

Vapaaehtoistoiminta ikääntyneiden sosiaalisen pääoman rakentajana

30.5.2025

Eläkkeelle siirryttäessä aikaa vapautuu työnteolta toisenlaiselle merkitykselliselle tekemiselle, mikä saa monet harkitsemaan vapaaehtoistoimintaan osallistumista. Suomessa yhä useampi eläkeikäinen osallistuu vapaaehtoistoimintaan ja yli 65-vuotiaat ovat aktiivisimmin järjestöjen vapaaehtoistoimintaan osallistuva ikäryhmä (Hämäläinen ym. 2024, s. 509; STM 2024, s. 47). Eläkeikäiset vapaaehtoiset muodostavat arvokkaan voimavaran yhteisöille ja laajemmassa mittakaavassa koko yhteiskunnalle. Tätä voimavaraa halutaan vahvistaa entisestään, mikä näkyy Sosiaali- ja terveysministeriön laatimassa laatusuosituksessa aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen ja kestävien palvelujen turvaamiseksi 2024–2027 sekä kansallisessa ikäohjelmassa 2030, jossa yhtenä vaikuttavuustavoitteena on entistä useamman eläkeikäisen osallistuminen vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen lisää hyvinvointia ja osallisuutta ja edistää sosiaalista pääomaa (Kajanoja, 2019, s. 85; Maikkula, 2025, s. 39; Pessi & Grönlund, 2019, s. 118).

Sosiaalisen pääoman käsite on laaja ja moninainen eikä sen määritelmästä ole yhtä yhteistä konsensusta (Casson & Giusta, 2007, s. 220). Yksinkertaisesti ilmaistuna sosiaalisen pääoman voidaan sanoa viittaavan sosiaalisen rakenteen yhteisöllisiin piirteisiin, kuten luottamukseen, vuorovaikutukseen, vastavuoroisuuteen, normeihin ja verkostoihin (Iisakka, 2004). Sitä pidetään sekä yksilöä että koko yhteiskuntaa hyödyttävänä voimavarana, sillä hyvä sosiaalinen pääoma edesauttaa ihmisten yhteiseloa ja -toimintaa. Myös osallisuudella on merkittävä rooli sosiaalisen pääoman kokonaisuudessa. Osallisuudella viitataan kokemukseen johonkin kuulumisesta, yksilön tunteeseen hänen toimintansa ja ajatustensa merkityksestä ja vaikutuksesta sekä mahdollisuuteen toimia oman kiinnostuksen pohjalta (Meriluoto & Marila-Penttinen, 2015, s. 7).

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lukumummit ja -vaarit -vapaaehtoistoiminta sosiaalisen pääoman rakentajana

Viivi Maikkula (2025) teki opinnäytetyön, joka tarkasteli vapaaehtoistoiminnan vaikutuksia sosiaaliseen pääomaan eläköityneille suunnatun Lukumummit ja -vaarit -vapaaehtoistoiminnan kontekstissa. Lukumummit ja -vaarit –vapaaehtoistoiminta kehitettiin 2010-luvulla Niilo Mäki Instituutin toimesta rohkaisemaan lapsia lukemisen pariin ja tarjoamaan tukea sekä jakamatonta huomiota lukemisen äärellä (HundrED, 2017; Lukumummit ja -vaarit, 2019). Mannerheimin Lastensuojeluliitto toimii vapaaehtoistoimintaa koordinoivana tahona tehden yhteistyötä Niilo Mäki Instituutin kanssa. Toiminnan vapaaehtoiset ovat eläkeläisiä, jotka haluavat käyttää aikaansa lasten lukutaidon ja -sujuvuuden kehityksen tukemiseen. He pitävät lukutuokioita koulupäivän aikana alakoululaisten kanssa, jotka tarvitsevat lisätukea lukemiseen. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lukumummit ja -vaarit -vapaaehtoistoiminta vaikuttaa vapaaehtoisten sosiaaliseen pääomaan. Tavoitteena oli tuottaa tietoa kyseisen vapaaehtoistoiminnan potentiaalisesta vaikutuksesta vapaaehtoisten sosiaaliseen pääomaan sekä selvittää miten vapaaehtoistoiminta edistää vuorovaikutusta, verkostoitumista ja luottamuksen syntymistä. Tutkimusaineisto kerättiin haastattelemalla kahdeksaa vapaaehtoista.

