvointiin pitkällä aikavälillä. (Schalock, Luckason & Tassè 2010, 164.) Haasteet, joita on ilman poikkeusolojakin, korostuvat COVID-19-pandemian aikana. Poikkeusolojen aikana fyysisten tapaamisten tilalle tarjotaan yhä enemmän etätapaamisia. Niiden toteutumiseen tarvitaan laitteita ja niiden käytön opastusta. Tässä opinnäytetyössä molempien tutkimuskysymysten kohdalla paneuduttiin pandemian vaikutuksiin ja keinoihin, joilla voidaan lieventää siitä aiheutuvia haittoja.

## 2.5 Tutkimusote

Tämän opinnäytetyö on pääosin laadullinen. Laadullisen aineiston keräämiseksi toteutettiin kehitysvammaisille henkilöille suunnattu haastattelu. Laadullista aineistoa saatiin myös kyselyllä, johon vastasivat vapaaehtoisena toimivat ystävät. Tuomi ja Sarajärven (2018) mukaan *laadullisessa* eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa teorian merkitys korostuu. Teoreettisella viitekehyksellä on eri merkityksiä näkökulman mukaan. Viitekehyksessä kuvataan keskeiset käsitteet, joita tutkimuksessa tarvitaan. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään saamaan käsitys siitä, miten yksilö käsittelee tiettyä ilmiötä. Se, millaiset merkitykset ilmiölle syntyy ja annetaan ja miten ilmiötä tutkitaan, vaikuttavat tuloksiin. Laadullisessa tutkimuksessa korostuu tutkijan ymmärrys tutkimusasetelmasta. Laadullinen tutkimus perustuu kerättyyn aineistoon ja sen analysointiin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 22–27.) Laadullisessa tutkimuksessa tavoitteena on tuoda näkyväksi ihmisten toimintaa heidän kuvailujensa ja oma-kohtaisten kokemustensa kautta (Vilkka 2015, 120). Laadullisen tutkimuksen tärkeys korostuu abstraktien ilmiöiden tutkimisessa, jolloin tutkittava ilmiö muodostuu ihmisten tulkintoista ja käsityksistä. Laadullisen tutkimuksen avulla on mahdollista antaa puheenvuoro myös vähemmistöille. Useamman eri tahon kuuntelu lisää moniäänisyyttä, vaikkakaan laadullisessa tutkimuksessa ei ole mahdollista saavuttaa ”lopullista totuutta” muun muassa sen kontekstisidonnaisuuden vuoksi. (Puusa & Juuti 2020a, 62.)

*Laadullinen käyttäjä tutkimus* on keino lähestyä tutkittavaa asiaa ilman tiukkalinjaista asetelmaa. Käyttäjätutkimuksen avulla saadaan tietoa toiminnasta, tarpeista, odotuksista ja

kehittämisajutuksista, joita toimijoilla on. Käyttäjätutkimuksen yleisenä tavoitteena on tutkia, millaisesta näkökulmasta tutkittavat näkevät palvelun ja sitä kautta lähestyä sen kehittämistä. Palvelun käyttäjäkokemukset ovat ensiarvoisen tärkeitä kehittämistyössä. Käyttäjätutkimus on vuorovaikutteisuutta tutkijan ja käyttäjän välillä. (Heikkarinen & Tuomi 2012, 23.) Meneillään olevassa opinnäytetyössä palvelun käyttäjiksi määritellään kehitysvammaiset henkilöt sekä vapaaehtoisena toimivat ystävät, jotka ovat oleellisessa asemassa palautteen antajina.

*Määrällinen* eli kvantitatiivinen tutkimus mittaa asioita, joista saatua aineistoa on mahdollista muuttaa tilastolliseen muotoon. Päätelmiä voidaan tehdä esimerkiksi prosenttilukoiden avulla. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 138–141.) Kvantitatiivista ja kvalitatiivista tutkimusta voidaan käyttää toisiaan tukevinä menetelminä. Koska kyseessä on useamman kuin yhden menetelmän tapa, voidaan puhua metoditriangulaatiosta. Eri menetelmien yhdistäminen antaa erilaisia näkökulmia ja lisää luotettavuutta sekä tutkimuksen kattavuutta. (Vilkka 2015, 70; Hirsjärvi & Hurme 2009, 38.) Metoditriangulaation lisäksi tutkimuksessa toteutuu aineistotriangulaatio, jossa tiedonantajina ovat eri ryhmät. (Tuomi & Sarajärvi 2008, 166.) Meneillään olevassa tutkimuksessa eri ryhmiä olivat vapaaehtoisina toimivat ystävät sekä henkilöt, joilla on kehitysvamma.

Opinnäytetyössä tutkimusongelmat määrittävät, mitkä menetelmät ovat hyödyllisiä. Kvalitatiivinen tutkimusote antaa tutkivalle äänen ja tuo esille hänen kokemuksiaan. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 27.) Tässä opinnäytetyössä molempien tutkimuskysymyksien avulla kartoitettiin kokemuksellisuutta.

Tämän tutkimuksen taustalla on ajatus fenomenologiasta ja hermeneuttisesta ihmiskäsityksestä. Kokemusaikutusten ja –maailman ymmärtämiseen tarvitaan fenomenologista ja hermeneuttista ihmiskäsitystä. Ihmiset kokevat ympäröivän maailman erilaisena ja se riippuu jokaisen aiemmista kokemuksista. Ihminen on osa kokonaisuutta, eri rooleissa ja heidän näkemystään korostetaan fenomenologiassa. Hermeneutiikka yhdistää ymmärryksen ja tulkinnan. Fenomenologiaa tarvitaan tulkinnan tuottamiseen eli kokemuksellisuuden sanoittamiseen. Fenomenologiassa ajatellaan yleisesti yksilöiden kasvun tapahtuvan siinä maailmassa, jossa he elävät. Jokaisella yksilöllä on oma näkökulma, miten suhtautua ympäröivään maailmaan. Tämä näkökulma muodostuu aiemmista kokemuksista ja käsityksistä.

Kokemuksellisuus rakentuu merkityksistä ja tutkittaessa kokemuksia tarvitaan käsitys siitä, mitä kokemus merkitsee ja miten se näyttäytyy yksilöiden elämässä. (Laine 2018, 31–34.) Tämän opinnäytetyön aineisto pohjautuu kaikilta osin kokemuksellisuuden kuvailuun. Tässä työssä Ystävänkortti Toiminnan toimijoiden kokemusten kuvailun kautta pyritään luomaan käsitystä toiminnan kehittämistä varten.

### 3 KESKEISTEN TEKIJÖIDEN KEHÄSSÄ

Teoreettisen viitekehyksen ja käsitteiden avaamisen avulla lukijalla on mahdollisuus tulkita ja ymmärtää tutkimustekstiä. Teoreettisessa viitekehyksessä käsitteet ovat ajattelumme välineitä, jolloin niiden määrittely on oleellinen osa tutkimusta. Tutkimusraportin toivotaan saavuttavan mahdollisimman monta lukijaa, myös tietyn toimi- ja ammattialan ulkopuolelta, joten myös peruskäsitteet on syytä määritellä. Teoreettisen viitekehyksen avulla luodaan näkökulma, josta katsottuna tutkimus tehdään. Tutkimuskysymysten muotoilu tapahtuu teoreettisen viitekehyksen kautta. Aineistolähtöisessä tutkimuksessa tuloksia voidaan kuvailla, selostaa ja perustella teorian avulla. Näiden lisäksi päätelmiä voidaan peilata teoriaan. (Vilkka 2015, 37–38.) Tässä opinnäytetyössä teoreettinen viitekehys sisältää laajasti määriteltävissä olevia termejä. Niiden monitulkintaisuus selittyy osittain subjektiivisuudella ja osittain niiden ollessa kytköksissä moneen muuhun asiaan. Termit muodostavat kehyksen, josta tämä opinnäytetyö saa tukea ja jonka sisälle tutkimus rakentuu.

#### 3.1 Kehitysvammaisuus

”Människor med utvecklingsstörning är en märklig grupp i vår befolkning. Inga andra har varit föremål för en sådan total attitydomasvängning”- (Grunewald 2009, 19).

Grunewald on perehtynyt teoksessaan ”Från idiot till medborgare”, vammaisuuden historiaan ja sen muutoksiin. Suoran ruotsinkielisen lainauksen mukaan henkilöt, joilla on kehitysvamma, ovat erikoinen joukko väestössämme. Yksikään toinen ryhmä ei ole kokenut samankaltaista asennemuutosta, jonka he ovat kokeneet. Historiassa he ovat nousseet pilkattuista, syrjityistä, pelätyistä ja vainotuista henkilöiksi, joiden hyvän elämän mahdollisuuksia turvataan lailla. Se on osoitus ihmisyydestä. (Seppälä 2017, sivu 3.)

Kehitysvammaisuuden määritelmä on monitulkintainen, eikä se ole yksiselitteisesti määriteltävissä. Kehitysvammaisuus on sateenvarjokäsite, joka käsittää joukon erilaisia oireita, jotka vaikuttavat henkilön neurokognitiivisen kehitykseen. Psykologi Seppälän mukaan olisi parempi puhua kehitysvammaisuuden kirjosta. (Seppälä 2020.) Kehitysvammaliiton määritelmän mukaan ”Kehitysvammaisuus tarkoittaa vaikeutta oppia ja ymmärtää uusia asioita.

Kehitysvammaisuuden vaikutus yksilön elämään vaihtelee paljon”. (Kehitysvammaliitto [Vii-tattu 26.11.2020].)

Erityishuoltolaissa (1977/519) kehitysvammaisuuden määritelmä on muotoiltu seuraavan-laisesti: ” Tässä laissa säädetään erityishuollon antamisesta henkilölle, jonka kehitys tai hen-kinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden tai vamman vuoksi ja joka ei muun lain nojalla voi saada tarvitsemiaan palveluja”.

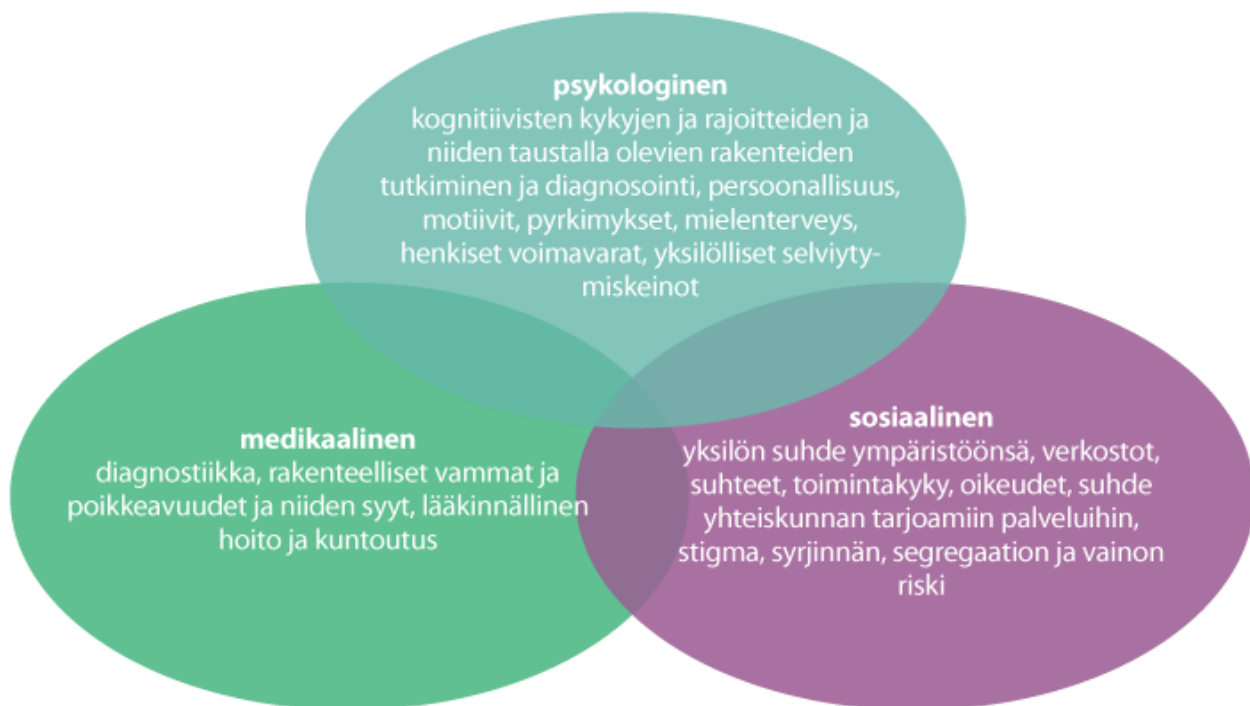
Käsite *kehitysvamma* tuo esille pelkän vamman. Määritelmässä *kehitysvammainen henkilö* nousee esiin myös yksilö, mutta edelleen vamma on ensimmäisenä. Sen sijaan ulkomai-ssa kirjallisuudessa korostetaan ensiksi henkilöä, minkä jälkeen vasta idenfioidaan vam-man laatu. Esimerkkinä tästä määritelmä englanniksi; *people with intellectual disability*, hen-kilöt, joilla on älyllinen kehitysvamma. Toimeksiantajan kotisivulla määritelmä on suomen-kielisellä sivustolla *kehitysvammainen henkilö* ja ruotsinkielisellä sivustolla *person med in-tellektuella funktionsnedsättningar*. (Ystävänkortti Toiminta-kotisivut.)

Kehitysvammaisuuden diagnosoinnissa on aiemmin käytetty ainoastaan älykkyyssosamää-rää. Ranskan hallituksen 1904 esityksen mukaan ranskalaiset lapsipsykologit Binet ja Simon (1905) kehittivät 30-vaiheisen tehtäväsarjan. Sen avulla mahdollistettiin erilaista opetusta tarvitsevien lasten tunnistaminen. Binet-Simonin älykkyytestiasteikko julkaistiin vuonna 1905 ja sitä päivitettiin 1908 sekä 1911. (Grunewald 2009, 88; Seppälä 2017, 25–27.)

Kehitysvammaisuuden asteita on määriteltä asteikolla lievä-keskiasteinen-vaikea-syvä. Si-joittuminen tähän asteikkoon on ollut riippuvainen mitatusta älykkyyssosamäärästä. Mittaus-tapa rajaa pois tärkeän osa-alueen eli toimintakyvyn kartoittamisen. Älykkyyssosamäärän mittaamisen tuloksen kautta saadaan vain arvio henkisestä kyvykkyydestä. Mittaustulosta voidaan hyödyntää silloin, kun kyseessä on henkilö, jonka kognitiiviset taidot ovat keskimää-räisellä tasolla. Siirryttäessä kauemmaksi keskiarvosta tuloksista tulee epäluotettavampia. (Seppälä 2017, 43.) Testituloksien virhemarginaalissa tulee esille esimerkiksi tilapäisiä vir-heitä, jotka johtuvat testien tekemisen aikana esille tulleista häiriötekijöistä. Testien tulok-sissa on havaittu jopa 25 pisteen eroja todelliseen tilanteeseen verraten. (Laird & Whitaker 2011, 182–185 ja Seppälä 2017, 43). Seppälän teoksessa (2017) eroavaisuus testitulosten pistemäärässä todelliseen tilanteeseen verrattuna on 15. Alkuperäisessä lähteessä (Laird &

Whitaker 2011) vastaavan luvun on kuitenkin mainittu olevan 25. Oleellista lienee kuitenkin, että koska testitilanteet ovat häiriöille kovin alttiita tapahtumia, ne eivät kerro toimintakyvystä tärkeimpiä asioita.

Kehitysvammaisuuden määritelmien näkökulmien moninaisuus tulee esille kuviossa 3. Kehitysvammaisuutta voidaan arvioida psykologisesta, lääketieteellisestä (medikaalisesta) ja sosiaalisesta näkökulmasta. Diagnosointia ei voida tehdä vain yhdestä näkökulmasta vaan siihen tarvitaan moniammatillisen yhteistyön asiantuntijuutta. Diagnosointi perustuu laaja-alaiseen tiedonkeruuseen ja tutkimuksiin, joissa huomioidaan tutkittavan fyysisiä ja psyykkisiä ominaisuuksia. Näiden lisäksi diagnosointia varten tehtävissä kartoituksissa on huomioitava henkilön elämäntilanne, sosiaaliset verkostot ja toimintakykyisyys.



Kuvio 3 Kehitysvammaisuuden kolme näkökulmaa (Seppälä 2020)

Kehitysvammaisuuden diagnosointi on perusteltua, mikäli sen myötä on oikeutettu etuisuuksiin ja palveluihin, jotka vaikuttavat elämänhallintaan. Kehitysvammaisuuden kansainvälinen määritelmä *intellectual disability* viittaa vammaan, joka kohdistuu älykkyyteen. Älykkyydellä tarkoitetaan osa-alueita, jotka määrittävät kognitiivista kyvykkyyttä. Kognitiivisia osa-alueita ovat päättely, suunnittelu, kyky ratkaista ongelmia, kyky syy-yhteysajatteluun, oppiminen ja uuden asian soveltaminen sekä monimutkaisten ajatusten ymmärtäminen. (Seppälä 2020.)

Vammaisuus on sidonnaista olosuhteisiin ja tilanteisiin. Henkilön vamma tai rajoite ei ole määräävä tekijä kaikissa ympäristöissä, rooleissa eikä tilanteissa. Jos työpaikoilla voidaan järjestää henkilölle mahdollisuus työhön erilaisin apuvälinein ja sen lisäksi tukimuotojen avulla hän selviytyy tehtävästään, hän ei ole silloin vammainen työssään. Toisaalta sama henkilö voi tarvita runsaasti apua uusissa tilanteissa tai paikoissa. Kehitysvammaisille henkilöille on yhteistä avuntarve jokapäiväisissä toimissa eriasteisesti, ympärivuorokautisesti tai vain tietyissä asioissa. (Seppälä 2017, 10.) Ympäristön vaatimukset ja henkilöiden kyvykkyys toimia ympäristössä ovat keskenään ratkaisevassa asemassa. Henkilö voi tukimuotojen avulla toimia arkipäivän tilanteissa itsenäisemmin. Kykyjen ja vaatimusten välillä olevan ristiriidan kaventaminen vaatii yksilöllisiä ratkaisuja ja panostamista, mutta niiden avulla mahdollistetaan osallisuus omaan elämään. (Schalock ym. 2010, 165.)

### **3.1.1 Luokituksen muutoksen ajankohtaisuus**

Kansainvälinen kehitysvammaisuuteen keskittyvä järjestö AAIDD (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities) on toiminut vuodesta 1876. Ensimmäinen virallinen kehitysvammaisuuden luokitusmääritelmä on julkaistu 1910. Luokitusta ja määritelmiä on tarkistettu ja täsmennetty tieteen kehittymisen ja ajattelutapojen muutoksen myötä. Kehitysvammaisuutta koskevan luokituskäsikirjan tuorein painos, *Intellectual Disability: Definition, Diagnosis, Classification, and Systems of Supports*, 12th Edition julkaistiin 2021 (Schalock, Luckasson & Tassè 2021). Luokituskäsikirjan 11. painoksessa älyllisellä kehitysvammaisuudella tarkoitetaan vammaa, joka esiintyy ennen 18 ikävuotta aiheuttaen huomattavia rajoituksia käyttäytymiseen ja kognitiivisiin toimintoihin. (Schalock ym. 2010, 6). Uusimassa painoksessa kehitysvammaisuuden alkamisiäksi on rajattu 22 vuoden ikä, joka on siis aiempaa määrittelyä korkeampi. Määritelmän yhteydessä korostetaan, että kehitysvammaisuutta määriteltäessä on huomioitava tarkennukseen vaikuttavia tekijöitä. Näitä tekijöitä ovat kulttuuriset erot ja yhteisö, jossa henkilö elää, kielelliset erot ja tavat kommunikoinnissa, liikkumisessa ja käyttäytymisessä. Näiden lisäksi on huomioitava vahvuudet, joita henkilöllä on rajoituksista huolimatta. (Schalock ym. 2021, 32.) Kehitysvammaisuuden kirjon ääripäät ovat kaukana toisistaan. Tarve sosiaalisille suhteille on olemassa jokaisella, vaikka kyseessä olisikin syvästi kehitysvammainen henkilö. (Seppälä 2017, 36.)

Pelkästään älykkyyssosamäärään perustuva luokittelu ei ole nykyvalossa enää totuudenmukainen tapa kertoa tilanteesta. Älykkyyssosamäärän mittaaminen on ollut aikanaan toimivin ja mitattavissa oleva keino. (Schalock ym. 2021, 32–34.) Kehitysvammaisuuden eri asteet ovat kuitenkin olemassa ja tarvitaan luokittelujärjestelmä alaryhmien tunnistukseen, nimeämiseen ja siten niiden erottamiseen toisistaan. Henkiset kyvyt, opitut elämähallintaidot, osallistuminen ja vuorovaikutus, terveys ja toimintaympäristö ovat vammaisuuden taustalla vaikuttavia tekijöitä, joihin luokittelun tulisi perustua. (Seppälä 2017, 44.)

Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksessa 33/2014, koskien nuorten vammaisten työhön osallistumisen esteitä ja edellytyksiä, haastatteluaineistosta nousi esille erilainen viittaus golf-termistöön. Erään työnantajan toteamuksen mukaan kaikilla meistä on jonkinlainen handicap, eli tarve saada tasoitusta tiettyyn asiaan. (Ekholm & Teittinen 2014, 88) Se, että tasoituksen avulla voi olla osallinen, vaikuttaa reilulta peliltä, oli kyse elämästä tai golfista.

### 3.1.2 Meikäläisten maailma

Vammaisaktivisti Heikki Suvilehto toimii Kehitysvammaisten Tukiliiton hallituksessa, Me Itse Ry:n edustajana. Heikki on 62-vuotias ja elänyt elämänsä kehitysvammaisena. Hän kertoo syntyneensä vajaamielisenä ja tylsämielisenä. Heikin mukaan kehitysvamma-sanassa on kielteisyyttä ja hän haluaakin, että poistuessaan tästä elämästä hän saisi lähteä jonkin muun määritelmän kanssa. Heikki itse mieltää olevansa enemmän Meikäläinen. Vammaisuutta hän ei itsessään kiellä, mutta sen nostaminen termissä esille peittää alleen ne yksilön ominaisuudet, jotka tekevät hänestä omat vahvuudet omaavan persoonan. (Kaukola 2019; Teräväinen 2014, 8–9.)

Vammaistutkija Vehmas huomauttaa, että ”vammaisuus” ei ole ruma sana, jos sen läpi näkee ja sitä käyttää oikein. Kiertoilmaisujen käyttö ei ole Vehmoksen mukaan järkevää, jos se menee liiallisuuksiin. Yhteiskunnassamme on ryhmille annettava jokin nimi jo pelkästään päätöksentekoa varten. Vammaisuudesta puhuttaessa on huomioitava vamman laatuja monisärmäisyys. (Lehtinen 2015.)

Vammaisuuden määrittelyllä on suora yhteys palvelujen saatavuuteen. Lääketiede on määrittämässä sitä, kuka on oikeutettu palveluun. Voidaanko kuitenkin ajatella, että jos vammaisuus on kulttuurisidonnaista ja yhteydessä ympäristön muodostamiin esteisiin, voidaan se myös poistaa samalla tavoin? Teoksessa Vammaisuuden tutkimus (2006) Vehkakoski, erityispedagogiikan dosentti, herättelee ajattelemaan asiaa edellä kuvatun suuntaisesti. Jos diagnoosin avulla voidaan luoda parempia käytäntöjä ja tietoisuus ympäröivässä yhteiskunnassa on lisääntynyt, voidaanko diagnosoinnista luopua? Diagnosointi voi johtaa siihen, että sen painoarvo yksilön kuvaamisessa on liian suuri ja kertoo hänestä enemmän kuin hänen persoonallisuutensa. Diagnoosin kautta pyritään selittämään yksilöiden toimintaa ja ominaisuuksia. (Vehkakoski 2006, 240, 249.)

Vuosikymmeniä sitten syntynyt lapsi, joka silloisen tavan mukaan diagnosoitiin kehitysvammaiseksi, voisi tänä päivänä kasvaa monimuotoisemman ja lempeämmän arviointiasteikon nojalla. Kehitysvammaisuuden rinnalle on muotoutunut termistössä myös neurologisia erityisvaikeuksia, monimuotoisia kehitysviiveitä ja -häiriöitä. Kehitysvammaisuuden diagnosointi ei sinällään ole muuttunut. Edelleen arvioinnin kohteena ovat älykkyysmittauksen lisäksi adaptiiviset taidot, sosiaalisen vuorovaikutuksen taidot, omatoimisuus sekä motoriset taidot. Suomessa on arviolta 35 000–50 000 kehitysvammaista. Erilaisten psykologisten tutkimuksen mukaan väestöstä 2–3 % on älyllisesti kehitysvammaisia, mutta vain prosentti heistä tulee palvelujärjestelmän tietoisuuteen. Kadonneet prosentit voidaan tulkita siten, että ne henkilöt ovat löytäneet muita, kompensoivia keinoja arjessa selviytymiseen. Lastenneurologi Heiskalan mukaan *”Yhteiskunnan tukijärjestelmät voisi kohdentaa myös toisin ja jos niin tehtäisiin, diagnooseja ei tarvittaisi. Tavallaan koko kehitysvamma-sana on huono. Ongelma on se, että parempaa ei ole keksitty”*. Älykkyystesteissä diagnoosin rajaksi on asetettu älykkyysosamääräksi 70. Nykyisessä yhteiskunnassa vaadittavaa kognitiivista osaamista tarvitaan paljon, ja se on haastavaa useille, joilla on lievä oppimisvaikeus. Yhteiskunnan muuttuessa pelkkä ahkeruus ei riitä, on tiedettävä. Ihmisillä, joilla on oppimisvaikeuksia, ei ole välttämättä kehitysvammaa. Oppimisvaikeudet ovat enemmänkin haaste pedagogikassa. (Määttänen 2017, 12–13.)

Käytössä olevien termien muutosta voidaan kuvata 1959 Heber`n Mental Retardation, henkisen hidastumisen käsitteestä ja siitä vuoden 2021 Intellectual Disability, älylliseen vammaan. (Schalock ym. 2021, 16.) Lainsäädännössä, säädöksissä ja organisaatioissa

termistön vaihtaminen vievät aikaa ja kuten Heiskala aiemmin toteaa: parempaakaan ei ole keksitty.

### 3.2 Vapaaehtoistyö

Vapaaehtoistyön kriteereiksi voidaan määritellä palkattomuus, vapaa tahto toimia sekä itsestä ulospäin suuntautunut, organisoitu toiminta (Willberg 2015, 6; Mäkinen 2017, 17–19). Vapaaehtoistyössä merkityksellisyyttä lisää antamisen ja saamisen molemminpuolisuus. Se on kaikille avointa toimintaa, joka tähtää tuottamaan yleistä hyvää. Vapaaehtoistyö nähdään yhteiskunnan näkökulmasta katsottuna kansalaisten voimavarana. Vapaaehtoistyön käsitteistö on sisältänyt erilaisia määritelmiä, näistä esimerkkeinä talkootyö sekä hyväntekeväisyys. (Nylynd & Yeung 2005, 13–14.) Vapaaehtoisia kansalaisia tarvitaan tulevaisuudessaakin, joten on syytä pohtia, miten siihen tarvittava innostuminen saadaan syntymään. Vapaaehtoistyössä rekrytointiin ja työhön sitouttamiseen voidaan vaikuttaa eri tavoilla. Näitä keinoja ovat esimerkiksi vapaaehtoisten mukana oleminen toiminnan suunnittelussa sekä tunnesiteiden yhdistäminen palautteiden, keskustelujen, vertaistuen ja työnohjauksen avulla. Toiminnan vapaamuotoisuuden tukeminen on lisäksi mahdollista useita vaihtoehtoja tarjoamalla ja eri tapoja räätälöimällä. (Nylynd & Yeung 2005, 31.)

Vapaaehtoisiksi valikoituvat ne henkilöt, joilla on halu löytää omaan elämään merkityksellistä toimintaa, esimerkiksi auttamalla muita. Toisten auttamiseen liittyy myös vuorovaikutteisuus. Vapaaehtoisena toimiminen lähimmäisenrakkaudesta, auttamishalusta ja aidosta kiinnostuksesta ei poissulje vapaaehtoisten tarvetta tunnustukseen ja tukeen. Työnohjaaja Syrjänen (2010, 121) nostaa esille, että toiminnan kehittämisen ja jatkuvuuden sekä työntekijöiden jaksamisen kannalta verkostoituminen olisi tärkeää. Tukiryhmät, työnohjaus ja eri toimijoiden kanssa käydyt keskustelut, joissa on arvostava ilmapiiri, vaikuttavat sitoutumiseen, ennaltaehkäisevät uupumista ja ylläpitävät työn laadukkuutta. Syrjäsen mukaan työntekijä, joka on vahvasti sitoutunut toimintaan, voi asettaa jaksamisen äärirajoille huomauttaen. (Syrjänen 2010, 121.)

Vapaaehtoistoiminnasta on tehty opinnäytetyö ”Vapaaehtoistoiminnan organisointi ja johtaminen: Seinäjoen Järjestötalolla ja sen jäsenjärjestöissä ” (Tammela 2017). Kyseisessä työssä laadullisen tutkimuksen perusteella todettiin, että organisoinnilla ja johtamisella on

merkitystä sitoutumiseen ja motivaatioon. Kehittämiskohteiksi nostettiin esille vapaaehtoisten rekrytoinnin ja työnohjauksen tarve sekä kokonaisvaltainen vapaaehtoisten tukeminen esimerkiksi työnohjauksella sekä kiitosten ja positiivisen tunnelman luomisella. Tammelan tutkimukseen perehtyessä saa kattavan kuvauksen vapaaehtoistyöhön vaikuttavista tekijöistä. Tammela toimii yhtenä Ystävänkortti Toiminnan toiminnasta vastaavana koordinaattorina. Toimeksiantajalla on näin ollen tuore tieto vapaaehtoistyön toimivasta organisoinnista.

### 3.3 Ystävyys - Yksinäisyys

Ystävyysmäärittelyssä on tarpeen määritellä myös sen vastapari, yksinäisyys. Terveystieteen ja hyvinvoinnin laitoksen työraportin (25/2015) mukaan yksinäisyys koetaan yleensä epämukavaksi ja ahdistavaksi tunteeksi. Yksinäisyyden kokeminen on kuitenkin yksilöllistä, kuten myös siihen johtavat syyt. Yksinäisyyden välttämiseksi ei ole siksi vain yhtä toimivaa keinoa. Yksin oleminen ei kuitenkaan tarkoita välttämättä yksinäisyyttä. Yksinäisyyteen liitetään yleensä riittämättömät sosiaaliset suhteet, joko määrällisesti tai laadullisesti arvioituna. (Toikka, Vuorjoki, Koskela & Pentala 2015, 9.)

Vuonna 2013 on toteutettu Alueellinen terveys- ja hyvinvointikysely (ATH), jossa kartoitettiin yksinäisyyden kokemuksia. Tutkimuksen mukaan 22 % vastanneista vammaispalvelun käyttäjistä on kokenut itsensä melko yksinäiseksi tai kokenut jatkuvaa yksinäisyyttä. Vastaavasti muiden, ei vammaispalveluita käyttävien vastaajien vastaava luku on ollut 9 %. (Teittinen & Vesala 2015b, 32.)

Yksinäisyyden vaikutuksia käsitellään lisäksi luvussa 3.5.1 Koettu hyvinvointi, koska yksinäisyys ja hyvinvointi ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa. Teoksessa Yksinäisten Suomi (2016) käsitellään laajasti kolmannen sektorin toimenpiteitä yksinäisyyden vähentämiseksi. Yksinäisyyden tuomat haittavaikutukset ovat ilmeisiä. Niiden poistamiseksi pyritään taistelemaan niin yhteiskunnallisilla, yksityisillä kuin kolmannen sektorinkin voimin. Yksinäisyys - ystävyysteeman ympärillä on käsitteitä, jotka ovat harvemmin käytössä, vaikka ne ovatkin merkityksellisiä. Yksinäisyyden poistamisen yhteydessä puhutaan yhteisöllistämisestä. Yksinäisyyttä pyritään estämään kohtauttamalla, jolla tarkoitetaan mahdollisuutta solmia uusia

sosiaalisia suhteita. Yksinäisyyttä ehkäisevä tekijä on vapaaehtoistyö, joka nähdään monimminpuolisena apuna: vapaaehtoinen lievittää toisten yksinäisyyttä, mutta saa samalla uusia sosiaalisia kontakteja. (Grönlund & Falk 2016, 253, 267.)

Ystävyyssuhteet kehitysvammaisten henkilöiden ja muiden yhteisön jäsenten välillä ovat hankalasti saavutettavia. Kehitysvammaisten henkilöiden sosiaalinen verkosto voi jäädä rajoittuneeksi ja kohdistua vain asumisyksikön henkilökuntaan ja perheeseen. Jo Aristoteles on luokitellut ystävyyttä kolmesta eri lähtökohdasta: 1) ihmiset, jotka ovat toisilleen hyödyllisiä, (esimerkiksi työyhteisö), 2) tilanne, jossa jaetaan jokin yhteinen tekeminen (esimerkiksi harrastus) tai 3) ihmiset, jotka nauttivat siitä, millainen toinen on. (Bigby & Craig, 2017, 180–181.)

