



Kansalaisareena



# Osaamista vapaaehtoistyöstä

- opettajien opas vapaaehtoistoiminnan kurssille

AINO KOSTIAINEN JA HELI LUMIARO

Kansalaisareenan julkaisuja 1/2018





Julkaisija: Kansalaisareena ry

ISSN 2489-5792

ISBN 978-952-5116-15-1

Teksti: Aino Kostainen ja Heli Lumiaro

Ulkoasu: Teppo Jäntti / Kallo Works

Taitto ja toimitus: Heidi Kervinen

Kannen kuva: Melissa Hanhiova

## **LUKIJALLE 4**

### **OSA 1: VAPAAEHTOISTOIMINNAN KURSSEISTA OSAAMISTA JA HYVINVOINTIA NUORILLE 6**

Hyvinvointia ja osallisuutta 6

Osaamista ja urapolkujen kokeilemistä 7

Vapaaehtoistoiminnan kurssi madaltaa kynnystä osallistua 8

### **OSA 2: TIETOA VAPAAEHTOISTYÖSTÄ - TUKEA VAPAAEHTOISTOIMINNAN KURSSIN VETÄMISEEN 9**

Vapaaehtoistyö Suomessa 9

Talkootyöstä pop-up keikkoihin - vapaaehtoistoiminnan historiasta 11

Vapaaehtoistoiminnan tulevaisuus 13

Yhteisen hyvän puolesta - vapaaehtoistyön määritelmä 13

Vapaaehtoisen oikeudet ja velvollisuudet 15

Vastuukysymykset koulujen vapaaehtoistoiminnan kursseilla 16

Vapaaehtoisen jaksamisesta huolehtiminen 16

Vapaaehtoistoiminnan laaja kenttä 17

Erilaisia vapaaehtoistehtäviä 19

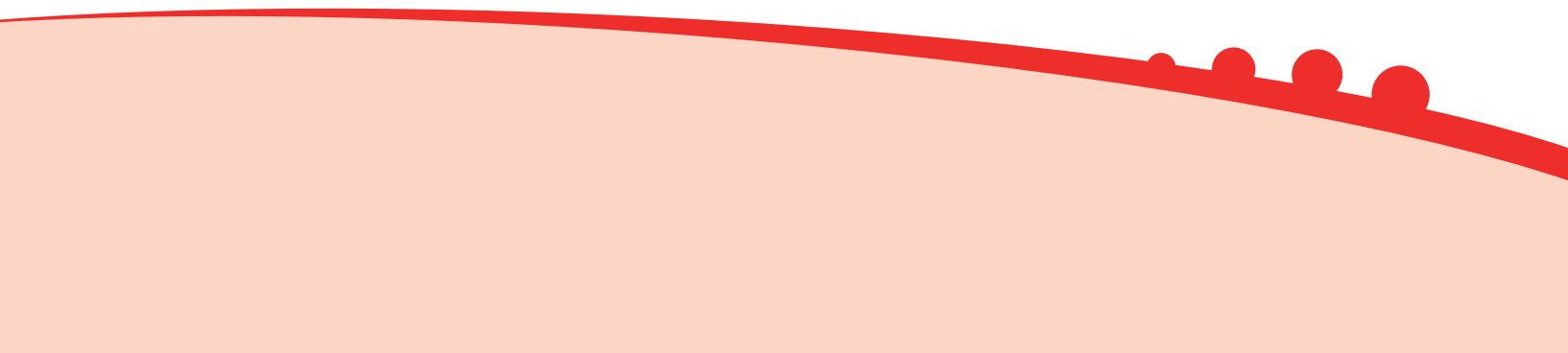
Videoita vapaaehtoistoinnasta 22

Vapaaehtoistoinnassa kertyviä taitoja 22

Vapaaehtoistoiminnan verkostot 23

Muistilista vapaaehtoistoiminnan kurssin vetämiseen 24

## **LÄHTEET 26**



**S**uomalaiset ovat ahkeria vapaaehtoisia, sillä noin 42 % suomalaisista tekee vapaaehtoistyötä. Vaikka vapaaehtoistyö on Suomessa yleistä, nuoret osallistuvat vapaaehtoistyöhön vähemmän kuin muut ikäryhmät. Mielenkiintoa vapaaehtoistyötä kohtaan kuitenkin löytyy, sillä liki 80 % nuorista on kiinnostunut vapaaehtoistyöstä osana opintojaan. Lisäksi nuoret tekevät tunneissa mitattuna vapaaehtoistyötä enemmän kuin vanhemmat sukupolvet.

Vapaaehtoistyössä kertyy monenlaista osaamista, se vahvistaa nuoren kokemusta omista vaikutusmahdollisuuksista ja lisää tutkitusti hyvinvointia. Mukaan lähteminen voi kuitenkin tuntua hankalalta ja monet nuoret kaipaavat tukea itselle sopivan vapaaehtoistyöpaikan löytämiseen. Siksi oppilaitoksissa tarjottavat vapaaehtoistoiminnan kurssit ovat hyvä keino madaltaa osallistumiskynnystä ja tarjota nuorille hienoja kokemuksia vapaaehtoistoiminnan parissa.

Vapaaehtoistoiminnan kurssi sopii hyvin koulujen opetustarjontaan. Se on yksi vaihtoehto lukion opetussuunnitelman Osaaminen arjessa -kurssiksi ja lisäksi vapaaehtoistoiminta sopii osaksi esimerkiksi historian, yhteiskuntaopin, uskonnon tai elämänkatsomustiedon opetusta. Vapaaehtoistoiminnassa kertyy paljon myös ammatillista osaamista, joten se sopii osaksi ammatillista toisen asteen koulutusta.

Kansalaisareena ry:n Jeesaan – Nuori vapaaehtoistoiminnassa -hankkeessa (2017-2019) on kehitetty malli vapaaehtoistoiminnan kurssien järjestämiseksi toisen asteen oppilaitoksissa. Opetusmateriaaliin sisältyy vapaaehtoistoiminnan peli sekä erilaisia osallistavia harjoituksia. Kaikki materiaali löytyy Kansalaisareenan nettisivuilta [www.kansalaisareena.fi/julkaisut](http://www.kansalaisareena.fi/julkaisut).

Lukijalle

Lisäksi tähän opettajan oppaaseen on koottu taustatietoa vapaaehtoistoinnista. Oppaan lopusta löydät myös opettajan muistilistan, johon on koottu asioita, joita vapaaehtoistoinnin kurssin järjestämisessä kannattaa huomioida. Toivomme oppaan avaavan lukijalleen vapaaehtoistoinnin kenttää ja sen monimuotoisuutta. Vapaaehtoistoinnin parista löytyy runsaasti mahdollisuuksia, oppimista ja iloa.