Opinnäytetyön tulokset osoittivat vapaaehtoistoiminnalla olevan vaikutusta vapaaehtoisten sosiaalisen pääoman kasvuun. Vapaaehtoistoiminnan vaikutus sosiaaliseen pääomaan välittyi eri ulottuvuuksien ja ominaisuuksien kautta, joita olivat: sukupolvien välisessä yhteistyössä vallitseva ja muodostuva luottamus, myönteisten sosiaalisten kokemusten lisääntyminen, verkoston muodostuminen ja kasvaminen, vertaisuuden kokeminen, luottamus organisoivaan tahoon ja koulun henkilökuntaan, vastavuoroisuuden kokeminen, toiminnan mahdollistamat yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemukset sekä ikäpolvitoiminnassa rakentuva vuorovaikutus.

Sekä lukutuokioiden aikana että niiden ulkopuolella vapaaehtoisten ja lasten välinen vuorovaikutus oli hyvin monipuolista, omalaatuista ja vastavuoroista. Sosiaalisen kanssakäymisen toisen sukupolven edustajan kanssa koettiin tarjoavan merkittävän mahdollisuuden vuorovaikutustaitojen kehittymiselle. Lukutuokioiden myötä lapsen taitotasossa havaittava kehitys sai vapaaehtoiset näkemään konkreettisesti toimintansa merkityksen. Vapaaehtoistoiminnan myötä kouluympäristössä, sekä koulun henkilökunnan keskuudessa että lasten parissa, muodostui selvästi luottamuksellinen ilmapiiri, mikä edisti yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemuksia. Eräs haastateltava kuvasikin seuraavasti: “*Pidetään opettajana. Yhtä mittaa kutsutaan ja vedetään opettajanhuoneeseen kahville sun muuta, että mä koen, että olen päässyt sisälle ja otettu se homma hyvin vastaan.”* Myös vuorovaikutus muiden vapaaehtoisten kanssa loi osallisuutta vertaisuuden kokemusten kautta. Lukumummit ja -vaarit -vapaaehtoistoiminnan koettiin tarjoavan mahdollisuuksia verkostoitumiselle, joka osaltaan mahdollistaa uusien ihmissuhteiden kehittymisen.

Sosiaalisen pääoman kertymiseen vaikuttavat osatekijät linkittyivät hyvin vahvasti toisiinsa, mikä haastoi aineiston analysointia ja tulosten kuvausta. On esimerkiksi haastava ilmentää varmuudella, missä sosiaalisen pääoman osakomponentissa vaikutus oli selkeästi suurin. Joka tapauksessa osallisuus välittyi

tutkimustuloksissa merkittävänä ja se nivoi yhteen sosiaalisen pääoman eri ulottuvuudet. Tulokset osoittavat, että sosiaalisen pääoman rakentumiseen lukumummina tai -vaarina toimiessa vaikuttavat useat eri tekijät. Lukumummit ja -vaarit -vapaaehtoistoiminta ei hyödytä vain lapsia, vaan myös itse vapaaehtoisia.

Eläkeläisten vapaaehtoistoiminnan edistäminen

Eläkeläisten vapaaehtoistoiminta on tutkimusaiheena ajankohtainen ja merkittävä, sillä Suomessa pyritään edistämään vapaaehtoistoiminnan asemaa ikääntyvässä yhteiskunnassa. Tuomalla esiin vapaaehtoistoiminnan hyötyjä pystytään rohkaisemaan yhä useampaa eläköitynyttä vapaaehtoistoiminnan pariin. Opinnäytetyöhön haastatelluista eläkeläisistä monet kertoivat heillä olevan aikaisempaa kokemusta erilaisesta vapaaehtoistoiminnasta ennen Lukumummit ja -vaarit -vapaaehtoistoiminnassa aloittamista. Eläkeläiset, joilla on jo ennestään hyviä kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta, voivat lähteä vapaaehtoistoimintaan mukaan varsin matalalla kynnyksellä eläkeiässä. Haasteena onkin, miten saada eläkeleiset, joilla ei ole aikaisempaa kokemusta vapaaehtoistoiminnasta, lähtemään mukaan.