Tässä opinnäytetyössä keskeinen, yhdistävä teema on ystävyys ja sen merkitys koskettaa jokaista. Ystävyyden syntyminen ja sen vaaliminen tarvitsevat vain avoimen mielen.

### **3.4 Osallisuus - Osattomuus**

Teoksessa Erilaiset eväät (Seppälä 2017, 41) tuodaan esille, kuinka vähäinen osallisuus, toisin sanoen osattomuus- vaikuttaa sosiaalisten roolien omaksumiseen ja vähentää oppimisen kokemuksia. Sosiaalisuutta kuvaa osallisuus, vuorovaikutteisuus sekä sosiaaliset roolit. Vuorovaikutteista sosiaalisuutta on koulussa, töissä, erilaisissa tapahtumissa, poliittisissa ja hengellisissä tilaisuuksissa. Tutkimusten mukaan vammaispalveluita käyttävien henkilöiden osallistuminen eri tapahtumiin on merkittävästi vähäisempää muuhun väestöön verrattuna. Erään tutkimuksen mukaan kulttuuripalveluita ei käyttänyt lainkaan 30 % tutkimukseen osallistuneista. (Teittinen & Vesala 2015a, 28.) Henkilö, jolla ei ole mahdollisuutta osallistua näihin tapahtumiin, saa kokemusta vain kapeista ja yksipuolisista rooleista. Oppimiskokemukset ovat yksipuolisempia ja osallistumattomuus lisää vammautumista entisestään. Monipuolinen osallistuminen ja osallisuus kehittävät psykososiaalisuutta. (Seppälä 2017, 14).

Osallisuus syntyy kokemuksellisuudesta ja tarkoittaa ryhmään kuulumista, osallistumista sekä mukanaoloa (Heini, Hokkanen, Kontu, Kunttu, Lindroos & Ronimus 2019, 9).

Osallisuus- termiä käytetään monissa eri yhteyksissä, minkä vuoksi sille ei ole vielä muodostunut vakiintunutta sisältömääritelmää. Osallisuus yhdistetään hyvinvoinnin alkutekijöihin ja merkityksellisen elämän vuorovaikutussuhteisiin. Näitä hyvinvoinnin lähteitä voivat olla aineelliset tekijät, kuten työ, tai aineettomat tekijät, kuten luottamuksellisuus ja luovuus. (Isola, Kaartinen, Leemann, Lääperi, Schneider, Valtari, Keto-Tokoi 2017, 3.) Yksi tapa määritellä osallisuutta on kuvata se eri kehien kautta. Kehät ovat mukautuvia, aaltoilevia ja toisiinsa vuorovaikutteisia. Isola ym. työryhmän mukaan osallisuusteoria on kolmiosainen. Kolmiosaisuus jakaantuu seuraavasti: osallisuus omaan elämään, osallisuus vaikuttamiseen lähiympäristössä, palveluissa ja yhteiskunnassa, sekä paikallinen osallisuus, jossa on mahdollisuus vuorovaikutussuhteisiin ja jakaa resursseja, joilla on merkitystä hyvinvointiin. (Isola ym. 2017, 24.)

Sote-uudistuksella pyritään vastaamaan sosiaali- ja terveydenhuollon palvelutarpeiden muutoksiin. Tämänhetkiset kansalaisille tarjottavat palvelut eivät ole kautta linjan yhtenäisiä. Lainsäädännöllisesti osallisuudesta on säädetty muun muassa perustuslaissa (731/1999), kuntalaissa (410/2015), terveydenhuoltolaissa (1326/2010), sosiaalihuoltolaissa (1301/2014), laissa potilaan asemasta ja oikeuksista (785/1992) sekä laissa sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (812/2000) (Valtioneuvosto [Viitattu 19.1.2021]). Marinin hallituksen sote-uudistuksen tavoitteena on painottaa ennaltaehkäisevää työtä, jolla voidaan vaikuttaa myös sosiaali- ja terveydenhuollon kustannuksiin (Terveys ja hyvinvoinnin laitos 2020).

Osallisuus on osa kuntoutusjärjestelmää. Kuntoutus voidaan jakaa neljään kokonaisuuteen: lääkinnälliseen, ammatilliseen, kasvatukselliseen ja sosiaaliseen kuntoutukseen. Osallisuus sisältyy sosiaalisen kuntoutuksen piiriin. Kuntoutuksella puolestaan pyritään edistämään yksilöiden toimintakykyisyyttä, itsenäisen selviytymisen mahdollisuuksia sekä jaksamista. (Kari, Laakso, Niskanen & Seppänen 2020, 12.)

Osallisuus käsitteenä liittyy yhteiskuntapolitiikkaan, ja sitä on määritelty integraation, sopeuttamisen, inklusion, valtaistamisen ja toimijuuden näkökulmista. Osallisuus määrittyy kansalaisten oikeuksien ja velvollisuuksien kautta. Osallisuuteen sisältyvät yhteiskunnallinen osallisuus eli riittävä toimeentulo ja hyvinvointi, toiminnallinen osallisuus sekä yhteisöllinen osallisuus eli jäsenyys. Osallisuuden määrä vaihtelee paljon sen mukaan, onko

vammainen henkilö palvelun käyttäjä vai onko hän osa sen kehittämistä. Osallisuus lisääntyy, kun henkilöille annetaan mahdollisuus antaa palautetta toiminnasta. Kehitysvammaisilla henkilöillä on oltava tasavertainen mahdollisuus osallistua paikkakuntien vammaispalveluiden kehittämiseen.

Osallisuuden vahvistaminen tapahtuu vahvuuksien tunnistamisella, tukemalla osallisuutta omien toiveiden mukaan, antamalla mahdollisuus tehdä valintoja, luomalla kokemus onnistumisesta, kunnioittamalla tiedonsaantia ja itsemääräämisoikeutta sekä tukemalla kuulluksi tulemistä luontevaa ilmaisukanavaa käyttäen. Kehitysvammaiset henkilöt tarvitseva näissä toisen henkilön tukea ja opastusta. Asioiden tekeminen toisen puolesta ei ole tukemista. Yhteisöllisyyteen tukeminen voi joskus tarvita kannustamista. Kehitysvammaisten henkilöiden kohtaama ennakkoluuloisuus on voinut aiheuttaa pelkoja, joista ylipääseminen vaatii tukemista. Yhteisöllisyyteen tukemisessa on huomioitava jokaisen omia toiveita. Henkilöiden yksilöllistä toivetta osallistua tai olla osallistumatta on kunnioitettava. (Kari ym. 2020,131.)

Osallisuuden vastakohtana voidaan nähdä paternalismi, jossa henkilön, jolla on jokin vamma, asioista päättää joku muu kuin hän itse. Päätöksiä tehdään heidän puolestaan ajatellen, että joku muu tietää asiat paremmin. Päätökset voivat olla henkilön omien toiveiden vastaisia. (Kristiansen, Vehmas, & Shakespeare 2009, 3.) Monesta henkilöstä, jolla on jokin vamma, voi tulla passiivinen, mikäli osallisuutta ei huomioida. Osallisuuden huomioiminen onnistuu arkipäiväisissäkin tilanteissa.

Vapaaehtoistyön merkitys osallisuuden kehässä on nyky-yhteiskunnassa nousussa. Vapaaehtoistyössä esille nouseva ystävätoiminta tukee osallisuutta. Tämän opinnäytetyön tarkastelun kohteena olevat ystäväparit voivat itse päättää, mitä tekevät. Tätä ideologiaa tukee Smith'n ajatus kompensoinnista. Mikäli henkilöllä on fyysisiä rajoitteita, voidaan sen sijaan hyödyntää sosiaalisia taitoja. Voimavarat ja aktiivisuus kohdistetaan tällöin alueelle, jossa henkilö on vahva. (Smith 2009, 15.) Jos vammaisuus syntyy osittain ympäröivistä sosiaalisista rakenteista, voidaan niitä myös purkaa sitä kautta. Vammaisuuden rajoitukset yhdistettynä sosiaalisiin rajoituksiin vähentävät merkittävästi kokemusta menestyksestä ja kukoistamisesta ("engl. *human flourishing*). (Hull 2009, 93–94.)

### 3.5 Hyvinvointi

Sosiaaliset tilanteet ja tuki voivat olla suojaavia tekijöitä psyykkisessä hyvinvoinnissa. Vastaavasti heikot sosiaaliset taidot ja puutteellinen sosiaalinen verkosto heikentävät ja vaarantavat psyykkistä hyvinvointia merkittävästi. Itsensä kokeminen arvokkaana on osa hyvää elämää. Kehitysvammaiset henkilöt ovat joutuneet kantamaan elämässään erilaisen henkilön leimaa, joka näyttäytyy eri tavoin. Se, että henkilöä kuullaan ja että hän voi osallistua oman elämänsä suunnitteluun ja toimintoihin nostaa ihmisarvoa. (Seppälä 2017, 146–148.) Leimautuminen poikkeavaksi eli stigmatisointi, lisää vammautumista ja sen lisäksi sairastuttaa. Tasavertaiset mahdollisuudet vaikuttavat myönteisesti toimintakykyyn ja selviytymiseen. Tunne selviytymisestä puolestaan vaikuttaa myönteiseen kokemukseen psyykkisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista. (Seppälä 2017, 118.)

Hyvinvointi käsitteenä on hyvin laaja. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) määritelmän mukaan hyvinvointi on yleisesti ottaen suomalaisten keskuudessa parantunut, mutta väestöryhmien erot hyvinvoinnissa ovat silti vielä suuria. Hyvinvoinnin osina nähdään karkeasti kolme eri osa-aluetta: terveys, materiaallinen hyvinvointi sekä elämänlaatu. Yksilön hyvinvointiin vaikuttaa moni tekijä, joista esimerkkinä ovat sosiaaliset suhteet, onnellisuus ja itsensä toteuttaminen. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014.) Hyvinvoinnin käsitteessä voidaan nähdä eroja, riippuen mitä näkökulmaa painotetaan. Hyvinvoinnin määrittelyssä voidaan korostaa esimerkiksi sosiaaliseen ympäristöön liittyvää hyvinvointia. Sen avulla voidaan vahvistaa ymmärrystä elämän hallinnassa, sosiaalisten suhteiden merkityksessä sekä elämänhallinnassa. Hyvinvoinnin tarkasteluun liittyvät lisäksi hyvinvointia edistävät asiat. (Vilkkä 2015, 35.)

Henkisellä hyvinvoinnilla tarkoitetaan mielenterveyttä. Mielenterveys ei ole pysyvä ominaisuus, vaan sillä on selkeä yhteys ympäristössä tapahtuviin asioihin, esimerkiksi elämänhallintaan tai vuorovaikutussuhteisiin. Kehitysvammaisen henkilön hyvä mielenterveys on nähtävissä näissä samoissa tekijöissä kuten vammattomankin. Mielenterveyden tasapainosta kertoo kiinnostuminen mielihyvää tuottavista asioista sekä toimintakykyisyys arkipäivän toiminnoissa. (Seppälä 2017, 133.)

Yhteisöjen vahvistaminen on sidoksissa yksilöiden mielenterveyden vahvistamiseen ja koettuun hyvinvointiin. Yhteisön vahvistaminen vaikuttaa sietokykyyn eli resilienssiin (engl. *resiliency*), jolla on merkitystä esimerkiksi erilaisten ongelmien ratkaisemisessa. Yhteisöjen kanssa yhteistyössä tehty tiivis yhteydenpito ja kehittämistyö vaikuttaa hyvinvointiin. (Brown, Mackereth & Learmonth 2015, 97, 110.) Resilienssiä kuvataan tarkemmin kappaleessa 3.5.2.

Kansainvälinen järjestö United Nations UN, (suom. Yhdistyneet kansakunnat, YK) on laatinut sopimuksen ”Convention on the Rights of Persons with Disabilities”, suomeksi lyhennettynä yleensä YK:n vammaissopimus. Tämä vammaisten henkilöiden oikeuksia koskeva yleissopimus on hyväksytty 2006 (27/2016) ja se on saatu päätökseen 2016. Sopimus edellyttää, että jäsenvaltiot varmistavat vammaisten henkilöiden tasavertaiset ja täysimääräiset oikeudet ja perusvapaudet. Näiden perusoikeuksien ja -vapauksien avulla taataan kunnioitus myös vammaisten henkilöiden ihmisarvoa kohtaan. Maailman väestöstä arviolta 15 % elää jonkinlaisen vamman kanssa. (United Nations [Viitattu 13.1.2021].)

Sosiologi Allardt on vuonna 1976 määritellyt hyvinvoinnin osatekijöiksi tutuiksi tulleet *having*, *loving* ja *being*-termit. Nämä fyysisen elintason (*having*), yhteisyyssuhteiden (*loving*) ja itsensä toteuttamisen (*being*) tarpeet ovat yksilökohtaisia. Fysiologiset tarpeet syntyvät Maslown (1943) tarvehierarkian pohjalta (Maslow 1943, Hyvinvoinnin ulottuvuuksia; Allardtin 1980, 41 mukaan). Yhteisyyssuhteet voidaan määritellä voimavaraksi toteuttaa muita arvoja. Yhteisyyden puute voi aiheuttaa yksityisen maailman murentumista, joka tuo mukanaan monia haitallisia vaikutuksia. Allardtin 1976 esille tuomaa itsensä toteuttamisen tarvetta voidaan verratta nykypäivänä osallisuuteen. Allardt myös kuvaa teoksessa Hyvinvoinnin ulottuvuuksia- itsensä toteuttamisen vastakohdan eli vieraantumisen, tuovan tarkemmin esille sen, mitä haetaan. Vieraantuessaan henkilö voi kokea ihmissuhteet vain esineinä tai välineinä hyödyn tavoittelussa. (Allardt 1980, 32–47.)

### 3.5.1 Koettu hyvinvointi

Teoksessa Suomalaisten hyvinvointi 2018 (Karvonen 2019) käydään läpi koetun hyvinvoinnin sisältöä. Karkeasti jaoteltuna koettu hyvinvointi koostuu sosiaalisista suhteista, elämänlaadusta, turvallisuudesta sekä osallisuudesta. Koetun hyvinvoinnin osa-alueiden mittareina

ovat muun muassa yksinäisyyden kokemukset sekä esimerkiksi järjestötoimintaan osallistumisen mahdollisuus. (Karvonen 2019, 97–98)

Hyvinvoinnin teoriaa kehittäneiden Ormel'n ja Lindenberg'n mukaan koettu hyvinvointi rakentuu fyysisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista. Viimeksi mainittu voidaan jaotella vielä statukseen, hyväksyntään ja affektioon. Affektiolla tarkoitetaan toisten ihmisen hyväksyntää, affektiivisuutta. Affektio on vahvasti yhteydessä emotionaalisen tuen, sosiaalisten yhteyksien sekä empatian käsitteisiin. (Ormel 99, Lindenberg 2002, Saaren mukaan 2009, 42–44).

Eroavaisuuksista johtuen myös koetun hyvinvoinnin vajeita olisi syytä tarkastella. Näihin vajeisiin ei kuitenkaan tässä opinnäytetyössä paneuduta tarkemmin. Todettakoon lyhyesti, että yksinäisyyden on todettu tutkimusten mukaan aiheuttavan terveyshaittoja, esimerkiksi korkeaa verenpainetta, ylipainoisuutta, passiivisuutta sekä uniongelmia ja jopa ennenaikaista kuolemaa. (House, Landis & Umberson 1988, 543; Cacioppo & Patrick 2008, 103, 115.)

Koettu hyvinvointi on yhteydessä yksilöiden kokemaan jäsenyyteen joko yhteisössä tai ryhmässä (Saari 2009, 9.) Yksinäisyys voi olla omaehtoista, jolloin sillä nähdään olevan enemmän voimaannuttava kuin syrjäyttävä vaikutus. Yksinäisyys eli sosiaalisten suhteiden puuttumisen vähentää koettua hyvinvointia. (Saari 2009, 42–43.) Erityisesti nuoruus ja vanhuus ovat ikäkausia, jolloin ystävän merkitys korostuu. Nuoren kehityksen kulkua tukevat erilaiset ihmissuhteet. Ihmissuhteiden vaikutusmekanismi hyvinvointiin on monimuotoinen tapahtuma. Ihmissuhteiden ollessa luottamuksellisia ja syviä muodostuu sosiaalista pääomaa, mikä lisää hyvinvoinnin kokemuksia. (Kainulainen 2016, 115.)

### **3.5.2 Henkilökohtainen kasvu**

Henkilökohtaisen kasvun ja sen osa-alueiden merkityksellisyyttä voidaan tarkastella eri näkökulmista. Henkilökohtaiset valinnat vaikuttavat yksilöiden arkipäivässä ja niillä on joko suoranainen tai välillinen vaikutus hyvinvointiin. Tutkimuksessa tuli esille useita asioita, joilla oli yhteyttä henkilökohtaiseen kasvuun. Henkilökohtaisen kasvun taulukko, sekä sen osa-alueet, arvot ja keino niiden mittaamiseen on laadittu AAIDD:n toimesta (Taulukko 1). Taulukko on suomennettu teoksesta "Intellectual Disability Person- Referenced Outcome Domains and Exemplary Indicators". (Schalock ym. 2010, 176.)

Taulukko 1 Henkilökohtaiseen kasvuun ja tuloksellisuuteen vaikuttavat tekijät (Schalock ym. 2010, 176 määritelmän mukaan)

|                                      |                                                                                                     |
|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Arvo                                 | Mittaaminen (Indikaattorit)                                                                         |
| Oikeudet                             | Ihmisoikeudet ja lailliset oikeudet                                                                 |
| Osallisuus                           | Vapaaehtoistyö, sosiaalinen vuorovaikutteisuus yhteisön kanssa, yhteisöaktiivisuus                  |
| Itsemäärääminen                      | Valinnat, päätökset, autonomia                                                                      |
| Fyysinen hyvinvointi                 | Arkiliikunta, kunto, liikkuvuus, virkistys ja vapaa-aika                                            |
| Materiaalinen hyvinvointi            | Taloudellinen asema, toimeentulo                                                                    |
| Sosiaalinen inkluusio-yhteisöllisyys | Asuinpaikka, tukimuodot, mahdollisuus osallistua yhteiskuntaan                                      |
| Henkinen hyvinvointi                 | Turvallisuus, parisuhteen muodostaminen, ystävät ja huolehtiva verkosto, kokemukset jatkuvuudesta   |
| Henkilökohtainen kouluttautuminen    | Henkilökohtainen kompetenssi, kyvykkyys, mahdollisuus kouluttautumiseen, koulumyönteinen ympäristö. |

Taulukossa on tekijöitä, joista koostuu koko ihmisen elämä eli se muodostaa elämänlaadun viitekehyksen. Erityisesti hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ovat lisäksi resilienssi ja psykologinen pääoma, joilla on merkitystä tapaan kokea asioita. Resilienssillä tarkoitetaan yksilön kykyä kestää muutoksia ja selvitä niistä. Resilienssi kehittyy kokemuksen kautta silloin, kun eteen tulee haasteita, joista on mahdollista selviytyä. Resilienssi tulee englanninkielisestä sanasta ”resilience”. Resilienssin taustalla on erään teorian mukaan sosiaalinen pääoma (Sisäministeriö 2014, 50–52.) Tämän tutkimuksen myötä taustalle nousi pikemminkin psykologinen pääoma. Psykologisen pääoman ulottuvuuksina nähdään neljä ominaisuutta: toivo, optimismi, sinnikkyys ja itseluottamus. Nämä ominaisuudet luovat kokonaisuuden, joka on yhteydessä yksilön kykyyn toimia muuttuvissa tilanteissa. Tällä voidaan tarkoittaa myös muutosjoustavuutta, kimmoisuutta. Pääoma käsitteenä tulee taloustieteestä, joka on aiemmin liitetty rahalliseen omaisuuteen. Nykyään pääomaksi nähdään myös sosiaaliset, inhimilliset ja kulttuuriset tekijät. (Rauhala, Leppänen, Heikkilä 2016, 26–29.)

Resilienssiä ei voida kuvata yksittäisen määritelmän mukaan, koska se on ilmiönä alati muuttuva. Resilienssiin vaikuttavat kuitenkin kolmen eri tekijän voimavarat: yksilön voimavarat, läheisten ihmisten voimavarat ja ympäristön voimavarat. Näiden kolmen tekijän yksittäistä muutoksista syntyy kokonaisuus, jossa yhden osatekijän vajavuus ei estä

kokonaisuutta toimimasta. (Lipponen 2020, 23–26.) Resilienssi näyttäytyy arjessa ja on siten yhteydessä edellä olevaan taulukkoon ja henkiseen kasvuun. Onnistumiset ja vastoin käymiset eri asioissa vahvistavat kokemuksellisuutta, joka on merkittävä tekijä resilienssissä. Tässä opinnäytetyössä ystäväyden tuomat merkityssuhteet yhdistyvät vahvasti henkilökohtaisen kasvun tekijöihin.

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa kuvaillaan aineiston keruuseen ja analysointitapoihin liittyvät seikat niin haastattelun kuin kyselynkin osalta. Analysointitavan valinnalla on merkitystä aineiston keräämisessä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 77). Tämä tutkimus on yhdistelmä sekä laadullisesta että määrällisestä tutkimuksesta. Tutkimus pohjautuu useaan aineistonkeruumenetelmään.

### 4.1 Haastattelun taustaa ja toteuttaminen

Ennen haastattelujen toteutusta mahdollisesti sopiville haastateltaville lähetettiin kotiin saatekirjeet ennakkotietona. Kirjeet on toimitettu tammikuussa 2021 kymmenelle henkilölle ja niissä tuotiin esille haastattelun luonne ja tavoite. Kirjeessä mainittiin, että Ystävänkortti Toiminnan toimistolta (jatkossa: toimisto) soitetaan jokaiselle kirjeen saaneelle ja kysytään halukkuutta osallistua haastatteluun. Haastateltavien luottamusta lisää se, että ennestään tuttu henkilö ottaa yhteyttä.

Toimisto sopi haastatteluajan ja -paikan haasteltavien kanssa tutkijan antaman aikataulun puitteissa. Ennalta otettiin selvää, millaiset vierailusäännöt asumisyksiköissä on poikkeusoloista johtuen. Haastatteluissa huomioitiin hygieniasuosituksset, kasvomaskit sekä etäisyydet. Haastateltavilla oli mahdollisuus ottaa mukaan haastattelutilanteeseen tukihenkilö. Tukihenkilönä ei kuitenkaan voinut olla toimiston henkilökunnan jäsen, koska se olisi saattanut vaikuttaa haastattelun kulkuun.

Haastattelut toteutettiin helmikuun 2021 aikana kasvokkain haastateltavan valitsemassa paikassa. Mikäli haastattelupaikaksi valikoitui haastateltavan koti, huomioitiin erityisesti yksityisyyden kunnioittaminen. Haastattelujen saatekirjeet ja suostumuslomakkeet ovat nähtävillä liitteissä (Liite 1, Liite 2, Liite 3). Toimeksiantajan kanssa pohdittiin mahdollisia haastateltavia muun muassa sijainnin ja keskustelumahdollisuuden mukaan. Harkinnanvaraiseen haastatteluotokseen päädyttiin muun muassa resurssien vuoksi. Avoimen haastattelukutsun julkaisu olisi edellyttänyt kaikkien halukkaiden haastattelun, joka epäilemättä olisi ollut erittäin antoisaa sekä tuonut aineistoon monipuolisuutta ja sisältöä. Toteutuakseen se olisi kuitenkin vaatinut useamman opinnäytetyön tekijän, erilaisia vaihtoehtoisia kommunikointimenetelmiä, kaksikielisyyden huomioimisen sekä matkustamista tai etäyhteyksien valmisteluja. Näiden tekijöiden huomioiminen eivät ole este, jos niihin on mahdollisuus ajan ja

henkilöstömäärän puitteissa. Tässä tutkimuksessa rajauksena oli myös, että haastateltavaksi valikoitui kehitysvammaisia henkilöitä, joilla on sekä Ystävänkortti että ystävä Ystävänkortti Toiminnan kautta.

Laadullisessa tutkimuksessa on mahdollista valita pieni otos, joka on perusteltu tarkoituksenmukaisuudella. Otokseen valittujen henkilöiden oletetaan tietävän tutkittavasta asiasta mahdollisimman paljon. Tutkittavien määrä aineistoon on riittävä, kun se tuottaa tarvittavan tiedon. Lukumäärällä ei ole tarkkaa rajaa onnistumisen kannalta. Tärkeintä on kyky tulkita valittujen henkilöiden antamia tietoja. (Puusa & Juuti, 2020b, 84)

Haastatteluun osallistuvalla informoitiin tutkimuksesta, johon hänen antamia tietoja käytetään. Haastateltavat keskustelivat tarpeen mukaan lähiomaisen kanssa osallistumisestaan. Hirsjärven ja Hurmeen mukaan (2008, 20) Homan (1991, 69) on tuonut esille, että tutkimuksen kohteena olevalla tulee olla mahdollisuus kieltäytyä osallistumasta tai hyväksyä tutkimus sen tiedon pohjalta, joka tutkittavalle on annettu. Tässä opinnäytetyössä haastateltaville annettiin informaatio sekä suullisesti että kirjallisesti etukäteen. Haastattelun aluksi kerrattiin vielä tutkimuksen pääpiirteet selkokiehisesti ja kerrottiin äänitallenteen merkitys. Haastattelun tekijä esitteli itsensä ja kertoi omaa taustaansa, ellei haastateltava ollut ennestään tuttu. Lisäksi haastatteluhetkellä haastateltavalle kerrottiin, että hänellä on mahdollisuus kieltäytyä tutkimuksesta missä vaiheessa tahansa. Tutkimuksessa pyrittiin tarkkaan kysymyksenasetteluun selkokiehisillä kysymyksillä. Kehitysvammaisen henkilö voi tarvita ymmärryksen tueksi apusanoja tai kysymystä avaavia esimerkkejä. Koska kyseessä oli abstraktin asian kysyminen, tulkinat kysymyksestä olivat monimuotoisia. Haastateltavien kanssa oli mahdollista toteuttaa ”Jatka lausetta” -tyyppistä keskustelua, jolloin vastaajaa autetaan pääsemään mukaan ajatukseen. Tällä tarkoitetaan tilannetta, jossa haastattelija aloittaa lauseen ”Leenan mielestä ystävyys on ...”, jolloin haastateltava lisää siihen sopivan ajatuksen. Haastattelut kestivät keskimäärin 30 minuuttia, jonka jälkeen keskustelu alkoi siirtyä muihin asioihin. Haastateltavien tarve jutella ja saada keskustella omista asioistaan, oli ilmeinen. Haastatteluissa keskustelu rönnyli helposti muihin asioihin ja haastateltavien aiempi tunteminen lisäsi jutustelua ja teki keskustelusta rentoa. Haastattelutilanteiden tuoma keskusteluryöppy kuvastaa tarvetta vapaalle keskustelulle ja yhdessä olemiselle. Haastattelun lopettaminen on ajankohtaista silloin, kun keskustelu ei tuota enää lisäarvoa vaan se menee yleisten asioiden jutusteluksi (Seuri 2020, 231, 234–235). Haastattelussa tärkeää oli hyödyntää peilauksen tuomaa mahdollisuutta. Peilauksessa haastateltavan vastausta käytettiin tarkentavan kysymyksen alustuksena. Peilaus on eräs Myersin ja

Newmanin suosituksista koskien laadullista haastattelun suorittamista. (Myers & Newman 2007, Järvinen & Järvinen mukaan 2011, 146–147.)

Haastatteluissa hiljaisuuden kestäminen ja hiljaa oleminenkin on tapa kysyä. Haastattelu poikkeaa keskustelusta vastavuoroisuuden osalta. Normaalissa keskustelussa vastausta voi odottaa välittömästi, ja joskus päälle puhuminenkin on suotavaa. Haastattelutilanteessa, jossa haastattelija ei heti ala kommentoimaan tai esittämään toista kysymystä, voi puhuja alkaakin syventämään omaa vastaustaan. (Hyvärinen, Nikander & Ruusuvuori 2017, 32) Tähän tutkimukseen liittyvässä haastattelussa tuli selväksi, että oman ajatteluajan antaminen puhujalle on tärkeää. Haastattelun edetessä ja kokemuksen karttuessa vastauksia usein jatkettiin omatoimisesti. Haastatteluissa välikommentoinniksi riitti usein pelkkä ”joo”, ”niin” tai muu lyhyt ynähdys, esimerkiksi ”mm”. Näillä minipalautteilla on vuorovaikutuksessa ohjaileva ja kannustava merkitys. Niillä voi osoittaa puhujalle, että kuulija on ymmärtänyt sanoman samalla kehoittaen jatkamaan (Ruusuvuori & Tiitula 2017, 50.) Haastattelujen edetessä näiden pienien minipalautteiden merkitys korostui, jolloin haastateltava toisinaan jatkoi sujuvasti ilman erillisiä kysymyksiä.

Haastatteluaineisto purettiin litteroimalla valikoiden haastatteludialogia haastatteluteemojen puitteissa. Valikoiden tehty litterointi on perusteltua, jos kyseessä on sisällönanalyysi, jolloin äänensävyillä tai muilla kommunikaatioon liittyvillä seikoilla ei ole analyysin kannalta merkittävää vaikutusta ja näin ollen litteroinnista voi jättää pois erikoismerkit. Oleellista on, että aineistossa merkittävät kohdat on kirjattu ylös alkuperäisen ajatuksen mukaan. Litteroinnin aikana tapahtuu jo alustavaa analyysiä ja aiheeseen tutustumista. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 138, Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Haastateltavien määrä oli hyvä yhdelle tutkijalle. Litteroitava aineisto pysyi kohtuullisena ja litterointi oli mahdollista tehdä heti haastattelun jälkeen. Se puolestaan mahdollisti alustavan analyysin tekemistä tuoreeltaan. Litteroitua tekstiä muodostui 12-koon Times New Roman-fontilla, 1,5 rivinvälillä 35 sivua.

Haastatteluihin liittyy paljon valtaa. Haastattelija saa kysyä, mitä haluaa ja miten haluaa. Vaikka haastattelutilanne voidaan mieltää vapaaksi keskusteluksi, on valta-asemointi kuitenkin olemassa. Haastateltavan valta puolestaan liittyy tietoylivoimaan. Haastattelijan tehtävä on etukäteen valmistautua tilanteisiin ottamalla selvää taustatiedoista ja mahdollisesti asiaan vaikuttavista tekijöistä. Taustatietojen selvittäminen tasoittaa osaltaan tietoylivoimaa.

Jos kysymyksillä haetaan hyviä vastauksia, edellyttää se hyviä taustatietoja. Taustatiedoista esimerkkinä nousee esille teoreettisen viitekehyksen rakentaminen. Haastattelutilanteissa on tärkeää kohdata haastateltava niissä olosuhteissa parhaalla mahdollisella tavalla, sen hetkisten tilanteiden, tunteiden ja tapahtumien ketjussa (Seuri 2020, 79–81).

Tätä tutkimusta varten tehdyt haastattelut olivat myönteisiä tapahtumia. Kuten myös Seuri (2020, 235) toteaa, että haastattelun toteutumisesta ja etenkin sen onnistumisesta jää hyvä mieli, josta kannattaa nauttia. Alkujännityksen jälkeen keskustelu oli luontevaa. Haastattelija tunsikin osan haastateltavista ennalta ja joissakin tapauksissa se helpotti keskustelua. Jos haastateltavien puheessa oli ääntämiseen ja sitä kautta puhutun puheen ymmärtämiseen vaikuttavia tekijöitä, ennalta tunteminen vähensi huomattavasti ”Voitko toistaa”-tyyppisiä pyyntöjä. Kuten Seuri (2020, 234–235) toteaa, haastattelija on etuoikeutettu tilanteessa, jossa hän pääsee tutustumaan toisten ajatuksiin ja tapaan elää omannäköistä elämää.

## 4.2 Verkkokyselyn taustaa ja toteutuminen

Kvalitatiivista ja kvantitatiivista menetelmää on mahdollista käyttää monin eri tavoin. Tässä opinnäytetyössä muun muassa kyselylomake laadittiin vuorottelevaa, sisäkkäistä sekä rinnakkain toimivaa menetelmää käyttäen. (Bryman 1992, Hirsjärven & Hurmeen, 2009, 30–31 mukaan.)

