



VERTAISTUKI JA KANSALAISYHTEISKUNTA

Juho Saari (VTT, MA Econ.)

Johtaja, KWRC, Professori, Itä-Suomen yliopisto

Juho.saari@uef.fi

31.8.2010

(c) Juho Saari 2010

1

Teemat

- ✚ Auttaminen kilpailukyky-yhteiskunnassa
- ✚ Auttaminen asenteissa
- ✚ Sosiaalisten suhteiden merkitys ja myrkyllisyys
- ✚ Esimerkki I: Yksinäisyys
- ✚ Esimerkki II: Avioerosta toipuminen
- ✚ Miten toiminnan vaikuttavuutta voisi parantaa?
- ✚ Johtopäätökset

31.8.2010

2

Siirtyminen kilpailukeskeiseen yhteiskuntaan

Markkinat -
Voittaja vie kaiken

Neutraalisuus-
periaate

Elinkaari-
periaate

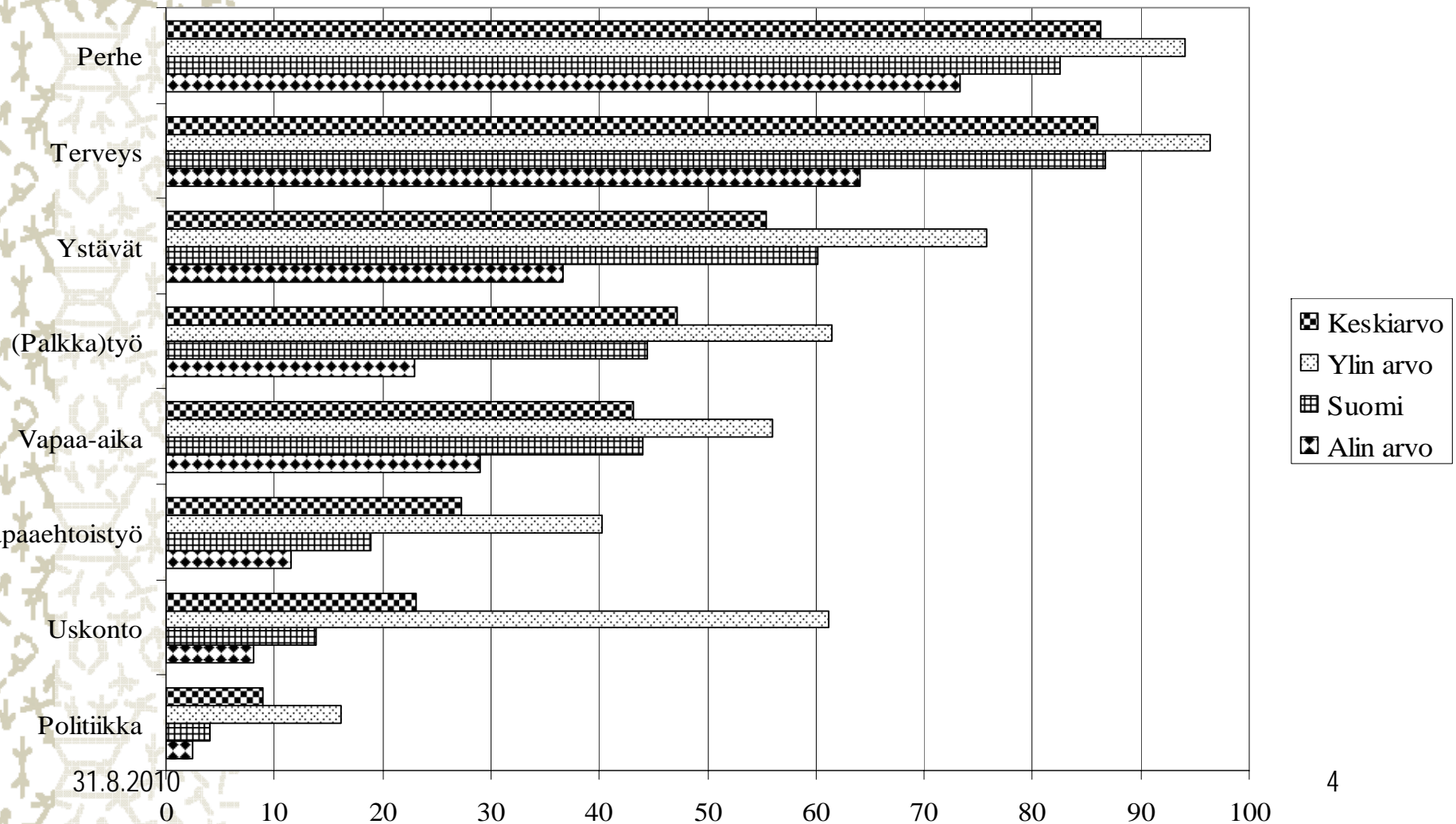
Kansalaisyhteiskunta -
Yleistetty
vastavuoroisuus

Hyvinvointivaltio -
Keskitetty
uudelleenjako

31.8.2010

3

Elämäntilanteiden tärkeys – vapaaehtoistyö ei ole suomalaisille korostetun tärkeää

