

KUKA AUTTAA UUPUNUTTA VILJELIJÄÄ?
Tutkimus Maaseudun tukihenkilöverkon viljelijätaustaisista
tukihenkilöistä

Sara Niskanen

Pro gradu -tutkielma

Yhteiskuntapolitiikka

Yhteiskuntatieteiden ja
filosofian laitos

Jyväskylän yliopisto

Syksy 2019

TIIVISTELMÄ

Kuka auttaa uupunutta viljelijää? Tutkimus Maaseudun tukihenkilöverkon viljelijätaustaisista tukihenkilöistä

Sara Niskanen

Pro gradu -tutkielma

Yhteiskuntapolitiikka

Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos

Jyväskylän yliopisto

Ohjaaja: Tiina Silvasti

Syksy 2019

Sivumäärä: 117, liitteitä: 5

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, miksi Maaseudun tukihenkilöverkon viljelijätaustainen tukihenkilö toimii vapaaehtoisena ja millainen rooli vertaisella tukihenkilöllä on suhteessa viljelijään. Tutkimuksessa selvitetään myös, miten vertaiset jaksavat itse. Tutkimuksen tutkimustehtävänä oli tarkastella vertaisten ajatuksia viljelijöiden nykytilanteesta ja jaksamisesta.

Tutkimus toteutettiin laadullisten menetelmien avulla. Tutkimuksen aineisto koostui yhdeksästä Maaseudun tukihenkilöverkon viljelijätaustaisen tukihenkilön teemahaastattelusta sekä yhdestä kirjallisesta vastauksesta haastattelurungon kysymyksiin. Haastattelut tehtiin heinä–syyskuussa 2018 Länsi- ja Itä-Suomen alueella. Analyysimenetelmänä tutkimuksessa käytettiin teoriaohjaavaa sisällönanalyysiä.

Tutkimuksessa löydettiin viisi motiivia, joiden vuoksi vertainen toimii vapaaehtoisena. Motiivit olivat: yhteiskunnalliset syyt, altruismi ja halu auttaa, omakohtainen kokemus kriisistä selviämisestä, elämänasenne sekä tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt. Vertaisilla oli myös useita rooleja suhteessa tuettavaan viljelijään. Vertaisen rooleista tärkein oli toimiva kaksoisrooli, ja muita rooleja olivat vierellä kulkija, asiantuntija ja verkon jäsen.

Vertaiset tukihenkilöt kokevat voivansa hyvin. Vertaisten hyvinvointia tukevia seikkoja olivat perhe ja vapaa-aika, tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt sekä tukityö ja maataloustyö. Vaikka vertaiset kokivat oman jaksamisensa hyväksi, he tunnistivat myös lukuisia tekijöitä, jotka voivat olla riski vertaisen tukihenkilön hyvinvoinnille. Vertaiset olivat huolissaan ennen kaikkea yleisesti viljelijöiden jaksamisesta sekä viljelijäväestön yhteiskunnallisesta asemasta. Vertaisten mukaan viljelijät ovat yhteiskunnassamme syntipukin asemassa ja heitä syyllistetään esimerkiksi maataloustuilla elämisestä.

Tutkimus antaa arvokasta ja kokonaisvaltaista tietoa Maaseudun tukihenkilöverkon vertaisten tukihenkilöiden motiiveista, rooleista ja heidän jaksamisestaan ajanjaksona, kun maatalous kokee jälleen merkittävää rakennemuutosta ja myös kolmas sektori on murroksessa.

Avainsanoja: maatalousyrittäjät, sisällönanalyysi, vapaaehtoisuus, rooli, vertaistuki, kolmas sektori

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO.....	1
1.1 Tutkimuksen lähtökohdat	1
1.2 Tutkimuksen rakenne.....	3
1.3 Tutkimuksen tavoite	4
2 MAATALOUS JA VILJELIJÄVÄESTÖ	5
2.1 Maatalouselinkeino ja viljelijäväestö.....	5
2.2 Viljelijöiden elämäntapa	7
2.2.1 Sukutilan jatkuvuuden periaate	7
2.2.2 Sukupuolisidonnainen työnjako	8
2.2.3 Viljelijöiden luontosuhde	9
2.3 Maaseudun tukihenkilöverkko.....	10
2.3.1 Tukihenkilöverkon historia	11
2.3.2 Tukihenkilöverkon toimintamuodot	12
2.3.3 Vapaaehtoisten koulutus	13
2.3.4 Tukityön uudet haasteet	14
2.4 Suomi ja Euroopan unionin maatalouspolitiikka.....	15
2.5 Viljelijöiden jaksaminen ja koettu hyvinvointi	17
3 VAPAAEHTOISTYÖ OSANA KOLMATTI SEKTORIA	20
3.1 Vapaaehtoistyö.....	20
3.1.1 Vapaaehtoistyön määritelmä.....	20
3.1.2 Vapaaehtoistyön historia, tutkimus ja tulevaisuus.....	21
3.1.3 Vapaaehtoistyön haasteet	22
3.2 Vapaaehtoisten motivaatio.....	23
3.3 Vertaistuki.....	25
3.3.1 Vertaistuen historia ja tutkimus	27
3.3.2 Tukihenkilötoiminta vertaistuen muotona	29
3.4 Rooli.....	30
3.4.1 Roolit vapaaehtoistoiminnassa.....	31
3.5 Kolmas sektori ja kansalaisyhteiskunta	31
3.5.1 Kolmas sektori	32

3.5.2 Kansalaisyhteiskunta.....	33
4 AINEISTO JA MENETELMÄ	35
4.1 Aineiston keruu, keruun kuvailu ja aineiston kuvailu	35
4.1.1 Teemahaastattelu.....	35
4.1.2 Haastateltavien valinta	36
4.1.3 Haastattelujen tekeminen	37
4.1.4 Haastattelutilanteiden kontekstisidonnaisuus	38
4.2 Aineiston käsittely	39
4.3 Sisällönanalyysi	40
4.4 Tutkimuksen etiikka	42
4.5 Tutkimuskysymykset ja tutkimustehtävä.....	43
5 VERTAISTEN MOTIIVIT VAPAAEHTOISTOIMINTAAN.....	45
5.1 Yhteiskunnalliset syyt.....	45
5.2 Altruismi ja halu auttaa.....	47
5.3 Omakohtainen kokemus kriisistä selviämisestä	51
5.4 Elämänasenne	53
5.5 Tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt.....	56
6 VERTAISTEN ROOLIT SUHTEESSA VILJELIJÄÄN	61
6.1 Toimiva kaksoisrooli	62
6.2 Vierellä kulkija	66
6.3 Asiantuntija.....	70
6.4 Verkon jäsen	72
7 VERTAISTEN JAKSAMINEN	77
7.1 Hyvinvointia tukevat tekijät.....	77
7.2 Hyvinvointia heikentävät tai mahdollisesti heikentävät tekijät	81
8 PÄÄTÄNTÖ.....	86
8.1 Tutkimuksen keskeiset tulokset.....	86
8.1.1 Vertaisten motiivit.....	87
8.1.2 Vertaisten roolit.....	88
8.1.3 Vertaisten jaksaminen	89

8.1.4 Vertaisten ajatukset viljelijäväestön nykytilanteesta	91
8.2 Johtopäätökset.....	92
8.3 Huomioita tutkimusprosessista ja jatkotutkimusehdotuksia.....	94
KIRJALLISUUS	96
LIITTEET.....	108
Liite 1: Haastattelurunko	111
Liite 2: Tiedote- ja suostumuslomake haastateltaville.....	113
Liite 3: Vertaisten motiivit.....	115
Liite 4: Vertaisten roolit.....	116
Liite 5: Vertaisten hyvinvointiin vaikuttavat tekijät	117

1 JOHDANTO

Tämän pro gradu -tutkielman tutkimustehtävänä on selvittää Maaseudun tukihenkilöverkon vertaisten tukihenkilöiden ajatuksia suomalaisen viljelijäväestön nykytilanteesta ja jaksamisesta. Lisäksi tarkastelen sitä, millaiseksi tukihenkilö eli vertainen kokee roolinsa suhteessa viljelijään ja kysyn tukihenkilöltä, mikä motivoi häntä toimimaan vapaaehtoisena tukihenkilönä muille viljelijöille. Lopuksi selvitän, kuinka vertainen jaksaa itse. Tutkimuksen näkökulma on viljelijätaustaisissa tukihenkilöissä ja siinä, millaisia kokemuksia ja ajatuksia heillä on muiden viljelijöiden tukemisesta. Kutsun heitä tässä tutkimuksessa vertaisiksi, koska heillä itsellään on kokemusta maatalousyrittäjänä toimimisesta, minkä lisäksi he haluavat auttaa muita viljelijöitä. Tutkimus on tehty yhteistyössä Maaseudun tukihenkilöverkon kanssa.

1.1 Tutkimuksen lähtökohdat

Maaseudun tukihenkilöverkko on auttamisverkosto kaikille maaseudun ihmisille, ja verkon toiminta perustuu vapaaehtoistoimintaan (Tukityön viisitoista vuotta. Maaseudun tukihenkilöverkon toiminta vuosina 2001–2016. ”Aina kannattaa auttaa taitojensa mukaan” 2016, 6–9). Maaseudun tukihenkilöverkon toiminnasta ja verkon tukihenkilöistä on tehty lukuisia tutkimuksia, selvityksiä ja opinnäytetöitä (ks. esim. Keski-Heikkilä 2002; Sulin 2001), mutta tuoretta, vain maatalousyrittäjätaustaisiin tukihenkilöihin keskittyvää tutkimusta ei ole tehty. Aihe on kuitenkin hyvin ajankohtainen, sillä maatalous kokee Suomessa jälleen suurta rakennemuutosta. Esimerkiksi Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen Melan (2015) mukaan maatalousyrittäjien kokema henkinen kuormitus on viime vuosina kasvanut. Henkisen kuormituksen kasvun takana on taloudellinen epävarmuus, maatilain toimintaan liittyvä byrokratia, jatkuva kiire työssä sekä yhteiskunnan asettamat paineet viljelijälle esimerkiksi eläinten hyvinvointiin ja ympäristöön liittyvissä kysymyksissä (Maatalousyrittäjien eläkelaitos 2015, 1).

Maatalouskontekstin lisäksi tutkimuksessa on toinen näkökulma, joka liittyy vapaaehtoistyöhön ja vertaistukeen sekä laajemmin kolmannen sektorin ja kansalaisyhteiskunnan toimintaan. Yhteiskunnallinen keskustelu sekä kolmannen sektorin roolista että vapaaehtoistoiminnasta aktivoitui 1990-luvulla, minkä jälkeen kiinnostus aiheita kohtaan on tasaisesti lisääntynyt (ks. esim. Pessi & Oravasaari 2010; Ruusuvirta & Saukkonen 2015). Keskustelu

kolmannesta sektorista on ollut erityisen ajankohtainen viime vuosina ja tutkijat ovat alkaneet puhua ”uudesta kolmannesta sektorista”. Käsite kuvaa Pasi Saukkosen (2013, 21) mukaan tilannetta, jossa kolmannen sektorin rajat ovat hämärtyneet suhteessa sekä julkiseen mutta ennen kaikkea yksityiseen sektoriin. Kolmannen sektorin on katsottu siirtyneen sille perinteisestä edunvalvonnasta kohti palveluiden tuottamista (esim. Wijkström 2011, 40).

Kolmannen sektorin muutokset näkyvät eri tasoilla. Esimerkiksi Petri Ruuskanen, Kirsikka Selander ja Timo Anttila (2013) toteavat tutkimuksessaan, että vaikka suomalaisten yhdistysaktiivisuus on edelleen vilkasta, kiinnostus osallistua yleishyödylliseen toimintaan, muun muassa talkoisiin, on vähentynyt. Tutkijoiden mukaan ihmiset eivät halua enää sitoutua järjestötoimintaan, koska pelkäävät toiminnan tehtävien ja ajankäytön vaatimusten laajenevan hallitsemattomasti (Ruuskanen, Selander & Anttila 2013, 18–19). Lisäksi erityisesti kansainvälisissä tutkimuksissa on kiinnitetty huomiota vapaaehtoisten loppuun palamiseen ja siihen, että vapaaehtoisten väsyminen on yhteydessä vapaaehtoistoiminnasta luopumiseen ja vapaaehtoisten vaihtuvuuteen (ks. esim. Allen & Mueller 2013; Scherer, Allen & Harp 2016; Chen & Yu 2012). Tutkimustulokset ovat erittäin kiinnostavia Maaseudun tukihenkilöverkon näkökulmasta, sillä verkon toiminta perustuu vapaaehtoiisiin tukihenkilöihin ja heidän sitoutumiseensa. Tarkastelenkin tässä tutkimuksessa vertaisten tukihenkilöiden motivaatiota toimia vapaaehtoisena sekä heidän hyvinvointiaan ja siihen vaikuttavia tekijöitä.

Tutkimukseni teoreettinen ja käsitteellinen pohja muodostuu siis kahdesta keskenään melko erilaisesta tutkimusalueesta, maataloudesta ja viljelijäväestöstä sekä vapaaehtoistoiminnasta, kansalaisyhteiskunnasta ja kolmannesta sektorista. Molemmat aihealueet ovat yhteiskuntapoliittisesti kiinnostavia ajankohtaisuutensa vuoksi. Lisäksi maanviljelijöiden jaksaminen sekä henkinen ja sosiaalinen hyvinvointi ovat myös olleet asioita, jotka eivät ole juuri kiinnostaneet laajaa yleisöä, poliitikkoja tai edes yhteiskuntatieteilijöitä (Silvasti 2010c, 199). Tässä tutkimuksessa erityisen kiinnostavaa onkin kahden erilaisen ilmiön yhteen kietoutuminen: millaisena auttajina toimivat vertaiset näkevät nykyviljelijöiden tilanteen, miksi he toimivat vapaaehtoisina ja miten he kokevat kaksoisroolinsa, jossa yhdistyy rooli maatalousyrittäjänä ja rooli muiden maatalousyrittäjien tukijana?

Tutkimuksen aineisto koostuu yhdeksästä litteroidusta teemahaastattelusta ja yhdestä kirjallisesta vastauksesta haastattelurungon kysymyksiin. Haastattelin heinä–syyskuussa 2018 viisi naista ja neljä miestä, jotka toimivat Maaseudun tukihenkilöverkossa tukihenkilöinä.

Yhden tukihenkilön vastaukset teemahaastattelurungon (ks. Liite 1: Haastattelurunko) kysymyksiin sain kirjallisena. Haastattelut tehtiin Itä- ja Länsi-Suomen alueella. Tutkimuksen analyysimenetelmänä käytin sisällönanalyysiä, jota voi pitää laadullisen tutkimuksen perustyökaluna. Sisällönanalyysissa luin ensimmäiseksi litteroidut haastattelut rivi riviltä ja etsin tekstistä erilaisia koodeja. Koodaamisen jälkeen ryhmittelin koodeista uusia asiakokonaisuuksia eli teemoja. (ks. Silvasti 2014b, 37–45).

1.2 Tutkimuksen rakenne

Luvussa kaksi tarkastelen aikaisempaa kirjallisuutta liittyen maatalouteen, maatalousväestöön ja maatalouspolitiikkaan. Alussa kuvailen maataloutta elinkeinona ja kerron tarkemmin viljelijäväestöstä ja viljelijöiden elämäntavasta, jonka jälkeen Maaseudun tukihenkilöverkosta, esimerkiksi sen historiasta ja nykyisistä toimintamalleista. Luvussa kaksi kuvailen lyhyesti myös siitä, miten Suomen liittyminen Euroopan unioniin vaikutti Suomen maatalouteen ja ennen kaikkea maatalousväestöön. Luvun lopuksi kerron vielä viljelijöiden jaksamisesta ja koetusta hyvinvoinnista.

Kolmannessa luvussa keskityn tutkimuksen toiseen teoreettiseen ulottuvuuteen: kolmanteen sektoriin ja ennen kaikkea siihen liittyvään vapaaehtoistoimintaan. Aloitan luvun käsittelemällä juuri vapaaehtoistoimintaa. Tarkastelen muun muassa sitä, miten vapaaehtoistoiminta voidaan määritellä, millaista tutkimusta siitä on tehty ja mitä haasteita toimintaan saattaa liittyä. Vapaaehtoistoiminnan jälkeen kerron tarkemmin roolin käsitteestä ja tarkastelen sitä erityisesti vapaaehtoistyössä toimivien näkökulmasta. Tarkastelen myös vertaistukea kertomalla vertaistuen historiasta ja tutkimuksesta. Luvun lopuksi avaatan kolmannen sektorin ja kansalaisyhteiskunnan käsitteitä.

Tutkielman neljännessä luvussa kerron tutkimuksen aineistosta ja menetelmästä. Kuvailen aluksi, miten aineiston keruu eteni ja millainen haastatteluaineistosta tuli. Kerron, millainen aineistonkeruumenetelmä teemahaastattelu on, minkä jälkeen esittelen vielä, kuinka analysoin aineistoa sisällönanalyysiä apuna käyttäen.

Luvusta viisi alkavat tulosluvut, joissa esittelen, millaisia tuloksia sisällönanalyysin avulla aineistostani sain. Ensimmäisessä tulosluvussa vastaan ensimmäiseen tutkimuskysymykseen, jossa etsin vastausta siihen, miksi vertainen toimii vapaaehtoisena tukihenkilönä. Kuu-

dennessa luvussa vastaan toiseen tutkimuskysymykseen, jossa kysyn, millainen rooli vertaisella on suhteessa viljelijään. Seitsemännessä luvussa vastaan kolmanteen ja viimeiseen tutkimuskysymykseen. Kolmannessa tutkimuskysymyksessä olen kiinnostunut siitä, miten vertaiset itse jaksavat.

Tuloslukujen jälkeen on yhteenvedon ja johtopäätösten aika. Yhteenvedon aluksi palaan tutkimuksen päätarkoitukseen, kokoan keskeisimmät tulokseni ja vastaan tutkimuksen tutkimustehtävään. Samalla myös suhteutan omat tulokseni aikaisempaan tutkimustietoon ja arvioin tutkimuksen merkitystä. Reflektoin yhteenvedossa myös tutkimuksen aikana tekemiäni ratkaisuja ja lopuksi luon katseen tulevaisuuteen: mitä aiheita tulisi vielä tutkia lisää.

1.3 Tutkimuksen tavoite

Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa lisää tietoa vertaisista tukihenkilöistä, jotka ovat kahden yhteiskuntapoliittisesti merkittävän muutoksen leikkauspisteessä: sekä maatalous että kolmas sektori ovat murroksessa. Tutkimuksen tarkoitus on antaa uutta tietoa paitsi Maaseudun tukihenkilöverkolle, myös laajemmin vapaaehtoistoiminnan erilaisille kentille sekä viljelijöiden hyvinvoinnista kiinnostuneille tahoille.

Maatalouden suuren rakennemuutoksen vuoksi viljelijöiden ahdinko ei näyttäisi helpottuvan lähiaikoina. Esimerkiksi Suomen liittyessä Euroopan unioniin vuonna 1995 suuri osa viljelijöistä koki jääneensä muutoksessa yksin, minkä lisäksi viljelijöillä oli kollektiivinen tunne siitä, että omat olivat kääntäneet heille selkänsä (esim. Peltola 1996; Silvasti 2010b). Vaikka Suomen maataloudessa ei ole tällä hetkellä menossa Euroopan unioniin liittymiseen verrattavaa murrosta, tilojen pudotuspeli käy kiivaana (ks. Luonnonvarakeskus 2017, 53), tosin kenties suuren yleisön katseilta piilossa (vrt. Silvasti 2014a, 156–157). Tällä tutkielmalla haluan osaltani vaikuttaa yhteiskuntapoliittiseen keskusteluun viljelijöiden tilanteesta ja kenties myös etsiä tukihenkilötoiminnan kautta työkaluja siihen, kuinka viljelijäväestöä voisi tukea.

2 MAATALOUS JA VILJELIJÄVÄESTÖ

Tässä luvussa tarkastelen, millainen elinkeino maatalous on, ja kuvailen viljelijäväestön erityispiirteitä. Kerron viljelijöiden elämäntavasta ja siihen liittyvistä kulttuurisista malleista, esimerkiksi sukutilanjatkuvuuden ihanteesta. Viljelijöiden elämäntavan esittelyn jälkeen kerron Maaseudun tukihenkilöverkosta, muun muassa sen historiasta ja nykyisistä toimintamuodoista. Luvun loppupuolella kuvailen lyhyesti Euroopan unionin merkitystä suomalaiselle maatalouspolitiikalle, minkä jälkeen kerron vielä nykyviljelijöiden jaksamisesta ja hyvinvoinnista.

2.1 Maatalouselinkeino ja viljelijäväestö

Viljelijäväestö on omaleimainen väestöryhmä, jonka elämäntapaa raamittaa väestön harjoittama maatalouselinkeino. Maanviljelijän työlle on ominaista se, että työ yhdistyy lukuisiin elämän osa-alueisiin, jotka ovat viljelijälle merkityksellisiä: perhe, luonto, vapaa-aika, koti ja suku (Pråhl-Ollila 1997, 9). Suomalaisen maatalouden ylivoimaisesti yleisin tuotantomalli on edelleen perheviljelmä, sillä vuonna 2016 maataloustukea hakeneista maataloista lähes 87 % oli yksityishenkilöiden omistuksessa. Perikuntien ja perheyhtymien ja -yhtiöiden omistuksessa oli 11,3 % tiloista ja esimerkiksi osakeyhtiöt ja osuuskunnat omistivat ainoastaan 1,5 % ja kommandiittiyhtiöt ja avoimet yhtiöt vain 0,2 % tiloista. (Luonnonvarakeskus 2017, 54.) Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 -raportin (2016, 7, 33) mukaan viljelijäperheiden kokonaistulo kuitenkin usein täydentyy useista lähteistä ja sivutöistä, kuten tiestön kunnossapidosta.

Suomalainen maatalous on kokenut historiansa aikana lukuisia merkittäviä murroksen kausia. Historian kenties suurimman rakennemuutoksen aiheutti maatalouden koneistuminen ja sähköistyminen 1900-luvun puolivälin tienoilla. Samaan aikaan kun maatalous teknistyi, Suomessa otettiin käyttöön myös uusia viljelylajikkeita ja väkilannoitteita, joiden myötä tilojen tuottavuus nousi merkittävästi. (Roiko-Jokela 2004, 84–86.) Rakennemuutos johti lopulta siihen, että erityisesti pienet tilat ajautuivat ahdinkoon 1960- ja 1970-luvuilla, sillä kaikilla viljelijäperheillä ei ollut edellytyksiä vastata muutokseen. Esimerkiksi tilojen koko ja sijainti sekä viljelijäperheen koostumus ja ammattitaito vaikuttivat siihen, että maatalouden sisäiset tuloerot kasvoivat ja osa tiloista joutui lopettamaan toimintansa. (Granberg 2004, 140.)

Suomen maatalouden seuraava merkittävä rakennemuutos koettiin 1990-luvulla, kun Suomi liittyi Euroopan unioniin. Seuraavan kymmenen vuoden aikana unioniin liittymisen jälkeen tilamäärä väheni Suomessa lähes kolmen prosentin vuosivauhtia ja esimerkiksi maitotilojen määrä väheni jopa noin seitsemän prosenttia joka vuosi (Niemelä 2008, 230). Euroopan unioniin liittyminen koetteli viljelijäväestön uskoa tulevaisuuteen. Erityisesti EU:n mukanaan tuomaan byrokratiaan ja siihen, että maatalouden tulot muuttuivat tukipainotteiseksi, suhteuduttiin kielteisesti. (Laurila 2004, 348–401.)

Maatalouden rakennemuutokset eivät ole jääneet vain historiaan, vaan suomalainen maatalous kokee jälleen murroskautta. Murros näkyy esimerkiksi tilamäärän edelleen nopeana laskuna. Maatilojen määrä on vähentynyt Suomessa keskimäärin 2,9 prosenttia vuositahdilla Euroopan unioniin liittymisen jälkeen ja kaiken kaikkiaan Suomessa maatilojen määrä unioniin liittymisen jälkeen on vähentynyt 46 prosenttia. (Luonnonvarakeskus 2017, 53; ks. myös Niemelä 2008, 230.) Suhteellisesti tiloja on vähentynyt eniten Itä-Suomesta ja vähiten Pohjois-Suomesta (Luonnonvarakeskus 2015, 13–14).

Rakennemuutosta kuvastaa se, että samalla kun tilojen määrä on vähentynyt, maatilojen keskikoko on kasvanut huomattavasti. Vuosien 1995–2016 aikana tukia hakeneiden maatilojen keskikoko on kasvanut liki 95 prosentilla 22,8 peltohehtaaria 44 hehtaariin (Luonnonvarakeskus 2017, 54). Samaan aikaan kun tilojen määrä Suomessa laskee edelleen nopeasti, viljelijäväestö myös ikääntyy. Viljelijöiden keski-ikä Suomessa vuonna 2016 oli 52 vuotta, ja viljelijäväestön ikääntymisen myötä nuorempien viljelijöiden osuus ja määrä on laskenut. Esimerkiksi vuonna 2015 viljelijöistä jo 40 % oli yli 55-vuotiaita, ja alle 44-vuotiaita viljelijöitä oli vähemmän kuin 29 %. (emt. 54–55.)

Suomi säilyi muihin länsimaihin verrattuna poikkeuksellisen pitkään maatalousmaana, mutta yhteiskunnan ja maatalouden rakennemuutokset ovat olleet täällä poikkeuksellisen rajuja (Markkola 2004, 15). Samalla suomalainen viljelijäväestö on kokenut jyrkän ja nopean romahduksen. Vuonna 2015 maatalous työllisti kansantalouden tilinpidon mukaan 83 500 henkeä eli 3,4 % kaikista työllisistä (Luonnonvarakeskus 2017, 9), kun vuonna 1950 maatalousväestöä oli 1,67 miljoonaa ja vuonna 1990 noin 300 000 (Markkola 2004, 16). Maatalouden työllisten määrään on vaikuttanut maatalouden teknistyminen ja tilaluvun väheneminen. Lukumääräisesti eniten työllisiä maataloudessa oli vuonna 2015 Pohjois-Savossa, Etelä-Pohjanmaalla, Pohjois-Pohjanmaalla ja Varsinais-Suomessa (Luonnonvarakeskus 2017, 9.)

Maatalous on elinkeino, joka mielletään usein elämäntavaksi (Silvasti 2001). Se, että työ on elämäntapa, näkyy esimerkiksi siinä, kuinka viljelijän työ kietoutuu yhteen kodin, perheen ja vapaa-ajan kanssa. Esimerkiksi vapaa-ajan ja työn välillä ei ole selkeää rajaa, koska viljelijän koti ja työ ovat samassa paikassa. Maataloustyö on myös hyvin paikka- ja aikasidonnaista, minkä seurauksena työ, ja siten koko elämä, saattaa olla sidottu tilaan. (Pråhl-Ollila 1997, 9; ks. myös Työterveys ja maatalous Suomessa 1992 1994, 214; Hangasmaa 2003, 105–106) Kodin ja työpaikan voimakas yhteys tarkoittaa käytännössä myös sitä, että jos viljelijä menettää ensimmäisen, hän saattaa menettää myös toisen (Silvasti 1996, 58). Seuraavaksi tarkastelen tarkemmin, mistä tekijöistä viljelijöiden elämäntapa muodostuu.

2.2 Viljelijöiden elämäntapa

Viljelijäväestön monimuotoisessa elämäntavassa kietoutuvat yhteen yhteisesti jaetut kulttuuriset mallit: sukutilan jatkuvuuden ihanne, sukupuolisidonnainen työnjaon malli ja tuotantoon perustuva luontosuhde (Silvasti 2001). Elämäntapoihin liittyvät periaatteet ja ilmiöt ovat edelleen havaittavissa suomalaisessa maataloudessa 2000-luvulla. Seuraavaksi tarkastelen tarkemmin viljelijöiden elämäntapaa jäsentäviä kulttuurisia malleja.

2.2.1 Sukutilan jatkuvuuden periaate

Maatalousväestö on ollut suomalaisessa yhteiskunnassa poikkeuksellinen, muista väestöryhmistä erottuva ryhmä. Oleellisesti nimenomaan viljelijäväestöön liittyviä ilmiöitä ovat esimerkiksi perhesuhteiden kietoutuminen elinkeinoon, johon liittyy erityisesti tavoite sukutilan jatkuvuudesta ja tilan säilyttämisestä perheessä. Tarkasteltaessa viljelijäperheitä kapea ja staattinen ydinperheen käsite onkin riittämätön (ks. esim. Silvasti 2001, 92–93). Suvun maatilain jatkuvuuden tavoittelu on yksi viljelijäväestön keskeisistä elämäntapaan vaikuttavista tekijöistä (Kuisma 1990, 14–15; Pråhl-Ollila 1997, 71; Siiskonen 2004, 294). Sukutilan jatkuvuuden tavoittelemisen on muokannut viljelijöiden elämäntapaa siten, että yksilöiden tekemien ratkaisujen tulisi palvella koko perheen ja sukutilan selviytymistä. Ratkaisujen ja strategioiden avulla perhe ja yksittäiset perheenjäsenet pyrkivät hallitsemaan epävarmaa tulevaisuutta ja hakemaan turvallisuuden tunnetta. (Silvasti 2001, 92–93.)

Koska sukutilan jatkuvuus on viljelijäperheille tärkeää, korostuvat viljelijäperheiden elämässä sellaiset perhetapahtumat, joissa maaomaisuus ja tilan hallinta siirtyvät sukupolvelta

toiselle. Sukupolven vaihdosta usein joko seuraa tai edeltää seuraavan sukupolven jäsenen perheellistyminen. Yleensä jatkajaksi tilalle on valikoitunut perheen poika, mutta myös tyttäret ovat voineet jatkaa perheviljelmien pitoa. (Siiskonen 2004, 294.) Nykyisin sukupolvenvaihdoksissa yksilöt ja länsimaisen yhteiskunnan voimakas individualisoituminen ovat vuorovaikutuksessa, tai ristiriidassa, perheeseen ja sukutilaan liittyvien odotusten ja velvollisuuksien kanssa (Silvasti 2001, 96). Sukutilan velvoitteet ja perinteet voivatkin olla yksilölle myös kuormittava tekijä (Kallio 1997, 89; Pråhl-Ollila 1997, 67). Sen lisäksi, että sukupolvenvaihdoksissa toisiinsa voimakkaasti kietoutuvat yksilöllisyys ja yhteisö, eli suku ja perhe, sukupolvenvaihdoksessa ovat oleellisesti läsnä myös erilaiset aikakäsitykset. Sukutilan jatkuvuuteen sisältyy usein syklinen aikakäsitys siitä, että perheen lapsi kasvatetaan tilan jatkajaksi, jolle tila luovutetaan uuden sukupolven edun vuoksi, Tiina Silvasti (2001, 97) muistuttaa.

2.2.2 Sukupuolisidonnainen työnjako

Sukutilan jatkuvuuden tavoitteen lisäksi toinen viljelijäväestön elämäntavalle leimallinen ilmiö on sukupuolisidonnainen työnjako. Perinteinen talonpoikaisperhe on ollut hierakkinen ja patriarkaalinen (Holmila 2000, 43) ja tilan työnjako on ollut voimakkaasti sukupuolisidonnaista (Löfström 1999, 180–184). Suomessa kotitaloustyöt ja karjanhoito ovat perinteisesti olleet naisten tehtäviä, kun taas peltotyöt, ennen kaikkea kylväminen, kyntäminen ja lannoittaminen, ovat olleet erityisesti miesten töitä. Vaikka valtaosa peltotöistä keskittyi miehille, Suomessa myös naiset osallistuivat muun muassa puintityöhön ja elonkorjuuseen eli kodin ulkopuolisiin maataloustöihin. (Peltonen 1992, 210–213.)

Miesten ja naisten töiden erottaminen on ollut maataloilla tärkeää, mutta todellisuudessa työnjako on ollut stereotyyppistä mielikuvaa dynaamisempaa. Esimerkiksi pienillä tiloilla ei ollut edes varaa jakaa töitä sukupuolen mukaan (Löfström 1999, 180). Pirjo Siiskosen (2004, 298–300) mukaan isäntien asema tilalla on kuitenkin ollut historiallisessa kontekstissa parempi kuin emäntien: vielä 1980-luvun alkupuolella isännät ovat olleet emäntiä itsenäisempiä sekä ajankäytön että taloudellisen aseman suhteen.

Vaikka perheviljelmämuotoisessa maataloudessa oli haasteita esimerkiksi sukupuolten tasavaruuden välillä, sekä isäntien että emäntien mielestä toiminnassa oli paljon myönteisiä asioita: emännät arvostivat työnsä itsenäisyyttä, luonnonläheisyyttä, perhekeskeisyyttä ja monipuol-

lisuutta, kun taas isännät korostivat vapautta ja itsenäisyyttä perheviljelmämaatalouden parhaina puolina (Siiskonen 2004, 300). Emännät eivät myöskään ole kokeneet sukupuolisidonnaista työnjakoa alistavana. Silvastin mukaan emännät ovat nähneet työnjaon päinvastoin yhteistyönä, jonka päämääränä on perheen ja tilan edun saavuttaminen (Silvasti 2001, 220; ks. myös Silvasti 1996, 33). Puolison merkitys on suuri myös nykyviljelijöille, sillä suomalaiset maatilat ovat edelleen suurimmaksi osaksi perheviljelmiä (Niemi & Ahlstedt 2009, 18), minkä lisäksi yrittäjäpariskunta tekee edelleen valtaosan maatalon töistä (Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 2016, 33).

Vaikka valtaosa tiloista on edelleen perheviljelmiä, maatalouden rakennemuutos näkyy myös niiden työnjaossa. 1980- ja 1990-luvuilla työnjako viljelijäpuolisoiden välillä alkoi eriytyä koulutuksen, ammatillisen osaamisen sekä tilan ulkopuolisten työssäkäyntimahdollisuuksien mukaan. Maanviljelijämiesten kanssa naimisiin menevät naiset eivät enää välttämättä jää tilalle emännäksi, minkä myötä ammattiroolit ovat eriytyneet: emännät ovat usein puolisoaan paremmin koulutettuja ja he käyvät useammin tilan ulkopuolella ansiotyössä, kun taas nuoret isännät ovat saaneet aikaisempia sukupolvia enemmän maatalousalan ammatillista koulutusta ja he keskittyvät tilan tuotantoon. (Siiskonen 2004, 308–309.) Maatalouden murroksen myötä tiloilla toteutetaan työnjaossa erilaisia ratkaisuja. Osalla tiloista maataloustuotantoon keskittyvät molemmat yrittäjäpuolisot, kun taas osalla maataloista toinen puoliso keskittyy tuotantoon toisen käydessä tilan ulkopuolella ansiotöissä.

2.2.3 Viljelijöiden luontosuhde

Maatalous on elinkeino, jonka erottaminen luonnosta on mahdotonta. Viljelijät tulkitsevat työnsä luonnon rytmiä, syklisyyttä ja voimaa kunnioittavana toimintana, jota tehdään yhteistyössä luonnon kanssa (Silvasti 2001, 225). Luonto, erityinen työympäristö sekä mahdollisuus nähdä omien kätensä ja työnsä tulokset ovat maatalousyrittäjien mielestä maataloustyön eniten voimaannuttavia seikkoja (Kallio 1997). Erityisesti maatalousyrittäjänaiset pitävät työssään palkitsevina asioina luonnonläheisyyttä ja eläinten kanssa työskentelyä (Kallioniemi 2013, 4, 77). Riippuvuus luonnosta tarkoittaa kuitenkin myös sääolojen armoilla olemista. Sää ja luonnonolosuhteet ovat tekijöitä, jotka aiheuttavat viljelijöille pitkäaikaista stressiä (Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 2016, 15; Silvasti 1996, 48–49; Kallioniemi, Simola, Kinnunen & Kymäläinen 2011).

Maatalous vaikuttaa luontoon ja maisemaan. Pitkään ajateltiin, että ihmisen toiminnan ja luonnon elementtien lomittuminen on itsestään selvää ja ajatus luonnosta itseisarvona, jota tulisi suojella, oli ylellisyyttä luonnon varassa eläville. Viime vuosikymmeninä myös Suomessa on kuitenkin havahduttu siihen, kuinka maatalouden tehotuotanto vaikuttaa kielteisesti esimerkiksi vesistöihin ja luonnon monimuotoisuuteen. (Vihinen 2004, 414–415.) Vaikka viljelijät tahtoisivat toimia talonpoikaisen luontosuhteen mukaisesti suojellen sukutilan maata ja toimia metaforisesti Luojan apurina uuden kasvun edistäjänä, modernisaatio ja maatalouden rakennemuutos saattavat käytännön tasolla tehdä siitä mahdotonta (Silvasti 2001, 285–286).

Maatalouselinkeinon ja viljelijöiden elämäntapaan liittyy paljon omaleimaisia ilmiöitä, jotka edelleen vaikuttavat myös nykyviljelijöiden arkeen. Samaan aikaan maatalous on kuitenkin kokenut suuria muutoksia. Tilat ovat esimerkiksi muuttuneet liikeyrityksiksi, joiden pyörittäminen vaatii koulutusta ja jatkuvasti kehittyvää ammattitaitoa (Niemelä 2004, 189). Viljelijät ovat uusien haasteiden edessä: kuinka tulevaisuudessa sovittaa yhteen viljelijöiden omaleimainen elämäntapa – tai edes viljelijän elinkeino – modernisaation, tehotuotannon vaatimusten ja vaikkapa ilmastonmuutoksen luomien paineiden alla? Yhtenä ratkaisuna maatalouden, ja koko maaseudun, murrokseen perustettiin jo vuonna 1996 Maaseudun tukihenkilöverkko. Seuraavaksi esittelen, mikä on Maaseudun tukihenkilöverkko ja kuinka kyseinen organisaatio pyrkii nykyisin tukemaan viljelijöitä.

2.3 Maaseudun tukihenkilöverkko

Maaseudun tukihenkilöverkko on auttamisverkosto, jonka toiminta perustuu vapaaehtoistyöhön. Tukihenkilöverkko tarjoaa apua erilaisissa elämäntilanteissa oleville maaseudun ihmisille ammattitaustasta ja toimialasta riippumatta, ja verkon toiminnan painopiste on ennaltaehkäisyssä. (Tukityön viisitoista vuotta 2016, 6.) Tukihenkilöverkon toiminta perustuu vapaaehtoistyönä annettavaan keskusteluapuun, Jelppi- ja pienryhmätoimintaan, Tukinet-palveluun sekä Raitti- Maaseudun tukipuhelimeen. Tukisuhteet voivat vaihdella yhdestä kontaktista kuitenkin jopa usean vuoden tukisuhteeseen. (Kohderyhmäkartoitus 2016, 5–6.) Maaseudun tukihenkilöverkon toiminta on uskonnollisesti, aatteellisesti sekä poliittisesti sitoutumatonta. Verkon toiminta perustuu arvoihin, joita ovat vapaaehtoisuus, tasa-arvo, luotamuksellisuus ja kunnioitus, minkä lisäksi verkon toimintaa ohjaavat eettiset periaatteet,

joita ovat oikeudenmukaisuus, turvallisuus, suvaitsevaisuus, vastuullisuus ja yhdenvertaisuus. (Tukityön viisitoista vuotta 2016, 6.)

Tässä tutkimuksessa olen kiinnostunut Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöistä, joilla on henkilökohtaisesti kokemusta maatalousyrittäjänä toimimisesta ja jotka tukevat muita viljelijöitä. Vaikka tutkimuksessa keskitytään vertaisiin tukihenkilöihin ja heidän kokemuksiinsa tuettavien viljelijöiden kanssa, on tärkeää muistaa, että Maaseudun tukihenkilöverkon toiminta on kokonaisuudessaan huomattavasti laajempaa. Tukihenkilöiksi hakeutuvan ei esimerkiksi tarvitse olla taustaltaan maatalousyrittäjä, ja Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöön voi ottaa yhteyttä kuka tahansa maaseudulla asuva. Seuraavaksi esittelen tarkemmin Maaseudun tukihenkilöverkkoa, esimerkiksi sen historiaa, tukiverkon tämänhetkisiä toimintamuotoja, vapaaehtoisten kouluttamista sekä tämän vuosituhannen haasteita verkon toiminnalle.

2.3.1 Tukihenkilöverkon historia

Maaseudun tukihenkilöverkko perustettiin vuonna 1996. Verkon perustamisen taustalla oli Suomen liittyminen Euroopan unioniin edellisenä vuonna, minkä seurauksena Suomen maatalouspolitiikka muuttui kansallisesta maatalouspolitiikasta ylikansalliseksi. (Tukityön viisitoista vuotta 2016, 4.) Maaseudun tukihenkilöverkon tarkoitus oli vastata maatalouden nopeaan muutokseen ja muutoksen tuomaan epävarmuuteen. Euroopan unioniin liittymisen myötä Maatalousyrittäjien eläkelaitos (Mela), Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliitto (MTK), Valtakunnallinen Kriisipuhelin sekä Auttava Puhelin alkoivat saada maakunnista viestejä maanviljelijöiden ahdingosta (Tukityön viisitoista vuotta 2016, 4). Myös viljelijäväestön kanssa työtä tekevät, esimerkiksi maaseutusihitteerit ja lomitushenkilöstö, tunsivat voimattomuutta uuden tilanteen edessä: kuinka suhtautua uuteen tilanteeseen ja miten auttaa viljelijöitä (Sulin 2001, 12)?

MTK:n sosiaalipoliittisessa valiokunnassa viljelijöiden tilanteeseen suhtauduttiin vakavasti, minkä seurauksena valiokunta kutsui laajan joukon muun muassa tutkijoita, yhteiskunnallisia päättäjiä ja esimerkiksi lähellä maataloutta olevien mielenterveysorganisaatioiden edustajia keskustelemaan 28.8.1996 ”maaseudun henkisistä ongelmista”. Maatalouden tukihenkilöverkon rakentaminen alkoi samana vuonna Melan työturvallisuusrahaston avustamana. (Sulin 2001, 12.) Nykyisin verkon toimintaa rahoittaa Veikkaus (Kohderyhmäkartoitus 2016, 5). Maaseudun tukihenkilöverkkoa ovat hallinneet vuosina 2000–2008 Maa- ja

Kotitalousnaiset, 2009–2013 Maaseudun Sivistysliitto sekä vuodesta 2013 lähtien Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry (Tukityön viisitoista vuotta 2016, 4–5).