Tutkimuksen ensimmäiseen kysymykseen tarvittava aineisto kerättiin Webropol-kyselyllä. Kyselyllä kartoitettiin vapaaehtoisten ystävien kokemuksia ja mielipiteitä. Kyselylomake sisälsi sekä strukturoituja että avoimia kysymyksiä. Kysely kohdistui kaikille 49:lle vapaaehtoisina ystävinä toimiville. Kyseessä oli siis kokonaisotanta. Tutkimuksessa verkkokyselyn vastaajiksi valikoituivat ne, joilla oli käytössä verkkokyselyyn soveltuva laite. Tutkimuksen saatekirjeessä mainittiin, että paperiversion saa tarvittaessa, jolloin tavoitettavuusongelmaan on tarjottu vaihtoehtoa. Perinteinen paperilomake lähetettiin seitsemälle vastaajalle. Sähköinen vastauslinkki lähetettiin 42 henkilölle. Kyselylomake on liitteenä (Liite 4). Verkkokyselyn linkin vastaajien sähköpostiin lähetti Ystävänkortti Toiminta. Samoin verkkokyselyn vaihtoehtona ollut paperilomake toimitettiin vastaajille toimiston välityksellä. Verkkokysely avautui 26.2. ja vastausaikaa annettiin 15.3. asti. Määräaikaan mennessä sähköisiä vastauksia oli kertynyt 16 kappaletta ja postitse oli palautunut seitsemästä lomakkeesta

kuusi. Paperisen lomakkeen vastaajille annettiin palautuspäiväksi alun perin 22.3., koska lomakkeen saajat saivat kyselyn myöhemmin kuin sähköisen linkin saaneet. Kyselyn ollessa aktivoituna lähetettiin kertaalleen muistutus. Toimeksiantajan kanssa päädyttiin jatkamaan uuden muistutuksen kera verkkovastaajien osalta vastausaikaa 22.3. asti. Toisen muistutuksen jälkeen vastauksia tuli vielä kolme. Palautuneita vastauksia tuli kaiken kaikkiaan 25 kappaletta.

Kyselyn strukturoiduissa kysymyksissä kokemuksia mitattiin suljettujen kysymysten kautta, hyödyntäen Likertin asteikon tarkkuutta. Likertin asteikko on viisiportainen mittaussuunnitelma, joka parantaa mittaustarkkuutta. Asteikon on kehittänyt Rensis Likert 1930-luvulla. Kyselyissä haittapuolina voidaan nähdä, että ne johdattavat ajatuksia tiettyyn suuntaan. Suljettujen kysymysten lisäksi käytettiin avoimia kysymyksiä, joissa vastaaja sai vapaasti muotoilla vastauksen. Avoimien kysymysten tuloksia voidaan analysoida laadullisilla menetelmillä. Avoimien kysymysten eduksi voidaan mainita se, että ne voivat tuottaa tuloksia, joita etukäteen ei osattu odottaa. (Alanen 2011, 150.)

Kyselytutkimusta tehtäessä saatekirjeen onnistuminen on tärkeä tutkimuksen osa. Saatekirjeessä tuotiin esille kartoittavan tutkimuksen perustiedot sekä tutkimustulosten käyttötarkoitus. Hyvin laadittu saatekirje herättää vastaajan luottamuksen ja motivaation lomakkeen vastaamiseen. (Vehkalahti 2014, 47–48.) Tämän tutkimuksen saatekirjeet ovat nähtävillä liitteissä (Liite 5 ja Liite 6). Luotettavuuden lisäämiseksi on tärkeää, että mahdollisimman moni vastaisi kyselyyn ja kato jäisi mahdollisimman pieneksi. Kyselyyn vastanneiden osallistuminen arvontaan on monitulkintaista, joskin se saattaa lisätä vastausprosenttia ja nopeuttaa kyselyyn vastaamista. Monitulkintaisuutta aiheuttaa esimerkiksi se, onko motiivina ollut vain arvontaan osallistuminen ja mahdollinen palkinto. (Vilkkä 2014, 66.) Kyselyssä käytettiin motivoivana keinona arvontaan osallistumisen mahdollisuutta. Niin ikään haastattelusta sai myös lahjakortin kiitoksena tutkimukseen osallistumisesta.

Tutkimuksessa kyselylomakkeen pilotointi tapahtui ulkopuolisten testaajien avulla. Lisäksi toimeksiantaja tarkasti ja testasi lomakkeen ennen varsinaisen kyselyn toteuttamista. Lomakkeen testauksella pyritään siihen, että valitut testaajat arvioivat lomakkeen toimivuutta ja selkeyttä sekä vastaamiseen kulunutta aikaa. Lisäksi testaajat voivat tuoda esille, mikäli lomakkeesta puuttuu jokin oleellinen kysymys tai jos jokin on turhaa. (Vilkkä 2015, 108.)

### 4.3 Aineiston analysointi

Teemahaastattelun ja kyselyn tuottaman laadullisen aineiston tulosten analysointi pohjautuu aineistolähtöiseen sisällönanalyysiin. Analyysi tehtiin tutkimuskysymysten pohjalta kahdesta eri näkökulmasta. Kyselyn tuottama aineisto vastaa tutkimuskysymykseen 1 ja haastattelulla saadaan aineisto kysymykseen 2. Sisällönanalyysin tavoite on saada esille aineiston tuottama informaatio järjestelyn avulla tiiviisti ja selkeästi kuvattuna. Analyysissa on pidettävä huoli, ettei aineiston oleellinen informaatio katoa sen järjestelyvaiheessa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122.) Tässä tutkimuksessa aineistoa lähestytään kolmivaiheisen toiminnon kautta, joka perustuu Miles ja Habermasin kuvailemaan prosessiin, jota kuvataan seuraavassa kappaleessa. (Miles & Habermas 1994; Tuomi ja & Sarajärvi 2018, 122 mukaan.)

#### 4.3.1 Haastattelun ja kyselyn laadullinen analysointi

Analyysin ensimmäisessä vaiheessa haastattelun aineisto ja kyselyn avoimien kysymyksien tuottamat vastaukset pelkistetään. Pelkistämisestä käytetään termiä aineiston redusointi. Aineistoa pilkottiin osiin ja sieltä poimittiin merkityksellinen informaatio pelkistettyjen lauseiden muodossa. Tutkimuskysymysten kannalta epäolennaiset seikat jätettiin pois. Pelkistysvaiheessa etsittiin samankaltaisuuksia kuvailevissa ilmauksissa. Analyysin pelkistämisyvaiheessa on huomioitava, että tiedonannoissa yhdessä lausumassa voi esiintyä useita pelkistettyjä tietoja. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–125.) Rikas aineisto itsessään ei tuota informaatiota sen hajanaisuuden vuoksi, vaan pelkistämisen tavoitteena on lisätä tietoa järjestämisen kautta (Puusa 2020b, 149).

Analyysin toisessa vaiheessa aineistoa ryhmitellään. Ryhmittelystä käytetään termiä aineiston klusterointi. Ryhmittelyvaiheessa pystyttiin hyödyntämään pelkistämistä. Ryhmittelyssä yhdisteltiin samansuuntaiset ilmaisut omiksi ryhmikseen. Ryhmittelyvaiheessa tapahtuu luokittelua, jolloin aineisto tiivistyy luonnostaan. Luokittelun avulla löydetään seikkoja, jotka liittyvät tutkimustehtävään. Luokittelun myötä aineisto tiivistyy.

Analyysin kolmannessa vaiheesta käytetään nimitystä abstrahointi, jolla tarkoitetaan teoreettisten käsitteiden luomista. Abstrahointi on tutkimuksen osa, jossa pystytään nostamaan esille tutkimuksen merkittävät osat ja muodostamaan niistä uusia päätelmiä. Aineistolähtöisessä analyysissa muodostettiin ala- ja yläluokkia sekä näitä yhdistäviä pääluokkia, joista syntyi vaikuttavuutta määritteleviä teemoja. Abstrahoinnin tarkoituksena on löytää

vastauksia tutkimuskysymyksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–125.) Sisällönanalyysiä käytäessä on huolehdittava, ettei aineiston tulkinta ole vain sen järjestämistä. Johtopäätösten muodostaminen järjestetystä aineistosta on tutkimuksen loppuunsaattamisessa merkittävin osuus. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117.) Tutkimuksessa on valittu analyysi, jossa aineistoa ei ohjata tietyn teorian mukaan, vaan aineisto kuljettaa tutkijaa omaan suuntaan (Tuomi & Sarajärvi 2018, 133).

Analysoinnin prosessista muodostui taulukon mukainen etenemistapa. (Taulukko 2.)

*Taulukko 2 Aineistonkeruun laadullisen aineiston analyysin prosessin kuvaus. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–125 muokailleen.)*

| Sisällönanalyysin menetelmä                                                                                                       | Toteutustapa 1                                                                                                                                          | Toteutustapa 2                                                                                                                                                 | Toteutustapa 3                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pelkistäminen<br>(Redusointi)<br><br><b>Aloit</b>                                                                                 | Tallenteiden kuuntelu useaan kertaan, jonka jälkeen toteutustapa 2.  | Litteroinnin avulla aineistoon perehtymistä, jonka jälkeen toteutustapa 3.  | Tutkimuskysymyksen kannalta oleellisten kohtien poimiminen, jonka jälkeen siirrytään ryhmittelyyn.              |
| Ryhmittely<br>(Klusterointi)                   | Pelkistysten tarkastelu.                                             | Samankaltaisuuksien löytämistä.                                                                                                                                | Yhdistelyä ja ryhmittelyä alaluokiksi, jonka jälkeen siirrytään kohtaan kokonaisuuden muodostaminen.            |
| Kokonaisuuden muodostaminen<br>(Abstrahointi)  | Alaluokkien yhdistäminen pääluokkiin.                                | Kokonaisuuden rakentuminen kuvion muotoon.                                                                                                                     | Kokonaisuuden vertaaminen tarvittavan informaation tuottamisen tarpeeseen. <b>Päätös/uudelleen analysointi.</b> |

Analyysin myötä tässä opinnäytetyössä esille nousi teemoja, jolloin analyysi voidaan tulkita temaattisena analyysinä. Teemat eivät kuitenkaan nouse itsestään, vaan kyse on tutkijan oman toiminnan tuloksellisuudesta. Temaattinen analyysitapa mahdollistaa näin ollen erilaiset tulkinnat samasta aineistosta tutkijan vaihtuessa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 141–142.) Analyysin vaarana on, että siitä ei erotu pääluokkien erot riittävästi ja analyysistä ei tule kiinteä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 146). Tässä opinnäytetyössä on pyritty perustelemaan teemojen välisiä eroja, vaikkakaan päällekkäisyyksiltä ja tulkintojen samankaltaisuuksista ei voitu välttyä. Haastattelun aineistosta muodostettu analyysitaulukko on 15-sivuinen, jonka vuoksi sitä ei kokonaisuudessaan liitetä työhön. Esimerkki menetelmän toteutuksesta tässä työssä on kuvattu liitteessä (Liite 8). Analyysissä on pyritty tulkitsemaan, miten erilaisiin asioihin tulee muutosta. Sieltä nousivat osa-alueet, joihin ne vaikuttavat ja erityisesti, miten vaikuttavat. Andante-tutkijaryhmässä mukana ollut Järnefelt esitteli 16.2.2021 varhaiskasvatuksen pedagogiikkaan liittyvää ideologiaa kasvatuksessa tarkasteltavista asioista, mistä virisi idea tämän opinnäytetyön analysointiin. Varhaiskasvattajien on osattava tarkastella toimintatapojaan, joilla on esimerkiksi rajaava tai lisäävä vaikutus (Järnefelt 16.2.2021). Opinnäytetyön analyysissä ideaa pohdittiin ystävätoiminnan kautta miettimällä, toimisiko tämä ajatus ystävätoiminnan puitteissa.

Kehitysvammaisille henkilöille suunnatussa haastattelussa tiedonantajina oli kahdeksan henkilöä, joilla kaikilla oli Ystävänkortti sekä ystävä. Yksi haastateltava antoi vastaukset sähköpostitse, jolloin aineistossa huomioidaan yhdeksän vastaajan antamia tietoja. Haastateltavien ikä vaihteli 27 ja 55 ikävuoden välillä. Kaikki haastateltavat asuivat joko itsenäisesti omassa asunnossaan tai tuetussa tai tehostetussa asumispalveluyksikössä. Haastateltavista yksi opiskeli toisen asteen oppilaitoksessa, muut vastaajista olivat joko toimintakeskuksessa, päivätoiminnassa tai tuetun työn parissa. Haastateltavina oli yksi mies ja loput kahdeksan olivat naisia. Haastattelulainauksista on poistettu tieto sukupuolesta, jolloin vastaajien taustatiedot ovat siltä osin yhdenmukaisia. Myöskään mahdollisen tukihenkilön mukanaoloa ei tuoda esille anonymiteetin varmistamiseksi.

#### 4.3.2 Kyselyn tuottaman määrällisen aineiston analysointi

Kyselyn tuottamasta aineistosta saaduille tiedoille perustetaan havaintotiedosto. Jokainen muuttuja nimetään havaintotiedostoon erikseen. (Vehkalahti 2014, 49.) Kyselytutkimuksessa on tärkeää olla huolellinen, jotta saadaan tietoa, jota tutkimuksessa oikeasti tarvitaan. Virheelliset kysymykset tuottavat virheellistä tietoa. Kysymysten laadinnassa on oltava huolellinen, koska vastaustilanteessa vastaaja ei voi tarkentaa, mitä kysyjä tarkoittaa. (Valli 2010, 104–105.) Tässä työssä edellä mainittua tapaa hyödynnettiin kyselyjen vastauksien kohdalla, jolloin pyrittiin löytämään kategorioita, joita voitiin yhdistellä kokonaisuuksiksi.

Kyselylomakkeessa oli jaoteltu kysymykset taustatietojen lisäksi neljään eri kokonaisuuteen, joita olivat ystäväkoulutus, vapaaehtoistyön käytänteet, ystävätoiminnan käytänteet sekä COVID-19-pandemian vaikutukset. Kokonaisuuksissa kartoitettiin aluksi kokemusta kyseisestä asiasta, jonka jälkeen oli mahdollista tuoda esille kehittämistoiveita tai -keinoja. Kyselylomakkeissa kokemuksellisuutta oli mahdollista arvioida 5-portaisen asteikon kautta, jossa lukema 5 merkitsi erittäin myönteistä kokemusta ja vastaavasti 1 merkitsi erittäin heikkoa kokemusta. Arvosteluasteikon keskelle osuva arvo eli numero 3, tulkittiin neutraaliksi vastaukseksi.

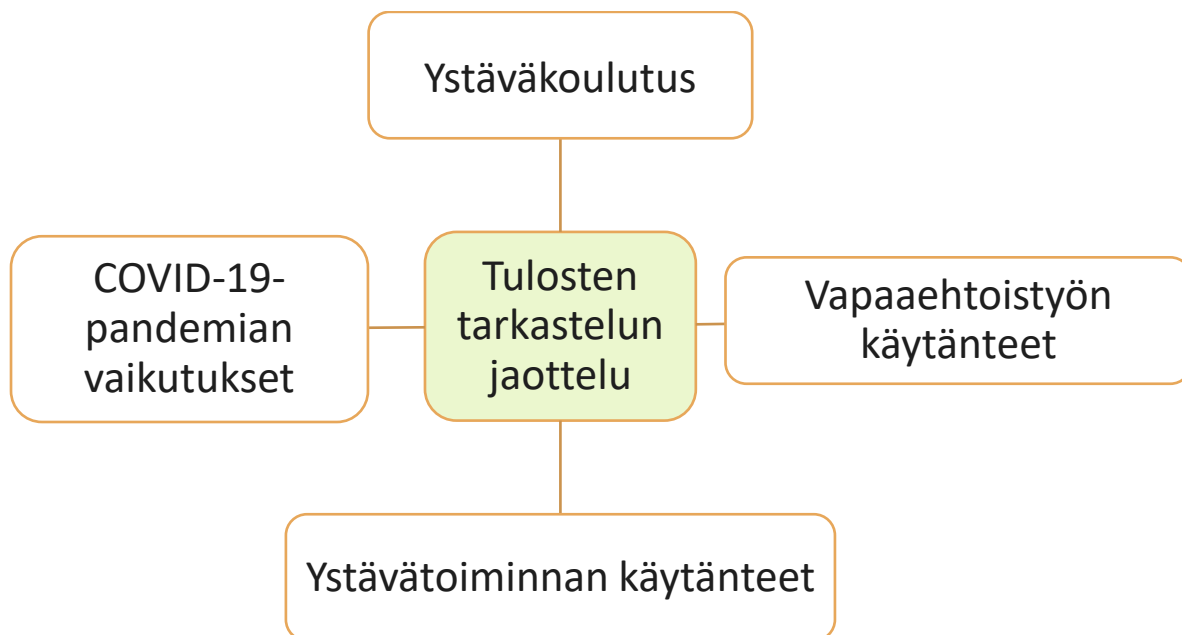
Kyselyn lopussa vastaajilta kysyttiin mielipiteitä ystävätoiminnan merkityksellisyydestä kehitysvammaisen henkilöiden elämässä. Lisäksi vastaajia pyydettiin tuomaan vapaasti esille vapaaehtoistyön merkitystä vastaajalle itselleen. Vastauksissa oli harvoin tyhjiä kohtia. Paperisen kyselylomakkeen kysymyksessä numero 29 ollut virhe tuotti tyhjiä vastauksia jonkin verran. Osa vastaajista oli onneksi vastannut kysymykseen, vaikka ohje opasti hyppäämään kahden kysymyksen yli, yhden hyppäyksen sijaan. Kyselylomake oli melko pitkä, mutta vastaajat olivat jaksaneet panostaa vastauksiin loppuun saakka. Paperilomakkeiden palautuksessa tiedot muuttujista syötettiin Excel-ohjelmaan. Paperilomakkeen vastausten kirjaus tarkistettiin kolmeen kertaan virheiden välttämiseksi.

## 5 KOKEMUSTEN SUMMAA - TULOSTEN TARKASTELU

Tässä kappaleessa käsitellään tutkimuksen tuloksia tutkimuskysymyksittäin. Ensimmäisenä tarkastellaan vapaaehtoisina toimivien ystävien kokemuksia ystävätoiminnasta. Toisena tarkastellaan kehitysvammaisten henkilöiden haastattelun tuloksia. Ystävyyden merkitys kehitysvammaiselle henkilölle täydentyy vapaaehtoisten näkemyksellä samasta asiasta. Aineistoa on analysoitu avoimien kysymyksien ja haastattelun osalta sisällönanalyysin avulla. Aineistoa on tulkittu myös diskurssianalyysin avulla, mikäli se on tuonut lisäarvoa. Kappaleen otsikointi viittaa tulosten sisältävän monen tekijän kautta syntyviä tuotoksia. Kyselyn tuloksia on havainnollistettu Excel-diagrammien avulla.

### 5.1 Vapaaehtoisina toimivien ystävien kokemukset

Ensimmäisessä tutkimuskysymyksessä kartoitettiin ystävätoiminnan osa-alueiden kokemuksellisuutta ja kehittämistarpeita. Näiden tuloksien kokonaisuuden hahmottamisen apuna käytetään alussa havainnointikuvia, joiden tarkoituksena on koota käsittelyssä olevat osa-alueet yhteen. Tulosten pääjaottelu löytyy kuvioista 4, josta ne jaotellaan vielä tarkempiin osa-alueisiin tarkastelun yhteydessä.

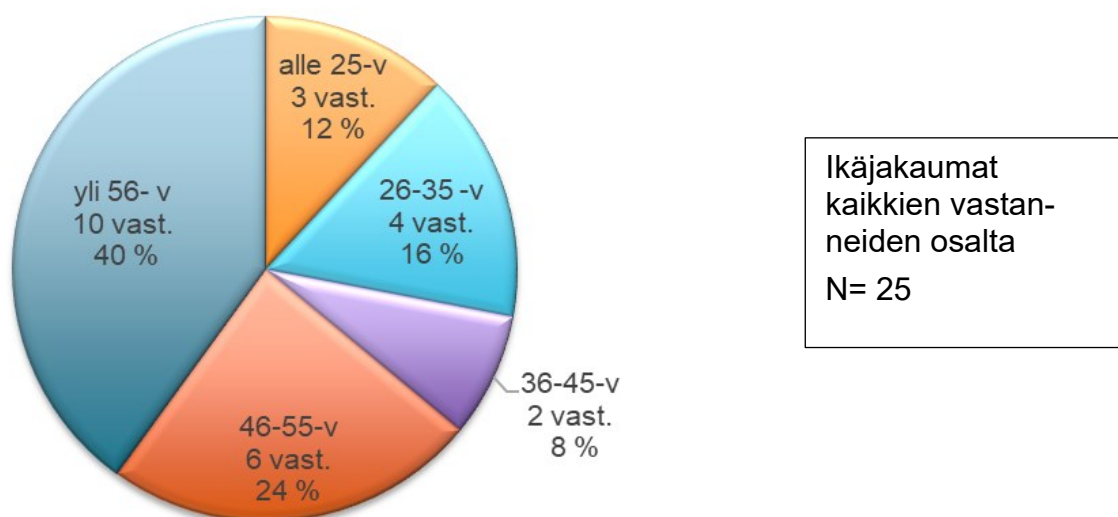


Kuvio 4 Kokonaiskuva tulosten tarkastelusta

## Vastaajien taustatiedoista

Kyselyyn vastasi 25 vastaajaa, joka on 51 % otannasta. Sähköisiä linkkejä lähetettiin 42 kappaletta ja paperisia vastauslomakkeita seitsemän kappaletta. Lähetettyjen kyselyiden kokonaismäärä oli 49 kappaletta. Vastaajista enemmistö, 22 vastaajaa oli naisia, miehiä oli kolme. Suurin osa vastaajista, 14 vastaajaa oli työelämässä, eläkkeellä oli yhdeksän vastaajaa ja kolme oli opiskelijoita. Enemmistö vastaajista oli iältään yli 56-vuotiaita.

Kuviossa 5 ovat ikäjakaumat tarkemmin.



Kuvio 5 Vapaaehtoisten ikäjakauma

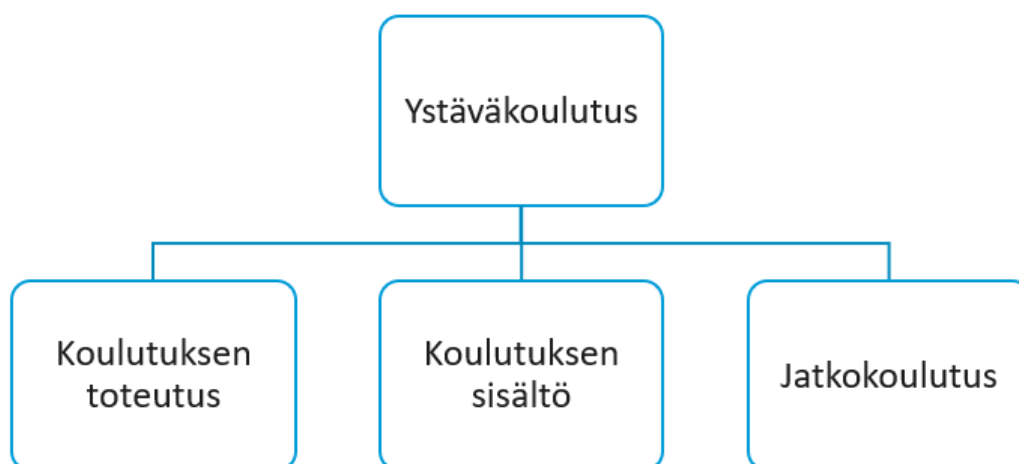
Vastaajat olivat toimineet ystävinä alle kuudesta kuukaudesta yli yhdeksään vuoteen. Taulukossa 3 näkyvät tarkat vastausmäärät.

Taulukko 3 Ystävänä toimimisen vuodet

| Ystävänä toimimisen vuodet | vastausmäärät |
|----------------------------|---------------|
| alle 6 kuukautta           | 2             |
| 6–12 kuukautta             | 2             |
| 1–3 vuotta                 | 7             |
| 3–4 vuotta                 | 0             |
| 4–6 vuotta                 | 0             |
| 7–9 vuotta                 | 7             |
| yli 9 – vuotta             | 7             |
| Yhteensä                   | 25 vastaajaa  |

### 5.1.1 Ystäväkoulutusta koskevat tulokset

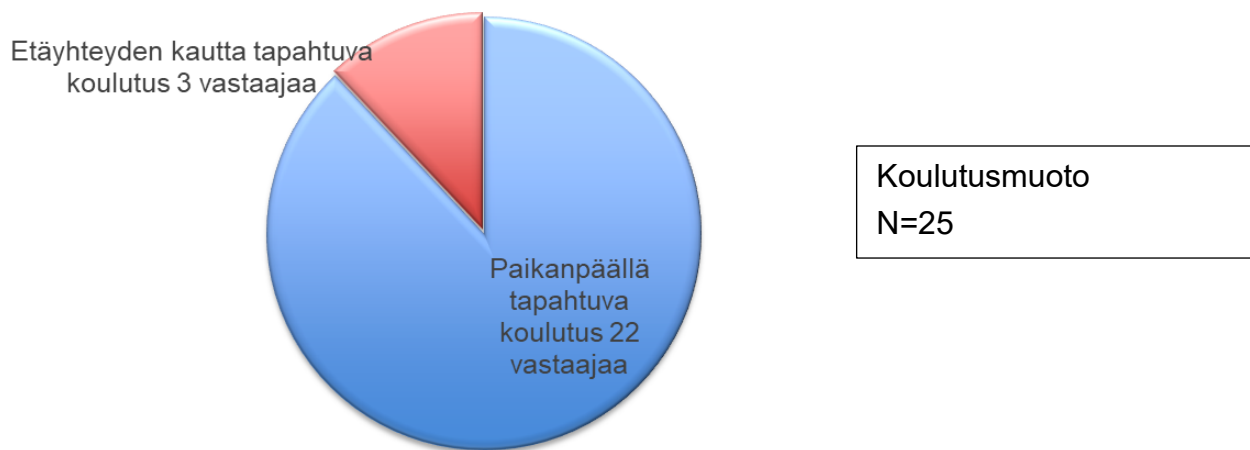
Ystäväkoulutuksen kokonaisuuteen sisältyy tässä koulutuksen toteutusta, sisältöä sekä jatkokoulutusta koskevat vastaukset. Ystävänkortti Toiminnan vapaaehtoisten koulutus kestää noin kahdeksan tuntia, jakaantuen neljään koulutusiltaan tai yhteen kokonaiseen päivään. Teoriakoulutuksen lisäksi koulutukseen kuuluu retkipäivä sekä vierailu kehitysvammaisten henkilöiden asuntolassa. Tarkastelun kohteena oleva osa-alueet on havainnollistettu kuviossa 6.



Kuvio 6 Ystäväkoulutuksen tarkasteltavat osa-alueet

## Koulutusmuoto

Suurin osa vastanneista, 22 vastaajaa, oli osallistunut paikan päällä tapahtuvaan koulutukseen. Kolme vastanneista oli osallistunut etäyhteyden kautta tapahtuvaan koulutukseen. Kuviossa 7 esitetään tulokset visuaalisesti.



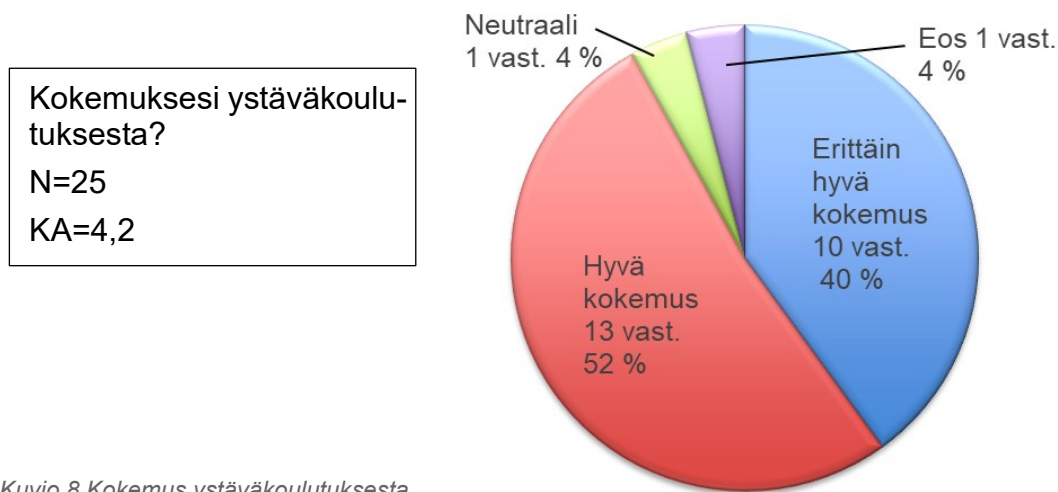
Kuvio 7 Koulutusmuoto

Koska etäyhteyden kautta osallistuneita oli vain pieni osa, ei ole relevanttia muodostaa korrelaatiota tyytyväisyyden ja koulutusmuodon välillä. Mikäli aineisto olisi suurempi, olisi se mielenkiintoinen tutkittava näkökulma.

## Kokemus koulutuksesta

Enemmistö koulutukseen vastanneista, 13 vastaajaa, kertoi kokemuksen koulutuksesta olleen *hyvä*. *Erittäin hyväksi* koulutuksen luokitteli kymmenen vastaajaa. *Neutraalin* vastauksen antoi yksi vastaajista. Yksi vastaaja ei osannut ottaa kantaa, koska omasta koulutuksesta oli jo niin pitkä aika. Kysymyksessä, jossa kartoitettiin toiveita koulutuksen muutoksille, suurin osa vastaajista, 19 vastaajaa, koki koulutuksen kokonaiskuvan onnistuneeksi, eikä toivonut siihen muutoksia. Vastaajista kolme toivoi muutosta koulutuksen sisältöön. Loput kolme vastaajista eivät osanneet vastata. Eräs vastaajista toi esille koulutuksen sisällön muutostarpeena syvällisempien keskustelujen ja kehittävämpien tehtävien hyödyntämisen. Toinen vastaaja puolestaan kertoi, että koulutusmateriaalit olisi voinut lähettää osallistujille. Koulutuspaikkaa/tapahtumia toivottiin myös lähemmäksi, mikä tuli esille muutamassa vastauksessa. Niissä koulutuksien/tapahtumien koettiin keskittyvän liikaa Seinäjoelle. Avoimeen kysymykseen: "Mitä muuta toivotaan koulutukselta?", tuli vastaajalta ehdotuksena

seuraavia aiheita: ystävyysuhteen ylläpidon keinot ja ystävyysuhteen vastuu ja tasapuolinen ystävyys. Kuviossa 8 on havainnollistettu ystäväkoulutuksen kokemuksia.



Kuvio 8 Kokemus ystäväkoulutuksesta

### Koulutuksen sisällön aihepiirit

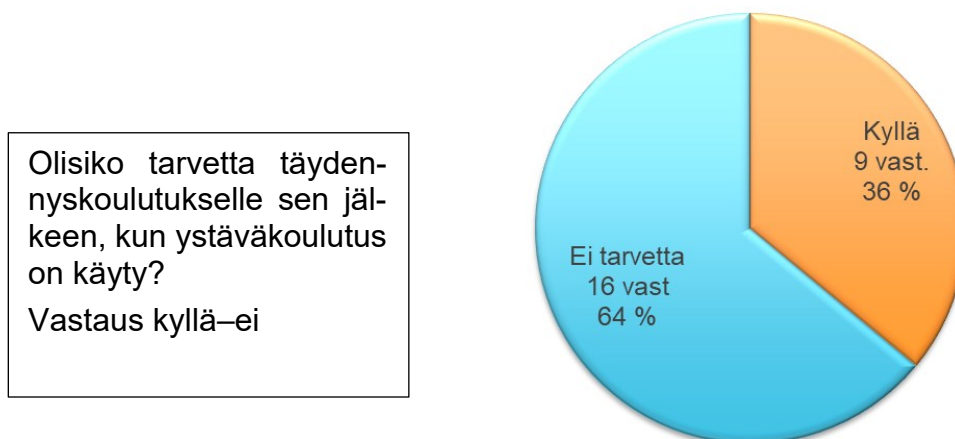
Ystäväkoulutuksen sisällön tärkeimpiä aiheita kartoitettiin monivalintakysymyksellä, jossa vastaaja sai valita kolmesta viiteen tärkeintä aihepiiriä. Vastausten perusteella eniten toivottiin vapaaehtoisena toimimisen käsittelyä, jonka mainitsi 17 vastaajaa. Seuraavana pidettiin tärkeänä Ystävänkortin tuomia mahdollisuuksia, jonka mainitsi 15 vastaajaa. Ystävyysuhteen muodostamisen ja kehitysvammaisuuden käsittelyn valitsi 13. Vastaajista osa nosti esille sen, kuinka tärkeää on uskaltaa tehdä työtä omana itsenään. Kuviossa 9 näkyvät vastaukset koulutuksen aihealueista.