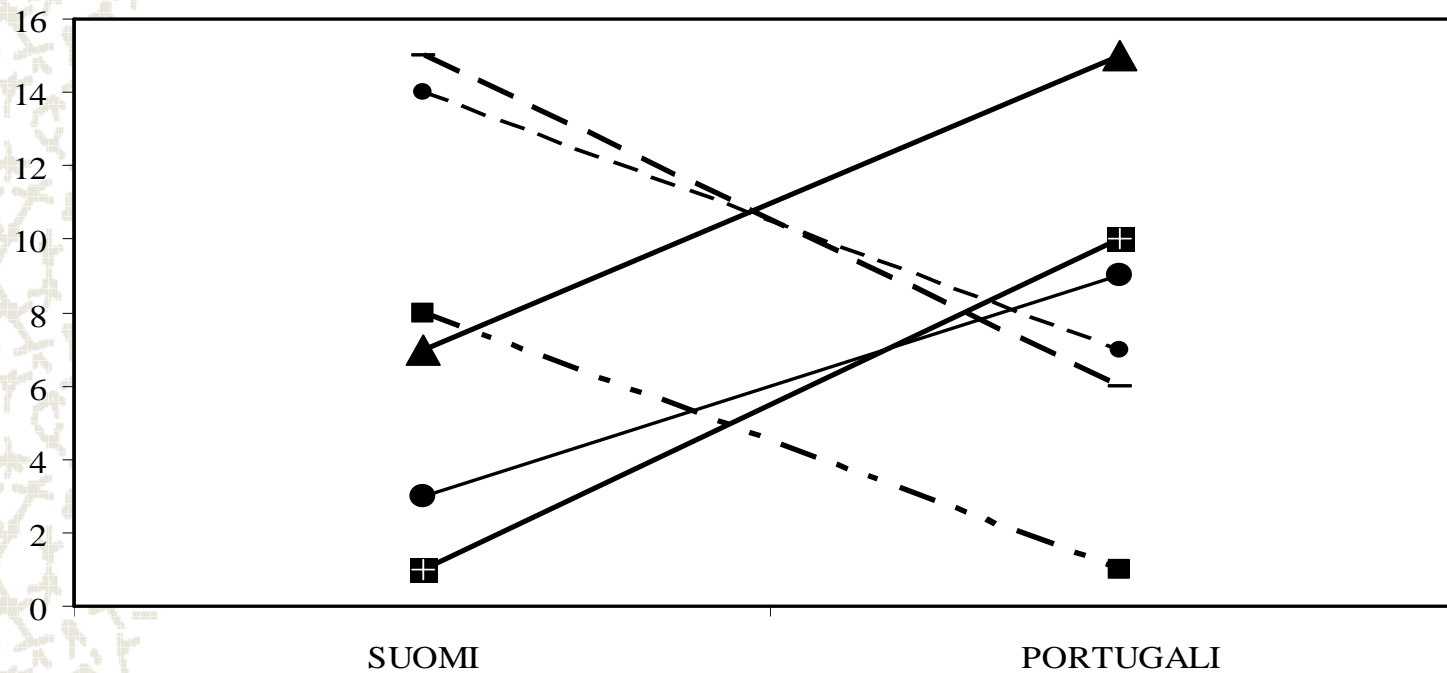


31.8.2010

Auttaminen ei ole huolenaiheista suurin EU:ssa

	BORDA	Keskiarvo	Moodi	Mediaani
Terveystenhoito	91	3,4	1	3
Elinkustannukset	105	3,9	2	2
Rikollisuus	120	4,4	5	5
Eläkkeet	121	4,5	3	4
Työttömyys	135	5,0	1	4
Eriarvoisuus	212	7,9	7	7
Vanhusten hoito	218	8,1	9	9
Terrorismi	221	8,2	8	8
Koulutus	229	8,5	6	8
Ympäristö	249	9,2	9	9
Taloukasvu	277	10,3	12	11
Maahanmuutto	299	11,1	12	12
Auttamishalukkuus	300	11,1	13	11
Kotouttaminen	327	12,1	16	13
Vammaisten hoito	364	13,5	15	14
Liikenneinfrastruktuuri	404	15,0	16	5 15

Auttaminen on hyvien aikojen huolenaihe



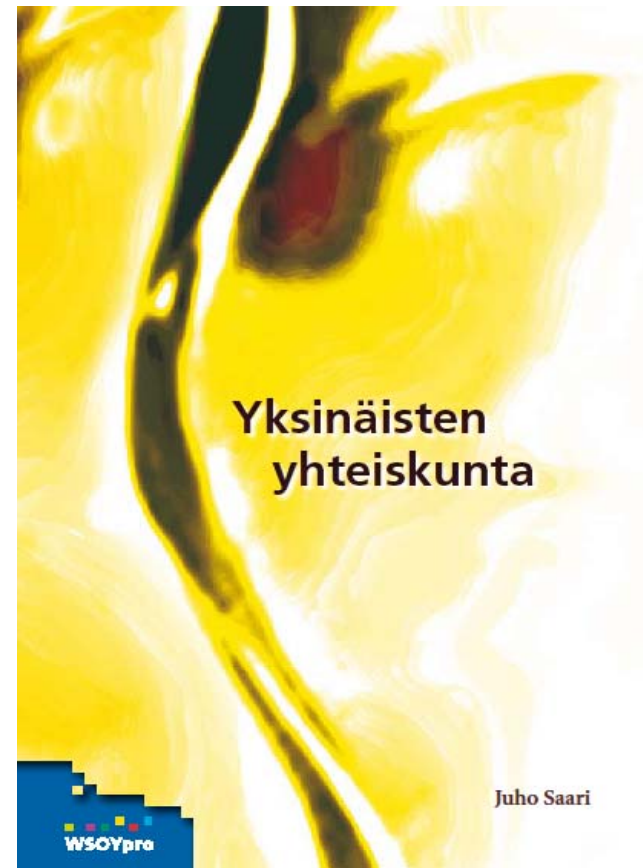
Tästä huolimatta ja tämän takia

- ✦ Vertaistuen ja vapaaehtoistyön merkitystä korostavalle kansalaisyhteiskunnalle on selkeää kysyntää ja poliittista tilaa suomalaisessa yhteiskunnassa
- ✦ Erityisesti mikäli sen toiminta kohdentuu sosiaaliseen myrkyllisyyteen, ja
- ✦ samalla politisoi ihmisten elämäntapoihin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyviä kysymyksiä, mistä esimerkkinä seuraavassa *yksinäisyys*

Yksinäisten yhteiskunta – Yksinäisen näkökulma yhteiskuntaan

1. Yksinäisyys on sosiaalista suhteettomuutta.
2. Yksinäisyys on vakava hyvinvointi- ja terveyshaitta.
3. Yksinäisyys on myös vahva identiteetti.
4. Yksinäisyys on yhteinen asia ja sellaisenaan politisoitavissa

31.8.2010



Kansalaisjärjestöt voivat vaikuttaa yksinäisyyteen?

(MLL, SPR, Suomen mielenterveysseura, YV-keräyksen varoin)

- ✿ Syrjäytyminen ja oikeudenmukaisuus

- ✿ "Jos yksinäisyydenongelmaa ei voida poistaa esim. sosiaalisten rakenteiden muutoksilla tai millään vapaaehtoistoiminnalla, niin olisiko mahdollista auttaa yksinäisyydestä kärsivää lähimmäistä siten, että yhteiskunta tukisi häntä itsemurhan teossa lääketieteellisin keinoin"?(080421.)

