

Vertaisuuden käänöpuoli?

MIPA Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelman seitsemäs järjestöyöpaja 11.4.2018 tarjosi jälleen uutta, tutkittua näkökulmaa A-kiltatoiminnan tarkasteluun.

Olemme tottuneet ajattelemaan, että A-kiltojen tarjoama vapaaehtoisuuteen perustuva vertaistuki voimaannuttaa ja vahvistaa siihen osallistuvia. Emmekä toki ole ajatuksen kanssa yksin, tutkimukset meiltä ja maailmalta kertovat samaa kieltä: vapaaehtois- ja vertaistoimintaan osallistuminen tuo paljon hyvää yksilön elämään. Ja tämä pitää aivan varmasti paikkansa, mutta kuten kaikessa muussakin, mitalilla on käänöpuoli.

Sari Jurvansuun ja Päivi Rissasen kuluvan vuoden tammikuussa julkaistu Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen vertais- ja vapaaehtoistoimijoiden väsymisen ja uupumisen tunteet antaa ajattelemisen aihetta myös A-killoille ja A-kiltatoiminnalle. Aineisto koostuu kymmenen päihde- ja mielenterveysjärjestön vertais- ja vapaaehtoistoimijoille keväällä 2016 kohdistetusta kyselystä (n=165).

Väsymisen tunteet yleisiä

Mikä sitten laittaa ajattelemaan? Se, että joka toinen mukana olevien päihdejärjestöjen vastaajista oli kokenut väsymistä tehtävässään. Ja samaan aikaan joka toinen päihdejärjestön toimija käytti toimintaan yli 20 tuntia kuukaudessa. Tutkimuksen mukaan jaksamiseen liittyviä ongelmia esiintyi sitä enemmän, mitä enemmän toimintaan käytettiin aikaa: mielenterveysjärjestöissä väsymisen kokemuksia toi esiin 30 % vastaajista ja aikaa vapaaehtoistoimintaan käytettiin merkittävästi vähemmän kuin päihdejärjestöissä. Vertaisilta kysyttiin myös palkan tai palkkion saamisesta ja 24 % ilmoitti saavansa toiminnasta rahallisen korvauksen. Palkkaa tai palkkioita saaneilla väsymisen kokemuksia oli vähemmän kuin muilla.

Väsymistä aiheuttaviksi keskeisiksi tekijöiksi nousivat etenkin liiallisiksi koetut odotukset järjestön puolelta sekä riittämätön perehdytys ja ohjaus. A-kiltatoiminnassa on paljon puhuttukin vapaaehtoisten ja vertaisten jaksamisesta, mutta nyt tutkimus tarjoaa muutaman selkeän kohdan joihin tarttua.

Pidetään huolta toisistamme

Miten mitoitetaan tehtävät oikein ja saadaan odotukset, puolin ja toisin, kohtaamaan? Millainen perehdytys on riittävä kulloinkin tarjolla olevaan tehtävään? Mitä tukea ja ohjausta A-kilta voi toimijoilleen tarjota ja mikä on riittävä määrä? Tarvitaanko jonkinlainen palkkiojärjestelmä? Palkitsemisen ja kiittämisen tapoja on monia. Esimerkiksi kouluttaminen ja A-kiltatoiminnan ansiomerkki. Ja yhtenä tärkeänä kysymyksenä: kuka tämän kaiken tekee? ”Hallitus hoitaa” on huono vastaus, koska varsin suurella todennäköisyydellä A-killan hallituksessa on juuri niitä, jotka myös tarvitsisivat tukea jaksamisessa, mutta tekevät kun ei muitakaan ole.

Rankasti oikoen: A-kiltayhdistyksissä toimii paljon sitoutuneita, mutta myös väsyneitä vertaisia. Samalla kun elämme todeksi visiota turvallisesta A-kiltatoiminnasta ja toipumisrauhasta, lienee syytä pysähtyä miettimään, mitä A-killoissa ja A-kiltatoiminnassa voidaan yhdessä tehdä toimijoiden väsymisen ehkäisemiseksi.

Teksti:

Aulikki Otranen

järjestökoordinaattori

A-Kiltojen Liitto ry