Ystävyys kortilla – merkityksellisiä ystävyyssuhteita vapaaehtoistoiminnan avulla

5.11.2021

Ystävyyssuhteet kehitysvammaisten henkilöiden ja muiden yhteisön jäsenten välillä eivät välttämättä synny luonnostaan. Kehitysvammaisten henkilöiden sosiaalinen verkosto voi jäädä rajoittuneeksi ja kohdistua vain asumisyksikön henkilökuntaan ja perheeseen. (Bigby & Craig, 2017, s.180–181.) Kehitysvammaisten henkilöiden kestävien ystävyyssuhteiden muodostaminen edellyttää suurempaa panostusta lähipiiriltä (Sigstad 2016).

Sosiaalisten suhteiden ylläpito on osa sosiaalista kuntoutusta ja normaalia elämää (Väisänen, 2018, s. 34). Näin ollen olisi tärkeää, että kehitysvammaisella henkilöllä olisi muitakin kontakteja kuin perheenjäsenet. Vanhempien tehtävä on olla ensisijaisesti vanhempi, ei kuntouttaja.

Kehitysvammaisten sosiaalisesta vuorovaikutuksesta tehty tutkimus (Miettinen 2020, s.146) tukee ajatusta, että ystävyyden tulisi perustua johonkin muuhun kuin esimerkiksi päivittäisiin hoidollisiin tarpeisiin. Avustaja ei siis voi korvata ystävää, koska toiminnan lähtökohdat ovat erilaiset.

Taina Salon (2021) sosiaalialan ylemmän amk-tutkinnon opinnäytetyössä *”Ystävyys kortilla – Vapaaehtoisina ystävinä toimivien ja kehitysvammaisten henkilöiden kokemuksia Ystävänkortti Toiminnan ystävätoiminnasta”* kartoitettiin ystävyyden merkityksellisyyttä kahdesta eri näkökulmasta: sekä vapaaehtoisina toimivien ystävien että kehitysvammaisten henkilöiden lähtökohdista. Työn tilaajana toimi Ystävänkortti Toiminta.

Työn nimi viittaa jatkuvaan ystävien tarpeeseen jopa puutostilaan. Ystävänkortti Toiminnan toiminta-alueella omaa ystävää haluavia kehitysvammaisia henkilöitä on yli 100.

Ystävänkortti Toiminnan tehtäviin sisältyy vapaaehtoisten henkilöiden koulutus. Koulutuksen käytyään vapaaehtoinen voi toimia ystävänä henkilölle, jolla on kehitysvamma. Ystävänkortti puolestaan tukee kehitysvammaisen henkilön osallistumismahdollisuuksia erilaisiin tapahtumiin. Ystävänkorttia näyttämällä kehitysvammaisen henkilön seurana oleva ystävä voi osallistua maksutta vapaa-ajan harrastukseen tai kulttuuritapahtumaan.

Aineiston keruu kyselyllä ja haastatteluilla

Opinnäytetyö oli laadullinen tutkimus, jossa aineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella sekä haastatteluilla. Aineisto on analysoitu sisällönanalyysimenetelmää hyödyntäen. Webropolilla suoritetussa kyselyssä vapaaehtoisina toimivilta (n=25) kysyttiin, miten he arvelevat ystävyyden vaikuttaneen kehitysvammaisten elämään. Kehitysvammaisilta henkilöiltä (n=9) puolestaan kysyttiin haastatellen, miten elämä on muuttunut ystävän myötä. Sen mitä vapaaehtoiset arvelivat, niin kehitysvammaisten henkilöiden

vastaukset sen vahvistivat. Ystävätoiminta oli tarjonnut monipuolisesti erilaisia kokemuksia ja lisännyt tunnetta hyvinvoinnista. Tutkimuksen keskeinen tulos on ystävyyden molemminpuolinen merkityksellisyys. (Salo, 2021, s. 80.)

Ystävyyden vaikutus arkeen ja resilienssiin

Salon tekemässä opinnäytetyössä ystävätoiminta koettiin sopuisaksi yhdessä olemiseksi. Positiivisen kokemuksen 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, s. 2005). Julkaisu tukee tämän opinnäytetyön avulla esille tulleita ajatuksia ystävän merkityksestä erityisesti poikkeusaikana ja sen ylimenovaiheessa.

