



***Kadulta kotiin, yksinolosta
yhteiseen tekemiseen –
vapaaehtoinen yksinäisen
kaverina***

Elina Tiensuu ja Niina Koivula,
Sininauhasäätiön vapaaehtoistyön tiimi

Sininauhasäätiö

- Asunto ensin –periaate
- Kristillinen arvopohja
- Tuettua asumista, päiväkeskustoimintaa, kotiinvietäviä palveluita, erilaisia hankkeita
- Asiakas on aina toiminnan keskiössä





Vapaaehtoistoiminta Sininauhasäätiössä

- Yli 300 vapaaehtoista
- 2 vaihtovaparia
- Vuonna 2020 noin 900 kohdattua asiakasta (koronasta huolimatta)
- Vapaaehtoiset mukana asumisyksiköiden ja päiväkeskusten arjessa, hajasijoitetuissa asunnoissa asuvien apuna sekä tapahtumissa ja varainhankinnassa.



”Vapaaehtoisilla on mahdollisuus huomioida ihmiset ja heidän tilanteensa kokonaisvaltaisesti ilman ammattityön ja sen hallinnollisten toiminta-tapojen ja sääntöjen rajoituksia.”

Hammaren, Doris; Lommi, Roihu; Markkanen, Hanna (2019):

Osallistumisen mahdollisuuksia ja yhdessä tekemistä: Kiva keskiviikko -kävijöiden kokemuksia päihteettömästä sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminnasta

Ryhmätoiminta yksinäisyyden ehkäisijänä

- Esimerkkinä **Toiminta torstai** ja sosiaalisen kuntoutuksen malli
- Toiminta torstai on harrastusryhmä, joka lähtee (normaaliaikana) *joka torstai* tekemään jotain mukavaa
- Toiminta torstai on vapaaehtoisten ja asiakkaiden yhteistä aikaa
 - Ohjelma suunnitellaan jokaisen kauden alussa yhteisessä illanvietossa
 - asiakkaat pääsevät vaikuttamaan heille tärkeään asiaan, mikä lisää osallisuuden tunnetta



”Ei tarvitse olla yksin, voi lähteä kavereiden tai ihmisten kanssa, joita ei tunne. Esimerkiksi on paljon ihmisiä, joiden kanssa ei yleensä olla tekemissä, mutta Toiminta torstain kautta olemme tulleet vähän niin kuin kavereiksi. Voidaan jutella ja keskustella.”

- Osallistujan kommentti

Toimintaa asiakkaiden ehdoilla

- Toiminnan tavoitteena kehittää mielekästä arkea ja harrastustoimintaa sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmasta
 - pyrkimys ennaltaehkäistä asunnottomuutta ja torjua asunnottomuuden uusiutumista
- Pitkään asunnottomana olleilla ja marginaalissa eläneillä ei välttämättä ole sosiaalisia suhteita, joten ne täytyy rakentaa uudelleen
 - ryhmä luo puitteet sosiaalisten suhteiden luomiselle ja ylläpitämiselle.
- Elinpiirin ulkopuolella tapahtuvat yhteisölliset hetket vahvistavat osallisuuden tunnetta ja purkavat marginalisoitumista
- Jo osallistumisen mahdollisuus itsessään on kävijöille tärkeää: mahdollisuus tehdä asioita yhdessä vapaaehtoisten kanssa, uudet sosiaaliset kontaktit, vaikuttamismahdollisuudet, onnistumisen kokemukset, uusien asioiden kokeileminen



” No en ole nauranut niin paljon viimeiseen neljään ja puoleen vuoteen kuin nyt (eräällä Toiminta torstai -vierailukäynnillä).”

- Osallistujan kommentti

Asiakkaille tärkeintä ovat olleet

- Sosiaaliset suhteet ja itsensä toteuttaminen, sekä niiden kautta lisääntynyt hyvinvointi ja osallisuuden tunne
- Matala osallistumiskynnys ja arjen ympäröistä vieraantuminen
- Uudet kokemukset ja onnistumisen tunteet
- Osallistuminen kautta lisääntynyt tunne arjenhallinnasta
 - toiminta rytmittää koko viikkoa
- Yhteisöön kuuluminen, merkitykselliset ihmissuhteet, yhdenvertaisuus
- Tärkeintä *osallistumisen mahdollisuus* (ja se, ettei osallistumispakkoa ole)





Kahdenkeskeinen kaveritoiminta

Jokainen tarvitsee aina väillä laatu-aikaa
kaverin kanssa.

Mitä on kaveritoiminta?



- Vapaaehtoinen ja asiakas kohtaavat ja viettävät aikaa kahden kesken
- Vapaaehtoinen ja asiakas sopivat yhteisesti, milloin nähdään ja mitä tehdään. Molemmilla on oikeus vaikuttaa.
- Tekeminen sovitaan omien mielenkiintojen mukaisesti. Kaverukset voivat esim.: mennä kävelylle, käydä kahvilla, vierailla museoissa, käydä kaupassa

Kaveritoiminnan hyödyt

- Vähentää yksinäisyyttä ja lisää sekä vapaaehtoisen että asiakkaan sosiaalisia suhteita
- Mielekästä tekemistä arkeen
- Asiakas saa elämäänsä päihteettömiä kavereita
 - Asiakas näkee elämää myös oman elinpiirinsä ulkopuolella
 - Merkityksellisten ihmissuhteiden lisääntyminen
- Tukee asiakkaan kuntoutumista





Kiitos!

Onko kysyttävää?