Kuvio 9 Tärkeimmät koulutuksen aihealueet

### Jatkokoulutus

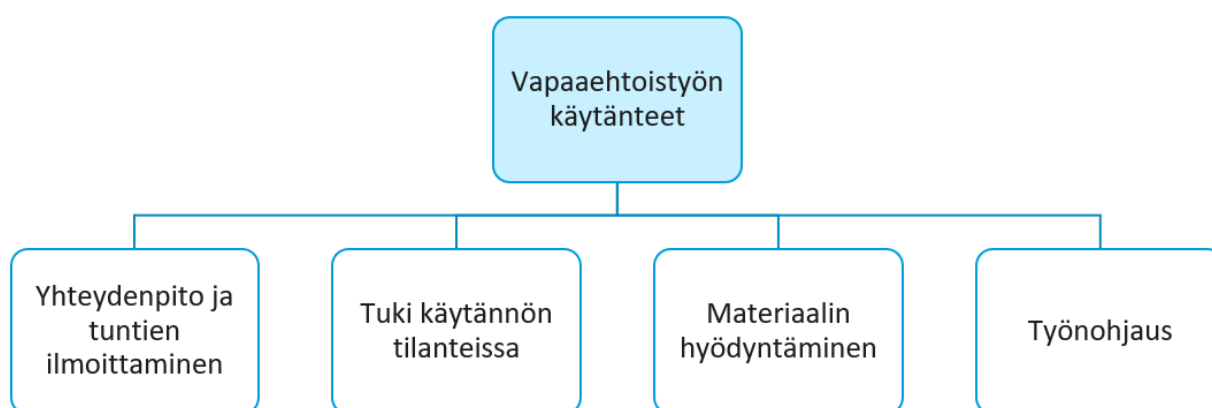
Suurin osa vastaajista, 16 vastaajaa, koki, ettei jatkokoulutukselle ole tarvetta sen jälkeen, kun varsinainen koulutus on käyty. Vastaajista yhdeksän koki varsinaisen ystäväkoulutuksen jälkeiselle täydennyskoulutukselle olevan tilausta. Avoimeen tekstikenttään vastauksina tuotiin ideat työnohjaustyyppisestä jatkokoulutuksesta, koska keskustelut toisten kanssa koettiin mielenkiintoisina ja avartavina. Erään vastaajan mukaan Ystävänkortin tuomista mahdollisuuksista olisi hyvä muistuttaa aika ajoin. Kuviossa 10 on esitetty jatkokoulutuksen tarpeellisuutta kuvaavat ajatukset.



Kuvio 10 Kokemus jatkokoulutuksen tarpeellisuudesta

### 5.1.2 Vapaaehtoistyön käytänteet

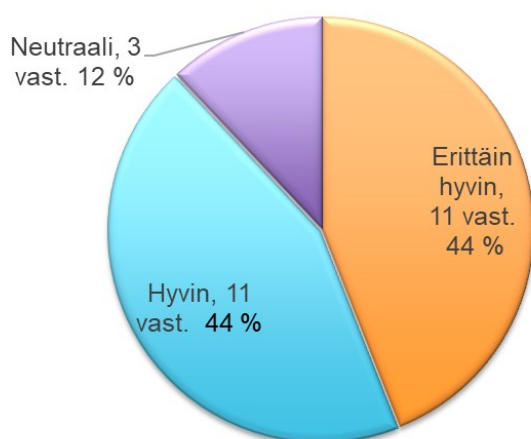
Vapaaehtoistyön käytänteiden osa-alueissa tarkastellaan yhteydenpitoa, vapaaehtoisten työn tukemista, avun pyytämiseen ja saamiseen liittyviä asioita, työnohjausta sekä materiaalin hyödyntämistä osana työn tukemista. Materiaalin hyödyntäminen on luettu tähän kuuluvaksi, koska se antaa työkaluja työn tekemiseen. Kuviossa 11 on havainnollistettu tarkastelun kohteena olevia osa-alueita.



Kuvio 11 Vapaaehtoistyön käytänteet - tarkasteltavat osa-alueet

### Kokemus ja toive yhteydenpidosta

Yhteydenpidon toimivuutta arvioitaessa 11 vastaajaa koki sen toimivan *erittäin hyvin*. Hyvin toimivaksi yhteydenpidon vastasi koki myös 11 vastaajaa. Kukaan vastaajista ei luokitellut kokemustaan erittäin huonoksi tai huonoksi. Avoimen kentän eräässä vastauksessa tuotiin esille, että useamminkin voisi henkilökohtaisesti ottaa yhteyttä. Erään vastauksen mukaan kehitysvammaisille henkilöille järjestetyistä, muistakin kuin Ystävänkortti Toiminnan tapahtumista olisi kiva tietää. Pandemian aikana oli erityisen hyvin pidetty huolta vapaaehtoisista ja huomioitu heidän hyvinvointiaan. Yhteydenpidolla tarkoitetaan tässä muutakin kuin puhelinsoittoja. Siihen sisältyy sähköpostit, tiedotteiden lähettäminen ja muu informointi. Erään vastaajaan mukaan pandemian aikaisia tiedotteita on lähetetty ja siten tiedotuksesta on pidetty huolta. Kuviossa 12 on kooste yhteydenpidon kokemuksista.



Kuinka mielestäsi Ystävänkortti Toiminnan toimistolta pidetään yhteyttä?

N=25

KA= 4,3

Kuvio 12 Kokemus yhteydenpidon toimivuudesta

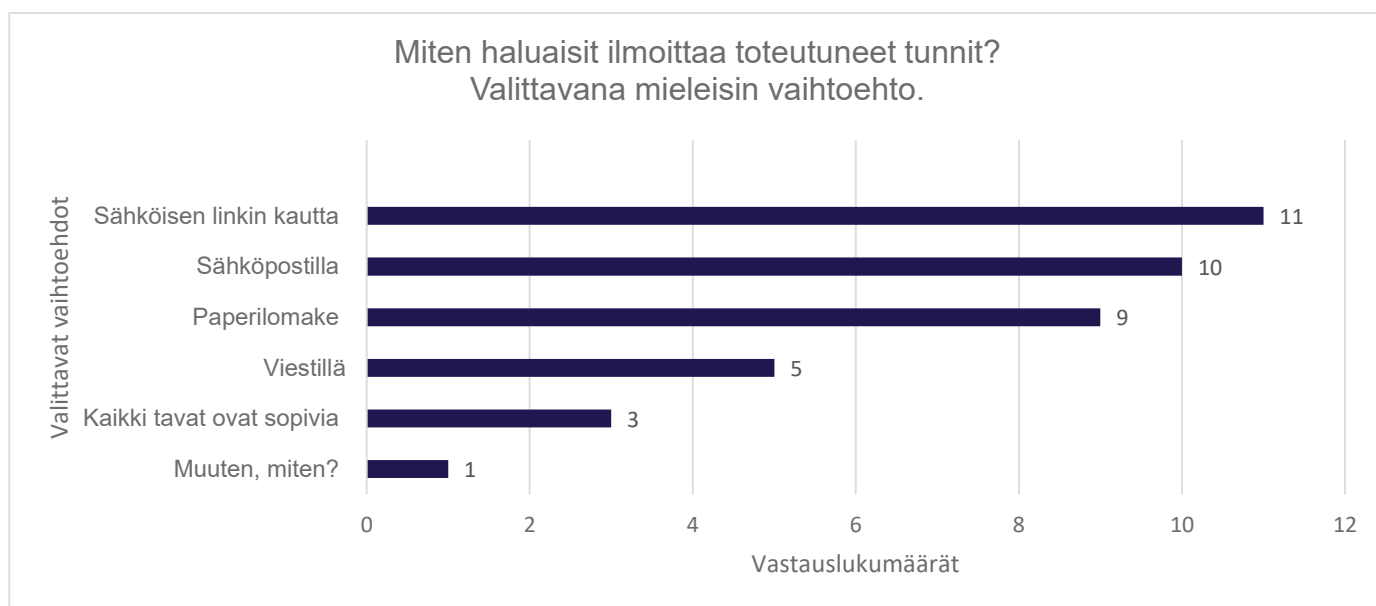
Yhteydenoton tärkeydestä oltiin montaa eri mieltä, mikä voi osittain selittyä vastausvaihtoehtojen epäselvyydellä ja päällekkäisyydellä. Kysymykseen ”Kuinka usein toivot yhteydenpitoa? ” vastausten valintamahdollisuuksissa ”harvemmin kuin kerran kuukaudessa ” tai ”useamman kerran vuodessa”, joiden merkitys voidaan tulkita samaksi. Epäselvyys vaikutti tulkintaongelmaan myös sen suhteen, onko yhtäläisyyksiä yhteydenpidon erittäin tärkeäksi kokemisen ja kuinka usein haluaa yhteyttä pidettävän- muuttujan välillä. Enemmistö, kymmenen vastaajaa, valitsi vaihtoehdon, jossa useamman kerran vuodessa tapahtuva yhteydenpito olisi sopivaa. Vastaajista yhdeksän koki yhteydenpidon *tärkeäksi* ja kahdeksan vastaajaa koki sen olevan *erittäin tärkeää*. Kukaan vastaajista ei kokenut yhteydenpitoa *täysin tarpeettomana*. Yksi vastaajista kuitenkin koki, ettei yhteyttä tarvitse pitää. Vastausten tulokset esitetään pylväsdiagrammina kuviossa 13, joka mahdollisesti selkeyttää enemmän tätä tulosta.



Kuvio 13 Toive yhteydenotoista

### Tuntien ilmoittaminen

Tuntien ilmoittamiseen liittyviä kokemuksia ja kehittämisideoista kartoitettiin monivalintaky-symyksen kautta. Yhteydenpitoon luetaan tässä yhteydessä myös tuntien ilmoittaminen. Avoimeen tekstikenttään sai tuoda esille tarkennuksia. Koska valittavana oli useampi kohta, prosenttilukujen ilmoittaminen ei anna oikeaa kuvaa vastaajien lukumäärästä. Tämän vuoksi tulokset esitetään pylväsdiagrammina. Tuntien ilmoittamiseen enemmistö toivoi sähköistä linkkiä, 11 vastausta. Sähköpostin kautta tuntien ilmoittamisen valitsi kymmenen vastaajaa. Paperisen lomakkeen toivoi saavansa yhdeksän vastaajaa. Viestin muodossa halusi vastata viisi vastaajaa. Muuna tapana toivottiin WhatsApp-viestisovelluksen kautta ilmoittamista. Vastaajista kolme oli valinnut kohdan, jossa kaikki ehdotetut tavat ovat sopivia. Avoimeen kenttään täydentävinä vastauksina mainittiin tuntien ilmoittamisen unohtaminen, jolloin sähköpostia toivottiin lähinnä muistutuksen ja linkin muodossa. Vastauksissa tuli esille toive tuntien reaaliaikaisesta ilmoittamisesta, jolloin välttyisi päällekkäiseltä merkkeamiselta. Päällekkäisellä merkkeamisella vastaaja viittasi paperilomakkeeseen, josta siirretään tunnit myöhemmin sähköiseen muotoon. Kuviossa 14 on esitetty tuntien ilmoittamiseen liittyvät vastaukset. Vastausten perusteella tuntien ilmoittamisen tulisi olla mahdollisimman vaivattonta ja heti toteutumisen jälkeen tapahtuvaa. Vaivattomuus ja reaaliaikaisuus vähentäisi unohtelua.



Kuvio 14 Toive tuntien ilmoittamisesta

### Tuki käytännön tilanteissa

Kuten muussakin työssä, myös vapaaehtoistyössä tulee niin ikään tilanteita, joissa tarvitaan toisten apua. Kysymyksessä kartoitettiin, miten vapaaehtoiset kokevat avun pyytämisen ja miten siihen on vastattu. Apu voi olla monenlaista, kuten kuuntelua, keskustelua ja opastusta. Vertaistuki on myös tukemista, mutta tämän tutkimuksen osalta sitä käsitellään kohdassa Ystävätoiminnan käytänteet, koska se koskettaa myös kehitysvammaista henkilöä. Työn tukemisen osiossa käsitellään apuun liittyviä seikkoja, työnohjausta sekä materiaalin hyödyntämistä.

### Avun pyytäminen ja saaminen

Ystävänkortti Toiminnan pyrkimys tukea vapaaehtoisia ongelmatilanteissa ja tehdä avun pyytämisestä vaivatonta, on vastaajien mukaan onnistunut. Kyselyssä 11 vastaajaa 25:stä koki avun pyytämisen erittäin helppona. Vastaajista seitsemän koki avun pyytämisen help-  
pona ja kolme koki sen neutraalina. Kukaan vastaajista ei valinnut kohtaa, jossa avun pyy-  
täminen olisi erittäin vaikeaa tai vaikeaa. *En osaa sanoa* vastauksia tuli neljä. Avoimien ky-  
symysten vastauksesta kävi ilmi, että Ystävänkortti Toiminnan henkilökuntaa on erittäin  
helppo lähestyä. Apua koettiin aina olevan tarjolla. Toisaalta joskus oma arkuus koettiin  
avun pyytämisen esteeksi. Vastausten perusteella työntekijöistä huokui luottamuksellisuus  
ja kohtaamiset koettiin ystävällisinä. Vaikka keskiarvoksi kokemukseen avun pyytämisestä

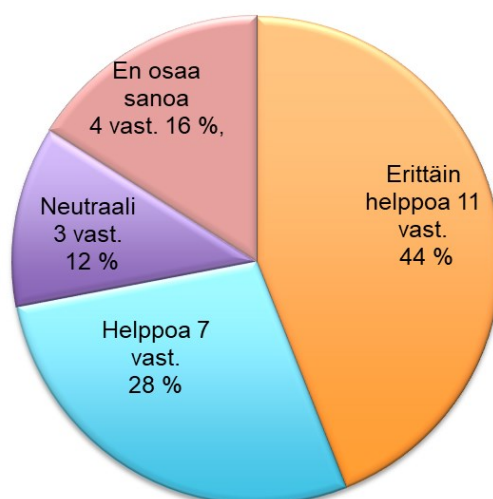
tulee vain lukema 3,7 Likertin asteikon perusteella, avoimet vastaukset avun pyytämisestä nostavat koko kyselylomakkeen selkeimmäksi voittajaksi ehdottomasti myönteiset kokemukset avun pyytämisen helppoudesta.

Avun tarpeen kartoituksessa enemmistö, 17 vastaajaa, oli sitä mieltä, ettei ollut tarvinnut tukea. Tukea oli saanut sitä tarvitessa viisi vastaajaa. Yksi vastaaja koki tarvinneensa tukea, mutta ei ollut saanut sitä. Vastauksesta ei selvinnyt, millaisesta tuesta hän olisi hyötynyt. Ongelmatilanteiden apuina mainittiin usein keskustelut. Kuvio 15 selkeyttää kokemuksia avun pyytämisestä ja kuvio 16 puolestaan avun tarpeesta.

Millaisena koet avun  
pyytämisen ongelmatilanteissa?

N=25

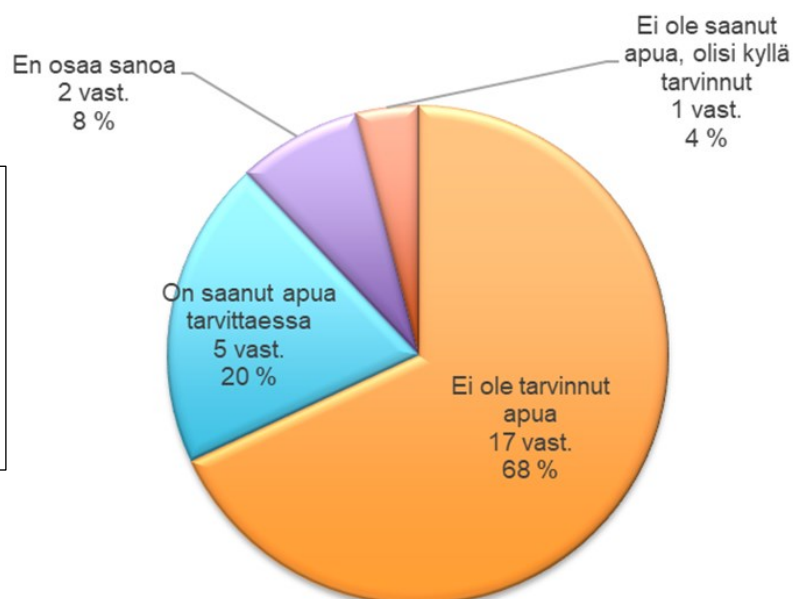
KA= 3,7



Kuvio 15 Kokemus avun pyytämisestä

Oletko saanut Ystävän-  
kortti Toiminnan työntekijöiltä tukea ystävätoimintaan liittyvissä ongelmatilanteissa

N=25

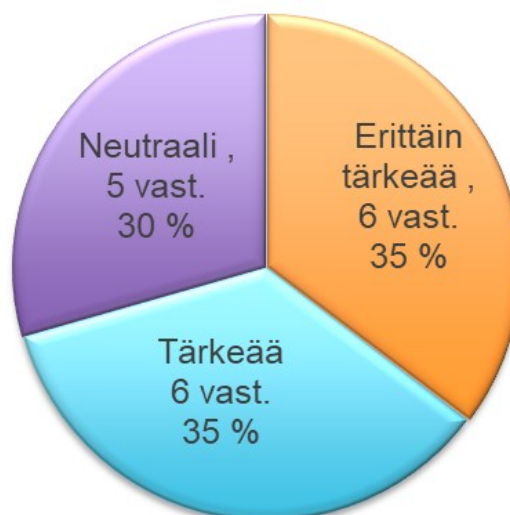


Kuvio 16 Kokemus avun tarpeesta

### Työnohjaukseen liittyvät asiat

Työnohjaus voidaan mieltää osana virkistystoimintaa. Tässä opinnäytetyössä työnohjaus kuitenkin luokitellaan vapaaehtoistyön käytänteisiin, koska työnohjauksessa aihealueina voivat olla esimerkiksi työssä jaksaminen, työn haasteet sekä voimavarat. Työnohjauksessa oli käynyt 10 vastaajaa ja 15 puolestaan ei ollut käynyt. Kysymykseen työnohjauksen sisällöstä ei tullut luotettavaa vastausta lomakkeessa olleen virheen vuoksi. Paperilomakkeissa ollut hyppäysvirhe vaikutti kysymyksiin numero 30-31. Lomakkeen kohdassa 29 kysyttiin, onko vastaaja osallistunut vapaaehtoistyön aikana työnohjaukseen. Mikäli vastaaja vastasi kyllä, hänet ohjattiin vastaamaan kysymykseen 31. Näin ollen kysymys numero 30 olisi jäänyt kaikilta paperilomakkeisiin vastanneilta väliin. Vastaukseen työnohjauksen sisällöstä oli vastannut vain kahdeksan vastaajaa, joista viisi koki työnohjauksen sisältävän erittäin hyödyllisiä asioita ja kolmen vastaajan mukaan hyödyllisiä asioita. Sen sijaan työnohjauksen tarpeellisuudesta tuli melko luotettava vastaus, jossa vastausten perusteella työnohjausta enemmistö piti joko *erittäin tarpeellisena*, kuusi vastausta tai vähintäänkin *tarpeellisena* samoin kuusi vastausta ja neutraalin vastauksen antoi viisi vastaajaa. Vastauksia jäi kuitenkin virheen ja muun vastaamattomuuden vuoksi puuttumaan kahdeksan. Aineisto antaa kuitenkin viitteitä tarpeellisuudesta, koska vastanneista kukaan ei sanonut sen olevan tarpeetonta. Aineistosta esitetään materiaali vastanneiden osalta kuviossa 17.

Mitä mieltä olet työnohjauksen tarpeellisuudesta  
huom. N=17



Kuvio 17 Työnohjauksen tarpeellisuus

## Materiaalin hyödyntäminen

Monivalintakysymyksessä, jossa vastaaja sai valita omasta mielestään hyödyllisiä materiaaleja, nousi selkeästi kaksi suosittua ehdokasta. Eniten toivottiin vinkkivihkosta, jonka valitsi 12 vastaajaa. Toista suosittua, ajankohtaista aihetta koronan ajalle eli toimintavinkkehdotuksia, toivoi 11 vastaajaa. Ystävälehteä toivoi kymmenen vastaajaa. Yksi vastaaja esitti ehdotuksen ristikoista ja muista tehtävistä, joita voisi ehkä hyödyntää mahdolliseen ystävälehteen. Opinnäytetyön prosessin aikana toimeksiantajan kanssa käytiin keskusteluja, jolloin he saivat jo kehittämisidean vinkkivihkosen suunnittelusta. Vertaistukea koskevassa kysymyksessä monen vastaajan mielestä olisi kiva kuulla, mitä muut ovat tehneet, jolloin ystävälehti voisi vastata siihen tarpeeseen. Toisaalla vastaajille oli tärkeää tavata muita ja kuulla kuulumisia. Neljä vastaajista koki, ettei materiaalia tarvita. Kuviossa 18 on havainnollistettu materiaalin hyödyntämiseen liittyviä vastauksia.



Kuvio 18 Materiaalin hyödyntäminen

### 5.1.3 Ystävätoiminnan käytänteet

Ystävien yhteensaattamiseen sisältyy eri vaiheita, joista yksi on ystäväparien hakemuksiin tutustuminen huolellisesti. Sekä vapaaehtoisena toimivan että kehitysvammaisen henkilön profiiliin kartoittaminen vaikuttaa ystävyysuhteen onnistumiseen. Profiiliin kartoittamisella tarkoitetaan ominaisuuksien ja mielenkiinnon kohteiden arviointia, joita yhdistämällä ja vertaamalla saadaan paras yhteinen osumatuloks. Tarkan yhteisen osumatuloksen avulla on mahdollista löytää mahdollisimman samankaltaiset henkilöt ystäviksi toisilleen. Ystävien

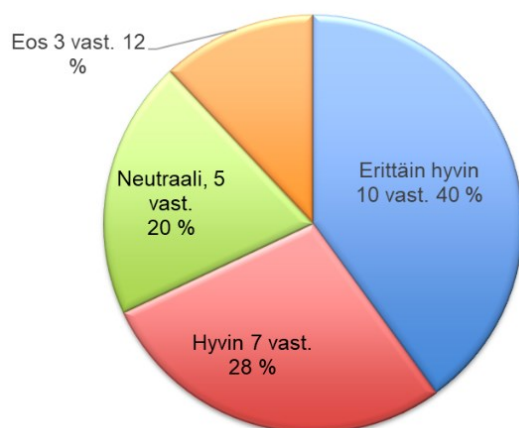
samankaltaisuuden avulla yhteinen tekeminen koetaan mielekkääksi ja molempia hyödyttäväksi. Kuviossa 19 havainnollistetaan ystävätoiminnan käytänteisiin liittyvät osa-alueet.



Kuvio 19 Ystävätoiminnan käytänteet - tarkasteltavat osa-alueet

### Ystäväparien yhdistäminen

Kyselyllä kartoitettiin kokemusta ystäväparien yhdistämisestä. Vastaajista enemmistö, kymmenen vastaajaa eli 40 % koki ystäväparien yhdistämisen toimivan *erittäin hyvin*. Yhdistämisen *hyväksi* koki vastaajista seitsemän eli 28 %. Ystäväparien yhdistämiseen *neutraalin* vastauksen antoi viisi vastaajaa, eli 20 % vastaajista. Kysymykseen ei osannut antaa vastausta kolme vastaajaa. Kehittämisideoina ja -toiveina esitettiin yhteistä tekemistä eri tavoin jo ennen kuin ystävyyttä solmittaisiin. Monessa vastauksessa tuli esille pandemia haittaavana tekijänä. Tutustuminen rennon tekemisen yhteydessä, kahvittelut, iltapalan teko, olisivat vastaajien mielestä sopivia tapoja tutustua. Eräs vastaaja toi ehdotuksessaan esille myös ulkomaanmatkan ja toinen vastaaja muisteli menneitä aikoja niin ikään ulkomaanmatkan puitteissa. Kuviossa 20 on esitetty ystäväparien yhdistämiseen liittyvät kokemukset.



Miten ystäväparien yhdistämiseen liittyvät asiat mielestäsi toimivat?

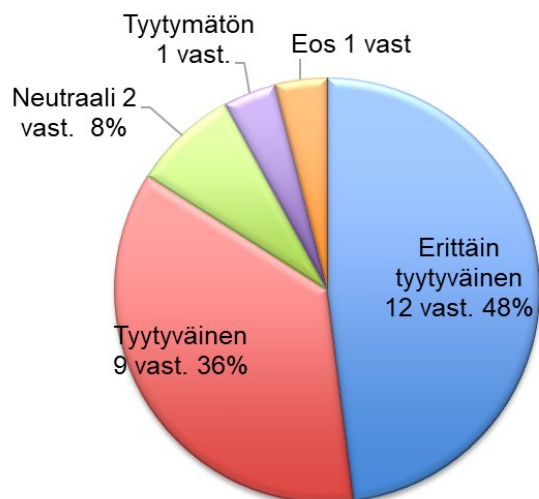
N=25

KA=3,7

Kuvio 20 Kokemus ystäväparien yhdistämisestä

## Virkistystoiminta

Virkistystoiminta ja siihen osallistuminen on sekä keino palkita vapaaehtoisia työstään että luoda yhteenkuuluvuutta. Virkistystoimintaan koskevassa kysymyksessä vastausten keskiarvo oli 4,2. Tyytyväisyydestä kysyttäessä 12 vastaajaa koki olevansa *erittäin tyytyväinen*. Vastaajista yhdeksän määritteli olevansa *tyytyväinen*. Kaksi vastaajaa koki virkistystoiminnan *neutraaliksi*. Yksi vastaajista koki *tyytymättömyyttä*. Yhdellä vastaajalla ei ollut vielä kokemusta virkistystoiminnasta, jota hän kuitenkin odotti innokkaana. Avoimen vastauskentän palautteiden perusteella virkistystoimintaa ja yhteistä tekemistä kovasti odotettiin. Kaikki yhteinen tekeminen oli tärkeää ja erityismaininnan saivat yöleirit ja ohjattu toiminta. Pandemian aikana suunnitteilla olleet tapahtumat, kuten valokuvasuunnistus oli toivottu lisä hiljaiselon keskelle. Virkistystoiminnan kohdalla tuotiin esille toiveita ulkomaanmatkasta, joka liittyi osaltaan myös ystäväparien yhdistämiseen. Kuviossa 21 on havainnollistettu virkistystoimintaan liittyviä kokemuksia.



Mielipiteesi virkistystoiminnasta (yhteiset leiripäivät, keilaillat, jouluruokailut tms.)

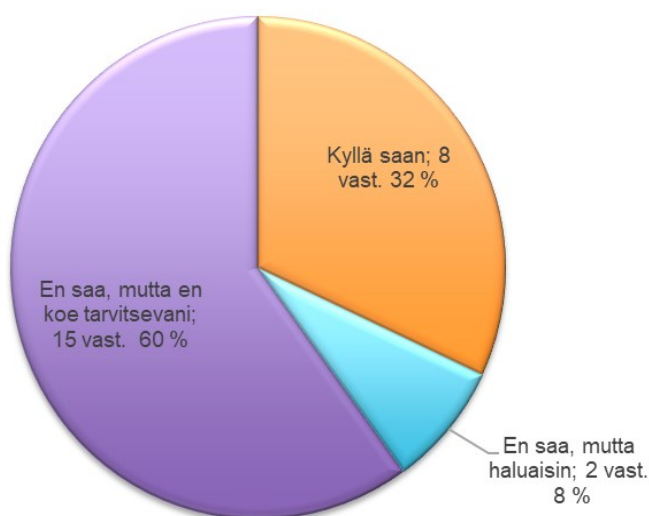
N=25

KA= 4,2

Kuvio 21 Kokemukset virkistystoiminnasta

## Vertaistuki

Vertaistuen tarve vaihtelee vastaajien mukaan, koska ihmisten tarve sosiaaliselle kanssakäymiselle on yksilöllistä. Vastaajista kahdeksan koki saavansa vertaistukea. 15 vastaajaa koki, ettei tarvitse vertaistukea. Vastaajista kaksi koki haluavansa vertaistukea, jota nyt ei saa. Avoimiin tekstikenttiin tuli vastauksina muun muassa, että tukea varmasti olisi saanut, jos olisi halunnut. Vertaistuelta toivottiin ystäväpiirin laajentumista ja ongelmien ratkomista. Muiden tekemisten kuuleminen koettiin tärkeäksi, koska niistä voitaisiin poimia vinkkejä hyödynnettäväksi. Vertaistukena tuotiin esille esimerkki, jossa saman paikkakunnan ystäväparit olivat tavanneet yhtäaikaaisesti, jolloin tuki ja tapaaminen toteutui samanaikaisesti. Kuviossa 22 havainnollistuu kokemus vertaistuen tarpeesta.



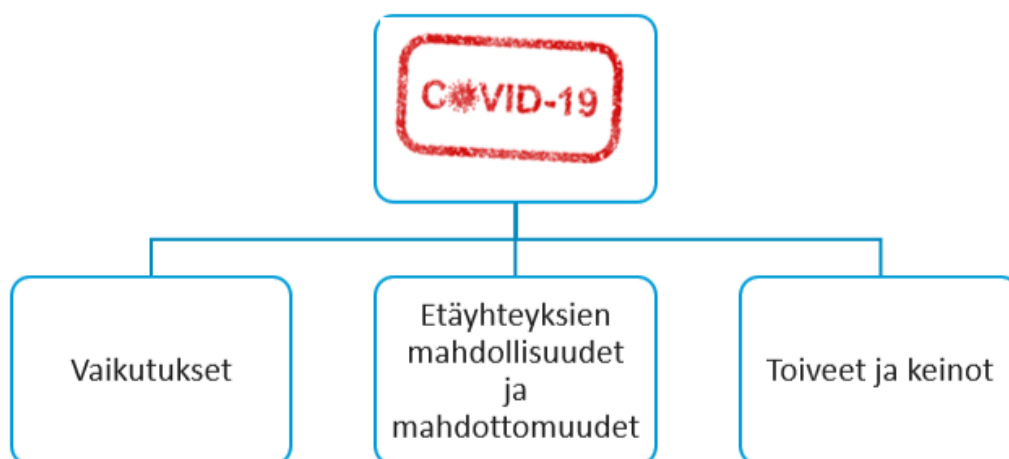
Saatko vertaistukea tarvitessasi muilta vapaaehtoisilta?

N=25

Kuvio 22 Kokemus vertaistuen tarpeesta

### 5.1.4 Pandemian vaikutukset ystävätoimintaan

Pandemiaan, COVID-19- vitsaukseen liittyvinä osa-alueina käsitellään sen tuomia vaikutuksia, etäyhteyksien mahdollisuuksia sekä toiveita että keinoja korona-ajasta selviämiseen. Kuvio 23 havainnollistaa tämän osa-alueen kokonaisuutta.

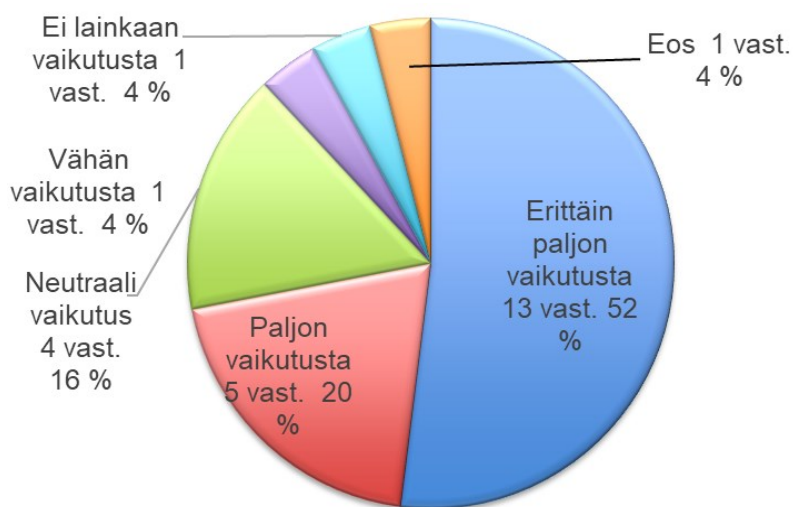


Kuvio 23 Pandemian vaikutuksia ystävätoimintaan (Kuva: Pixabay)

Vapaaehtoisina toimivien ystävien 52 % eli 13 vastaajan mielestä pandemia oli vaikuttanut ystävätoimintaan *erittäin paljon*. Vastaajista 20 % eli viisi vastaajaa kertoi sen vaikuttaneen *paljon*. 16 % vastaajista, eli neljä vastaajaa, kuvaili pandemian vaikutuksien olleen neutraaleja. Vastauksista vain 1 % mukaan vaikutusta ei ollut tai se oli hyvin vähäistä. Mainituista vaikutuksista kaikki olivat negatiivisia. Pandemian tuomista vaikutuksista tuotiin esille tapaamisen rajoittumiset. Joiltakin ystäväpareilta yhteydenpito oli jäänyt kokonaan pois. Rajoitukset olivat vähentäneet aktiviteetteja ja ne olivat rajoittuneet lähinnä lenkkeilyyn, pikaiseen tapaamisiin ovella tai tietokonevälitteiseen pelaamiseen. Yhteisten tapahtumien poisjääminen vaikutti kokemukseen vertaistuen puuttumisesta. Vastausten mukaan monta kivaa kokemusta ja mahdollisuutta oli pitänyt jättää väliin. Vastauksista nousi toisaalta kuitenkin toiveisuus ja tulevaisuuden suunnittelu sille ajalle, kun rajoitukset poistuvat. Pandemian tuomiin muutoksiin liittyi myös kysymys etäyhteyden avulla toteutuneesta yhteydenpidosta. Eräs vastaaja kuvaili haittavaikutuksia seuraavasti, viitaten stressaavaan tilanteeseen:

*"Pandemia on tuottanut itselleni harmaita hiuksia tapaamisten suhteen. "*  
(Vastaaja 8)

Vastausten mukaan tapaamisista johtuva huono omatunto ja koronapelkoisuus vaikutti ajatuksiin kielteisesti. Vaikka turvallisuusasioista oli huolehdittu ohjeistuksen mukaan, pelko riskistä oli kuitenkin olemassa. Kuviossa 24 on kuvattu pandemian vaikutuksia ystävätöimintaan.