Ystävyyden myönteiset vaikutukset olivat nähtävissä kehitysvammaisten henkilöiden arjessa. Ystävyyden positiiviset vaikutukset näkyivät erityisesti minäkuvan ja roolien vahvistumisena, liikunnallisuuden ja kodin ulkopuolisiin tapahtumiin osallistumisen lisääntymisenä sekä kommunikoinnin ja tunne-elämän tukemisena. (Salo, 2021, s. 74)

Opinnäytetyöllä kerättiin myös tietoa, jonka avulla voidaan kehittää ystävätoimintaa ja vapaaehtoisten koulutusta. Koulutukseen oltiin tyytyväisiä ja erityisesti Ystäväkortti Toiminnan henkilökuntaa kuvailtiin helposti lähestyttäväksi ja palvelualttiiksi. Kynnys ryhtyä vapaaehtoiseksi ystäväksi pyrittiin pitämään pienenä ja tukea ystävänä olemiseen saa riittävästi. Ystävätoiminnan koettiin rikastuttaneen vapaaehtoisten elämää monella tavalla. Vastauksissa tuli myös ilmi vapaaehtoistyön mielekkyys. Eräässä kuvailevassa vastauksessa todettiin, kuinka harmillista on, etteivät kansalaiset tiedä, mistä jäävät paitsi. (Salo 2021, s. 64.)

Opinnäytetyön johtopäätöksenä ystävätoiminta koettiin myönteiseksi yhdessä olemiseksi, joka tuki resilienssiä erityisesti COVID-19 pandemian aikana. Vapaaehtoisina toimivat kokivat, että ystävätoiminta on ratasmainen prosessi, jossa erityisesti hyvä mieli ja tunne tarpeellisuudesta pitävät koneiston liikkeessä. (Salo, 2021, s. 80.)

Näkymätöntä voimaa kehittämään

Opinnäytetyö tuotti tietoa ystävätoiminnan kehittämismahdollisuuksiin, joista esimerkkinä toivottiin digitaalisuuden ja vinkkimateriaalin hyödyntämistä. Vapaaehtoiset tiedostivat, että tapaamiset kehitysvammaisen henkilön kanssa olivat vastavuoroisia. Ne toivat merkityksellisyyttä ja iloa, ja niitä odotettiin. Palautetta tapaamisten tuottamasta hyvästä mielestä kuultiin esimerkiksi asuntolan henkilökunnalta tai vanhemmilta tai se oli aistittavissa tapaamisissa. Palautteen saaminen suoraan kehitysvammaiselta henkilöltä saattaisi tuoda työhön vielä lisää yhteyden tunnetta. (Salo, 2021, s. 82, s. 86.)

Vastavuoroisuuden ajatus on eräs yhteiskuntamme koossapitävin ja näkymättömin voima, jota on syytä vaalia. Vastavuoroisuuden avulla voidaan parantaa osallisuutta ja antaa vaikuttamismahdollisuus. (Koskinen, 2021, s. 24.) Tunnetyöpajojen kehittäminen osana ystävätoimintaa voisi olla keino tämän vastavuoroisuuden

ylläpitämiseen.

Taina Salo, YSOS20-opiskelija
Katja Valkama, opinnäytetyön ohjaaja, yliopettaja
SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Opinnäytetyön voi lukea kokonaisuudessaan Theseuksessa.

Lähteet:

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!” *Journal of intellectual & developmental disability*. 42(2), 180–189. http://dx.doi.org/10.3109/13668250.2016.1219701

Koskinen, U. (2021). Hyvää tahtoa ja hyödyn tavoittelua. Vastavuoroisuuden tutkiminen historiassa. Teoksessa R. Toivo, & R. Miettinen (toim.), *Varhaismodernin yhteiskunnan historia. Lähestymistapoja yksilöihin ja rakenteisiin* (s. 24–46). Gaudeamus.

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. *Duodecim,* 136(18), 2005–2012. https://www.duodecimlehti.fi/duo15778

Miettinen, S. (2020). Syvästi kehitysvammaisen aikuisen mahdollisuudet yhteisyyden kokemiseen: Etnografinen tutkimus sosiaalisesta vuorovaikutuksesta suomalaisissa ryhmäkodeissa. *Yhteiskuntapolitiikka* 85 (2), 146–156. http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2020040110044

Salo, T. (2021). *Ystävyys kortilla- Vapaaehtoisina ystävinä toimivien ja kehitysvammaisten henkilöiden kokemuksia Ystävänkortti Toiminnan ystävätoiminnasta.* Opinnäytetyö. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021081617022

Sigstad, H. M. H. (2016). Significance of friendship for quality of life in adolescents with mild intellectual disability: A parental perspective. *Journal of Intellectual and Developmental Disability* 41(4), 289-298. https://doi.org/10.3109/13668250.2016.1200018

Väisänen, R. (2018). Sosiaalisen kuntoutuksen käsite ja kehitysvaiheet. Teoksessa J. Lindh, K. Härkäpää, & K. Kostamo-Pääkkö (toim.). *Sosiaalinen kuntoutuksessa (*s. 19–38). Lappland University Press.