Onko vertaistuellalla vaikuttavuutta? esimerkkinä avioerosta toipuminen

- ✱ Eronneet ovat kansallisissa kyselyissä liian pieni ja hajanainen ryhmä tullakseen analysoiduksi (yleensä 30-40 kpl) – tarvitaan toisenlaisia lähestymistapoja.
- ✱ Eronneet eivät vastaa heille suunnattuihin kyselyihin.
- ✱ Pyrkimyksenä hakea foorumi, jolla eronneita voidaan tutkia. Eettiset kysymykset huomioon otettu
- ✱ Selvitetään sekä prosesseja että suhteellisia merkityksiä.

Vertaistuki ja avioero –yksi tarina

Maaliskuun alku: Erotuki (15)

- ✿ Mies ilmoitti muuttavansa miettimään asioita marraskuussa. Eropaperit laittoi tammikuussa. Olemme hyvissä väleissä edelleen. Syyksi ilmoitti et ollaan oltu niin pitkään yhdessä, ei rakasta enään ja muita samantapaisia juttuja. - On vaan niin yksinäistä. Takasin otan heti olen sen hänelle sanonut.

31.8.2010

Maaliskuun puoliväli: Kipuvaihe (28)

- ✿ Rupesipa ahistamaan. Ikävä on kauhea. Haluaisin niin oman elämäni takaisin. Pitäisi jaksaa tämä työpäivä et pääsisi sohvalle käpertymään
- ✿ En tiedä mitä ajatella kun tuntuu siltä että haluaako edes selvittää surusta. ...Mistä oikein kyyneleitä riittää. .. Tämä on vaan koko ajan saman asian puimista minulla.

11

Murrosvaihe

Huhtikuun alku (19) masennus

- ✿ Mieheni haluaa edelleen erota. Juttelimme juuri. Pyysin että mieltisi terapiaa ei sitä tiedä mitä se antaisi. Vaikka sen lopullisen niitin tälle suhteelle.
- ✿ Tyhjän päälle en jää, mutta ei se korvaa toista ihmistä joka on niin rakas. ... Talo menee joka tapauksessa myyntiin. Väsyttää.

Huhtikuun loppu (29) - sinnetänne

- ✿ En tiedä tänään taas ahistaa todella paljon. En haluaisi erota, rakastan ihan mielettömästi miestäni. Mutta hänellä on jo laastari.
- ✿ Laastarista en voi itelleni tällä hetkellä edes ajatella. Mieheni on ainut kenen kanssa olen ollut. Melkein 23 vuotta historiaa kuitenkin takana

31.8.2010

12

Toipuminen alkaa

Huhtikuu Uudet järjestelyt (30 riitelyä)

- ✿ Olen asuntoja katsellut pakko ! Ei kiinnosta en tiedä vuokra vai oma. Kaksiot pieniä kolmioon ei vara. Haluaisi kuitenkin yhden ylimääräisen huoneen lapsia varten, vaikka ovatkin jo isoja. En tiedä!!!
- ✿ Muutin lauantaina. Tavarat suurin pirtein paikallaan. Osa tulee jälkitoimituksena. Yllättävän hyvin olen saanut nukuttua. Nyt tuntuu ja sanonkin tätä kodiksi. Elämä varmaankin alkaa kohta

31.8.2010

Vappu/Toukokuu uutta elämää (26)

- ✿ Kyllä elämä on nyt hyvin ku tuleva EX ei mielessä koko aikaa. Elämä alkaa jollain muotoa alusta. Suuntaa en vielä tiedä täysin mutta tiedän että pärjään yksin :)
- ✿ Minä omasta tahdostani päätin olla ihan yksin tämän päivän. Ihanan rauhallista :) Minä itseni kanssa pärjään näköjään hyvin

13

Kohti uutta elämää

Kesä-heinäkuu (33)

- ✿ Eilen ex:än UO tuli seisomaan nenän eteen ja halusi esitellä itsensä. Minä sanoin hänelle et en halua vielä. ... Lopulta kävelin tilanteesta pois.
- ✿ Kuulin tossa eilen että mun tuleva ex on mennyt kihloihin ;D Onpa kiire heillä. ... Pääsi nimittäin kunnan nauru kun kuulin noi. No mun elämä on hyvällä mallilla, elän kuten itse haluan.

31.8.2010

Heinä-elokuu (22)

- ✿ Näin tänään tulevan ex:än pitkästä aikaa. Ei tullut olotilaa et haluan olla ton miehen kanssa vielä. Outoa vaikka minä luulin et en halua olla ilman häntä!
- ✿ ei paljoa herättänyt tunteita. puhuttiin aika pikään kaupan pihalla niitä näitä. mut sitten kysy mites toimitaan kun tässä kuussa pitäisi toimittaa toisen vaiheen paperit

14

Sopeutuminen ja myönteiset siirtymät

Syyskuu-lokakuu (30)