2.3.2 Tukihenkilöverkon toimintamuodot

Maaseudun tukihenkilöverkon toiminta perustuu ennen kaikkea tukihenkilöiden tarjoamaan keskusteluapuun. Verkolla on perinteisen keskusteluavun lisäksi myös useita muita toimintamuotoja, joiden tarkoituksena on palvella mahdollisimman monipuolisesti erilaisia ihmisiä erilaisissa tilanteissa. Tukiverkon muita toimintamuotoja ovat pienryhmätoiminta, Tukinet-palvelu, Raitti – Maaseudun tukipuhelin sekä Jelppi-ryhmätoiminta (Maaseudun tukihenkilöverkko 2019).

Tällä hetkellä verkon suurin toimintamuoto on vapaaehtoisten antama keskusteluapu ja tukisuhteet. Pääasiassa lyhytkestoista keskusteluapua voi saada puhelimitse, sähköpostitse tai kasvotusten. Tukihenkilöiden yhteystiedot löytyvät Maaseudun tukihenkilöverkon internet-sivuilta www.tukihenkilö.fi ja halutessaan tukihenkilöön voi ottaa yhteyttä anonymisti. (Kohderyhmäkartoitus 2016, 6.)

Toinen verkon auttamisen muoto on pienryhmätoiminta. Pienryhmätoiminnan avulla luodaan samankaltaisissa elämäntilanteissa oleville ihmisille kohtaamismahdollisuuksia esimerkiksi kokemusten jakamiseen. Ryhmiä ohjaa koulutettu tukihenkilö. (Tukityön viisitoista vuotta 2016, 7.) Verkon järjestämää pienryhmätoimintaa on esimerkiksi Kainuussa, jossa kokoontuu emäntäpiiri (Mielonen 8.2.1019).

Kolmas toimintamuoto on tukihenkilöverkon internetissä toimiva kriisikeskus Tukinet, jota Maaseudun tukihenkilöverkko tekee yhteistyössä Tukinet-palvelua tuottavan MIELI Suomen Mielenterveys ry:n kanssa. Tukinet on internetissä toimiva kriisikeskus, jonka kautta on mahdollista saada apua erilaisiin kriisi- ja ongelmatilanteisiin. Tukinetissä voi saada maksutonta henkilökohtaista tukea, hakea tietoa Tukinetin aineistokannasta ja palveluhausta sekä osallistua keskusteluryhmiin. (Maaseudun tukihenkilöverkko. Tukinet 2019.) Tukinetissä toimivat tukihenkilöt on koulutettu internetissä toimiviksi tukihenkilöiksi (Kohderyhmäkartoitus 2016, 6; Tukityön viisitoista vuotta 2016, 7.) Tukinetin avulla halutaan tarjota vaihtoehto sille, että tukihenkilölle pitäisi soittaa ja asioita käsitellä puhelimitse keskustelemalla. Vuonna 2018 Tukinetissä toimi seitsemän Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöä, jotka vastasivat 35 tuettavalle yhteensä 159 yhteydenottoon (Mielonen 8.2.2019).

Tukihenkilöverkon neljäs toimintamuoto on Jelppi-ryhmätoiminta, joka on käynnistetty vuonna 2016. Jelppi-ryhmä tarjoaa tilapäistä, lähinnä 1–3 päivän mittaista käytännön apua maaseudun asukkaille. Jelppi-ryhmä voi tulla avuksi esimerkiksi kriisin kohdatessa, kuten tulipalon jälkeen. (Tukityön viisitoista vuotta 2016, 7.) Jelppi-ryhmästä on saatu rohkaisevia kokemuksia maatiloilla muun muassa Kainuussa, jossa Jelppi-ryhmä on auttanut tiloja esimerkiksi korjaamalla karjan aitauksia (Mielonen 8.2.2019).

Tukihenkilöverkon viides toimintamuoto on Raitti – Maaseudun tukipuhelin, joka uudistui keväällä 2019. Uudistuksen myötä maaseudun tukipuhelimesta tuli asiakkaille maksuton palvelu, jonka avulla voi ottaa nimettömästi yhteyttä päivystävään tukihenkilöön joka päivä iltakuuden ja iltakymmenen välillä. (Maaseudun tukihenkilöverkko. Raitti – Maaseudun tukipuhelin 2019.) Tukipuhelimeen voi olla yhteydessä esimerkiksi silloin, kun haluaa keskustella anonyymisti jostain kuormittavasta asiasta.

Tukihenkilöverkko on kehittänyt erilaisia toimintamuuotoja perinteisen keskusteluavun rinnalle, koska verkko haluaa vastata erilaisten ihmisten, sekä tukihenkilöiden että tuettavien, tarpeisiin (Mielonen 8.2.2019). Osa tukihenkilöistä ja tuettavista voi esimerkiksi kokea, että ajatusten vaihtaminen Tukinetin keskustelualustalla tuntuu luontevammalta kuin puhelimessa puhuminen. Tukihenkilöverkon uudet toimintamuodot, sekä hyviksi havaittujen toimintatapojen säilyttäminen ja kehittäminen, kertovat ennen kaikkea siitä, että verkon toimintamuuotojen halutaan vastaavan ihmisten tarpeita. Verkon toiminnassa on huomattu, että maaseudulla on tarvetta edesauttaa ihmisten kohtaamista ja tarjota mahdollisuuksia vuorovaikutukseen (ks. Tukityön viisitoista vuotta 2016, 17). Verkon kautta esimerkiksi yksinäisyydestä kärsivät maaseudun asukkaat voivat kohdata muita ihmisiä.

2.3.3 Vapaaehtoisten koulutus

Maaseudun tukihenkilöverkon toiminta perustuu sitoutuneisiin vapaaehtoisii tukihenkilöihin. Siksi uusien tukihenkilöiden kouluttaminen ja vanhojen tukihenkilöiden jatkokoulutus ja heitä tukityössä tukeminen ovat verkon elinehtoja. Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöksi voi hakea henkilö, joka tuntee maaseudun olosuhteet ja maaseutu ympäristön eikä ole itse akuutissa kriisitilanteessa. Vaikka tukihenkilönä toimiminen on vapaaehtoista, toiminta ei ole ehdoista vapaata, sillä tukihenkilöt sitoutuvat tukihenkilötoiminnan hallinnollisiin perusasioihin, muun muassa salassapidon vaatimukseen. (Kohderyhmäkartoitus 2016,

26–27.) Vaikka maaseudun olosuhteiden tuntemuksesta on etua, tukihenkilöksi pääsemisen vaatimuksena ei ole omakohtainen kokemus maatalousyrittäjyydestä. Tukihenkilötoimintaan toivotaan ennen kaikkea erilaisista lähtökohdista tulevia ihmisiä ja esimerkiksi eri alojen asiantuntijoita, myös ammattiviljelijöitä (Mielonen 8.2.2019).

Maaseudun tukihenkilöverkon koulutusjärjestelmä on laaja. Verkko järjestää koulutuksia esimerkiksi uusille tukihenkilöille sekä jatkokoulutuksia jo pidempään toimineille tukihenkilöille. Perus- ja jatkokoulutusten lisäksi verkko järjestää koulutusta aluevastaavan tehtävästä, pienryhmäohjauksesta, Tukinetin toiminnasta sekä Jelppi-ryhmätoiminnasta kiinnostuneille tukihenkilöille (Kohderyhmäkartoitus 2016, 28–29.) Koulutusten lisäksi tukihenkilöverkko tarjoaa tukihenkilöille sekä yksilöllistä että ryhmässä tapahtuvaa työnohjausta, missä tukihenkilöt pääsevät luottamuksellisesti keskustelemaan tukityöhön ja tukisuhteisiin liittyvistä asioista. Työnohjauksen lisäksi tukihenkilöt pääsevät tapaamaan toisiaan maakunnallisissa aluetapaamisissa, jotka ovat tukihenkilöiden vapaamuotoisia kokoontumisia. (emt. 27–28.) Aluetapaamiset tarjoavat vertaistukea tukihenkilöille.

2.3.4 Tukityön uudet haasteet

Yksi maaseudun suurista muutoksista on ollut sosiaalisten tukiverkkojen, muun muassa suvun, sukupolvien ja kyläyhteisön, mureneminen. Esimerkiksi sukupolvien ketju on ollut maaseudulla melkein pyhä, sillä se on taannut perheviljelmien jatkuvuuden (Sulin 2001, 7; ks. myös Silvasti 1996, 2001). Vaikka ihmiset voivat kokea esimerkiksi yksinäisyyttä ja kaivata keskustelukumppania, saattaa kynnys ottaa yhteyttä vapaaehtoiseen tukihenkilöön olla silti korkea. Maaseudun tukihenkilöverkon haasteet ovatkin olleet koko sen toiminnan ajan verkon toiminnan näkyvyydessä ja tunnettavuudessa sekä siinä, että kynnys ottaa yhteyttä tukihenkilöön koetaan korkeaksi (Kohderyhmäkartoitus 2016, 51).

Ratkaisuiksi verkon näkyvyyden ja tunnettavuuden haasteisiin on esitetty muun muassa tukihenkilöiden järjestämiä Tukihenkilöverkon esittelytilaisuuksia, yhteistyön lisäämistä paikallisten sidosryhmien kanssa sekä näkyvyyttä paikallislehdissä. Näkyvyyden lisääminen voisi madaltaa myös kynnystä ottaa yhteyttä tukihenkilöön. Toinen ratkaisu kohtaamisen haasteeseen voisi olla tietokoneajan tarjoamat mahdollisuudet. Tukinetissä annettava tukityö on jo nyt kasvussa oleva osa tukihenkilöverkon toimintaa (Tukityön viisitoista vuotta 2016, 17).

Maaseudun haasteet näkyvät konkreettisesti myös esimerkiksi palveluiden katoamisessa. Samaan aikaan maaseudulle jäävien ihmisten tarve esimerkiksi sosiaali- ja terveysalan palveluihin ei kuitenkaan poistu. Vapaaehtois- ja järjestötoiminta paikkaavatkin merkittävää palveluaukkoa maaseudulla (Mielonen 8.2.2019). Maaseudun alueelliset erot ovat kuitenkin suuret eivätkä alueet ole keskenään yhdenvertaisia. Esimerkiksi maaseudun tukihenkilöverkon toiminta on erityisen aktiivista muun muassa Pohjois-Savossa, Satakunnassa ja Etelä-Pohjanmaalla, kun taas esimerkiksi Uudellamaalla verkon toiminta on pienimuotoista. Alueiden eroja saattaa selittää esimerkiksi se, että Uudellamaalla viljelijöiden elanto usein täydentyy muiden töiden avulla, alueen taloudellinen tilanne on vakaampi ja esimerkiksi hyvinvointia tukevia palveluita on tarjolla enemmän. (Mielonen 8.2.2019).

Suomalainen yhteiskunta ja suomalainen maaseutu ovat muuttuneet vuoden 1996 ja Maaseudun tukihenkilöverkon perustamisen jälkeen paljon. Myös käytännön tukityön on pitänyt vastata sekä maaseudun että maatalouden muutoksiin. Muutokseen vastaaminen ei kuitenkaan ole tukiverkolle uusi asia, olihan jo verkon perustamisen syy maatalouden suuri muutos: Euroopan unioniin liittyminen ja kansallisesta maatalouspolitiikasta luopuminen (Sulin 2001, 7).

Kaksikymmentä vuotta Euroopan unioniin liittymisen jälkeen maatalouden haasteet ovat osittain samoja, mutta kenties vielä moniulotteisempia ja abstraktimpia. Haasteiden taustalla vaikuttavia teemoja ovat esimerkiksi huoli yhteisöjen hajoamisesta, globalisaatio ja kasvava osaamisen vaatimus maataloilla, mihin liittyy muun muassa vaatimus uuden teknologian hallinnasta (Tukityön viisitoista vuotta 2016, 17.) Myös väestörakenteen vinoutuminen sekä kaupungistuminen ja niitä seuraava palveluiden katoaminen maaseudulta herättävät huolta maaseutuväestössä (Kohderyhmäkartoitus 2016, 47; Mielonen 8.2.2019).

2.4 Suomi ja Euroopan unionin maatalouspolitiikka

Suomen liittyminen osaksi Euroopan unionia vuonna 1995 mullisti suomalaisen maatalouden ja viljelijöiden elämän. Suomalaiset viljelijät vastustivat unioniin liittymistä lähes yksimielisesti (Lammi 2007, 118). Vastustuksen taustalla oli pelko elinkeinon säilymisestä, sillä Suomen liittyessä Euroopan unioniin Suomen kansallinen maatalouspolitiikka muuttui ylikansalliseksi, Euroopan unionin yhteiseksi maatalouspolitiikaksi (Common Agricultural Policy, CAP) (ks. Kettunen 1995, 28). Suomen liittyessä unioniin toiveena oli, että Suomi saisi

maatalouden sopeuttamiseen pitkän siirtymäajan. EU:ssa pitkään siirtymäaikaan ei kuitenkaan suostuttu (Kettunen & Niemi 1994, 22, 64) ja Suomen maatalouden siirtymäkausi päättyi jo vuonna 1999 (Silvasti 2010a, 28).

EU-jäsenyyden myötä viljelijöiden tulot laskivat ja viljelyn kannattavuus heikkeni, minkä lisäksi maatalouden tulonmuodostus muuttui rakenteellisesti: markkinatuotosta siirryttiin kohti tulotukia (Laurila 2000, 225–227; Hiiva 1996, 6–7; ks. myös Vihinen 2004, 416). Unioniin liittymisen seurauksena taloudelliset sopeutumisvaatimukset suomalaiselle maataloudelle olivat merkittävät.

Maataloustukien merkitys Euroopan unionin alueen maatilojen tulonmuodostuksessa on edelleen suuri. Esimerkiksi vuonna 2017 Suomi sai unionin maatalouspolitiikan mukaista tukea 1 377 miljoonaa euroa, joka muodostui ympäristökorvauksesta, luonnonhaittakorvauksesta sekä kotieläinten ja peltokasvien niin kutsutusta CAP-tulotuesta. EU-tukien lisäksi suomalaiset maatilat saivat vuonna 2017 noin 330 miljoonaa euroa kansallista tukea. (Luonnonvarakeskus 2017, 45.)

1990-luvun nopea muutoskehitys tarkoitti sitä, että viljelijät joutuivat pohtimaan paitsi työnsä kannattavuutta ja tulevaisuutta, myös sen arvoa ja merkitystä kenties enemmän kuin koskaan aikaisemmin suomalaisessa maatalouden historiassa. Maataloustulojen riippuvuus tuista ja tukien riippuvuus ylikansallisista maatalouspoliittisista päätöksistä huolestutti viljelijöitä, sillä perhetiloilla tehdään sitoumuksia sukupolviksi eteenpäin. (Pråhl-Ollilla 1997, 17.) Muutoksen tuoma epävarmuus oli yksi suuri syy siihen, miksi maatalouden tilanne koettiin henkisesti niin raskaaksi (esim. Keski-Heikkilä 2002, 27). Liittyminen Euroopan unioniin herätti viljelijöissä voimakkaita tunteita. Viljelijät esimerkiksi kokivat, että omat joukot pettivät heidät ja että poliittinen ilmapiiri muuttui kielteiseksi maatalousyrittäjiä kohtaan (Peltola 1996, 11, 14).

Euroopan unioniin liittymisestä muodostui käännekohta paitsi suomalaiselle maataloudelle, myös suomalaisen maatalousväestön suhtautumiselle mielenterveyteen. Unioniin liittyminen aiheutti viljelijöissä pelkoa ja epävarmuutta, minkä lisäksi muutos oli niin raju ja nopea, että Auli Sulinin (2001) mukaan jopa ajattelumaailma siitä, että psyykkiseen terveyteen liittyvät asiat koskisivat vain ”hulluja”, muuttui. Euroopan unioniin liittyminen opetti, että ulkoa päin tulevat haasteet ja olosuhteet voivat vaikuttaa kielteisesti kenen tahansa henkiseen jaksamiseen. (Sulin 2001, 9–10.) Tässä tilanteessa tukihenkilöverkon kaltaiselle organisaat-

tiolle oli yhteiskunnallista tilausta. Euroopan unioniin liittyminen oli suomalaiselle maataloudelle käännekohta. Unioniin liittymisen myötä huolta viljelijäväestössä aiheuttivat erityisesti tukikaavakkeet, riittämättömät ohjeet niiden täyttämiseksi sekä valvonta, ennen kaikkea satelliittivalvonta (Silvasti 1996, 56). Myös 2010-luvulla juuri maataloustoimintaan liittyvä byrokratia koetaan henkisesti maataloustyön kuormittavimmaksi työvaiheeksi (esim. Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 2016, 103).

EU-byrokratiasta huolimatta uuden sukupolven viljelijöille unioni on nykypäivänä liki itsensänselvyys, joka on ollut olemassa koko heidän elämänsä ajan. Vaikka Euroopan unioni ja erityisesti unionin harjoittama maatalouspolitiikka vaikuttavat mitä suurimmassa määrin myös nykyviljelijöiden arkeen, tässä tutkimuksessa Euroopan unionin maatalouspolitiikka on ainoastaan kontekstuaalisessa roolissa osa Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöiden arkea ja kokemuksia.

Euroopan unioniin liittyminen sai aikaan suomalaisessa maataloudessa muutoksia, jotka olisivat luultavasti tapahtuneet kuitenkin – tosin lievempinä. Tulevaisuudessa maatalouden muutokset kytkeytyvät entistä voimakkaammin maatalouden sekä muun yhteiskunnan suhteeseen, minkä seurauksena maataloutta säädellään koko yhteiskunnan näkökulmista käsin ja entistä vähemmän vain viljelijöiden ehdoilla. (Laurila 2004, 400–401.) Siksi myös yhteiskunnan tulisi jatkossa huolehtia enemmän viljelijöiden kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista ja jaksamisesta.

2.5 Viljelijöiden jaksaminen ja koettu hyvinvointi

Maanviljelijän ammatti on fyysisesti raskas, ja keho on työssä tärkeä työkalu. Siksi viljelijöiden hyvinvoinnin tutkimuksessa on painottunut fyysisen työterveyden tarkastelu: esimerkiksi viljelijöiden työoloja ja ammattitauteja on tutkittu säännöllisesti vuodesta 1979 lähtien (Työterveys ja maatalous Suomessa 1992 1994, 7). Fyysisen hyvinvoinnin lisäksi myös esimerkiksi sosiaaliseen asemaan liittyvät kysymykset ovat olleet tutkimuksissa esillä. Isännän ja emännän aseman välisiä eroja on tutkittu ensimmäisen kerran Emäntätutkimuksessa jo 1970- ja 1980-lukujen taitteessa, jolloin selvisi muun muassa se, että emäntien sosiaalinen ja yhteiskunnallinen asema ei ollut yhtä hyvä kuin isännillä (Siiskonen 2004, 296–298).

Viljelijöiden henkisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista kiinnostuttiin erityisesti 1990-luvun puolivälissä Suomen liittyessä Euroopan unioniin (esim. Kallio 1997; Silvasti 1996; Pråhl-

Ollila 1995a, 1995b, 1997). Unioniin liittyminen ja sen mukanaan tuomat suuret muutokset maataloudessa vaikuttivat suoraan viljelijöiden hyvinvointiin. Esimerkiksi Mia Pråhl-Ollila kiinnitti huomiota siihen, että unioniin liittymisen seurauksena maataloustyö koettiin henkisesti raskaammaksi ja stressaavammaksi, minkä lisäksi viljelijät kokivat jääneensä muuttuneessa tilanteessa yksin (Pråhl-Ollila 1997, 64–65). Ahdistusta viljelijöissä herätti esimerkiksi hallinnan tunteen menettäminen, koska aikaa sopeutua esimerkiksi EU:n maatalousbyrokraatiaan ei ollut tarpeeksi. Erityisen paljon ahdistusta herätti viljelijöiden kokemus siitä, että he joutuivat suomalaisessa yhteiskunnassa syntipukin asemaan. (Silvasti 1996, 21–23.)

Viljelijäväestön syntipukkikokemus syntyy lukuisista seikoista. Syntipukkikokemukseen liittyy esimerkiksi viljelijöiden kokemus siitä, että tiedotusvälineet, poliittiset päättäjät sekä kuluttajat syyllistävät viljelijöitä muun muassa yhteiskunnan varoilla elämisestä ja heikosta kilpailukyvyistä (Silvasti 2010b, 52–58). Samat seikat käyvät selkeästi ilmi myös tässä tutkimuksessa, sillä kaikki tukihenkilöt esimerkiksi kokivat, että suomalaisilla kuluttajilla on vinoutunut käsitys ruuantuottajien arjesta sekä ruuan hinnan muodostumisesta. Lisäksi tukihenkilöt kokivat, että erityisesti pääkaupunkiseudulle sidoksissa olevat mediat, puolueet ja poliitikot eivät ymmärrä maatalouden realiteetteja vaan puhuvat viljelijäväestöä vastaan (myös Kallio 1997, 50; vrt. Hangasmaa 2003, 70–72).

Viljelijöiden henkistä hyvinvointia ja jaksamista on tutkittu myös 2000-luvulla. Työterveyslaitoksen (2016) Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 -tutkimuksen mukaan kaksi kolmesta päätoimisesta maatalousyrittäjästä oli joko erittäin tai melko tyytyväisiä työhönsä. Yrittäjien hyvinvointiin vaikutti kuitenkin kielteisesti muun muassa jatkuva kiire sekä taloudellinen epävarmuus. Eniten henkistä kuormitusta ja stressiä aiheuttivat hallinnollinen työ, maatalousbyrokraatia, tukihakemukset ja tukien valvonta, ja uupuneita olivat erityisesti suurten tilojen yrittäjät. (Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 2016, 103, 178–179.) Kaiken kaikkiaan 40 % päätoimisista viljelijöistä koki työnsä henkisesti hyvin tai melko rasittavaksi, mikä on huomattavasti enemmän kuin mitä kaikki työssä olevat suomalaiset kokivat (28 %). (emt. 2016, 178–179.)

Tutkimuksissa on myös havaittu, että yksi viljelijöiden stressiä lisäävä tekijä on edelleen ammattikunnan kohtaama arvostuksen puute sekä maatalouden kielteiseksi koettu maine (Suutarinen 2009, 62). Yhteiskunnallisen arvostuksen puuttumisen lisäksi viljelijöiden työkykyä heikentää kokemus siitä, että maatalouden tulevaisuus on synkkä ja että koko elinkeinon olemassaolo on uhattuna (Mäkelä-Pusa, Terävä & Manka 2011, 28–29).

Maatalousyrittäjien henkistä hyvinvointia tukevia asioita ovat olleet erityisesti puoliso ja perhe (ks. esim. Työterveys ja maatalous Suomessa 1992 1994, 39; Työterveys ja maatalous Suomessa 2004 2006, 68; Silvasti 1996, 59; Pråhl-Ollila 1997, 66; Kallio 1997, 58). Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 -tutkimuksen (2016) mukaan puoliso on edelleen kaikkein merkittävin henkinen tuki viljelijöille. Kyseisessä tutkimuksessa viljelijät kertovat saavansa tukea toiseksi eniten ystäviltä ja tuttavilta ja kolmanneksi eniten perheeltään. (Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 2016, 109, 178–179.) Maatalousyrittäjien työ on hyvin itsenäistä, eikä siihen kuulu perinteistä työyhteisöä. Siksi erilaiset verkostot, esimerkiksi perhe, ovat maatalousyrittäjille keskeisiä myös työn näkökulmasta. Perhe on usein maatalousyrittäjälle suuri voimavara, mutta jos perheessä on ongelmia, voi myös perhe olla yrittäjän hyvinvointia kuormittava asia. (Maatalousyrittäjien eläkelaitos 2015, 1; ks. myös Silvasti 1996, 44–45.)

Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 -tutkimuksen (2016) Suositukset-luvussa todetaan, että maatalousyrittäjien henkisen kuormituksen hallitsemiseksi tulisi huolehtia siitä, että viljelijöillä on riittävästi tarjolla sosiaalista tukea – myös tilan ulkopuolella. Esimerkiksi juuri Maaseudun tukihenkilöverkko nähdään tärkeänä toimijana viljelijöiden sosiaalisen ja henkisen hyvinvoinnin kannalta. (emt. 2016, 189.)

Myös Maatalousyrittäjien eläkelaitos on ollut kiinnostunut maatalousyrittäjien työhyvinvoinnista. Mela on laatinut vuonna 2010 työhyvinvointiohjelman maatalousyrittäjille, joka on päivitetty vuonna 2015. Ohjelman tavoitteena on tukea maatalousyrittäjien työhyvinvointia ja esimerkiksi lisätä yrittäjien terveiden työvuosien määrää sekä edesauttaa sitä, että yrittäjät pääsisivät terveinä myös lomille sekä eläkkeelle. (Maatalousyrittäjien eläkelaitos 2015, 1.) Ohjelmassa todetaan, että maatalousyrittäjiä kuormittaa eniten taloudellinen epävarmuus, tilan toimintaan liittyvä byrokratia ja työn jatkuva kiire. Lisäksi yhteiskunnan asettamien paineiden on koettu kasvaneen esimerkiksi tukiehtoihin, eläinten hyvinvointiin ja ympäristöön liittyvissä kysymyksissä. (emt. 2015, 1.)

3 VAPAAEHTOISTYÖ OSANA KOLMATTAA SEKTORIA

Kolmannessa luvussa rakennan tutkimuksen teoreettisen viitekehysten. Aloitan kuvailemalla vapaaehtoistoimintaa ja siihen kuuluvaa vertaistukea. Esittelen myös roolin käsitettä painottaen roolin merkitystä vapaaehtoistoiminnan kontekstissa. Lopuksi tarkastelen kolmannen sektorin ja kansalaisyhteiskunnan käsitteitä.

3.1 Vapaaehtoistyö

Vapaaehtoistoiminta on moniulotteinen yhteiskunnan sara, joka paitsi seuraa yhteiskunnan muutostrendejä, myös luo itse niitä. Vapaaehtoistoiminnassa yhdistyy yhteisöllisyys ja osallisuus yhteiseen, perinteet sekä auttamiseen ja antamiseen liittyvät arvot, jotka koetaan merkityksellisiksi ja tärkeiksi. (Nylund & Yeung 2005, 13.) Ihmiset tekevät vapaaehtoistyötä aina jossain kontekstissa. Konteksti voi olla esimerkiksi yksilön lähipiiri, kuten naapurusto, tai laajempi kokonaisuus, vaikkapa seurakunta tai kunta. Kontekstina voi olla myös toiminnan henkinen viitekehys, esimerkiksi valtakunnalliseen yhteisöön kuuluminen, vaikka vapaaehtoistyötä tehdään paikallisesti. (Harju 2005, 58.)

Vapaaehtoistoiminnan nimestä on käyty vilkasta keskustelua. Esimerkiksi Briitta Koskiaho (2001, 16) määrittelee vapaaehtoistyön olevan yksilöiden tai ryhmien konkreettista toimintaa ja vapaaehtoistoiminnan olevan yksilöiden ja ryhmien toimintaa ohjaavien järjestöjen ja organisaatioiden toimintaa. Osa tutkijoista on puolestaan päätenyt käyttämään vapaaehtoistoimintaa ja vapaaehtoistyötä neutraaleina synonyymeinä (Laimio & Välimäki 2011, 9; Valiluoto 2014, 13; myös Pessi & Oravasaari 2010, 9). Myös tässä tutkimuksessa käsitteitä vapaaehtoistyötä ja vapaaehtoistoimintaa käytetään rinnakkain ja synonyymien omaisesti.

3.1.1 Vapaaehtoistyön määritelmä

Vapaaehtoistoiminnasta on olemassa useita erilaisia määritelmiä. Esimerkiksi paljon käytetyn perinteisen määrittelyn mukaan vapaaehtoistyössä on kyse toiminnasta yksittäisten ihmisten sekä yhteisöjen hyväksi. Toimintaa ei pidetä pakkona tai velvollisuutena esimerkiksi perhettä tai sukua kohtaan eikä toiminnasta saa rahallista korvausta. (Laimio & Välimäki 2011, 9.) Antti Eskola ja Leena Kurki (2001) korostavat omassa määritelmässään vapaaehtoistoiminnan olevan osallistumista organisoituun tuki- ja auttamistyöhön, joka perustuu

vuorovaikutukseen. Toiminnan tavoitteena on elinoloihin liittyvien puutteiden korjaaminen tai henkisen ahdingon lievittäminen, eikä vapaaehtoistoimintaa tehdä palkkatyönä, harjoitteluna tai yritystoimintana. Vapaaehtoisesti auttajana toimivan motiiveja ovat auttaminen ja tärkeän asian oppiminen. (Eskola & Kurki 2001, 10.) Molemmat vapaaehtoistoiminnan määritelmät sopivat hyvin myös tämän tutkimuksen lähestymistapaan.

Vapaaehtoistyö painottaa käsitteenä yksilön toimintaa. Vaikka yksilö tekee itse ratkaisun toiminnastaan, tapahtuu yksilötoiminta kuitenkin osana jonkin suuremman organisaation toimintaa, sillä ilman organisaatioita yksilön toiminta olisi vaikka naapurin auttamista arkipäivänä. (Koskiahho 2001, 16.) Uusimmissa vapaaehtoistyön määritelmissä halutaan korostaa erityisesti sitä, että vapaaehtoistoiminnan voi katsoa olevan kansalaisoikeus. Tässä näkökulmassa korostetaan vapaaehtoistoiminnan myönteisiä terveysvaikutuksia tekijälleen sekä toiminnan yhteiskunnallista merkittävyyttä. (Laimio & Välimäki 2011, 10.)

3.1.2 Vapaaehtoistyön historia, tutkimus ja tulevaisuus

Vapaaehtoistoimintaa on tutkittu Suomessa historiallisesta näkökulmasta melko paljon. Vapaaehtoistoiminnan juuret nähdään erityisesti suomalaisen maaseudun talkooperinteessä ja naapuriavussa (Nylund & Yeung 2005, 13–14, 21; Valliluoto 2014, 17). Hyvinvointivaltion kasvun aikakaudella vapaaehtoistyön tutkimus ei juurikaan kiinnostanut tutkijoita (Matthies 1994, 14), mutta 1990-luvun laman myötä kiinnostus vapaaehtoistoimintaa sekä laajemmin koko kolmatta sektoria kohtaan lisääntyi – myös tutkimuksessa (esim. Matthies, Kotakari & Nylund 1996; Hokkanen, Kinnunen & Siisiäinen 1999; Helander & Laaksonen 1999).

Suomalaista vapaaehtoistoiminnan tutkimusta on moitittu siitä, että se painottuu liikaa määrällisten menetelmien käyttöön. Määrällisten menetelmien painottamisen seurauksena tutkimuksissa ovat korostuneet tutkijoiden etukäteen tekemät määritelmät vapaaehtoistoiminnasta, kun taas vapaaehtoisten omiin kokemuksiin ja näkemyksiin ei ole kiinnitetty samalla tavalla huomiota. (Nylund & Yeung 2005, 22; Yeung 2004.) 2000-luvulla vapaaehtoistyön tutkimuksissa onkin alettu hyödyntää laajemmin erilaisia metodeja, esimerkiksi etnografista kyselytutkimusta (esim. Hartikainen 2005). Lisää tutkimustietoa on kuitenkin kaivattu esimerkiksi siitä, miten ammatti-, teoria- ja kokemustieto yhdistyvät vapaaehtoistyössä (Nylund & Yeung 2005, 23), ja kuinka vapaaehtoistoiminta rikastuttaa elämää (Sorri 2005, 139).

Tämä tutkimus vastaa osaltaan vapaaehtoistoiminnan tutkimuskentälle esitettyihin jatkotutkimusehdotuksiin, sillä tutkimus on toteutettu laadullisella menetelmällä, joka jättää vapaaehtoisille mahdollisuuden määritellä omaa toimintaansa ja sen merkityksiä itselleen.

Vapaaehtoistoiminnan tutkimuksessa kiinnitettiin huomiota jo 1990-luvun loppupuolella welfare-mix-suuntaukseen, jossa eri sektorit – julkinen sektori, markkinasektori ja kolmas sektori – tekevät entistä enemmän yhteistyötä ihmisten hyvinvoinnin takaamiseksi ja kasvattamiseksi (esim. Matthies 1996, 11–12). Kehitys on aiheuttanut huolta esimerkiksi siitä, säilyykö kolmannella sektorilla sille aikaisemmin tyypillinen muutosvoima ja ruohonjuuritason kosketus (Nylund & Yeung 2005, 30–31).

3.1.3 Vapaaehtoistyön haasteet

Vapaaehtoistoimintaan liittyy paljon mahdollisia haasteita. Esimerkiksi 2000-luvun alusta eteenpäin on tarkasteltu muun muassa sitä, kuinka ammatillisuus ja ei-ammattillisuus sekoittuvat vapaaehtoistoiminnassa ja kuinka vapaaehtoistyöhön on tullut yhä enemmän virallisen ja ammatillisen auttamistyön piirteitä (Mönkkönen 2005, 286). Vaikka maallikkous nähdään usein ammatillaisen ja ammatillisuuden vastakohtana, jossakin tilanteissa ”tavallisuus” on se, mitä toivotaan ja tavoitellaan. Kaarina Mönkkösen (2005, 286–287) mukaan esimerkiksi nuorisojärjestöihin kaivataan työntekijöiksi henkilöitä, joilla ei ole ihmishuolteenalan koulutusta, koska nuorten elämään toivotaan ihmisiä, joilla ei ole ammatillista otetta nuoreen.

Vapaaehtoistoiminnan kenties suurimpana haasteena on pidetty länsimaista modernisaatiokehitystä ja siihen liittyen erityisesti yksilöllisyyden korostumista ja kollektiivisuuden ja yhteisöllisyyden rapistumista (esim. Yeung 2005b, 104–105; Harju 2005, 72). Erityisenä huolenaiheena on ollut, kiinnostaako vapaaehtoistoiminta nuoria. Tutkimusten mukaan nuorissa on muita ikäryhmiä enemmän niitä, joilla ei ole yksinkertaisesti tietoa siitä, kuinka vapaaehtoistoimintaan pääsee mukaan, joten jo pelkkä ahkerampi rekrytoiminen voisi lisätä nuorten vapaaehtoisten määrää (Yeung & Grönlund 2005, 173, 188). Nuoret ovat siis kiinnostuneita liittymään vapaaehtoistoimintaan, mikäli heitä vain pyydetään mukaan. Nuorille vapaaehtoistoiminta myös merkitsee perinteisiä ja hyvin yhteisöllisiä asioita: talkootoimintaa, yhdessä tekemistä, me-henkeä ja sosiaalisuutta (Yeung & Grönlund 2005, 174). Myös

muissa ryhmissä olisi enemmän valmiutta vapaaehtoistyöhön kuin sitä hyödynnetään. Esimerkiksi noin neljännes kaikista eläkeläisistä olisi kiinnostunut lisäämään vapaaehtoispanostaan, jos toiminta suuntautuu iäkkäille henkilöille (Matthies 1996, 22).

Ruuskanen, Selander ja Anttila (2013) kuvailevat tutkimuksessaan, että vaikka yhdistysaktiivisuus on pysynyt Suomessa korkealla, kiinnostus puhtaasti yleishyödylliseen toimintaan on kuitenkin laskenut. Esimerkiksi talkootoiminta ei kiinnosta suomalaisia samalla tavalla kuin ennen ja erityisesti toimintaan sitoutuminen on vähentynyt. Lisäksi toiminnasta halutaan aikaisempaa useammin jonkinlainen vastike, esimerkiksi merkintä opintorekisteriin tai ansioluetteloon. Ruuskasen (2013) ym. mukaan vapaaehtoistoiminnan muuttuminen kansalaisosallistumisesta projektiluontoiseksi toiminnaksi, johon ei enää sitouduta, on ongelmallista jatkuvuuden näkökulmasta. Toiminta voi vaarantua, jos siinä ei ole mukana pitkäaikaisia vapaaehtoistyöntekijöitä, jotka esimerkiksi hallitsevat organisaation rutiinit ja vuosikierron. (emt. 2013, 18–19.)

Kansainvälisissä tutkimuksissa on kiinnitetty viime vuosina huomiota vapaaehtoistyötä tekevien uupumiseen ja siihen, kuinka vapaaehtoisten väsyminen on yhteydessä vapaaehtoistoiminnasta luopumiseen (esim. Chen & Yu 2012; Allen & Mueller 2013). Australialaisia vapaaehtoisia tarkastelevassa tutkimuksessa havaittiin, että vapaaehtoisten kuormittuminen oli yhteydessä työn liian suuriin vaatimuksiin. Lisäksi vapaaehtoisten loppuun palamisella oli kaksi seurausta: vapaaehtoisten hyvinvointi heikkeni ja heidän motivaationsa tehdä vapaaehtoistyötä väheni. (Lewig, Xanthopoulou, Bakker, Dollard & Metzera 2007, 440.)

Lisa Scherer, Joseph Allen ja Elizabeth Harp havaitsivat tutkimuksessaan (2016), että vapaaehtoisten uupuminen oli yhteydessä siihen, vastasivatko vapaaehtoisten ja organisaation arvot ja tavoitteet toisiaan. Jos arvot ja tavoitteet eivät kohdanneet, vapaaehtoiset uupuivat helpommin. Lisäksi vapaaehtoisten loppuun palaminen oli yhteydessä siihen, kuinka sitoutuneita vapaaehtoiset olivat vapaaehtoistyöhön: mitä uupuneempi vapaaehtoinen oli, sitä enemmän hän suunnitteli luopuvansa vapaaehtoistyön tekemisestä. (Scherer ym. 2016, 6.)

3.2 Vapaaehtoisten motivaatio

Vapaaehtoistoiminnan kivijalkana pidetään motivaatiota. Motivaatio on vapaaehtoistoiminnassa keskeinen tekijä, koska vapaaehtoistoiminnan toteutumisen ja jatkumisen kannalta va-

vapaaehtoisten henkilökohtainen motivaatio on ydinasia (Kuuluvainen 2015, 45). Juuri toiminnan vapaamuotoisuutta, joustavuutta ja riippumattomuutta on pidetty vapaaehtoistoiminnan suurimpana vahvuutena – mutta samaan aikaan ne ovat myös riskitekijöitä toiminnan jatkuvuuden näkökulmasta. Vapaaehtoistyötutkimuksessa, erityisesti sosiologisessa näkökulmassa, on myös oltu kiinnostuneita siitä, millaista myöhäismodernin ajan sitoutuminen ja osallistuminen on. (Yeung 2005a, 83.)

Motivaation tutkimista on pidetty vaativana tutkimusalueena. Vapaaehtoistyötutkimuksessa on pidetty haasteellisena esimerkiksi sitä, kuinka kaikkia vapaaehtoistoiminnan motiiveja voi tunnistaa, saati eritellä ja välittää ulkopuoliselle tutkijalle. (Yeung 2005b, 83.) Motiiveja ja motivaatioita on tutkittu eri tieteenalojen kautta ja näkökulmista, mutta erityisen paljon motivaatiotutkimusta on tehty psykologiassa. Varhaisissa psykologian motivaatioteorioissa painotettiin esimerkiksi tarpeita (Maslow 1970) ja vaistoja (Freud 1926), jotka korostivat ihmiskehon stabiliteettia eli tasapainoa. Nykyisin motiivitutkimuksessa on tarkasteltu esimerkiksi sitä, mikä merkitys ihmisten henkilökohtaisilla arvoilla ja tavoitteilla on motivaatiolle (Salmela-Aro & Nurmi 2017).

Yksi tutkituimmista ja käytetyimmistä motivaatioteorioista on viime vuosina ollut Edward L. Decin ja Richard M. Ryanin (esim. 2012) kehittämä itsemääräämisteoria (self-determination theory). Teorian lähtökohtainen oletus on, että ihmiset ovat luonnostaan itseään ohjaavia, motivoituvia ja aktiivisia, mikä tarkoittaa käytännössä sitä, että ihminen on taipuvainen asettamaan itselleen haasteita ja tavoitteita. Itsemääräämisteorian mukaan ihmiset kuitenkin eroavat toisistaan sen suhteen, minkä vuoksi he motivoituvat: toista motivoi esimerkiksi työn tekemiseen palkka, toista taas työstä saatu henkinen tyydytys. (Vasalampi 2017, 54; Kuuluvainen 2015, 45.) Tällöin molemmat ovat motivoituneita, mutta motiivit ovat erilaisia ja voivat johtaa mahdollisesti erilaisiin tuloksiin työssä. Itsemääräämisteoriassa erotellaankin erilaisia motiivityyppejä, ja tärkein jako on motiivien jakaminen sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon: sisäisessä motivaatiossa ihminen on motivoitunut tekemään jotain, koska se kiinnostaa häntä itseään tai on esimerkiksi hänen arvojensa mukaista, kun taas ulkoisessa motivaatiossa paine jonkin asian tekemiseen tulee ulkoapäin. (Vasalampi 2017, 54–56.)

Vapaaehtoistyön tutkimuksessa on myös kiinnitetty huomiota yksittäisiin tekijöihin, jotka motivoivat vapaaehtoistoimintaan. Yksi paljon tutkittu vapaaehtoisuusi motiivi on altruismi. Kie-

litoimiston sanakirja määrittelee altruismin tarkoittavan pyyteettömyyttä, epäitsekkyyttä, lähimmäisenrakkautta ja uhrautuvuutta. Vapaaehtoistyön tutkimuksissa (esim. Yeung 2005b, 109–111; Keski-Heikkilä 2002) on kuitenkin havaittu, että vapaaehtoisten motiiveissa altruismi usein sekoittuu ja limittyy egoismin kanssa. Kielitoimisto määrittelee egoismin tarkoittavan itsekkyyttä. Ääripäiden, egoismin ja altruismin, limittyminen toisiinsa vapaaehtoistoiminnassa kuvaa osuvasti ajatusta ”antaessaan saa” (Yeung 2005b, 109).