Onko koronapandemi-  
alla ollut vaikutuksia ys-  
tävän kanssa tapahtu-  
vaan yhteydenpitoon ja  
toimimiseen?

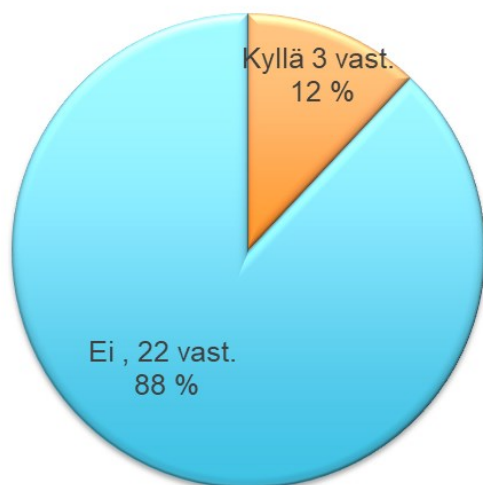
N=25

KA= 4

Kuvio 24 Kokemukset pandemian vaikutuksista

### Etäyhteyksien mahdollisuudet ja mahdottomuudet

Vapaaehtoisilta kysyttiin mahdollisuudesta tavata ystävää etäyhteyden kautta virtuaalisesti. Vastaajista suurin osa, 82 % eli 22 vastaajaa kertoi, ettei virtuaalitapaaminen ollut mahdollista. Syyksi mainittiin useimmista vastauksissa, ettei ystävällä ollut taitoa/mahdollisuutta käyttää konetta ja kommunikointi ei välity ruudun kautta siten, että se palvelisi käyttäjää. Eräs vastaaja totesi, että etätapaaminen voisi olla kokeilemisen arvoista. Osalla vastaajista ei ollut itsellä mahdollisuutta käyttää tietotekniikkaa apuna ja osa koki puhelinkeskusteluiden olevan tähän hetkeen toimivin keino. Vain kolmella vastaajalla oli mahdollisuus etätapaami-  
siin, jotka olivat toteutuneet Teamsin ja WhatsAppin välityksellä. Kuviossa 25 tulee selkeästi esille etätapaamiseen liittyvät erot.



Onko sinulla ollut mahdollisuutta tavata ystävää virtuaalisesti etäyhteyden avulla?

N=25

Kuvio 25 Mahdollisuus virtuaaliseen tapaamiseen

### Vinkkejä pandemian ajalle -Toiveita ja keinoja

Pandemian ajalle tuli vinkkejä neljältä vastaajalta. Vastausten mukaan hyvänä tapana koettiin kuulumisten kysymistä satunnaisesti. Samoin sähköpostitse lähetetyt ohjeet koettiin tarpeellisiksi. Pandemian toivottiin olevan pian ohi, koska sen koettiin hankaloittavan ystävän kanssa toimimista. Pandemian ajalle ehdotettiin toimintavinkkejä sekä ulkona järjestettyjä tapahtumia. Toimintavinkkivihkosesta tuli eniten vastauksia myös materiaalikartoituksen kohdalla. Pandemian aikana vapaaehtoisia oli huomioitu hyvin erään vastaajan mukaan:

*”Nyt korona-aikana meistä vapaaehtoisista on pidetty todella hyvin huolta, olemme saaneet pieniä muistamisia!” (Vastaaja 19)*

#### 5.1.5 Hyvän toiminnan rattaat

Vapaaehtoisina toimivilta ystäviltä kysyttiin, mitä vapaaehtoisena ystävänä toimiminen on tuonut heidän omaan elämäänsä. Toiminnan kerrottiin tuoneen elämään sisältöä ja merkityksellisyyttä. Ystävätoiminnan koettiin tuottavan onnistumisien kautta molemminpuolista hyvää mieltä. Osalle vastaajista ystävänä toimiminen oli luonteva tapa jatkaa rennolla otteella ammattiuraa eläkkeelle jäämisen jälkeen. Vastaajien mukaan toiminta oli avartanut katsetta ja auttanut ymmärtämään erilaisuutta. Vapaaehtoisina toimivat kokivat luottamuksellisuutta ja kunnioitusta Ystävänkortti Toiminnan työntekijöiden taholta. Eräs vastaajista

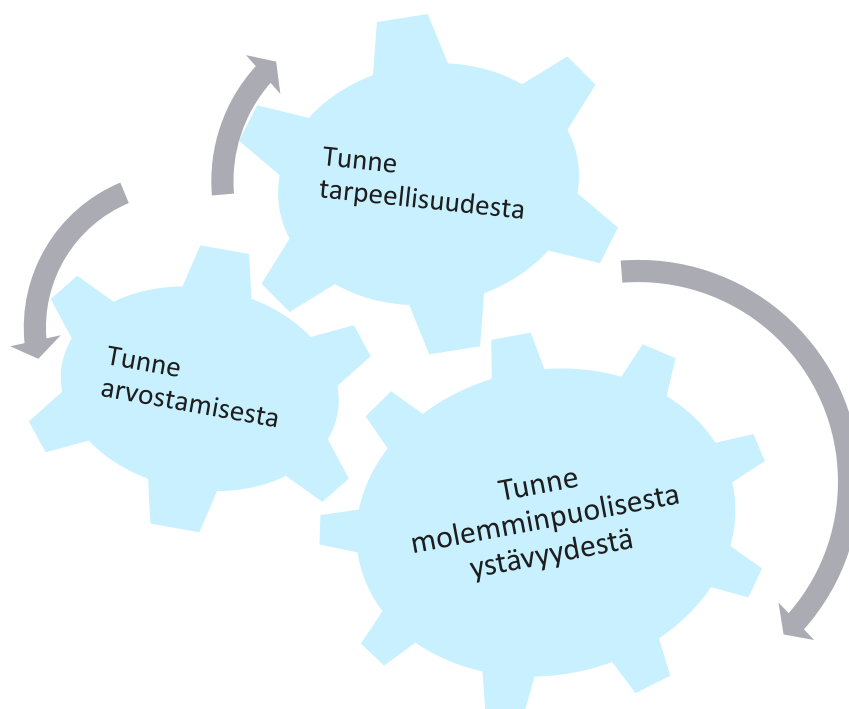
oli kiinnittänyt huomiota myös siihen, miten toimiston väki kunnioitti omaa työtään ja se näkyi kohtaamisissa ja heijastui vapaaehtoiisiin. Vastauksissa näkyi myönteinen ilmapiiri, kuten eräs vastaaja toteaa, tuoden samalla esille, että koskaan ei ole liian myöhäistä:

*”Uusien ihmisten kohtaamista, tunteen välittävästä ilmapiiristä, tutustumista hienoon tärkeään toimintaan.... Olipa hyvä, että huomasi ajoissa, - vielä on aikaa oppia! ” (Vastaaja 21)*

Uusien suhteiden solmiminen oli rikastuttanut elämää. Eräs vastaajista toi esille mielenkiintoisen näkökulman ajankäytöstä. Hän koki vapaaehtoistyön olevan hänen omaa aikaansa, ei suinkaan häneltä pois. Vastauksissa toistui tunne olevansa merkityksellinen toiselle sekä tunne auttamisesta. Tehtävä vapaaehtoisena koettiin tarpeelliseksi. Vastauksissa oli pääsääntöisesti positiivinen lataus. Erään vastauksen perusteella oli tulkittavissa ristiriitaista ajatusta vapaaehtoistyön tekemisen mahdollisuuksien ja odotusten kanssa. Vastaajan anonymiteettiä suojellakseen vastausta ei voi kovin tarkasti avata. Vastaaja toivoi, että asioita tarkistettaisiin välillä, jos elämäntilanteissa oli tapahtunut muutoksia tai kehitysvammaisen henkilön toimintakyky oli muuttunut. Erään vastauksen mukaan oli harmillista, kuinka moni kansalainen on tietämätön toiminnan tuomista mahdollisuuksista ja hyvästä mielestä.

*”Kun olin ensimmäistä kertaa ystäväni kanssa ystäväpareille järjestetyllä leirillä, mietin, voi miten paljosta ne ihmiset jäävät paitsi, jotka eivät saa kea vastaavaa!! ” (Vastaaja 19)*

Vapaaehtoistyön käynnissä pitävä voima on hyvä mieli ja siihen johtava toiminta ja ajatusmaailma. Ystävätoiminnan kokemusta voisi kuvailla ratasmaisiksi tapahtumaksi, jossa onnistumiset ja hyvä mieli ruokkivat toimintaa. Toiminnan kokeminen merkitykselliseksi ja tärkeäksi syntyi yhteisen tekemisen kautta. Kuviossa 26 on kuvattu toiminnan ratasmaisuuutta karkeasti.



Kuvio 26 Ystävätoiminnan ratasmaisuuks

### Aikaisempien tutkimuksen tulosten vertailua

Opinnäytetyössä "Jatkakaa toimintaa! Se on todella tärkeää!": Tukihenkilöiden kokemuksia Ystäväkoulutuksesta (Norrbacka 2015) -tarkasteltiin tukihenkilöiden kokemuksia Ystäväkoulutuksesta. Kvalitatiivisen opinnäytetyön tavoitteena oli tiedon kerääminen koulutuksen kehittämistarkoitukseen. Tutkimuksessa on käytetty vapaaehtoisesta ystävästä tukihenkilö-termiä. Tuolloin tutkimuksessa kehittämiskohteina nostettiin esille toive lisätä ystäväparien yhteistä tekemistä sekä hyödyntää monipuolisemmin vertaistukea. Lisäksi toivottiin koulutussisällön tarkistamista, käytännönläheisyyttä, tukihenkilön toimenkuvan tarkistamista sekä kokemusasiantuntijoiden käyttämistä. Norrbackan tutkimuksessa aineiston avulla on tuotu esille vapaaehtoistoiminnan vaikutuksia ystäväparien arjessa. (Norrbacka 2015, 51). Kehittämisen kohteiksi on tuolloin noussut muun muassa työnohjaus sekä vertaistuki. Vuonna 2019 vapaaehtoisille on tehty Ystäväkortti Toiminnan oma vapaamuotoinen kysely, jossa tiedusteltiin halukkuutta kaksi kertaa vuodessa tapahtuvaan työnohjaukseen. Vastausten perusteella työnohjausta muutettiin siten, että vapaaehtoistoiminnassa mukana oleville tarjotaan työnohjausta kerran vuodessa ja toinen ohjauksellinen kerta toteutuu retken tai muun aktiviteetin muodossa. Työnohjauksia on jouduttu perumaan vähäisen osallistujamäärän vuoksi.

Kivelän ja Pekkasen (2012) opinnäytetyö ”Kehitysvammainen henkilö tasavertaisena osallistujana- Ystävänkortti Toiminta” on toteutettu kvantitatiivisena tutkimuksena, jossa selvitettiin Ystävänkortin merkitystä käyttäjälleen. Lisäksi tutkimuksessa selvitettiin, toteutuvatko Ystävänkortti Toiminnan tavoitteet ja mitä kehittämisentoiveita toiminnalla olisi. Kivelän ja Pekkasen tutkimuksessa on tullut myös esille Ystävänkortin ja ystävän tärkeys kehitysvammaiselle henkilölle. Kivelä ja Pekkanen ovat keränneet kehitysvammaisilta henkilöiltä tietoja kyselylomakkeella, joka koettiin haastavaksi muodoksi, koska ystävyys on ilmiönä abstrakti asia. (Kivelä & Pekkanen 2012, 44.) Meneillään olevassa opinnäytetyössä aineiston keruun yhteydessä kehitysvammaisia henkilöitä haastateltiin ja samainen haaste nousi esille, vaikka tiedonkeruumenetelmä oli toinen.

## 5.2 Kehitysvammaisten henkilöiden kokemukset ystävän merkityksestä

Tutkimuksen toinen tutkimuskysymys kartoitti ystävätoiminnan merkityksiä kehitysvammaisille henkilöille. Aineistonkeruu tapahtui puolistrukturoidulla menetelmällä, jolloin keskustelun lomassa oli mahdollista tarkentaa kysymyksiä. Haastattelun teemat ovat nähtävillä liitteessä (Liite 7).

Tutkimusaineistosta nousi esille arkipäivän osa-alueita, joihin ystävän olemassaolo oli vaikuttanut. Päälimmäisenä jokaisessa haastattelussa oli kokemus **ystävän olemassaolon tärkeydestä**, joka tuli esille myös vapaaehtoisten vastauksista. Ystävyys koettiin tuovan hyvää mieltä ja se koettiin tärkeäksi, kuten otteista käy ilmi.

*”Kivalta, hauskalta, hyvältä.” H9*

*”Se on ainaskin kivaa, että on ---(ystävän nimi) ystävänä. On hyvä mieli ja on tekemistä.” H5*

*”No ystävyys tuntuu aina hyvältä.” H4*

Eräs haastateltava koki myönteisten muutoksien vaikuttaneen olemukseen.

”Haastateltava 5: Elämä on muuttunut aika hyväksi, kun sain ystävän.

Haastattelija: Mitä tarkoittaa, kun elämä muuttuu hyväksi?

Haastateltava 5. Se, että mä oon iloinen.”

Aineistosta voitiin muodostaa kolme pääluokkaa, joihin ystävän olemassaolon koettiin vaikuttaneen. Teemat, joiden alle kokemuksellisuutta oli mahdollista luokitella, olivat **edistäminen, tukeminen ja vahvistaminen**. Pandemian aiheuttamat rajoitteet koettiin pääsääntöisesti harmillisina. Toisaalta pandemian johdosta oli tapahtunut positiivisiakin asioita. Eräs haastateltava mainitsi esimerkkinä elämäntapojen muuttuneen terveellisemmäksi, koska hän ei voinut käydä ostamassa makeisia yhtä usein kuin ennen. Myös kasvomaskin käyttöön tottuminen oli tuonut helpotusta henkilön muuhun terveydenhoitoon liittyvään tapahtumaan.

Seuraavana käsitellään asioita, jotka analyysin perusteella sisältyvät ystävyys **edistäviin vaikutuksiin**. Edistävän vaikutuksen alle voidaan koota neljä tekijää, joita ovat: fyysinen aktiivisuus, turvallisuuden tunne, kodin ulkopuolisiin tapahtumiin ja aktiviteetteihin osallistuminen.

Ystävyys koettiin edistävän liikunnallisuutta, ulkoilua ja fyysistä aktiivisuutta. Haastateltavat toivat esille myös sen, mitä tapahtuu, kun ystävää ei ole ollut tai nyt kun häntä ei ole voinut tavata. Liikunnallisena harrastuksena keilauksen mainitsi kaksi haastateltavaa.

*”Jos mulla ei olisi ystävää, niin siinä voisi käydä niin, etten olisi lähtenyt pihalle ollenkaan. Ystävän kanssa on helpompi lähteä pihalle.” H5*

*”Mua ei muuten saa liikkeelle... Sohvelämä houkuttaa enemmän kuin liikuminen.” H1*

*”Biljardia ollaan pelattu.” H2*

*”Äitin kanssa oon käynyt lenkillä, jos ei ystävää ole ollut.” H3*

Ystävän koettiin lisäävän myönteistä tunnetta koetusta turvallisuudesta. Turvallisuuden tunteeseen oli vaikuttanut maastossa liikkuminen etenkin talvella. Ystävän koettiin helpottavan ulkona liikkumista konkreettisella avulla, kuten tukemalla kädestä.

*”Talvella liukkaalla voi pitää kiinni, ettei kaadu.” H4*

*”Paljon helpompi on ystävän kanssa kulkea.” H3*

Hätkähdyttävin ja konkreettisin ystävän turvallisuutta lisäävistä vaikutuksista tulee esille seuraavassa otteessa:

*”Haastateltava 3: Mua on niin paljon haukuttu. Tänään viimeksi linja-autossa.*

*Kun ystävä on mun kanssa, niin tilanne on toinen.*

*Haastattelija: Miten se on silloin toinen?*

*Haastateltava 3: Silloin ei haukuta. Mähän en uskalla yksin lähteä lenkille enää. Ystävän kanssa musta tuntuu, että olen turvassa.”*

Ystävän olemassaolon tärkeyttä ja merkityksellisyyttä ei voi olla huomaamatta edellisessä keskustelun osassa. Harmittavaa on huomio yhteiskuntamme keskeneräisyydestä erilaisuuden hyväksymisen osalta. Haastateltava toi myöhemmin esille hänen saaneen kuitenkin tilanteissa selviämiseen rohkeutta ja roolimallia ystävän toiminnan kautta.

*”Sitten musta on tullut aika kova sanomaan ihmisille. Se (viittaa ystävään) on aika kova sanomaan. Jos mua haukutaan vammaiseksi, niin mä meen sanomaan, että lopettakaa.” H3*

Ystävän kanssa henkilöiden osallistuminen kodin ulkopuoliseen toimintaan oli mainittu useammin kuin kotona oleskelu. Jokainen haastateltava mainitsi paikkoja, jotka olivat kodin ulkopuolella. Ystävän kanssa kahvilassa tai ravintoloissa käynti mainittiin kahdeksassa haastattelussa. Villiklubilla ystävän kanssa käyneensä mainitsi seitsemän haastateltavaa. Villiklubi on erityistä tukea tarvitseville tarkoitettu kohtaamispaikka, jonka tavoitteena on yhteinen vapaa-ajan vietto yhdessä muiden kanssa. Villiklubeista on tullut tuttu asia eri puolella Suomea asuville ”Jotta kukaan ei jäisi yksin” –hankkeen myötä. (Tukiliitto 2020.) Villiklubia

koskevista keskusteluista tuli toisinaan esille tapahtumien liian kova meteli. Metelin vuoksi Villiklubilla käynti oli jäänyt joiltakin kokonaan pois. Metelin toivottiin vähenevän, koska Villiklubi-ajatus oli muuten hyvin myönteinen. Yksittäisiä mainintoja ystävän kanssa käydyistä paikoista olivat teatteri-, huvipuisto-, sirkus-, ostos- ja kirpputorikäynnit. Ystävänkorttia oli käytetty aina kun se oli ollut mahdollista. Sirkukseen mennessä oli hankittava kansainvälinen kortti.

*"Oommä ollut kaikissa reissuissa ja esimerkiksi mä oon ollut Ylisfestareilla ja aika paljon ollut Villiklubilla ja sitten olen ollut Karmassa laulamassa karaokea. Mä monesti aina hengailen sen (ystävän) kanssa, niinkun tapahtumissa."* H5

*"Shoppailemassa ollaan oltu..... Kaupungilla ja syönyt..... Elokuvissa."* H8

*"Joo, en nyt kaikkea muista. Ystäväparileireille oon osallistunut."* H1

*"Retkelläkin voi olla."* H7

Ystävän kanssa oli helpompaa myös osallistua tilaisuuksiin, joissa käsiteltiin omia asioita. Ystävän koettiin antavan tukea ja selittävän asioita, jos niitä oli vaikea ymmärtää. Yhden haastateltavan mielestä ystävän olemassaolo edisti osallisuutta omassa kohderyhmässä ja vaikuttamisen mahdollisuutta.

*"Ollaan oltu kehitysvammaisten tuki... mitä ne on... niissä kokouksissa."* H3

Kuten myös fyysisen aktiivisuuden kohdalla todettiin, ystävä oli kannustin, jota ilman tilaisuus olisi saattanut jäädä väliin, kuten selviää erästä otteesta:

*"Haastateltava 3: Kävin konserteissa sen (ystävän) kanssa.  
Haastattelija: Olisiko mennyt yksin, jos ystävä ei olisi tullut?  
Haastateltava 3: En."*

Ystävyyden koettiin **tukevan** eri osa-alueita, joista usein mainittiin tunne-elämä ja kommunikointi. Yhteinen vietetty aika käytettiin jutteleamalla, tekemisen ohella. Kommunikoinniksi

tässä tulkittiin yhteiset juttelut. Juttelut koettiin yhteiseksi tekemiseksi ja tavaksi viettää aikaa yhdessä. Poikkeusolojen aikana soiteltiin jonkin verran ja etäyhteyttä oli kokeiltu muutamien kanssa. Mieluummin tavattiin kuitenkin kasvokkain. Kehitysvammaisten henkilöiden, kuten myös muidenkin, elämässä perheenjäsenistä on muodostunut ystäviä, mutta on tärkeää, että on joku muukin, kuin ne, joiden kanssa on paljon muutenkin tekemisissä. Yksi haastateltavista toi esille ystävyysmerkitseisyyden seuraavasti:

*"Haastattelija: Kenelle sitten soittaisit, jos ystävälle ei voisi soittaa?  
Haastateltava 8. Äitille."*

Myös muissa vastauksissa aiheesta mainittiin.

*"Kun on joku, jonka kanssa jutella. Ei ole muita. On tuttuja, mutta ei kavereita." H2*

*"Kiva, kun on joku muukin kaveri kuin vanhemmat." H9*

*"Ystävän kanssa on niin helppo jutustella." H7*

Ystävän kanssa käydyillä keskusteluilla oli merkitystä monessa eri asiassa, mutta usein esille nostettiin tunne-elämään liittyvien aiheiden käsittely. Ystävyys koettiin edistäneen jokaisen haastateltavan myönteistä tunne-elämää, se ei pelkästään tuonut helpotusta tunteista puhumiseen. Eräs haastateltava koki, että ystävällä on taito tukea ja lohduttaa.

*"Pystyn puhumaan tunteista ystävälle, mutta en muille. Ystävä tietää, että mulla on vaikea niistä puhua. Tunteet heittelehtii ... kun on yksin." H1*

*"Tulee hyvä olo." H8*

*"Mä olen maailman onnellisin ihminen, siis tällä hetkellä." H3*

*"No jos on sellainen asiat, että voi puhua. Silloin ystävä on tukena. Jos on vaikeaa, niin ystävä sanoo, että mennä vaan eteenpäin." H4*

Ystävän saaminen osui eräällä haastateltavalla huonoon hetkeen.

*"Ystävää joutui odottamaan kauan, ja sitten kun sen sai, tuli korona ja sotki kaiken." H9*

Ystävyysuhteen vahvuus ja kestävyys kävi ilmi poikkeusolojen aiheuttamista rajoitteista huolimatta. Poikkeusolojen vaikutuksista paistoi päällimmäisenä harmi, mutta niistä näkyi myös toiveikkuus. Haastateltavista osa kertoi asioita, joita aikoo tehdä, kun poikkeusoloista selvitään.

*"No silloin kun ei ollut vielä koronasta puhetta, niin ois pitänyt mennä kirppiksille mutta ei sitte päässyt menemään." H6*

*"Harmittaa kun ei ole nähnyt, kun on korona. Sitte varmaan kun korona rauhoittuu, niin sitte se (ystävä) voi tulla." H5*

*"Toisaalta tuntuu taas pikkasen oudolta, kun ei voi tavata kuten tahtoisi." H4*

*"No, ei kai sinänsä mutta vähäsen harmittaa, kun on muuttunut (viittaa tapaamisiin). Kun ei tällaista ollut ennen. Ja kai se tässä pahinta." H3*

*"Ei olla oltu Villiklubilla korona takia. Mutta ajateltiin mennä sinne kun pääsee." H3*

*"Kun koronasta päästään ohi, sitte voi tulla vaikka kesätori." H8*

*"Oon niin väsynyt Koronaan." H1*

*"Mä haluaisin olla sen ihmisen kanssa enemmän. Se on aivan oikeasti ihana ihminen." H3*

Tunteiden käsittelyn koettiin olevan helpompaa ystävän kanssa, koska tuttu ystävä oli oppinut ymmärtämään ja kannustamaan oikealla tavalla. Luottamuksen syntyminen oli yhteydessä siihen, kuinka paljon tunteista uskallettiin ystävälle puhua. Toisille se oli luontevampaa, toisilla luottamuksen syntymiseen tarvittiin enemmän.

*"Ja meillä on luottamus... sillai vähän tullut. Niinku uskaltaa sanoa joitakin asioita." H3*

*"Pystyn kato luottamaan siihen." H2*

Ystävyys oli **vahvistanut** jo olemassa olevia asioita, tai niitä, jotka olivat hakeneet omaa muotoaan henkilöiden elämässä. Aineiston pohjalta tuli esille, että ystävän kanssa vietetty aika tai hänen kanssaan käydyt keskustelut olivat vahvistaneet käsitystä omasta itsestä ja antaneet vahvistusta roolimalliin erityisesti aikuisuudesta.

*"Puheliaampi, luotan itseeni enemmän. Puhun enemmän. Se (ystävä) on samanoloinen kun minä. Olen paljon iloisempi. Aiemmin oli paljon mieli maassa." H2*

*"Oon tyytyväinen." H5*

Ystävän koettiin tuoneen vahvuutta minäkuvan kehittymisessä, itsevarmuudessa ja rohkeudessa. Ystävän merkityksellisyyttä korosti se, ettei aina tarvinnut selittää asioita, vaan ymmärrys ja yhteinen sävel löytyi helposti. Keskusteluista tuli esille samanhenkisen kaverin tärkeys, joka ymmärsi asioita. Ystävä hyväksyy sellaisena kuin on ja kannustaa toimimaan omalla tavallaan.

*"Ystävä ymmärtää." H8*

*"Ei tartte yrittää olla parempi." H3*

*"Saa olla oma ittensä. Olen saanut rohkeutta enemmän. Uskaltaa tehdä asioita omalla lailla ja tavata ihmisiä." H3*

*"Olen tullut itsevarmaksi ja pystyn tekemään asioita." H4*

Eräs vastaaja toi esille, että ystävän iälläkin on merkitystä. Ystävän kautta oli mahdollista saada tukea omassa kasvussa, matkalla aikuisuuteen.

*"Uusi aikuinen kaveri." H6*

Ystävyysden toivottiin tuovan myös sellaista vahvuutta, joka toimisi yksin ollessa.

*”Mä oon niin arka. Multa pitäis saada se arkuus pois. Kahdestaan pystyn puhumaan.” H3*

Haastateltavista osalla oli myös henkilökohtainen avustaja, joka auttaa päivittäisissä tehtävissä. Haastateltavat olivat tavanneet avustajia pandemian aikana ja saaneet siinä jutella. Haastateltavat eivät maininneet, että ystävä olisi auttanut heitä konkreettisissa asioissa, vaan se yhdistettiin enemmän avustajan toimenkuvaan. Eräs haastateltava kertoi omalla tavallaan käytännön eron avustajan ja ystävän välillä:

*”Avustaja auttaa mua käytännönasioissa esimerkiksi ruuan laitossa tai jos pitää mennä kauppaan. Ystävä taas on sellainen vapaa-ajan ystävä, jonka kanssa voi tehdä kaikenlaista eli on vaan seuraystävä.” H4*

Haastatteluissa tuli toisinaan esille kielelliset haasteet. Haasteena oli joskus löytää tapahtumaa kuvaavaa sanaa tai asia, jota he tarkoittivat. He kertoivat tilanteista, joita olivat kokeneet. Seuraavana ote eräästä keskustelusta:

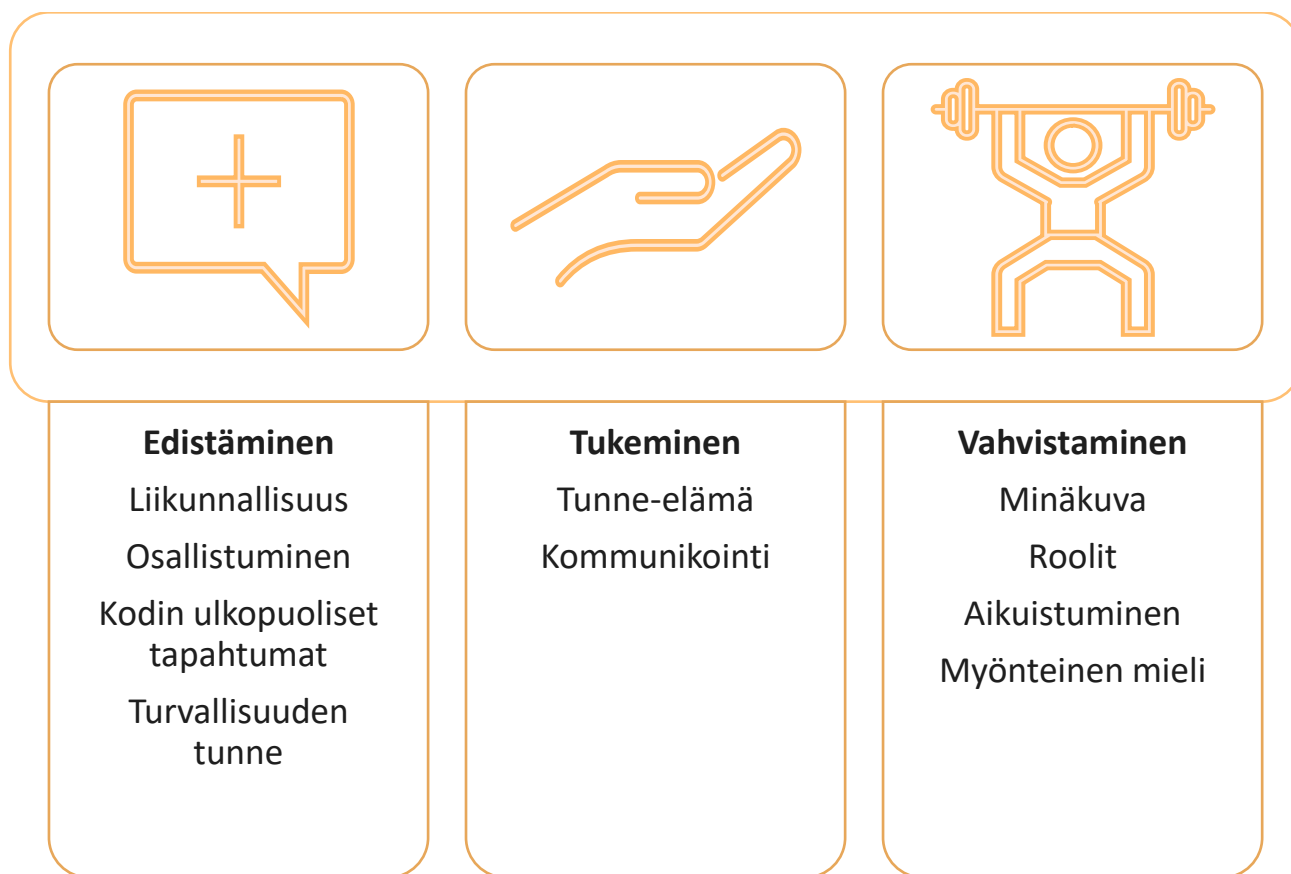
*”Haasteltava 4: Jos on joku vaikea asia, niin ystävä sanoo, että mennä vaan eteenpäin.*

*Haastattelija: Onko se silloin sun mielestä myös lohduttamistakin?*

*Haastateltava 4: On”*

Haastattelija voi muodostaa vastauksesta kysymyksen, jonka haastateltava sitten vahvistaa. Tällöin haastattelun vastaus on muotoiltu yhdessä. Mikäli haastattelija osallistuu merkittävästi vastausten tuottamiseen, on se huomioitava analysoinnissa. (Ruusuvuori & Tiitula, 2017, 56–57.) Tätä opinnäytetyötä varten tehdyissä haastatteluissa edellä kuvattuja täydennyksiä ja tarkennuksia tuli muutamia. Pääosin haastateltavat toivat itse esille ne sanat, jotka kuvasivat tilanteita riittävästi. Ystävän kanssa toimiminen oli sujunut joustavasti vastaajien mukaan. Kysymyksessä ”Onko ystävän kanssa tullut riitaa?”- kysymystä pidettiin kummallisena vastausten äänensävyistä päätellen. Poikkeuksetta vastaus oli ” No ei”.

Kehitysvammaisten henkilöiden haastatteluaineiston pohjalta on muotoiltu kuvio 27, johon on koottu ystävyyden merkitykset eri teemojen alle. Teemoissa on henkilökohtaisen kasvun tekijöitä, jossa jokainen etenee omalla tavallaan.



Kuvio 27 Ystävyyden mukanaan tuomia merkityksiä ja vaikutuksia kehitysvammaisten kuvaamina

## Ystävä on henkinen apuväline henkilökohtaiseen kasvuun

Vapaaehtoisina toimivilta kysyttiin heidän näkemystään siitä, miten ystävätoiminta on vaikuttanut kehitysvammaisten elämään. Kysymyksen tarkoituksena oli saada selville vapaaehtoisten mielestä merkityksellisiä asioita, jotka tukisivat kehitysvammaisten henkilöiden vastauksia. Avoimeen kysymykseen oli vastannut yhtä lukuun ottamatta jokainen. Vastauksen määrästä on pääteltävissä, että ystävyyden tuomaa merkitystä oli helppo tuoda esille. Eniten ystävyyden arveltiin lisäävän **kokemuksellista rikkautta** kehitysvammaisten elämässä erilaisiin tapahtumiin osallistumisen myötä. Lisäksi kokemuksellisuutta lisäsi erilaisissa paikoissa vierailu, mikä toi arkirutiiniin vaihtelua. Vapaaehtoisten vastauksissa mainittiin usein keskustelut, juttelut ja soittelut. Eräs vastaaja mainitsi tärkeäksi, että on joku, jolle voi kertoa asioita, joita äidille ei kerrota.