Oppaassa käytetyt sitaatit ovat Jeesaan-hankkeen kursseille osallistuneilta opiskelijoilta sekä nuorilta, joita Daniela Sumelius haastatteli pro gradu -tutkielmaansa varten. Toivotamme antoisia hetkiä vapaaehtoistoinnin parissa!

Aino Kostiainen & Heli Lumiaro



Kuvassa projektinvetäjä Heli Lumiaro (vasemmalla) ja projektisuunnittelija Aino Kostiainen (oikealla).



## **OSA1: VAPAAEHTOISTOIMINNAN KURSSEISTA OSAAMISTA JA HYVINVOINTIA NUORILLE**

Vapaaehtoistointaan osallistumisesta on nuorille monia hyötyjä: siinä kertyy osaamista ja verkostoja, se lisää hyvinvointia ja vahvistaa tunnetta osallisuudesta, sekä parantaa opiskelu- ja työelämävalmiuksia.



**Olen saanut  
vapaaehtois-  
toimintaan  
osallistumi-  
sista paljon  
lisää  
rohkeutta.**

### **Hyvinvointia ja osallisuutta**

Vapaaehtoistyö nähdään tärkeäksi osaksi demokraattista yhteiskuntaa, ja se on keskeinen tapa vaikuttaa siihen, millainen ympäröivä yhteisö me on. Vapaaehtoistyöhön osallistuminen antaa parhaimmillaan tekijälleen tunteen, että hän on kiinteä osa yhteiskuntaa ja pystyy vaikuttamaan siihen, millaisessa yhteiskunnassa elämme. Myös nuorilla vapaaehtoistyöhön

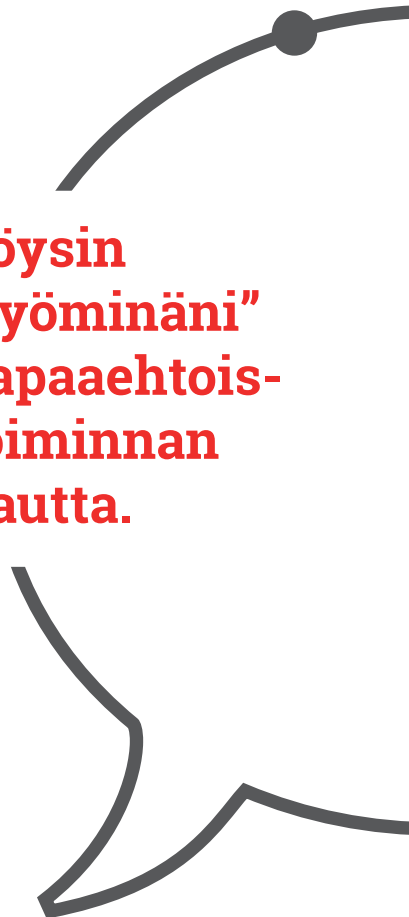
osallistuminen tukee identiteettiä aktiivisina kansalaisina. Sen tunteen vahvistaminen, että omilla teoilla on merkitystä, on kenties yksi parhaista asioista, joita vapaaehtoistyö voi nuorelle tarjota.

Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen lisää tutkitusti myös hyvinvointia. Tutkimuksissa on todettu, että vapaaehtoistyötä tekevät ovat keskimääräistä tyytyväisempiä elämäänsä ja voivat paremmin (Tanskanen & Danielsbacka 2015; European Foundation for the Improvement of Living and Working Condition 2011). Vapaaehtoistyön kautta ihmiset tapaavat uusia ihmisiä ja saavat verkostoja.

### **Osaamista ja urapolkujen kokeilemistä**

Vapaaehtoistoiminnassa kertyy runsaasti osaamista, josta on hyötyä niin opinnoissa kuin työelämässäkin. Esimerkiksi partiossa nuori on voinut oppia ryhmänohjaamista, tapahtumien järjestämistä ja taloushallintoa. Lipaskerääjänä SPR:n nälkäpäivässä hän on puolestaan saanut tietoa kansainvälisestä yhteistyöstä ja globaalista eriarvoisuudesta. Lasten iltapäiväkerhon apuohjaajana hän on voinut oppia vaikkapa kädentaitoja ja kotitaloustaitoja. Monet työnantajat arvostavat sitä, että nuori on ollut aktiivinen, vaikka varsinaista työkokemusta ei vielä olisikaan. Ovet ensimmäiseen kesätyöhön saattavat aueta, kun nuori kertoo vapaaehtoistoiminnassa kertyneestä osaamisestaan.

Monet näistä taidoista osuvat yksiin myös oppilaitosten virallisten osaamistavoitteiden kanssa. Kertyneen osaamisen sanoittaminen ei kuitenkaan aina ole helppoa ja nuori saattaa tarvita apua ja ohjausta oman osaamisen esilletuomiseen. Opiskelijoiden tukeminen vapaaehtoistyössä kertyneen osaamisen tunnistamisessa voi parhaimmillaan vauhdittaa nuoren opintoja sekä auttaa häntä työnhaussa, kun tunnistettu osaaminen löytää tiensä myös opiskelijan ansioluetteloon.




**Löysin  
"työminäni"  
vapaaehtois-  
toiminnan  
kautta.**

Osaamisen lisäksi vapaaehtoistyöhön osallistuminen on opiskelijalle hyvä keino tutustua eri aloihin ja löytää itseä kiinnostava urapolku. Vapaaehtoistyössä voi helposti kokeilla erilaisia tehtäviä ja kokeilut auttavat hahmottamaan omia kiinnostuksenkohteita.

### **Vapaaehtoistoiminnan kurssi madaltaa kynnystä osallistua**

Monet Jeesaan-hankkeen vetämille vapaaehtoistoiminnan kursseille osallistuneet nuoret sanoivat, että ilman koululla järjestettävää kurssia, he eivät olisi rohkaistuneet lähtemään mukaan vapaaehtoistoimintaan. Kurssin kautta kynnys lähteä mukaan oli matalampi ja ohjaajilta sai tarvittaessa tukea. Nuorille oli myös tärkeää, että kurssi järjestettiin nimenomaan omalla koululla, koska silloin osallistuminen oli mahdollisimman helppoa ja vaivatonta.

Nuoret pitivät myös siitä, että he saivat itse päättää, minkälaista vapaaehtoistyötä he tekevät. Tämä motivoi ja innosti opiskelijoita. Kurssi myös avasi opiskelijoille vapaaehtoistoiminnan kirjoja: monet tunsivat kurssille tullessaan lipaskeräämisen ja vanhusten auttamisen, mutta useimmat eivät tienneet, että vapaaehtoistyö voi olla myös vaikkapa valokuvaamista, blogin kirjoittamista, museo-opastusten tekemistä tai ympäristökasvatusta.