Anne Birgitta Yeung (2005b) on tehnyt vapaaehtoisten motiiveista timanttimallin, joka kuvaa vapaaehtoisuusiäviä ja niiden ulottuvuuksia. Timanttimalli muodostuu neljästä ulottuvuudesta ja jatkumosta, jotka ovat saaminen–antaminen, jatkuvuus–uuden etsintä, etäisyys–läheisyys ja pohdinta–toiminta. Yeungin timanttimalli havainnollistaa osuvasti esimerkiksi sen, miten osa vapaaehtoisuusiäviä suuntautuu vapaaehtoisuusiäviä itseään kohti: vapaaehtoinen voi esimerkiksi kokea vapaaehtoisuusiävinnän palkitsevana, omaa hyvinvointia edistävänä sekä mielekkäänä tapana viettää aikaa. Osa motiiveista taas suuntautuu ikään kuin itsestä pois päin. Vapaaehtoiset saattavat esimerkiksi haluta yksinkertaisesti edistää toisten hyvinvointia vapaaehtoisuusiävinnän avulla. (Yeung 2005b, 107–109.)

Vapaaehtoistyön moninaisuudesta kertoo myös se, että vapaaehtoisia houkuttelevat toimintaan useat erilaiset syyt. Esimerkiksi Sari Keski-Heikkilä havaitsi tutkiessaan Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöitä, että tukihenkilöiden motivaatio toimia vapaaehtoisena koostui lukuisista erilaisista motiiveista, jotka olivat ongelmitta osittain päällekkäisiä. Keski-Heikkilän (2002, 49–62) löytämiä motiiveja olivat itsensä kehittäminen ja erilaiset altruismin muodot.

3.3 Vertaistuki

Vertaistuessa on kyse tuesta, jossa samankaltaisessa tilanteessa olevat ihmiset kohtaavat ja jakavat toisilleen omiin kokemuksiin perustuvaa tietoa ja tukea. Vertaissuhteissa toisen ihmisen kokemusmaailma aukeaa omien elämäkokemusten kautta ja oma kokemus ikään kuin annetaan toisen käyttöön (Hyväri 2005, 214–219). Vertaistoiminta voidaan nähdä vapaaehtoistyön yhtenä osa-alueena. Vertaisuutta ja vapaaehtoisuutta yhdistää auttaminen toiminnan lähtökohdista, mutta ilmiöiden erona voidaan pitää esimerkiksi sitä, että vapaaehtoisuusiävinnässä auttamisessa kohtaavat erilaisista lähtökohdista tulevat ihmiset. Vertaisuus puolestaan

perustuu sellaisten ihmisten kohtaamiseen, jotka ovat kokeneet samanlaisia asioita. (Hokkanen 2003, 267–270.) Vapaaehtoisuus on myös vertaistoiminnan lähtökohta (Nylund 1996, 194).

Vertaistuen käyttö sopii esimerkiksi elämän kriisitilanteisiin, kuten läheisen kuolemaan, omaan tai läheisen vakavaan sairastumiseen, työttömyyteen tai erilaisiin riippuvuuksien hoitoon, ja vertaistukea tarjoavat esimerkiksi erilaiset yhdistykset, vapaaehtoiset toimijat ja julkiset palvelukeskukset. Yhdessä vertaisen kanssa voidaan etsiä selviytymiskeinoja vaikeisiin elämäntilanteisiin. (Mikkonen & Saarinen 2016, 7.) Vertaistuen tutkimus ja vertaistuen tutkijoiden linjaukset ovatkin perinteisesti olleet ongelmakeskeisiä, vaikka vertaisryhmien tavoite on ollut etäisyyden ottaminen luokitteluihin ja diagnooseihin (Nylund 2005, 197).

Vertaistuen lähtökohtana ei siis tarvitse olla ongelmatekijöitä, vaan taustalla voi olla esimerkiksi elämänmuutos. Tällöin vertaistuki nähdään erityisesti kokemusten vaihtamisena samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten, ”hengenheimolaisten”, kanssa (Nylund 2005, 203–204; ks. myös Jantunen 2008, 27; Mikkonen 1996, 222). Henkilökohtaisten tietojen ja kokemusten jakaminen tekee vertaisista kokemuksellisen tiedon asiantuntijoita (Nylund 1999, 127–129). Vertaistoiminta ei kuitenkaan ole sama asia kuin kokemusasiantuntemus. Vertaistoiminta pohjautuu samankaltaisessa tilanteessa olevien tukemiseen, kun kokemusasiantuntemuksen päämäärä on palvella kuntoutuksen sekä sosiaali- ja terveystalouden kehittämistä (Hietala 2016, 389).

Vertaistoiminnan lähtökohtia ovat samankaltaiset elämäkokemukset sekä keskinäinen arvostus ja myötätunto (Munnukka, Kiikkala & Valkama 2005, 250). Jaettujen kokemusten ja yhteenkuuluvuuden tunteen lisäksi tukitoiminnan kautta voi saada jokapäiväistä elämää tukevaa tietoa (Mikkonen 2009, 29). Vertaistuessa on kyse auttamisesta, tuen tarjoamisesta ja tuen antamisesta sekä tuen saamisesta. Kun esimerkiksi kriisiin johtaneita elämäntilanteita työstetään ja käsitellään yhdessä, voi toiminnan kautta syntyä ystävyssuhteita ja yhteisöllisyyttä (Hyväri 2005, 215). Vertaistukea voi myös saada ja antaa eri tavoilla, esimerkiksi ryhmissä, verkossa tai kahden ihmisen kesken (Nylund 2005, 203). Vertaistuen hyödyntäminen on lisääntynyt Suomessa vasta viime vuosina, kun sen käyttö esimerkiksi muualla Euroopassa on ollut yleisempää. Vertaistuen käyttämisessä onkin Suomessa vielä paljon kehitettävää, ja myös vertaistuen tutkimus on yleistynyt Suomessa vasta hiljattain. (Mikkonen & Saarinen 2016, 17.)

Vertaistuen käsite on vakiinnuttanut viime vuosina paikkansa suomalaisessa tutkimuskirjallisuudessa sekä tiedotusvälineissä. Aikaisemmin yleisesti käytettyjä käsitteitä olivat esimerkiksi oma-apu ja itseapu, mutta niiden käytöstä on lähes kokonaan luovuttu. (Mikkonen 2009, 31.) Käsitteenä vertaistuki korostaa tieteellisyyden tilalla kokemuksellisuutta, muodollisuuden sijaan epämuodollista ja virallisen asiakassuhteen tilalla nähdään erityisesti ihmillisyyttä ja vuorovaikutusta (Hyväri 2005, 216). Kansainvälisessä tutkimuksessa ja kirjallisuudessa vertaistuen ilmiöstä käytetään lukuisia erilaisia käsitteitä (Mikkonen 2009, 28; Nylund 1997, 6). Kansainvälisesti käytettyjä käsitteitä ovat muun muassa peer support (tukiryhmä, vertainen/vertaistuki, kannattaja), self help (oma-apu), self-help support (toiminnan tukijat) ja mutual aid (keskinäinen tuki) (Mikkonen & Saarinen 2016, 9). Vertaistuki liittyy tiiviisti myös sosiaalisen tuen käsitteeseen (social support), koska vertaistuki määrittää usein sosiaalisen tuen piiriin kuuluvaksi ilmiöksi (Mikkonen 2009, 28).

Vertaistukea laajempi käsite on vertaistoiminta, joka tarkoittaa kaikkea sellaista toimintaa, mikä edesauttaa ja edistää vertaistuen käyttämistä ja toteuttamista (Mikkonen & Saarinen 2016, 9). Vertaistoiminnan keskeisiä elementtejä ovat muun muassa läsnäolo, toisen kohtaaminen ja ymmärtäminen sekä ulkopuolisuuden tunteen torjuminen. Vertaisilla puolestaan tarkoitetaan ihmisiä, jotka ovat kokeneet samoja asioita ja ymmärtävät siksi toisiaan. (emt. 2016, 9.) Käsitteellisiä painotuseroja on vertaistutkimuksessa muitakin. Esimerkiksi Susanna Hyväri (2005) pitää vertaisryhmää laajempänä käsitteenä kuin vertaistukiryhmää. Vertaisryhmä eroaa vertaistukiryhmästä siten, että vertaisryhmän toiminnan keskiössä ei välttämättä ole avun ja tuen antaminen (Hyväri 2005, 215).

Vertaistukeen ja vertaistukitoimintaan voi liittyä myös haasteita. Kokemuksia on esimerkiksi siitä, että internetissä annettu vertaistuki on voinut olla epätarkkaa tai että tuettavalle on esimerkiksi ehdotettu testaamattomien hoitomuotojen kokeilemistä. Lisäksi vertaistoiminnassa on huomattu, että erityistä huolellisuutta vaativia seikkoja ovat salassapidon ja luottamuksellisuuden korkeat vaatimukset. (Nylund 2005, 205.) Lisäksi esimerkiksi AA-ryhmät ja muut 12 askeleen ryhmät ovat saaneet kritiikkiä siitä, että ne tyytyvät passiivisuuden yhteiskunnallisen vaikuttamisen sijaan (vrt. Mäkelä 1998, 328–330).

3.3.1 Vertaistuen historia ja tutkimus

Vertaistuen, kuten ylipäänsä vapaaehtoistyön, syntyhistoria liittyy Suomessa paikallisyhteisöjen solidaariseen toimintaan, johon myös esimerkiksi osuuskuntatoiminta ja sen perinne

perustuvat. Osuuskuntatoiminnan perinteessä korostuvat esimerkiksi naapuriapu, talkoot sekä muut erilaiset keskinäisen avunannon muodot eli yhteisöllisyys. (Nylund & Yeung 2005, 13–14; vrt. myös Pättiniemi 2007.) Vakiintunut sosiaali- ja terveystoimintamuoto vertaistuesta tuli Suomessa kuitenkin vasta 1990-luvun puolivälissä ja vertaistukitoiminnan tavoitteeksi katsottiin kohdattujen vaikeuksien, esimerkiksi vaativien elämäntilanteiden, menetysten ja sairauksien, keskinäinen jakaminen. Vertaistoiminnan katsotaan olevan jatkoa ruohonjuuritason liikkeille, erilaiselle kansalaistoiminnalle ja yhden asian poliittisille liikkeille. (Hyväri 2005, 214–215.)

Vertaistoiminta nähdään usein ammattiapua täydentävänä. Vertaistuki saatetaan esimerkiksi kokea ammattiapua yhteisöllisempänä ja vuorovaikutuksellisempänä, minkä lisäksi vertaisapua on ammattiapua helpompi saada paikasta ja ajasta riippumatta. Lisäksi vertaisryhmiin kuuluvat arvostavat erityisesti ryhmien yhdenvertaisuuteen perustuvaa yhteistyötä. (Munnukka ym. 2005, 246–247.) Vertaistoiminnan tavoitteena nähdään usein yksilöiden hyvinvoinnin lisääminen ja muutoksen edistäminen. Yksilöllisen tason lisäksi vertaistoiminnalla katsotaan olevan myös yhteiskunnallinen ulottuvuus, jossa tavoitellaan yhteiskunnallista muutosta ja esimerkiksi annetaan ääni yhteiskunnallisesti alisteisessa asemassa oleville ryhmille (ks. esim. Nylund 2005, 206–207; Wilska-Seemer 2005, 270).

Kansainvälisesti vertaistuen syntyhistoria voidaan paikantaa Yhdysvalloissa vuonna 1935 perustettuun Nimettömät Alkoholitit (Alcoholics Anonymous) nimiseen self-help eli oma-apuryhmään, jossa korostettiin keskinäistä apua. Suomeen perustettiin ensimmäinen AA-ryhmä vuonna 1948. (Nylund 1997, 7; ks. myös Mäkelä 1998.) Toisaalta yhteiskunnallisiksi oma-apuliikkeiksi voidaan lukea myös jo 1800-luvun loppupuolen rauhan-, nais-, ihmisoikeus- ja ympäristöliikkeet (Siisiäinen 1996). Työväestö perusti Euroopassa, kuten Saksassa, Ranskassa ja Englannissa sekä Pohjois-Amerikassa ammattiyhdistyksiä sekä keskinäisen avun yhdistyksiä. Yhdistykset tarjosivat sellaista muun muassa sosiaalista ja taloudellista tukea, jota asuinyhteisö, kirkko, valtio tai työnantaja eivät tarjonneet. (Nylund 1996, 196.)

Suomessa vertaistukitutkimusten kohteena ovat olleet erityisesti psyykkisten ja fyysisten sairauksien ryhmät, esimerkiksi alkoholiriippuvuusryhmät (Nylund 2005, 199), sekä ylivelkaisten, työttömien ja omaishoitajien ryhmät (Nylund 1999, 117). 2000-luvulla vertaistuen tutkimuksessa on korostunut virtuaalivertaisryhmien tutkimus, jota on tehty muun muassa

pienien lasten äitien näkökulmasta (Munnukka ym. 2005; Munnukka & Kiikkala 2001). Virtuaalivertais- tukea on tarkasteltu myös lukuisissa pro gradu -tutkielmissa (esim. Taskinen 2017; Räisänen 2007; Kytöharju 2003).

Kansainvälisissä tutkimuksissa 2000-luvulla esillä olleita teemoja ovat puolestaan olleet esimerkiksi etnisten ryhmien ja pakolaisten vertaisryhmät (Ben-Ari 2001), miesryhmät (Addis & Mahalik, 2003), omaishoitajat (Momose, Asahara & Murashima 2003) ja sairaiden lasten vanhempien muodostamat vertaisryhmät (Hodges & Dibb 2010).

3.3.2 Tukihenkilötoiminta vertaistuen muotona

Vertaistukitoiminta voidaan jakaa useisiin erilaisiin toimintamuotoihin. Vertaistueksi voidaan laskea esimerkiksi toiminnalliset tapahtumat, joissa ihmiset kokevat saavansa vertaistukea, vaikka tapahtumaa ei olisi ensisijaisesti ja virallisesti suunniteltu vertaisten kohtaamispaikaksi. Vertaistukena pidetään myös muun muassa erilaisia sopeutumisvalmennuksia, jotka ovat lakisääteisiä palvelumuotoja kuntoutuksessa. (Mikkonen 2009, 46–47.) Sopeutumisvalmennuksien tavoitteena on, että esimerkiksi vammaisen henkilö ja hänen lähipiirinsä voivat elää täysipainoista elämää vammasta huolimatta (Terveiden ja hyvinvoinnin laitoks 2019). Vertaistuen yksi muoto on myös tukihenkilötoiminta (Mikkonen 2009, 47–50; Kuuskoski 2003, 31).

Tukihenkilötoimintaa hyödynnetään paljon erityisesti terveydenhuolto- ja sosiaalialalla. Muun muassa vakavaa sairautta, kuten syöpää, sairastavat tai sairaan omaiset voivat kaivata ammattiväestön tueksi esimerkiksi vuorovaikutuksellisempaa tukea, lisää tietoa sairaudesta ja ajatusten vaihtoa samankaltaisessa tilanteessa olevien kanssa (Terveyskylä. Mitä on vertaistuki? 2019).

Suomen Syöpäjärjestöt kutsuvat internetsivuillaan (2019) vertaistukitoimintaansa tukihenkilötoiminnaksi, jossa vapaaehtoiset auttajat ovat joko vertaistukihenkilöitä tai tukihenkilöitä. Syöpäjärjestön vertaistukihenkilö on itse sairastanut syöpää ja parantunut siitä, kroonista syöpää sairastava tai sitten syöpää sairastaneen läheinen. Tukihenkilönä voi puolestaan olla kuka tahansa, joka haluaa auttaa. (Syöpäjärjestöt. Tukihenkilötoiminta 2019.) Tässä tutkimuksessa noudatan samankaltaista jakoa Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöiden ja vertaisten tukihenkilöiden välillä, vaikka Maaseudun tukihenkilötoiminnassa ei ole kyse

sairauden kokeneiden ihmisten välisestä tukityöstä. Kutsun maatalousyrittäjätaustaisia tukihenkilöitä vertaisiksi, koska heillä on yhteisiä kokemuksia maataloudesta tuettavien viljelijöiden kanssa ja koska viljelijätaustaiset tukihenkilöt haluavat tarjota apuaan erityisesti toisille viljelijöille.

3.4 Rooli

Rooli tarkoittaa tiettyyn tehtävään tai asemaan liittyvää opittua ja vakiintunutta tapaa käyttäytyä jossain tietyssä tilanteessa. Roolien avulla yksilöt yhdistyvät yhteiskuntaan, sillä roolien kautta yksilö saa jonkin tietyn aseman, johon liittyy normeja ja erilaisia rooli-odotuksia. (Ojala & Uutela 1993, 39.) Sosiaalinen asema siis määrittelee voimakkaasti sitä, miten toimimme ja millainen paikkamme on suhteessa muihin (esim. Trenholm & Jensen 2008, 180–181). Yhteiskunnan normeilla puolestaan tarkoitetaan sekä kirjallisia että kirjoittamattomia sääntöjä, jotka ohjaavat yksilöiden käyttäytymistä. Yhteiset normit ovat yhteiskunnan toiminnan kannalta välttämättömiä, koska ne luovat ennustettavuutta ja siten turvallisuutta. (Ojala & Uutela 1993, 39.)

Osa normeista on myös rooli-odotuksia. Rooli-odotus tarkoittaa sitä, että muut ihmiset odottavat tietyssä asemassa olevalta ihmiseltä tietynlaisia asioita, esimerkiksi käytöstä. (Ojala & Uutela 1993, 40.) Ihmiset viestivät jatkuvasti rooli-odotuksista suoraan tai epäsuoraan, esimerkiksi antamalla roolinhaltijalle ohjeita tai olemalla tyytymättömiä roolinhaltijan toimintaan (Katz & Kahn 1966, 175). Rooli-odotukset saattavatkin olla epämääräisiä ja eri ihmisten odotukset saattavat olla keskenään ristiriitaisia. Mikäli roolin haltija käyttäytyy eri tavalla, kuin rooli-odotus antaisi ymmärtää, seurauksena voi olla paheksuntaa ja hämmennystä tai jopa konflikti, jolloin puhutaan rooliristiriidasta. (Ojala & Uutela 1993, 40–44.) Rooleja voidaanakin pitää eräänlaisen sosiaalisen kontrollin muotona (Trenholm & Jensen 2008, 180).

Roolit siis vaikuttavat siihen, kuinka ihmiset suhtautuvat itseensä ja muihin. Esimerkiksi uuteen rooliin oppiminen vie aikaa, mutta usein rooleihin lopulta totutaan ja rooliin liitettyjä käsityksiä omaksutaan osaksi itseä. Ihmisillä on samaan aikaan lukuisia erilaisia rooleja, jotka liittyvät erilaisiin tilanteisiin, esimerkiksi työhön tai vapaa-aikaan. (Trenholm & Jensen 2008, 181–183.) Rooliristiriidaksi kutsutaan tilannetta, jossa roolin haltijaan kohdistuu yhtä aikaa toisistaan selvästi poikkeavia odotuksia eikä erilaisten roolien haltija voi samaan aikaan toteuttaa niitä. Rooliristiriitä voi syntyä myös esimerkiksi silloin, kun henkilön omat

rooli-dotukset eivät vastaa esimerkiksi työpaikan kirjoitettuja tai kirjoittamattomia normeja. (Ojala & Uutela 1993, 43.)

3.4.1 Roolit vapaaehtoistoiminnassa

Vapaaehtoistoiminnan kontekstissa roolien tutkimus on melko uusi tutkimusaihe. Vapaaehtoistoiminnan rooleja on tutkittu tällä vuosituhanella esimerkiksi siitä näkökulmasta, miten vapaaehtoinen sosiaalistuu taustaorganisaatioon, eli kuinka vapaaehtoinen omaksuu roolinsa osana organisaatioita (Haski-Leventhal & Bargal 2008). Organisaatioon sosiaalistuminen saattaa olla haastavaa, sillä vapaaehtoisten roolit ovat usein löyhästi määriteltyjä, minkä vuoksi vapaaehtoiset saattavat kokea ristiriitoja esimerkiksi suhteessa palkattuihin työntekijöihin. Vapaaehtoisen roolin rakentaminen tapahtuu prosessimaisesti, esimerkiksi yrityksen ja erehdyksen kautta sekä vuorovaikutuksessa muiden kanssa, esimerkiksi asiakkaiden tai muiden vapaaehtoisten tuella. (Haski-Leventhal & Bargal 2008, 68.) Vapaaehtoisten onnistunut roolin rakentuminen on tärkeää, koska vapaaehtoistoiminnan rooliin liittyvien epäselvyyksien on havaittu olevan yhteydessä vapaaehtoisten uupumiseen (vrt. Chen & Yu 2012, 403; ks. myös Allen & Mueller 2013, 149).

Vapaaehtoisten rooleja on tarkasteltu erityisesti hoivatyössä. Tutkimusten mukaan hoitotyötä tekevät vapaaehtoiset kokevat roolinsa epäselvänä suhteessa muiden toimijoiden, esimerkiksi ammattilaisiin ja palkattuihin hoitajiin (esim. Hoad 2002; Merrell 2000). Siksi vapaaehtoistoiminnan järjestäjien tulisi määritellä toiminnan reunaehdot ja se, mitä vapaaehtoisilta odotetaan (Hoad 2002, 239–244). Roolien hallinnan näkökulmasta myös vapaaehtoisten koulutuksella on suuri merkitys (Merrell 2000, 100).

3.5 Kolmas sektori ja kansalaisyhteiskunta

Kun tarkastellaan vapaaehtoistoimintaa ja siihen kuuluvaa vertais- ja tukihenkilötoimintaa, täytyy myös huomioida, missä kontekstissa ja raameissa toiminta tapahtuu. Vapaaehtoistoiminnassa oleellisia käsitteitä ovat muun muassa kolmas sektori, kansalaisyhteiskunta sekä suomalaisessa kontekstissa pohjoismainen hyvinvointivaltio. Seuraavaksi tarkastelen erityisesti kolmatta sektoria ja kansalaisyhteiskuntaa, koska ne auttavat ymmärtämään, millaisesta ilmiöstä vapaaehtoistoiminnassa on kyse.

3.5.1 Kolmas sektori

Kolmannella sektorilla tarkoitetaan järjestöjen ja yhdistysten toimintaa, minkä lisäksi kolmannen sektorin toimintaan voidaan lukea kansalaisista itsestään nousevan oma-aputoiminnan, esimerkiksi osuuskuntien toiminnan. Järjestöjen ja yhdistysten toiminta puolestaan sisältää vapaaehtoistyötä. (Koskiaho 2001, 16–17.) Kolmannen sektorin käsite on saanut paljon kritiikkiä, mutta se on silti vakiintunut kansainväliseen keskusteluun (ks. esim. Saukkonen 2013, 17).

Kolmatta sektoria voidaan luonnehtia esimerkiksi sijoittamalla se kolmion keskelle, jonka kärjet muodostuvat sosiaalisista perusinstituutioista: perhe, valtio ja yritykset (Rönneberg 1999, 79). Usein myös sosiaalisista perusinstituutioista puhutaan sektorikäsitteen avulla: yritykset ja markkinat muodostavat ensimmäisen sektorin, valtio eli julkinen valta toisen sektorin ja perhe ja lähiyhteisö neljännen sektorin (Koskiaho 2001, 17). Kolmannen sektorin rinnakkaiskäsitteinä käytetään esimerkiksi käsitteitä voittoa tavoittelematon sektori sekä vapaaehtoissektori, jota käytetään erityisesti brittiläisessä ja skandinaavissa yhteyksissä (Helander & Laaksonen 1999, 15).

Kolmannelle sektorille on erityisesti 1990-luvun puolivälin jälkeen kohdistunut kovia odotuksia julkisen talouden heikkenemisen myötä. Kolmannen sektorin on muun muassa odotettu vastaavan työttömyyden ongelmaan (Helander & Laaksonen 1999, 11), ja esimerkiksi kansalaistoimintaa on pidetty keinona vähentää julkisia palveluita (Nylund & Yeung 2005, 13). Toisaalta samaan aikaan on myös epäilty, ettei kolmannella sektorilla ole todellisudessa mahdollisuuksia vaikuttaa yhteiskunnallisiin ongelmiin tai haasteisiin (Helander & Laaksonen 1999, 11). Kolmas sektori on esimerkiksi nähty ”ulkopuolisena toisena”, kun on tarkasteltu sosiaalisen järjestyksen, tai esimerkiksi palveluiden, tuottamista pohjoismaisissa hyvinvointivaltioissa, joissa julkisella sektorilla on ollut vahva rooli (Suikkanen & Rostila 1999, 300; Matthies 1996, 15).

Pohjoismaissa julkisilla toimenpiteillä on suorastaan suojeltu kansalaisia esimerkiksi riittävästi omaishoidolta tai sattumanvaraiselta hyväntekeväisyydeltä, minkä lisäksi kansalaiset myös luottavat voimakkaasti virallisiin hyvinvointipalveluihin ja ammattiauttajiin (esim. Sihvo 1996, 175; vrt. myös Julkunen 1992; 1999). Pohjoismaisessa mallissa onkin pidetty keskeisenä piirteenä kansalaisyhteiskunnan ja valtion läheistä suhdetta, mutta samalla myös niiden selvää työnjakoa, Pasi Saukkonen (2013, 10) muistuttaa.

Yhteiskunnallinen keskustelu kolmannesta sektorista on ollut viime vuosina erityisen aktiivista. Esimerkiksi Pasi Saukkonen (2013) kuvailee, että suomalainen kansalaisyhteiskunta ja siten myös vapaaehtoistoiminta ovat tällä hetkellä muutoksessa. Saukkosen (2013, 15) mukaan ei ole vielä selvää, mihin suuntaan muutos kohdistuu ja onko muutoksessa kyse vain kolmannen sektorin asteittaisesta sopeutumisesta ympäristön muutoksiin, sillä kansalaisyhteiskunta on aina ollut dynaaminen. Tutkijoiden mukaan näyttää kuitenkin siltä, että kolmannen sektorin rajat suhteessa julkiseen ja yksityiseen sektoriin ovat hämärtyneet, ja kolmannen sektorin toimijat ovat siirtyneet esimerkiksi edunvalvonnasta kohti palveluiden tuottamista (esim. Wijkström 2011, 40).

Kolmannen sektorin muutokseen voi olla useita syitä. Taustalla voi olla esimerkiksi julkisen vallan muuttunut suhtautuminen palveluiden tuottamiseen ja argumentti, jonka mukaan julkisia menoja tulee vähentää ja että erilaiset palvelutuotantomallit takaavat kansalaisille vallinnanvapautta ja laatua (Saukkonen 2013, 24). Minna Ruusuvirran ja Pasi Saukkosen (2015) mukaan kolmannen sektorin yksi suurimmista haasteista tulevaisuudessa on jatkuvuuden turvaaminen: toimintaan tarvitaan mukaan uusia nuoria, mutta samalla myös vanhempia ikäluokkia. Kolmannen sektorin siirtyminen yhteisöllisestä toiminnasta kohti palvelutuotantoa on lisännyt esimerkiksi vapaaehtoistoiminnan ammatillisia vaatimuksia. Osa vapaaehtoisista kokee, ettei heidän pätevyytensä toimintaan enää silloin riitä ja toisten mukaan ammatillisuuden korostaminen häivyttää vapaaehtoistoimintaan liittyvän rentouden ja ilon. (Ruusuvirta & Saukkonen 2015, 372–373.)

3.5.2 Kansalaisyhteiskunta

Kansalaisyhteiskunta (civil society) viittaa käsitteenä liberaaliin länsimaiseen yhteiskuntäkäsitykseen ja yhteiskuntaan, jossa on erilaisia toimijoita (Koskiahho, Nurmi & Virtanen 1999, 150). Kansalaisyhteiskunta on laaja, kokoava ja melko abstrakti käsite. Kansalaisyhteiskunta sisältää kolmannen sektorin toiminnan, vapaaehtoistoiminnan sekä poliittisen omaehtoisen toiminnan, eli niin kutsutut sosiaaliset liikkeet. Kansalaisyhteiskunta on yksilöiden ja kansalaisten epävirallista ja kollektiivista toimintaa, mutta vaikka toiminta on epävirallista, toiminnalla voi olla päämääränä esimerkiksi muuttaa julkisen sektorin tai markkinoiden toimintaa. (Koskiahho 2001, 17.) Osa tutkijoista korostaa juuri kansalaisyhteiskunnan vallankäytön ulottuvuutta. Esimerkiksi Aaro Harju katsoo, että vaikka kansalaisyhteiskunta

tarkoittaa kansalaisten vapaamuotoista yhteistoimintaa, toiminta sisältää kuitenkin myös vallankäytön ja vaikuttamisen mahdollisuuden (Harju 2005, 66).

Kansalaisyhteiskunnan käsitettä voidaan lähestyä Briitta Koskiahon, Johanna Nurmen ja Petri Virtasen (1999) mukaan neljästä erilaisesta näkökulmasta: poliittisesta, taloudellisesta sekä vapaaehtoisen toiminnan ja yhteisöllisyyden näkökulmasta. Kansalaisyhteiskunnan poliittisessa näkökulmassa kiinnitetään huomio demokratiaan, esimerkiksi siihen, voivatko kansalaiset vaikuttaa asioihin edustuksellisen vai suoran demokratian keinoilla. Taloudellisessa näkökulmassa puolestaan korostetaan kansalaisyhteiskunnan roolia vaikuttaa yhteiskunnallisen talouden piirissä markkinoiden ja valtion välissä. Kansalaisyhteiskunnan vapaaehtoisen toiminnan näkökulmassa kansalaisyhteiskuntaa verrataan ja suhtautetaan julkiseen toimintaan. Tällöin kysymyksenä voi olla esimerkiksi se, voidaanko julkiset palvelut korvata vaikkapa yhteisöllisesti tuotetuilla palveluilla. Neljännessä näkökulmassa eli yhteisöllisyyden näkökulmassa ovat vastakkain yhteisöllisyys ja yksilöllisyys poliittisen yhteisön toiminnan lähtökohtana. (Koskiahon, Nurmi & Virtanen 1999, 150–151.)

Kolmas sektori, kansalaisten vapaaehtoistoiminta sekä kattokäsite kansalaisyhteiskunta ovat tiiviisti sidoksissa toisiinsa. Kansalaisten omaehtoista toimintaa ja sitä kautta kansalaisyhteiskunnan vahvistumista on pidetty paitsi itsessään arvokkaana seikkana, myös tärkeänä esimerkiksi demokratian ylläpitämisen näkökulmasta. 1990-luvulta lähtien on kuitenkin entistä enemmän korostettu myös kansalaisyhteiskunnan roolia talouden vahvistajana. (vrt. Helander & Laaksonen 1999, 13.)

4 AINEISTO JA MENETELMÄ

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena on tarkastella Maaseudun tukihenkilöverkon vertaisia tukihenkilöitä: kuinka vertaiset jaksavat, millaisia rooleja heillä on suhteessa tuetaviin viljelijöihin ja mitkä seikat motivoivat vertaisia toimimaan vapaaehtoisina tukihenkilöinä. Tutkimuksen laajempuna tutkimustehtävänä on selvittää vertaisten ajatuksia viljelijäväestön asemasta nyky-Suomessa. Olen kiinnostunut viljelijätaustaisista tukihenkilöistä ja heidän ajatuksistaan, koska vertaisilla on mielenkiintoinen kaksoisrooli sekä viljelijäväestön edustajana että viljelijöiden auttajana. Vertaisilla on siis erityinen asema seurata ja tarkastella viljelijäväestön ajatuksia ja väestöryhmän yhteiskunnallista asemaa samaan aikaan ikään kuin ulkoa ja sisältä päin.

4.1 Aineiston keruu, keruun kuvailu ja aineiston kuvailu

Tämän tutkimuksen aineisto koostuu yhdeksästä haastattelusta, jotka on tehty puolistrukturoidulla teemahaastattelulla (Liite 1: Haastattelurunko) sekä yhdestä kirjallisesta vastauksesta, jossa on vastattu haastattelurungon kysymyksiin. Kerron seuraavaksi, millainen aineistonkeruumenetelmä teemahaastattelu on, kuinka tutkimuksen aineiston keruuprosessi eteni ja millainen aineisto on.

4.1.1 Teemahaastattelu

Tämän tutkimuksen aineisto on kerätty teemahaastattelulla. Teemahaastattelu on lomake- ja avoimen haastattelun välimuoto, josta voidaan käyttää myös nimityksiä puolistandardisoitu tai puolistrukturoitu haastattelu (Hirsjärvi & Hurme 1995, 35; Hirsjärvi & Hurme 2000, 47). Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelumenetelmä, sillä haastattelun teema-alueet eli aihepiirit ovat etukäteen tiedossa. Teemahaastattelu muistuttaa enemmän strukturoimatonta haastattelua kuin strukturoitua, sillä esimerkiksi muissa puoliksi strukturoiduissa haastatteluissa haastateltaville esitetyt kysymykset, ja jopa niiden tarkka muoto, ovat kaikille samanlaisia. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 48.)

Teemahaastattelu on siis haastattelumenetelmä, joka nimensä mukaisesti keskittyy keskusteluissa tiettyihin teemoihin. Tässä tutkimuksessa teemahaastattelu muodostui viidestä tee-

masta, jotka pohjautuivat tutkimuskysymyksiini sekä tutkimustehtävään (ks. Liite 1: Haastattelurunko). Kartoitin teemojen avulla, mitä maatalouden vapaaehtoiset tukihenkilöt ajattelevat paitsi suomalaisten viljelijöiden nykytilanteesta ja viljelijöiden tukemisesta, myös ennen kaikkea omista rooleistaan, motiiveistaan ja jaksamisestaan vertaisena. Tutkimuskysymykseni muodostivat siis teemahaastatteluni rungon, haastattelun aihepiirit, joista halusin kuulla tukihenkilöiden subjektiivisia kokemuksia.

Haastatteluni teemoihin liittyi myös tarkentavia apukysymyksiä. Jari Eskolan ja Jaana Vastamäen (2001, 26–27) mukaan teemahaastattelussa haastattelijalla on vain tukilista asioista, joita hän haluaa käydä haastateltavan kanssa läpi. Minulla oli haastattelutilanteissa mukana haastattelurunko kysymyksineen ja usein haastattelutilanteet mukailivat teemahaastattelurungon kaavaa. Haastattelutilanteet elivät kuitenkin tukihenkilön omia näkökulmia ja mielenkiinnon kohteita painottaen. Tukikysymysten avulla varmistin, että keskustelimme tukihenkilön kanssa myös tutkimuksen tutkimuskysymyksiin liittyvistä aiheista.

Haastattelutilanteet noudattivat Sirkka Hirsjärven ja Helena Hurmeen (2000) näkemystä, jonka mukaan teemahaastattelu sisältää hahmotelman siitä, mitä kysytään, mutta ei liian tarkkaa suunnitelmaa siitä, miten kysytään. Kysymysten rooli nähdään kuitenkin tärkeänä haastattelun käytännön toteutuksessa (Hirsjärvi & Hurme 2000, 102–103). Tarkentavat kysymykset voivat auttaa myös haastateltavaa, koska haastattelutilanne saatetaan mieltää ainakin aluksi ”konventionaaliseksi haastattelutilanteeksi”, jossa haastateltava odottaa hyvin selkeiksi määriteltyjä kysymyksiä, kuten Tiina Silvasti (2001, 46) kuvailee väitöstyönsä haastattelutapahtumien alkutunnelmaa.

4.1.2 Haastateltavien valinta

Aineistonkeruuprosessi jatkui etsimällä sopivia tukihenkilöitä. Valintakriteerini haastateltaville tukihenkilöille oli, että heillä tuli olla henkilökohtaisesti kokemusta maatalousyrittäjänä toimimisesta. Toinen kriteerini oli, että haastateltavat asuisivat sekä Länsi- että Itä-Suomen alueella, koska olen kotoisin Itä-Suomesta, mutta asun opiskelujen vuoksi Länsi-Suomessa. Tällöin haastattelumatkojen tekeminen tukihenkilöiden luo oli minulle käytännössä helppointa maantieteellisesti rajatulla alueella. Tukihenkilöiden yksityisyyden suojelemiseksi en erittele tässä tutkimuksessa tarkemmin esimerkiksi sitä, minkä maakuntien alueella haastattelemani tukihenkilöt asuvat, vaan puhun yleisesti Itä-Suomesta ja Länsi-Suomesta. Kolmas

kriteerini haastateltavien tukihenkilöiden valitsemisessa oli sukupuoli, sillä halusin tutkimukseen mahdollisimman tasaisen sukupuolijakauman.

Laadullisessa tutkimuksessa ei ole tarkalleen määritelty, kuinka paljon esimerkiksi haastateltavia tulisi olla. Tällöin tutkijan tulee pohtia, montako ihmistä hänen tulee haastatella, jotta saa tarvitsemansa tiedon. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 58.) Lisäksi aineiston keräämisessä on tärkeää huomioida käytössä olevat taloudelliset resurssit sekä aika (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 179). Tutkimuksen ajankäytön, taloudellisten resurssien ja esimerkiksi matkustamisen näkökulmasta päätin ottaa tutkimukseen mukaan kymmenen tukihenkilöä, viisi miestä ja viisi naista.

Etsiessäni haastatteluihin sopivia tukihenkilöitä tein yhteistyötä Maaseudun tukihenkilöverkon silloisen koordinaattorin Mia Kalpan kanssa. Kalpa otti etukäteen selvää, keillä Itä- ja Länsi-Suomessa asuvilla tukihenkilöillä on henkilökohtaista kokemusta maatalousyrittäjänä toimimisesta ja olisivatko he kiinnostuneita osallistumaan tutkimukseeni. Saatuaan tukihenkilöiltä luvan Kalpa antoi minulle tutkimukseen alustavasti suostuneiden tukihenkilöiden puhelinnumerot. Tämän jälkeen soitin tukihenkilöille ja sovin henkilökohtaiset haastatteluajankohdat.

Haastatteluajankohtana tukihenkilöillä oli hyvin erilaisia elämäntilanteita: osa opiskeli, osa toimi maatalousyrittäjänä joko sivutoimisesti tai päätoimisesti ja osa oli palkkatyössä. Viisi haastattelemastani tukihenkilöstä oli eläkkeellä, mutta valtaosa heistä auttoi aktiivisesti sukutilan töissä nuorempaa sukupolvea. Maaseudun tukihenkilöverkon toimintaan liitytään usein juuri eläkkeelle jäämisen yhteydessä tai pian sen jälkeen, vaikka verkon toiminnassa on mukana eri ikäisiä ja eri elämäntilanteessa olevia tukihenkilöitä (Mielonen 8.2.2019). Kaksi tutkimukseen osallistuneista tukihenkilöistä oli toiminut tukihenkilöinä jo verkon alkuvuosista lähtien ja kaksi oli suorittanut peruskurssin vain muutamia kuukausia aikaisemmin. Valtaosa tukihenkilöistä oli ollut mukana 2–10 vuotta, ja yksi tutkimukseen osallistunut tukihenkilö oli haastatteluhetkellä tauolla tukihenkilötoiminnasta henkilökohtaisten syiden vuoksi. Tutkimukseen osallistui siis hyvin monipuolinen joukko tukihenkilöitä.

4.1.3 Haastattelujen tekeminen

Tein vertaisten tukihenkilöiden haastattelut heinä–syyskuussa 2018 Itä- ja Länsi-Suomessa. Haastattelin yhteensä viisi naista ja neljä miestä, ja sain yhden miehen vastaukset kirjallisena

sähköpostitse, sillä aikatauluongelmien vuoksi varsinaisen haastattelun tekeminen ei onnistunut. Aineistoni koostuu siis yhdeksästä haastattelusta ja yhdestä kirjallisesta vastauksesta. Yhdeksästä haastattelusta yksi tehtiin tukihenkilön työpaikalla ja kahdeksan tukihenkilön kotona. Usein haastattelupaikkana toimii juuri haastateltavan koti (Hirsjärvi & Hurme 2000, 89).

Ennen haastatteluiden aloittamista kerron tukihenkilöille vielä tutkimuksestani ja esittelin heille tiedote- ja suostumuslomakkeen (ks. Liite 2: Tiedote- ja suostumuslomake haastateltaville). Lomakkeessa kerrotaan lyhyesti siitä, mitä tutkimuksen avulla halutaan selvittää ja kuinka esimerkiksi haastateltavien henkilöllisyys pidetään salassa. Suostumuslomakkeessa myös muistutetaan, että tutkimukseen osallistujalla on oikeus vetäytyä tutkimuksesta koska tahansa. Kaikki kymmenen tukihenkilöä antoivat suostumuksensa. Itse haastattelut kestivät kahdestakymmenestä minuutista yhdeksääkymmeneen minuuttiin, mutta keskimäärin haastattelut kestivät vajaan tunnin ajan. Haastattelut nauhoitettiin digitaalisella nauhurilla, minkä jälkeen haastattelut säilytettiin tietokoneella Jyväskylän yliopiston käyttäjätunnusten takana litterointiin saakka.

4.1.4 Haastattelutilanteiden kontekstisidonnaisuus

Kvalitatiivinen aineistonkeruu, sekä kvalitatiivisen aineiston analyysi, ovat tapahtumia, jotka eivät tapahdu tyhjiössä. Sitoudun tässä tutkimuksessa Martti Grönforsin (2011, 85) ajatukseen siitä, että tutkija on osa kenttäaineistoaan ja kvalitatiiviseen metodiin perustuvaa analyysiään: olen aineiston keruussa ja käsittelyssä tehnyt valintoja, jotka vaikuttavat siihen, miten näen tutkimuskohteeni. Lisäksi esimerkiksi sillä, että olen itse kotoisin maatilalta, oli varmasti vaikutusta siihen, millaiseksi vuorovaikutuksemme maatalousyrittäjätaustaisten tukihenkilöiden kanssa muodostui. Tiina Silvasti (2001, 43) kuvailee väitöskirjassaan, kuinka hän ei voinut haastatella viljelijöitä ”sisäpiiriläisenä”, koska hän ei ole kasvanut maalla tai työskennellyt emäntänä. Koin, että omalla taustallani viljelijäperheen tyttärenä oli suuri merkitys luottamuksellisen ja turvallisen haastatteluilmapiirin luomisessa.

Haastateltaville tutkimukseni aihe oli hyvin henkilökohtainen. Esimerkiksi kolmas tutkimuskysymykseni vertaisten omasta jaksamisesta on hyvin luottamuksellinen ja henkilökohtainen. Myös esimerkiksi vapaaehtoistoimintaan motivoivat asiat ja kokemukset olivat usein olleet tukihenkilöille suuria elämäntapahtumia. Siksi oli tärkeää, että toimin haastattelijana mahdollisimman paljon haastateltajan ammattiroolin mukaan. Hirsjärven ja Hurmeen (2000,

98) mukaan haastattelijan ammattirooliin kuuluu esimerkiksi toimiminen tehtäväkeskeisesti. Tarkoitukseni oli esimerkiksi aloittaa haastattelun tekeminen melko nopeasti sen jälkeen, kun olin saapunut haastattelupaikalle (vrt. Hirsjärvi & Hurme 2000, 90).