Analyysin pohjalta voidaan tulkita vapaaehtoisen ystävän toimivan väylänä ja apuvälineenä. Ystävän kautta kehitysvammaisen henkilön elämä saa uutta sisältöä, se uudelleen muotoutuu ja jäsentyy hänen omien toiveidensa ja vahvuksiensa mukaisesti. Ystävätoiminta on eräs tukipilari kehitysvammaisen henkilön elämässä. Ystävä voi paikata niitä rajoitteita, joita kehitysvammaisella on, kuten eräs vastaajista tuo esille:

*”...näkövammaisena olen hänelle silminä, jos on tarve”. (Vastaaja 16)*

Monessa vastauksessa mainittiin ystävän toimineen rohkaisijana erilaisten asioiden äärellä. Rohkeuden puute voi estää osallistumasta uusiin asioihin. Vapaaehtoisten vastauksista oli pääteltävissä ystäväparien yhteisen tekemisen keskittyvän iloisten hetkien luomiseen. Vapaaehtoiset eivät missään vaiheessa tuoneet esille olevansa uhrautujia, vaan päinvastoin tekeminen ja onnistuminen koettiin voimaannuttavana elementtinä.

Eräaseen vastaukseen kiteytyy koko ajatus Ystävätoiminnasta:

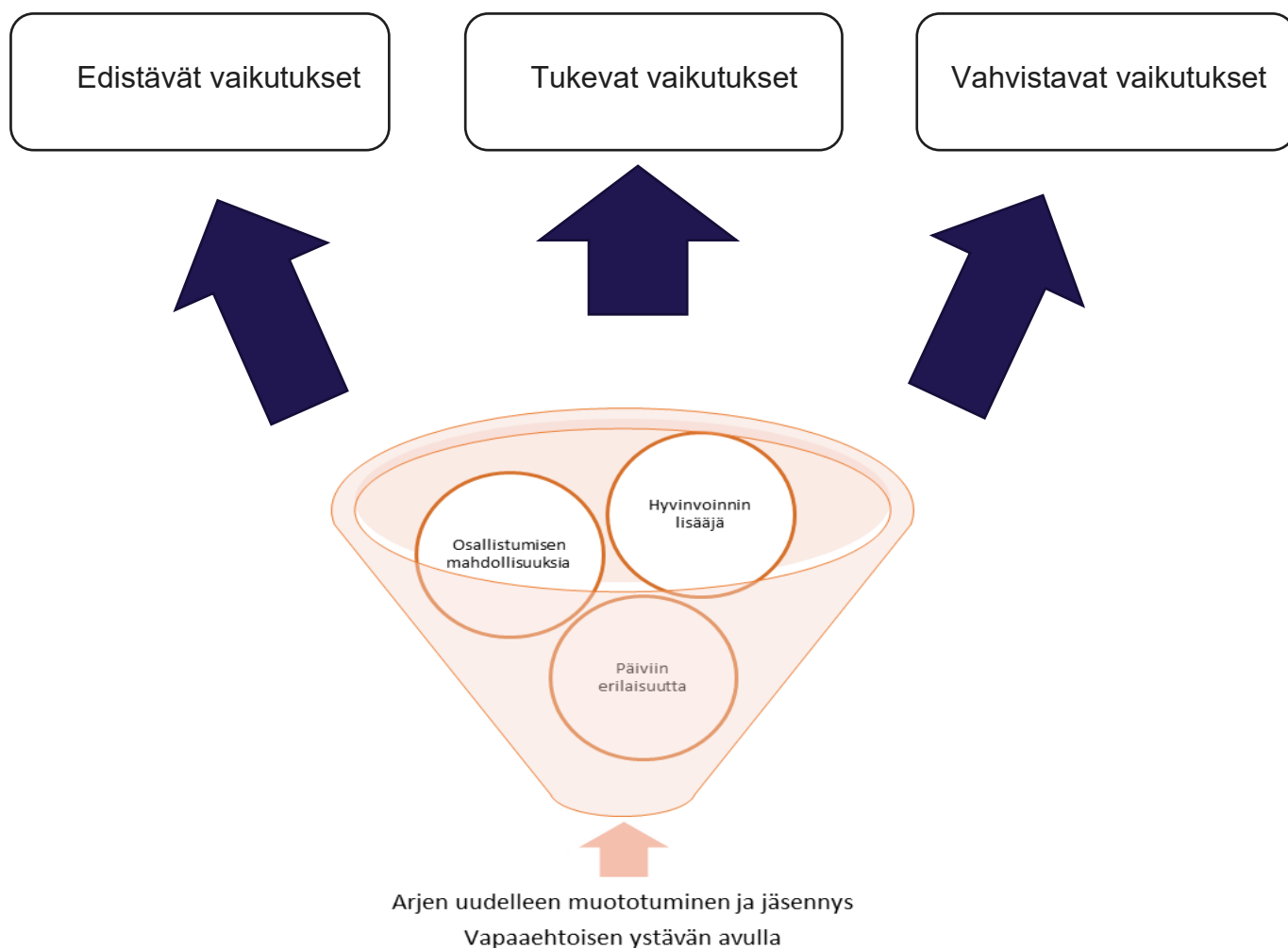
*”Toiminta on tärkeä linkki monelle yksinäiselle löytää ystäviä. Edesauttava, kannustava, kunnioittava, tasa-arvoinen mahtava toiminta.” (Vastaaja 21)*

Edellä olevasta vastauksesta voi päätellä linkin olevan tärkeä jokaiselle ystävää etsivälle, ei vain kehitysvammaiselle henkilölle. Vapaaehtoisten vastauksista voi huomata ystävyysden tärkeyden, jota kehitysvammainen henkilö on tuonut esille tavalla tai toisella. Joko henkilö oli itse sitä sanoittanut, tai vaihtoehtoisesti asumisyksikön työntekijä on tuonut asiaa esille tai vanhemmat ovat huomioineet asian. Eräs vastaajista toi esille pitkän ystävyysden etuja:

*”....seitsemän vuoden ystävyysden jälkeen tiedän ja tunnen kyllä mitä tämä antaa sekä ystävälle että minulle ”. (Vastaaja 10)*

Johtopäätöksenä vastauksista voidaan koostaa ystävän merkityksellisyyttä havainnollistava suppilomainen kuvio (Kuvio 28). Suppilo kuvastaa ystävätoiminnan merkityksellisyyttä

henkilökohtaista kasvua laajentavana elementtinä. Arki ja sitä myötä henkilökohtainen kasvu muotoutuu ja jäsentyy uudella tavalla uusien kokemusten kautta. Päivien erilaisuus ja osallistumisen mahdollisuudet lisäävät hyvinvointia. Ystävä on henkinen apuväline, joka toimii arkea edistävien, tukevien ja vahvistavien teemojen keskellä. Vapaaehtoisten vastaukset antoivat uutta näkökulmaa kehitysvammaisten vastauksille ja näin tukivat kokonaiskuvan muodostumista. Sosiaalisen kohtaamisen tärkeyttä, kuuntelua ja keskustelua puolin ja toisin, ei voinut olla huomaamatta.



Kuvio 28 Ystävätoiminnan merkitys kehitysvammaisille henkilöille vapaaehtoisten näkökulmasta

### 5.3 Tutkimuksen eettiset seikat sekä luotettavuus

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuus tiivistyy kolmeen seikkaan: uskottavuuteen (validiteetti), luotettavuuteen (reliabiliteetti) ja eettisyyteen. Niiden määrittely ei ole tarkkarajaista, eikä aina selkeää. Niiden olemassaolon tärkeys laadullisessa tutkimuksessa tulee esille silloin, jos yksikin näistä kolmesta ei täytä sille asetettuja vaatimuksia. Laadullisen tutkimuksen pohja on näiden kolmen yhdistelmässä. Uskottavuudella on yhteyttä siihen, miten saa muut vakuuttuneeksi tuloksen todenperäisyydestä. Uskottavuutta vahvistaa muun muassa analyysin tarkka kuvaus. Luotettavuus tulee esille silloin, kun tutkimuksessa on käytetty perustellen tiettyä aineistonkeruumenetelmää ja vastattu siihen mitä on kysytty sekä lisäksi kuvattu tutkimusprosessia sisältäen sen virhereitit. (Puusa & Juuti 2020c, 175.)

Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettisiin suosituksiin pohjautuen (9.1.2020) tutkimuksessa on huomioitu seuraavia eettisiä tekijöitä: kyselyissä yksityisyydensuoja ja anonymiteetti, tutkimussuostumukset haastatteluun osallistuvilta sekä tutkimusaineiston avoimuus (Arene 2020, 9). Hyvään tieteelliseen käytäntöön sisältyvät tutkimusluvan hankkimisen lisäksi myös rehellisyys ja tarkkuus. Työssä on käytettävä tieteellisiä menetelmiä, tulosten on oltava avoimia, työssä kunnioitetaan muiden tekemiä töitä lähdeviittaukset huomioiden sekä huolehditaan tietosuojasta. Tieteellisten tutkimusmenetelmien avulla voidaan varmistaa tutkimuksen reliabiliteetti ja validiteetti. (Kananen 2017, 190.) Luotettavuutta lisää kyselyn toteuttamistapa. Verkkokyselyt ovat kustannustehokkaita, lisäksi vastausten tallentamisessa suoraan järjestelmään, poistuu virheille altis paperisten vastausten tallentaminen käsin. (Vehkalahti 2014, 48.)

Tutkimuksen validius, josta voidaan puhua myös pätevyytenä, toteutuu silloin, kun tutkimus on vastannut siihen, mitä tutkimuskysymykset edellyttävät. Reliabiliteetti tuo esille sen, kuinka tarkasti asioita on mitattu. (Vehkalahti 2014, 41.) Liiallinen tarkkuus ja asioiden kysyminen pelkästä mielenkiinnosta ei ole riittävä peruste. Tässä työssä kyselylomakkeen testausvaiheessa palautteesta tulikin esille, että kysymyksiä on paljon, vaikkakaan niissä ei esiintynyt toistoa. Palautteiden pohjalta kyselyä tiivistettiin, joskin sinne siitä huolimatta jäi virheitä ja kysymyksiä, joiden tuottamat vastaukset eivät olleet tutkimuskysymyksen kannalta erityisen tärkeitä.

Tutkimuksessa välittämisen etiikan näkökulmasta katsottuna on tärkeää käyttää tutkimuksen tuloksia vain alkuperäiseen tarkoitukseen ja tutkimuskysymysten käsittelyyn. Aineiston irrottaminen asiayhteydestä on epäeettistä. (Syrjälä, Estola, Uitti & Kaunisto 2006, 191.)

Haastatteluun osallistuminen perustui vapaaehtoisuuteen, joka varmistettiin kirjallisella sopimuksella. Haastatteluissa esiintyvät nimet on muutettava anonymiteetin varmistamiseksi. (Dufva 2011, 142.) Haastattelun tiedonantajina ei ollut alaikäisiä, mutta henkilöiden ollessa kehitysvammaisia, varmistettiin vastaajan olevan täysivaltainen tai hänen huoltajaltaan tai muulta vastaavalta henkilöltä saatiin suostumuksen varmistus. Haastattelutilanteessa pyrittiin luotettavaan keskusteluun järjestämällä haastattelupaikka rauhalliseksi ja tilanne luontevaksi. Haastattelun alussa varmistettiin nauhoituksen tapahtuvan haastateltavien luvalla. Nauhoittaminen vaikutti joihinkin haastateltaviin tuomalla jännitystä, joka laimeni haastattelun edetessä. Kyselylomakkeet/sähköinen linkki toimitettiin vastaanottajille toimiston kautta, jolloin vastaajien henkilöllisyys ei tullut esille. Kyselyissä ollut arvontalipuke ja vastaukset käsiteltiin erillisinä tiedostoina. Kyselyissä vastaajia ei pystynyt tunnistamaan ja vastausten otteisiin on valittu kohtia, joista ei pysty päättämään vastausta. Kyselylomakkeet, arvontalomakkeet, äänitteet ja litteroinnit tuhottiin tutkimuksen jälkeen asianmukaisesti. Ystävänkortti Toiminnan kanssa on allekirjoitettu luottamuksellisuussopimus 10.11.2020.

Vilkan (2005) mukaan Loppupäätelmien teossa toimeksiantajan mukana olo lisää luotettavuutta ja avoimuutta. Toimeksiantajan ottaminen mukaan pohdintoihin varmistaa sen, ettei julkaisussa ole tietoja, jotka voisivat haitata toimintaa. Tutkimusprosessissa tärkeää on sen valmistumisen lisäksi tiedottaa tutkimuksen tuloksista. Tutkimustulosten julkistaminen lisää avoimuutta ja se mahdollistaa myös jatkumon. Tutkimuksen tarkoitus on saada aikaan keskustelua ja herättää jatkotutkimusideoita. (Vilkka 2015, 84.) Tässä opinnäytetyössä toimeksiantajan kanssa tehtiin yhteistyötä ja ennen työn julkistamista kokonaisuutta arvioitiin.

Tutkimuksen luotettavuutta voidaan kuvailla vastausprosentin kautta. Mitä useampi henkilö jättää vastaamatta, sitä suurempi on kato. Mikäli vastausprosentti jää matalaksi, aineisto jää suppeaksi. (Vehkalahti 2014, 44.) Tässä opinnäytetyössä vastausprosentti oli 51 %, jota voidaan pitää hyvänä.

Tässä opinnäytetyössä tutkimuksen luotettavuuteen vaikutti kyselyssä olleet virheelliset kohdat. Eettisyyteen vaikuttavana tekijänä tuli esille saatekirjeessä puuttuvan tiedon osuus, joka tuli esille erään huutomerkillä painotetun vastauksen yhteydessä. Kyselylomakkeessa huutomerkillä varustettu vastaus kiinnitti huomiota, kuten varmaan oli tarkoituskin. Avoi-meen kysymykseen: ”Miten mielestäsi ystävätoiminta on vaikuttanut kehitysvammaisen henkilön elämään?” tuli eräänä vastauksena seuraavanlainen aiheellinen kommentti:

*”Eiköhän tätä pitäisi kysyä ystävältäni!” (Vastaaja 19)*

Vastausta tulkitessa havaittiin vastaajien jääneen vaille tärkeää tietoa. Heille olisi pitänyt tuoda esille, että kehitysvammaisille henkilöille tehdään oma aineistonkeruu. Heikkisen mukaan huutomerkien käyttäminen tekstissä voidaan tulkita painokkaaksi kehotukseksi. Sitä voidaan käyttää korostamaan erityisesti jotain tiettyä asiaa. (Heikkinen 2020, 184.) Esimerkin vastaaja on -hän päätteellään tuonut esille kehoituksenomaisuutta. Liitepartikkelin, tässä tapauksessa ”-hän” käyttö huutomerkien kanssa käytettynä korostaa asian tärkeyttä (Heikkinen 2020, 84).

Samansuuntaisesti oli käynyt eräässä toisessa vastauksessa. Vastaaja oli ratkaissut asian kysymällä asiaa kehitysvammaiselta henkilöltä itseltään. Toimeksiantajan kanssa päädyttiin valaisemaan asiaa tarkemmin työn valmistumisen yhteydessä.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä osiossa kootaan yhteen aineiston tuottamat tulokset, yhdistetään ne teoriaan sekä osoitetaan yhteys aiempiin tutkimuksiin. Kappaleessa tuodaan esille tutkimuksen rajoitteet ja mahdolliset jatkotutkimukset.

Tutkimuksen tuottaman aineiston pohjalta voidaan todeta Ystävänkortti Toiminnan jatkaneen tasaista kehityksen kulkua. Kyselyn tuottaman tiedon perusteella **toiminnan vahvuudet ovat koulutuksen onnistumisessa, yhteydenpidon sekä virkistystoiminnan onnistumisessa ja avun pyytämisen helppoudessa**. Haastatteluiden perusteella löytyy selkeä yhteys sen välillä, mitä kehitysvammaiset henkilöt kokivat ystävyys tuoneen ja mihin vapaaehtoisina ystävinä toimivat arvelivat toiminnan vaikuttaneen.

Ystävänkortti Toiminta on ylläpitänyt toimintaa, johon toimijat ovat edelleen tyytyväisiä. Vastausten keskiarvot olivat neljän molemmin puolin, joka kertoo hyvästä kokonaisuudesta. Haastatteluiden ja kyselyn perusteella voidaan ystävätoiminnalla todeta olevan **merkitystä koettuun hyvinvointiin** niin vapaaehtoisina toimiville kuin kehitysvammaisille henkilöillekin. Tätä tulkintaa tukee kartoittava kansainvälinen tutkimus, joka on toteutettu EU:n alueella. Edellä mainitun tutkimuksen mukaan vapaaehtoistyön tekemisen on todettu lisäävän tyytyväisyyttä, parantavan koettua terveyttä ja sillä on myönteinen vaikutus selviytymiskykyyn. (Casiday, R. 2008, 1.)

### 6.1 Sopuisaa yhdessä olemista

Ystävätoiminta koettiin sopuisaksi yhdessä olemiseksi. Hyvän mielen yhteys hyvinvointiin ja sitä kautta resilienssiin oli nähtävissä. Resilienssin merkitystä erityisesti COVID-19-pandemian aikana ovat tuoneet esille useat lähteet, joista esimerkkinä lääketieteen Duodecim`n julkaisema katsaus vuodelta 2020 (Laukkala, Tuisku, Junttila, Haravuori, Kujala, Haapa & Jylhä 2020, 2005). Julkaisu tukee tämän opinnäytetyön avulla esille tulleita ajatuksia ystävän merkityksestä erityisesti poikkeusaikana ja sen ylimenovaiheessa. Muita tätä opinnäytetyötä tukevia tutkimuksia on esimerkiksi vuorovaikutuksen merkityksellisyydestä. Tutkimus kehitysvammaisten sosiaalisesta vuorovaikutuksesta (Miettinen 2020, 146) tukee ajatusta, että ystävyys on perustuttava johonkin muuhun kuin esimerkiksi päivittäisiin

hoidollisiin tarpeisiin. Avustaja ei siis voi korvata ystävän paikkaa, koska toiminnan lähtökohdat ovat erilaiset.

Tässä opinnäytetyössä tuli vahvasti esille ystävätoiminnan **osallisuutta** tukevat elementit. Tekemisen sisältö oli ystäväparien yhdessä valitsema, ei muiden sanelema. Tämän opinnäytetyön myötä esille tulleet johtopäätökset ystävyysmyönteisistä vaikutuksista psyykkiseen hyvinvointiin saavat tukea myös vuonna 2016 tehdystä tutkimuksesta, joka käsittelee ystävyys-suhteen merkitystä elämänhallinnassa. Tutkimuksen mukaan ystävyys-suhteet tukevat muun muassa sopeutumista eri tilanteisiin. (Bakalım & Taşdelen Karçkay 2016, 2.)

Kysely tuotti tietoa ystävätoiminnan vahvuuksista ja kehittämisen tarpeista. Kyselylomakkeiden vastauksista osa koski jo mennyttä aikaa ja kokemus koulutuksen sisällöstä oli pätevä siihen aikaan. Vastaajien esittämät toiveet aineiston sisällöstä antoivat ajateltavaa toimекsiantajalle. Koulutuksen sisältöä on muutettu vuosien varrella paremmin palvelevaksi ja kyselyn perusteella vanhoja aineistoja nostettiin uudelleen tarkasteltavaksi. Ystävätoiminta koettiin merkitykselliseksi monestakin syystä, esimerkiksi sen kautta tuli elämään sisältöä ja uusia tuttavuuksia ja joillekin se oli luonteva jatke työelämän jälkeen. **Yhteistä oli hyvän mielen saaminen ja tuottaminen.**

## 6.2 Ystävätoiminnan osa-alueiden kehittäminen

Vastauksena ensimmäiseen tutkimuskysymykseen: ”Mitä Ystävätoiminnan osa-alueita voidaan kehittää kartoituksen pohjalta?”, on johtopäätökset esiteltävissä neljän osa-alueen osalta: Ystäväkoulutus, Vapaaehtoistyön ja Ystävätoiminnan käytänteet sekä Pandemian vaikutukset. Ystäväkoulutuksen osalta enemmistö oli tyytyväinen koulutuksen kokonaiskuvaan sisällön ja koulutustapojen puolesta. Koulutuksen sisällön päivittäminen ja toimintatapojen uudistaminen kehittäväksi ja monipuoliseksi toiminnaksi olisi jatkossakin tärkeää. Ystävätoiminnassa mukanaolevien elämäntilanteita on hyvä käydä läpi aika ajoin muuttuneiden olosuhteiden ja mahdollisuuksien vuoksi. Etäyhteyden kautta toteutuvat koulutukset ja tapaamiset mahdollistavat osallistumisen mistä tahansa, mutta toisaalta se vaatii uudelleenmuotoilua kanssakäymisen, ryhmäytymisen ja keskustelujen osalta ja edellyttää tekniikan hallintaa. Osa kehittämis ehdotuksista oli jo huomioitu, kuten toive materiaalin lähettämisestä koulutukseen osallistujille. Jatkokoulutuksille ei enemmistö nähnyt olevan tarvetta, mutta

sitä vastoin työnohjaus ja vertaistuki koettiin tarpeelliseksi. Lisäksi voidaan todeta, että vaikka suurin osa ei pitänyt jatkokoulutusta tarpeellisenä, niin jonkinlaiset muistuttamiset, esimerkiksi Ystävänkortin tuomista mahdollisuuksista voisivat olla tarpeen.

Vapaaehtoistyön käytänteissä yhteydenpidon koettiin toimivan erittäin hyvin. Erityisesti pandemian aikana oli huomioitu tiedottaminen ja kannustukset palkkioineen. Toiveet yhteydenpidosta vaihtelivat suuresti. Kokemus yhteydenpidon tärkeydestä on subjektiivinen, jolloin jokainen kokee sen omalla tavallaan. Jokaiselle toimijalle löytyy varmasti sopiva rytmi käytännön tilanteiden pohjalta. **Kehittämisideoiksi nostettiin tiedottaminen myös muista kehitysvammaisille henkilöille sopivista tapahtumista**, ei vain ainoastaan Ystävänkortti Toiminnan järjestämistä tapahtumista. Yhteiset tapahtumat lisäävät yhteenkuuluvuutta ja mahdollistavat verkostoitumisen ja vertaistuen. Enemmistön mukaan ystävätapaamiset olivat toimineet ilman erityistä avun tarvetta. Avun tarpeen vähäinen määrä yllätti, mutta se on mahdollisesti selitettävissä sillä, että toimintaan osallistuu henkilöitä, joilla on maalaisjärkeä ja taitoa selvittää tilanteista. Lisäksi onnistunut koulutustapahtuma palvelee käyttäjiään kattavasti. Toiminnan rahoittajaa varten tarvitaan vapaaehtoisina toimivilta tietoa ystävätoimintaan käytetyistä tunteista. Vastausten perusteella tuntien ilmoittaminen olisi tehokkaampaa ja luotettavampaa **reaaliaikaisella sovelluksella**. Reaaliaikaisuus vähentäisi mahdollista unohtamista ja päällekkäistä merkkäämistä. Älypuhelimille olisi mahdollista saada sovellus toisin sanoen appi, jolla tunnit voitaisiin ilmoittaa heti. Tämänhetkiseen tilanteeseen ja jatkossakin tapahtuviin tapaamisiin **toivotut materiaalit vinkkivihkosista** ovat toteuttamiskelpoisia jo olemassa olevilla menetelmillä.

Ystävätoiminnan käytänteissä erityisesti ystäväparien yhteensovittaminen on onnistunut, koska tekeminen ja yhdessäolo koettiin mielekkääksi. **Yhteisiä tapaamisia toivottiin jo ennen ystävyssuhteen solmimista**, jolloin voisi tutustua mahdollisiin ystäviin. Yhteisten keskustelujen merkitystä korostettiin eri yhteyksissä. Työnohjaus ja vertaistuki voisivat toimia keinoina kehittää ongelmanratkaisutaitoja. Muiden kanssa toimiessa voi ammentaa kokemuksista itselle toimivia vinkkejä. Vapaaehtoisille on olemassa ryhmiä, esimerkiksi WhatsApp-sovelluksessa, jossa on mahdollista keskustella muiden vertaisten kanssa. Ryhmän toiminta oli tällä hetkellä melko hiljaista, joten toimiakseen se vaatisi uudelleenherättelyä mahdollisesti ystäväkouluttajien toimesta.

Ystävätoiminnan käytänteissä virkistystoiminta oli onnistunut kokemus niiden osalta, jotka olivat sen päässeet kokemaan. **Virkistystoiminta nousikin ystävätoiminnan yhdeksi vahvuudeksi.**

### 6.3 Kehittämistoiveita pandemian ajalle

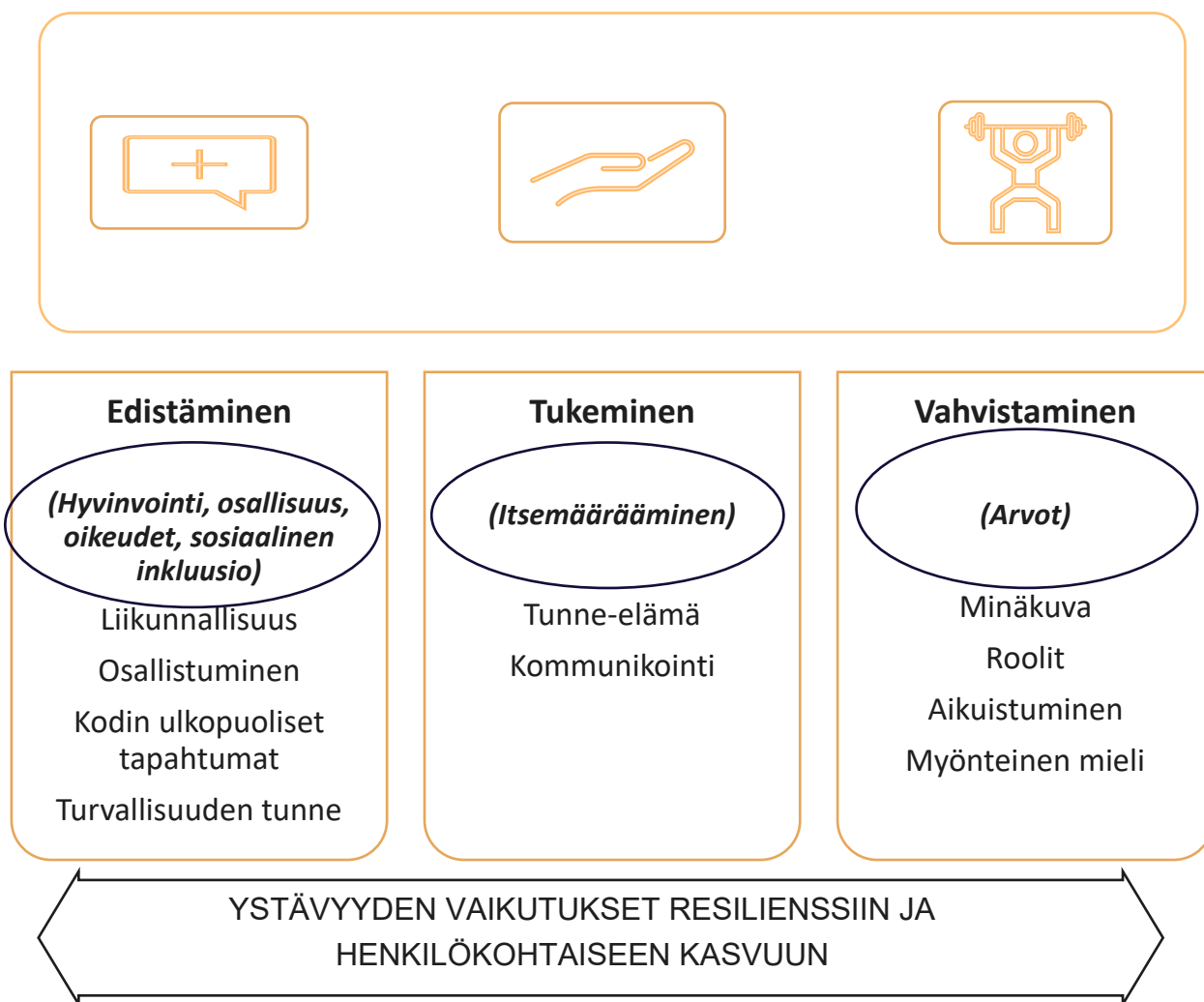
COVID-19-pandemia oli aiheuttanut kyselyyn vastanneiden mukaan haittoja erityisen paljon. Pandemian vuoksi virkistystoimintaa odotettiin erityisen paljon. Ulkona pidettävät tapahtumat, mahdollisesti muuallakin kuin Seinäjoella, tukevat ystävien tapaamista turvallisesti ja ne tarjoavat mahdollisuuden vertaistukeen. Tähän tutkimukseen osallistuneilla haastateltavilla oli pandemian väistymisestä toiveikas ajatus. Myös haastateltavat kokivat pandemian muuttaneen normaalia ystävän tapaamisen rytmiä erittäin paljon. Aiemmin tapaamisissa oli säännöllisyyttä, mutta nyt keskusteluissa tuli esille epävarmuutta siitä, milloin ystävän voi nähdä seuraavaksi. Koronaväsymys oli selkeä. Ystävyyttä pyrittiin pitämään yllä kuitenkin sillä hetkellä mahdollisin keinoin eli puhelinsoitoilla, pikaisilla tapaamisilla tai ulkoiluilla. Suurimmalla osalla keinoja etätapaamisiin ei ollut. **Pandemian aikaiseen digitoimintaan tarvitaan sekä välineistöä että osaamista.** Tällä hetkellä toimisto toimittaa ohjeistuksia etätapahtumiseen osallistuville. Digitaalisen osaamisen vahvistamiseen sekä laitteiston hankintaan tarvitaan yhteistyöverkostoja. Digiosaaminen vahvistamiseksi on oltava valmis jalkautumaan ja viemään apu sinne, missä sitä tarvitaan. Tulevaisuudessa digiosaamisen vahvistamisen tueksi voisi järjestää halukkaille opastusta ja perehdytystä ja näin madaltaa kynnystä etäystävyyden ylläpitoon.

Yhtenä vahvuuden perustekijänä esille nousi Ystävänkortti Toiminnan työntekijät, jotka mahdollistavat luontevan ilmapiirin. Avun pyytämisen helppous liittyi kokemukseen kunnioittavasta ilmapiiristä ja myönteisestä lähestymistavasta. Kokemukset onnistumisista pitävät toiminnan rattaat käynnissä. Vapaaehtoisena toimimista ei koeta raskasrasitteena, vaan voimaannuttavana kokemuksena. Pitkät ystävyysuhteet kertovat onnistuneen koneiston toimivuudesta.

## 6.4 Ystävyyden merkityksellisyys

Toiseen tutkimuskysymykseen: ”Mitä ystävätoiminta merkitsee kehitysvammaisille henkilöille?” tuli selkeitä vastauksia tarkentavien kysymysten kautta. Tarkentavissa kysymyksissä nousi esille asioita, joihin ystävätoiminta on vaikuttanut ja niistä voitiin muodostaa yhteyksiä. Haastatteluista nousseista teemoista eli **ystävätoiminnan edistävästä, tukevasta ja vahvistavista vaikutuksista voidaan löytää yhteys kehitysvammaisten henkilöiden henkilökohtaiseen kasvuun ja erityisesti resilienssiin**. Vapaaehtoinen ystävä on **henkinen apuväline** kehitysvammaisen henkilön elämässä. Toisaalta ystävätoiminta auttaa sen ympärillä toimivia poistumaan omalta mukavuusalueeltaan ja saamaan elämään täyteläisyyttä. Haastattelun tuloksia tukevat vapaaehtoisten näkemykset siitä, miten kehitysvammaisten henkilöiden elämä on muuttunut ystävyyden myötä. Myönteiset asiat olivat nähtävissä ja koettavissa. Kehittämisehdotuksena kehitysvammaisten henkilöiden haastatteluista nousi esille Villiklubien äänen voimakkuuden säätäminen. Osa Villiklubilla olleista koki melun liian kovaksi, mikä aiheutti pahaa oloa ja tilaisuuksista poisjäämistä. Villiklubien rinnalle olisi tarpeen järjestää aistiystävällisempiä, vastaavia tapahtumia, joissa melutaso ei nouse liikaa. Uusien tapahtumisen järjestäminen vaatii kuitenkin aina oman menettelytavan ja STEA:n rahoitusta on haettava joka kerta erikseen.