**Kurssi avasi  
silmäni: hei  
tämähän on  
helppoa!**



## **OSA 2: TIETOA VAPAAEHTOISTYÖSTÄ – TUKEA VAPAAEHTOISTOIMINNAN KURSSIN VETÄMISEEN**

Vapaaehtoistyöllä on pitkät perinteet, mutta se on myös jatkuvasti muuttuva ja uudistuva kenttä. Mitä kaikkea vapaaehtoistyö voikaan olla? Miltä vapaaehtoistyö Suomessa tällä hetkellä näyttää?



MELISSA HANHIROVA

### **Vapaaehtoistyö Suomessa**

Vapaaehtoistoiminta voi Suomessa hyvin, sillä noin 42 % suomalaisista tekee vapaaehtoistyötä. Jos Suomessa tehdyn vapaaehtoistyön arvo muutettaisiin rahaksi, sen arvo olisi arviolta jopa 3 miljardia euroa. Kansalaisareenan, Kirkkohallituksen ja Opintokeskus Siviksen keväällä 2018 teettämän tutkimuksen mukaan vapaaehtoistyötä tekevien määrä on kas-

vanut viime vuosina. Erityisesti nuorten tekemän vapaaehtoistyön määrä on ollut kasvussa, vaikka vieläkin vapaaehtoistyön tekeminen ei ole nuorten parissa yhtä yleistä kuin vanhempien keskuudessa. (Taloustutkimus 2018.)

Suomessa tehdään tuntimäärällisesti eniten vapaaehtoistyötä lasten ja nuorten, sekä liikunnan ja urheilun parissa. Myös sosiaali- ja terveystalalla sekä ikäihmisten parissa tehtävä vapaaehtoistyö on yleistä. Suosituimpia vapaaehtoistyön muotoja puolestaan ovat auttaminen, talkootyöt ja neuvontatehtävät.

Vapaaehtoistyöhön lähdetään usein siksi, että siinä pääsee auttamaan muita, tapaa uusia ihmisiä ja saa mielekästä tekemistä. Suurimmat esteet vapaaehtoistyöhön osallistumiselle puolestaan ovat ajanpuute ja se, ettei kukaan ole pyytänyt mukaan toimintaan. Kuitenkin noin puolet suomalaisista olisi valmiita tekemään vapaaehtoistyötä, jos heitä pyydetäisiin mukaan. Erityisesti nuoret ovat innokkaita: eri ikäryhmistä 15-24-vuotiaat olisivat kaikkien halukkaimpia osallistumaan, jos heitä pyydetäisiin vapaaehtoisiksi.

**Jos Suomessa tehdyn vapaaehtoistyön arvo muutettaisiin rahaksi, sen arvo olisi arviolta jopa 3 miljardia euroa.**

**42 %** suomalaisista tekee vapaaehtoistyötä.

**32 %** 15-24-vuotiaista nuorista tekee vapaaehtoistyötä.

**76 %** nuorista on kiinnostunut vapaaehtoistoinnasta osana opintojaan.

**69 %** nuorista olisi halukkaita osallistumaan vapaaehtoistyöhön, jos heitä pyydetäisiin mukaan.

(Taloustutkimus 2018.)

## **Talkootyöstä pop-up keikkoihin – vapaaehtoistoiminnan historiasta**

Suomessa vapaaehtoistoiminnalla ja talkootyöllä on pitkät perinteet. Maatalousvaltaisessa yhteiskunnassa kausiapu ja talkootyö ovat olleet välttämättömiä. Järjestäytyneen vapaaehtoistoiminnan juuret puolestaan ulottuvat Suomessa 1800-luvulle, jolloin erilaisia yhdistyksiä alkoi syntyä. Sääty-yhteiskunnan murentuminen oli tuolloin käynnistynyt ja ihmiset etsivät uudenlaista roolia yhteiskunnallisten kysymysten käsittelemiseen (Nylund & Yeung 2005, 24). Vuosisadan lopulle tultaessa yhdistystoiminta oli jo aktiivista ja muun muassa raittiusseuroja, nuorisoseuroja ja kansansivistysyhdistyksiä perustettiin ympäri maata. Samoihin aikoihin alkoi myös työväenliikkeen järjestäytyminen. (Siisiäinen & Kankainen 2009, 93-94.)

Itsenäistymisen ja sisällissodan jälkeen yhdistyskenttä jakaantui yhteiskunnan jakolinjojen mukaan vasemmistolaiseen työväenliikkeeseen ja porvarilliseen yhdistyskenttään (Harju 2010). Toisen maailmansodan jälkeen Suomessa elettiin jälleenrakennuksen kautta ja sitä on myös kutsuttu suomalaisen järjestötoiminnan kultakaudeksi. Maan sisäisen muutto liikkeen myötä ihmisillä oli tarvetta luoda uudenlaista yhteisöä ja monet nuoret olivat myös vaille mielekäästä tekemistä. Yhdistystoiminta oli hyvä väylä purkaa toimintatarmoa ja käsitellä sodan traumoja sekä luoda samalla yhteenkuuluvuutta. (Harju 2010.)

1960- ja -70-luvuilla järjestötoiminta oli poliittisesti ja yhteiskunnallisesti painottunutta, mutta kokonaisuus alkoi moninaistua 1980-luvulle tultaessa. Järjestökentälle syntyi runsaasti muun muassa kulttuuri- ja liikuntajärjestöjä sekä erilaisia elämäntapa- ja identiteettijärjestöjä. Muutoksen myötä järjestökenttä ja sitä kautta myös vapaaehtoistoiminta ovat monipuolistuneet. (Harju 2010.)

**Järjestäytyneen vapaaehtoistoiminnan juuret ulottuvat Suomessa 1800-luvulle, jolloin erilaisia yhdistyksiä alkoi syntyä.**

1990-luvun lama toi uuden sykäyksen vapaaehtoistoimintaan. Lama nosti yhteisöllisiä arvoja voimakkaammin esille ja vapaaehtoistoiminnan merkitys alkoi kasvaa (Nylund & Yeung 2005, 21-26). Vapaaehtoistoiminta tarjosi tekemistä ja merkityksellisyyttä laman ja työttömyyden keskellä. Vuonna 1993 perustettiin myös Kansalaisareena ry sitoutumattomaksi vapaaehtoisesta ja oma-aloitteisen toiminnan yhteistyöfoorumiksi. Kansalaisareena on vapaaehtoistyön informaatio- ja kehittämiskeskus, joka edistää vapaaehtoista ja omaehtoista toimintaa, vertaisuutta ja yhteisöllisyyttä.