Olisi tärkeää, että ikääntyville luotaisiin mahdollisuuksia päästä tutustumaan erilaiseen vapaaehtoistoimintaan lähemmin ennen siihen sitoutumista. Huomiota tulisi kiinnittää konkreettisiin keinoihin, joiden avulla voidaan luoda edellytyksiä vapaaehtoiseksi ryhtymiselle eläkeiässä. Konkreettisia keinoja voivat olla esimerkiksi koulutuksen tarjoaminen, perehdyttäminen sekä yksiöllisen tuen tarjoaminen. Näin voidaan edistää yhä useamman eläkeläisen mahdollisuuksia löytää juuri hänelle sopiva tapa olla mukana vapaaehtoistoiminnassa. Erityisesti ikääntyessä jokainen askel kohti aktiivisempaa ja osallistuvampaa elämää on merkittävä. Vapaaehtoistoiminta pystyy tarjoamaan turvallisen toimikentän kyseisten askelien ottamiselle eikä sen arvoa tule aliarvioida.

Opinnäytetyö Theseus-palvelussa: Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lukumummit ja -vaarit -vapaaehtoistoiminta sosiaalisen pääoman potentiaalisena rakentajana**Viivi Maikkula**
geronomi (AMK)
SEAMK

Aino Asunmaa
geronomikoulutuksen lehtori, opinnäytetyön ohjaaja
SeAMK

Lähteet

Casson, M., & Giusta, M. D. (2007). Entrepreneurship and social capital: Analysing the impact of social networks on entrepreneurial activity from a rational action perspective. *International Small Business Journal*, *25*(3), 220–244.

HundrED. (2017). *Lukumummit ja –vaarit*. https://hundred.org/fi/innovations/lukumummit-ja-vaarit

Hämäläinen, H., Tanskanen, A. O., Arpino, B., Solé-Auró, A., & Danielsbacka, M. (2024). Is transition to retirement associated with volunteering? Longitudinal evidence from Europe. *Research on aging*. *46*(9-10), 509–520. https://doi.org/10.1177/01640275241251786

Iisakka, L. (2004). *Sosiaalinen pääoma suomalaisissa haastattelu- ja kyselyaineistoissa vuoden 1990 jälkeen*. Tilastokeskus. https://www.stat.fi/org/tut/dthemes/papers/sospaaoma_sospaa.html

Kajanoja, J. (2019). Vapaaehtoistoiminta ja sosiaalinen pääoma. Teoksessa S. Hirvonen & S. Puolitaival (toim.), *Vapaaehtoistoiminnan arvo* (s. 82–91). Kansalaisareena ry.

Lukumummit ja –vaarit. (2019). *Lukumummi ja -vaari -toiminnalla tutkitusti tärkeä merkitys vapaaehtoisille*. https://lukumummitjavaarit.fi/lukumummi-ja-vaari-toiminnalla-tutkitusti-tarkea-merkitys-vapaaehtoisille/

Maikkula, V. (2025). *Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lukumummit ja -vaarit -vapaaehtoistoiminta sosiaalisen pääoman potentiaalisena rakentajana*. [AMK-opinnäytetyö, Seinäjoen ammattikorkeakoulu]. Theseus. https://www.theseus.fi/handle/10024/882497

Meriluoto, T., & Marila-Penttinen, L. (2015). Mikä osallisuus, mikä kokemusasiantuntijuus? Teoksessa T. Meriluoto, L. Marila-Penttinen & E. Lehtinen (toim.), *Osallisuuden ja kokemusasiantuntijuuden käsikirja* (s. 7–31). Ensi- ja turvakotien liitto.

Pessi, A. B., & Grönlund, H. (2019). Vapaaehtoistoiminnan itseisarvo. Teoksessa S. Hirvonen & S. Puolitaival (toim.), *Vapaaehtoistoiminnan arvo* (s. 116–123). Kansalaisareena ry.

Sosiaali- ja terveysministeriö. (2024). Laatusuositus aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen ja kestävien palvelujen turvaamiseksi 2024-2027. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2024:4. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165460/STM_2024_4_J.pdf?sequence=1