Henkilökohtaisessa kasvussa merkittäviä tekijöitä ovat arvo, oikeudet, osallisuus, itsemäärääminen, fyysinen hyvinvointi, sosiaalinen inkluusio- yhteisöllisyys ja henkinen hyvinvointi. Nämä tekijät asettuvat kukin omalle sektorilleen kuviossa 29, sillä tavoin, kuin kehitysvammaiset toivat itse niitä esille. Selkeää yhteyttä materiaaliseen hyvinvointiin ja kouluttautumiseen ei noussut haastatteluista, joten niitä ei huomioida kuviossa. Sitä vastoin kouluttautumisen teeman voidaan nähdä nousevan yhdeksi osatekijäksi vapaaehtoisten vastausten perusteella. Ystäväparit tekivät yhdessä asioita, jotka eivät suoranaisesti ole kouluttautumista, mutta uusien asioiden ja taitojen oppimista kuitenkin.



Kuvio 29 Ystävyysvaikutukset resilienssiin ja henkilökohtaiseen kasvuun

Pandemian aikana ystävyys koettiin entistä tärkeämmäksi. Sen avulla ylläpidettiin toiveikkuutta ja suunniteltiin tulevaisuutta. Monessa vastauksessa, niin kyselyissä kuin haastatteluisakin, korostui yhteisen tekemisen ja ”synkkaamisen” tärkeys, joka toi kokemuksen onnistumisesta. Ystävänkortti Toimintaan kuuluu ystäväparien yhteensopivuuden etukäteen tapahtuva tarkastelu. Sopivuuden tarkastelulla on merkitystä jatkossakin, koska sillä vaikuttaisi olevan merkitystä pitkäkestoiseen sitoutumiseen vapaaehtoistyön parissa.

## 6.5 Vastavuoroisuutta kehittämään

Eräänä pohdiskelevana lähestymistapana, keinona ystävätoiminnan kehittämiseen, tämän opinnäytetyön aineiston ja teorian yhdistämisen pohjalta, voidaan löytää yhtymäkohta Koskisen (2021, 24) esille nostamaan vastavuoroisuuden ajatukseen, sekä myös Anttosen ajatukseen kohtaamisesta. Koskisen mukaan vastavuoroisuuden ajatus on eräs yhteiskuntamme koossapitävin voima, jota on syytä vaalia. Vastavuoroisuuden perusteet ovat keskiössä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa jo historian tutkimuksista lähtien. Koskinen korostaa, että *”Vastavuoroisuus avaa heikommassakin asemassa oleville mahdollisuuden epämuodolliseen vaikuttamiseen ”* (Koskinen 2021, 25).

Koskisen sanoituksesta lähti ajatus ystävätoiminnan kehittämistarpeesta kehitysvammaisten henkilöiden lähtökohdista lähtien. Toisin sanoen, tähän mennessä on koulutettu vapaaehtoisina toimivia ystäviä, mutta jos ajatuksen kääntääkin toiseen kohderyhmään, kehitysvammaisten henkilöiden kouluttamiseen. Kyselyiden vastauksista tuli esille, että vapaaehtoisena toimivat huomaavat työnsä olevan tärkeää ja merkityksellistä, ja se ylläpitää motivaatiota jatkaa tärkeäksi koettua työtä. Ystäväkoulutuksessa kohderyhmänä on vapaaehtoisten kouluttaminen ja sitä kautta uusien ystäväparien luominen. Tutkimuksen myötä heräsi ajatus, miten kehitysvammaiset henkilöt oikeasti pystyvät tuomaan esille ajatuksiaan? Tämä opinnäytetyö toimi äänenä osalle kehitysvammaisista henkilöistä, mutta voisiko mahdollisuutta tai välineitä välittömän palautteen, kohtaamisen tai tunteiden avaamiseen jatkojalostaa? Ystävätoiminta herättää tunteita ja toiveikkuutta, se herättää myös vastavuoroisuutta. Tunteiden sanoittaminen tai palautteen antaminen on palkitsevaa puolin ja toisin. Tutkimuksen myötä avautui mahdollisuus nähdä ystävyysden arvokkuus. Eräänä kehittämisideana voisi olla kehitysvammaisten henkilöiden palautteenanto/tunne-työpaja, jossa heillä olisi mahdollisuus tuoda tuntojaan esille erilaisin menetelmin. Moni heistä on erilaisten palveluiden ja toimintojen piirissä, jossa ehkä on mahdollisuus kehittää näitä ajatuksia. Se kiitollisuus, joka haastateltavista huokui vapaaehtoisina ystävinä toimivia kohtaan, on voimavara, jossa on kasvun mahdollisuus. Kuten Koskinen (2021, 45) toteaa, on vastavuoroisuudessa näkymätöntä voimaa. Se, miten ja millä resurssein tämän näkymättömän voiman työpajaa voisi lähteä kehittämään, on mahdollista seuraavan tutkijan, yhteistyötahon tai toimeksiantajan, lähteä ratkaisemaan.

## Tutkimuksen rajoitteita

Haastatteluista tehdessä haastateltavilla oli toisinaan vaikeuksia palauttaa mieleen yhdessä tehtyjä asioita tai tunnetta, miltä ystävän kanssa toimiminen tuntui, koska tapaamisista oli pitkä aika. Keskusteluissa oli vahvasti läsnä tunne kaipauksesta, joka puolestaan kertoo ystävän merkityksellisyydestä. Haastattelun tiedonantajiksi valikoitui henkilöitä, joilla oli puhetaito ja kyky sanoittaa ajatuksiaan. Ajatuksien sanoittaminen tässä tutkimuksessa edellytti myös tunnetilojen tunnistamista.

Haastattelun joustavuutta ajatellen olisi ollut syytä tehdä koehaastattelu ennen varsinaista aineiston keruuta. Vaikka tutkimuksen tekijällä oli kokemusta kehitysvammaisista henkilöistä ja heidän kohtaamisestaan, kokemusta haastattelijan roolista tutkimusta varten ei ollut. Kuten Puusa (2020a, 107) toteaa: *”jos haastattelukokemusta on vähän, koehaastattelu olisi suotavaa”*. Tämä otettakoon opiksi seuraavalle kerralle, vaikkakin kokemusta on jo yhden tutkimushaastattelun verran.

Tämän opinnäytetyön teon myötä nousi esille vahva ajatus kartoituksen tarpeellisuudesta myös vaikeavammaisille, puhetta korvaavaa kommunikointia käyttäville henkilöille. Helsingin yliopistossa on tekeillä kirjallisuuskatsaus käytetyistä tiedonkeruumenetelmistä, jossa tiedonantajina ovat kehitysvammaiset henkilöt. Alustavien tutkimusten mukaan kirjoitus- ja puhetaitoon perustuvan aineistonkeruumenetelmän rinnalle tulisi ottaa käyttöön lisäksi vaihtoehtoisia menetelmiä. Näiden vaihtoehtoisten menetelmien avulla saadaan kuuluville myös niiden ääni, jotka eivät tuota puhetta. (Peltomäki 2021, 27.1.2021, Andante-tutkimusryhmä). Äikäs tuo esille artikkelissaan ”Kuvakommunikoinnin käyttö tutkimushaastatteluissa vammaisten henkilöiden kanssa – metodisia haasteita” (2015, 234) PCS-kuvien hyödyntämisen mahdollisuudet tutkimuksissa, joissa kohderyhmällä on kielellisiä vaikeuksia. Edellä mainittuun artikkeliin sekä valmisteilla olevan kirjallisuuskatsaukseen tutustuen olisi mahdollista suunnitella laajempi tutkimus, jossa vaikuttamisen mahdollisuus olisi useammalla. Kansainvälisessä tutkimusartikkelissa ”Perspectives and experiences of adults who use AAC on making and keeping friends” Therrien (2019, 206) tuo esille näkökulman, joka tukee edellä mainittua tarvetta keskittyä vaikeavammaisten ja erityisesti vaihtoehtoisia kommunikointimenetelmiä käyttävien ystävyysuhteiden tarkasteluun. Artikkelissa tuodaan esille, että viestinnän haasteellisuus aiheuttaa rajoitteita entisestään rajoittuneelle sosiaalisten suhteiden luomiselle sekä ystävyysuhteiden ylläpitämiselle.

Tässä opinnäytetyössä kyselyn kautta saadut avoimien kysymyksien vastaukset loivat mahdollisuuden myös tarkempaan sisällönanalyysin tekoon. Nyt vastauksista poimittiin harkinnalla niitä, jotka toisivat eniten lisäarvoa tutkimuskysymystä ajatellen. Erityisesti kysymys, jossa vastaaja saa kuvailla sitä, miten vapaaehtoistyö vaikuttaa hänen omaan elämäänsä toi materiaalia, jota olisi ollut mielenkiintoista tutkia tarkemmin.

## 7 POHDINTA

"Me emme voi tehdä suuria asioita, mutta voimme tehdä pieniä asioita suurella sydämellä."  
Äiti Teresa

Tämän mietelauseen inspiroimana päätin omalla panoksellani kantaa korteni kekoon ja osallistua ystäväkoulutuksen. Ammatillinen taustani olisi ehkä antanut mahdollisuuden siirtyä suoraan ystäväparien yhdistämiseen. Minulla ei ollut kuitenkaan aiempaa kokemusta vapaaehtoistyöstä, joten siltä osin tietämykseni oli puutteellinen. Opinnäytetyön kautta saatu tieto herätti kiinnostuksen vapaaehtoistyötä kohtaan. Koulutuksen läpikäyminen avarsi ajatusmaailmaa ja loi uusia yhteyksiä.

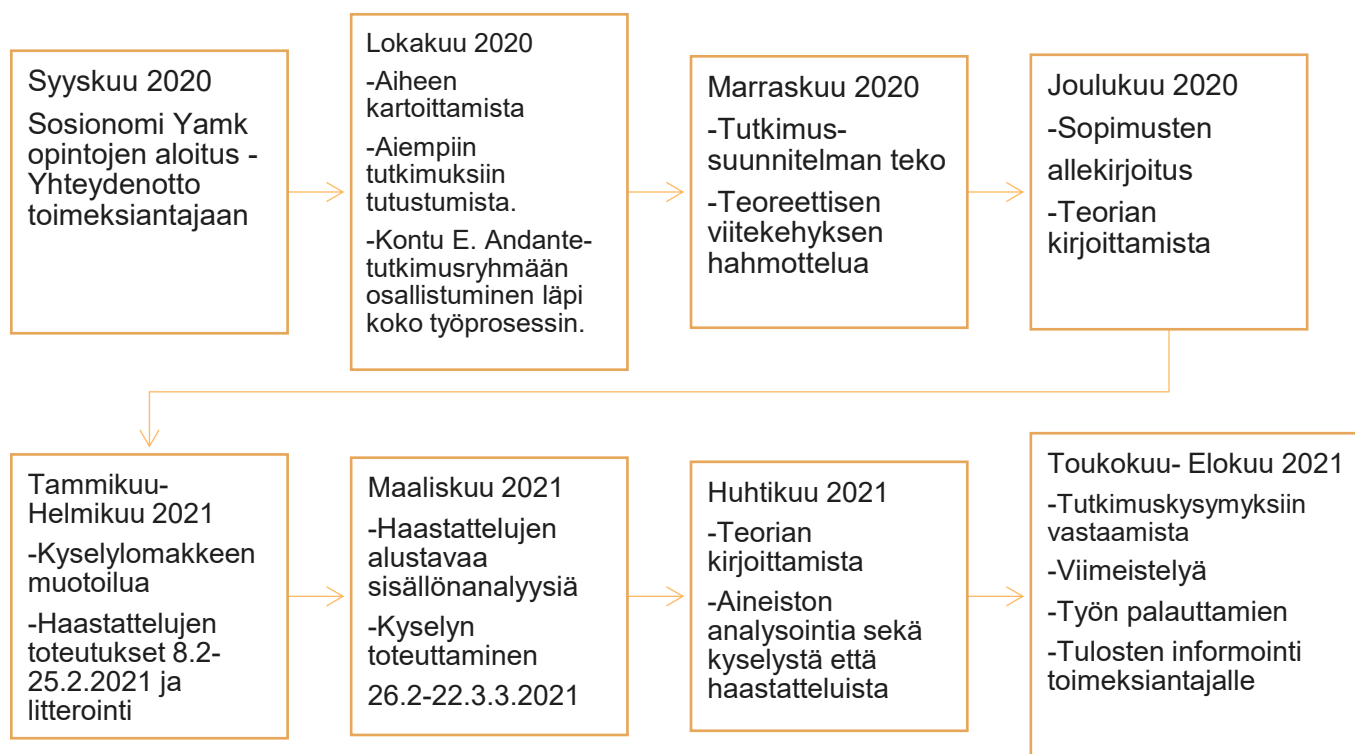
### Horisontin laajentumista

Tuoreessa julkaisussa ”Järjestöt toimintakyvyn edistäjinä” (2021) tuodaan esille, että Suomessa on arvion mukaan yli 70 000 toimivaan yhdistystä, joiden toimintaan osallistuu 30–50 % kansalaisista. Kansalaistoimintaa kuvataan pieneksi puroksi, josta kasvaa suuria vaikutuksia. Toiminnalla on arvioiden mukaan merkittävä vaikutus muun muassa sosiaaliseen hyvinvointiin ja ihmisten väliseen luottamukseen kunnioitusta unohtamatta. (Kaunismaa 2021, 26.) Ystäväkortti Toiminta on ollut kahden, ja nyt kolmannen opinnäytetyön aiheena. Ystäväkortti Toiminta on toiminnallaan osoittanut kunnioitusta tehtyjä töitä kohtaan huomioimalla kehittämisideat, joita työn teon yhteydessä on noussut. Anttosen mukaan (2021, 18) järjestötoiminnan tärkeiksi ominaisuuksiksi nostetaan kohtaaminen sekä turvallisen ja myönteivaikutteisen ilmapiirin luominen. Ihmisen horisonttinäkymä tulevaisuuteen laajenee, kun hänellä on mahdollisuus kokea arvokkuutta ja kunnioitusta. Ihmisen toimijuus vahvistuu, kun oman toiminnan voi kokea arvokkaana. Tämä valmistunut opinnäytetyö osoittaa, että tähän Ystäväkortti Toiminta on pyrkinyt. Ja päässyt. Horisontti on laajentunut.

Tässä opinnäytetyössä raja-alue olisi ehkä riittänyt pelkästään vapaaehtoisten ystävien tai pelkästään kehitysvammaisten henkilöiden näkökulman huomioimiseen. Toisaalta niiden yhdistäminen tukivat toisiaan. Aineiston määrä ja sen huolellinen purkaminen yllätti työntäyteisyydellään. Tutkimuskysymyksiin saatiin vastaukset, joten siltä osin tutkimus oli onnistunut. Virhereittien raportoinnin ansioista tutkimuksen osat ovat tulkittavissa ja kenties joku toinen tutkija välttyy samoilta kuopilta. Tutkimuksessa teoria ja empiria yhdistyivät saaden toisistaan tukea. Tämä tutkimus nostatti esiin ajatuksia, joita olisi mahdollista tarkastella

tarkemminkin. Valitut aineistonkeruumenetelmät osoittautuivat toimiviksi ja antoisiksi. Ryhmämuotoisilla haastatteluilla olisi ehkä saanut myös aineistoon uusia näkökulmia.

Tässä opinnäytetyössä henkilökohtainen tavoitteeni oli kehittyä kirjoittajana. Kävin läpi useita teoksia, joissa käsiteltiin tieteellistä kirjallisuutta, sen lukemista, kriittistä arvioimista ja tuottamista. Opinnäytetyön tekeminen ja opiskelu ovat olleet tämänhetkisessä elämäntilanteessa keino rytmittää ja täyttää arkea ja antaa tilaa kehittäväälle ajattelulle. Pihlajan (2004, 67) ajatuksiin yhtyen, tutkimukseni tekeminen on ollut poukkoilua, ideointia, tekemistä sieltä ja täältä sekä ajatusleikkiä parhaan kyvyn mukaan. Mutta sellaista tutkimusprosessi on, ei noudata kaavamaisuutta, mutta jonkinlaista omaa logiikkaa sillä on. Tuloksia ei voinut olla ennen kuin aineisto oli kerätty ja teoria oli muodostettava ennen analysointia. Waseniuksen ja Hutun (2016) mukaan, ”Mitä laajempi tietovarasto on, sitä todennäköisemmin siellä harhailu synnyttää käyttökelpoisen neronleimauksen.” Työn aikana pyrin saamaan mahdollisimman paljon tietoa, jossa harhailla. Se poiki ajatuksia uusista tarkastelutarpeista ja tutkimuskohteista. Opinnäytetyö eteni nopealla tahdilla, johtuen osittain siitä, että tutkittava aihe oli valmiina ja työn prosessointi sopi tähän elämäntilanteeseen nyt parhaiten. Kuviossa 30 on esitetty opinnäytetyön aikataulun prosessi.



Kuvio 30 Opinnäytetyön aikatauluprosessi

Opinnäytetyölle asetettuihin tavoitteisiin peilaten koen tutkivan työotteeni kehittyneen. Asioiden toteamisen sijaan osaan paremmin katsoa niihin vaikuttavien tekijöiden taakse ja miettiä eri vaihtoehtoja. Tiedonhankinta eri lähteistä on ollut aina mieleistä, nyt siihen löytyi uusia keinoja ja kanavia. Tutustuminen alan kansainväliseen ja tuoreeseen kotimaiseen kirjallisuuteen ovat mahdollistaneet ajan hengessä pysymisen. Ajattelun, kirjoittamisen ja ongelmratkaisun soisi jatkossakin kehittyvän, nyt kun se on lähtenyt vauhtiin. Asioiden tiivistämisen taito on elämänkestävänä tehtävänä, tässä työssä keskityin siihen aiempaa tarkemmin. Itsenäisesti ratkaistava ongelma opinnäytetyön muodossa on tarvinnut yhteistoiminnallisuutta. Se on vaatinut organisointia ja prosessin pyörittämistä, välillä taaksepäinkin. Se on vaatinut suunnitelmallisuutta, aikatauluttamista ja itsekuria. Työssä tekniseksi ongelmaksi muodostui värimaailmaltaan yhtenäisten Excel-taulukkojen tekeminen. Lukemattomien koekielujen ja korjailujen jälkeen tyydyin lopulta siihen tulokseen, joka nyt on nähtävillä.

Syllillisellä intohimoa ja tahtoa syntyi tämä työ, josta oli kovin vaikea päästää irti. Koskaan ei tiennyt, jos jonkun uuden, vielä tuoreemman artikkelin, löytäminen toisi taas uutta. Joskus kuitenkin on laitettava viimeinen piste. Immanuel Kantin sanoin: "Yksi epäilyksettömistä ja puhtaista iloista on lepo töiden jälkeen". Jos tämän tutkimuksen myötä, itseni lisäksi, joku muukin lähtee mukaan ystävätoimintaan, koen saavuttaneeni jotain tärkeää. Kiitos lukijoille.

## LÄHTEET

- Alanen, R. 2011. Kysely tutkijan työkaluna. Teoksessa P. Kalaja, R. Alanen & H. Dufva (toim.) *Kieltä tutkimassa. Tutkielman laatijan opas*. Helsinki: Finn Lectura, 146–161.
- Allardt, E. 1980. *Hyvinvoinnin ulottuvuuksia*. Juva: WSOY
- Andante-tutkimusryhmä 2020. Kontu, E. johtama tutkimusryhmä. [Verkkosivusto]. [Viitattu 27.1.2021 sekä 16.2.2021]. Saatavana: <https://research.tuni.fi/kontu/tutkimus-ja-kehittamistyo/>
- Anttonen, E. 2021. Tulla näkyväksi ja nähdyksi ainutlaatuisena omana itsenään. Teoksessa M. Roine & E. Sinisalo-Juha (toim.) *Järjestöt toimintakyvyn edistäjinä*. [Verkkajulkaisu]. Humanistisen ammattikorkeakoulun julkaisuja 12, 18–19. [Viitattu 17.3.2021]. Saatavana: <https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2021/03/ja%CC%88rjesto%CC%88toimintakyvyn-edista%CC%88jina%CC%88humak-2021.pdf>
- Arene. Päivitetty 9.1.2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. [Verkkajulkaisu] Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry. [Viitattu 27.11.2020]. Saatavana: <http://www.arene.fi/julkaisut/raportit/opinnaytetoiden-eettiset-suositukset/>
- Bakalim, O. & Taşdelen-Karçka, A. 2016. Friendship Quality and Psychological Well-Being: The Mediating Role of Perceived Social Support. [Verkkajulkaisu]. *International Online Journal of Educational Sciences* 8 (4), 1–9. [Viitattu 20.4.2021]. Saatavana: [DOI 10.15345/iojes.2016.04.001](https://doi.org/10.15345/iojes.2016.04.001)
- Bigby, C., & Craig, D. 2017. A case study of an intentional friendship between a volunteer and adult with severe intellectual disability: “My life is a lot richer!” [Verkkajulkaisu]. *Journal of intellectual & developmental disability*. 42, (2), 180–189. [Viitattu 8.3.2021]. Saatavana: <http://dx.doi.org/10.3109/13668250.2016.1219701>
- Burrell, R. & Alanne, K. 2.5.2020. Koronarajoitukset iskevät kipeästi, jos vamma tai sairaus estää käsittelemästä asiaa. [Verkkajulkaisu]. *Aamulehti*. [Viitattu 29.1.2021]. Saatavana: <https://www.aamulehti.fi/lukijalta/art-2000007501163.html>
- Brown J., Mackereth C. & Learmonth A. 2015. How can we develop mental health and well-being strategically? Chapter 5. p. 97–121. Teoksessa: *Promoting public mental health and wellbeing*. [Verkkokirja]. London: Jessica Kingsley Publishers. [Viitattu 13.1.2021]. Saatavana: Ebsco eBook Collection tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Cacioppo, J & William, P. 2008, Loneliness- Human Nature and the Needs for Social connection. [Verkkajulkaisu]. [Viitattu 1.2.2021]. Saatavana: <https://psycnet.apa.org/record/2008-07755-000>

- Casiday, R. 2008. Volunteering and Health: What Impact Does It Really Have? [Verkköjulkaisu]. [Viitattu 10.3.2021]. [https://www.researchgate.net/publication/228628782\\_Volunteering\\_and\\_Health\\_What\\_Impact\\_Does\\_It\\_Really\\_Have](https://www.researchgate.net/publication/228628782_Volunteering_and_Health_What_Impact_Does_It_Really_Have)
- Dufva, H. 2011. Ei kysyvä tieltä eksy: Kuinka tutkia kielten oppimista ja opettamista haastattelun avulla. Teoksessa: P. Kalaja, R. Alanen & H. Dufva (toim.) Kieltä tutkimassa. Tutkielman laatijan opas. Helsinki: Finn Lectura, 131–145.
- Ekholm, E. & Teittinen, A. 2014. Vammaiset nuoret ja työntekijäkansalaisuus. Osallistumisen esteitä ja edellytyksiä. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia/133. Tampere: Juvenes
- Eriksson, S. 2008. Erot, erilaisuus ja elinolot-vammaisten arkielämä ja itsemäärääminen. Kehitysvammaliiton tutkimuksia 2. Helsinki: Kehitysvammaliitto
- Grunewald, K. 2009. Från idiot till medborgare. Stocholm: Gothia.
- Grönlund, H. & Falk, H. 2016. Kolmas sektori ja yksinäisyyden vähentäminen. Teoksessa: J. Saari (toim.) Yksinäisten Suomi. Helsinki: Gaudeamus, 253–272.
- Heikkarinen, S. & Tuomi, L. 2012. Living Lab- toimintatapaan sopivia tutkimusmenetelmiä. Teoksessa: H. Kotila & A. Mutanen (toim.) Käytäntöä tutkimassa. Haaga-Helian puheenvuoroja 2/2012. Vantaa: Multiprint, 20–30.
- Heikkinen, V. 2020. Tekstianalyysi. Miksi kielellisillä valinnoilla on merkitystä. Helsinki: Gaudeamus.
- Heini, A., Hokkanen, L., Kontu, K., Kunttu, K., Lindroos, L. & Ronimus, H. 2019. Osallisuus vammaissosiaalityössä on yhteistyötä – asiakkaiden kokemuksia [Verkköjulkaisu] Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja B. Tutkimusraportteja ja selvityksiä, 67. [Viitattu 26.11.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-337-143-9>
- Hirsjärvi, S. 2005. Metodologiset ja teoreettiset lähtökohdat. Teoksessa: Hirsjärvi, P. Remes & P. Sajavaara (toim.) Tutki ja kirjoita. S. 15. uudistettu painos. Helsinki: Tammi, 123–166.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2009. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.
- Homan, R. 1991. The Ethics on social research. London: Longman.

- House, J, Landis, K, & Umberson R. 1998. Social relationships and health. Science. [Verkkojulkaisu]. Science 241, (4865), 540–545. [Viitattu 1.2.2012]. Saatavana: [DOI: 10.1126 / science.3399889](https://doi.org/10.1126/science.3399889)
- Hull, R. 2009. Disability and freedom. Teoksessa: K. Kristiansen, S. Vehmas, S. & T. Shakespeare. (edit.) Arguin about Disability. Philosophical perspectives. Oxon: Routledge, 93–104.
- Huttu, T. & Wasenius, R. 2016. Personal Brainer-Treenaa aivosi vireiksi. Helsinki: WSOY
- Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvuori, J. 2017. Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino
- Isola, A-M, Kaartinen, H. Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T. Valtari, S. Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. [Verkkojulkaisu]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisuja. Työpaperi 33/2017. [Viitattu 8.2.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-917-0>
- Järvinen, P. & Järvinen. A. 2011. Tutkimustyön metodeista. Tampere: Opinpajan kirja.
- Järnefelt, K. 16.2.2021. Pedagogisen idean esitelmöinti. Andante-tutkimusryhmän Teams-tapaaminen.
- Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisusarja.
- Kainulainen, S. 2016. Yksinäisen elämänlaatu. Teoksessa: J. Saari (toim.) Yksinäisten Suomi. Helsinki: Gaudeamus, 114–125.
- Kaunistmaa, P. 2021. Kansalaistoiminnan vaikutukset syntyvät toiminnasta ja kohtaamisesta Teoksessa: M. Roine & E. Sinisalo-Juha (toim.) Järjestöt toimintakyvyn edistäjinä. [Verkkojulkaisu]. Humanistisen ammattikorkeakoulun julkaisuja 121, 27–28. [Viitattu 17.3.2021]. Saatavana: <https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2021/03/ja%CC%88rjesto%CC%88t-toimintakyvyn-edista%CC%88jina%CC%88-humak-2021.pdf>,
- Kari, O. Laakso, S. Niskanen, T. & Seppänen, M. 2020. Vammaistyön käsikirja. Helsinki: SanomaPro
- Karvonen, S. 2019. Koetun hyvinvoinnin tila tunnuslukujen varjossa. Teoksessa: L. Kestilä & S. Karvonen. Suomalaisten hyvinvointi 2018. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisuja. Teema 31. Helsinki, 96–100.

- Kaukola, J. 17.1.2019. ”Minun maailmani on meikäläisten maailma”. [Blogi-kirjoitus]. Tuki-liitto. [Viitattu 20.1.2021.] Saatavana: <https://www.tukiliitto.fi/blogi/minun-maailmani-on-meikalaisten-maailma/>
- Kehitysvammaliitto. Ei päiväystä. Kehitysvammaisuus. [Verkkosivu]. [Viitattu 26.11.2020]. Saatavana: <https://www.kehitysvammaliitto.fi/kehitysvammaisuus/>
- Kivelä, S. & Pekkanen, M. 2012. Kehitysvammainen henkilö tasavertaisena osallistujana. [Verkkojulkaisu]. Seinäjoki: Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysalan yksikkö, sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 4.12.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201205086817>
- Kristiansen, K., Vehmas, S. & Shakespeare, T. 2009. Arguing about Disability. Philosophical perspectives. Oxon: Routledge.
- Koskinen, U. 2021. Hyvää tahtoa ja hyödyn tavoittelua. Vastavuoroisuuden tutkiminen historiassa. Teoksessa: R. Toivo & R. Miettinen (toim.) Varhaismodernin yhteiskunnan historia. Lähestymistapoja yksilöihin ja rakenteisiin. Helsinki: Gaudeamus, 24–46.
- Laine, T. 2018. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa: R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. 5. uudistettu painos. Keuruu: Otava, 29–50.
- Laird, C. & Whitaker, S. 2011. The Use of IQ and Descriptions of People with Intellectual Disabilities in the Scientific Literature. [Verkkojulkaisu]. British Journal of Developmental Disabilities 57(113), 181–189. [Viitattu 22.12.2020]. Saatavana: [10.1179/096979511798967089](https://doi.org/10.1179/096979511798967089)
- Lapsuus.ouka.fi. (ei päiväystä). Erityisen lapsen vanhemmuus. [Verkkosivu]. Lapsiperheiden palveluiden sivusto. Oulun kaupunki. [Viitattu 8.3.2021]. Saatavana: <https://lapsuus.ouka.fi/perheena/erityisen-lapsen-vanhemmuus/>
- Laukkala, T., Tuisku, K., Junttila, K., Haravuori, H., Kujala, A., Haapa T. & Jylhä, P. 2020. COVID-19-pandemian aiheuttama psyykkinen kuormitus terveydenhuollossa – seuranta on perusteltua. [Verkkojulkaisu]. Duodecim, 136 (18) 2005–2012. [Viitattu 23.4.2021]. Saatavana: <https://www.duodecimlehti.fi/duo15778>
- Lehtinen, P. 11.2.2015. Näe ihminen, älä vammaa. [Verkkosivusto]. Helsingin yliopisto. [Viitattu 3.2.2021]. Saatavana: <https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/talous-yhteiskunta/nae-ihminen-ala-vammaa>
- Lipponen, K. 2020. Resilienssi arjessa. Helsinki: Duodecim

- Miettinen, S. 2020. Syvästi kehitysvammaisen aikuisen mahdollisuudet yhteisyyden kokeamiseen: Etnografinen tutkimus sosiaalisesta vuorovaikutuksesta suomalaisissa ryhmäkodeissa. [Verkkolehtiartikkeli]. Yhteiskuntapolitiikka 85 (2), 146–156. [Viitattu 20.4.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2020040110044>
- Määttänen, M. 2017. Diagnoosien rajamailla. [Verkkojulkaisu]. Tukiliitto. [Viitattu 22.1.2021]. Saatavana: <https://www.tukiliitto.fi/tarina/diagnoosien-rajamailla/>
- Mäkinen, J. 2017. Vapaaehtoistyöstä. Teoksessa: T. Tenhunen & S-T. Porkka. Vapaaehtoistyön työnhajauksen ytimessä. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura, 15–31.
- Norrbacka, E. 2015. ”Jatkakaa toimintaa! Se on todella tärkeää!” Tukihenkilöiden kokemuksia ystäväkoulutuksesta. [Verkkojulkaisu]. Seinäjoki: Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysalan yksikkö, sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 8.12.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201505249873>
- Nylund, M. & Yeung, A. 2005. Vapaaehtoisuuden anti, arvot ja osallisuus murroksessa. Teoksessa: M. Nylund & A. Yeung. Vapaaehtoistoiminta. Anti, Arvot ja osallisuus (toim.) Tampere: Vastapaino, 13–38.
- Pihlaja, J. 2004. Tutkielman ongelmia ratkaisemaan. Vammala: Soceda.
- Puusa, A. 2020a. Haastattelutyypit ja niiden metodiset ominaisuudet. Teoksessa: A. Puusa & P. Juuti (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus, 103–117.
- Puusa, A. 2020b. Näkökulmia laadullisen aineiston analysointiin. Teoksessa: A. Puusa & P. Juuti (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus, 145–156.
- Puusa, A. & Juuti, P. 2020a. Organisaatiokulttuurin näkökulma esimerkkinä laadullisen tutkimuksen yleistämisestä. Teoksessa: A. Puusa & P. Juuti (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus, 61–74.
- Puusa, A. & Juuti, P. 2020b. Laadullisen tutkimuksen olemus. Teoksessa: A. Puusa & P. Juuti (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus, 75–85.
- Puusa, A. & Juuti, P. 2020c. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus.
- Pohjoismainen yhteistyö. 20.8.2019. Visio 2030. [Verkkosivusto]. [Viitattu 9.4.2021]. Saatavana: <https://www.norden.org/fi/julkilausuma/visio-2030>

- Rauhala, I., Leppänen, M. & Heikkilä, A. 2016. Pääasia. Organisaation psykologinen pääoma. 2. Painos. Turenki: Talentum Pro.
- Ruusuvuori, J. & Tiitula, L. 2017. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa: M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvuori (toim.) Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 46–83.
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. Litterointi. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. [Verkkojulkaisu]. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietovarasto. Tietovarasto. [Viitattu 5.3.2021]. Saatavana: [https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_2\\_1.html](https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_2_1.html)
- Saari, J. 2009. Yksinäisten yhteiskunta. Helsinki: WSOYPro.
- Saarimäki, S. 21.3.2021. Henkilökohtainen haastattelu.
- Seppälä, H. 2017. Erilaiset eväät. Kirja kehitysvammaisuudesta. 2. painos. Kouvola: Opike
- Seppälä, H. 2020. Kehitysvammaisuus aikuisiällä. Teoksessa: M. Jehkonen, T. Saunamäki, & L. Hokkanen. (toim.) Kliininen neuropsykologia, 390–409. [Verkkokirja]. Duodecim Oppiportti. [Viitattu 8.12.2020]. Saatavana: Duodecim Oppiportti oppimateriaalista. Vaatii käyttöoikeuden.
- Seuri, O. 2020. Avoin kysymys. Haastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino.
- Schalock, R., Luckason, R. & Tassè, M. 2010. Intellectual Disability. The 11. th. edition of the AAIDD definition manual. American Association on Intellectual and Developmental Disabilities. Washington
- Schalock, R., Luckason, R. & Tassè, M. 2021. Intellectual Disability. Definition, Diagnosis, Classification, and Systems of Supports. The 12. th. edition of the AAIDD definition manual. American Association on Intellectual and Developmental Disabilities. Silver Spring.
- Sisäministeriö. 2014. Arjen turvaajat - Järjestöt sisäisen turvallisuuden tekijöinä. Sisäisen turvallisuuden ohjelman järjestöyhteistyöryhmä. [Verkkojulkaisu]. Sisäministeriön julkaisu 27/2014 [Viitattu 3.3.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-491-991-3>
- Smith, S. 2009. Social justice and disability: competing interpretations of the medical and social models. Teoksessa K. Kristiansen, S. Vehmas, S. & T. Shakespeare. (edit.) Arguing about Disability. Philosophical perspectives. Oxon: Routledge, 13–29.