2000-luvulla vapaaehtoistoiminnan ja järjestötoiminnan moninaistuminen on jatkunut entisestään. Uutena muutoksena on tullut kasvava kiinnostus lyhytaikaista vapaaehtoistyötä kohtaan. Yhä harvemmat haluavat sitoutua vapaaehtoistoimintaan useiksi vuosiksi vaan vapaaehtoistyötä halutaan tehdä keikkaluonteisesti, silloin kuin se sopii omaan aikatauluun ja elämäntilanteeseen. Verkossa tehtävä vapaaehtoistyö on lisääntynyt, mutta kasvotusten tehtävä vapaaehtoistyö pitää pintansa edelleen.

### **Minkälaista vapaaehtoistyötä tehdään ensisijaisesti? (Taloustutkimus 2018)**

**Pitkäkestoista 42 %**

**Lyhytkestoista 35 %**

**Molempia yhtä paljon 23 %**

**Säännöllistä 52 %**

**Satunnaista 33 %**

**Molempia yhtä paljon 15 %**

**Järjestön tai yhteisön organisoimaa 57 %**

**Organisoimatonta 25 %**

**Molempia yhtä paljon 18 %**

**Netissä 5 %**

**Face to face (kasvotusten) 76 %**

**Molempia yhtä paljon 19 %**

## Vapaaehtoistoiminnan tulevaisuus

Miltä vapaaehtoistoiminnan tulevaisuus näyttää, voiko sitä jotenkin ennakoita? Varmaksi ei mitään voi sanoa, mutta yhteiskunta ympärillämme muuttuu ja se vaikuttaa myös vapaaehtoistointaan.

Tulevaisuudessa ihmiset ja varsinkin nuoret kiinnittyvät yhä enemmän ilmiöihin ja merkityksiin. Palkkatyö ei välttämättä yksin riitä, jolloin vapaaehtoistointa tarjooa enemmän sisältöä elämään. Yksityisen, julkisen ja järjestökentän rajapinnat häviävät. Pop-up muotoinen vapaaehtoistointa on pop samalla kun itseorganisoituminen ja joukkoistaminen nousevat esiin. Myös yksittäisillä some-kampanjoilla voi olla iso muutosvoima.

Teknologinen kehitys ja digitalisaatio, talouden, elinkeinoelämän ja työn muutos, väestörakenteen muutos, monikulttuurisuuden lisääntyminen ja kaupungistuminen - nämä kaikki vaikuttavat myös vapaaehtoistointaan. Samaan aikaan perinteisten suunnittelu- ja organisointimenetelmien rinnalle nousee yhä vahvemmin kokeileva ja ketterä kehittäminen, mikä antaa mahdollisuuden kehittää nopeastikin uudenlaisia vapaaehtoistoiminnan muotoja. Myös ilmastonmuutos ja ympäristökysymykset, demokratian muutos ja osallistumistapojen monipuolistuminen sekä merkityksellisyyden kaipuu ja sen etsintä ovat esimerkkejä muutoksista, jotka heijastuvat vapaaehtoistoiminnan kenttään.

## Yhteisen hyvän puolesta – vapaaehtoistyön määritelmä

Vapaaehtoistyölle voidaan antaa monenlaisia määritelmiä, mutta yleensä se käsitetään palkattomana, yleishyödyllisenä toimintana, jota tehdään omasta vapaasta tahdosta. Esimerkiksi Euroopan Parlamentti (2008) on määritellyt käsitettä neljän kriteerin kautta:

- 1) Vapaaehtoistyö on palkatonta, eikä sitä tehdä taloudellista palkkiota vastaan.

- 2) Sitä tehdään omasta vapaasta tahdosta.
- 3) Se hyödyttää kolmatta osapuolta perheen ja ystäväpiirin ulkopuolella.
- 4) Se on kaikille avointa.

Nylund ja Yeung (2005) ovat puolestaan määritelleet vapaaehtoistoiminnan seuraavasti:

”Palkaton, vapaasta tahdosta kumpuava yleishyödyllinen toiminta, joka useimmiten on organisoitu jonkin tahon avustuksella.”

Vapaaehtoistyö siis eroaa palkkatyöstä erityisesti palkkauksen osalta: vapaaehtoistyöstä ei saa korvausta. Vapaaehtoistyöhön ei myöskään tarvitse sitoutua samalla tavalla kuin työn tekemiseen: vapaaehtoistyön voi lopettaa halutessaan, mutta lopettamisesta on toki aina hyvä ilmoittaa. Vapaaehtoistyö on lähtökohtaisesti myös yleishyödyllistä. Vaikka vapaaehtoistoimintaan kuuluisi esimerkiksi varainkeruuta, on varat käytettävä yleishyödylliseen tarkoitukseen, jotta työ katsotaan vapaaehtoistyöksi.

Vapaaehtoistyö, vapaaehtoistoiminta vai talkootyö? Näitä kaikkia termejä näkee käytettävän, kun tarkoitetaan vapaaehtois pohjalta tehtyä toimintaa. Erityisesti vapaaehtoistyö ja vapaaehtoistoiminta käsitetään usein synonyymeiksi. Myös tässä oppaassa niitä käytetään rinnakkain tarkoittamaan samaa asiaan. Osa toimijoista kuitenkin kokee, että ”vapaaehtoistyö” viittaa liian vahvasti työhön ja siksi he suosivat termiä ”vapaaehtoistoiminta”.

Osa esimerkiksi viranomaisista suosii puolestaan termiä ”talkootyö”. Monet kuitenkin käsittävät sen perinteiseksi talkooauttamiseksi tai tilapäiseksi tapahtuma-avuksi. Termit vapaaehtoistyö ja vapaaehtoistoiminta kattavat paremmin vapaaehtoisuuden koko kirjon: pitkä- ja lyhytkestoisesta vapaaehtoistyöstä, sekä kasvatustien ja etänä tehtävän vapaaehtoistyön.

## TERMIEN KIRJOJA:

- Vapaaehtoistyö
- Vapaaehtoistoiminta
- Talkootyö



## Vapaaehtoisen oikeudet ja velvollisuudet

Vapaaehtoistoiminnan kenttä on huomattavasti vähemmän säädelty kuin esimerkiksi palkkatyö. Monilla vapaaehtoistoimintaa tarjoavilla tahoilla on kuitenkin käytössä esimerkiksi vapaaehtoistoiminnan pelisäännöt tai periaatteet, jotka jäsentävät toimintaa. Osa toimijoista haluaa myös tehdä vapaaehtoisten kanssa sopimuksen, jossa sovitaan toiminnan periaatteista. Sopimus ei ole samalla tavalla sitova, kuin esimerkiksi työsopimus, vaan sen on tarkoitus kertoa vapaaehtoiselle toiminnan periaatteista.