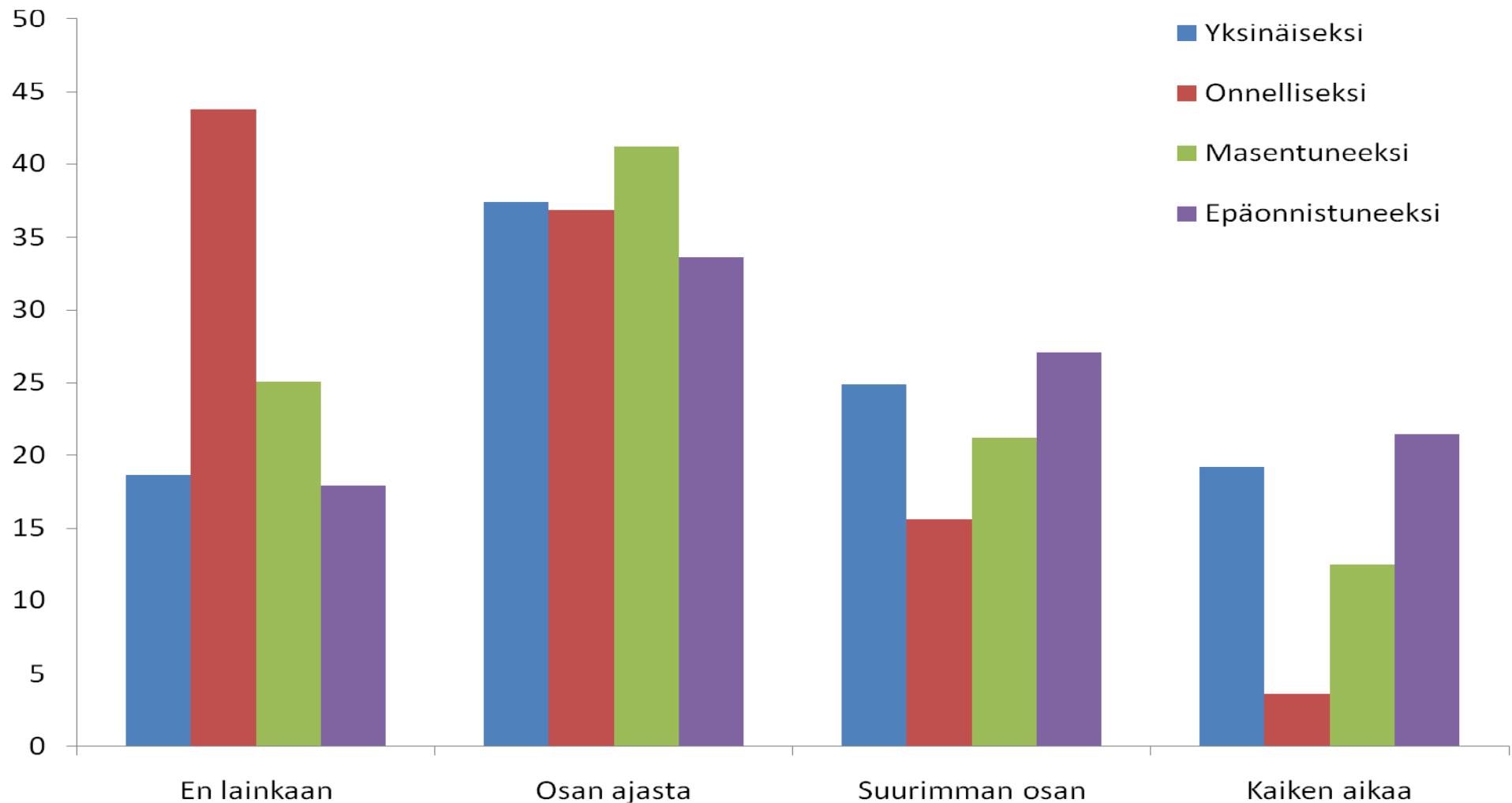
- ✱ Kyllä mä tunnen voittaneeni. Olo on hyvä ja olen sinut itseni kanssa. Lapset pärjäävät omillaan... .. Eli kaikki ainakin tällähetkellä hyvin :)
- ✱ No niin tänään se sitten tipahti postilaatikosta. Minut on tuomittu avioeroon ;) Olen tuomittu rikollinen ;D No vitsi vitsi, ei vielä ainakaan ole itku tullut. Saa kahtoa tuleeko. No elämä jatkuu nythän olen sitten virallisesti

31.8.2010

Marraskuu (15)

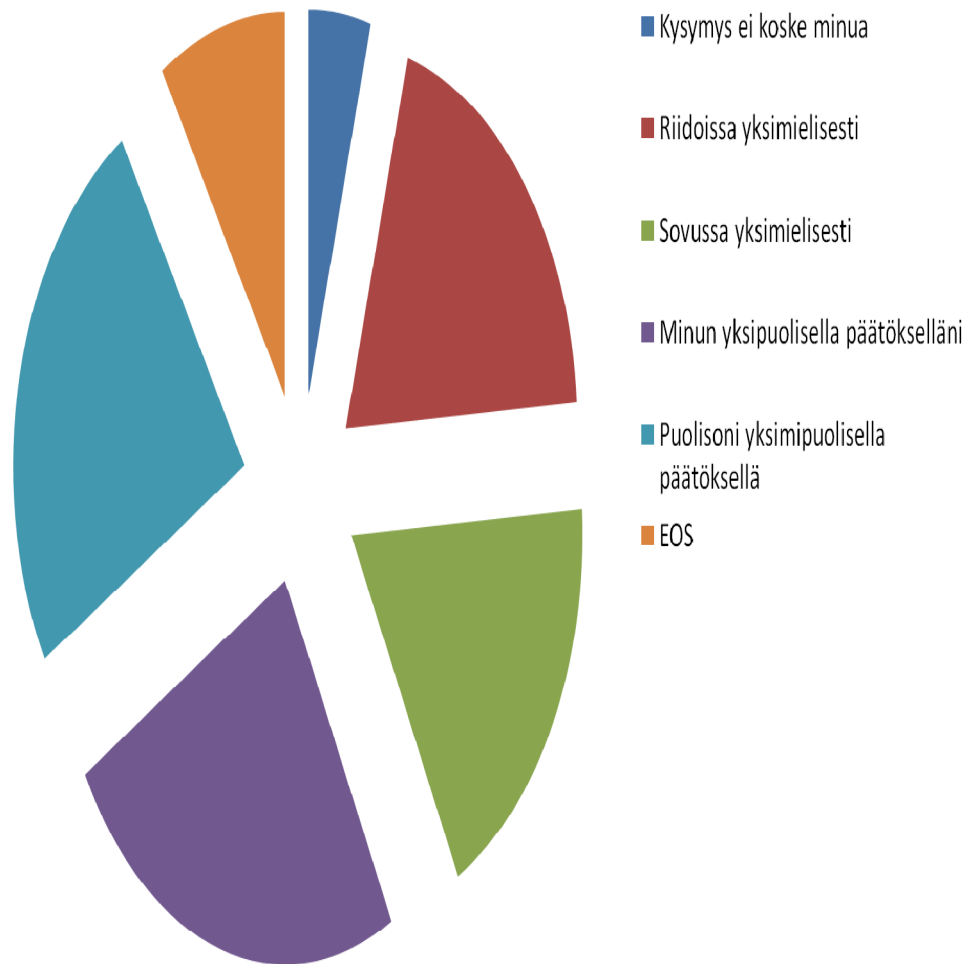
- ✱ Kotona jälleen. Siis niin ihana viikonloppu että vain voi olla. Oon sit nyt nähnyt Maria Lundin, Yön, Lauri Tähkän, Yölinnun, Jari Sillanpään ja Popedan. Kaikki olivat aivan loistavia ;D Tapasin miehen jonka kanssa juttu sujui aivan loistavasti ;D Nyt on sit sellainen pieni ikävä.