Kentällä tehdyt valinnat siitä, mitkä ovat esimerkiksi sopivia määritteitä ja käsitteitä, ovat merkittävä osa analysointiprosessia. Kentällä tehty työ sekä aineiston analysointi ovat siis osittain rinnakkaisia ja toisiaan täydentäviä prosesseja, joiden tiukka erottaminen toisistaan on tarpeetonta. (Grönfors 2011, 85; Silvasti 2014b, 35.) Tämän tutkimuksen aineiston keräämisessä esimerkiksi juuri käyttämilleni käsitteillä oli suuri merkitys, sillä käytin jo haastatteluissa käsitteitä *vertainen*, *kaksoisrooli* ja *yliempaattisuus*, jotka ovat tutkimuksen näkökulmasta hyvin keskeisiä käsitteitä. Tutkimukselle merkittävien käsitteiden käyttäminen jo haastatteluissa mahdollisti sen, että tukihenkilö voi esimerkiksi itse ottaa suoraa kantaa siihen, mitä hän ajattelee kyseisistä käsitteistä.

Lisäksi on hyvä muistaa, että tutkijan tekemät valinnat tutkimuksen näkökulman ja tutkimuskysymysten suhteen muovaavat sitä, kuinka tutkimuksen aineistoa lähestytään (Ruusuvoori, Nikander & Hyvärinen 2010, 11). Tässä tutkimuksessa olen tutkimuskysymysten avulla rajannut esimerkiksi sitä, millaisesta ryhmästä haluan tutkimuksen avulla lisätietoa: olen kiinnostunut Maaseudun tukihenkilöverkon viljelijätaustaisista tukihenkilöistä ja heidän ajatuksistaan, enkä tarkastele esimerkiksi sitä, mitä mieltä tuettavat viljelijät ovat tukihenkilötoiminnasta.

Kvalitatiivisen tutkimuksen kirjoitusprosessiin kuuluu usein myös kenttämuistiinpanojen tai kenttäpäiväkirjan kirjoittaminen, joiden tarkoituksena on tutkimusprosessin ajan tallentaa tutkijan ajatukset, huomiot ja kysymykset (Alasuutari 2011, 281). Myös minä hyödynsin tutkimukseni teossa tätä ajatusta. Koko tutkimusprosessin ajan olen kirjoittanut ”gradupäiväkirjaa”, johon olen kirjannut ylös tutkimukseen liittyviä asioita ja huomautuksia. Kirjoitin huomiotani päiväkirjaan myös suunnitellessani puolistrukturoitua teemahaastattelua sekä erityisesti tehdessäni haastatteluja. Haastatteluiden jälkeen kirjoitin huomioita muun muassa siitä, mitä tulevaisuuden haastattelutilanteissa kannattaisi ottaa huomioon. Kiinnitin esimerkiksi huomiota siihen, kuinka voisin muun muassa minimipalautteella ja olemuksellani rohkaista haastateltavia haastattelun aikana. Jatkoin tutkimuspäiväkirjan kirjoittamista myös litteoidessani haastatteluja.

4.2 Aineiston käsittely

Haastattelujen tekemisen jälkeen seuraava vaihe oli äänitallenteiden litteroiminen. Litteroin haastattelut kokonaan ja sanatarkasti. Litteroin auki myös puheen painotukset, sanojen venytykset, tauot, naurun ja naurahdukset sekä huokaukset, jotta haastatteluiden sanaton viestintä välittyisi mahdollisimman elävästi myös litteroiduista haastatteluista. Litteroituja liuskoja tuli yhteensä 150. Litteroitujen haastatteluiden lisäksi aineistossa oli yksi kirjallinen vastaus teemahaastattelun kysymyksiin, jonka pituus oli neljä sivua. Näin ollen aineistoa oli yhteensä 154 liuskaa.

Haastateltavat on merkitty koodeilla N ja M, jotka kertovat tukihenkilön sukupuolen (N: nainen, M: mies). Haastateltavat on myös merkitty numeroin 1–5, jotka ovat sattumanvaraisessa järjestyksessä, jotta haastateltavia ei voisi tunnistaa. Yhden aineistositaatin kohdalla olen käyttänyt erilaista ilmaisutapaa: kirjain- ja numerokoodin tilalla on tieto siitä, että sitaatti kuuluu aluevastaavana toimivalle tukihenkilölle. Näin varmistan, ettei kyseistä tukihenkilöä tunnisteta aluevastaavan roolinsa kautta. Teksteistä on myös poistettu henkilöiden ja paikkojen nimet.

Tulosluvuissa käyttämistäni aineistositaateista olen muuttanut voimakkaimmat murre sanat ja -ilmaukset yleiskielisiksi haastateltavien henkilöllisyyden suojelemiseksi. Olen myös muokannut sitaatteja luettavampaan muotoon poistamalla taukojen merkintöjä, painotuksia ja täytesanoja, minkä lisäksi olen paikoitellen lyhentänyt sitaatteja merkinnällä (...). Saman merkinnän avulla olen myös poistanut joistakin tekstilainauksista kohtia, joiden avulla tukihenkilön tunnistaminen saattaisi olla mahdollista.

4.3 Sisällönanalyysi

Aineiston litteroinnin jälkeen alkoi varsinainen aineiston analysointi. Hyödynsin analyysimenetelmänä sisällönanalyysiä, jota voidaan pitää perustyökaluna kvalitatiivisessa tutkimuksessa (ks. Silvasti 2014b, 33; Tuomi & Sarajärvi 2018, 103). Sisällönanalyysin ensimmäinen vaihe on aineiston koodaaminen, joka tarkoittaa sitä, että aineisto luetaan huolellisesti rivi kerrallaan, tekstiä erittelemällä ja jäsentämällä. Aineistosta etsitään ja paikannetaan tutkimuskysymysten näkökulmasta kiinnostavia seikkoja. (Silvasti 2014b, 38–39.) Aineistoa voi koodata karkeasti jakaen kahdesta erilaisesta lähtökohdasta. Ensimmäisessä lähestymistavassa tutkija hyödyntää näkökulmaansa joko jotain tiettyä teoriaa tai löyhemmin teo-

reettisesti perusteltua lähestymistapaa. Toisessa lähestymistavassa tutkija etenee aineistolähtöisesti eli ilman teoreettisia alku- tai etukäteisoletuksia. (Eskola & Suoranta 2001, 151–152.)

Teoria- ja aineistolähtöisen koodauksen lisäksi voidaan erottaa vielä kolmas koodaustapa, joka on teoriaohjaava eli abduktiivinen koodaus (Silvasti 2014b, 39–44, ks. myös Grönfors 2011, 17–18). Teoriaohjaava koodaus on käytännössä yleisin koodaustapa, koska abduktiivisessa koodauksessa tutkija voi vapaasti hyödyntää tietojaan ja osaamistaan, esimerkiksi teoreettisista malleista ja luokitteluista, mutta samalla tutkija on valmis löytämään aineistosta myös uusia koodeja. Teoriaohjaavassa analyysissä aikaisemmin tehdyt tutkimukset ja koodistot eivät rajaa aineiston moniäänisyyttä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 109–110.)

Tässä tutkimuksessa lähestyn aineistoani abduktiivisen eli teoriaohjaavan sisällönanalyysin kautta. Teoriaohjaava lähestymistapa sopii tutkimuksen tarkoitukseen parhaiten, koska olen kiinnostunut esimerkiksi siitä, millaisena vertainen näkee oman roolinsa suhteessa viljelijään, joka ottaa häneen yhteyttä tukihenkilötoiminnan kautta. Käytännössä aineistoni analysointi eteni siten, että tulostin litteroidut haastattelut ja luin tekstiä rivi kerrallaan tehden samalla alleviivauksia ja huomioita tekstiin ja marginaaleihin erilaisilla väreillä tutkimuskysymysten ja tutkimustehtävän ohjatessa koodaamistani. Olin kuitenkin myös avoin aineistolle ja sellaisille tukihenkilöiden ajatuksille, joita en esimerkiksi etukäteen osannut odottaa. Etsiessäni koodeja pidin samalla listaa jo löytämistäni koodeista.

Koodaamisen jälkeen teoriaohjaavaan sisällönanalyysiin kuuluu usein koodien ryhmittely teemoiksi. Teema on laajempi asiakokonaisuus kuin koodi ja teeman voi kuvailla olevan asiakokonaisuus tai aineistosta löydetty yhtenäinen aihepiiri. (Silvasti 2014b, 44.) Ryhmittelin aineistostani löytämiäni koodeja yhteisten aihepiirien mukaisesti esimerkiksi taulukoinnin ja ajatus- ja miellekarttojen avulla. Samaan aikaan tavoitteenani oli, etten tekisi liian pikaisia tulkintoja aineistosta, vaan kunnioittaisin haastateltavien puheen kontekstisidonnaisuutta. Silvastin (2014b, 44–45) ajattelun mukaisesti purin aluksi koodaamisen avulla aineiston osiin, jonka jälkeen ryhmittelin koodeista teemoja, jotka sisältävät uutta tietoa tutkimuskysymysten näkökulmasta.

Tekstin purkaminen osiin ja sen jälkeen uusien kokonaisuuksien kokoaminen osista helpotti aineiston kokonaisvaltaista hahmottamista. Tukihenkilöt saattavat esimerkiksi puhua samasta ilmiöstä, mutta muotoilla näkemyksensä hyvin erilaisilla tavoilla ja käsitteillä. Siksi

rivi riviltä etenevällä lukutyylillä, koodaamisella ja koodien ryhmittelyllä pystyi tavoittamaan tekstistä hienovaraisempia seikkoja kuin pinnallisesti tekstiä lukemalla. Lisäksi koodaaminen ja koodien ryhmittely auttoi näkemään tutut tekstit uudella tavalla: vaikka aineisto oli minulle hyvin tuttu, koska olin itse tehnyt sekä haastattelut että litteroinnin, varsinaisen analyysin tekeminen vaati kuitenkin liikkeelle lähtemistä puhtaalta pöydältä ja aineiston katsomista ennakkoluulottomasti.

4.4 Tutkimuksen etiikka

Tieteellisen tutkimuksen tulee aina olla eettisesti hyväksyttävää sekä luotettavaa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6). Tutkimuseettinen neuvottelukunta on jakanut mietinnössään (2009) tutkimuseettiset periaatteet kolmeen kategoriaan, jotka ovat tutkittavien vahingoittamisen välttäminen, itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen sekä tietosuoja ja yksityisyys (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009, 4). Tässä tutkimuksessa kiinnitettiin huomiota tutkimuseettisiin seikkoihin läpi koko tutkimusprosessin.

Tutkittava voi Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2009, 4) mukaan antaa suostumuksensa osallistua tutkimukseen joko suullisesti tai kirjallisesti. On kuitenkin suositeltavaa, että suostumuksen saa kirjallisesti, mikäli se ei ole tutkittavan etujen vastaista (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009 4). Tämän tutkimuksen aineistokeruuprosessissa sain apua Maaseudun tukihenkilöverkon Mia Kalpalta, joka toimi kesällä 2018 Maaseudun tukihenkilöverkon koordinaattorina. Kalpa otti yhteyttä viljelijätaustaisiin tukihenkilöihin ja esitteli heille tutkimukseni aiheen ja kysyi heiltä, ovatko he alustavasti halukkaita osallistumaan tutkimukseen. Tukihenkilön annettuaan suullisen suostumuksensa, Kalpa välitti tukihenkilön yhteystiedot minulle. Suullisen suostumuksen jälkeen jokainen tutkimukseen osallistunut tukihenkilö allekirjoitti myös kirjallisen tiedote- ja suostumuslomakkeen (ks. Liite 2: Tiedote- ja suostumuslomake haastateltaville). Tutkimusluvan pyytämisen tavoitteena on suojella erityisesti tutkittavien itsemääräämisoikeuden toteutumista (vrt. Rauhala & Virokangas 2011, 240).

Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu olennaisesti tutkittavien yksityisyydestä ja tietosuojasta huolehtiminen (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009; ks. myös Rauhala & Virokangas 2011, 239). Tässä tutkimuksessa tutkittavien yksityisyydestä on huolehdittu nauhoittamalla haastattelut digitaalisella nauhurilla, josta haastattelut siirrettiin suoraan haastattelun

päätyttyä tietokoneelle Jyväskylän yliopiston suojattuun verkkoon. Litteroinnin yhteydessä haastatteluista poistettiin tiedot, esimerkiksi ihmisten ja paikkojen nimet, joiden avulla tukihenkilöt voisi tunnistaa. Erityisesti kiinnitin huomiota siihen, ettei analyysilukuihin nostetuissa aineistositaateissa ole tietoja, joiden avulla tukihenkilön voisi tunnistaa. Myös litteroidut haastattelut säilytettiin yliopiston tietosuojatussa verkossa. Kun tutkimusprosessi valmistuu ja pro gradu -tutkielma on palautettu, kaikki tutkimuksen aineistomateriaali tuhoetaan. Näiden toimenpiteiden tarkoituksena on varmistaa luottamuksellisen tutkimusaineiston suojeleminen ja tutkittavien yksityisyys. (vrt. Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2011, 9–10.)

Erityisesti opinnäytetöitä tekevien opiskelijoiden kohdalla tutkimuksen eettisten kysymysten pohdinnassa on suuri rooli myös tutkimusta ohjaavilla henkilöillä (ks. Rauhala & Virokangas 2011, 244–246). Tässä tutkimuksessa olen saanut koko tutkimusprosessin ajan apua Maaseudun tukihenkilöverkon koordinaattoreilta. Kun aloitin tutkimusprosessin keväällä 2018, verkon koordinaattorina toimi Mia Kalpa. Myöhemmin koordinaattoriksi vaihtui Maija Mielonen, joka esimerkiksi lähetti minulle kirjallista materiaalia verkon toiminnasta ja kertoi verkon historiasta ja nykytoiminnasta sekä sähköpostitse että kirjallisesti. Maija Mielonen myös tarkasti luvun 2.3 Maaseudun tukihenkilöverkko heinäkuussa 2019 ja antoi luvun sisältöön korjausehdotuksia, joiden avulla muokkasinkin lukua.

4.5 Tutkimuskysymykset ja tutkimustehtävä

Tämän pro gradu -tutkielman tutkimuskysymykset ovat:

1. Miksi vertainen toimii vapaaehtoisena tukihenkilönä?
2. Millainen rooli vertaisella on suhteessa viljelijään?
3. Miten vertainen jaksaa itse?

Tutkimuksen tarkoituksena on siis selvittää, mitkä seikat motivoivat vertaisia toimimaan tukihenkilöinä, millaisia rooleja vertaisella on suhteessa tuettavaan viljelijään vertaisen näkökulmasta sekä miten vertaiset tukihenkilöt kokevat itse jaksavansa. Kolmen tutkimuskysymyksen lisäksi tutkimuksella on laajempi tutkimustehtävä, jonka tarkoitus on tarkastella vertaisten ajatuksia viljelijäväestön nykytilanteesta ja jaksamisesta.

Seuraavissa luvuissa esittelen, millaisia tuloksia sain aineistostani sisällönanalyysin avulla. Etenen tutkimuskysymysten järjestyksen mukaisesti, eli luvussa viisi selvitän, mitkä asiat

motivoivat vertaisia toimimaan vapaaehtoisina tukihenkilöinä, luvussa kuusi tarkastelen vertaisen rooleja suhteessa viljelijään ja seitsemännessä luvussa keskityn vertaisten omaan jakamiseen. Tulosluvut rakentuvat aineiston näkökulmista, mutta mukana on myös keskustellevuutta tutkimuskirjallisuuden ja omien pohdintojeni kautta. Oman pohdintani painopiste on kuitenkin päätäntöluvussa. Tutkimuksen päätännössä myös palaan tutkimustehtävään ja tiivistän tutkimuskysymysten näkökulmasta tutkimuksen tärkeimmät tulokset.

5 VERTAISTEN MOTIIVIT VAPAAEHTOISTOIMINTAAN

Tässä luvussa vastaan ensimmäiseen tutkimuskysymykseen, eli etsin vastausta siihen, miksi vertainen toimii vapaaehtoisena tukihenkilönä. Vapaaehtoistoimintaan tiedetään liittyvän monenlaisia motiiveja, joista osa voi olla myös tiedostamattomia (esim. Grönlund 2009, 82). Tässä tutkimuksessa löysin yhteensä kahdeksantoista motiivikoodia (ks. Liite 3: Vertaisen motiivit). Valtaosa koodeista löytyi useasta haastattelusta ja osa, esimerkiksi intuitio, vain yksittäisistä haastatteluista. Aineistostani löytämäni koodit olivat osittain päällekkäisiä. Esimerkiksi koodeilla oma uteliaisuus ja oma aktiivisuus sekä tausta vapaaehtoistoiminnassa, tausta järjestötoiminnassa sekä tausta luottamushenkilönä -koodeilla oli merkittävästi yhtäläisyyksiä toistensa kanssa.

Ryhmittelin koodit viideksi teemaksi, jotka olivat: yhteiskunnalliset syyt; altruismi ja halu auttaa; omakohtainen kokemus kriisistä selviämisestä; elämänasenne sekä tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt. Ensimmäistä teemaa eli yhteiskunnalliset syyt -teemaa voi pitää kontekstuaalisena teemana, joka vaikuttaa kaikkiin muihin teemoihin. Yhteiskunnalliset syyt muodostuvat vertaisten tukihenkilöiden arvoista, identifioitumisesta osaksi viljelijäväestöä sekä halusta toimia konkreettisesti viljelijöiden hyväksi.

5.1 Yhteiskunnalliset syyt

Yhteiskunnalliset syyt poikkeavat muista löytämistäni teemoista kontekstuaalisen luonteensa vuoksi. Yhteiskunnalliset syyt antavat ikään kuin kehykset, joiden sisällä muut motiivit toimia vapaaehtoisena tukihenkilönä osittain ilmenevät. Yhteiskunnalliset syyt -teema muodostuu muutamasta koodista, jotka ovat: 1) huoli Suomen ravinnontuotannon omavaraisuudesta; 2) huoli Suomen kokonaisturvallisuudesta ja 3) vaikuttaminen. Kyseisistä koodeista huoli Suomen kokonaisturvallisuudesta sekä vaikuttaminen mainittiin ainoastaan yksittäisissä haastatteluissa, kun taas huoli Suomen ravinnontuotannon omavaraisuudesta mainittiin suoraan viidessä vastauksessa kymmenestä.

Yhteiskunnalliset syyt -teemalle oli kuitenkin ominaista, etteivät kaikki tukihenkilöt puhuneet yhteiskunnallisista motiiveistaan suoraan ja tarkasti eritellen, vaan pohtivat niitä ”virallisten” motiivivastausten ulkopuolella. Yhteiskunnalliset syyt eivät siis useinkaan ole niin sanotusti ensimmäinen vastaus, jota vertaiset kertovat motiiveikseen toimia vapaaehtoisina

tukihenkilöinä. Sen sijaan yhteiskunnalliset syyt paljastuivat hiljalleen keskustelun ja haastattelun edetessä ja syventyessä. Se, että yhteiskunnalliset syyt oli merkittävä motiivi toimia vapaaehtoisena, ei ole kuitenkaan yllätys. Vertaistukiryhmät ovat viime vuosikymmenten aikana kiinnostuneet kansalaistoiminnasta ja erityisesti sellaisista yhteiskunnallisista ongelmista, joihin ammattiauttamisen ja virallisen sosiaaliturvan ei koeta yltävän, tai joissa ammattiauttaminen saatetaan jopa kokea osaksi ongelmaa (Nylund 1996, 196).

Yhteiskunnalliset syyt -teema syntyy siten, että vertaiset tukihenkilöt identifioituvat osaksi viljelijäväestöä. Vaikka valtaosa haastattelemistani tukihenkilöistä oli jäänyt eläkkeelle työelämästä ja saattoi esimerkiksi kuvailla, että nykyviljelijöiden arki on hyvin erilaista kuin heidän aikaansa, kokivat tukihenkilöt voimakkaasti olevansa osa viljelijäväestön sukupolvi-kehittäjä. Identifioituminen osaksi viljelijäväestöä näkyy esimerkiksi viljelijöiden jaetusta syntipukkikokemuksesta (ks. Silvasti 2010b, 51–60; vrt. myös Hyytinen 2005, 47–49). Tämän tutkimuksen perusteella näyttääkin siltä, että viljelijäväestön syntipukkikokemus on edelleen voimakas ja se näkyy myös yhtenä motivoivana tekijänä toimia vapaaehtoisena tukihenkilönä.

”Toinen on musta media. Nehän niinku suoltaa sieltä. Ainaha se on viljelijöiden syy, Itämeren saastumisesta lähtien! Mehän ollaan syypäitä siihen! Että kyllä se pitäs, saaha se semmonen, ihmiset oivaltamaan ensinnäki jo se, että mikä on huoltovarmuus vaikka Suomessa tällä hetkellä. Jos tulee kriisitilanne nii täältäähä loppuu ruoka. (...) Että silloin katotaan, kellä on viljelijöitä kaverina.” N5

Samalla kun tukihenkilöt olivat huolissaan viljelijöiden yhteiskunnallisesta asemasta ja kotimaisen ruuan arvostuksesta, osa tukihenkilöistä kantoi huolta myös Suomen ravinnontuotannon omavaraisuudesta ja sitä kautta myös Suomen kokonaisturvallisuudesta. Tilojen lopetustahdistu huolimatta tuotantomäärät eivät ole notkahtaneet, koska jäljelle jääneet tilat ovat kasvattaneet kokoaan ja tehostaneet tuotantoaan (ks. esim. Yle Uutiset, 8.8.2018). Vertaiset olivat kuitenkin huolissaan tulevaisuudesta ja esimerkiksi siitä, miten mahdollisista kriisitilanteista selvittäisiin.

”Asennekysymys. Syötäs kotimaista ruokaa. Arvostettas sitä ja oltas valmiit maksamaan siitä pikkasen enempi. Ja saatas semmonen henki pois siitä, että ne elää tukijaisilla.” M5

”Se on pikkusen vaikee tietää, mitä suuret pojat ajattelee. Haluaako ne yleensä, että Suomessa harjotetaan maataloutta edelleenki vai, vai pyritäänkö suomalainen maatalous ajamaan alas ja keskittämään ehkä muutamiin suurin yksiköihin? (...) Että nyt viime vuodet, ja viime vuosikymmenet, ovat koko ajan kiristäneet maatalouden harjoittajan tilannetta. Ja varsinkin viime vuodet. Se viittaa siihen, että halutaan tälleen luonnonmenetelmän mukaan ajaa alas. Jatkaa sitä, maatilojen lopettamishommaa, mitä on tehty jo useita kymmeniä vuosia.” M4

Osa tukihenkilöistä korosti myös maanviljelijöiden merkitystä ilmastonmuutoksen torjumisessa ja peräänkuulutti sellaisten poliittisten päätösten merkitystä, jotka helpottavat maatalousyrittäjien siirtymistä entistä ilmastoystävällisempiin valintoihin tilojen arjessa. Muutama tukihenkilö muistutti myös ruokaa koskevista eettisistä kysymyksistä ja siitä, kuinka korkeatasoista ravinnontuotanto on Suomessa esimerkiksi puhtauden osalta tällä hetkellä. Osa tukihenkilöistä kysyi suoraan, ja osa kontekstissaan tulkittuna, haluammeko turvata korkeatasoisen ravinnontuotannon Suomessa myös jatkossa?

”Ja jos ruuasta ruetaan tuomaan, lihasta, maijosta, tällä hetkellä lihaomavaraisuus onko jottain kaheksankymmentä? Että jos sattuu semmonen totaalinen kriisi, niin siinä vaiheessa se sitten tajutaan, että tuota, ei se niin heleppoo ookaan sieltä brasseista tuua. Nii! Ja eettisyys!” M5

Yhteiskunnalliset syyt -teemassa tukihenkilöitä motivoi toimimaan vapaaehtoisena yhteiskunnalliset tekijät, esimerkiksi tuottajien asema ja arvostus sekä huoltovarmuus ja asioihin vaikuttaminen. Toimimalla tukihenkilönä vertainen haluaa vaikuttaa mielestään yhteiskunnalliseen epäkohtaan eli viljelijäväestön heikkoon asemaan ja siitä seuraaviin yhteiskunnallisiin ongelmiin. Myös aikaisemmin on havaittu, että viljelijäväestön etujen puolustaminen on viljelijöiden keskeinen elämänarvo (ks. esim. Niittykangas, Siiskonen, Simula, Sipola, Survo & Varmola 1987, 144).

5.2 Altruismi ja halu auttaa

Altruismi ja auttamisen halu tiedetään merkittäviksi vapaaehtoistyöhön motivoiviksi tekijöiksi (esim. Yeung 2005b, 110–111; Eskola & Kurki 2001, 10; Pessi 2008, 16–18). Myös

tämän tutkimuksen kaikkia tukihenkilöitä motivoi halu auttaa. Auttamisen merkityksellisyys tuotiin kuitenkin esiin hyvin erilaisilla painotuksilla, ja osassa vastauksissa halu auttamiseen on tulkittavissa ainoastaan haastateltavien esille tuomien seikkojen asiayhteyksistä ja niiden konteksteista kuin suorista vastauksista. Auttamista saatettiin lähestyä esimerkiksi hyvin altruistisesti muun muassa toteamalla, kuinka auttaminen on aina arvokas asia, kuten ensimmäisestä sitaatista käy ilmi.

”Se on kuitenkin aina auttaminen hyvä asia. Ja se on merkityksellistä.” N2

”Parastaha se on siinä, jos pystyy ollee avuks. Niinku huomaa, että niinku pysyy selkeyttää jonku tilannetta. Nii sehän se on oikeen se kiitos siinä.” N3

”Kyllä mä haluan olla, tukemassa ja auttamassa ja. Ja neuvomassa viljelijöitä.”
N4

Altruismi ja halu auttaa -teemassa yhdistyy paitsi altruistinen auttamishalu myös halu tarjota apua ja tukea erityisesti viljelijäväestölle. Avun tarjoaminen viljelijäväestölle liittyy saumattomasti edelliseen yhteiskunnalliset syyt -teemaan, jossa tukihenkilöt tuntevat solidaarisuutta kyseistä väestöryhmää kohtaan. Identifioituminen osaksi viljelijäväestöä on niin voimakasta, että esimerkiksi jo eläkkeellä olevat maatalousyrittäjät haluavat toimia tukihenkilöinä ja siten tukea aktiiviviljelijöitä. Tukihenkilönä toimiessaan eläkkeelle siirtynyt viljelijä säilyttää myös yhteyden väestöryhmään, jonka jäsenenä hän on saattanut olla syntymästään asti. Usein yhteys viljelijäväestöön säilyy myös esimerkiksi tilanpitoa jatkavan lapsen kautta, mutta tukihenkilöt korostivat myös sitä, kuinka tärkeää on antaa tilaa uudelle sukupolvelle ja heidän valinnoilleen. Tällöin tukihenkilönä toimiminen voi olla toinen keino toimia osana viljelijöiden yhteisöä. Samalla tukihenkilötoiminta voi helpottaa merkittävää elämäntapahtumaa, siirtymää työelämästä eläkkeelle (esim. Yeung 2005b, 110; ks. myös Sorri 2005, 137).

Sen lisäksi, että tukihenkilöt identifioituvat osaksi viljelijäväestöä, vertaiset tukihenkilöt myös kokevat, että viljelijät ovat erityisen tuen tarpeessa oleva ryhmä. Tarjoamalla apuaan heille tukihenkilö osoittaa ”seisovansa edelleen heidän joukossaan”. Tukihenkilönä toimimisen ja viljelijöiden auttamisen voi siis tulkita solidaarisuuden osoitukseksi viljelijäväestöä

kohtaan. Vertaiset kokevat erityisen merkityksellisenä sen, että heillä on paljon hiljaista tietoa maatalousyrittäjyydestä. Michael Polanyin (1967, 4–5) mukaan tiedämme aina enemmän kuin osaamme sanallistaa ja kertoa. Vaikka hiljainen tieto on artikuloimatonta, se kuitenkin ilmenee toiminnassamme ja ohjaa sitä (ks. Silvasti 2010d, 261–267.) Hiljainen tieto maataloudesta yhdistää voimakkaasti vertaisia ja muita viljelijöitä.

”(...) Kun on samoja töitä tehty ja tuntee, niinku minä nyt tunnen, tämän maatalousilmapiirin ja kaikki. Ongelmat ehkä omasta mielestäni tiiän, mitä sitä voi olla. Ilman muuta pitää. Että kyllä se viljelijä tietäs parhaiten. Ja toisten ihmisten, niinku viljelijöiden, kanssa ku keskustellee, esmerkiks, nii siinä tulloo se toisenlainen näkökanta ehken mikä itellä on.” M2

Vertaiset pitävät Maaseudun tukihenkilöverkon toiminnan vahvuutena sen epävirallisuutta. Vaikka tukihenkilöiden mielestä viljelijöillä on korkea kynnys pyytää apua myös tukihenkilöltä, kynnys on heidän mielestään kuitenkin matalampi kuin virallisten auttajien kohdalla. Tukihenkilöiden mukaan viljelijöillä voi olla voimakas kokemus siitä, etteivät ”ammattiauttajat” ymmärrä heidän haasteitaan, joissa yhteen voivat kietoutua mutkikkaalla tavalla viljelijän työ, koti, perhe ja vapaa-aika (vrt. Pråhl-Ollila 1997, 9, ks. myös Sulin 2001, 13). Vertaiset tukihenkilöt pitävätkin vahvuutenaan sitä, että heillä on tausta maatalousyrittäjänä ja henkilökohtaisia kokemuksia samoista ilmiöistä kuin tuettavalla viljelijällä. Tukihenkilö voi myös toimia viljelijälle kodin ulkopuolisena kontaktina esimerkiksi silloin, kun viljelijän omat sosiaaliset verkostot ovat vaikkapa työuupumuksen takia kutistuneet. Tutkimustulokset osoittavat, että juuri kodin ulkopuoliset verkostot ovat tärkeitä maatalousyrittäjien hyvinvoinnille (esim. Kallio 1997, 58; Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 2016, 189).

”No se on ainaki tän verkoston tavote, että se ois semmonen matalan avun kynnys. (...) Mut jos sä soitat tavallaan niinku kaverifiiliksellä, ja et sillee vaa et joku tietää, saa vaan puhua sitä asiaa ja toinen ymmärtää mistä puhuu eikä tarvii vääntää niinku rautalangasta. Että mitä se arki on oikeesti. Se on sellanen helppo. Ja sitten taas sellanen että se monesti jo se, että soittaa ajoissa, nii helppottaa. Ettei tarviikkaa mennä sinne ammattiauttajalle. Kun saa, kun voi saaha, jo purettua sen asian siinä semmosen vertaistuen kanssa.” N5

Altruismi ja halu auttaa -teemaan liittyy myös positiivisen palautteen saaminen tuettavilta. Positiivisen palautteen ja kiitoksen saaminen tuettavalta on konkreettinen todiste tukihenkilölle siitä, että tukihenkilö on onnistunut tehtävässään. Positiivinen palaute saatetaan kokea esimerkiksi palkan kaltaiseksi kiitokseksi, emotionaaliseksi palkinnoksi (vrt. Nylund 2005b, 110). Positiiviseksi palautteeksi voidaan kokea jo esimerkiksi tuettavan kohonnut mieliala tai se, että tukihenkilö näkee esimerkiksi vuosien päästä, kuinka tukihenkilöön yhteyttä ottanut viljelijä on päässyt jaloilleen. Erityisen merkityksellisiksi koetaan myös konkreettiset kiitokset, jotka kerrotaan ja osoitetaan suoraan tukihenkilölle. Palautteen saamisen merkityksestä kertoo myös esimerkiksi se, että tukihenkilö on saattanut jäädä jälkikäteen pohtimaan, osasiko auttaa tuettavaa, mikäli kyseinen tuettava ei enää ota toista kertaa yhteyttä tukihenkilöön.

”No se, kun keskustelloo toisen kansa. Ja toinen ilostuu siitä. Tai ilahtuu, että ku on saanu jutella. Sitä saa niiku palautetta siitä.” M3

”(…) Just sen yhtymänaisen kanssa, että mä oon hänelle sanonu, tai hän on ihan kysyny, että mitä hän tekee? (...) Sitten kun hän on tehny, niinku mä oon sanonu, nii hän kiittää siitä. Että kiitos, kun annoit tämmösen vinkin.” N4

”Ja kokee, että on, niinku, että voi olla avuksi. Toiselle. Ja siitä ikään kuin ei saaha mitään palkkaa mutta. Hyvä mieli jos on, nii se riittää. (...) Ja jos tietää vielä vuosienki päästä sitten näkee, että toinen on selvinnyt. Päässy jaloillee.” M5

Palautteen merkitys tukihenkilöille oli suuri, koska se, ettei palautetta tuettavilta kuulunut, mietitytti vertaisia. Eräs tukihenkilö oli esimerkiksi jäänyt pohtimaan, oliko osannut auttaa tuettavia, sillä samat tuettavat eivät enää olleet ottaneet toista kertaa yhteyttä tukihenkilöön. Tukihenkilö käänsi tilanteen kuitenkin voimavarakseen pohtimalla, että ehkä hän oli osannut auttaa tuettavia jo ensimmäisellä yhteydenottokerralla, eikä toiselle puhelulle siksi ollut enää tarvetta.

”Se on sit kuitenkin vaikee, kun ei sit tuu sitä toista, tavallaan. Sitä rupee sit ite miettimään, et sanoiks mä jotain väärin, tai epäonnistuinko mä tai jotain. Enkö

osannu auttaa? (...) Mutta toisaalta, voiha sen ajatella niinki päin, et okei, se kerta riitti! Että ehkä osasinki auttaa.” N5

Palautteen saamiseen liittyy myös negatiivisen palautteen saaminen. Kaikki tukihenkilöt eivät olleet saaneet negatiivista palautetta ja nekin, jotka olivat saaneet kielteistä palautetta, olivat saaneet sitä hyvin vähän. Lisäksi kaikissa tapauksissa, joissa tukihenkilö oli saanut kielteistä palautetta tuettavalta, tukihenkilö oli ainoastaan noudattanut Maaseudun tukihenkilöverkon toimintaohjeita ja kertonut tämän myös tuettavalle. Tukihenkilö oli saattanut esimerkiksi kieltäytyä keskustelemasta puhelimesta vahvasti päihtyneen tuettavan kanssa. Negatiivinen palaute voi siis olla esimerkiksi tukihenkilön tulkinta siitä, että tuettava ei ole ollut tyytyväinen vaikkapa siihen, ettei ole voinut keskustella tukihenkilön kanssa jostain aiheesta tai negatiivinen palaute voi olla myös jopa hyvin suoraa tukihenkilön ”sättimistä”, kuten seuraavasta sitaatista käy ilmi.

”Hän oli ainaki alkoholia ottanu. Ja sitä jaksamisesta ja muuta. En, en mä jaksanu kuunnella. Kysy et onko mulla kokemusta ja mä olin, että ei oo. Mä sanoin, että sun pitää ottaa muualle yhteyttä. Että mä en pysty auttamaan. (...) Ja sitten hän sätti mua siitä, kun mulla ei ollu kokemusta, eikä mitään niin. (...) Minä lopetin sen puhelun.” N4

5.3 Omakohtainen kokemus kriisistä selviämisestä

Hiljainen tieto ja jaettu kokemus maataloudesta ja viljelijäväestön elämäntavoista liittyy olennaisesti myös kolmanteen teemaan, eli omakohtaiseen kokemukseen kriisistä ja siitä selviämiseen. Valtaosa omakohtaisista kriiseistä oli tapahtunut tukihenkilöille itselleen ja yksi tukihenkilö kertoi kriisin koskettaneen läheistään. Tukihenkilöiden kriisikokemukset ovat keskenään hyvin erilaisia, mutta yhteistä kokemuksille oli niiden käännteentekevä luonne (vrt. myös Keski-Heikkilä 2002, 49). Osa tukihenkilöistä kertoi esimerkiksi ”ajautuneensa elämässä umpikujaan” erittelemättä tarkemmin, millaisesta kokemuksesta oli kyse. Osa kriisin kokeneista tukihenkilöistä taas halusi kertoa yksityiskohtaisemmin, millainen tapahtuma tai tapahtumasarja kriisin taustalla oli ollut. Kriisi oli saattanut olla esimerkiksi tulipalo tilalla, ongelmat parisuhteessa ja parisuhteen päätyminen, työuupumus, läheisen vakava sai-

raus tai äkillinen kuolema, mielenterveysongelmat tai itsetuhoisuus. Henkilökohtainen elämäkokemus on tunnistettu merkittäväksi syyksi hakeutua vapaaehtoistoimintaan myös aikaisemmissa tutkimuksissa (esim. Sorri 2005, 136).

Omakehtainen kokemus kriisistä selviämisestä -teema on vertaisen motiiveista toimia tukihenkilönä henkilökohtaisin. Jo itse kriisin kokeminen on ollut merkityksellinen kokemus, mutta erityisesti tukihenkilöt painottavat kriisistä selviytymisen kokemusta ja selviytymisen mahdollistaneita seikkoja, joista merkittävimpiä ovat avun pyytäminen ja avun saaminen hädän hetkellä. ”Auttamisvelka” on tunnistettu yhdeksi vapaaehtoistoimintaan motivoivaksi tekijäksi. Auttamisvelka kuvaa tilannetta, jossa ihminen on saanut apua silloin kun on sitä tarvinnut, ja kriisistä selvitettyään hän kokee, että haluaa vuorostaan tarjota apuaan sitä tarvitseville. (Laimio & Karnell 2010, 18.)

Kriisin kokeneet tukihenkilöt kertoivat, että avun hakeminen ja pyytäminen oli ollut kriisin keskellä hyvin vaikeaa. Tukihenkilöt olivat kokeneet ongelmalliseksi muun muassa sen, etteivät olleet tienneet, mihin organisaatioon tai henkilöön olisivat voineet ottaa yhteyttä. He myös painottivat, että ymmärtävät viljelijöiden korkean kynnyksen hakea apua, koska viljelijöiden elämäntapa, arki ja arjen moniulotteiset haasteet eivät ole välttämättä tuttuja edes esimerkiksi kaikille työterveyden ammattilaisille. Kriisin kokeneet tukihenkilöt toivovatkin, että he voisivat olla viljelijöille se matalamman kynnyksen auttaja, jota olisivat itse tarvinnut kriisin kohdatessa. Useat kriisin kokeneet tukihenkilöt myös painottavat, että kokemustensa ansiosta he eivät pelästy tai hätääny, vaikka yhteyttä ottavalla viljelijällä olisi kuinka suuri kriisi tahansa.

”Mmm, no se on yleensä, niinku vaikee tilanne siinä tilalla. Mä voin verrata itteeni, mikä mullaki oli vaikee tilanne sillon. Että samantyyppisiä. Ja tunnen, että tuota, että minä pystyn ehkä siltä osin auttamaan. Mulle on niinku tuttua se. (...) Että ku mulla on kokemusta, ku ei pysty lähtemään ja mistä sitä apua saa?” M2

”Et on tämmösi isoja juttuja. Et ei ehkä ite enää sit, hätkähä, jos sieltä jotain tulee. Sieltä autettavalta. Ymmärtää, että se on elämää.” N1

Tukihenkilöiden kriisistä selviämisen kokemukset olivat erilaisia. Toiset olivat saaneet apua esimerkiksi työterveyslääkäriltä tai psykoterapiasta, toiset ystäviltä tai perheenjäseniltä.

Kaikkia selviytymiskokemuksia kuitenkin yhdisti kokemus siitä, että asioita oli ratkottu keskustelemalla ja tukihenkilöllä oli ollut voimakas kokemus siitä, että hän on tullut tilanteessa kuulluksi. Kuten esimerkiksi eräs tukihenkilö kiteytti, hän oli selvinnyt umpikujasta puhumalla.

”Minä oon ite joskus joutunu aikalailla umpikujaan elämässä. Omassa elämässä. Sitten oon siitä selviytyny. Selviytyny siitä puhumalla.” M3

Kriisistä selviäminen on toiminut kuudella kymmenestä vertaisesta kimmokkeena lähteä kouluttautumaan tukihenkilöksi. Lisäksi ne tukihenkilöt, joilla oli henkilökohtainen kokemus kriisistä selviämisestä, pitivät sitä merkittävimpana syynä toimia tukihenkilönä (vrt. myös Keski-Heikkilä 2002, 49–57). Kriisin läpikäyminen ja siitä selviäminen on ollut tukihenkilöille kokemus, joka on vahvistanut heidän arvojaan, esimerkiksi auttamisen merkityksestä ja heikompien puolustamisesta, ja herättänyt halun toimia konkreettisesti viljelijäväestön hyväksi. Kriisistä selviäminen on myös herättänyt kiitollisuuden tunnetta ja voimakkaan halun auttaa muita viljelijöitä, jotka läpikäyvät samankaltaisia ongelmia kuin kriisin kokeneet tukihenkilöt: tukihenkilöt haluavat tarjota viljelijöille mahdollisuuden puhua jollekin, joka kuuntelee ja ymmärtää heitä.

5.4 Elämänasenne

Elämänasenne on teema, jossa näkyy teeman nimen mukaisesti tukihenkilöiden asennoituminen ja suhtautuminen elämään, esimerkiksi haasteellisiin elämäntilanteisiin sekä itsensä kehittämiseen. Elämänasenneteema muodostui kahdeksasta koodista (ks. Liite 3: Vertaisen motiivit), joita olivat esimerkiksi oma uteliaisuus, koulutusmyönteisyys ja tausta järjestötoiminnassa.