Nämä sopimukset ja pelisäännöt ovat aina toimijakohtaisia, mutta yleisesti vapaaehtoisella ajatellaan olevan seuraavia oikeuksia ja velvollisuuksia. Listauksessa on hyödynnetty muun muassa Helsingin kaupungin opasta sosiaali- ja terveystieteiden vapaaehtoisille.

### Vapaaehtoisella on oikeus:

- toimia vapaaehtoisena, ei työntekijänä
- perehdytykseen
- tukeen ja ohjaukseen
- sitoutua toimintaan itselle sopivaksi ajaksi
- kieltäytyä tarjotusta vapaaehtoistehtävästä
- lopettaa vapaaehtoistoiminta halutessaan
- saada toiminnasta iloa ja jaksamista

### Vapaaehtoisella on velvollisuus:

- toimia vapaaehtoisena, ei työntekijänä
- toimia päihteettömänä
- kunnioittaa vaitiolovelvollisuutta
- pitää kiinni sovituista asioista
- ilmoittaa esteen sattuessa
- noudattaa yhdessä sovittuja pelisääntöjä
- huolehtia omasta jaksamisesta
- ilmoittaa, jos haluaa lopettaa vapaaehtoistoiminnan

## **Vastuukysymykset koulujen vapaaehtoistoiminnan kursseilla**

Koulujen järjestämät vapaaehtoistoiminnan kurssit poikkeavat hieman perinteisestä vapaaehtoistyöstä, varsinkin jos vapaaehtoistyö tehdään kouluajalla. Jos vapaaehtoistyö tehdään kouluajalla, ovat opiskelijat yleensä koulun vakuutuksen piirissä. Mutta entä silloin, jos vapaaehtoistyö on osa opintoja, mutta se ajoittuu iltaan tai viikonloppuun? Opiskelijoiden kanssa on hyvä käydä läpi vapaaehtoistoiminnan kurssilla, milloin ja minkälaisilla ehdoilla he kuuluvat koulun vakuutuksen piiriin vapaaehtoistyötä tehdessään.

Esimerkiksi Jeesaan-hankkeen vetämillä kursseilla opiskelijat kuuluivat koulun vakuutuksen piiriin vapaaehtoistoiminnan aikana, mutta heidän piti ilmoittaa opettajalleen etukäteen, milloin ja minne he ovat menossa vapaaehtoisiksi. Hankkeen aikana huomattiin, että vakuutusasiaa kysyttiin opiskelijoilta usein vapaaehtoispaikassa. Siksi hankkeessa otettiin käyttöön pieni infolappu, jossa oli tärkeimmät tiedot vapaaehtoistoiminnan kurssista, sen kestosta, kurssiin sisältyvästä vapaaehtoistyön määrästä sekä vakuutuksista. Tämä helpottaa nuorten, vapaaehtoispaikan ja koulun välistä kommunikaatiota.

Jos opiskelijat haluavat jatkaa vapaaehtoistyötä kurssin jälkeen, he voivat sopia asiasta suoraan vapaaehtoistyötä tarjoavan organisaation kanssa. Kurssilla on kuitenkin hyvä muistuttaa nuoria siitä, että kaikilla vapaaehtoistoiminnan tarjoajilla ei ole vapaaehtoisille tarkoitettua ryhmätapaturma- tai talkoovakuutusta.

## **Vapaaehtoisten jaksamisesta huolehtiminen**

Vapaaehtoistyö antaa tekijälleen iloa, hyvinvointia ja uutta virtaa. Joskus voi kuitenkin käydä niin, että vapaaehtoistyö alkaa viedä liikaa voimia. Va-

**Vakuutusten  
kattavuus  
kannattaa  
käydä läpi.**

vapaaehtoiselle on saattanut kasaantua liikaa tekemistä, oma elämäntilanne voi muuttua tai jokin yllättävä käänne voi alkaa kuormittaa vapaaehtoista. Auttamistyössä on riskinä myös myötätuntuupuminen. Tämä tarkoittaa uupumista, joka voi syntyä, jos vapaaehtoistyössä kohtaa muiden vaikeita kokemuksia tai tunteita.

Uupumisen välttämiseksi on tärkeää huolehtia vapaaehtoisten jaksamisesta. Monissa organisaatioissa vapaaehtoistoiminnan koordinaattorit tunnistavat riskin ja ovat varautuneet siihen perehdytyksellä, koulutuksella sekä vapaaehtoisten tukemisella. Aihetta kannattaa käsitellä myös nuorten kanssa vapaaehtoistoiminnan kurssilla. Nuorille on hyvä kertoa, että omasta hyvinvoinnista saa ja pitää huolehtia. Vapaaehtoistyössä ei tarvitse tehdä mitään, mikä tuntuu liian kuormittavalta ja vapaaehtoistyön voi aina halutessaan myös lopettaa. Haastavista tilanteista ja yllättävistä käänteistä kannattaa aina puhua sekä opettajan että vapaaehtoistoiminnan ohjaajan kanssa.

Jeesaan-hankkeessa jaksamista tuettiin keskustelemalla aiheesta kurssilla. Lisäksi kurssiin kuuluvien vapaaehtoistuntien kerryttämisessä oltiin joustavia. Kokemus osoitti, että vapaaehtoistoiminnan kurssi sopi lukiossa paremmin kevääseen kuin syksyyn, sillä silloin opiskelijat pystyivät kerryttämään vapaaehtoistunnit tarvittaessa myös kesäloman aikana.

### **Vapaaehtoistoiminnan laaja kenttä**

Vapaaehtoistoiminta on usein jonkin tahon organisoimaa. Esimerkiksi monissa järjestöissä, kunnissa, seurakunnissa ja jopa yleishyödyllisissä yrityksissä on vapaaehtoisia. Vapaaehtoistyötä tehdään paljon myös järjestäytymättömän vapaan kansalaistoiminnan piirissä. Esimerkkejä tästä ovat vaikkapa korttelitapahtumat, kirpputoripäivät tai siivoustalkoot.