Ero on useimmille emotionaalisesti raskas kokemus

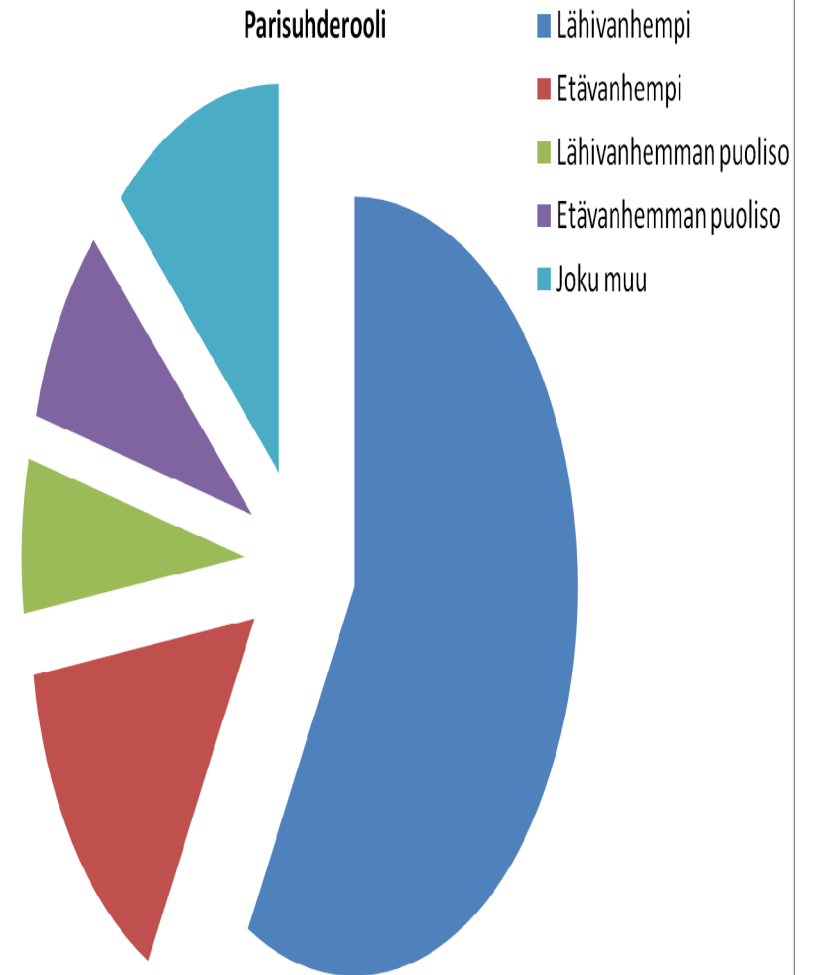


(Vain) ero yhdistää: heterogeenisuuden ongelma
(myös koulutus ja työtilanne)