- Syrjälä, L., Estola, E., Uitto, M. & Kaunisto, S-L. 2006. Kertomuksen tutkijan eettisiä haasteita. Teoksessa: Etiikkaa ihmistieteille. J. Hallanmaa, V. Launis, S. Lötjönen & I. Sorvali (toim.) Suomalaisen kirjallisuuden julkaisu. Tietolipas 211, 181–202. Helsinki: Hakapaino.
- Syrjänen, K. 2010. Vapaaehtoisten työnohjauksesta apua toimijoiden tukemiseen ja innostamiseen. Teoksessa: 10 askelta parempaan vapaaehtoistoimintaan. L. Karreinen, M. Halonen & M. Tennilä (toim.) Helsinki: Vihreä sivistysliitto, 121–128.
- Tammela, S. 2017. Vapaaehtoistoiminnan organisointi ja johtaminen: Seinäjoen Järjestö-  
talolla ja sen jäsenjärjestöissä. [Verkkojulkaisu]. Seinäjoki: Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysalan yksikkö, sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 8.12.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2017101115970>
- Teittinen, A. & Vesala, HT. 2015a. Vammaispalveluja tarvinneiden taloudellinen tilanne ja osallistuminen. Teoksessa J. Murto, O. Pentala, S. Helakorpi & R. Kaikkonen (toim.) Yksinäisyys ja osallistuminen. ATH- tutkimuksen tuloksia-Järjestökentän tutkimusohjelma. Työpaperi 25/2015, 25–31. [Verkkojulkaisu]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisu. [Viitattu 18.12.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-393-2>
- Teittinen, A. & Vesala, HT. 2015b. Vammaisjärjestöjen merkitys niiden toimintaan osallistuville. Teoksessa J. Murto, O. Pentala (toim.) Osallistuminen, hyvinvointi ja sosiaalinen osallisuus. AHT-tutkimuksen tuloksia- Järjestökentän tutkimusohjelma. Työpaperi 38/2016, 26-35. [Verkkojulkaisu]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 13.1.2021]. Saatavana <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-757-2>
- Teräväinen, J. 2014. Puhetta vammaisuudesta professorin kanssa. [Verkkolehti]. Leija 2: 2014, 8–9. [Viitattu 13.1.2021]. Saatavana: [https://issuu.com/jaanateravainen/docs/leija\\_2\\_2014/8](https://issuu.com/jaanateravainen/docs/leija_2_2014/8)
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. THL. 2014. Ei julkaisupäivää. Hyvinvointikompassi näyttää hyvinvoinnin suunnan. [Verkkojulkaisu]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 18.1.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201604139530>
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. THL. 7.12.2020. Sote-uudistus: Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus. [Verkkosivusto]. [Viitattu 19.1.2021]. <https://thl.fi/fi/web/sote-uudistus/tulevaisuuden-sosiaali-ja-terveyskeskus>
- Therrien, M. 2019. Perspectives and experiences of adults who use AAC on making and keeping friends. [Verkkolehti]. Augmentative and alternative communication 2019, 35, (3), 205–216. [Viitattu 11.5.2021]. Saatavana: Ebsco Academic Search Elite -tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden

- Toikka, S., Vuorjoki, O., Koskela, T. Pentala, O. 2015. Aikuisväestön yksinäisyys ja järjestötoimintaan osallistuminen Suomessa – ATH-tutkimuksen tuloksia. Teoksessa J. Murto, O. Pentala, S. Helakorpi & R. Kaikkonen (toim.) Yksinäisyys ja osallistuminen. ATH- tutkimuksen tuloksia-Järjestökentän tutkimusohjelma. Työpaperi 25/2015, 9–14. [Verkkojulkaisu]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisu. [Viitattu 18.12.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-393-2>
- Tukiliitto. 22.1.2020. Villiklubilla tapaa kavereita. [Verkkosivusto]. Kehitysvammaisten tukiliitto ry. [Viitattu 15.3.2021]. Saatavana: <https://www.tukiliitto.fi/ajankohtaista/tervetuloa-villiklubille/>
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi
- Työturvallisuuskeskus TTK 14.12.2017. Jatkuva kehittäminen työpaikalla. [Verkkosivusto]. [Viitattu 15.12.2020]. Saatavana: [https://ttk.fi/ajankohtaista/teemat\\_2017/jatkuva\\_kehittaminen\\_tyopaikalla.7487.news](https://ttk.fi/ajankohtaista/teemat_2017/jatkuva_kehittaminen_tyopaikalla.7487.news)
- United Nations (UN). Ei päiväystä. 10th anniversary of the adoption of Convention on the Rights of Persons with Disabilities (CRPD). [Verkkosivusto]. [Viitattu 13.1.2021]. Saatavana: <https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities.html>
- Valli, R. 2010. Kyselylomaketutkimus. Teoksessa: J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineiston keruu: vinkkejä aloittavalle tutkijalle. Juva: PS-kustannus, 103–107.
- Valtioneuvosto. Ei julkaisupäivää. Sote-Uudistus [Verkkosivusto]. [Viitattu 19.1.2021]. Saatavana: <https://soteuudistus.fi/mika-sote-uudistus>
- VANE. 7.4.2020. Neuvottelukunnan tiedote ja kannanotto. Vammaisten henkilöiden oikeuksien huomioiminen koronavirustilanteessa. [Verkkosivusto]. Vammaisten henkilöiden oikeuksien neuvottelukunta. [Viitattu 29.1.2021]. Saatavana: <https://vane.to/-/vammaisten-henkiloiden-oikeuksien-huomioiminen-koronavirustilanteessa>
- Vehkakoski, T. 2006. Ominaisuuksista oireyhtymiksi. Neuropsykiatriset diagnoosit ja neurotieteelliset selitysmallit vammaisuuden tuottajina. Teoksessa A. Teittinen (toim.) Vammaisuuden tutkimus. Helsinki: Yliopistopaino, 237–260.
- Vehkalahti, K. 2014. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Vammala: Finn Lectura
- Vernerinet.net. Ei Päiväystä. Puute Kaverista. Keskustelupalsta. [Verkkosivu]. Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta. [Viitattu 26.11.2020]. Saatavana: <https://verneri.net/yleis/keskustelu/puute-kavereista>

Vilkka, H. 2014. Tutki ja mittaa. Määrälliset tutkimuksen perusteet. [Verkkajulkaisu]. [Viitattu 13.1.2021]. Saatavana: <http://hanna.vilkka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-mittaa.pdf>

Vilkka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4. Uudistettu painos. Juva: PS-kustannus.

Ystävänkortti Toiminta 2020. Toimintakertomus.

Willberg, E. 2015. Vapaaehtoistoiminnasta iloa monille. Hyvinvointia tukevan vapaaehtoistyön vastuut ja käytännöt. [Verkkajulkaisu]. Suomen itsenäisyyden juhlarahasto; Sitran selvityksiä 93.[Viitattu 26.11.2020]. Saatavana: <https://www.sitra.fi/julkaisut/vapaaehtoistoiminnasta-iloa-monille/>

Äikäs, A. 2015. Kuvakommunikoinnin käyttö tutkimushaastatteluissa vammaisten henkilöiden kanssa – metodisia haasteita. [Verkkolehti]. Kasvatus 46 (3), 233–246. [Viitattu 20.4.2021]. Saatavana Elektra- verkkopalvelusta. Vaatii käyttöoikeuden.

Lait ja asetukset

L 1977/519 Laki kehitysvammaisten erityishuollosta

L 31/1999 Perustuslaki

L 410/2015 Kuntalaki

L 1326/2010 Terveystieteidenhuoltolaki

L 1301/2014 Sosiaalihuoltolaki

L 785/1992 Laki Potilaan asemasta ja oikeuksista

L 812/2000 Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista

## LIITE 1. Saatekirje (tarkempi) haastattelua varten

Nämä saatekirjeet liittyvät tutkimukseen, jota tehdään Ystävänkortti Toiminnasta.

Ystävänkorttitoiminnasta soitetaan sinulle lähiaikoina, mutta tässä kirjeessä on esitietoa tulevasta asiasta. Saatekirje on myös selkokielenä

Tämän voi lukea läheinen/tukihenkilö/huoltaja.

Minä olen Taina Salo. Opiskelen Seinäjoen ammattikorkeakoulussa sosionomiksi (YAMK). Teen opinnäytetyötä Ystävänkortti Toiminnalle. Opinnäytetyön aiheena on selvittää Ystävänkortti Toiminnan ystävätoiminnassa mukana olevien kokemuksia. Tutkimuksen tavoite on saada tietoja, joilla voidaan kehittää ystävätoimintaa. Lisäksi tavoitteena on saada selville, mitä ystävyys ja Ystävänkortti merkitsee.

Olisi tärkeää saada selville erilaisia ajatuksia niiltä henkilöiltä, joilla on asiasta kokemusta. Tutkimus tehdään haastatteluna, jota voi ajatella keskusteluna. Haastatteluun ei tarvitse varautua etukäteen. Haastattelussa tulee esille useita tärkeitä asioita, joiden kaikkien muistaminen on vaikeaa. Muistin tueksi teen äänitallenteen haastatteluista. Tallenteet tuhoetaan tutkimuksen jälkeen, eikä niitä kuuntele kukaan muu kuin minä. Valmiiseen opinnäytetyöhön ei tule haastateltavien nimiä. Haastateltavien kertomusten osia voidaan tuoda esille, mutta siten, että häntä ei voida tunnistaa.

Osallistuminen on vapaaehtoista. Olisin kiitollinen, jos voisit olla mukana. Kukaan muu ei tiedä asioita paremmin kuin toiminnassa mukana olevat.

Haastatteluun varataan aikaa tunti ja se tapahtuu siellä, missä se on sinulle parasta. Tarkemmista aikatauluista sovitaan sitten, kun olet päättänyt osallistumisesta.

Voin antaa opinnäytetyöhön liittyviä tietoja lisää ja kannattaa jutella tästä myös läheistesi tai tukihenkilöiden kanssa. Haastattelua varten allekirjoitetaan suostumus. Voit tutustua siihen etukäteen. Suostumuksessa tarvitaan lisäksi huoltajan/ muun vastaavan henkilön suostumus, mikäli vastaaja ei ole täysivaltainen.

Kiitoksena haastattelusta saat S-Ryhmän 10 € arvoisen lahjakortin.

Jos haluat etukäteen kysyä jotain voit ottaa yhteyttä minuun sähköpostilla [taina.salo@seamk.fi](mailto:taina.salo@seamk.fi)

Ystävällisin terveisin

Taina Salo

Seinäjoen ammattikorkeakoulu, Sosionomi (YAMK)-opiskelija



**LIITE 2. Selkokielineen saatekirje haastattelua varten**

Hei!

Minä olen Taina Salo.

Opiskelen Sosionomiksi (SeAMK, YAMK).

Teen opinnäytetyötä Ystävänkortti Toiminnasta.

Saat lähiaikoina puhelinsoiton Ystävänkortti Toiminnasta.

Puhelu liittyy tutkimukseen.

Puhelussa kysytään,

olisitko sinä halukas kertomaan ajatuksiasi,

jotka liittyvät ystävätoimintaan ja ystävytyteen?

Voisit olla mukana tutkimuksessa

kertomalla haastattelussa omat mielipiteesi ja ajatuksesi.

Se olisi tärkeää, koska Ystävänkortti Toiminta haluaa kehittää toimintaansa.

Ajatuksista olisi siis hyötyä monelle muullekin.

Sinun vastaukset käsitellään niin,

että sinua ei voi tunnistaa vastauksesta.

Haastatteluun menee aikaa noin tunti.

Jos suostut haastatteluun,

niin haastattelua varten allekirjoitetaan suostumus.

Voit tutustua tarkempaan saatekirjeeseen ja suostumuslomakkeeseen

yhdessä jonkun läheisesi kanssa.

Kiitoksena haastattelusta saat S-Ryhmän 10€ arvoisen lahjakortin.

Jos haluat etukäteen kysyä jotain,

ota yhteyttä minuun sähköpostilla.

Sähköpostini on [taina.salo@seamk.fi](mailto:taina.salo@seamk.fi)

Ystävällisin terveisin:

Taina Salo Seinäjoen ammattikorkeakoulu, Sosionomi (YAMK) opiskelija



### LIITE 3. Suostumus

Suostumus haastatteluun (allekirjoita tämä yhdessä jonkun kanssa, mikäli haluat osallistua tutkimukseen)

Suostumukseen tarvitaan haastateltavan lisäksi varmistus suostumuksesta myös huoltajalta/tai muulta vastaavalta henkilöltä, mikäli haastateltava ei ole täysivaltainen.

#### Tutkimuslupa

Suostun siihen, että Seinäjoen ammattikorkeakoulun sosionomiopiskeija (YAMK) Taina Salo haastattelee minua luottamuksellisesti opinnäytetyötä varten.

Opinnäytetyön aiheena on Ystävänkortti Toiminta- Toimijoiden kokemusten kartoitus.

Haastattelujen äänitallenteet ja muu materiaali tuhoetaan opinnäytetyön valmistumisen jälkeen.

Haastatteluja ei käytetä muihin tarkoituksiin.

Haastateltavien henkilöllisyys ei tule esille opinnäytetyössä.

Haastattelun voi keskeyttää missä vaiheessa tahansa.

Suostumuksen antajan /haastateltavan nimi ja allekirjoitus

---

Paikka ja aika

---

Suostumuksen varmistava henkilö, mikä haastateltava ei ole täysivaltainen

---

(Nimi, allekirjoitus)



**LIITE 4. KYSELYLOMAKE**

(KOPIO WEBROPOL -KYSELYSTÄ)

Taustatietoja:

**1. Ikäsi**☐ 25-vuotta tai alle☐ 26–35-vuotta☐ 36–45-vuotta☐ 46–55-vuotta☐ 56-vuotta tai yli**2. Sukupuoli**☐ Mies☐ Nainen☐ Muu/En halua vastata**3. Olet ollut vapaaehtoisena ystävänä. Merkitse rasti sopivan vastauksen viereen.**

|                          |           |                          |            |                          |            |                          |              |
|--------------------------|-----------|--------------------------|------------|--------------------------|------------|--------------------------|--------------|
| <input type="checkbox"/> | alle 6 kk | <input type="checkbox"/> | 1–3 vuotta | <input type="checkbox"/> | 4–6 vuotta | <input type="checkbox"/> |              |
| <input type="checkbox"/> | 6–12 kk   | <input type="checkbox"/> | 3–4 vuotta | <input type="checkbox"/> | 7–9 vuotta | <input type="checkbox"/> | yli 9 vuotta |

**4. Asuinpaikkakuntasi** \_\_\_\_\_**5. Elämäntilanteesi**☐ Opiskelija☐ Työssäkäyvä☐ Työtön☐ Eläkkeellä☐ Joku muu mikä \_\_\_\_\_**6. Miten olet suorittanut ystäväkoulutuksen? Kirjoita vuosi, jos muistat**☐ Paikanpäällä tapahtuva koulutus, vuosi? \_\_\_\_\_☐ Etäyhteyden kautta tapahtuva koulutus, vuosi? \_\_\_\_\_**7. Kokemuksesi ystäväkoulutuksesta:**

(ympyröi se numero, joka parhaiten kuvaa kokemustasi)

1= Erittäin huono, 5= Erittäin hyvä, En osaa sanoa=eos

1                      2                      3                      4                      5                      eos

**8. Olisitko toivonut muutoksia ystäväkoulutukseen?**☐ Kyllä, toivoisin muutosta koulutustapaan☐ Kyllä, toivoisin muutosta koulutussisältöön☐ En toivo muutoksia, hyvä näin☐ En osaa sanoa

Voit perustella vastaustasi, jos haluat:

---

**9. Valitse valikosta 3–5 mielestäsi tärkeää ystäväkoulutuksen sisällön aihepiiriä**

- |                                                                                                       |                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Vapaaehtoisena toimiminen                                                    | <input type="checkbox"/> Itsemääräämisoikeus |
| <input type="checkbox"/> Ystävyysuhteen muodostaminen                                                 | <input type="checkbox"/> Kehitysvammaisuus   |
| <input type="checkbox"/> Vaihtoehtoiset kommunikointimenet.                                           | <input type="checkbox"/> Kohtaaminen         |
| <input type="checkbox"/> Ystävänkortin tuomat mahdollisuudet ja kortin käyttöön liittyvä toimintatapa | <input type="checkbox"/> Joku muu, mikä?     |

**10. Olisiko tarvetta jatkokoulutukselle sen jälkeen, kun ystäväkoulutus on käyty?**

- |                                                                                          |                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Kyllä, haluan jatkokoulutusta<br>halua/tarvitse jatkokoulutusta | <input type="checkbox"/> Ei, en |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|

Voit perustella tähän jatkokoulutuksen tarpeellisuutta, aiheita tms.

---

**11. Mitä materiaalia voisit hyödyntää ystävätoiminnassa? Voit valita niin monta kuin haluat.**

- ☐ Päiväkirja täytettäväksi yhdessä ystävän kanssa.
- ☐ Vinkkivihkonen (=ideoita, joita voi tehdä ystävän kanssa)
- ☐ Tulostettavia pelipohjia, muistipelejä tms.
- ☐ Ystävälehti, josta voi lukea kuulumisia tms.
- ☐ Koronapandemian ajalle toimintavinkkejä
- ☐ Jokin muu materiaali, mikä \_\_\_\_\_ ☐ En tarvitse materiaalia

**12. Oletko saanut Ystävänkortti Toiminnan työntekijöiltä tukea ystävätoimintaan liittyvissä tilanteissa?**

- ☐ Kyllä, millaista? \_\_\_\_\_
- ☐ En ole saanut tukea. Millainen tuki olisi ollut tarpeellista?  
\_\_\_\_\_
- ☐ En ole tarvinnut tukea. ☐ En osaa sanoa.

**13. Millaisena koet avun pyytämisen ongelmatilanteissa?**

(ympyröi se numero, joka parhaiten kuvaa kokemustasi)

1= Erittäin vaikeaa, 5= Erittäin helppoa, En osaa sanoa=eos

1                      2                      3                      4                      5                      eos

**14. Voit perustella vastaustasi, jos haluat**

---

**15. Kuinka mielestäsi Ystävänkortti Toiminnan toimistolta pidetään yhteyttä?**

Yhteydenpidolla tarkoitetaan tässä myös kutsujen ja tiedotteiden lähettämistä.  
(ympyröi se numero, joka parhaiten kuvaa kokemustasi)

1= Erittäin huonosti, 5= Erittäin hyvin, En osaa sanoa=eos

1                      2                      3                      4                      5                      eos

**16. Voit perustella yhteydenpitoon liittyvän vastauksen, jos haluat.****17. Kuinka usein toivot yhteydenottoa/kuulumisten vaihtoa Ystävänkortti Toiminnan toimistolta?**

- ☐ Kerran kuukaudessa
- ☐ Useammin kuin kerran kuukaudessa
- ☐ Harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- ☐ Useamman kerran vuodessa
- ☐ Kerran vuodessa
- ☐ En tarvitse yhteydenottoja                      ☐ En osaa sanoa

**18. Kuinka tärkeänä koet Ystävänkortti Toiminnan suunnalta tapahtuvan kuulumisten kysymisen?**

(ympyröi se numero, joka parhaiten kuvaa kokemustasi)

1= En lainkaan tärkeänä, 5= Erittäin tärkeänä, En osaa sanoa=eos

1                      2                      3                      4                      5                      eos

**19. Miten ystäväparien yhdistämiseen liittyvät asiat mielestäsi toimivat?**

(ympyröi se numero, joka parhaiten kuvaa kokemustasi)

1= Erittäin huonosti, 5= Erittäin hyvin, En osaa sanoa=eos

1                      2                      3                      4                      5                      eos

**20. Kerro kehittämisideasi tai kokemuksesi liittyen ystäväparien yhdistämiseen.**

---



---

**21. Millä tavoin haluaisit ilmoittaa toteutuneet tunnit Ystäväkortti Toiminnalle?  
Voit valita useamman vaihtoehdon?**

- |                                                      |                                                  |
|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Viestillä                   | <input type="checkbox"/> Sähköisen linkin kautta |
| <input type="checkbox"/> Sähköpostilla               | <input type="checkbox"/> Paperisella lomakkeella |
| <input type="checkbox"/> Kaikki tavat ovat sopivia   |                                                  |
| <input type="checkbox"/> Muulla tavoin, miten? _____ |                                                  |

**22. Jos tuntien ilmoittamisessa on ollut haasteita, niin kerro esimerkkejä tai kehittämisohdotuksia. Kaikki vastaukset auttavat kehittämään menetelmää toimivaksi ja joustavaksi.**

---

**23. Onko koronapandemialla ollut vaikutuksia ystävän kanssa tapahtuvaan yhteydenpitoon?** (ympyröi se numero, joka parhaiten kuvaa kokemustasi)

1= Ei vaikutusta, 5= Erittäin paljon vaikutusta, En osaa sanoa=eos

1                      2                      3                      4                      5                      eos

**24. Voit kertoa koronapandemian vaikutuksista, jos haluat.**

---

**25. Onko sinulla ollut mahdollisuutta tavata ystävää etäyhteyden avulla?**

- ☐ Kyllä, millä sovelluksessa ( Teams, Zoom, joku muu?) \_\_\_\_\_
- ☐ Ei, mistä syystä \_\_\_\_\_

**26. Oletko saanut virtuaalisen tapaamisen toteutumiseen opastusta Ystäväkortti Toiminnan työntekijöiltä?**

- ☐ Kyllä olen saanut opastusta, millaista?  
\_\_\_\_\_
- ☐ En ole saanut opastusta, olisin kyllä tarvinnut, millaista?  
\_\_\_\_\_
- ☐ En ole tarvinnut opastusta

**Kerro, minkälaisia kehittämisideoita tai toiveita sinulla on pandemian ajalle?**

---

**27. Mielipiteesi virkistystoiminnasta (Yhteiset leiripäivät, keilaillat, jouluruokailut, tms.)** (ympyröi se numero, joka parhaiten kuvaa kokemustasi)

1= Olen todella tyytymätön, 5= Olen todella tyytyväinen, En osaa sanoa=eos  
 1                      2                      3                      4                      5                      eos

**28. Kerro, mitä virkistystoimintoja kaipaat tai tuo esille kehittämisideoita?**

---



---

**29. Oletko osallistunut vapaaehtoistyön aikana työnohjaukseen? (Tähän oli tullut virhe numeroinnin virheellisuuden vuoksi)**

☐ Kyllä (vastaa seuraavaksi kysymykseen 31.)

☐ En (vastaa seuraavaksi kysymykseen 32.)

**30. Mitä mieltä olet työnohjauksen sisällöstä?** (ympyröi se numero, joka parhaiten kuvaa kokemustasi)

1= Täysin hyödyttömiä asioita, 5= Erittäin hyödyllisiä asioita, En osaa sanoa=eos  
 1                      2                      3                      4                      5                      eos

**31. Mitä mieltä olet työnohjauksen tarpeellisuudesta?** (ympyröi se numero, joka parhaiten kuvaa kokemustasi)

1= Täysin tarpeetonta, 5= Todella tarpeellista, En osaa sanoa=eos  
 1                      2                      3                      4                      5                      eos

**32. Saatko vertaistukea tarvitessasi muilta vapaaehtoisilta?**

☐ Kyllä saan                      ☐ En saa, mutta en koe tarvitsevani

☐ En saa, mutta tarvitsisin, millaista tukea kaipaat?

---

**33. Mitä ystävätoiminta merkitsee SINULLE itsellesi? Mihin asioihin se on vaikuttanut SINUN elämässä? Kerro omin sanoin.**

---

---

---

---

**34. Mitä arvelet ystävätoiminnan merkitsevän YSTÄVÄLLESI? Mihin asioihin ystävätoiminta on mielestäsi vaikuttanut YSTÄVÄSI elämässä? Kerro omin sanoin.**

---

---

---

**35. Mitä muuta haluat tuoda esille? Sana on vapaa 😊**

---

---

---

---

---

\_\_\_\_\_**KIITOS VASTAUKSESTASI!**

Mikäli haluat osallistua arvontaan, jätä tähän yhteystietosi: (Nimi, osoite, puh ja sähköposti)

**LIITE 5. Saatekirje kyselyyn (webropol)**

Arvoisa vastaanottaja

Olen Taina Salo. Opiskelen Seinäjoen Ammattikorkeakoulussa, Sosionomin (YAMK) tutkintoa.

Teen opintoihin kuuluvaa opinnäytetyötä, jossa tutkin Ystävänkortti Toimintaa. Tutkimuksen tavoite on kerätä aineistoa, jolla voidaan kehittää ystävätoimintaa. Tutkimuksessa tarkastelen aihetta (Ystävänkortti Toiminnan ystävätoiminta) kahdesta näkökulmasta, sekä vapaaehtoisten ystävien että kehitysvammaisten ystävien näkökulmasta. Opinnäytetyössä erityisenä tarkastelukohteena on COVID-19 aiheuttamat muutokset. Tutkimuksessa tarkastellaan muun muassa Ystävänkortti Toiminnan yhteydenpitoa, koulutuksia ja virkistystoimintaa. Tutkimuksessani osa aineistosta kerätään tällä kyselyllä.

Ystävänkortti Toiminnan kaikki vapaaehtoisena toimivat ystävät saavat tämän linkin sähköiseen Webropol-kyselyyn. Vastaukset on mahdollista antaa myös lomakkeella, ota yhteyttä Ystävänkortti Toiminnan toimistolle, mikäli haluat paperisen version.

Toivoisin, että vastaisit tähän kyselyyn. Vastauksesi avulla saan laajemman aineiston, jolloin tutkimuksesta tulee luotettavampi. Jokainen vastaus on näin ollen tärkeä. Vaikka kokisit, ettei ole mitään sanottavaa, niin käy kurkistamassa kyselyä ja vastaa niihin kysymyksiin, jotka tuntuvat luontevilta. Kyselyyn vastaaminen vie aikaa n. 15 minuuttia.

Vastaaminen kannattaa. Sinä voit olla mukana kehittämässä yhteistä toimintaa ja lopuksi voit osallistua arvontaan. Kaikkien vastanneiden kesken 5x 10 € arvoisia lahjakortteja S-Ryhmän liikkeisiin.

Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti. Vastaajan henkilöllisyys ei selviä tutkimuksen missään vaiheessa.

Jos haluat tutkimuksesta lisätietoja, ota yhteyttä [taina.salo@seamk.fi](mailto:taina.salo@seamk.fi)

Kiitos ajastasi. Onnea arvontaan.



**LIITE 6. Saatekirje paperilomakkeen vastaajille**

Hei.

Olen Taina Salo ja teen opinnäytetyötä Ystävänkortti Toiminnalle.

Ohessa kysely, jossa kerätään mielipiteitä ja kokemuksia ystävätoiminnasta. Vastauksia kerätään toiminnan kehittämistarkoitukseen.

Kyselyyn vastaaminen kestää n. 10–15 minuuttia.

Voit halutessasi jättää yhteystietosi arvontaa varten (5x10 € arvoisia S-Ryhmän lahjakortteja).

Arvontalipukkeet ja vastaukset käsitellään erillisinä tiedostoina.

Vastausaikaa on 22.3.2021 asti (koskee paperilomakkeella vastaajia). Kyselyn mukana tulee palautuskuori, jossa postimaksu on valmiiksi maksettu.

Kiitos ajastasi, jokainen vastaus on tärkeä ja se käsitellään kaikella arvokkuudella ja luottamuksella.

Terveisin:

Taina Salo

Sosionomiopiskelija (SeAMK, YAMK)

Mikäli haluat kysyä lisätietoja, ota yhteyttä [taina.salo@seamk.fi](mailto:taina.salo@seamk.fi)

Lisäys: (Kyselyn mukana oli tyhjä paperi, johon sai jatkaa vastauksia)

## **LIITE 7. Haastattelun teemat**

Haastattelun teemoja

Mitä tulee mieleen ystävydestä?

Mitä olet tehnyt ystävän kanssa?

Mitkä asiat ovat muuttuneet elämässäsi, kun olet saanut ystävän?

Mitä asioita elämääsi on tullut ystävän kautta?

Miltä ystävän kanssa oleminen tuntuu?

Jos ystävää ei olisi, miltä se tuntuisi?

Oletko saanut ystävältä apua? Missä asiassa?

Mitä asioita haluaisit muuttaa ystävätoiminnassa?

Onko ystävän kanssa tullut riitoja?

Mitä muuta haluat kertoa?

## LIITE 8. Analyysiesimerkki edistävästä teemasta

| Esimerkki aineistolähtöisestä analyysistä. Aineistona kehitysvammaisten henkilöiden haastattelut.                                                                                     |                                                                              |                                                                          |                                                                             |                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Alkuperäinen ilmaus                                                                                                                                                                   | Pelkistetty ilmaus                                                           | Alaluokka                                                                | Yläluokka                                                                   | Pääluokka                                                                              |
| Ollaan oltu kehitysvammaisten tukiniissä kokouksissa. H3                                                                                                                              | Oman kohderyhmän kokoukset                                                   | Kannustaminen yhteisen osallistumisen avulla                             | Osallistuminen ja mahdollisuus vaikuttaa oman ryhmän tapahtumiin.           | Ystävyyden kautta lisääntyvä toiminnot liittyvät näihin osa-alueisiin                  |
| Kävin konserteissa.... en olisi mennyt yksin. H3                                                                                                                                      | Konsertit<br>Ei olisi mennyt yksin.                                          | Henkinen tuki yhteisen osallistumisen avulla                             | Sitä kautta myös tietoisuuden lisääntyminen.                                |                                                                                        |
| Shoppailemassa ollaan oltu. Kaupungilla ja syönyt. Elokuissa ja teatterissa. H8                                                                                                       | Ostokset<br>Ruokailut<br>Elokuvat<br>Teatterit                               | Monipuolisia kokemuksia.<br>Useita erilaisia tapahtumia.                 | Kodin ulkopuoliset tapahtumat lisääntyvät→Lisäävät kokemuksellista rikautta |                                                                                        |
| Olen ollut kaikissa reissuissa ja esimerkiksi mä oon ollut Ylisfestareilla. Aika paljon ollut Villiklubilla ja sitten olen ollut Karmassa laulamassa karaokea. H5                     | Reissut<br>Festarit<br>Villiklubi<br>Karaoke                                 | Monipuolisia kokemuksia osallistumiskerrat lisääntyneet                  |                                                                             |                                                                                        |
| Mua ei muuten saa liikkeelle. Sohva-elämä houkuttaa enemmän kuin liikkuminen. H1                                                                                                      | Liikkumattomuuden vaara                                                      | Henkinen kannustus<br>Liikunnan lisääminen<br>Aktivointi nolatilanteesta | Liikunnan lisääntyminen                                                     | -Osallistuminen<br>-Kodin ulkopuoliset tapahtumat<br>-Liikunnallisuus<br>-Turvallisuus |
| Jos mulla ei olisi ystävää, niin siinä voisi käydä niin, etten olisi lähtenyt pihalle ollenkaan. Ystävän kanssa on helpompi lähteä pihalle. H5                                        | Ulkoilu<br>Helpompaa yhdessä<br>Kynnys mataloituu<br>Liikkumattomuuden vaara |                                                                          |                                                                             | -lisää tietoisuutta<br>-lisää kokemuksellisuutta<br>Lisääntyminen = Edistämistä        |
| Talvella liukkaalla voi pitää kiinni, ettei kaadu. H4                                                                                                                                 | Fyysinen apu talvella<br>-Pelkoa muuten                                      | Fyysinen tuki<br>Turvallisuuden lisäämistä                               | Turvallisuuden tunteen lisääntyminen                                        |                                                                                        |
| Mua on niin paljon haukuttu.Tänään viimeksi linja-autossa. Kun ystävä on mun kanssa, niin tilanne on toinen H3 (Haastattelilja) Miten se silloin on toinen?<br>Silloin ei haukuta. H3 | Julkisen liikenteen käyttö<br>Stigmatisointi<br>-Pelkoa muuten               | Henkinen tuki<br>Turvallisuuden lisäämistä                               | -henkisesti<br>-Fyysisesti                                                  |                                                                                        |