Tukihenkilöiden koulutusmyönteisyys näkyi konkreettisesti tukihenkilöiden omassa elämässä. Esimerkiksi Maaseudun tukihenkilöverkon koulutukset keräsivät pääsääntöisesti kiitosta tukihenkilöiltä ja tukihenkilöt kokivat verkon koulutukset hyvin myönteisinä. Maaseudun tukihenkilöverkon järjestämät koulutukset olivat kaikille tukihenkilöille tuttuja ja motivaatio osallistua niihin myös tulevaisuudessa oli korkealla. Muuten tukihenkilöiden koulu-

tustaustat olivat hyvin erilaisia. Osa tukihenkilöistä oli suorittanut nuorena esimerkiksi maamieskoulun ja keskittynyt sen jälkeen maatalousyrittäjänä toimimiseen, kun taas osa tukihenkilöistä oli kouluttautunut aluksi muille aloille kuin maatalouteen, esimerkiksi sosiaalialalle. Useat tukihenkilöt olivat käyneet lukuisia lyhempiä koulutuksia työelämänsä aikana ja osa oli opiskellut, tai opiskeli haastatteluhetkellä, korkeakoulussa. Maaseudun tukihenkilöverkon näkökulmasta tukihenkilöiden erilaiset koulutus- ja ammattitaustat ovat suuri voimavara (Mielonen 8.2.2019). Verkon toiminnassa halutaankin entistä paremmin tunnistaa tukihenkilöiden osaaminen ja edesauttaa sitä, että tukihenkilö pääsee hyödyntämään erityisosaamistaan myös tukityössä (Kohderyhmäkartoitus 2016, 48).

Sen lisäksi, että tukihenkilöt suhtautuivat myönteisesti omaan kouluttautumiseensa ja itsensä kehittämiseen, moni heistä näki erityisen tärkeänä koko maaseudun kehittämisen ja viljelijöiden koulutuksesta huolehtimisen. Tukihenkilöt pitivät maaseudun kehittämistä ja maaseudun asukkaiden omaa aktiivisuutta maaseudun elinvoimaisuuden ehtona. Vertaiset kokivat, että tukihenkilönä toimiminen on konkreettinen tapa toimia sekä viljelijöiden että koko maaseudun hyväksi. Koulutusmyönteisyys näkyi myös esimerkiksi siten, että eräs tukihenkilö näki viljelijöiden paremman koulutuksen olevan ratkaisu viljelijäväestön haasteisiin, sillä hän katsoi koulutuksen ennaltaehkäisevän ongelmatilanteita. Tukihenkilö esitti, että satokierron ja eläinten hoitamisen lisäksi viljelijöille voisi opettaa enemmän esimerkiksi psykologiaa ja ihmissuhdetaitoja.

”No mutta semmonen tuli mieleen, että tämmönen ennaltaehkäisevä toiminta. Sen oon minä tämän parinkymmenen vuoden aikana huomannu, että se olis erittäin tärkeä. (...) Semmosta tota koulutusta, tai voisko nyt sanoo koulutusta, niin viljelijäväestölle, joka olis omiaan ennaltaehkäsemään ongelmia. Ja kun oon ajatellu vaikka omaa maatalouskoulutusta ja kaikkia lukemattomia kursseja, mitä oon käyny, niin niissä kaikissa kiinnitetään huomiota vaan näihin tämmösiin konkreettisiin ammattiasioihin. Elikkä tekniseen puoleen, viljelytekniikkaan, kaikkeen tämmöseen, mutta sitten siihen omaan, niinku mielen ja ihmissuhteiden hoitamiseen ja kouluttamiseen ei sanallaakaan esmerkiks missään virallisen koulutuksen vaiheessa ei ole puututtu. (...) Siinä tarvittas sitä mielen hallintaa ja niitä psykologisia kysymyksiä, millä voitais niitä voimavaroja sitten lisätä. Mitä ihmisen psyyke tarvitsee sitten siinä yritystoiminnassa.” M4

Elämänasenneteemaan kuuluu oleellisesti myös aikaisempi aktiivisuus vapaaehtoistoiminnan kentällä. Siihen liittyviä koodeja olivat tausta järjestötoiminnassa, tausta vapaaehtoistoiminnassa ja tausta luottamushenkilönä. Useat tukihenkilöt olivat tai olivat siis olleet tukihenkilötoiminnan lisäksi mukana myös muussa vapaaehtois- tai järjestötoiminnassa. Lisäksi muutamalla oli kokemusta luottamushenkilönä toimimisesta. Maaseudun tukihenkilöverkon toimintaan olikin saattanut houkutella juuri se, että vertainen oli tottunut olemaan mukana monessa esimerkiksi vapaaehtoisuuteen perustuvassa toiminnassa.

”Ite asiassa mä oon paljon toiminu, kaiken aikaa toiminu vapaaehtosena. Niinku tässä kylätoiminnassa. (...) Et, onhan se semmosta, et niinku sanotaan, että tilalla on, siinä on yksinään oikeestaan. Ja omassa toimessaan. Että saahan siinä olla ihan itekseen. Ja sulkeutunu piiri. Mut en mä tiiä, meillä ei oo kyllä ollu. (...) Et, kyllä se ihmisen jatkuva kehittäminen on niinku maataloudessa entistä tärkeempää. Et siellä ei pitäs mennä siihen, et se on sitä raatamista.” N3

Elämänasenneteemaan liittyy myös oma uteliaisuus ja oma aktiivisuus. Sen lisäksi, että uteliaisuus ja aktiivisuus ovat itsenäisiä koodeja, ne liittyvät oleellisesti myös kaikkiin muihin elämänasenneteeman koodeihin, kuten koulutusmyönteisyyteen. Ennen kaikkea aktiivisuus ja uteliaisuus kuvastavat koko teeman luonnetta eli tukihenkilöiden myönteistä elämänasennettä. Esimerkiksi jo eläkkeellä olevat tukihenkilöt viettivät hyvin aktiivista elämää esimerkiksi auttaen lapsiaan muun muassa maatilalla töissä ja hoitamalla lapsenlapsia. Tukihenkilöt myös harrastivat aktiivisesti vapaa-ajallaan. Tärkeiksi vapaa-ajan harrastuksiksi tukihenkilöt nimeävät muun muassa liikunnan, ystävien näkemisen, lukemisen ja ajan viettämisen luonnossa, esimerkiksi metsästyksen ja kalastuksen. Vertaiset ovat hyvin aktiivisia kansalaisia, jotka omalla panoksellaan vahvistavat kansalaisyhteiskuntaa, sillä elävä kansalaisyhteiskunta tarvitsee toimiakseen aktiivisia ja osallistuvia ihmisiä (vrt. Harju 2005, 67).

Tukihenkilöt suhtautuivat omaan tulevaisuuteensa realistisesti mutta optimistisesti. Myönteinen elämänasenne näkyikin tukihenkilöillä ennen kaikkea suhtautumisessa omaan elämään, kun taas yleisesti viljelijäväestön tulevaisuus huoletti heitä huomattavasti enemmän. Tukihenkilöitä huolestutti sekä suomalaisen maatalouden että viljelijöiden tulevaisuus. Tukihenkilöt pitävät viljelijäväestön nykytilannetta erittäin haasteellisena ja uskovat, ettei tilanne lähitulevaisuudessa parane, vaan päinvastoin jatkaa heikkenemistä. Maatalouden hu-

lestuttavista näkymistä huolimatta osa tukihenkilöistä suhtautui varovaisen luottavaisesti viljelijäväestön tulevaisuuteen, koska ”ruokaa tarvitaan myös tulevaisuudessa”. Ne tukihenkilöt, jotka varovaisesti luottivat viljelijöiden tulevaisuuteen, luottivat erityisesti siihen, että uuden sukupolven viljelijät pärjäävät.

”Kyllä ihmiset haluaa edelleen syödä ruokaa. Se on kuitenkin sellanen perusjuttu. Että ku jostakin sitä on saatava. Nii sillä lailla se on mun mielestä turvattu ala. Mut sit ne keinot. Et miten sieltä sitten ne otetaan. Et ilmastonmuutos tulossa ja kaikkee, siinä on haastetta tosi paljon. Mut siellä on myös mahdollisuuksia. Et se on myös nähtävä se. Et ne, jotka kykenee näkemään sen mahdollisuutena, ja pystyy sitä omaa toimintaa niinkö muuttamaan sen mukaan, nii ne pärjää kyllä. Mut se vaatii kyllä semmosta joustoa. Ja ennakointiaki. Visiointia. Ja ehkä, näkemystä pitemmälle aikavälille, ku vaan ens vuoteen.” N1

Elämänasenneteemassa konkretisoituu koulutusmyönteisyyden, uuden oppimisen ja esimerkiksi järjestö- ja vapaaehtoistoiminnan kautta aikuisen autonomisuus (vrt. esim. Kuuluvainen 2015, 71). Lisäksi vapaaehtoistoiminnan määritelmään kuuluu, ettei toimintaa koeta pakkona tai velvollisuutena (esim. Laimio & Välimäki 2011, 9). Myös tukihenkilöt korostivat, että tukihenkilötoiminnassa motivoi toiminnan vapaamuotoisuus, jossa saa toteuttaa itsensä ja itselleen tärkeitä arvoja. Kuten eräs tukihenkilö kiteytti, tukihenkilötoiminnassa on parasta se, että toiminnan on saanut itse valita ja että se on sopivan rentoa.

”Ite valittua, se on vapaaehtoista. Ja sit se ei oo sillee niinku liian säännönmukaista.” N2

5.5 Tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt

Maaseudun tukihenkilöverkko raamittaa tukihenkilöiden käytännön tukityötä. Kaikilla tukihenkilöillä oli omanlaisensa suhde verkkoon, toisille verkon merkitys oli suurempi, toisille pienempi. Tukihenkilöverkon toiminta sai tukihenkilöiltä lähes pelkästään myönteisiä kommentteja, ja kaksi tukihenkilöä kertoi – pilke silmäkulmassa – tukihenkilöverkon olevan tärkein syy sille, miksi toimii tukihenkilönä. Vaikka kyseisiin vastauksiin sisältyi humoristinen näkökulma, ei haastatteluissa jäänyt epäselväksi, että tukihenkilöt arvostivat suuresti sekä tukihenkilöverkon järjestämää toimintaa että toisia tukihenkilöitä. Nekin tukihenkilöt, jotka

eivät maininneet tukihenkilöverkkoa suoranaiseksi motiivikseen toimia vapaaehtoisena, pitivät verkon toimintaa merkityksellisenä ja tukihenkilöiden työtä tukevana.

Haastattelija: ”Mikä on tukihenkilönä toimimisessa parasta?”

N1: ”Koulutukset!”

Maaseudun tukihenkilöverkon toiminnasta kiitosta kerää tukihenkilöiltä esimerkiksi verkon järjestämät koulutukset sekä työnohjaukset. Tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt -teema liittyikin osittain edelliseen teemaan, elämänsenteeseen, jossa korostui esimerkiksi tukihenkilön oma aktiivisuus, koulutusmyönteisyys ja halu itsensä ja maaseudun kehittämiseen. Vapaaehtoisten työnohjaus on tunnustettu tärkeäksi vapaaehtoistoiminnan osa-alueeksi, joka esimerkiksi vahvistaa vapaaehtoisten motivaatiota ja lisää vapaaehtoisten keskinäistä huolenpitoa sekä vastuunkantoa (Porkka 2009, 54–55).

”Niitähän aina on silloin tällöin niitä koulutuksia. (...) Ne on tosi tärkeitä, totta kai. Ja siellä tukihenkilötki tapaavat toisiaan. Se on tärkeää. Ja sitten on eri teemoja ja eri kouluttajia aina. (...) Sieltä saa aina omaanki reppuunsa.” M2

Tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt muodostavat oman, elämänsenteesta erillisen teeman, koska useat tukihenkilöt nimesivät verkon toiminnan ja toiset tukihenkilöt merkittäviksi syiksi sille, miksi ovat sitoutuneita toimimaan tukihenkilöinä. Vastauksista kuvastuu se, että tukihenkilöillä on voimakas me-henki, joka on havaittu tärkeäksi vapaaehtoisten motivaatiolle myös muissa tutkimuksissa (esim. Yeung 2005b, 114–115). Vertaiset kokevat tukihenkilöiden keskinäisen sosiaalisen toiminnan jopa omaa hyvinvointia ja jaksamista lisääväksi tekijäksi. Tukihenkilö voi tarjota toiselle tukihenkilölle sellaista vertaistukea, mihin kukaan muu ei kykene.

”Et sitten meillä on tukihenkilöverkon antama, oma, työnohjaaja. Mut tämä vertaistuki on ihan tärkeintä! Sen nään hyvänä. Ja meitä onki siellä semmonen viistoista, kuustoista aina paikalla. Ja se on hyvä.” N4

Tukihenkilöverkko luo puitteet tukihenkilötoiminnalle esimerkiksi kouluttamalla tukihenkilöitä ja tarjoamalla heille työnohjausta. Työnohjauksen tavoitteen on, että tukihenkilö oppii tunnistamaan voimavaransa sekä mahdollisuutensa ja rajansa vapaaehtoisena tukihenkilönä (Kohderyhmäkartoitus 2016, 28). Vapaaehtoisten työnohjaus on tavoitteellista, säännöllistä ja järjestelmällistä toimintaa, jonka tavoitteena on esimerkiksi ohjattavien työssä selviytyminen, ammatillinen kasvu ja organisaation tai työn kehittäminen (Laimio & Välimäki 2011, 37). Verkko raamittaa käytännön tukityön tekemistä myös tukityötä koskevien sääntöjen avulla. Tukihenkilöverkon laatimat säännöt koskevat esimerkiksi tukisuhteiden maksimipituutta tai muun muassa sitä, kuinka kauan yksittäiset tukipuhelut saisivat pisimmillään kestää. Arjen tukityössä esimerkiksi tukipuheluiden kestot saattavat kuitenkin joustaa tilanteiden mukaan.

Tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt muodostavat yhteisön, joka tukee yksittäistä tukihenkilöä. Tukihenkilö voi esimerkiksi pyytää neuvoja haastavaan asiakastilanteeseen muun muassa tukihenkilöverkon koordinaattorilta tai toiselta tukihenkilöltä. Mikäli tukihenkilö ei esimerkiksi ehdi keskustelemaan tuettavan kanssa juuri silloin, kun tuettava soittaa, tukihenkilö voi ohjata tuettavan soittamaan toiselle tukihenkilölle. Näin yhteisö, jonka muodostavat sekä Maaseudun tukihenkilöverkko että toiset tukihenkilöt, mahdollistavat tukihenkilönä toimimisen käytännössä ja luovat samalla jäsenilleen turvallisuudentunnetta.

”Ja totta kai, jos on semmonen tilanne, et jos ei pysty vastaamaan, ku näkee et soittaa semmonen tuntematon numero, nii sillo ei vaa vastata. Tai vastaan ja saatan kysyä, ja jos kerkeen kuunnella niinku viis minsaa sen, et onko mahdollista, et soitellaanko vaikka tunnin päästä uudestaan, että soitanko minä vai soitatko sinä tai mitenkä? Tai sit voin ohjata jolleki toiselle soittamaan.” N5

Osa tukihenkilöistä myös pohti, kuinka Maaseudun tukihenkilöverkkoa ja tukihenkilötoimintaa voisi kehittää. Vaikka esimerkiksi verkon koulutukset saivat pääsääntöisesti kiitosta, osa tukihenkilöistä toivoi koulutuksilta uudistumista. Lisäksi vertaiset pohtivat sitä, kuinka maaseudulla asuvia nuoria saisi mukaan tukihenkilöverkon toimintaan. Uusien jäsenten rekrytoiminen vapaaehtoistoimintaan on ajankohtainen haaste koko vapaaehtoistyön kentälle (esim. Nylund & Yeung 2005, 31), vaikka samaan aikaan tiedetään, että 15–24-vuotiaat ovat suomalaisista kaikkein kiinnostuneimpia auttamaan muita (Pessi 2008, 42). Vertaiset miettivät myös sitä, kuinka verkko voisi tukea entistä paremmin nuoria viljelijöitä. Uuden polven

viljelijöiden tukemiseksi ehdotettiin muun muassa keskusteluryhmien perustamista ja ylläpitämistä internetissä, esimerkiksi Facebookissa. Keskusteluryhmien ylläpitämisellä tuettaisiin myös nuorten viljelijöiden keskinäistä yhteisöllisyyttä.

”Kyllä se on nuorempi polvi nyt siellä, ihan. Niille on saatava uutta verta. Ja sitä pitää sitten miettiä, että minkälainen tapa siinä sitten on. Et onko siinä joku Facebook-ryhmä, tai joku, mikä siellä ois?” N2

Tukihenkilöt kokivat, että viljelijöillä on korkea kynnys ottaa yhteyttä myös tukihenkilöön, vaikka tukihenkilöiden tuntuma oli, että tukihenkilöön on matalampi kynnys ottaa yhteyttä kuin esimerkiksi ammattiauttajiin. Tukihenkilöverkon suurimmiksi haasteiksi nimettiin viljelijöiden tavoittaminen, tukihenkilötoiminnan markkinointi ja yhteydenottokynnyksen madaltaminen. Haaste ei ole Maaseudun tukihenkilöverkolle uusi, vaan toiminnan näkyvyys on tunnistettu verkon haasteeksi myös aikaisemmin (Mielonen 8.2.2019; ks. myös Kohde-ryhmäkartoitus 2016, 62).

”Ja sitten tavallan, et osataanko markkinoija? Se markkinointi ei ole niinku tämä, joka toimii täällä ihan alimmalla asteella. Se ei oo sen tehtävä välttämättä.” M5

Tukihenkilöt eivät kuitenkaan pitäneet verkon haasteita ylitsepääsemättöminä, vaan näkivät niihin tarttumisessa verkon mahdollisuuden kehittyä ja pysyä maaseudun muutoksessa mukana. Tukihenkilöverkon markkinoimiseksi ehdotettiin esimerkiksi terveydenhuollon ja työterveyshuollon ammattilaisten tehokkaampaa tiedottamista tukihenkilötoiminnasta. Eräs tukihenkilö ehdotti, että erityisen hyödyllistä olisi kertoa tukihenkilötoiminnasta niille ammattilaisille, jotka käyvät säännöllisesti tiloilla. Näitä voisivat olla esimerkiksi eläinlääkärit, maitoautonkuljettajat ja seminologit. Tiloilla käyvät ulkopuoliset työntekijät voisivat kertoa maatalousyrittäjille tukihenkilötoiminnasta ja sen tarjoamasta matalan kynnyksen keskusteluavusta.

”Nii että ketkä siellä tilalla käy. Eläinlääkärit nyt ainaki huomaa sen, että minkälaisista on se hoito, onko siinä jotain toivomisen varaa tai muuta. Että näille pitäis saaha, niinku vastuuta. Tai että ainakin tiedottaisivat tästä. Että mistä sitä

ois mahdollista saada apua. Se vois ehkä madaltaa sitä kynnystä lähteä hakemaan sitä apua.” M2

Tämän tutkimuksen perusteella vertaisilla tukihenkilöillä on myönteinen suhde Maaseudun tukihenkilöverkkoon. Tukihenkilöt kertoivat muun muassa, että he voivat olla tarvittaessa mistä tahansa asiasta matalalla kynnyksellä yhteydessä verkon koordinaattoriin. Esimerkiksi tukihenkilöiden oma elämäntilanne voi muuttua siten, että tukihenkilönä toimiminen ei ole mahdollista. Tällöin tukihenkilöltä riittää pelkkä ilmoitus Maaseudun tukihenkilöverkon koordinaattorille, jolloin tukihenkilön yhteystiedot poistetaan Tukihenkilöverkon internetsivuilta ja tukihenkilö voi pitää tukitoiminnasta haluamansa pituisen tauon. Esimerkiksi kyseistä toimintatapaa tukihenkilöt pitävät mutkattomuutensa vuoksi toimivana.

6 VERTAISTEN ROOLIT SUHTEESSA VILJELIJÄÄN

Ihmisillä on samaan aikaan lukuisia eri rooleja, jotka liittyvät erilaisiin tilanteisiin (esim. Trenholm & Jensen 2008, 181–183). Myös vertaisella on paljon erilaisia rooleja suhteessa tuettavaan, ja erilaiset roolit ilmenevät eri tilanteissa. Roolit liittyvät voimakkaasti myös tukihenkilönä toimimisen motiiveihin ja ne limittyvät toisiinsa. Vahvasta yhteydestä huolimatta roolit ja motiivit ovat eri asioita ja ne on mahdollista erottaa toisistaan, vaikka arkielämässä ne muodostavatkin yhtenäisen kokonaisuuden. Kaikilla tukihenkilöillä oli useita rooleja suhteessa tuettavaan.

Tässä tutkimuksessa löysin yhteensä 31 roolikoodia, joista ryhmittelin neljä teemaa (ks. Liite 4: Vertaisen roolit). Teemoja olivat: asiantuntija, vierellä kulkija, verkoston jäsen ja toimiva kaksoisrooli. Pääsääntöisesti roolit ovat joko myönteisiä tai neutraaleja, selkeästi kielteisiä rooleja ei ole lainkaan. Vaikka kielteisiä rooleja ei löytynyt, tukihenkilön rooleihin liittyy myös haasteita ja haastavaksi koettuja ilmiöitä. Roolien haasteet liittyvät erityisesti etäisyyden säätelyyn suhteessa tuettavaan.

Vertaisille etäisyyden ja läheisyyden säateleminen suhteessa tuettavaan on välttämätöntä, koska tukityössä tarvitaan sekä yhteenkuuluvuuden tunnetta että omaa yksityisyyttä. Vertaisen etäisyyden ja läheisyyden säätelyä suhteessa tuettavaan voi havainnollistaa position käsitteen avulla. Tiina Silvasti (2001, 44–54) kuvailee väitöskirjassaan Talonpojan elämä, kuinka hänen taustansa esimerkiksi Helsingin yliopiston tutkijana, naisena ja viljelijän puolisona vaikuttivat hänen positioonsa ja sen määrittelyyn suhteessa viljelijöihin, joita hän tutki. Silvastin (2001) kuvauksen perusteella voi todeta, että kontekstien muuttuessa joustava liikkuminen positioiden välillä on välttämätöntä, mutta se ei ole aina välttämättä helppoa.

Etäisyyden säateleminen suhteessa tuettavaan yhdisti kaikkia vertaisten rooleja. Erityisen tärkeää etäisyyden säätely suhteessa tuettavaan on vierellä kulkijan roolissa, johon liittyy rooleista voimakkain myötäeläminen tuettavan kanssa. Säädellössään etäisyyttä suhteessa tuettavaan tukihenkilö liikkuu ikään kuin jatkumolla, jonka toisessa päässä on etäisyyden ottaminen tuettavaan ja toisessa päässä lähentyminen esimerkiksi yhteisiä kokemuksia etsimällä.

Jatkumon avulla tukihenkilö pystyy säatelemään vapaaehtoistyön rasiutusta. Joustava liikkuminen jatkumolla, esimerkiksi uusiin tilanteisiin sopeutuminen, kertoo siitä, että tukihenkilö hallitsee erilaiset roolinsa ja pystyy mukauttamaan toimintaansa tilanteiden muuttuessa. Jos

taas etäisyyden hallitsemisessa on ongelmia ja tukihenkilö myötäelää tuettavan haastavia elämäntilanteita liian voimakkaasti, tukihenkilösuhde vaarantuu. Eräs tukihenkilö pohti, että jos tuettavan elämäntilanne muistuttaa paljon tukihenkilön omaa elämäntilannetta, saattaa tukityön tekemisestä samaan aikaan tulla liian kuormittavaa. Silloin tukihenkilön pitää tunnistaa jaksamisensa rajat ja ohjata tuettava ottamaan yhteyttä esimerkiksi toiseen tukihenkilöön.

”Onks se sit, et jos se sivuaa, tavallaan sen tuettavan elämäntilanne läheltä sitä omaa, että tavallaan lähtee elämään siihen mukaan. Ja sitten taas nousee ne omat tunteet sieltä pintaan. Että joutuu käymään niitä omia asioita läpi siinä samalla ku yrittää tukea jotain toista. (...) Et sillen pitäis osata sanoo, et mä en nyt pysty auttamaan sua, että voitko hakea apua jostain muualta. Tai, tai antaa just sen numeron, että soitatko hänelle.” N5

Etäisyyden sääteleminen on tukihenkilöille tärkeä taito, joka mahdollistaa tukihenkilönä toimimisen. Yhteenkuuluvuuden tunne ja kokemus siitä, että tukihenkilö ja tuettava ovat samalla puolella ja puhuvat samaa kieltä, on vertaisena tukihenkilönä toimimisen lähtökohta, ja sitä tarvitaan esimerkiksi tuettavan luottamuksen saavuttamiseen. Toisaalta tukihenkilötoiminta edellyttää jo lähtökohtaisesti tietynlaista etäisyyttä tukihenkilön ja tuettavan välillä: tukihenkilön on kyettävä esimerkiksi näkemään tuettavan tilanne ulkopuolelta käsin, jotta hän voi tuoda tuettavalle uusia näkökulmia ja auttaa häntä eteenpäin. Vertainen tarvitsee tukityössään erilaisia positioita, minkä lisäksi joustava liukuminen niiden välillä on tukityön onnistumisen kannalta välttämätöntä. (vrt. Silvasti 2001, 44–54.)

6.1 Toimiva kaksoisrooli

Toimiva kaksoisrooli on tämän tutkimuksen mukaan vertaisten tukihenkilöiden tärkein rooli. Tukihenkilöiden kaksoisrooli muodostuu kahdesta keskenään hyvin erilaisesta roolista, jotka ovat rooli viljelijäväestön jäsenenä ja rooli viljelijäväestön auttajana. Toimiva kaksoisrooli on vertaisten tärkein rooli, koska koko tukisuhde tuettavan viljelijän kanssa perustuu siihen. Jos tukihenkilö ei onnistu yhdistämään kahta erilaista lähtökohtaa, omaa taustaansa maatalousyrittäjänä ja toisten maatalousyrittäjien tukemista, vertaisena tukihenkilönä toimiminen on mahdotonta. Toimiva kaksoisrooli -teema syntyy koodeista, joita ovat 1) omak-suttu rooli; 2) joustava rooli; 3) luontainen rooli; 4) antoisa rooli ja 5) muutoksen seuraajan rooli.

Rooli viljelijäväestön jäsenenä tekee tukihenkilöstä vertaisen autettavien viljelijöiden kanssa, sillä vertaisuus syntyy jaetuista kokemuksista ja vuorovaikutteisesta kohtaamisesta (vrt. Hokkanen 2003, 267–269; vrt. myös Hyväri 2005, 225). Tukihenkilönä toimivan vertaisen auttajan ja viljelijäväestön jäsenen roolit eivät ole keskenään tasavahvoja, sillä suhteessa tuettavaan vertainen on enemmän kuuntelijan ja myötäeläjän roolissa. Vaikka rooli viljelijäväestön edustajana ei ole tukityössä yhtä näkyvä kuin auttajan rooli, sen merkitys on korvaamaton. Kaikki tutkimukseen osallistuneet tukihenkilöt korostivat, että maatalouskontekstin ymmärtäminen on heille viljelijöiden auttamisen lähtökohta. Tukihenkilöt voivat esimerkiksi peilata tuettavan viljelijän kokemuksia omiin kokemuksiinsa, joita heille on maatalousyrittäjänä toimimisen kautta kertynyt.

”Kun on kerran itellä maataloustausta nii, sitä taustaa vasten.” M5

Toimiva kaksoisrooli muistuttaa tukihenkilöiden motivaatioon liittyvää yhteiskunnalliset syyt -teemaa, sillä myös toimiva kaksoisrooli on kontekstuaalinen teema. Lisäksi myös toimiva kaksoisrooli -teemassa on yhteiskunnallinen näkökulma, jota teemaan kuuluva muutoksen seuraaja -koodi erityisesti edustaa. Kolmas asia, joka yhdistää tukihenkilöitä motivoivaa yhteiskunnalliset syyt -teemaa ja tukihenkilöiden roolia toimiva kaksoisrooli -teemaa, on se, etteivät tukihenkilöt itse korosta kyseisiä teemoja. Haastattelujen edetessä ja syventyessä kävi kuitenkin selväksi, että juuri nämä kaksi kontekstuaalista teemaa vaikuttavat tukihenkilöiden toiminnan taustalla. Kyseiset teemat vaikuttavat myös muihin teemoihin kontekstuaalisen luonteensa vuoksi.

Olin jo tutkimusprosessin alussa kiinnostunut siitä, miten vertaiset tukihenkilöt suhtautuvat siihen, että heillä on tavallaan kaksi hattua: yksi viljelijäyhteisön jäsenenä ja toinen viljelijöiden auttajana. Sen vuoksi teemahaastatteluni haastattelurungossa oli mukana suora kysymys: ”Onko kaksoisroolissa ollut ongelmia?”, jota tosin pehmensin haastattelutilanteessa kysymällä ensin tukihenkilön yleisiä ajatuksia kaksoisroolista. Lisäksi lähestyin samaa aihetta vielä toistamiseen erilaisen muotoilun kautta: ”Mikä on vertaistuen merkitys viljelijöille vertaisen mielestä? Auttaako se, että vertainen ’tietää jo valmiiksi’, millainen viljelijöiden elintapa on?”

Tukihenkilöiden vastaukset esittämiini kysymyksiin olivat yksiselitteisiä: kaksoisrooli on tukihenkilölle vahvuus, ellei jopa välttämättömyys. Tukihenkilöt katsoivat, että viljelijöiden auttamiseksi täytyy ymmärtää, millaisista tekijöistä viljelijöiden arki koostuu.

”Tavallaan osaa sen, asiakkaan näkökulmanki kahtoo. Kun on kerran itellä maataloustausta nii, nii sitä taustaa vasten. (...) Se on voimavara, ehdottomasti! Voimavara, kun tietää, mitä se on. Arkinen arki, pyörittää maataloutta.” M5

Tukihenkilöt eivät kokeneet ristiriitaa oman viljelijätaustansa ja auttajaroolinsa kanssa. Eri-laisten roolien yhteensovittaminen saattoi kuitenkin vaatia tukihenkilöltä omien lähtökohtien pohtimista. Lisäksi vapaaehtoisen rooli rakentuu prosessimaisesti, esimerkiksi vuorovaikutuksen kautta (Haski-Leventhal & Bargal 2008, 68.) Eräs tukihenkilö esimerkiksi korosti, että hän ei ole eläkeläisenä enää samalla tavalla ”sidoksissa alaan” ja toinen tukihenkilö totesi olevansa sekä persoonana että maanviljelijänä niin omalaatuinen, että hän epäili itsellään olevan enemmän eroja kuin yhtäläisyyksiä ”tavallisten” viljelijöiden kanssa. Ottamalla näin etäisyyttä maanviljelijän rooliinsa tukihenkilö teki tilaa viljelijöiden auttaja -roolilleen. Näin vertaisen joustava liukuminen positioiden välillä edesauttaa tukityön tekemistä (vrt. Silvasti 2001, 44–54).

”Emmä osaa sanoa, et toimiiks se nyt hyvin! Koska tota, mä oon niin poikkeava maatilayrittäjä! Mä oon niin poikkeava, koska mä oon tullu enempi kaupunkilaisesta, sieltä kulttuurista. Oon, vaikka oon täällä syntynykki. Mut sit, ku mä oon aika tämmönen toimelias, ja aina jos tulee jotain, nii mähän tartun asioihin. Et ei jäädä tuleen makaamaan, nyt on tehtävä jotakin.” N2

”Tällä hetkellä mä en oo maatalousyrittäjä. Mä oon ollu sitä, mutta tota, en oo tällä hetkellä. Niin silloi mulla ei oo, mmm, mä en oo niinku sidoksissa.” N1

Vertaiset tukihenkilöt tiedostivat sen, ettei tuettavan auttaminen onnistu, jos tukihenkilöllä ei ole tiettyä etäisyyttä tuettavaan. Etäisyyttä tarvitaan, jotta tuettavan tilannetta voi katsoa objektiivisesti. Kaikki tukihenkilöt tunnistivat liian voimakkaan myötäelämisen olevan tukihenkilötoimintaan liittyvä haaste, koska tukihenkilötoimintaan hakeutuu sellaisia ihmisiä, jotka ovat luonnostaan empaattisia ja kiinnostuneita muista. Tukihenkilöt myös kertoivat

nähneensä tilanteita, joissa toinen tukihenkilö oli väsynyt tukihenkilönä toimimiseen esimerkiksi yliempaattisuuden vuoksi.

”Kyllä siinä tietysti järki pitää olla mukana. Myöskin empatiassa. Että ei siinä voi. Jos on sellanen yliempaattinen ja yliherkkä niin, niin ei semmosella varmaan oikein onnistuis se. Se homma. Että järki kuitenkin mukana aina.” M4

Toimiva kaksoisrooli -teeman yksi tärkeimmistä koodeista oli muutoksen seuraajan rooli. Muutoksen seuraajan roolissa tukihenkilö seuraa maatalouteen liittyviä ajankohtaisia ilmiöitä, keskustelelee niistä muiden viljelijöiden kanssa ja mahdollisesti hyödyntää tietojaan ja näkökulmiaan myös tukihenkilönä toimiessaan, esimerkiksi silloin, kun tuettava pyytää tukihenkilöltä neuvoja. Osa tukihenkilöistä koki, että tukihenkilönä toimiminen oli entisestään lisännyt heidän kiinnostustaan viljelijöiden asemaa kohtaan. Esimerkiksi eräs tukihenkilö kertoi, että tukityön myötä hän seuraa entistä enemmän ajankohtaisia uutisia ja keskusteluja esimerkiksi sosiaalisessa mediassa.

”Tietysti se, että ehkä vähä herkemmällä korvalla, niinkö seuraa alan sisällä, et mitä kaikkee siellä. Facebook on siinä aika hyvä. Et oon erilaisissa ryhmissä ja vähän seuraan, et missä mennään.” N1

Muutoksen seuraajan rooliin liittyy olennaisesti myös kriittinen näkökulma. Tukihenkilöt suhtautuivat hyvin kriittisesti erityisesti sellaisiin medioihin, puolueisiin ja poliitikkoihin, joiden koettiin olevan hyvin ”kaupunkilaisia” ja puhuvan maaseutua ja maanviljelijöitä vastaan (ks. myös Silvasti 2010b, 52–54). Osa tukihenkilöistä koki median seuraamisen myös kuormittavana. Esimerkiksi eräs tukihenkilö kertoi luopuneensa aktiivisesta maatalouspolitiikan uutisoinnin seuraamisesta, koska uutiset ovat usein viljelijöiden näkökulmasta kielteisiä. Kokemus siitä, että itse voi tehdä ainoastaan omat työnsä hyvin eikä ylhäältä päin tuleviin päätöksiin pysty vaikuttamaan, oli vahva.

”Mä en enää viiti edes seurata. (...) Tieto lisää tuskaa! Se on parempi ku tekee vaa täällä minkä pystyy ja voi, kaikki muu tulee sitten. Kyllä ne tulee, ne lue-taan joko Maaseudun tulevaisuudesta tai sit ne tulee sähköpostilla, että nyt on taas tehty näin.” N5

Muutoksen seuraajan rooliin kuuluu myös vaikuttamisen ulottuvuus, viljelijöiden puolustaminen. Viljelijöiden etujen ajaminen on havaittu myös aikaisemmin tärkeäksi arvoksi viljelijöille (vrt. Niittykangas ym. 1987, 144). Vaikka vain yksi tukihenkilö puhui suoraan vaikuttamisesta osana tukihenkilön toimimista, kaikkia tukihenkilöitä yhdisti halu parantaa viljelijäväestön asemaa oman tukihenkilöroolinsa ja tukihenkilötoiminnan kautta.

”Mua varmaan motivoi toi mahdollisuus muutokseen. Koska tota, mä oon monesti miettiny, että mä haluan vaikuttaa asioihin. Mutta mä en halua politiikkaan, koska se on niin sidottua. Ethän sä oikeesti, yks ihminen. Sä joudut menee sen puolueen mukana ja kaikkee. (...) Mutta mä nään, et tää on paljon konkreettisempi tapa vaikuttaa. Tosin paikallisella tasolla, mutta mitäs sillä on väliä, paikallisestihan täällä muutenki asutaan! Et must tuntuu, et se on se isoin motivaatio. (...) Se, et jotenki niinkö pääsee vaikuttaa. (...) Omaa arvopohjaa tuoda esille sitä kautta.” N1

Tukihenkilöt kokivat, että heille sopiva rooli tukea viljelijöitä on toimia ruohonjuuritasolla suoraan viljelijöiden kanssa, koska tällöin apua voi antaa nopeasti, konkreettisesti ja omia arvoja kunnioittavalla tavalla. Vapaaehtoistoiminnan vahvuutena ja voimavarana pidetäänkin, kriittisen äänen lisäksi, juuri ruohonjuuritason tuntemusta (Nylund & Yeung 2005, 31). Muutoksen seuraajan rooli onkin voimakkaasti yhteydessä kansalaisyhteiskunnan poliittiseen mutta myös yhteisöllisyyden ulottuvuuteen (vrt. Koskiahon ym. 1999, 150).

6.2 Vierellä kulkija

Vierellä kulkija rooli on vertaisen rooleista kenties näkyvin. Tukihenkilöt määrittelevät usein itsensä ensimmäiseksi juuri vierellä kulkijoiksi, jotka myötäelävät ja arvottamatta kuuntelevat tuettavaa. Tukihenkilöitä kuvaillaan vierellä kulkijoiksi myös esimerkiksi Maaseudun tukihenkilöverkon internetsivuilla, jossa kirjoitetaan seuraavasti: ”Tukihenkilö ei ole ammattiauttaja vaan pikemminkin arjen rinnalla kulkija, huolien kuuntelija sekä keskusteluavun antaja. Tukeminen on kuulemista, keskustelemista ja rinnalla kulkemista.” (Maaseudun tukihenkilöverkko 2019.) Vapaaehtoisessa auttamisessa juuri maallikkous nähdään toiminnan vahvuutena (esim. Mönkkönen 2005). Tarkasteltaessa kaikkia tukihenkilöverkon tukihenkilöitä – ei vain vertaisia tukihenkilöitä, joihin tämä tutkimus keskittyy – vierellä kulke-

minen on tukihenkilöiden ydintehtävä. Tämän tutkimuksen kontekstissa vertaiset tukihenkilöt kulkevat muiden viljelijöiden rinnalla. Vierellä kulkijan rooli onkin vertaisille hyvin merkityksellinen rooli.

Vierellä kulkijan roolissa yhdistyy lukuisia seikkoja, jotka ovat keskeisessä asemassa tukihenkilötoiminnassa. Yksi keskeinen tekijä on auttaminen, joka suuntautuu sekä tuttaviiin ja sukulaisiin että anonyymeihin soittajiin ja joka voi olla sekä lyhyt- että pitkäaikaista. Moni tukihenkilö mieltää varsinaiseksi tukihenkilötoiminnaksi nimenomaan tuntemattomien auttamisen, mutta tukihenkilöt kertovat paljon myös tilanteista, joissa esimerkiksi samalla kylällä asuvat tutut ja puolitut tulevat juttelemaan heille kasvokkain vaikkapa ruokakaupassa.

”Joskus on taidettu kaupan hyllyjen välissä olla kaksikymmentä minuuttia jonkun emännän kanssa.” N4

Moni tukihenkilö auttaa aktiivisesti myös perheenjäseniään ja sukulaisiaan, jotka toimivat maatalousyrittäjinä. Anne Birgitta Pessin (2008, 13) mukaan suomalaiset auttavat eniten juuri lähipiiriään tai omaisiaan. Vertaiset eivät kuitenkaan koe sukulaisten auttamista tukihenkilötoiminnaksi, vaikka sen avulla voidaan esimerkiksi kuvailla, miten tukihenkilö suhtautuu esimerkiksi nuoriin maatalousyrittäjiin.

”Mutta minä oon eläny oman aikani ja eläny niissä pienissä olosuhteissa. Pienet ollu ne puitteet. Tänä päivänä viljelijät, he elää ihan eri maailmassa. Isot koneet on ja kaikki. Aateltuna niinku pojallaki. Isoja koneita hankkii. En minä oo koskaan sanonu, että älä ihmeessä, kuhan oon siinä tukemassa. Jos oot nuori mies, ja terve, nii ota ihmeessä. Oon asettunu niinku tukemaan heitä. Heidän töitään.” M3

Auttamisen lisäksi keskeisiä elementtejä vierellä kulkijan roolissa ovat esimerkiksi kuunteleminen, avarakatseisuus, myötäeläminen, kaverisuhde, ymmärtäminen, samaistuminen, kannustaminen, keskusteleminen ja jopa kyläily (ks. Liite 4: Vertaisen roolit). Vertaisten vierellä kulkijan rooli rakentuu tekijöistä, joita pidetään vertaistuen vahvuuksina. Niitä ovat esimerkiksi juuri myötäeläminen ja ymmärtäminen. (vrt. Kuuskoski 2003, 34.)

”Mun mielestä se on se, että sä aidosti kykenet kuuntelemaan. Ja rauhassa annat sen ihmisen puhua, et mikä sillä on ongelma. Se tukihenkilö ei oo sitä varten, et sille soitetaan ja et se alkaa tuputtaa sitä omaa näkemystään ja omia ratkasujaan siihen heti. Vaan se on vierellä kulkija, joka antaa tilaa niin, että se ihminen oivaltaa ite ne ratkasut, jos se on ne oivaltaakseen.” N5

Vierellä kulkijan rooliin liittyy myös haasteita, joita ovat omien rajojen asettaminen ja tukihenkilönä toimimisen vastuu. Rooliin kuuluvia haasteita ei lähtökohtaisesti pidetä ongelmallisina, vaan rajojen asettaminen ja vastuullisesti ja eettisesti toimiminen nähdään paremmin koko tukihenkilötoiminnan kulmakivinä. Tietoisuutta tukihenkilötoimintaan liittyvistä eettisistä kysymyksistä voidaankin pitää tukihenkilötoiminnan lähtökohtana (Lahtinen 2003, 16). Rajojen asettaminen tarkoittaa esimerkiksi sitä, että tukihenkilö tunnistaa, milloin ei oman elämäntilanteen vuoksi kykene toimimaan tukihenkilönä. Tällöin tukitoiminnasta voi siirtyä tauolle. Pienemmässä mittakaavassa omien rajojen tunnistaminen voi ilmetä muun muassa siten, ettei voi vastata tuettavan puhelinsoittoon esimerkiksi akuutin työtilanteen vuoksi. Vaikka tukihenkilöt suhtautuvat hyvin myönteisesti muun muassa rajojen asettamiseen, esimerkiksi etäisyyden ottaminen ei ole välttämättä akuuttitilanteessa kuitenkaan helpoa.