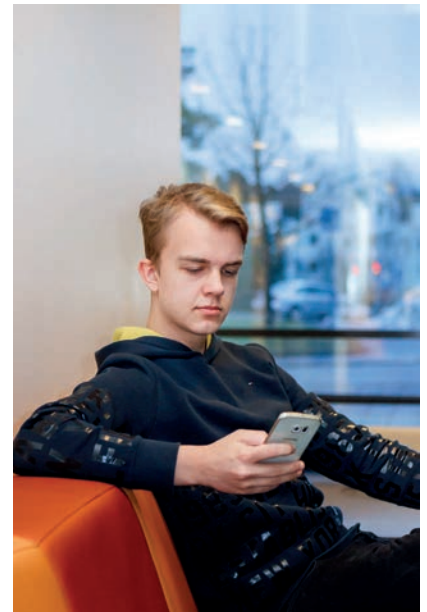
Eri toimijat tarjoavat vapaaehtoistehtäviä laidasta laitaan: on pitkä-

kestoista ja säännöllistä auttamista ja toisaalta lyhytkestoisia pop-up vapaaehtoistehtäviä. Perinteisesti vapaaehtoistyö on ollut hyvin säännöllistä ja toimintaan on sitouduttu pitkäksi aikaa. Viimevuosina vapaaehtoistoiminnan kenttä on kuitenkin monipuolistunut ja erilaisia keikka-vapaaehtoistyön muotoja on tullut lisää. Säännöllinen vapaaehtoistyö on silti edelleen suosituin vapaaehtoistyön muoto.

Vaikka suurin osa vapaaehtoistyöstä tehdään ihmisten parissa kasvotusten, on myös monia vapaaehtoistehtäviä, joita voi tehdä etänä. Esimerkiksi sukien kutominen pakolaisille, blogin kirjoittaminen tai Facebook-sivuston moderoiminen ovat vapaaehtoistehtäviä, joita voi tehdä kotoa käsin.

Kaikki vapaaehtoistyö on yhtä arvokasta riippumatta siitä, onko se organisoitua vai omaehtoista. Myöskään vapaaehtoistyössä kertynyttä osaamista ei voida arvottaa sen mukaan, onko toiminta järjestäytynyt yhdistysmuotoon vai syntykö se spontaanista halusta auttaa. Molemmissa syntyy paljon osaamista, joka ansaitsee tulla tunnistetuksi ja tunnustetuksi.

Vapaaehtoistoimintaa voidaan organisoida ja koordinoida sekä ammattityönä että vapaaehtois pohjalta. Varsinkin monissa isommissa organisaatioissa on nykyään palkattu vapaaehtoistoiminnan koordinaattori, jonka päätyönä on rekrytoida ja ohjata vapaaehtoisia, perehdyttää heitä toimintaan ja kehittää uudenlaisia vapaaehtoistyön muotoja. Pienemmissä järjestöissä vapaaehtoistyötä puolestaan koordinoidaan usein vapaaehtoistyönä.



MELISSA HANHIROVA

**Vapaaehtoistyötä voi tehdä myös etänä.**

### **Vapaaehtoiskentän haasteita**

Erityisesti järjestöjen rahoitus on usein hankeperusteista ja rahoitustilanne elää sen vuoksi jatkuvasti. Tämä myös tarkoittaa, että vapaaehtoistehtäviä voi olla tarjolla epäsäännöllisesti ja vapaaehtoistehtävät muuttuvat. Joku on vaikkapa kuullut kivasta vapaaehtoistehtävästä maahanmuuttajalasten parissa, mutta hankerahoituksen päättymisen vuoksi toimintaa ei enää olekaan olemassa. Onneksi muita mahdollisuuksia ja uusia toimintamuotoja syntyy myös jatkuvasti, jolloin vapaaehtoistoiminnan kenttä pysyy dynaamisena.

### **Erilaisia vapaaehtoistehtäviä**

Vapaaehtoistoiminnan kenttä on todella laaja ja uudenlaisia tehtäviä syntyy jatkuvasti. Vapaaehtoistyö voi olla melkein mitä vain vanhusten ulkoiluttamisesta riksapyörällä vanhojen lentokoneiden kunnostamiseen ja valokuvaamiseen. Aivan uudenlaisia tehtäviä voi myös syntyä lisää, kun nuoret pääsevät vaikuttamaan siihen, millaisia vapaaehtoistehtäviä voisi olla tarjolla. Aina vapaaehtoistehtävien ei tarvitse olla ennakkoon suunniteltuja vaan vapaaehtoistyö voi olla joku nuorten itsensä suunnittelema ja toteuttama projekti.

Vapaaehtoistyössä voi oppia paitsi varsinaiseen tehtävään liittyviä asioita, mutta myös paljon muuta. Monet taidoista ovat tehtävään liittyviä, mutta niissä kertyy paljon myös siirrettävää osaamista, josta on hyötyä opinnoissa ja työelämässä.

Vapaaehtoistyö ei yleensä vaadi erityisosaamista vaan tärkeintä on halu auttaa ja tehdä hyvää. Yleensä vapaaehtoistehtäviin kuitenkin annetaan perehdytys ja samalla sovitaan myös yhteisistä pelisäännöistä. Perehdytys on tyypillisesti tunnin tai parin mittainen, mutta joillakin järjestöillä perehdytys voi olla oma erillinen kurssi. Joitakin vapaaehtoistehtäviä (esimerkiksi talkoot ja pop-up vapaaehtoistyö) voi kuitenkin tehdä jopa ilman perehdytystä.

Joskus vapaaehtoistehtävä voi puolestaan vaatia pidempää koulutautumista. Esimerkiksi tukihenkilöt käyvät tyypillisesti useamman päivän mittaisen koulutus- ja perehdytysjakson. Lisäksi joihinkin tehtäviin voi olla vaatimuksena erityisosaamista (esimerkiksi suoritettu ensiapukurssi).

Jeesaan-hankkeen kautta nuorille oli tarjolla vain sellaisia tehtäviä, jotka sopivat alaikäisille. Toisinaan vapaaehtoistehtävissä saattaa kuitenkin olla ikäraja. Joissakin tehtävissä voidaan vaatia 18-vuoden ikää, joskus ikäraja saattaa olla jopa korkeampi.

Joihinkin tehtäviin voi liittyä myös toisenlaisia rajoituksia. Tehtävissä voidaan edellyttää esimerkiksi vähintään tyydyttävää suomen kielen taitoa muun muassa turvallisuussyistä. Poikien ja tyttöjen vertaistukitoiminnassa saatetaan puolestaan ottaa mukaan toimintaan vain samaa sukupuoli- ja sukupuolta olevia henkilöitä. Tällaiset rajoitukset ovat välillä tarpeellisia toiminnan sujuvuuden kannalta.