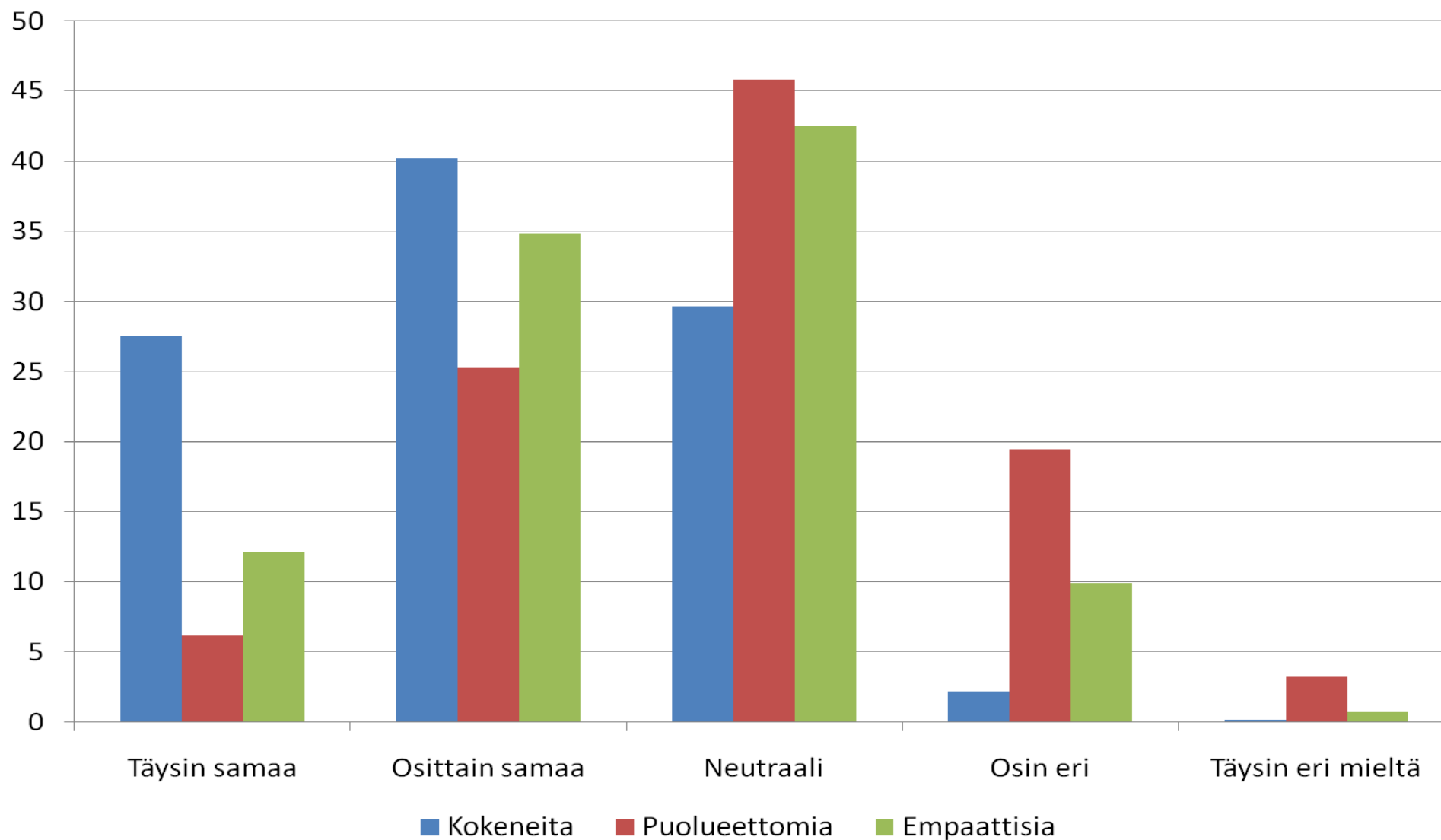
Eropäätös



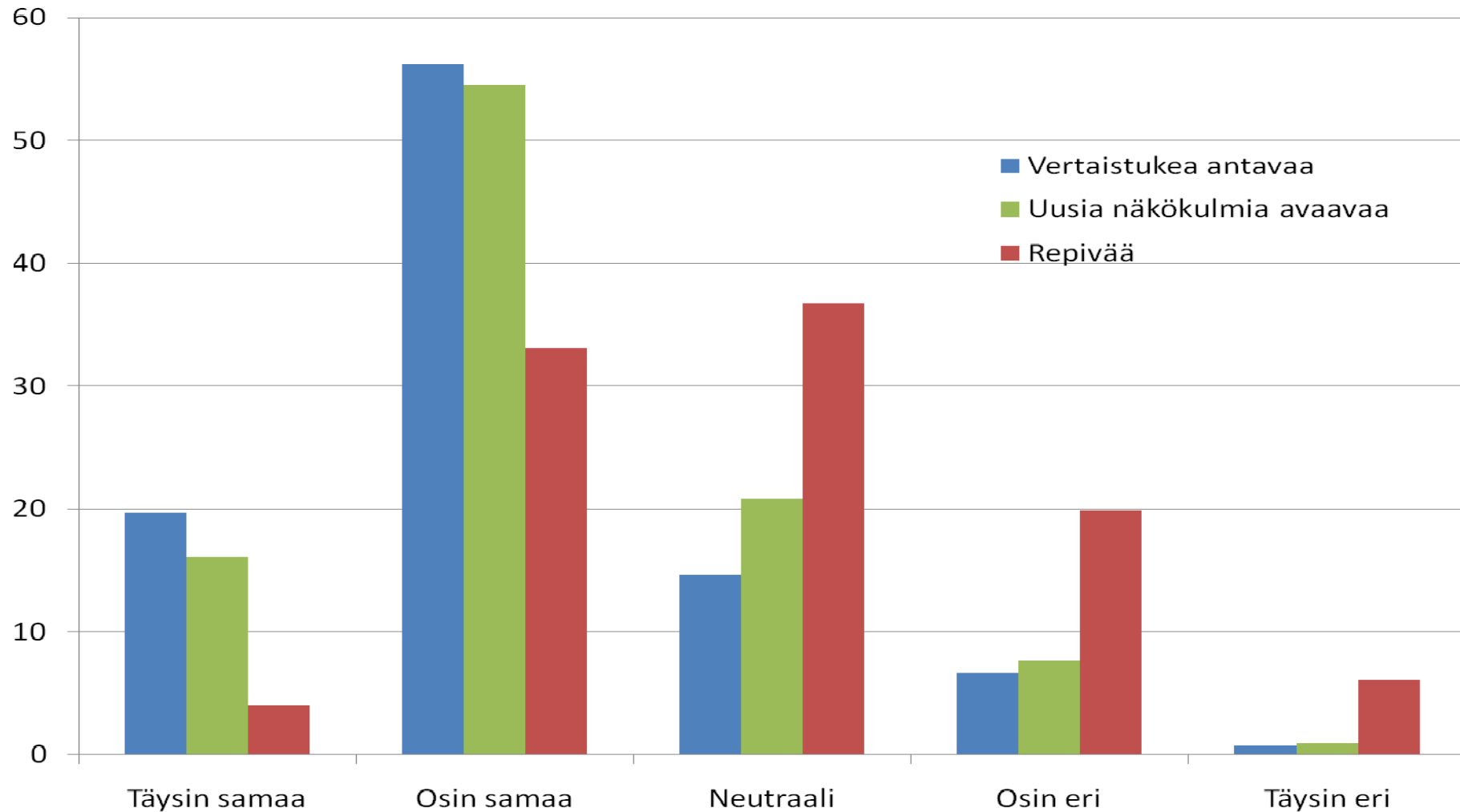
Parisuhterooli



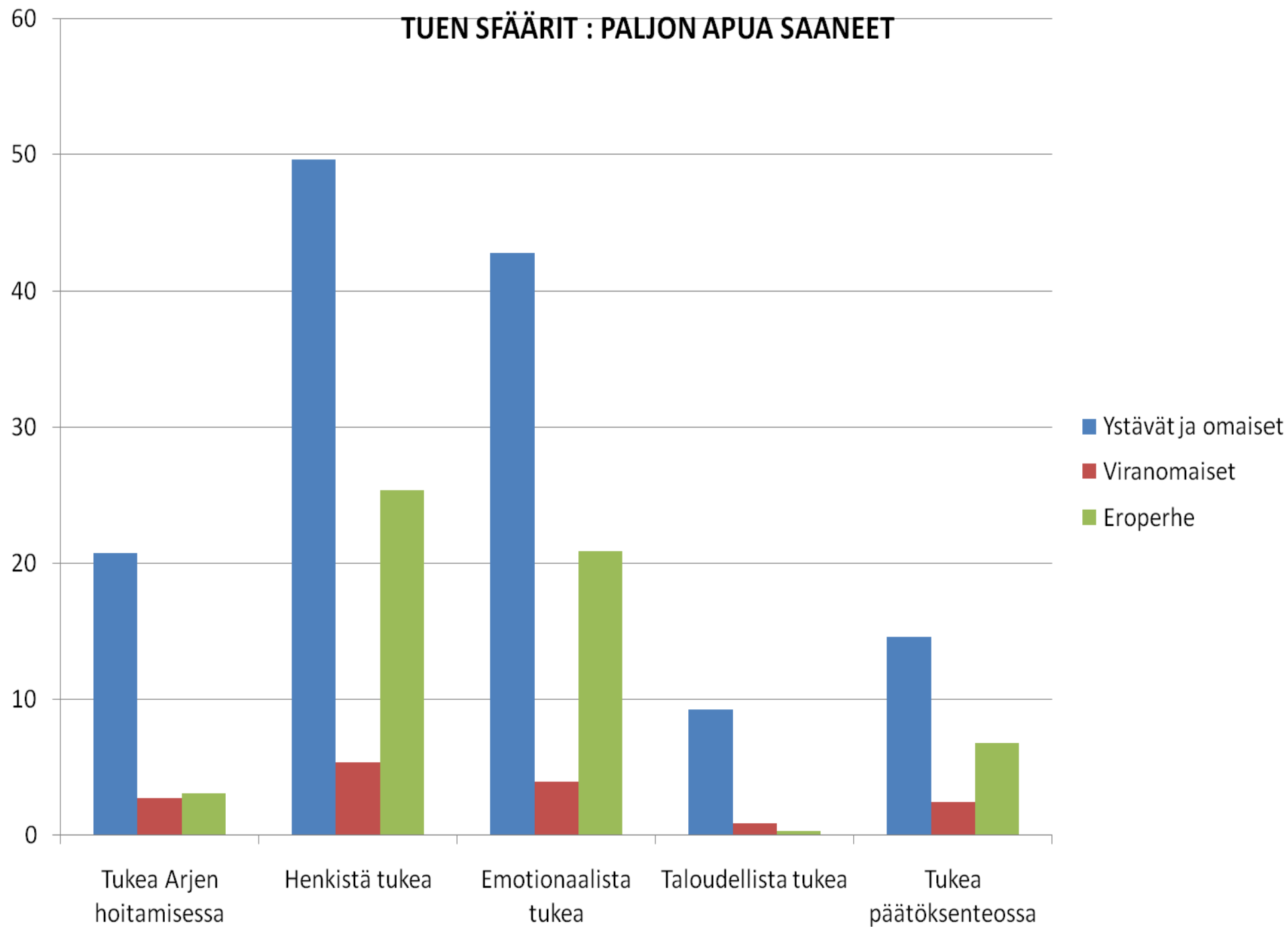
Vertais- vai riitaistukea? – Kokeneita koskevat asenteet



