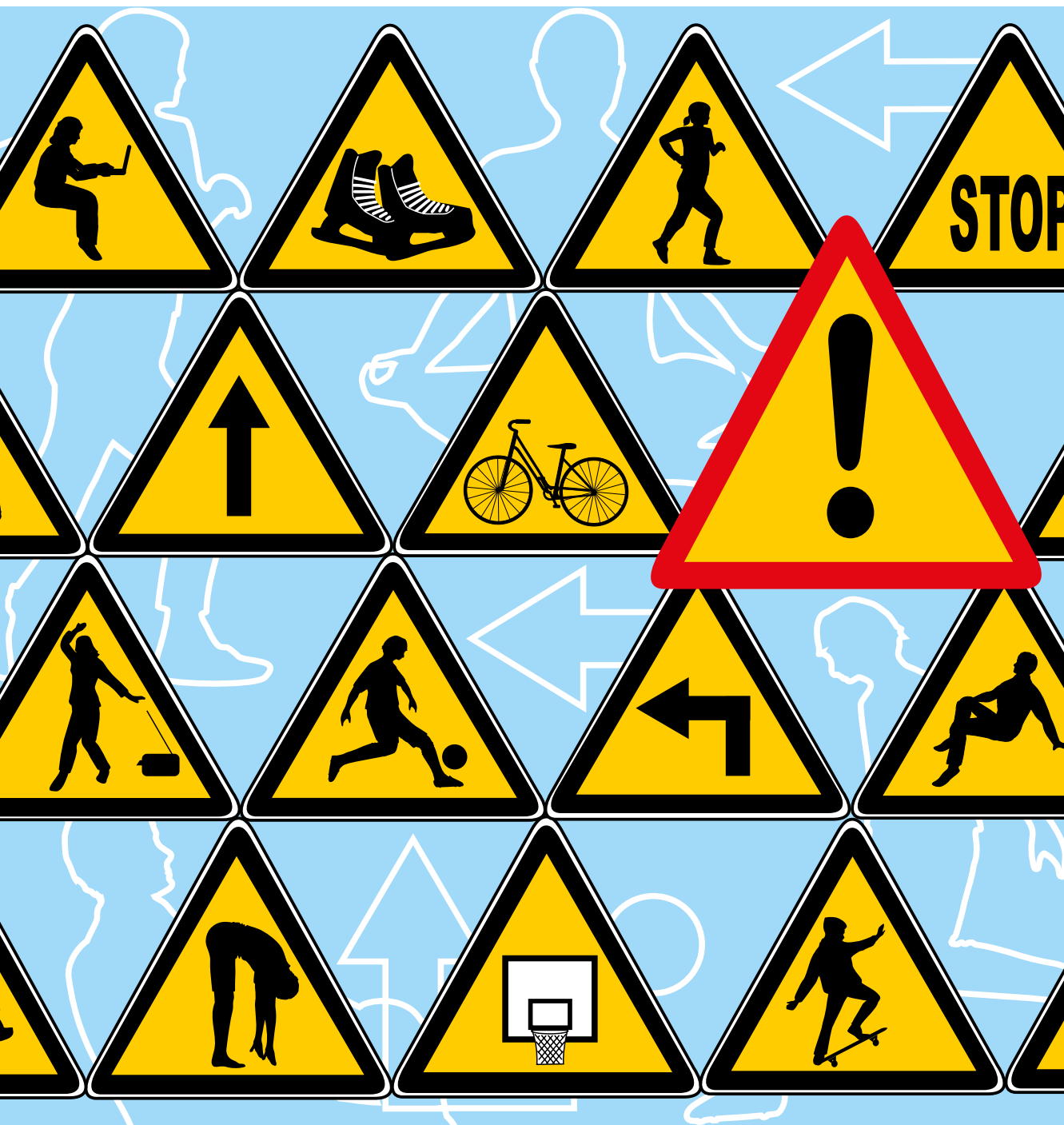


SAMI MYLLYNIEMI
PÄIVI BERG

NUORIA LIIKKEELLÄ!

NUORTEN VAPAA-AIKATUTKIMUS 2013



SAMI MYLLYNIEMI & PÄIVI BERG

NUORIA LIIKKEELLÄ!

NUORTEN VAPAA-AIKATUTKIMUS 2013

Sami Myllyniemi & Päivi Berg
Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013

Opetus- ja kulttuuriministeriö
Valtion liikuntaneuvosto
Nuorisosaian neuvottelukunta
Nuorisotutkimusverkosto

Ulkoasun suunnittelu: Sole Lähti
Kansi: Sole Lähti
Kustannustoimitus: Vappu Helmisaari
Taitto: Ari Korhonen
Tiivistelmän käännökset: Hanni Mäkiö (ruots.), Sheryl Hinkkanen / AS English Specialists Oy (engl.)