”Se mua harmittaa, kun tavallaan mun puhelinnumero on siellä netissä ja mulle voi soittaa millon vaa. Eikä siinä mitään! Mut mulla oli esimerkiks semmonenki tilanne, et mä olin justiin (...) töissä. Ja puhelin soi. Mua harmitti ihan hirveesti, et et, ois kaikkee halunnu jutella ja jouduin sit sanomaan, et nyt ei onnistu. Et jos on kovin akuuttitilanne ja haluat jutella just nyt, nii valitse sieltä listalta toinen nimi ja soita. Että mulla on nyt valitettavasti sellanen tilanne, että en nyt pysty.” N1

Oman jaksamisen tunnistamisen ja omien rajojen asettamisen lisäksi tukihenkilöltä vaaditaan myös etäisyyden pitämistä ja rajojen asettamista suhteessa tuettavaan. Osalla tukihenkilöistä oli esimerkiksi kokemuksia siitä, että tuettava haluaisi keskustella seksistä tai seksuaalisuudesta, jolloin tukihenkilö oli joutunut tarkentamaan, ettei tukihenkilön toimenkuvaan kuulu seksuaalineuvonta. Haastatteluissa nostettiin esille myös, että erityisesti tukihenkilönä toimivat naiset saattavat kohdata häirintää toimiessaan tukityössä. Myös silloin tukihenkilöltä vaaditaan rajojen tunnistamista ja niiden kertomista myös tuettavalle.

”Sanotaan nyt, et joku haluaa, vaan sellasta puheikumppania ja. Siinä ei nyt varsinaisesti ole mitään ongelmaa. Että haluaa, tuota, vaan jaaritella. (...) Ja onpa siellä joku ollu semmonenki, että ne haluaa sitten seksistä puhua, mutta se ei sitten oo enää semmosta, että se ei tähän toimintaan kuulu. Kun ei nyt sitten, kovin lähde mukaan niin aika pian sit häipyä tämmöset tapaukset.” M4

”Sun on kuitenkin osattava pitää ne omat rajat. Näin esimerkiksi naisena, kun miesten kans toimitaan. Ja tota, jos se lähtee sitten tota häiriköimään tai tämmöstä, nii sit on pystyttävä myös sanomaan tiukemminki.” N1

Tukihenkilöltä vaaditaan rajojen asettamista ja rajoista kertomista tuettaville myös muissa tilanteissa. Tukihenkilöön saattavat ottaa yhteyttä esimerkiksi henkilöt, joita tukihenkilöt kuvailevat adjektiiveilla ”ammattivalittaja” ja ”jaarittelija”. ”Ammattivalittaja” saattaa esimerkiksi soittaa tukihenkilöltä toiselle ja useita kertoja samalle tukihenkilölle ilman ”varsinaista syytä”. Jos tukihenkilö kokee esimerkiksi päämäärättömät yhteydenotot häiritseväksi, tukihenkilö voi kertoa, ettei hän osaa auttaa soittajaa. Tarvittaessa tukihenkilö voi myös ohjata soittajan muiden palvelujen, esimerkiksi ammattiauttajien, piiriin. Tukihenkilö voi haastavissa tilanteissa myös konsultoida esimerkiksi toista tukihenkilöä tai Maaseudun tukihenkilöverkon koordinaattoria. Lisäksi haastavia asiakastilanteita voidaan pohtia jälkikäteen tukihenkilöverkon koulutuksissa sekä muissa tukihenkilöiden yhteisissä tapaamisissa.

”Ja sit on myös sellasia (...) sitaateissa, ammattivalittajia, jotka käy läpi meitä kaikkia. (...) Et se, et niihi ei niinku auta mikään. Et ku ne on numeron saanu nii ne soittaa. (...) Et sitä me ollaan onneks noissa, ku on niitä kokoontumisia, semmosia isompia, nii siellä sitten on eri alueelta tullu tieto sitten, että niilläki on ollu.” N2

Tukihenkilö voi siis kohdata tukitoiminnassa tilanteita, jotka voivat olla lähtökohtaisesti hyvin haastavia tukihenkilölle. Vierellä kulkijan rooliin liittykin oleellisesti etäisyyden ja läheisyyden sääntely suhteessa tuettavaan, mistä kerroin tarkemmin tämän luvun alkupuolella (ks. myös Silvasti 2001, 44–54). Vierellä kulkijan rooliin kuuluvat erottamattomasti jatkumon molemmat ulottuvuudet, sekä läheisyys ja samaistuminen, mutta myös etäisyys tuettavaan, jolloin tuettavan tilannetta pystyy katsomaan ikään kuin ulkoapäin. Toisaalta etäisyyden ottaminen voi tarkoittaa myös vielä suuremman etäisyyden ottamista suhteessa tuettavaan. Esimerkiksi jos tukihenkilö kokee, että tuettava käyttäytyy häiritsevästi tai loukkaavasti häntä kohtaan, tukihenkilöllä on oikeus tarpeen vaatiessa katkaista tukisuhde. Silloin

vapaaehtoistoiminnan epävirallisen ja ei-ammattimaisen toiminnan sekoittuminen ammattimaiseen ja viralliseen toimintaan voi olla tukihenkilön näkökulmasta ja myös tukihenkilötoiminnan kannalta paitsi tarpeellista, myös välttämätöntä (vrt. Mönkkönen 2005, 286).

6.3 Asiantuntija

Asiantuntijan rooli on kolmas tukihenkilöiden rooli. Roolin nimi on keinotekoinen, koska tukihenkilöt eivät itse pidä itseään asiantuntijoina, etenkin suhteessa tuettaviin. Tukihenkilöiden tarkoitus ei ole kertoa tuettavalla, mitä hänen kuuluisi tehdä, eivätkä tukihenkilöt tämännäkökaltaista roolia edes halua. Siitä huolimatta tukihenkilöt ovat ikään kuin ”pehmeitä” asiantuntijoita, joilta tuettavat usein pyytävät näkökulmia ja neuvoja esimerkiksi haastavaan elämäntilanteeseensa. Tukihenkilö hyödyntääkin jatkuvasti tukityössään omia kokemuksiaan, tietojaan tai muun muassa tiedonetsijän taitojaan. Näin tukihenkilöt toimivat tuettaville epävirallisina asiantuntijoina.

Asiantuntijuus voi muodostua monenlaisista asioista, esimerkiksi tekemiseen liittyvistä taidoista, teoriaosaamisesta, intuitiivisesta tiedosta sekä kokemuksista (Vertio 2003, 56). Tässä tutkimuksessa asiantuntijateema rakentuu viidestä koodista, jotka ovat: 1) tiedonetsijä; 2) neuvonantaja; 3) konkari; 4) kokemusasiantuntija ja 5) kysymysten esittäjä. Tukihenkilöön yhteyttä ottanut viljelijä saattaa esimerkiksi kokea ajautuneensa elämässään tilanteeseen, jossa ei tiedä, mitä hänen kannattaisi tehdä. Umpikujalta tuntuvassa tilanteessa maanviljelijöiden arjen tunteva tukihenkilö saattaa nähdä tuettavan tilanteen hyvin erilaisesta näkökulmasta ja osaa kenties esittää tuettavalle vaihtoehtoja, kuinka tilanteessa voisi menetellä. Vertaistuen luonteeseen kuuluu olennaisesti jokapäiväistä elämää helpottavien tietojen jakaminen ja vaihtaminen (vrt. Mikkonen 2009, 29). Tukihenkilöt kuitenkin painottivat, ettei tukihenkilön tule ”tuputtaa” omia ajatuksiaan ja arvojaan tuettavalle, vaan ainoastaan esittää ideoita ja vaihtoehtoja, mikäli tuettava pyytää niitä.

”Kyllähän ne usein on epätietosia, mitä tiettyssä tilanteessa, mitä hänen tilanteessaan, pitäis tehdä. Ja miten pitäis toimia. Että periaatteisiin ei kuulu neuvon antaminen, mutta ainakin keskustelujen kautta sillä tavalla tuettava itse sitten, huomaa että, vois olla semmonenki ratkasu. Ja vois silläkin tavalla toimia. (...) Joskus on sitten ihan, että tuettava pyytää neuvoja. Ja haluaa tietää, että mitä hänen pitäis tehdä. Nii tuota sillon tietysti on annettava neuvot ja tuettava siinä ja mahdollisesti vaihtoehtoja esitettävä. Että mitä eri vaihtoehtoja

hänen kannattaa ajatella. Ja mihinkä sitten ottaa yhteyttä. Minkälaisiin viranomaisiin ja tahoihin, että saa asioita sitten purettua ja selvitettyä.” M4

Lähellä neuvonantajan roolia ovat myös tiedonetsijän ja kysymysten esittäjien roolit. Kysymysten esittäminen on myös tukihenkilöille tärkeä tehtävä. Eräs tukihenkilö kertoi, kuinka kysymysten avulla voidaan lähteä purkamaan umpisolmulta tuntuvaa tilannetta: ”Jos on ongelma, nii siitähän voidaan potkia tavallaan kysymyksillä eteenpäin”. Tiedonetsijän roolissa puolestaan tukihenkilö voi etsiä tuettavalle lisätietoa vaikkapa geokätkeilyyn liittyvissä kysymyksissä.

”Kysytään aina sitä tai tätä. Että otahan selvää. Niinku nytkin viime lauantaina. Että otaha selvää. Nyt oli geokätkeilystä kyse. Isäntä kysy, että kuuluuko se jokamiehen oikeuksiin? Hänen tilalleen on nyt sit tullu geokätkeilyitä.” N4

Tukihenkilö voi hyödyntää asiantuntijan roolissaan myös omia kokemuksiaan, jotka näkyvät kokemusasiantuntijan ja konkarin rooleissa. Kokemusasiantuntijan ja konkarin roolissa tukihenkilö voi hyödyntää omia kokemuksiaan esimerkiksi silloin, kun tuettavalla on samankaltainen elämäntilanne, mitä tukihenkilö on itse kokenut. Henkilökohtaisten kokemusten jakaminen tekee vertaisista tukihenkilöistä kokemuksellisen tiedon asiantuntijoita (vrt. Nylund 1999, 127–129). Yhteisiä kokemuksia voivat olla esimerkiksi työuupumus, mielenterveysongelmat, ongelmat parisuhteessa ja jaksamisen ongelmat esimerkiksi silloin, kun on pieniä lapsia ja samalla pitää pyörittää maatilaa. Vertaistukeen liittyy usein kokemus ”hengenheimolaisuudesta”. Hengenheimolaisia yhdistävät samankaltaiset elämäntilanteet ja -kokemukset. (Nylund 2005, 203–204; vrt. Mikkonen 1996, 222; Jantunen 2008, 27.)

”Kun oli lapset pieniä ja valvottiin öitä ja oli pakko hoitaa karja ja kaikki, nii kyllähän siinä rupee pää pimeämään.” N5

Kokemusasiantuntijan ja konkarin roolit ovat myös lähellä tukihenkilöitä motivoivaa oma-kohtainen kokemus kriisistä selviämisestä -teemaa. Kokemusasiantuntijan roolissaan tukihenkilö voi hyödyntää kokemuksiaan ja tietämystään siitä, millaisia erilaisten haasteiden yhdistelmiä juuri viljelijät voivat kohdata. Ennen kaikkea he ymmärtävät sen, millaisen lisän maatalouden konteksti tuo haasteisiin.

6.4 Verkon jäsen

Vertaiset toimivat tukihenkilöinä Maaseudun tukihenkilöverkon kautta, eli kaikilla vertaisilla on jonkinlainen suhde verkkoon ja rooli sen jäsenenä. Verkon jäsenen rooli tärkeä, sillä vapaaehtoistyön luonteeseen kuuluu erottamattomasti se, että yksilö on osa suurempaa organisaatiota (vrt. Koskiahho 2001, 16). Tukihenkilöt kokevat jäsenyyden neutraalina, positiivisena tai hyvin positiivisena asiana, sillä verkko luo tukihenkilöille esimerkiksi turvallisuudentunnetta muun muassa sääntöjensä ja tarjoamansa työnohjauksen kautta. Verkon jäsenenä yksittäinen tukihenkilö on osa suurempaa kokonaisuutta ja organisaatiota, jonka koordinaattoriin tukihenkilö voi olla yhteydessä esimerkiksi haastavan asiakastapauksen yhteydessä. Organisaatioon sosiaalistuminen ei välttämättä ole vapaaehtoistyössä ongelmatonta (vrt. Haski-Leventhal & Bargal 2008, 68), mutta tämän tutkimuksen valossa vertaiset ovat sosiaalistuneet verkon toimintaan hyvin.

Verkon jäsenyys tuo tukihenkilölle virallisen roolin: verkon tukihenkilö on ”oikea” tukihenkilö, joka on läpäissyt tukihenkilöverkon tukihenkilöille asetetut vaatimukset ja valittu tukihenkilökoulutukseen. Tukihenkilöverkko on myös kouluttanut kaikki tukihenkilönsä ja järjestää säännöllisesti koulutuksia tukihenkilöilleen. Rooli verkon jäsenenä on eräänlainen asiantuntijarooli, sillä jo lyhyen koulutuksen, oman elämänhistorian ja maatalousyrittäjien hiljaisen tiedon yhteen sitominen tekee tukihenkilöistä eräänlaisia ammattilaisia viljelijöiden tukihenkilöinä. Verkon jäsenen rooli on tärkeä toimivan kaksoisroolin syntymiselle, sillä verkon kautta vertainen saa koulutetun tukihenkilön, eli auttajan, roolin viljelijän roolinsa rinnalle.

”Ne on oikeesti hyviä ne koulutukset. Mä tykkään niistä ihan, ihan tosi paljon. (...) Et meillä on aina joku, psykologi puhumassa. Ja sit on se toiminnanjohtaja yleensä puhumassa, mun mielestä sillä on sosiaalipuolen koulutus sillä. Ja tota, käydään tosi paljon läpi. Et niistä on saanu itellekki ihan hirveesti niistä koulutuksista. Et on. Ja sit tietysti, on ollu eri teemoja. On ollu parisuhdeteemaa ja työssä uupumista ja ollu kaikkee. Et käydään niinku läpi, mitä siellä voi tulla vastaan.” N1

Verkolla ja sen koulutuksilla saattaa olla myös suuri merkitys siihen, kuinka tukihenkilön erilaisten roolien, esimerkiksi juuri viljelijän ja viljelijöiden auttajan, yhdistäminen arjessa

onnistuu (vrt. Merrell 2000, 100). Yhteisten sääntöjen luominen ja niiden välittäminen tukihenkilöille on tärkeää, koska esimerkiksi tuettavilla tai tukihenkilöillä itsellään saattaa olla hyvin erilaisia rooliodotuksia. Mikäli rooliodotukset eivät kohtaa, voi seurauksena olla rooliristiriita (Ojala & Uutela 1993, 40–44). Tukihenkilöverkko voi esimerkiksi koulutusten avulla tukea tukihenkilöitensä roolien yhdistämisessä, vaikka viimesijainen vastuu esimerkiksi roolien keskinäisestä tasapainosta on tukihenkilöllä itsellään.

Tukiverkon jäsenyyden kautta voi myös toteutua vertaisen toive yhteiskunnallisesta vaikuttamisesta ja kansalaisaktiivisuudesta (vrt. esim. Harju 2005, 66). Kuten eräs tukihenkilö kertoi, tukihenkilötoimintaan häntä motivoi eniten vaikuttamisen mahdollisuus, sillä hän ei ollut kiinnostunut puoluepolitiikkaan sidotusta vaikuttamisesta. Verkoston jäsenenä ja koulutettuna tukihenkilönä vertainen koki vaikuttavansa konkreettisesti ja paikallisesti tuottajien hyvinvointiin. Verkon jäsenen rooli voi näin olla erityisen merkityksellinen tukihenkilölle. Osana isompaa organisaatiota vertaiset tukihenkilöt pääsevät tekemään heille erityisen merkityksellistä työtä: tukemaan viljelijöitä heidän arjessaan. Taustalla vaikuttaa tukihenkilöiden toive viljelijöiden yhteiskunnallisen aseman parantamisesta ja halu antaa sen eteen oman panoksensa.

”Että kyllä mä mietin sitä, et jotenki haluan, niinkö panostaa, tai oman panoksen antaa, niinkö että mikä se sitten ois? Kuitenki maanviljelys ja kaikki tää on niin lähellä sydäntä.” N5

Vaikka halu viljelijöiden auttamiseen on voinut olla hyvin voimakas, hakeutuminen juuri Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöksi on voinut vaatia aikansa. Tukihenkilöiden reitit tukihenkilöksi ovat myös olleet hyvin erilaisia. Osaa oli esimerkiksi suoraan pyydetty toimintaan mukaan, toinen oli kuullut, että ystävän mummo toimii tukihenkilönä ja kolmas oli saanut Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliitolta tulleen viestin mukana esitteen, jossa etsittiin uusia tukihenkilöitä.

”Tuli joku MTK-viesti ja siellä oli välissä semmonen lappunen, että (...) kaihvas maaseudun tukihenkilöverkkoon tukihenkilöitä lisää. Että koulutus on sillon ja sillon. Ja mä unohin sen toimiston pöydälle ja se aina tuli mulle esiin. Mä olin heti ku mä näin sen jo ekan kerran, et vitsi et toi ois semmosta kivaa.” N5

Tukihenkilöiden erilaiset kokemukset siitä, miten he ovat päätyneet tukihenkilöiksi ovat kiinnostavia, koska verkon toiminta perustuu vapaaehtoistyöhön ja vapaaehtoiisiin. Tutkimusten mukaan erityisesti nuorissa ikäryhmissä on paljon ihmisiä, jotka eivät yksinkertaisesti tiedä, kuinka vapaaehtoistoimintaan pääsisi mukaan (Yeung & Grönlund 2005, 173, 188). Vaikka kiinnostusta vapaaehtoistoimintaan olisi, toiminnan pariin ei osata hakeutua, jos siitä ei ole tietoa. Lisäksi esimerkiksi noin neljännes kaikista eläkkeellä olevista olisi valmis toimimaan enemmän vapaaehtoistyössä, jos toiminta on suunnattu iäkkäille (Matties 1996, 22).

Tukihenkilöt arvostavat tukihenkilöverkkoa myös siksi, että verkko jättää tukihenkilölleen paljon liikkumavaraa esimerkiksi käytännön tukitoiminnassa. Tukihenkilöt kokevat, että he saavat tehdä tukityötä esimerkiksi oman persoonallisuutensa kautta tukihenkilöverkon tukiessa heitä siinä. Kuten vertaisten motivaatiota käsittelevässä tulosluvussa kerroin, osa tukihenkilöistä arvostaa vapaaehtoisuuteen perustuvassa tukihenkilötoiminnassa juuri sen vapaaehtoisuutta ja vapaamuotoisuutta. Vapaaehtoisuuteen perustuvaan tukihenkilötoimintaan liittyy osalla tukihenkilöistä luovuuden näkökulma, jonka olemassaolon tukihenkilöverkko mahdollistaa joustavilla toimintatavoillaan.

Tukihenkilöt arvostivat välitöntä vuorovaikutusta ja viestintää tukihenkilöverkon kanssa ja kertoivat, että heillä on matala kynnyks ottaa verkon koordinaattoriin yhteyttä. Rooli tukihenkilöverkon jäsenenä tukee tukihenkilön hyvinvointia, sillä tukihenkilöt pitivät tukihenkilöverkkoa suurena arvossa ja olivat ylpeitä verkon jäsenyydestään.

Haastattelija: ”Mitkä asiat lisää sun omaa hyvinvointia?”

N1: ”Kyllä se on verkosto.”

Tukihenkilöverkon jäsenyyden myötä tukihenkilö saa muista tukihenkilöistä tukihenkilökollegoita. Kollegoiden merkitys on tukihenkilölle merkittävä, sillä tukihenkilöt tekevät käytännön tukityötä arjessa yksin. Tukihenkilö voi kuitenkin esimerkiksi soittaa toiselle tukihenkilölle ja pyytää häneltä neuvoja, mikäli tukihenkilöllä on haastava asiakastilanne. Tukihenkilöt voivat siis tukea ja konsultoida toisiaan. Yhteisöllisyys on vertaistuen ja vapaaehtoistoiminnan lähtökohta (esim. Nylund & Yeung 2005, 13–14). Toisten tukihenkilöiden

merkitys korostuu myös tukihenkilöiden vapaa-ajalla, sillä tukihenkilöiden keskinäiset tapamiset, jotka eivät ole tukihenkilöverkon järjestämiä, ovat tukihenkilöiden keskuudessa suosittuja.

”Voi soittaa. Esimerkiksi aluevastaaville, niiltä voi kysyä. Kollegoilta voi kysyä. Kysyä tämmösessä, jos tulee tavallaan uusi tilanne. Nii sitä kautta voi kysyä. Ja toinen mikä on, tuota, tänä päivänä nii, nii, vuositasolla, kaks kolme kertaa, on meillä tavallaan työnohjauksen ammattilainen. Siinä voidaan purkaa, luottamuksellisesti, tilanteita. Ja joskus sitten istutaan tukihenkilöt keskenään ilman mitään aihetta ehkä kerran vuodessa, tai kahdesti, joskus pietään jouluna, kesällä, joskus saunassa. Niin siinä voi vaihtaa niinku ajatuksia.” M5

Myönteisyys tukihenkilöverkkoa kohtaan näkyy konkreettisesti tukihenkilöiden sitoutumisessa verkon jäseniksi (ks. myös Keski-Heikkilä 2002, 63–65). Sitoutuneisuuden puolesta puhuu esimerkiksi se, että seitsemän kymmenestä tukihenkilöstä kertoi, ettei ole koskaan edes harkinnut tukihenkilönä toimimisen lopettamista. Kaksi eläkkeellä olevaa tukihenkilöä puolestaan kertoi jäävänsä muutaman vuoden sisällä ”eläkkeelle” myös tukihenkilötoiminnasta. He pitivät tukihenkilötoimintaa kuitenkin niin mielekkäänä, mielenkiintoisena ja palkitsevana, ettei tukihenkilöverkon jäsenen roolista haluttu luopua. Sitoutuneet tukihenkilöt ovat Maaseudun tukihenkilön suuri voimavara, sillä vapaaehtoistoiminnan kentän haaste on, ettei vapaaehtoistoimintaan haluta enää sitoutua samalla tavalla kuin ennen (esim. Ruuskanen ym. 2013, 18–19).

”Kohta tästä siirrytään eläkkeelle tästä hommasta. Se on lähivuosina tai mitenkä se nyt tulee. (...) Mutta tuota, tämä on tavallaan niin mielenkiintosta!” M3

Tukihenkilöt kokivat roolinsa tukihenkilöverkon jäseninä pääsääntöisesti myönteisesti tai hyvin myönteisesti. Tukihenkilöt pohtivat kuitenkin myös roolin haasteita. Osa tukihenkilöistä tunnisti sellaiseksi verkon markkinoinnin omilla kasvoillaan, sillä vaikka Maaseudun tukihenkilöverkolla on jo yli kahdenkymmenen vuoden historia maaseudun asukkaiden tukemisesta, tunnettavuus on edelleen verkon haaste (Mielonen 8.2.2019). Toiminnan tunnettavuus ja tehokas tiedottaminen ovat haasteita myös laajemmin vapaaehtoistyön ja vertais-tuen kentällä (Mikkonen & Saarinen 2016, 62–63).

Tukihenkilöt pohtivat esimerkiksi sitä, millainen rivotukihenkilön rooli on tukihenkilöverkon mainonnan ja tiedottamisen suhteen. Osa tukihenkilöistä näki verkosta tiedottamisen itselleen sopivana tehtävänä, kun taas osa tukihenkilöistä koki, että toiminnan markkinointi omilla kasvoilla ei tunnu luontevalta. Ne tukihenkilöt, jotka kokivat, ettei tukihenkilöverkon mainostaminen ole heille luonteenomaista, katsoivat, että tukihenkilön toimenkuvaan kuuluu varsinaisen tukityön tekeminen, ei tukityön markkinoiminen. Pienellä paikkakunnalla tukitoiminnan voimakkaan markkinoimisen saatettiin esimerkiksi kokea vaikuttavan kielteisesti tukihenkilön yksityisyyteen.

7 VERTAISTEN JAKSAMINEN

Tämän tutkimuksen kolmannessa tutkimuskysymyksessä olen kiinnostunut siitä, miten vertaiset tukihenkilöt jaksavat itse. Jaksamisen lisäksi tarkastelen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä: mitkä tekijät tukevat tukihenkilöiden jaksamista ja mitkä tekijät vaikuttavat, tai saattaisivat vaikuttaa, jaksamiseen kielteisesti.

Kolmannen tutkimuskysymyksen vastaukset olivat luonteeltaan hieman erilaisia kuin kahden ensimmäisen tutkimuskysymyksen, sillä jokaisella tukihenkilöllä oli lukuisia erilaisia rooleja suhteessa tuettaviin ja heillä oli myös useita syitä toimia tukihenkilöinä. Sen sijaan teemahaastattelurungon (ks. Liite 1: Haastattelurunko) viimeiseen teemaan, joka käsitteli vertaisen omaa jaksamista, oli kaikilla tukihenkilöillä suora ja yksiselitteinen vastaus: vertaiset jaksavat ja voivat hyvin. Tukihenkilöiden hyvin samanlaiset vastaukset saattavat kuulostaa aluksi mielenkiinnottomilta. Tulos on kuitenkin paitsi kiinnostava, myös erittäin tärkeä, sillä se kertoo esimerkiksi siitä, että tukihenkilötoimintaa ei koeta liian raskaaksi ja omaa hyvinvointia kuluttavaksi. Päinvastoin, tukihenkilöt kokevat sekä tukihenkilöverkon toiminnan että itse tukityön tekemisen tukevan omaa hyvinvointiaan.

Tukihenkilöiden hyvinvointi on kokonaisuus, joka koostuu lukuisista tekijöistä. Tässä tutkimuksessa olen tarkastellut edellisissä luvuissa sitä, mikä motivoi vertaisia toimimaan vapaaehtoisina tukihenkilöinä ja millaisena tukihenkilöt näkevät omat roolinsa suhteessa tuettavaan viljelijään. Sekä vahva sisäinen motivaatio että tasapainoiset roolit ovatkin merkittäviä tekijöitä sille, että tukihenkilöt kokevat jaksavansa hyvin. Erityisen tärkeä tekijä tukihenkilöiden hyvinvoinnille on onnistunut läheisyyden ja etäisyyden säätely, jota kuvailin tarkemmin tukihenkilöiden rooleja käsittelevässä luvussa. Sen lisäksi, että läheisyyden ja etäisyyden säätelyä vaaditaan tukihenkilöiltä paitsi suhteessa tuettavaa, se on tärkeää myös suhteessa ylipäänsä vapaaehtoisuuteen perustuvaan tukityöhön. Seuraavaksi esittelen tukihenkilöiden hyvinvointia tukevia tekijöitä.

7.1 Hyvinvointia tukevat tekijät

Hyvinvointia tukevat tekijät -teeman taustalla on lukuisia koodeja, jotka voidaan karkeasti jakaa kolmeen kategoriaan: vapaa-aikaan ja perheeseen; tukihenkilöverkkoon ja toisiin tukihenkilöihin sekä tukityöhön ja maataloustyöhön (ks. Liite 5: Vertaisen hyvinvointiin vai-

kuttavat tekijät). Vapaa-ajan ja perheen kategoriaan liittyy 1) vapaa-aika sekä 2) harrastukset, kuten liikunta, lukeminen, ajankohtaisten asioiden seuraaminen ja luonto. Moni tukihenkilö painotti mielenkiintoisten ja mukaansatempaavien harrastusten olevan tärkeä tekijä hyvinvoinnilleen. Harrastusten parissa tukihenkilö voi irrottautua paitsi esimerkiksi työhön liittyvistä ajatuksista, myös tukihenkilön roolistaan. Myös aikaisemmin on havaittu, että luonnon läheisyys ja harrastukset ovat merkittävä voimavara viljelijöille (esim. Kallio 1997, 87). Harrastusten ja vapaa-ajan lisäksi myös 3) läheisten ihmisten, esimerkiksi puolison, lasten, lastenlasten ja ystävien, merkitys tukihenkilöiden hyvinvointiin on suuri. Aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu perheen ja erityisesti puolison tuen olevan merkittävä viljelijöiden hyvinvointia lisäävä tekijä (esim. Työterveys ja maatalous Suomessa 2004 2006, 68; Prähli-Ollila 1997, 66; Silvasti 1996, 59). Vapaa-ajan ja perheen kategoriaan liittyy myös 4) seurakunta. Kaksi kymmenestä tutkimukseen osallistuneesta tukihenkilöstä koki, että seurakunnan toiminnassa mukana oleminen vapaa-ajalla tukee heidän hyvinvointiaan.

”Perhe, perhe on tietysti se. Lapset, lapsenlapset. Ja luonto. Metsä on sellanen, josta mä oon aina nauttinu. Metsässä liikkumisesta. Se on sellanen oma, oma tosi hoitava, hoitava asia. (...) No aika paljon luen myöskin. Ja sitten, seurakunnan tilaisuudet ja nämä tämmöset kaikki. Seuraan aikaa hyvin ja tarkkaan. Ajan kehitystä ja muuta. M4

”No kyllähän harrastus on sitten vastapaino. Lähet kalalle, metille. Siis irti, siitä arjesta.” M5

Toinen tukihenkilöiden hyvinvointia ja jaksamista tukeva teeman kategoria on tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt, joka muodostuu neljästä koodista: 5) tukihenkilöverkon työnohjaus; 6) koulutukset; 7) toiset tukihenkilöt ja 8) mahdollisuus jäädä tauolle. Tukihenkilöt olivat pääsääntöisesti hyvin tyytyväisiä verkon järjestämiin koulutuksiin ja työnohjaukseen. Lisäksi tukihenkilöt kokivat, että mikäli he tarvitsevat tukea tukihenkilötyössään, tai mikäli heidän oma elämäntilanteensa muuttuu merkittävästi, heillä on hyvin matala kynnyks ottaa verkon koordinaattoriin yhteyttä ja pyytää apua, tai esimerkiksi jäädä tukitoiminnasta halua-mansa pituiselle tauolle. Vaikka kukaan tukihenkilö ei kokenut tukihenkilötoimintaa kuluttavaksi tai raskaaksi, tieto siitä, että tukihenkilötoiminnasta pystyy nopeasti jäämään tauolle,

mikäli esimerkiksi oma elämäntilanne muuttuu merkittävästi, oli helpottava ja osaltaan hyvinvointia lisäävä.

Haastattelija: ”Mitkä on semmosia asioita, jotka nyt lissää sun omaa hyvinvointia?”

M2: ”No tietysti tämä tukihenkilötoiminta on yks.”

Tukihenkilöt pitivät tärkeänä paitsi itse tukihenkilöverkon toimintaa, myös toisia tukihenkilöitä. Tukihenkilöt pystyivät muun muassa jakamaan toisten tukihenkilöiden kanssa tukityöhön liittyviä ajatuksia ja kokemuksia. Tarvittaessa toiselta tukihenkilöltä voitiin esimerkiksi pyytää näkökulmia hankalaan tilanteeseen tukityössä. Erityisesti samalla alueella asuvat tukihenkilöt saattoivat tavata toisiaan myös verkon järjestämien tapaamisten ulkopuolella. Toisilla tukihenkilöillä voi siis olla merkittävä myönteinen vaikutus sekä tukihenkilöiden tukityöhön että tukihenkilöiden vapaa-aikaan. Sosiaalinen kanssakäyminen on tärkeää myös aktiiviviljelijöinä toimiville vertaisille, sillä tilan ulkopuolisten sosiaalisten suhteiden on todettu vahvistavan viljelijöiden hyvinvointia (Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 2016, 189; vrt. myös Jokinen 2012, 67).

”Ja nää koulutukset osaltaan, et tapaa ympäri Suomen muita tukihenkilöitä, ja pääsee siellä vaihtamaan niitä, niitä ajatuksia. Et ku se on kaikilla se sama vaihtolovelvollisuus nii sit pystytään siinä, käymään läpi niitä. Siinä on jo paljon.”
N5

Kolmas tukihenkilöiden hyvinvoinnin kategoria on tukityö ja maataloustyö, joka muodostui kahdeksasta koodista (ks. Liite 5: Vertaisen hyvinvointiin vaikuttavat tekijät). Koodeja olivat esimerkiksi kiitoksen saaminen, onnistumisen kokemukset ja omien kokemusten hyödyntäminen. Tukityön ja maataloustyön kategoria muodostuu lukuisista tekijöistä, jotka kuuluvat käytännön tukityöhön, mutta myös siitä irrottautumiseen.

Vertaiseen auttamiseen kuuluu auttamissuhteiden vastavuoroisuus (Hokkanen 2003, 267–269). Vaikka tukihenkilö ja tuettava viljelijä eivät ole keskenään täysin vertaisia – sillä tukihenkilö on suhteessa enemmän kuuntelijan roolissa – viljelijöiden auttaminen vahvistaa

myös vertaisen omaa hyvinvointia. Kokemus siitä, että pystyy auttamaan viljelijäväestöä, tukee vertaisen tukihenkilön jaksamista.

Lisäksi tukityön ja maataloustyön kategoriaan kuuluu itse maataloustyön tekeminen, työ jossa ”saa itse hoitaa”. Yksi tukihenkilö nimesi suoraan maataloustyön hyvinvointiaan tukeväksi tekijäksi, mutta myös muiden tukihenkilöiden puheessa viitattiin tuottajan työn konkreetian ja kasvun ihmeen tuomaan merkityksen tunteeseen. Myös aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu, että viljelijät kokevat maataloustyön parhaimmillaan voimauttavana (Kallio 1997, 77; Pråhl-Ollila 1997, 51).

”Ja yleensä tämä työ. Maataloustyö. Täällä kaikkihan on sellasta, mistä tykkää, mitä haluaa, on halunnu tehdä. Ja haluaa tehdä. Itse saa hoitaa.” M4

Tukihenkilöt kokevat vapaaehtoisen tukityön niin merkityksellisenä, että se vaikuttaa myönteisesti heidän hyvinvointiinsa. Erityisen merkityksellisiä asioita tukihenkilöille on palautteen ja kiitoksen saaminen suoraan tuettavilta. Aikaisemmissa tutkimuksissa on esimerkiksi havaittu, että jos vapaaehtoistyötä tekevät eivät saa tarpeeksi palautetta asiakkailta, se vaikuttaa kielteisesti vapaaehtoisten hyvinvointiin (Capner & Caltabino 1993, 558). Onnistumisen kokemus tukityössä, joka voi tulla esimerkiksi silloin, kun tukihenkilö näkee vuosien päästä entisen tuettavan päässeen jaloilleen, altruismi sekä heikompien puolustaminen paitsi motivoivat, myös vaikuttavat myönteisesti tukihenkilöiden omaan jaksamiseen. Vapaaehtoistyön tekemisen onkin huomattu vahvistavan vapaaehtoistyöntekijän omaa hyvinvointia (esim. Yeung 2005b, 109–113; Nylund & Yeung 2005, 29).

Eräs tukihenkilö pohti, ettei tukihenkilönä toimiminen ole muuttanut hänen mielipiteitään. Pian hän kuitenkin lisäsi, että tavallaan toiminta on kuitenkin muuttanut ajattelutapoja, koska tukihenkilötoiminta on lisännyt kiitollisuuden tunnetta ja suhtautumista omaan elämään. Myös useilla muilla tukihenkilöillä oli kontekstissaan tulkittuna samankaltaisia ajatuksia: tukihenkilönä toimiminen on lisännyt kiitollisuuden tunnetta esimerkiksi niitä asioita kohtaan, jotka ovat omassa elämässä hyvin.

”Ei oo muuttanu. Kyllä se on tuota, sillä lailla. Mutta toisaalta, se on muuttana. Että jos itellä on kutakuinki kaikki kohallaan niin. Pitäis olla tyytyväinen.” M5

Tukityön merkityksellisyyteen vaikuttavat osaltaan myös tukihenkilöiden omat elämäkokemukset, esimerkiksi kokemus kriisistä selviämisestä. Kuten tukihenkilöiden motivaatiota käsittelevässä luvussa totesin, kokemukset ja kokemusten kautta saadut näkökulmat vaikuttavat merkittävästi siihen, miksi vertainen hakeutuu tukihenkilöksi. Sen lisäksi, että omat kokemukset motivoivat toimimaan tukihenkilönä, niiden hyödyntäminen muiden auttamisessa on monelle tukihenkilölle erityisen tärkeää. Omien kokemusten merkityksellisyyteen liittyy usein voimakas kokemus siitä, kuinka itse sai apua silloin, kun sitä tarvitsi. Siksi kriisin kokeneet ja siitä selvinneet tukihenkilöt haluavat tarjota apuaan samankaltaisia haasteita kokeville viljelijöille. (vrt. Mikkonen & Saarinen 2016, 7.) Omien kokemusten hyödyntäminen vertaistoiminnan kautta voi olla tukihenkilöille myös voimauttavaa ja vahvistaa luottamusta omiin voimavaroihin.

Tukihenkilöiden hyvinvoinnin voi sanoa perustuvan myös elämäkokemuksen kautta saatuun tietoon ja itsensä tuntemiseen. Useat tukihenkilöt korostivat, kuinka tärkeää on tunnistaa, milloin on itse uupunut ja mikä on itselle sopiva tapa käsitellä haastavia asioita, esimerkiksi tukityössä kuultuja rankkoja elämäntarinoita.

”Tänä päivänä sen aika hyvin jo tunnistaa, et millon rupee kuormittuu liikaa. Et silloin vaan ymmärtää vähän – tai löytää ne, tai on oppinu löytää ne omat kanavat, mistä sit purkaa sitä omaa. Et se on, et oppii tunnistamaan. Sitähän se on, ihmiselämä, et oppii tunnistamaan itessään niitä asioita. Ja analysoimaan. Mä teen sitä tosi paljon.” N1

Tukihenkilöiden hyvinvoinnin taustalla on sekä rationaalinen että empaattinen suhtautuminen omaan jaksamiseensa. Vapaaehtoistoiminnassa jaksamisen välttämätön edellytys on, että osaa huolehtia itsestään ja jaksamisestaan, sillä maallikkoauttajalla ei ole ammatillisuuden antamaa suojaa (Porkka 2009, 65). Vapaaehtoisten tukihenkilöiden hyvinvointi on myös mielenkiintoinen tulos suhteessa kansainvälisiin tutkimuksiin, joissa on oltu huolissaan vapaaehtoistyötä tekevien jaksamisesta (esim. Lewig ym. 2007; ks. myös Scherer ym. 2016) Tämän tutkimuksen tulosten mukaan Maaseudun tukihenkilöverkon vertaiset tukihenkilöt eivät koe tukityön tekemistä liian raskaana vaan tukihenkilönä toimiminen jopa tukee heidän hyvinvointiaan.

7.2 Hyvinvointia heikentävät tai mahdollisesti heikentävät tekijät

Tukihenkilöt kertoivat haastatteluissa voivansa hyvin. Erityisen kiinnostava tieto oli, että tukihenkilöt eivät kokeneet tukihenkilönä toimimisen kuluttavan voimavarojaan, vaan päinvastoin vapaaehtoinen, yhteisöllinen ja arvoihin pohjautuva toiminta vahvisti tukihenkilöiden omaa hyvinvointia. Vaikka tukihenkilöt kokivat jaksamisensa hyväksi, he tunnistivat myös seikkoja, jotka vaikuttavat kielteisesti tai voisivat mahdollisesti vaikuttaa kielteisesti, joko heidän omaan hyvinvointiinsa, tai yleisesti tukihenkilönä toimivan vapaaehtoisen jaksamiseen. Hyvinvointia heikentävä tai mahdollisesti heikentävät tekijät -teema muodostui kymmenestä koodista (Ks. Liite 5: Vertaisen hyvinvointiin vaikuttavat tekijät). Koodeja olivat esimerkiksi ajankäytön haasteet, yliempaattisuus, haastavat tilanteet tukityössä, tukityöstä irrottautuminen ja viljelijöiden yleinen tilanne.

Tähän tutkimukseen osallistuneet vertaiset tukihenkilöt eivät kokeneet tukihenkilötoiminnan olevan haastatteluajankohtana liian aikaa vievää. Tulokseen voi vaikuttaa se, että valtaosa tutkimukseen osallistuneista tukihenkilöistä oli eläkkeellä, eli heillä saattaa olla ajankäytön suhteen enemmän mahdollisuuksia osallistua vapaaehtoistoimintaan kuin työelämässä olevilla (vrt. Yeung 2005b, 116). Toisaalta myöskään työelämässä olevat tukihenkilöt eivät kokeneet ajankäytön kanssa ristiriitaa, vaan tukihenkilötoiminta nähtiin päinvastoin tasapainottavan työelämän kiirettä. Tukihenkilöt kuitenkin kertoivat tuntevansa tukihenkilötoiminnasta poisjääneitä vertaisia, jotka olivat nimenneet tärkeimmäksi syykseen jäädä toiminnasta pois juuri ajankäyttöön liittyvät haasteet.

Valtaosa tukihenkilöistä koki, että heillä olisi voimavaroja ottaa enemmän yhteydenottoja viljelijöiltä, kuin mitä niitä nykyisin tulee. Tilanne suhteessa Maaseudun tukihenkilöverkon alkuaikoihin on muuttunut, sillä eräs tukihenkilö kertoi, että tukihenkilöverkon toiminnan alkuvaiheessa osalla tukihenkilöistä oli liian monta tuettavaa kerrallaan ja tukihenkilöt olivat uupua liian suuren työmäärän vuoksi.

Vaikka 2010-luvulla viljelijöiden yhteydenottomäärät ovat pienentyneet, voi tukityö olla yksittäiselle tukihenkilölle liian raskasta esimerkiksi suhteessa hänen elämäntilanteeseensa. Tähän tutkimukseen osallistuneista kymmenestä tukihenkilöstä yksi oli haastatteluajankohdalla tauolla tukihenkilötoiminnasta. Tukitoiminnasta tauolla oleminen tarkoittaa käytännössä sitä, että tukihenkilön yhteystiedot poistetaan Maaseudun tukihenkilöverkon internetisivuilta, jolloin tukihenkilö ei saa enää uusia yhteydenottoja. Tukihenkilö voi jäädä tukitoiminnasta tauolle silloin, kun itse kokee tauon tarpeellisenä. Myös tauon pituuden saa määri-

tellä itse. Tukityötä tekevien on tärkeää tunnistaa omat jaksamisensa rajat ja kertoa avoimesti, jos tukityön tekeminen vie liikaa aikaa oman elämäntilanteen kannalta (Lehtinen 2010, 69).