Rajoituksista huolimatta valinnanvaraa on paljon ja suurin osa vapaaehtoistehtävistä on avoimia kaikille. Monia tehtäviä voidaan myös räätälöidä niin, että ne sopivat myös alaikäisille tai kielitaidottomille.



MEILISSA HANHROVA

Vapaaehtoistyö yhdistää sukupolvia. Yhteinen tekeminen tuottaa iloa ja merkityksellisyyden kokemusta. Vapaaehtoistehtävien tarjoajalla on kuitenkin velvollisuus huolehtia siitä, ettei nuori joudu työntekijän sijaiseksi tai muutoin liian haastaviin tilanteisiin. Vapaaehtoisella on aina oikeus saada perehdytys tehtäviin.



Tässä muutamia esimerkkejä vapaaehtoistehtävistä, joita nuoret tekivät Jeesaan-hankkeen kurssien aikana.

### **Innoittajana Heurekassa**

Tiedekeskus Heurekan kautta nuoret pääsivät vapaaehtoisiksi innoittajiksi tiedekeskuksen näyttelyihin. Nuoret opastivat kävijöitä erilaisilla toiminnallisilla pisteillä ja kertoivat esillä olevista ilmiöistä. Innoittajien avulla näyttelyvieraat saavat syvällisemmän kokemuksen näyttelyn eri osista ja rohkaistuvat kokeilemaan pisteitä, jotka voisivat muuten jäädä huomaamatta.

Tässä tehtävässä nuorille kertyi muun muassa rohkeutta kohdata ihmisiä, ohjaustaitoja sekä substanssiosaamista eri luonnonilmiöistä.

### **Leiriohjaajana tanssileirillä**

Vapaaehtoistyö voi löytyä myös oman harrastuksen parista. Eräs kurssilaisista oli vapaaehtoisena tanssileirillä ohjaamassa nuorempia lapsia. Kurssin kautta omaa vapaaehtoisuutta tuli kuitenkin pohdittua uudesta näkökulmasta. Osalle nuorista tärkeä havainto olikin, että he itseasiassa tekevät jo vapaaehtoistyötä – se voi yhtä hyvin olla osa vapaaehtoistominnan kurssia.

Tanssileirin vetämisessä nuori oppi muun muassa ohjaamista, ryhmäytötaitoja sekä organisointitaitoja.

### **Vanhusten tapahtumapäivässä avustamista**

Monia Jeesaan-hankkeen kurssilaisia kiinnosti vapaaehtoistyö vanhusten parissa ja tarjolla olikin monenlaisia tehtäviä. Muutamat nuoret olivat esimerkiksi järjestämässä tapahtumapäivää Hakunilan päivätoimintakes-

**Vapaa-  
ehtoistyötä  
voi olla myös  
yhdessä  
toteutettu  
projekti tai  
tempaus.**



MELISSA HANHIROVA

kuksessa Vantaalla. Päivän aikana nuoret muun muassa avustivat ruokailussa, laulattivat vanhuksia sekä askartelivat heidän kanssaan. Iltapäivän mummodisko oli päivän kohokohta!

Vapaaehtoistyön aikana nuorille kertyi monenlaista osaamista kuten vuorovaikutustaitoja, kädentaitoja, hetkeen heittäytymistä ja ikäihmisten kohtaamista.

### **Videoita vapaaehtoistoiminnasta**

Jeesaan-hanke tarjosi nuorille vapaaehtoistehtäväksi muun muassa video- ja valokuvaamista sekä blogin kirjoittamista. Videoiden tekijöitä löytyi useampi ja yhdessä vapaaehtoiset toteuttivat videoita, jotka esittelivät erilaisia vapaaehtoistoiminnan muotoja. Videot ladattiin Jeesaan-hankkeen [Youtube-kanavalle](#) ja sieltä vapaaehtoistoiminnan kurssille osallistuvat nuoret saattoivat tutustua erilaisiin vapaaehtoistehtäviin jo ennen oman vapaaehtoistehtävän valintaa. Vapaaehtoistyöstä nuoret saivat muun muassa viestintään ja videokuvaamiseen liittyvää osaamista, mutta myös ryhmätyö- ja organisointitaitoja.

**Videoita:  
Youtube  
Jeesaan  
nuori  
vapaaehtois-  
toiminnassa.**

### **Vapaaehtoistoiminnassa kertyviä taitoja voivat**

#### **olla esimerkiksi:**

Organisointitaidot	Aloitteellisuus
Ryhmätyötaidot	Kokoustaidot
Kädentaidot	Johtamistaidot
Ohjaamistaidot	Vaikuttamistaidot
Esiintymistaidot	Varainhankinta
Viestintätaidot	Kielitaidot
Ongelmanratkaisutaidot	Erytisryhmien huomioiminen
Empatia	Rohkeus
Erytisryhmien huomioiminen	

## Vapaaehtoistoiminnan verkostot

Vapaaehtoistoiminnan kentällä on useita toimijoita ja omalta paikkakunnalta voi löytyä lukuisia vapaaehtoismahdollisuuksia nuorille. Jeesaan-hankkeen aikana huomasimme, että kurssin vetäjän kannattaa jo etukäteen selvittää omalta paikkakunnalta paikkoja, joissa nuoret voivat tehdä vapaaehtoistyötä. Monet nuoret tietävät lipaskeräämisen ja vanhusten auttamisen, mutta vapaaehtoistoiminnan koko kenttä tarjoaa paljon muitakin mahdollisuuksia. Näitä eri mahdollisuuksia on hyvä tuoda kurssilla esille.

Tyypillisesti vapaaehtoistoimintaa tarjoavat kunnat ja seurakunnat, sekä erilaiset järjestöt ja yhdistykset. Usein isommat toimijat löytyvät suoraan internethaulla, mutta pienemmät toimijat voivat olla enemmän piilossa. Kaupunginosayhdistykset, kumppanuuskeskukset ja asukastalot ovat usein hyviä informaationlähteitä ja tuntevat alueen toimijat.

Kansalaisareena koordinoi valtakunnallista vapaaehtoistoiminnan koordinaattoreiden Valikkoverkosta, johon kuuluu liki 30 alueellista valikkoryhmää. Kannattaa tarkistaa, onko omalla paikkakunnalla valikkoryhmää, sillä sieltä voi löytyä hyviä yhteistyökumppaneita. Valikkoryhmien puheenjohtajiin voi olla yhteydessä ja kysellä lisää siitä, minkälaisia vapaaehtoistyömahdollisuuksia nuorille voisi olla alueen eri järjestöissä.