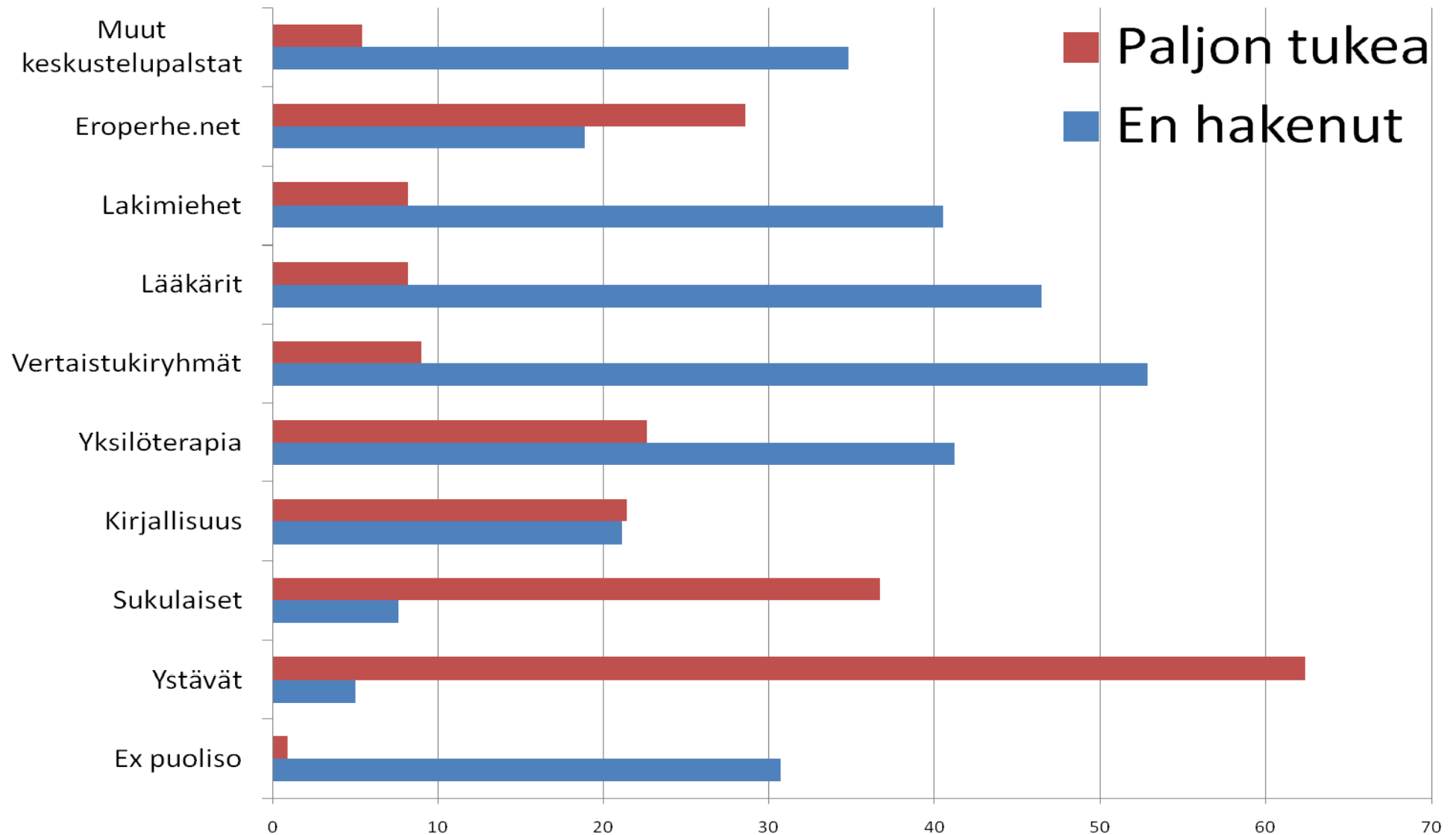
Vertais- vai riitaistukea? - kanssaihmiset



TUEN SFÄÄRIT : PALJON APUA SAANEET



Auttaneen tuen lähteet ja mistä tukea ei haeta





Internet-tuen yleisempiä ongelmia

- ✦ Pienet aktiivivolyymit, satunnaiset kriittiset massat ja ainakin eräissä tapauksissa laskevat trendit (sosiaalinen media on korvaamassa)
- ✦ Hajanainen palvelutuottajakenttä
- ✦ Alhainen täsmällinen *matching*, joka johtaa vertaistuen tyhjäkäyntiin.
- ✦ Onko mahdollista saada korkeampi *matching* and parempi vaikuttavuus?

31.8.2010

22



Hyvinvoinnin polut ja vertaistuki

- Hyvinvoivuuus rakentuu *yksilöllisenä oppimis- ja tiedostamisprosessina* johon ympäristö voi tarjota välineitä ja herätteitä.
- On olemassa aidosti erilaisia **hyvinvoinnin polkuja**, riippuen mm. elämäntilanteesta ja arvomaailmasta

Esimerkki imetyksen vertaistuesta

Rintani kipeytyvät vauvaa imettäessä.
Mitä voin tehdä, onko pakko lopettaa imetys?