Yhdeksi kuormittavaksi tekijäksi tukihenkilötoiminnassa osa vertaisista nimesi byrokratian. Tukihenkilöt tunnistivat byrokratian ja ”paperien pyörittelyn” liittyvän erityisesti aluevastaavien toimenkuvaan. Vaikka tämän tutkimuksen perusteella myös aluevastaavat voivat ja jaksavat yhtä hyvin kuin muut tukihenkilöt, saattaa aluevastaavilla olla kuitenkin suurempi riski uupua kuin muilla tukihenkilöillä. Aluevastaavien voimavaroista huolehtiminen vaikkapa siten, että saman alueen tukihenkilöverkon asioista huolehtii esimerkiksi kaksi aluevastaavaa ja että aluevastaavat saavat tarvittaessa tukea esimerkiksi muiden alueiden aluevastaavilta ja tukihenkilöverkon koordinaattorilta, on tärkeää.

”Hmm. Byrokratia! Ei vaan, se tulee tämän aluevastaavan myötä, että on vähän, on vähän enemmän näitä kuormittavia tekijöitä. Mut oikeestiha ne ei oo yhtää mitään.” Aluevastaavana toimiva tukihenkilö

Tukihenkilönä toimiminen vaatii vertaiselta taitoa kuunnella tuettavaa sekä myötäelää hänen kokemuksiaan. Tukihenkilöiksi hakeutuukin ihmisiä, jotka kokevat olevansa empaattisia ja jo lähtökohtaisesti kiinnostuneita muista ihmisistä. Vaikka myötäelämisen taito on tukihenkilölle välttämätön, liian voimakas empaattisuus vaikeuttaa tukitoimintaa. Kaikki tutkimukseen osallistuneet tukihenkilöt tunnistivat yliempaattisuuden ja sitä seuraavan ylikuormittamisen olevan tukihenkilötoimintaan kuuluva mahdollinen riski.

Yliempaattisuuden riski saattaa korostua esimerkiksi silloin, jos tuettavan haastava elämäntilanne on hyvin samankaltainen kuin tukihenkilön oma sen hetkinen elämäntilanne. Osalla tukihenkilöistä olikin omakohtaisia kokemuksia siitä, kuinka tuettavan elämäntilanne ”oli jäänyt iholle” ja vaivannut mieltä jälkikäteen. Tukihenkilöt korostivatkin, kuinka tärkeää on tunnistaa paitsi oman jaksamisensa rajat, myös ne keinot, joilla itse irrottautuu parhaiten esimerkiksi tukityöhön liittyvistä ajatuksista. Lisäksi tukihenkilöt muistuttivat, että oma rajallisuus pitää muistaa myös itse tukityössä: aina ei voi välttämättä auttaa tuettavaa, ja tukisuhteista on osattava tarvittaessa myös luopua.

”Tää on sit vielä sellanen vähä vaikee, et tukihenkilöiks yleensä hakeutuu ihmiset, jotka on jo luonnostaan empaattisia ja ymmärtäväisiä. Nii se on justiin sitä, mitä mä sanoin, et pitää oppia sanomaan ei. Ja pitää oppia näkemään ne omat rajat, missä sä jaksat toimia ja olla. Koska, ei susta oo mitään apua, jos sä oot ihan rikki ja väsyny. Nii et sä silloin voi tätä hommaa tehdä.” N1

”Voi väsyä. Ja se pitää tunnustaa itsellensä. Ja hakea niinku apua tavallaan kollegoiltaan ja muilta ja. Voi soittaa aluevastaavalle tai sitten pääkonttoriin, että tuota, että minä pidän välivuoden. Tällee niinku saa katkastua sen.” M5

Kaikki tutkimukseen osallistuneet tukihenkilöt suhtautuivat tukityöhön paitsi myönteisesti, myös hyvin rauhallisesti. Esimerkiksi ajatus siitä, että tukihenkilöön voidaan ottaa yhteyttä mihin kellonaikaan tahansa, ei vaivannut tukihenkilöitä. Tukihenkilöt kertoivat, että mikäli tuettava soittaa esimerkiksi silloin, kun tukihenkilö ei pysty keskustelemaan, tuettavan kanssa sovitaan joko uusi aika keskustelulle tai hänet voidaan ohjata ottamaan yhteyttä toiseen tukihenkilöön.

Vaikka tukihenkilöt suhtautuivat rauhallisesti yhteydenottojen odottamiseen, osa tukihenkilöistä pohti, miltä erityisen haastavassa elämäntilanteessa olevan tuettavan kohtaaminen tuntuisi. Osa tukihenkilöistä, etenkin tukihenkilöt, joilla oli vähän tai ei lainkaan kokemuksia tukitilanteista, pitivät lähtökohtaisesti tukityön haastavimpana asiana juuri erityisen vaativia tukitilanteita. Haastavaksi tukitilanteeksi nimettiin esimerkiksi tuettavan itsetuhoisuus sekä tuettavan kokema äkkiarvaamaton ja vakava tilanne, kuten tilan tuhoutuminen tulipalossa tai läheisen yllättävä kuolemantapaus.

Kuitenkin myös ne tukihenkilöt, jotka pohtivat sitä, kuinka kohdata kriisin kokenut tuettava, suhtautuivat mahdollisiin haastaviin tukitilanteisiin rauhallisesti. Heille oli tärkeää, että he voivat olla haastavassa tukitilanteessa yhteydessä sekä toisiin tukihenkilöihin että verkon koordinaattoriin. Lisäksi vertaiset korostivat, kuinka tärkeää on, että potentiaalisia tukitilanteita ja päätöksentekoa niissä harjoiteltiin tukihenkilöverkon koulutuksissa. Tukitilanteiden ja omien lähtökohtien pohtiminen on auttamistyötä tekeväälle välttämätöntä, sillä auttamiseksi tarkoitetun toiminnan pitää aina pohjautua eettiseen päätöksentekoon (vrt. Kiikkala 2009, 19).

”No rankinta on se, että jos siellä tulee oikeen tämmösiä itsetuhosia ilmene-mismuotoja esille. Että, et kuinka sen pystyy pysäyttää? (...) Et sitä jää sit pian

miettimään. Tietysti meillä on, et saa ottaa muihin, tähän tukihenkilöverkoston, siihen johtoon, yhteyttä, että jotain alkaa pyörimään päässä vaan.” N3

Kuten tukihenkilöiden rooleja käsittelevässä luvussa totesin, tukihenkilötoiminnan markkinointi omilla kasvoilla ei ollut kaikille tukihenkilöille luontevaa. He kokivat, että tukihenkilöiden tärkein tehtävä on tukityön tekeminen ruohonjuuritasolla, eivätkä he halunneet korostaa tukihenkilön rooliaan esimerkiksi kylällä, jossa asuivat. Tukihenkilöiden hyvinvoinnin näkökulmasta onkin tärkeää, että paitsi tukityötä, myös esimerkiksi mahdollista toiminnasta tiedottamista, saa tehdä tavalla, joka tuntuu luontevalta eikä kuormita liikaa. Myös tukihenkilöillä on oikeus yksityisyyteen.

Tukihenkilöiden jaksamiseen voivat vaikuttaa henkilökohtaisen elämäntilanteen ja itse tukityön tekemisen lisäksi myös laajemmat yhteiskunnalliset kontekstit. Esimerkiksi eräs tukihenkilö kuvaili, että kokee jaksavansa hyvin sekä siviilissä että tukityössä. Mieltä kuitenkin painoi viljelijäväestön yleinen yhteiskunnallinen asema ja huoli muiden viljelijöiden jaksamisesta. Viljelijöiden alhaisen arvostuksen vuoksi tukihenkilö kertoi olevansa kyynistynyt poliittikkoihin ja mediaan. Sama huoli oli tulkittavissa myös kaikissa muissa tutkimukseen osallistuneissa vertaisissa, vaikka he eivät suoraan kuvanneet huolen vaikuttavan omaan hyvinvointiinsa. Jo aikaisempien tutkimusten perusteella kuitenkin tiedetään, että viljelijäväestön kokemus siitä, ettei heitä ammattikuntana arvosteta, vaikuttaa viljelijöiden koettuun hyvinvointiin haitallisesti (ks. esim. Mäkelä-Pusa ym. 2011, 28–29; Suutarinen 2009, 62).

”Tähän on nyt kyllä tullu kyyniseks tähän yleiseen asenteseen, mikä on tätä maanviljelystä ja tätä kohtaan, näitten median ja politiikan puolelta.” N5

”Ja sitten jos lukee lehtiä, esimerkiks. Nii mitenkä siellä mollataan viljelijää. Että kun ne elää aivan täysin tuilla ja muuta. Eivätkä tee mitään. Se on ihan järkyttävää lukee niitä lehdistön mielipiteitä.” N4

Vaikka tukihenkilöt tunnistivat lukuisia seikkoja ja tilanteita, jotka vaikuttavat tai voisivat vaikuttaa kielteisesti heidän hyvinvointiinsa, valtaosa niistä oli kuitenkin oletuksellisia. Tukihenkilöt myös suhtautuivat oletettuihin haasteisiin hyvin rauhallisesti ja tiedostaen sen, että he voivat pyytää tarvittaessa tukea toisilta tukihenkilöiltä ja tukihenkilöverkon koordinaattorilta.

8 PÄÄTÄNTÖ

Päätösluvussa tarkastelen tutkimukseni tuloksia ja pohdin niiden merkitystä vapaaehtoistyön ja maatalouden kontekstissa. Kertaan luvun aluksi tutkimuksen tavoitteet, aineiston ja menetelmät, minkä jälkeen esittelen yhteenvedon tuloksista. Lisäksi reflektoin tutkimusprosessia ja tutkimuksen aikana tekemiäni valintoja sekä esitän jatkotutkimusehdotuksia.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia Maaseudun tukihenkilöverkon vertaisia tukihenkilöitä: heidän motiivejaan toimia vapaaehtoisena ja heidän roolejaan suhteessa tuettaviin viljelijöihin. Lisäksi olin kiinnostunut siitä, kuinka vertaiset itse jaksavat. Tutkimusprosessin alussa asetin itselleni kolme tutkimuskysymystä, jotka olivat:

1. Miksi vertainen toimii vapaaehtoisena tukihenkilönä?
2. Millainen rooli vertaisella on suhteessa viljelijään?
3. Miten vertainen jaksaa itse?

Tarkkojen tutkimuskysymysten lisäksi tutkielman tutkimustehtävänä oli yleisesti selvittää vertaisten ajatuksia viljelijöiden nykytilanteesta ja jaksamisesta. Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöistä on tutkittu myös aikaisemmin (esim. Sulin 2001; Keski-Heikkilä 2002), mutta tuoretta tutkimusta juuri vertaisista tukihenkilöistä ja heidän kokemuksistaan muiden viljelijöiden kanssa ei ole tehty.

Tutkielman aineisto koostui yhdeksästä teemahaastattelusta ja yhdestä kirjallisesta vastauksesta teemahaastattelurungon kysymyksiin. Tein haastattelut heinä–syyskuussa 2018 ja syksyllä 2018 litteroin haastattelut sanatarkasti. Tutkimuksen analyysimenetelmänä käytin sisällönanalyysiä. Menetelmän mukaisesti luin litteroituja haastatteluja rivi kerrallaan ja etsin koodeja, joiden sisältö vastasi tutkimuskysymysten sisältöjä. Koodaamisen eli tekstin osiin purkamisen jälkeen kokosin koodeista uusia asiakokonaisuuksia eli teemoja, jotka sisälsivät uutta tietoa tutkimuskysymysten näkökulmasta. (ks. Silvasti 2014b, 37–45.)

8.1 Tutkimuksen keskeiset tulokset

Seuraavaksi esittelen tutkimuksen keskeiset tulokset. Aloitan ensimmäisestä tutkimuskysymyksestä eli siitä, mitkä seikat motivoivat vertaista toimimaan tukihenkilönä. Vertaisten motivaation jälkeen käsittelen vertaisten rooleja suhteessa viljelijään ja lopuksi kertaan tärkeimmät tulokset tukihenkilöiden omasta jaksamisesta ja koetusta hyvinvoinnista.

8.1.1 Vertaisten motiivit

Vertaisten tukihenkilöiden motiivit toimia tukihenkilöinä olivat hyvin moninaiset. Tässä tutkimuksessa löysin viisi motiivia, miksi vertaiset toimivat vapaaehtoisina. Motiiveja olivat: yhteiskunnalliset syyt; altruismi ja halu auttaa; omakohtainen kokemus kriisistä selviämisestä; elämänasenne sekä tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt. Vertaisten motiivit ovat osittain myös päällekkäisiä (vrt. Keski-Heikkilä 2002, 72).

Yhteiskunnalliset syyt -motiivi oli luonteeltaan kontekstuaalinen motiivi, jota kaikki tukihenkilöt eivät tuoneet haastatteluissa suoraan esille. Kaikkien tukihenkilöiden vastauksista oli kuitenkin tulkittavissa yhteiskunnallinen ulottuvuus, esimerkiksi voimakas kokemus siitä, että viljelijät ovat yhteiskunnallisesti syntipukin asemassa. Yhteiskunnalliset syyt, erityisesti viljelijöiden yhteiskunnallisen aseman parantaminen, olivat vertaisille merkittävä motiivi toimia vapaaehtoisena: vaikka moni vertainen ei ollut enää kokopäiväisesti maatalousyrittäjä, halu puolustaa viljelijöitä ja yhteenkuulumisen tunne osaksi viljelijäväestöä oli voimakas. Yhteiskunnalliset syyt -motiivi edustaa vapaaehtoistoiminnan yhteiskunnallista merkittävyyttä korostavaa ulottuvuutta (esim. Laimio & Välimäki 2011, 10). Yhteiskunnallinen ulottuvuus, esimerkiksi yhteiskunnallisten muutosten tavoittelemisen ja äänen antaminen alisteisessa asemassa olevalle ryhmälle, on merkittävä osa esimerkiksi vertaistoimintaa (esim. Wilska-Seemer 2005, 270; Nylund 2005, 206–207).

Altruismi ja halu auttaa -motiivi on hyvin keskeinen vapaaehtoistoimintaan liittyvä motiivi, sillä perinteisesti auttamiseen ja antamiseen liittyvät arvot koetaan vapaaehtoistoiminnassa tärkeiksi (Nylund & Yeung 2005, 13; Pessi 2008, 16–18). Osa vertaisista suhtautui auttamiseen hyvin altruistisesti painottaen sitä, että auttaminen on aina arvokasta, kun taas toiset tukihenkilöt painottivat, että haluavat kohdentaa apunsa juuri viljelijöille.

Kolmas syy toimia vapaaehtoisena tukihenkilönä oli omakohtainen kokemus kriisistä selviämisestä. Vertainen oli saattanut itse kokea kriisin tai oli seurannut läheisensä käyvän läpi haastavaa elämäntilannetta. Kriisikokemukseen liittyi kuitenkin myös ennen kaikkea kokemus selviämisestä ja avun saamisesta hädän hetkellä. Myös Keski-Heikkilän (2002, 49–59) tutkimuksen mukaan erityisesti juuri tukihenkilöiden omakohtaiset kokemukset kriiseistä selviämisestä motivoivat tukihenkilöitä auttamaan muita.

Vertaisten motivaatioon toimia tukihenkilönä vaikutti myös heidän elämänasenteensa. Elämänasenne näkyi esimerkiksi siten, että vertaiset suhtautuivat myönteisesti paitsi omaan kouluttautumiseensa, myös koko viljelijäväestön koulutuksesta huolehtimiseen. Moni vertainen oli toiminut Maaseudun tukihenkilöverkon lisäksi myös muiden organisaatioiden kautta vapaaehtoistyössä tai ollut mukana esimerkiksi järjestötoiminnassa.

Viides seikka, joka motivoi vertaisia tukihenkilötoimintaan oli tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt. Osa tukihenkilöistä kertoi vitsin avulla, että verkko on suurin syy sille, miksi he toimivat vapaaehtoisina. Huumorista huolimatta verkon merkitys vertaisten motivaatiolle oli ilmeinen. Verkko ja toiset tukihenkilöt tarjoavat vertaisille yhteisön, johon voi luottaa ja turvautua esimerkiksi haastavissa tukitilanteissa, mutta joiden kanssa voi viettää myös vapaa-aikaa. Verkon ja muiden tukihenkilöiden suuri merkitys vertaisille ei ole yllätys, sillä yhteisöllisyys on kansalaisyhteiskunnan ja vapaaehtoistoiminnan keskeinen ilmentymä sekä kantava periaate (vrt. esim. Harju 2005, 72–75; Niemelä 2003, 117–118).

8.1.2 Vertaisten roolit

Tutkimuksen toisena tutkimuskysymyksenä oli selvittää, millaisia rooleja vertaisella on suhteessa tuettavaan viljelijään. Rooleja löytyi yhteensä neljä, joista merkittävin, toimiva kaksoisrooli, oli kontekstuaalinen rooli. Muita rooleja olivat vierellä kulkija, asiantuntija ja verkon jäsen. Kaikkia rooleja yhdisti etäisyyden ja läheisyyden sääteleminen suhteessa tuettavaan: tukihenkilön pitää myötäelää tuettavan elämäntilanteita, mutta liian voimakas empatia voi olla jopa este tukityön tekemiselle. Tukihenkilön pitää liikkua tilanteiden mukaan ikään kuin jatkumolla, jonka toisessa päässä on läheisyys ja toisessa päässä etäisyys suhteessa tuettavaan. Vertaisen täytyy siis liukua erilaisten positioiden välillä tilanteiden vaatimalla tavalla (vrt. Silvasti 2001).

Toimiva kaksoisrooli on vertaisen rooleista tärkein. Vertaisen kaksoisroolissa yhdistyy kaksi erilaista roolia: rooli maatalousyrittäjänä ja rooli viljelijöiden auttajana. Tutkimukseni tulosten mukaan vertaiset eivät koe ristiriitaa yrittäjätaustansa ja viljelijöiden auttajan roolinsa yhdistämisessä. Vertaiset päinvastoin korostavat, että heidän maatalousyrittäjätaustansa on jopa välttämättömyys viljelijöiden tukemisen näkökulmasta, koska tukihenkilön pitää ymmärtää ja tuntea viljelijöiden elämäntapaa. Vertaisilla tukihenkilöillä on maatalousyrittäjätaustansa ansiosta paljon hiljaista tietoa viljelijöiden arjesta, jota he hyödyntävät tukityösään (vrt. Polanyi 1967; myös Silvasti 2010d, 261–267).

Vertaisten näkyvin rooli oli vierellä kulkijan rooli. Tukihenkilöt mieltävät itsensä lähtökohdaisesti juuri vierellä kulkijoiksi ja myös Maaseudun tukihenkilöverkko kuvailee tukityötä ”vierellä kulkemiseksi” (ks. <https://tukihenkilo.fi>). Vierellä kulkijan roolissa kiteytyy tukihenkilötoiminnan ydin, jossa vertainen arvottomatta kuuntelee ja myötäelää viljelijää. Vertaiset mieltävät tukihenkilötoiminnaksi sen, kun tuntematon ihminen ottaa heihin yhteyttä. Vertaiset auttavat kuitenkin paljon myös omaa lähipiiriään, esimerkiksi lapsiaan ja lapsenlapsiaan, sekä kyläläisiä ja muita tuttujaan. Vierellä kulkijan roolissa etäisyyden ja läheisyyden onnistunut säateleminen suhteessa tuettavaan on myös erityisen tärkeää.

Vertaisten kolmas rooli on asiantutija. Asiantutija on keinotekoinen nimi, jota vertaiset eivät itse käyttäneet itsestään. Vertaisilla on kuitenkin eräänlainen pehmeän asiantuntijan rooli suhteessa viljelijään, sillä tuettavat pyytävät vertaisilta usein neuvoja ja mielipiteitä haastavaan elämäntilanteeseen. Vaikka tukihenkilön rooliin ei kuulu ohjata tuettavia, tukihenkilöt voivat kuitenkin esittää erilaisia vaihtoehtoja tilanteessa, jossa tuettava ei enää itse näe erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja. Asiantuntijan roolissa vertainen voi myös kysymysten avulla auttaa tuettavaa itse näkemään tilanteensa erilaisesta näkökulmasta ja löytämään itse keinon selvittää haasteista. Vertaiset myös hyödyntävät tukityössä kokemuksiaan maatalousyrittäjänä, eli heitä voi pitää kokemuksellisen tiedon asiantuntijoina (vrt. esim. Nylund 1999, 127–129).

Vertaisten neljäs rooli on verkon jäsen. Koska vertaiset toimivat tukihenkilöinä Maaseudun tukihenkilöverkon kautta, kaikilla vertaisilla on myös suoraan jonkinlainen suhde ja rooli verkkoon. Vertaiset suhtautuvat verkkoon neutraalisti tai myönteisesti ja ovat ylpeitä roolistaan osana verkkoa. Tyytyväisyys verkon jäsenen roolia kohtaan ilmenee esimerkiksi vertaisten sitoutumisena verkon toimintaan. Vertaiset eivät esimerkiksi malttaisi jäädä ”eläkkeelle” verkon toiminnasta. Verkolla on myös tärkeä rooli vertaisten roolien yhteensovittamisessa. Verkko kouluttaa tukihenkilöt ja luo raamit sille, mitä tukihenkilöiltä odotetaan ja vaaditaan. Vapaaehtoistyön onnistumisen näkökulmasta toiminnan reunaehtojen määrittäminen on tärkeää (esim. Hoad 2002, 239–244). Verkon tärkeä tehtävä on myös vaikuttaa siihen, millaisia rooliodotuksia muut ihmiset, esimerkiksi tukea pyytävät viljelijät, kohdistavat verkon tukihenkilöihin (vrt. Ojala & Uutela 1993, 40–42).

8.1.3 Vertaisten jaksaminen

Tämän tutkimuksen mukaan vertaiset tukihenkilöt voivat hyvin. Vertaisten hyvinvointia tukevat tekijät voidaan jakaa kolmeen kategoriaan, jotka ovat vapaa-aika ja perhe, tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt sekä tukityö ja maataloustyö. Vertaisten vapaa-aikaan kuuluvat muun muassa harrastukset, kuten erilaiset liikuntalajit. Erityisesti vertaiset arvostavat luontoa ja luonnossa liikkumista, minkä lisäksi he korostivat läheisten ja toimivien ihmisuhteiden merkitystä. Moni koki myös tukihenkilöverkon ja toiset tukihenkilöt tärkeiksi omalle hyvinvoinnilleen. Tukihenkilöt kertoivat saavansa verkolta tukea tukityöhön ja toisia tukihenkilöitä tavattiin myös vapaa-ajalla. Myös itse tukityön tekeminen koettiin niin merkitykselliseksi ja tärkeäksi, että se vaikutti myönteisesti vertaisten omaan hyvinvointiin. Vapaaehtoistoimintaan liittyy Anne Birgitta Yeungin (2005b, 109–111) mukaan keskeisesti ajatus siitä, että antaessaan saa myös itse. Osa tukihenkilöistä korosti myös maataloustyön tukevan hyvinvointiaan, koska se on työtä, jossa ”saa itse hoitaa”.

Vertaisten hyvinvointi kertoo siitä, että vertaisilla on vahva sisäinen motivaatio tehdä tukityötä ja että sen tekeminen koetaan palkitsevana (vrt. Vasalampi 2017, 54–56). Hyvinvointi kieli myös siitä, että tukihenkilöiden roolit ovat tasapainossa ja että tukihenkilöt osaavat liukua erilaisten positioiden välillä sujuvasti. Lisäksi vapaaehtoistyön tekeminen voi luoda uskoa tulevaan ja antaa voimauttavan kokemuksen siitä, että asioihin voi vaikuttaa (esim. Ruohonen 2003, 45).

Vertaisten hyvinvointi ja verkon toimintaan sitoutuminen kertovat myös siitä, että vertaisten arvot ja toiminnan tavoitteet ovat yhdenmukaiset Maaseudun tukihenkilöverkon arvojen ja toiminnan tavoitteiden kanssa (vrt. Scherer ym. 2016, 6). Lisäksi vertaisten selkeät ja toimivat roolit suhteessa tuettaviin viljelijöihin ovat yhteydessä vertaisten hyvinvointiin (vrt. Chen & Yu 2012; vrt. myös Allen & Mueller 2013).

Vaikka vertaiset kertoivat, että he voivat hyvin, he tunnistivat myös lukuisia tekijöitä, jotka voivat vaikuttaa kielteisesti tukihenkilöiden hyvinvointiin. Tukityön haasteeksi tunnistettiin esimerkiksi tilanne, jossa tukihenkilöllä on liian monta tuettavaa kerralla, yliempaattisuus sekä haastavat tilanteet tukityössä. Erityisesti tukihenkilöt, joilla ei ollut vielä lainkaan kohtaamisia tuettavien kanssa tai kohtaamisia oli vasta muutama, kertoivat, että esimerkiksi tuettavien mahdollinen itsetuhoisuus mietitytti. Erityisesti aluevastaavat tunnistivat mahdolliseksi hyvinvoinnin riskiksi byrokratian. Myös oman elämän muutokset tunnistettiin tärkeiksi tukityön tekemisen kannalta. Vertaiset korostivat, että heillä on matala kynnyks ottaa

verkon koordinaattoriin yhteyttä, jos he kokevat tarpeelliseksi esimerkiksi tauon pitämisen tukityöstä oman elämäntilanteensa vuoksi.

Vaikka vertaiset kokivat oman hyvinvointinsa hyväksi, viljelijäväestön heikko yhteiskunnallinen asema huolestutti heitä. Vertaiset suhtautuivat omaan tulevaisuuteensa optimistisesti, mutta viljelijöiden tulevaisuuden he näkivät haasteellisena ja jopa synkkänä. Viljelijäväestön voimakas kokemus siitä, ettei heitä arvosteta yhteiskunnassamme, kuormittaa viljelijöitä (Suutarinen 2009, 62).

8.1.4 Vertaisten ajatukset viljelijäväestön nykytilanteesta

Tutkimuksen tutkimustehtävänä oli tarkastella vertaisten tukihenkilöiden ajatuksia viljelijäväestön nykytilanteesta ja jaksamisesta. Vertaisten mukaan viljelijöiden tilanne on ollut jo pitkään haastava ja vaikuttaa siltä, että elinkeinon harjoittamisesta tulee entistä haastavampaa rakennemuutoksen edetessä ja esimerkiksi ilmastonmuutoksen kiihtyessä. Vertaiset pohtivat, että osa viljelijöistä tulee aina selviytymään, mutta he pitivät pudotuspeliä kohtuuttoman kovana viljelijäväestölle.

Vaikka viljelijöiden arki on mullistunut viime vuosikymmenten aikana, viljelijöiden elämästä voi edelleen tunnistaa heille leimallisen elämäntavan, jonka kulttuurisia malleja ovat periaate sukutilan jatkuvuudesta, sukupuolisidonnainen työnjaon malli ja ruoan tuottamiseen perustuva luontosuhde (ks. Silvasti 2001). Vertaisten huolen maatalouden tulevaisuudesta voi myös tulkita huoleksi viljelijöiden elämäntavan sekä koko elinkeinon säilymisestä (vrt. Mäkelä-Pusa ym. 2011, 29).

Vertaisten huoli viljelijöistä tiivistyy kokemukseen viljelijöiden syntipukin asemasta yhteiskunnassa. Silvasti kuvailee viljelijäväestön syntipukkikokemuksen olleen voimakas 1990-luvulla, kun Suomessa oli syvä lama ja yhteiskunta oli murrostilassa. Jo tuolloin viljelijät kokivat, että heitä syytetään tehottomuudesta ja yhteiskunnan varoilla elämisestä. Viljelijöiden kokemus oli, että esimerkiksi pääkaupunkiseudulle keskittyneet tiedotusvälineet, poliitikot ja kaupungistuneet ihmiset, jotka eivät tunne maatalouselinkeinoja, syyllistävät viljelijöitä esimerkiksi luonnon saastuttamisesta, tuilla elämisestä sekä liian kalliista ruuasta (vrt. Silvasti 1996; 2001; 2010b).

Tämän tutkimuksen mukaan viljelijäväestön syntipukkikokemus on edelleen vahva. Vertaiset nostivat esille sen, että ajatus ”tukijaisilla” elävästä laiskasta viljelijästä elää sitkeästi. He

myös pohtivat esimerkiksi median vastuuta mielikuvien luomisessa ja niiden ylläpitämisessä. Vaikka vertaisilla oli myös itsellään maatalousyrittäjän tausta, heillä oli myös rooli viljelijöiden auttajana ja tukihenkilönä. Voi olla, että auttajan rooli suojelee vertaisia voimakkaimmalta syntipukin kokemukselta, jota muut viljelijät kenties kokevat.

Vertaiset toivoivat, että syntipukin aseman sijaan viljelijöille annettaisiin yhteiskunnallista arvostusta sekä mahdollisuus ylläpitää elämäntapaansa ja tehdä rauhassa työtään. He uskoivat, että ainakin osa kuluttajista haluaa myös tulevaisuudessa kotimaista ruokaa, vaikka se olisi kalliimpaa kuin ulkomailla tuotettu. Vertaiset pohtivat paljon myös esimerkiksi ilmastomuutoksen tuomia haasteita, ruuan eettisyyttä, tehotuotannon vaatimusten kääntöpuolia, Suomen huoltovarmuutta sekä maatalouden byrokratisoitumista ja muuttumista viljelyn sijaan paperitöiden tekemiseksi. Tutkimusten mukaan viljelijät kokevat työssään kaikkein raskaimmaksi juuri hallinnolliset tehtävät, byrokratian ja tukien valvonnan (Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 2016, 103; ks. myös Maatalousyrittäjien eläkelaitos 2015, 1).

8.2 Johtopäätökset

Sekä maatalouden että kolmannen sektorin tutkijat puhuvat siitä, että heidän tutkimuskohteensa on muutoksessa: maataloudessa on jälleen rakennemuutos, joka näkyy esimerkiksi tilojen nopeana lopetusmääränä (esim. Niemi & Ahlstedt 2009, 16–19). Samaan aikaan kolmannen sektorin toimijat ovat huolissaan muun muassa länsimaisesta modernisaatiokehityksestä, jossa yksilöllisyyden on nähty korostuvan yhteisöllisyyden kustannuksella (vrt. esim. Yeung 2005b, 104–105; Harju 2005, 72; Ruohonen 2003, 54; Niemelä 2003, 108–111). Myös ammattimaisuuden korostuminen vapaaehtoistoiminnassa (esim. Mönkkönen 2005, 286–287) sekä vapaaehtoisten loppuun palaminen (esim. Lewig ym. 2007) ovat herättäneet huolta. Tässä tutkimuksessa on tarkasteltu vertaisia tukihenkilöitä, jotka ovat kyseisten yhteiskunnallisten ilmiöiden risteyskohdassa.

Tutkimuksen merkittävimpiä tuloksia on, että Maaseudun tukihenkilöverkon vertaiset tukihenkilöt eivät koe vapaaehtoistyön tekemisen rasittavan heitä, vaan päinvastoin jopa tukevan heidän hyvinvointiaan samaan aikaan, kun tutkijat ovat kansainvälisesti huolissaan vapaaehtoisten kuormittumisesta (esim. Scherer ym. 2016). Tutkimustulos on kiinnostava myös siitä huolimatta, että tutkimuksessa tarkasteltiin vain kymmentä tukihenkilöä maantieteellisesti rajatulla alueella Länsi- ja Itä-Suomessa.

Hyvinvoinnin taustalla on voimakas sisäinen motivaatio tehdä auttamistyötä viljelijäväestön hyväksi, toimivat roolit sekä suhteessa tukihenkilöverkkoon että tuettaviin sekä omasta jakamisesta huolehtiminen lukuisilla erilaisilla keinoilla. Juuri vertaisiin liittyvä mielenkiintoinen tutkimustulos on, kuinka merkittävänä asiana vertaiset pitävät kaksoisrooliaan, jossa yhdistyy tausta maatalousyrittäjänä sekä toisten maatalousyrittäjien auttaminen. Vertaiset eivät kokeneet ”kahta hattua” lainkaan haastavana, vaan päinvastoin suorastaan välttämättömyytenä viljelijöiden ymmärtämisen näkökulmasta. Vertaisille on siis tukityön tekemisen kannalta vahvuus, että heillä on paljon hiljaista tietoa viljelijäväestöstä.

Maaseudun tukihenkilöverkossa toimivien tukihenkilöiden on myös aikaisemmissa tutkimuksissa todettu olevan hyvin sitoutuneita verkon toimintaan (ks. Keski-Heikkilä 2002). Viime vuosina kolmannen sektorin tutkijat ovat kuitenkin olleet huolissaan siitä, kiinnostako ihmisiä enää vastikkeeton toiminta ja ennen kaikkea sitoutuminen vapaaehtoistyöhön (Ruuskanen ym. 2013, 18–19). Tämän tutkimuksen mukaan Maaseudun tukihenkilöverkon vertaiset tukihenkilöt ovat kuitenkin edelleen erittäin sitoutuneita tukihenkilötoimintaan, mikä on kiinnostava ja tärkeä tutkimustulos. Tukihenkilöiden sitoutumiseen vaikuttivat muun muassa Maaseudun tukihenkilöverkon järjestämät koulutukset, joita tukihenkilöt arvostivat suuresti. Koulutusten ylläpitäminen ja kehittäminen ovat verkon toiminnan kannalta tärkeitä seikkoja myös tulevaisuudessa.

Kolmas sektori ja vapaaehtoistoiminta on nähty keinoksi leikata julkisista palveluista (Nylund & Yeung 2005, 13) ja ratkaisuksi työttömyyteen (Helander & Laaksonen 1999, 11). Maaseudun tukihenkilöverkko paikkaa jo tällä hetkellä sosiaali- ja terveyspalveluiden aukkoa maaseudulla tarjoamalla esimerkiksi keskusteluapua (Mielonen 8.2.2019). Epävirallisen avun vahvuus voi olla esimerkiksi se, että sen kautta ihmiset eivät päädy mihinkään virallisiin rekistereihin, joihin he joutuisivat esimerkiksi kunnallisen terveydenhoidon kautta.

Maaseudun tukihenkilöverkon toiminta on kuitenkin ennen kaikkea ammattiapua täydentävää. Vertaiset näkevät vahvuutenaan erityisesti maatalouskontekstin ja viljelijöiden elämätavan ymmärtämisen. Monella tukihenkilöistä oli myös ammatillinen tausta esimerkiksi EU-neuvojana, agrologina tai sosiaali- ja terveysalalta, mitä he pystyivät hyödyntämään tukityössä. Vertaisia motivoi vapaaehtoistyöhön kuitenkin juuri toiminnan vapaamuotoisuus, vapaaehtoisuus ja mahdollisuus tehdä sitä omiin kokemuksiin peilaamalla (vrt. Ruusuvirta & Saukkonen 2015, 372–373; vrt. myös Merrell 2000, 99). Myös yhteiskunnallinen vaikut-

taminen sekä toimiminen muiden samanhenkisten ihmisten kanssa olivat merkittäviä motiiveja toimia vapaaehtoisena. Näitä vapaaehtoistyön vahvuuksia tulisi vaalia myös jatkossa, sillä ne ovat yhteydessä vapaaehtoisten hyvinvointiin ja toimintaan sitoutumiseen.

8.3 Huomiota tutkimusprosessista ja jatkotutkimusehdotuksia

Maaseudun tukihenkilöverkko toimii maantieteellisesti hyvin laajasti, sillä sen toiminta kattaa koko Suomen Ahvenanmaalta Lappiin. Rajasin tämän tutkimuksen aineistonkeruuseen kaksi aluetta, jotka sijaitsevat Länsi- ja Itä-Suomessa, sillä resurssit pro gradu -tutkielman kokoisen tutkimuksen tekemiseen ovat rajalliset (vrt. Hirsjärvi ym. 2009, 179). Kuitenkin jo näiden alueiden välillä oli havaittavissa eroavaisuuksia: itäsuomalaiset tukihenkilöt saivat enemmän yhteydenottoja kuin länsisuomalaiset kollegansa. Näin myös siitä huolimatta, että yhteydenottajat soittavat usein toisessa maakunnassa asuvalle tukihenkilölle. Olisikin erittäin mielenkiintoista selvittää, millaisia kokemuksia muiden alueiden tukihenkilöillä on.

Tutkimuksen aineistonkeruussa sain kesällä 2018 apua Maaseudun tukihenkilöverkon koordinaattorilta Mia Kalpalta. Kalpa selvitti puolestani, kellä tukihenkilöillä on tausta maatalousyrittäjänä, minkä jälkeen hän selvitti alustavasti, ovatko kyseiset tukihenkilöt halukkaita osallistumaan tutkimukseen. Aineistoni olisi luultavasti kuitenkin melko samanlainen, vaikka olisin etsinyt haastateltavat itse, sillä läheskään kaikki tukihenkilöt eivät ole työskennelleet maatalousyrittäjinä. Se, että sain verkolta apua tämän tutkimuksen näkökulman kannalta sopivien tukihenkilöiden löytämiseen, kuitenkin luultavasti nopeutti merkittävästi tutkimusprosessia.

Vaikka tässä tutkimuksessa olin kiinnostunut maatalousyrittäjätaustaisista tukihenkilöistä, jatkossa olisi kiinnostavaa esimerkiksi vertailla, poikkeavatko heidän kokemuksensa ei-maatalousyrittäjätaustaisten tukihenkilöiden kokemuksista. Vertaisten tukihenkilöiden kuvauksissa viljelijöiden elämäntavan tuntemisen merkitys korostui esimerkiksi toimivan kaksoisroolin yhteydessä. Jatkotutkimuksena voisi esimerkiksi selvittää, miten ei-maataloustauksiset tukihenkilöt kokevat viljelijöiden tukemisen.

Tukihenkilöverkko on aktiivisesti uudistanut toimintaansa maaseudun ihmisten tarpeiden mukaan ja kehittänyt esimerkiksi uusia toimintamuotoja (ks. esim. Tukityön viisitoista vuotta 2016, 6–7). Tulevaisuudessa tarvitaan myös rohkeita uudistuksia. Vertaiset toivoivat,

että verkko huomioi toiminnan kehittämisessä erityisesti uuden sukupolven viljelijät ja heidän tarpeensa. Erityisen mielenkiintoinen jatkotutkimusaihe olisikin tarkastella nuorten viljelijöiden ajatuksia Maaseudun tukihenkilöverkosta ja esimerkiksi se, ovatko nuoret maatalousyrittäjät kiinnostuneita toimimaan tukihenkilöinä.

Maaseudun tukihenkilöverkon tulevaisuus riippuu ennen kaikkea kahdesta asiasta: kokevatko maaseudulla asuvat ihmiset toiminnan tarpeellisenä ja löytyykö toimintaan mukaan uusia sitoutuneita vapaaehtoisia. Tämän tutkimuksen valossa näyttää siltä, että tukihenkilöverkolle on edelleen tarvetta ja että toiminnassa on mukana sitoutuneita ja toimintaan tyytyväisiä vertaisia tukihenkilöitä.

KIRJALLISUUS

Addis, Michael E. & Mahalik, James R. (2003): Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist*, Vol 58 (1), 5–14.

Alasuutari, Pertti (2011): *Laadullinen tutkimus 2.0. 4. uudistettu painos*. Tampere: Vastapaino.

Allen, Joseph A. & Mueller, Stephanie L. (2013): The revolving door: A closer look at major factors in volunteers' intention to quit. *Journal of Community Psychology*, 41 (2), 139–155.

Ben-Ari, Adital Tirosh (2001): Alternative Modalities of Help Within Socio-Political and Ethnic Minorities: Self-Help Among Arabs Living in Israel. *Community Mental Health Journal*, Vol 37 (3), 245–259.

Capner, Maxine & Caltabiano, Marie Louise (1993): Factors Affecting the Progression towards Burnout: A Comparison of Professional and Volunteer Counsellors. *Psychological Reports*, 73 (2), 555–561.

Chen, Ching-Fu & Yu, Ting (2012): Effects of positive vs negative forces on the burnout–commitment–turnover relationship. *Journal of Service Management*, 25 (3), 388–410.

Deci, Edward L. & Ryan, Richard M. (2012): Motivation, Personality, and the Development Within Embedded Social Contexts: An Overview of Self-Determination Theory. Teoksessa Ryan, Richard M. (toim.): *The Oxford Handbook of Human Motivation*. Oxford, UK: Oxford University Press, 85–107.

Eskola, Antti & Kurki, Leena (2001): Johdannoksi. Teoksessa Eskola, Antti & Leena Kurki (toim.): *Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena*. Tampere: Vastapaino, 7–12.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha (2001): *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. 5. painos. Tampere: Vastapaino.

Eskola, Jari & Vastamäki, Jaana (2001): Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, Juhani & Raine Valli (toim.): *Ikkunoita tutkimusmetodeihin*. 1, *Metodin valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä: PS-kustannus, 24–42.

Freud, Sigmund (1926): *A General Introduction to Psychoanalysis*. Käännös Hall, G. Stanley. New York: Boni & Liveright.

Granberg, Leo (2004): Maatalouden tulojärjestelmän synty. Teoksessa Markkola, Pirjo (toim.): *Suomen maatalouden historia: 3. Suurten muutosten aika. Jälleenrakennuskaudesta EU-Suomeen*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 91–140.

Grönfors, Martti (2011): *Laadullisen tutkimuksen kenttätyömenetelmät*. Toimittanut Vilkka, Hanna. Verkkojulkaisu. 2. painos. Hämeenlinna: SoFia.
<http://vilkka.fi/books/Laadullisen_tutkimuksen.pdf>, luettu 13.11.2018.

Grönlund, Henrietta (2009): Uudet arvotrendit ja vapaaehtoistoiminta. Teoksessa Myllymaa, Tapio & Suvi-Tuuli Porkka (toim.): *Muutos ja pysyvyys vapaaehtoistyössä 2003–2007*. Helsinki: Suomen mielenterveysseura, 82–90.

Hangasmaa, Leena Elina (2003): *Maa, tila ja talous. EU-suomalaisen maanviljelijän jatkuvuuden luomisen prosessit muutoksen ajassa*. Lisensiaattityö. Jyväskylän yliopisto.