## Vapaaehtois-tehtäviä löydät:

[vapaaehtoistyö.fi](http://vapaaehtoistyö.fi)

[vapaaehtoistyö.fi/jeesaan](http://vapaaehtoistyö.fi/jeesaan)

[hiiop100.fi](http://hiiop100.fi)

[toimeksi.fi](http://toimeksi.fi)

**Alueelliset  
Valikkoryhmät**

## **MUISTILISTA VAPAAEHTOISTOIMINNAN KURSSIN VETÄMISEEN**

- Tutustu vapaaehtoismintaan ja sen monimuotoisuuteen esimerkiksi tämän oppaan avulla.
- Vapaaehtoistoiminnan kurssin opetusmateriaalin löydät [Kansalaisareenan nettisivuilta](#).
- Valitse kurssin ajankohta. Pohdi, milloin opiskelijoilla on vähiten kuormitusta muusta koulutyöstä.
- Pohdi, pidetäänkö kurssi osana kurssipalkkeja vai järjestetäänkö se esimerkiksi iltaisin ja viikonloppuisin. Jeesaan-hankkeessa saatiin hyviä kokemuksia kurssin sitomisesta kurssipalkkeihin, jolloin myös vapaaehtoistyön tekemiseen oli varattu lukujärjestyksestä aikaa.
- Kerro kurssista ja sen sisällöstä hyvissä ajoin, jotta opiskelijat ehtivät valita kurssin omaan lukujärjestykseensä.
- Varmista vakuutukset: kattaako koulun vakuutus koulun ulkopuolella tehtävän vapaaehtoistyön ja millaisia ehtoja vakuutukseen liittyy. Pitääkö opiskelijan esimerkiksi ilmoittaa opettajalle etukäteen vapaaehtoistyön aika ja paikka?
- Kartoita, minkälaisia vapaaehtoistoimijoita alueellasi toimii.
- Voit jo etukäteen kysellä, minkälaista vapaaehtoistyötä eri organisaatioilla olisi tarjolla nuorille. Valmiit kontaktin madaltavat nuorten kynnystä lähteä mukaan toimintaan. Varmista, että tarjolla on eri tyyppisiä paikkoja.
- Kurssille voi kutsua eri vapaaehtoistoimijoita esittelemään toimintaa. Esittely voi myös olla mini-messut, joille kokoontuu kerralla yhteen useita eri toimijoita.

- Tue nuorten jaksamista ja ole turvana mahdollisissa ongelmatilanteissa.
- Jos nuori haluaa vaihtaa vapaaehtoispaikkaa kesken kurssin, tue häntä uuden paikan löytämisessä.
- Pidä kurssin jälkeen palautekeskustelu opiskelijoiden kanssa
- Kannusta nuoria kertomaan tekemästään vapaaehtoistyöstä omassa ansioluettelossaan.
- Anna opiskelijoille kurssin päätteeksi kurssitodistus.

## Osallisuus



## Rohkeus

## Hyvinvointi

## Työelämätaidot



## LÄHTEET

Euroopan parlamentti (2008): Mietintö vapaaehtoistyön roolista taloudellisen ja sosiaalisen yhteenkuuluvuuden edistämiseksi.  
[http://www.kansalaisareena.fi/mietinto\\_vapaaehtoistyon\\_roolista\\_aluekehitysvaliokunta.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/mietinto_vapaaehtoistyon_roolista_aluekehitysvaliokunta.pdf)

European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions (2011): Second European Quality of Life Survey: Participation in volunteering and unpaid work. [https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef\\_files/pubdocs/2011/02/en/1/EF1102EN.pdf](https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_files/pubdocs/2011/02/en/1/EF1102EN.pdf)

Harju, Aaro (2010): Aaro Harju kertoo kansalaistoiminnan historiasta.  
<https://www.youtube.com/watch?v=XrPEKeyDOwo>

Helsingin kaupungin (2014): Vapaaehtoisen opas.  
[http://www.kansalaisareena.fi/vapaaehtoisen\\_opas\\_2014.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/vapaaehtoisen_opas_2014.pdf)

Nylund, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (2005): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus.

Siisiäinen, Martti & Kankainen, Tomi (2009): Järjestötoiminnan kehitys ja tulevaisuudennäkymät Suomessa. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/76188/omju.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



Sumelius, Daniela (2018): Encouraging Young Students to Volunteer Through Social Marketing. Hanken School of Economics. [http://www.kansalaisareena.fi/ka2016/wp-content/uploads/2018/04/Sumelius-Daniela-Thesis\\_Final-version-.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/ka2016/wp-content/uploads/2018/04/Sumelius-Daniela-Thesis_Final-version-.pdf)

Taloustutkimus (2018): Vapaaehtoistyö Suomessa 2018. <http://www.kansalaisareena.fi/aineistoa/tutkimukset-ja-selvitykset/>

Tanskanen, Antti & Danielsbacka, Mirka (2015): Ovatko vapaaehtoistyö ja hyväntekeväisyys yhteydessä onnellisuuteen? [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/127069/yp1505\\_tanskanen.pdf?sequence=2](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/127069/yp1505_tanskanen.pdf?sequence=2)

Teos on julkaistu Kansalaisareenan julkaisusarjassa Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA) tuella.

Vapaaehtoistoiminta tarjoaa nuorille monia mahdollisuuksia!

Vapaaehtoistyössä pääsee oppimaan uusia taitoja, voi kokeilla itselleen sopivaa alaa sekä saada lisää rohkeutta. Vapaaehtoistyö sopii hyvin osaksi sekä lukioiden että ammatillisten oppilaitosten opetusta, joko erillisenä kurssina tai osana jonkin oppiaineen opetusta. Kouluilla järjestettävät vapaaehtoistoiminnan kurssit tarjoavat nuorelle helpon tavan kokeilla vapaaehtoistyötä ja tutustua erilaisiin vapaaehtoistehtäviin.

Kansalaisareenan Jeesaan – Nuori vapaaehtoistoiminnassa -hankkeessa (2017-2019) on kehitetty malli vapaaehtoistoiminnan kurssin järjestämiseen toisen asteen oppilaitoksissa. Tämä opas on tarkoitettu kenelle tahansa opettajalle, joka haluaa järjestää vapaaehtoistoiminnan kurssin omassa koulussaan. Opas tarjoaa taustatietoa vapaaehtoistoiminnasta, sen historiasta, vapaaehtoistoiminnan periaatteista ja erilaisista vapaaehtoistehtävistä. Opas sisältää myös muistilistan vapaaehtoistoiminnan kurssin järjestäjälle.

Oppaan lisäksi kurssimateriaaliin kuuluu vapaaehtoistoiminnan peli ja erilaisia osallistavia harjoituksia. Nämä materiaalit löytyvät Kansalaisareenan nettisivuilta.