Lopeta imetys, johan vauvasi on 2kk / 5kk / 8kk, ja korvikkeellakin kasvaa

Olisiko vauvallesi **tulossa hampaita?**
Syljen koostumus muuttuu silloin.
Parin päivän sinnittely voi jo auttaa.

Vauvan imetysote voi vaikuttaa, sain itse avun tähän imetystukihenkilöltä...

Haaste: Yleistä hyvinvointineuvontaa otetaan heikosti vastaan

Ratkaisun aineksia:

Profiloivat ja valmentavat kysymykset:
”Appreciative Inquiry”

Tiedon kontekstualisointi ja yhteisöllinen suodatus: *Neuroverkot ja profiilien klusterointi*

Soveltaminen sosiaaliseen verkostoon tai palveluun jossa ihmiset jo ovat (*Facebook, vertaistukifoorumit*)



Mahdollisuus löytää juuri minun *elämäntilanteeseeni ja arvomaailmaani* sopivaa tietoa, vinkkejä, ohjeita

Minäkuvan kehitys, identiteetin rakentuminen, vertaisryhmän löytyminen



Tutkimuskohde: Sosiaalisen median hyvinvointisovellus ”Virtual Coach”

TEEMOJA:

Henkinen hyvinvointi,
stressi ja rentoutuminen,
yksinäisyys ja sosiaalisuus,
fyysinen kunto ja liikkuminen,
ravitsemus

**Valmentavat kysymykset,
kunnioittava kohtaaminen,
”Appreciative inquiry”**



Sosiaalinen media (esim. Facebook)

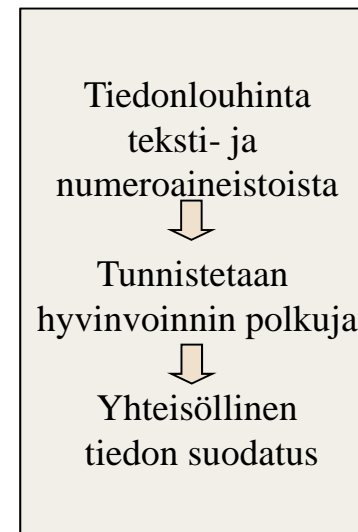
Väestötason
tausta-aineistot

Kyselyt,
vertaistekstit

Sosiaalisen
median käyttö



Neuroverkot



**Kasvava Itsetiedostus motivaatio,
ja
vahvistuvat verkostot**



Haasteita

- Vertaisyhteisöt toimivat ruohonjuuritasolla, yksilöiden valinnoista ja tahdosta lähtöisin.
- Toimivan työkalun ominaisuudet voivat vaihdella aihepiiristä ja yhteisöstä riippuen suurestikin
- Toimivan yhteisön siirtäminen toiseen välineeseen onnistuu harvoin, usein suuri osa ihmisistä menetetään
- Tietoturva, yksityisyyden suoja ja luotettavuus

Ratkaisuja

- Kehitystyö *tiivissä* yhteistyössä käyttäjäyhteisöiden edustajien kanssa.
- Rakennetaan *liityntäpinta* olemassa oleviin suosittuihin verkostoitumismuotoihin (esim. Facebook)
- Luotetut toimijat

VIRTUAL COACH - Support for Well-Being in the Modern World

Teemoja

Henkinen hyvinvointi,
stressi ja rentoutuminen,
yksinäisyys ja sosiaalisuus,
fyysinen kunto ja liikkuminen,
ravitsemus

Taustaa

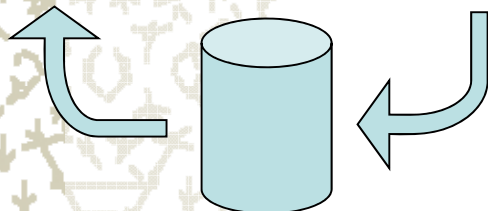
Kiinnostus siihen,
miten ihmisten
elämä voi kehittyä
laadultaan
paremmaksi

Tutkimusmenetelmät

Kvantitatiivinen
tekstianalyysi,
numeerisen
datan
analyysi ja
visualisointi

Laadullinen
analyysi ja
kysymysten
uudelleemuotoilu

Sosiaalinen media
(Facebook)



Muut aineistot
esim. Vierumäen
kuntotestiaineisto,
mobiililaitteiden
keräämät aineistot

Palvelukonsepti

- Missä sijaitsen suhteessa muihin ihmisiin, jakaminen
- Itsetiedostus ja minäkuvan kehitys

kysymyssetejä eri teemoista
"Appreciative inquiry"
ajatuksella,
valmentava
lähestymistapa



Asiantuntijoita

Krista Lagus, Timo Honkela (Aalto/TKK)
Mika Pantzar (Aalto/HSE)
Tanja Kotro (Kuluttajatutkimuskeskus)
Tuula Styrman (CreateAmove)
Matti Heikkilä (Vierumäen urheiluopisto)

...

Mitä muuta pitäisi tehdä

- ✖ Sosiaalisia ongelmia pitäisi lähestyä sosiaalisten suhteiden (eikä individualisoinnin), sosiaalisten kenttien ja sosiaalisen myrkyllisyyden näkökulmasta.
- ✖ Sosiaalisten verkostojen hyvinvointivaikutukset tulisi selvittää.
- ✖ Vertaistuki pitäisi politisoida – sosiaalisten suhteiden (vapaaehtoiset) ammattilaiset.

Kirjallisuutta

- ✦ Hiilamo, Heikki & Juho Saari (toim.): Hyvinvoinnin uusi politiikka – Johdatus sosiaalisten mahdollisuuksien politiikkaan. Helsinki: DIAK, 2010.
- ✦ Saari, Juho: Yksinäisten yhteiskunta. Helsinki: WSOY, 2010.
- ✦ Saari, Juho (toim.): Hyvinvointi. Helsinki: Gaudeamus, 2010.
- ✦ Saari, Juho (toim.): Hyvinvointivaltion tulevaisuus. Helsinki: Eduskunta, 2010.
- ✦ Pessi, Anne Birgitta & Juho Saari (toim.): Hyvien ihmisten maa – Auttaminen kilpailukyky-yhteiskunnassa. Helsinki: DIAK, 2010.

31.8.2010

28



KIITOS

31.8.2010

29