Harju, Aaro (2005): *Kansalaisyhteiskunta vapaaehtoistoiminnan innoittajana*. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Tampere: Vastapaino, 58–80.

Hartikainen, Anne (2005): ”Löytää se jokin, mikä koskettaa” Kohtaamisia vanhusten pitkäaikaishoidossa. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Tampere: Vastapaino, 143–166.

Haski-Leventhal, Debbie & Bargal, David (2008): *The Volunteer Stages and Transitions Model: Organizational Socialization of Volunteers*. Research Article. *Human Relations*, 61 (1), 67–102.

Helander, Voitto & Laaksonen, Harri (1999): *Suomalainen kolmas sektori. Rakenteellinen erittely ja kansainvälinen vertailu*. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.

Hietala, Outi (2016): *Kokemusasiantuntija kuntoutumisen tukena*. Teoksessa Autti-Rämö, Ilona, Anna-Liisa Salminen, Marketta Rajavaara & Aarne Ylinen (toim.): *Kuntoutuminen*. Helsinki: Duodecim, 388–392.

Hiiva, Esa (1996): Maatilojen tulokehitys siirtymäkaudella 1995-2000. Helsinki: Maatalouden taloudellinen tutkimuslaitos. Tiedonantoja 206.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena (1995): Teemahaastattelu. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena (2000): Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula (2009): Tutki ja kirjoita. 15. Uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Hoad, Peter (2002): Drawing the Line: The Boundaries of Volunteering in the Community Care of Older People. *Health and Social Care in the Community*, 10 (4), 239–246.

Hodges, Lucy & Dibb, Bridget (2010): Social Comparison within Self-help Groups: Views of Parents of Children with Duchenne Muscular Dystrophy. *Journal of Health Psychology*. SAGE Publications, Vol 15 (4), 483–492.

Hokkanen, Liisa (2003): Vapaaehtoinen ja vertainen auttaminen. Teoksessa Laitinen, Merja & Anneli Pohjola (toim.): Sosiaalisen vaihtuvat vastuut. Jyväskylä: PS-kustannus, 254–274.

Hokkanen, Liisa & Kinnunen, Petri & Siisiäinen, Martti (1999): Haastava kolmas sektori. Pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.

Holmila, Marja (2000): Social Bonds in Rural Life. Regulating the Dangerous. National Research and Development Centre of Welfare and Health. Research report 113. Helsinki: Stakes.

Hyväri, Susanna (2005): Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 214–235.

Hyytinen, Elisa (2005): Pohjalaisten viljelijöiden työ ja selviytyminen maatalouden murroksessa. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.

Jantunen, Eila (2008): Osalliseksi tuleminen – masentuneiden vertaistukea jäsentävä substansiivinen teoria. Lisensiaatintyö. Tampereen yliopisto. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja, A, Tutkimuksia 18. Helsinki: Diakonia ammattikorkeakoulu.

Jokinen, Riikka (2012): Maanviljelijöiden sopeutuminen maatalouden rakennemuutokseen. Sopeutumisen identiteettiteoreettista tarkastelua Saarijärven-Viitasaaren seutukunnassa. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.

Julkunen, Raija (1992): Hyvinvointivaltio käännekohdassa. Tampere: Vastapaino.

Julkunen, Raija (1999): Hyvinvointivaltion uudelleen järjestäytyminen. Teoksessa Hokkanen, Liisa, Petri Kinnunen & Martti Siisiäinen (toim.): Haastava kolmas sektori. Pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto, 311–334.

Kallio, Vesa (1997): Suomalaisen viljelijäväestön henkinen ilmapiiri. Mikkeli: Helsingin yliopisto, Maaseudun tutkimus- ja koulutuskeskus.

Kallioniemi, Marja (2013): Well-being at work on farms in Finland: stress, safety in animal handling and working conditions of women on dairy farms. Väitöskirja. MTT Agri-food Research Finland. MTT Tiede, 21. Helsinki: University of Helsinki.

Kallioniemi, Marja & Simola, Ahti & Kinnunen, Birgitta & Kymäläinen, Hanna-Riitta (2011): Stress in farm entrepreneurs. Teoksessa Langan-Fox, Janice & Cary L. Cooper (toim.): Handbook of Stress in the Occupations. Northampton USA: Edward Elgar, 385–408.

Katz, Daniel & Kahn, Robert L. (1966): The social psychology of organizations. New York: John Wiley & Sons.

Keski-Heikkilä, Sari (2002): Motivoitunut tukihenkilö. Vapaaehtoisten tukihenkilöiden osallistumismotiivit ja sitoutuneisuus maaseudun tukihenkilöverkkoon. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto, yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Espoo: Maatalousyrittäjien eläkelaitos.

Kettunen, Lauri (1995): Suomen maatalous 1994. Julkaisuja 76. Helsinki: Maatalouden taloudellinen tutkimuslaitos.

Kettunen, Lauri & Niemi, Jyrki (1994): Suomen EU-maatalousratkaisu ja kansalliset tuet. Julkaisuja 75. Helsinki: Maatalouden taloudellinen tutkimuslaitos.

Kiikkala, Irma (2009): Miten ihmistä on autettava? Teoksessa Myllymaa, Tapio & Suvi-Tuuli Porkka (toim.): Muutos ja pysyvyys vapaaehtoistyössä 2003–2007. Helsinki: Suomen mielenterveysseura, 18–22.

Kohderyhmäkartoitus (2016): Maaseudun tukihenkilöverkko. Maaseudun terveys- ja loma-huolto ry.

Koskiahho, Briitta (2001): Sosiaalipolitiikka ja vapaaehtoistyö. Teoksessa Eskola, Antti & Leena Kurki (toim.): Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Vastapaino, 15–40.

Koskiahho, Briitta & Nurmi, Johanna & Virtanen, Petri (1999): Kansalaisen sosiaalipolitiikka. Kansalaisyhteiskunta ja hyvinvointivaltio 2000-luvulla. Porvoo; Helsinki; Juva: WSOY.

Kuisma, Juha (1990): Maaseudun elämäntavan muutos ja sen suhde joukkoviestintään. Suunnittelu- ja tutkimusosasto. Sarja B, Tutkimusraportit. Helsinki: Yleisradio.

Kuuluvainen, Salla (2015): Vapaaehtoistyön johtaminen. Helsinki: Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF.

Kuuskoski, Eeva (2003): Vertaistoiminta osana ihmisyyttä. Teoksessa Niemelä, Jorma & Virpi Dufva (toim.): Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhanella. Jyväskylä: PS-kustannus, 30–39.

Kytöharju, Heli (2003): Äitien jaksaminen ja vertaistuki Vauva-lehden keskustelupalstalla Internetissä. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto.

Lahtinen, Pirkko (2003): Ihminen on tärkein instrumentti. Työnohjaus vapaaehtoisessa tukihenkilötyössä. Helsinki: SMS-tuotanto.

Laimio, Anne & Karnell, Sonja (2010): Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Laatikainen, Tanja (toim.): Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumis- palvelusäätiö ASPA, 9–19.

Laimio, Anne & Välimäki, Sari (2011): Vapaaehtoistoiminta kehittyy. Versova-hanke. Jyväskylä: Keski-Suomen Sosiaaliturvayhdistys.

Lammi, Leo (2007): Autonomian ajasta Euroopan unioniin. MTK-Ikaalinen 1917-2007. Ikaalinen: MTK-Ikaalinen.

Laurila, Ilkka P. (2000): Maatalous. Pieniä tiloja suosivasta politiikasta suuren tavoitteeseen. Teoksessa Raunio, Tapio & Matti Wiberg (toim.): EU ja Suomi: unionijäsenyyden vaikutukset suomalaiseen yhteiskuntaan. Helsinki: Edita, 221–242.

Laurila, Ilkka P. (2004): Maatalouden EU-aika. Teoksessa Markkola, Pirjo (toim.): Suomen maatalouden historia: 3. Suurten muutosten aika. Jälleenrakennuskaudesta EU-Suomeen. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 349–401.

Lehtinen, Ilona (2010): Vertaisen työ – vuorovaikutuksellista voimaantumista. Teoksessa Laatikainen, Tanja (toim.): Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA, 61–69.

Lewig, Kerry A. & Xanthopoulou, Despoina & Bakker, Arnold B. & Dollard, Maureen F. & Metzera, Jacques C. (2007): Burnout and connectedness among Australian volunteers: A test of the Job Demands–Resources model. *Journal of Vocational Behavior*, 71 (3), 429–445.

Luonnonvarakeskus (2015): Suomen maatalous ja maaseutuelinkeinot 2015. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 25/2015. 2. korjattu painos Niemi, Jyrki ja Minna Väre (toim.) Helsinki: Luonnonvarakeskus. Saatavilla <http://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/486005/luke-luobio25_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, luettu 11.3.2019.

Luonnonvarakeskus (2017): Suomen maa- ja elintarviketalous 2016/2017. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 17/2017. Niemi, Jyrki & Minna Väre (toim.) Helsinki: Luonnonvarakeskus. Saatavilla <https://www.luke.fi/wp-content/uploads/2017/04/luke-luobio_17_2017.pdf>, luettu 27.3.2018.

Löfström, Jan (1999): Sukupuoliero agraarikulttuurissa. ”Se nyt vaan on semmonen”. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Maatalousyrittäjien eläkelaitos (2015): Maatalousyrittäjien työhyvinvointiohjelman tiivistelmä.

<https://www.mela.fi/sites/default/files/tiedostot/tyohyvinvointi/tyohyvinvointiohjelma_2015.pdf>, luettu 8.4.2019.

Maaseudun tukihenkilöverkko.
<<https://tukihenkilo.fi/>>, luettu 14.5.2019.

Maaseudun tukihenkilöverkko. Raitti – Maaseudun tukipuhelin. Saatavilla
<https://tukihenkilo.fi/etsi_tukihenkiloa/palveleva-maaseutupuhelin/>, luettu, 4.4.2019.

Maaseudun tukihenkilöverkko. Tukinet. Saatavilla
<https://tukihenkilo.fi/etsi_tukihenkiloa/tukinet-kriisikeskus-netissa/>, luettu 6.7.2019.

Markkola, Pirjo (2004): Johdanto: Maatalous jälleenrakennuksesta EU-aikaan. Teoksessa Markkola, Pirjo (toim.): Suomen maatalouden historia: 3. Suurten muutosten aika. Jälleenrakennuskaudesta EU-Suomeen. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 14–23.

Maslow, Abraham Harold (1970): Motivation and personality. 2 painos. Harper's psychological series. New York: Harper.

Matthies, Aila-Leena (1994): Epävirallisen sektorin ja hyvinvointivaltion suhteiden tarkastelua. Väitöskirja, Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Matthies, Aila-Leena (1996): Hyvinvoinnin sekatalous ja suomalaiset välittävät verkostot. Teoksessa Matthies, Aila-Leena, Ulla Kotakari & Marianne Nylund. Välittävät verkostot. Tampere: Vastapaino, 11–29.

Matthies, Aila-Leena & Kotakari, Ulla & Nylund, Marianne (1996): Välittävät verkostot. Tampere: Vastapaino.

Merrell, Joy (2000): Ambiguity: Exploring the Complexity of Roles and Boundaries When Working with Volunteers in Well Woman Clinics. *Social Science & Medicine*, 51 (1), 93–102.

Mielonen, Maija (2019a): Maaseudun tukihenkilöverkon koordinaattori. Suullinen tiedonanto 8.2.2019.

Mielonen, Maija (2019b): Maaseudun tukihenkilöverkon koordinaattori. Kirjallinen tiedonanto 2.7.2019.

Mikkonen, Irja (1996): Sairastuneiden vertaisryhmät ja terveydenhuollon ammattilaiset. Teoksessa Matthies, Aila-Leena, Ulla Kotakari & Marianne Nylund. Välittävät verkostot. Tampere: Vastapaino, 217–225.

Mikkonen, Irja (2009): Sairastuneen vertaistuki. Väitöskirja. Kuopion yliopiston julkaisuja, E, Yhteiskuntatieteet. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Mikkonen, Irja & Saarinen, Anja (2016): Katsaus vertaistukeen. Helsinki: Irja Mikkonen.

Momose, Yumiko & Asahara, Kiyomi & Murashima, Sachiyo (2003): A Trial to Support Family Caregivers in Long-Term Care Insurance in Japan: Self-Help Groups in Small Communities. *Home Health Care Management & Practice*, 15 (6), 494–499.

Munnukka, Terttu & Kiikkala, Irma (2001): Virtuaalihiliekkalaatikko. Äitien kokemuksia Internetin postituslistoista arjen apuna. *Yhteiskuntapolitiikka*, 66 (6), 513–522.

Munnukka, Terttu & Kiikkala, Irma & Valkama, Katri (2005): Vertaiset verkossa. Nettiäidit virtuaalihiliekkalaatikolla. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Tampere: Vastapaino, 236–254.

Mäkelä, Klaus (1998): AA keskinäisen avun ja identiteettityön liikkeenä. Teoksessa Ilmonen, Kaj & Martti Siisiäinen (toim.): *Uudet ja vanhat liikkeet*. Tampere: Vastapaino, 307–332.

Mäkelä-Pusa, Pirkko & Terävä, Kimmo & Manka, Marja-Liisa (2011): Yrittäjien työhyvinvointi, työkyky ja kuntoutus. Selvitysraportti pienyrittäjien ja maatalousyrittäjien työkyvystä, hyvinvoinnista, työkyvyntuen ja kuntoutuksen tarpeesta. *Kuntoutussäätiön työselosteista 41*. Helsinki: Kuntoutussäätiö.

Mönkkönen, Kaarina (2005): Toiminnallinen vaikuttaminen. Maallikkous vuorovaikutuksen energianlähteenä. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Tampere: Vastapaino, 277–304.

Niemelä, Jari (2004): Hevosista traktoreihin – lannasta väkilannoitteisiin. Teoksessa Markkola, Pirjo (toim.): *Suomen maatalouden historia: 3. Suurten muutosten aika. Jälleenrakennuskaudesta EU-Suomeen*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 187–229.

Niemelä, Jari (2008): Talonpoika toimessaan. Suomen maatalouden historia. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Niemelä, Jorma (2003): Järjestöt ajan hengen uudistajina. Teoksessa Niemelä, Jorma & Virpi Dufva (toim.): Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Jyväskylä: PS-kustannus, 108–131.

Niemi, Jyrki & Ahlstedt, Jaana (2009): Suomen maatalous ja maaseutuelinkeinot 2009. Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus. PUBLICATIONS 109. Helsinki: MTT Taloustutkimus.

Niittykangas, Hannu & Siiskonen, Pirjo & Simula, Anna-Leena & Sipola, Hannu & Survo, Ilpo & Varmola, Risto (1987): Maaseudun elinvoimaisuus -tutkimusohjelma: Raportti 1. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Nylund, Marianne (1996): Suomalaisia oma-apuryhmiä. Teoksessa Matthies, Aila-Leena, Ulla Kotakari & Marianne Nylund (toim.) Välittävät verkostot. Vastapaino, Tampere. 193–205.

Nylund, Marianne (1997): Oma-apuryhmät vapaaehtoisuuden ja julkisen välimaastossa: oma-aputoiminnan valtakunnallinen kehittämisselvitys 1994-96. Omaehtoisen kehityksen julkaisuja, Sarja C, Oma-aputoiminta. Helsinki: Kansalaisareena ry.

Nylund, Marianne (1999): Oma-apuryhmät välittäjinä arjessa. Teoksessa Hokkanen, Liisa, Petri Kinnunen & Martti Siisiäinen (toim.): Haastava kolmas sektori. Pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto, 116–134.

Nylund, Marianne (2005): Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 195–213.

Nylund, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (2005): Vapaaehtoisuuden anti, arvot ja osallisuus murroksessa. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 13–38.

Ojala, Toini & Uutela, Antti (1993): Rakentava vuorovaikutus. Helsinki: WSOY.

Peltola, Sini (1996): Kasvun ihme auttaa jaksamaan: Teoksessa Itävaara, Mikko (toim.): Maaseudun voima ja rohkeus. Helsinki: Maaseudun sivistysliitto, 11–14.

Peltonen, Matti (1992): Talolliset ja torpparit. Vuosisadan vaihteen maatalouskysymys Suomessa. Historiallisia tutkimuksia 164. Vammala: Suomen historiallinen seura.

Pessi, Anne Birgitta (2008): Suomalaiset auttajina ja luottamus avun lähteisiin: RAY:n juhluvuoden kansalaiskyselyjen tulokset. RAY:n avustustoiminnan raportteja, 19. Helsinki: Raha-automaattiyhdistys.

Pessi, Anne Birgitta & Oravasaari, Tomi (2010): Kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä. Tutkimus RAY:n avustamien sosiaali- ja terveysjärjestöjen vapaaehtoistoiminnasta. RAY:n avustustoiminnan raportteja, 23. Helsinki: Raha-automaattiyhdistys.

Polanyi, Michael (1967): *The Tacit Dimension*. London: Routledge & Keagan Paul Ltd.

Porkka, Suvi-Tuuli (2009): Vapaaehtoistyön työnohjaus. Teoksessa Niemelä, Jorma & Virpi Dufva (toim.): Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhannella. Jyväskylä: PS-kustannus, 52–66.

Pråhl-Ollila, Mia (1995a): Nuoret viljelijät maatalouden murroksessa. Espoo: Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen julkaisuja 1/1995.

Pråhl-Ollila, Mia (1995b): Nuoret viljelijät maatalouden murroksessa II. Seurantatutkimus kesällä 1995. Espoo: Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen julkaisuja 4/1995.

Pråhl-Ollila, Mia (1997): Selviytyjiä, epätietoisia ja putoajia. Nuoren viljelijäväestön erilaistuminen. Espoo: Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen julkaisuja.

Pättiniemi, Pekka (2007): Yhteisötalous Suomessa. Teoksessa Laurinkari, Juhani (toim.): Yhteisötalous. Johdatus perusteisiin. Helsinki: Palmenia, 93–120.

Rauhala, Pirkko-Liisa & Virokangas, Elina (2011): Sosiaalityön tutkimuksen etiikka, opettaminen ja tietoarvo. Teoksessa Pehkonen, Aini & Marja Väänänen-Fomin. Sosiaalityön arvot ja etiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 235–255.

Roiko-Jokela, Heikki (2004): Asutustoiminnalla sodasta arkeen. Teoksessa Markkola, Pirjo (toim.): Suomen maatalouden historia: 3. Suurten muutosten aika. Jälleenrakennuskaudesta EU-Suomeen. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 27–90.

Ruohonen, Marita (2003): Järjestöt vapaaehtoistoiminnan areenoina ja mahdollistajina. Teoksessa Niemelä, Jorma & Virpi Dufva (toim.): Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen vuosikokousraportti. Jyväskylä: PS-kustannus, 40–55.

Ruuskanen, Petri & Selander, Kirsikka & Anttila, Timo (2013): Palkkatyössä kolmannella sektorilla. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja, työ ja yrittäjyys 20/2013. Helsinki: Työ- ja elinkeinoministeriö.

Ruusuvirta, Minna & Saukkonen, Pasi (2015): Taiteen ja kulttuurin kolmas sektori. Teoksessa Heiskanen, Ilkka, Anita Kangas & Ritva Mitchell (toim.): Taiteen ja kulttuurin kentät. Perusrakenteet, hallinta ja lainsäädäntö. Helsinki: Tietosanoma, 354–374.

Ruusuvuori, Johanna & Nikander, Pirjo & Hyvärinen, Matti (2010): Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna, Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.): Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino, 9–36.

Räisänen, Ritva (2007): Lapsettomuuden kokemus ja vertaistuki Internetin keskusteluryhmissä. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto.

Rönberg, Leif (1999): Eriytynyt ja moniulotteinen kolmas sektori. Teoksessa Hokkanen, Liisa, Petri Kinnunen & Martti Siisiäinen (toim.): Haastava kolmas sektori. Pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto, 78–100.

Salmela-Aro, Katariina & Nurmi, Jan-Erik (2017): Mikä meitä liikuttaa. Motivaatiopsykologian perusteet. 3. täysin uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Saukkonen, Pasi (2013): Kolmas sektori – vanha ja uusi. Kansalaisyhteiskunta, 4 (1), 6–31. <<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/51437/KY2013-1artsaukkonen.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>, luettu 27.3.2019.

Scherer, Lisa & Allen, Joseph A. & Harp, Elizabeth R. (2016): Grin and bear it: An examination of volunteers' fit with their organization, burnout and spirituality. Burnout Research, 3 (1), 1–10.

Sihvo, Tuire (1996): Kansalaisvastuu ja hyvinvointipalvelut. Teoksessa Matthies, Aila-Leena, Ulla Kotakari & Marianne Nylund. Välittävät verkostot. Tampere: Vastapaino, 165–176.

Siisiäinen, Martti (1996): Yhteiskunnalliset liikkeet, yhdistykset ja hyvinvointivaltio. Teoksessa Matthies, Aila-Leena, Ulla Kotakari & Marianne Nylund (toim.) Välittävät verkostot. Tampere: Vastapaino, 33–48.

Siiskonen, Pirjo (2004): Maatilyrityksenä ja viljelijäperheen kotina. Teoksessa Markkola, Pirjo (toim.): Suomen maatalouden historia: 3. Suurten muutosten aika. Jälleenrakennuskaudesta EU-Suomeen. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 289–311.

Silvasti, Tiina (1996): Viljelijöiden ajatukset ja tunteet maatalouden murroksessa. Espoo: Maatalousyrittäjien eläkelaitos.

Silvasti, Tiina (2001): Talonpojan elämä. Tutkimus elämäntapaa jäsentävistä kulttuurisista malleista. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Silvasti, Tiina (2010a): Maatalouden murros – Ehkäisevän sosiaalipolitiikan mahdollisuus ja keinot. Teoksessa Maatilan varjossa. Rakennemuutoksen anatomiaa. Helsinki: Helsingin yliopisto, Yliopistopainon kirjamyynti, 25–49.

Silvasti, Tiina (2010b): Viljelijäväestön syntipukkipokokemus. Teoksessa Maatilan varjossa. Rakennemuutoksen anatomiaa. Helsinki: Helsingin yliopisto, Yliopistopainon kirjamyynti, 51–60.

Silvasti, Tiina (2010c): Maatalouden rakennemuutoksen sosiaaliset seuraukset – ja erityisesti se, minkä vuoksi ne eivät kiinnosta juuri ketään. Teoksessa Maatilan varjossa. Rakennemuutoksen anatomiaa. Helsinki: Helsingin yliopisto, Yliopistopainon kirjamyynti, 199–229.

Silvasti, Tiina (2010d): Kun on luovuttava, tuleeko myös luovuttaa? Teoksessa Maatilan varjossa. Rakennemuutoksen anatomiaa. Helsinki: Helsingin yliopisto, Yliopistopainon kirjamyynti, 231–271.

Silvasti, Tiina (2014a): Maataloudesta luopuneet. Teoksessa Lempiäinen, Kirsti & Tiina Silvasti (toim.): Eriarvoisuuden rakenteet. Haurastuvat työmarkkinat Suomessa. Tampere: Vastapaino, 126–158.

Silvasti, Tiina (2014b): Sisällönanalyysi. Teoksessa Massa, Ilmo (toim.): Polkuja yhteiskuntatieteelliseen ympäristötutkimukseen. Helsinki: Gaudeamus, 33–48.

Sorri, Hannu (2005): Elämän käänneet. Arvojen ja identiteetin muutokset. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 277–304.

Suikkanen, Asko & Rostila, Ilmari (1999): Päättävä vuosituhat ja sosiaalinen järjestys. Teoksessa Hokkanen, Liisa, Petri Kinnunen & Martti Siisiäinen (toim.): Haastava kolmas sektori. Pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto, 288–309.

Sulin, Auli (2001): Maaseudun tukihenkilöverkko: tukea ihmiseltä ihmiselle. Maaseudun tukihenkilöverkon synty ja kasvu vuosina 1996-2000. Espoo: Maatalousyrittäjien eläkelaitos.

Suutarinen, Juha (2009): Maatalousyrittäjien henkinen hyvinvointi ja jaksaminen. Julkaisussa Niemi, Jyrki ja Jaana Ahlstedt (toim.): Suomen maatalous ja maaseutuelinkeinot. Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus. PUBLICATIONS 109. Helsinki: MTT Taloustutkimus, 62–64.

Syöpäjärjestöt. Tukihenkilötoiminta.

<<https://www.syopajarjestot.fi/osallistu/tukihenkilotoiminta/>>, luettu 19.3.2019.

Taskinen, Satu (2017): Vertaistuki verkossa. Kuinka internet-välitteistä tukea käytetään? Pro gradu -tutkielma. Itä-Suomen yliopisto.

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Vammaispalvelujen käsikirja: Sopeutumisvalmennus. <<https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/tuki-ja-palvelut/sopeutumisvalmennus>>, luettu 21.3.2019.

Terveyskylä. Mitä on vertaistuki? Vertaistalo, Tietoa vertaistuesta.

<<https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/mit%C3%A4-on-vertaistuki#>>, luettu 21.3.2019.

Trenholm, Sarah & Jensen, Arthur (2008): Interpersonal communication. 6. painos. New York: Oxford University Press.

Tukityön viisitoista vuotta. Maaseudun tukihenkilöverkon toiminta vuosina 2001–2016. ”Aina kannattaa auttaa taitojensa mukaan” (2016): Maaseudun tukihenkilöverkko. Maaseudun terveysterveys- ja lomahuolto ry.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2018): Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2009): Humanistisen, yhteiskuntatieteellisen ja käyttäytymistieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet ja ehdotus eettisen ennakoarvioinnin järjestämiseksi. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2012): Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta.

Työterveys ja maatalous Suomessa 1992 (1994): Toimittanut Susitaival, Päivikki. Kansaneläkelaitoksen julkaisuja 133. Helsinki: Kansaneläkelaitoksen tutkimus- ja kehitysyksikkö.

Työterveys ja maatalous Suomessa 2004. Maatalousympäristön terveydelliset riskit ja niihin vaikuttaminen (2006): Toimittanut Rissanen, Päivi. Kuopio: Työterveyslaitos.

Työterveys ja maatalous Suomessa 2014 (2016): Kirjoittajat: Perkiö-Mäkelä, Merja & Hirvonen, Maria & Kinnunen, Birgitta & Koponen, Milja & Louhelainen, Kyösti & Mäntälä, Jukka & Sipponen, Jouni & Torpström, Anne. Helsinki: Työterveyslaitos.

Valliluoto, Sari (2014): Vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista ja esteistä. Kilpailu- ja kuluttajaviraston selvityksiä, 4/2014. Helsinki: Kilpailu- ja kuluttajavirasto. <https://media.sitra.fi/julkaisut/Muut/Vapaaehtoistoiminnan_mahdollisuuksista_ja_esteista.pdf>, luettu 27.3.2019.

Vasalampi, Kati (2017): Itsemääräämisteoria. Teoksessa Salmela-Aro, Katariina & Jari-Erik Nurmi (toim.): Mikä meitä liikuttaa. Motivaatiopsykologian perusteet. 3. täysin uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 54–65.

Vertio, Harri (2003): Järjestöt asiantuntijoina. Teoksessa Niemelä, Jorma & Virpi Dufva (toim.): Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhanella. Jyväskylä: PS-kustannus, 56–63.

Vihinen, Hilikka (2004): Maaseudun muutos. Teoksessa Markkola, Pirjo (toim.): Suomen maatalouden historia: 3. Suurten muutosten aika. Jälleenrakennuskaudesta EU-Suomeen. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 402–440.

Wijkström, Filip (2011): “Charity-Speak and Business-Talk”. The On-Going (Re)hybridization of Civil Society. Teoksessa Wijkström, Filip & Annette Zimmer (toim.): Nordic Civil Society at a Cross-Roads. Transforming the Popular Movement Tradition. Baden-Baden: Nomos, 27–54.

Wilska-Seemer, Kati (2005): Voimaantumisen vammaisten naisten vertaisryhmissä. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 255–273.

Yeung, Anne Birgitta (2004): Individually Together. Volunteering in Late Modernity: Social Work in the Finnish Church. Väitöskirja. Helsingin yliopisto. Helsinki: The Finnish Federation for Social Welfare and Health.

Yeung, Anne Birgitta (2005a): Tutkimustyökaluja vapaaehtoisuuden mysteerin. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 83–103.

Yeung, Anne Birgitta (2005b): Vapaaehtoistoiminnan timantti. Miten mallintaa motivaatioita? Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 104–125.

Yeung, Anne Birgitta & Grönlund, Henrietta (2005): Nuorten aikuisten arvot, asenteet ja osallisuus. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta Yeung (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 167–191.

Yle Uutiset (8.8.2018): Jopa 1100 lypsykarjatilaa lopettaa vuoteen 2020 mennessä – Heikot sadot, tappiot ja uupumus kaatavat maataloja. Timo Seppänen. Päivitetty 9.8.2018. Saatavilla <<https://yle.fi/uutiset/3-10339874>>, luettu 9.4.2019.

Haastattelurunko tukihenkilöiden temahaastatteluun

LYHYT KUVAILU VERTAISEN OMISTA TAUSTOISTA

-Millainen on vertaisen oma tausta maatalousyrittäjänä? Miten päätyi maatalousyrittäjäksi? Millainen tila? Työskenteleekö tilalla muita?

-Onko maatalous ainoa elinkeino vai onko rinnalla esim. metsätaloutta? Käykö vertainen (tai mahdollisesti vertaisen puoliso) tilan ulkopuolisissa töissä?

Jos tukihenkilöt eivät itse kerro esim. viljelijöiden ja maatalouden asemasta yhteiskunnassa, vallitsevasta maatalouspolitiikasta, EU:sta (esim. cap:n uudistusyrityksestä), voit kysyä niistä haastattelun loppuksi.

MILLAINEN ROOLI VERTAISELLA ON SUHTEESSA VILJELIJÄÄN?

-Kuinka moni viljelijä (noin suunnilleen) on ollut haastateltavaan tukihenkilöön yhteydessä?

-Millaisessa tilanteessa viljelijä ottaa yhteyttä tukihenkilöön? Miksi juuri tukihenkilöön, eikä esim. ”ammattiauttajaan”? Onko kynnys pyytää apua (myös) tukihenkilöltä korkea?

-Miten viljelijä ottaa yhteyttä tukihenkilöön?

-Mitä viljelijät haluavat tukihenkilöltä?

-Kuinka kohtaamiset viljelijöiden kanssa ovat menneet?

-Onko kaksoisroolissa ollut ongelmia?

-Mikä on vertaistuen merkitys viljelijöille vertaisen mielestä? Auttaako se, että vertainen ”tietää jo valmiiksi”, millainen viljelijöiden elintapa on?

MITÄ MAATALOUDEN VAPAAEHTOISET TUKIHENKILÖT AJATTEVAT VILJELIJÖIDEN NYKYTILANTEESTA JA -JAKSAMISESTA?

-Millainen tilanne suomalaisilla viljelijöillä on vertaisen mielestä tällä hetkellä? Mitkä asiat ovat erityisen ongelmallisia? Mihin suuntaan tilanne vaikuttaa olevan menossa?

-Kuinka viljelijöitä voisi ja pitäisi auttaa vertaisen mielestä?

-Kenen vastuulla viljelijöiden aseman ja jaksamisen parantaminen on vertaisen mielestä? Valtion? EU:n? Onko vastuu ensisijaisesti viljelijöillä itsellään? Mikä vastuu on suomalaisilla kuluttajilla?

MIKSI VILJELIJÄ / MAATALOUSYRITTÄJÄ TOIMII VAPAAEHTOISENA TUKIHENKILÖNÄ?

-Milloin vertainen on aloittanut tukihenkilönä? Mitkä asiat vaikuttivat päätöksen syntyseen?

-Mikä on tukihenkilönä toimimisessa parasta? Entä rankinta?

-Onko vertainen harkinnut tukihenkilönä toimimisen lopettamista?

-Onko tukihenkilönä toimiminen muuttanut vertaisen mielipiteitä / näkökulmia?

-Mikä motivoi toimimaan vapaaehtoisena?

-Millaisia ominaisuuksia vertaisella pitää olla?

KUINKA VERTAINEN JAKSAA ITSE?

-Onko vertainen kokenut tarvitsevänsä itse apua? Jos on, mistä / keneltä vertainen on saanut tukea?

-Mitkä asiat lisäävät vertaisen hyvinvointia?

-Voiko vertainen olla yliempaattinen ja väsyä tai kyynistyä?

KUINKA AUTTAA VÄSYNYTTÄ VILJELIJÄÄ?

Tutkimus viljelijöiden vertaistuesta ja tukihenkilötoiminnasta

Sinua pyydetään haastateltavaksi tutkimukseen, jossa selvitetään Maaseudun tukihenkilöverkkoon kuuluvien vapaaehtoisten tukihenkilöiden ajatuksia suomalaisten viljelijöiden nykytilanteesta ja -jaksamisesta. Tutkimuksessa kartoitetaan, mikä on vertaistuen merkitys viljelijöille tukihenkilöiden näkökulmasta ja selvitetään, kuinka tukihenkilöt näkevät oman tilanteensa ja asemansa suhteessa auttamiinsa viljelijöihin. Lisäksi tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita siitä, mikä motivoi vertaista toimimaan vapaaehtoisena tukihenkilönä ja kysytään, kuinka vertaiset itse jaksavat. Tutkimuksen aineisto on tarkoitettu kerätä haastattelemalla Maaseudun tukihenkilöverkkoon kuuluvia tukihenkilöitä, jotka toimivat itse, tai ovat toimineet, viljelijöinä tai maatalousyrittäjinä.

Haastattelut tallennetaan äänitallenteiksi, jonka jälkeen ne litteroidaan tekstimuotoon. Haastatteluiden osia voidaan käyttää tulosten raportoinnissa ja tutkimusjulkaisuissa, mutta osallistujien anonymiteetti turvataan ja heidän henkilöllisyytensä pidetään salassa. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää myös opetuksessa. Digitaaliseen aineistoon on pääsy vain käyttäjätunnuksella ja salasanalla. Osallistuminen tutkimukseen on täysin vapaaehtoista. Tutkitavilla on tutkimuksen aikana oikeus kieltäytyä tutkimuksesta ja keskeyttää tutkimukseen osallistuminen missä vaiheessa tahansa.

HAASTATTELUTEEMAT:

1. Lyhyt kuvailu vertaisen omista taustoista.
2. Millainen rooli vertaisella on suhteessa viljelijään?
3. Mitä maatalouden vapaaehtoiset tukihenkilöt ajattelevat viljelijöiden nykytilanteesta ja -jaksamisesta?
4. Miksi viljelijä / maatalousyrittäjä toimii vapaaehtoisena tukihenkilönä?
5. Kuinka vertainen jaksaa itse?

Jokaisen teeman alla voidaan tilannekohtaisesti tehdä tarkentavia kysymyksiä.

SUOSTUMUS

Olen perehtynyt toteutettavan tutkimuksen tarkoitukseen ja sisältöön, kerättävän tutkimusaineiston käyttöön. Voin halutessani peruuttaa tai keskeyttää osallistumiseni tai kieltäytyä tutkimukseen osallistumisesta missä vaiheessa tahansa. Tutkimustuloksiani ja kerättyä aineistoa saa käyttää ja hyödyntää sellaisessa muodossa, jossa yksittäistä tutkittavaa ei voi tunnistaa. Olen saanut tiedon, että tutkimusta varten kerättävä aineisto on luonteeltaan luotamuksellista. Aineistona käytettäviä äänitallenteita ei esitetä julkisesti missään, vaan ne

ovat ainoastaan tutkimuskäytössä ja ne säilytetään suojattuina. Tallennetut haastattelut kirjoitetaan analyysiä varten tekstimuotoon. Tiedän, että tutkimusaineistoa raportoidessa keskusteluja voidaan lainata sanatarkasti, mutta osallistujien henkilöyteen ei milloinkaan viitata tutkimuksesta julkaistavissa teksteissä. Tiedän, että tutkimukseen osallistuvilla on myös oikeus milloin tahansa vetäytyä tutkimukseen osallistumisesta.

Annan suostumukseni siihen, että haastattelu nauhoitetaan äänitallenteeksi tutkimuskäyttöä varten ja että haastattelua käytetään edellä kuvatulla tavalla.

_____/____/2018

Haastattelupaikkakunta, haastatteluun osallistuvan allekirjoitus ja nimen selvennys

Suostumuksen vastaanottajan allekirjoitus ja nimen selvennys

Tutkijoiden yhteystiedot:

Sara Niskanen
+358 505308082

niskanen.sara@gmail.com

Tiina Silvasti
Tutkielman ohjaaja

+358408054218
tiina.silvasti@jyu.fi

Liite 3: Vertaisten motiivit

Teema	Mistä koodeista teema muodostuu	Kuka mainitsee	Oma kommentti, täsmennys yms.
Yhteiskunnalliset syyt	Huoli Suomen ravinnon-tuotannon omavaraisuudesta; huoli Suomen kokonaisturvallisuudesta; vaikuttaminen	M1; N1; N4; N5; N3; M4; M5	Tukihenkilötoimimalla vertainen haluaa osoittaa solidaarisuutta viljelijöitä kohtaan ja auttamalla viljelijöitä vaikuttaa yhteiskunnalliseen epäkohtaan: viljelijäväestön aliarvostukseen. Kontekstuaalinen teema.
Altruismi ja halu auttaa	Auttaminen; palkitsevuus; intuitio	Kaikki	Auttaminen koetaan jo itsessään palkitsevana. Tukihenkilö kokee saavansa myös itse auttaessaan muita.
Omakohmainen kokemus kriisistä selviämisestä	Oma kriisikokemus; läheisen kriisikokemus	M2; N3; M1; M3; N1; N2	Käännekohta elämässä. Kriisistä selviämisen vaikutus arvoihin ja halu toimia niiden mukaisesti.
Elämänasenne	Oma uteliaisuus; oma aktiivisuus; tausta vapaaehtoistoiminnassa; tausta järjestötoiminnassa; tausta luottamushenkilönä; koulutusmyönteisyys; tausta sosiaalialalla; tausta EU-neuvojana	Kaikki	Koulutusmyönteisyys: halu itsensä ja maaseudun kehittämiseen. Uuden oppiminen elämän asenteena. Tukitoiminnan vapaamuotoisuus ja vapaaehtoisuus motivoi.
Tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt	Tukihenkilöverkon toiminta; muut tukihenkilöt	M2; M4; N5; N4; N1	Liittyy osittain edelliseen teemaan: verkon koulutukset ja sosiaalinen toiminta yhdessä muiden tukihenkilöiden kanssa. Tukihenkilöillä voimakas me-henki.

Liite 4: Vertaisten roolit

Teema	Mistä koodeista teema muodostuu	Kuka mainitsee	Oma kommentti, täsmennys yms.
Toimiva kaksoisrooli	Omaksuttu rooli; joustava rooli; luontainen rooli; antoisa rooli; muutoksen seuraaja	Kaikki	Kaksoisrooli: oma tausta maatalousyrittäjänä ja muiden maatalousyrittäjien auttajan rooli. Kaksoisrooli koetaan vahvuudeksi.
Vierellä kulkija	Vertainen; anonyymi auttaja; kaveri; tuttu auttaja; myötäeläjä; ymmärtäjä; kuuntelija; suvaitsevainen; lyhytaikainen auttaja; pitkäaikainen auttaja; keskustelukumppani; kannustaja; kyläilijä; ensi-auttaja; sosiaalinen rooli; vierellä kulkija; haastava rooli; vastuullinen rooli	Kaikki	Vierellä kulkijan rooli koetaan hyvin myönteisenä, mutta toiminnasta tunnistettiin myös haasteita, joita olivat erityisesti rajojen asettaminen ja tukihenkilön vastuu.
Verkon jäsen	Verkon jäsenen rooli; ammattimainen rooli; vaikuttajan rooli	Kaikki	Maaseudun tukihenkilöverkko luo tukihenkilötoiminnalle puitteet ja säännöt. Muiden tukihenkilöiden tuki: tuettava voidaan esim. ohjata ottamaan yhteyttä toiseen tukihenkilöön. Roolin kautta voidaan myös vaikuttaa konkreettisesti.
Asiantuntija	Tiedonetsijä; neuvonantaja; konkari; kokemusasiantuntija; kysymysten esittäjä	Kaikki	Asiantuntijaa pyydetään etsimään tietoa ja häneltä kysytään neuvoja. Asiantuntija hyödyntää elämäkokemustaan ja tiedonetsijän taitojaan.

Liite 5: Vertaisten hyvinvointiin vaikuttavat tekijät

Teema	Mistä koodeista teema muodostuu	Kuka mainitsee	Oma kommentti, täsmennys yms.
Hyvinvointia tukevat tekijät	Vapaa-aika; harrastukset; läheiset ihmiset; seurakunta; ----- tukihenkilöverkon työnhajaus; koulutukset; toiset tukihenkilöt; mahdollisuus jäädä tauolle; ----- onnistumisen kokemukset; kiitoksen saaminen; palautteen saaminen; heikomman puolustaminen; altruismi; omien kokemusten hyödyntäminen; oman jaksamisen tunnistaminen; kiitollisuus; maataloustyö	Kaikki	Kaikilla tukihenkilöillä on elämässään lukuisia hyvinvointia tukevia tekijöitä. Hyvinvoinnin tekijät voidaan jakaa vielä kolmeen kategoriaan: vapaa-aika ja perhe; tukihenkilöverkko ja toiset tukihenkilöt sekä kolmantena tukityö ja maataloustyö. Jaksamista tukee kyky säädellä läheisyyttä ja etäisyyttä tuettaviin ja tukityöhön.
Hyvinvointia heikentävät/mahdollisesti heikentävät tekijät	Liian monta tuettavaa kerralla; ajan käytön haasteet; byrokratia; yliempaattisuus; haastavat tilanteet tukityössä; tukityöstä irrottautuminen; markkinointi; viljelijöiden yleinen tilanne; elämäntilanteiden muutokset; oma elämäntilanne muistuttaa liikaa tuettavan tilannetta	Kaikki	Kukaan tukihenkilöistä ei pitänyt tukityötä liian kuormittavana eikä valtaosa ollut edes harkinnut tukihenkilötoiminnan lopettamista. Tukihenkilöt tunnistivat kuitenkin erilaisia tilanteita ja seikkoja, jotka voisivat vaikuttaa kielteisesti heidän hyvinvointiinsa.