© Opetus- ja kulttuuriministeriö, Valtion liikuntaneuvosto,
Nuorisosaian neuvottelukunta, Nuorisotutkimusseura ja tekijät

ISBN 978-952-5994-36-0 (nid.)
ISBN 978-952-5994-37-7 (PDF)

Nuorisosaian neuvottelukunnan julkaisu ISSN 1455-268X (painettu), nro 49
Nuorisosaian neuvottelukunnan julkaisu ISSN 2341-5568 (verkkojulkaisu), nro 49

Julkaisu (Nuorisotutkimusseura) ISSN 1799-9219, nro 140
Verkkojulkaisu (Nuorisotutkimusseura) ISSN 1799-9227, nro 64

Paino: Kopijyvä

SISÄLLYSLUETTELO

JOHDANTO	5
KYSELYN TOTEUTUS JA TAUSTAMUUTTUJAT	9
KOHDERYHMÄ, OTOS JA TIEDONKERUUN KULKU	9
KÄSITTEET JA TAUSTAMUUTTUJAT	10
LAPSI, NUORI VAI AIKUINEN?	14
YHTEISÖLLISYYS JA YSTÄVÄT	19
KAVEREIDEN TAPAAMINEN	19
NETTI- JA PUHELINKONTAKTIT	23
TYTTÖ- JA POIKAKAVERIT, PUOLISOT, LAPSET	31
KAVEREIDEN TAPAAMISPAIKAT	33
VAPAA-AIKA JA HARRASTUKSET	37
VAPAA-AJAN MÄÄRÄ	37
HARRASTUKSET JA MUUT VAPAA-AJAN AKTIVITEETIT	39
JÄRJESTÖKIINNITTYYNEISYYS	43
VAPAA-AJAN HAASTEITA JA MAHDOLLISUUKSIA	45
RUUTUAIKA	53
YLI KILOMETRIN VÄLIMATKOJEN TAITTAMISEN ARKISET TAVAT	56
LIKKUMINEN	59
LIKKUNNAN SÄÄNNÖLLISYYS	62
HARRASTETUT LIKKUNTALAJIT	65
LIKKUMISEN TAVAT JA PAIKAT	70
LIKKUNNAN SYYT: TERVEYTTÄ, KUNTOA JA ILOA	73
LIKKUMATTOMUUDEN SYYT: AJANPUUTE RAJOITAA	77
SEURALIKKUNNAN LOPETTAMISEN SYYT	79
HALU ALOITAA LIKKUNTAHARRASTUS URHEILUSEURASSA	81
LIKKUNNAN VAPAAEHTOISTYÖ	85

TYTYTVÄISYYS	89
TYTYTVÄISYYS SIIHEN, MITÄ VOI TEHDÄ VAPAA-AJALLAAN	90
TYTYTVÄISYYS OMAAN TERVEYTEEN.....	91
TYTYTVÄISYYS OMAAN KUNTOON	94
TYTYTVÄISYYS OMAAN ULKONÄKÖÖN.....	96
TYTYTVÄISYYS ELÄMÄÄN.....	97
 LÄHTEET	99
VIITTEET.....	107
LIITTEET	113
 TIIVISTELMÄ	143
REFERAT.....	145
SUMMARY	147

Nuorten vapaa-aikatutkimus toteutetaan nyt toista kertaa tällä nimellä. Taustat ovat kuitenkin hieman kauempana, Nuorten järjestökiinnittyneisyystutkimuksissa, joita toteutettiin 1998 ja 2001. Järjestöistä lähtevä näkökulma on sittemmin laajentunut kattamaan nuorten vapaa-aikaa yleisemmin. Taustalla on havainto omaehtoisen olemisen ja vapaa-ajan merkityksestä, joka on nuorten elämässä erityisen suuri. Etenkään nuorten hyvinvointi ja elinolot eivät palaudu instituutioihin osallistumiseen ja palveluiden käyttöön, vaikka hyvinvointia näillä mittareilla perinteisesti seurataan. Nuoret ovat nousseet hyvinvointipoliittisen keskustelun keskiöön, mutta nuorten instituutioiden ulkopuolinen elämä jää helposti hyvinvointipoliittikan ja tiedontuotannon katveeseen. Nuorten vapaa-aikatutkimukset paikkaavat omalta osaltaan tätä tietovajetta painottamalla nuorten vapaa-ajan olemisen ja tekemisen organisoimatonta puolta.

Tällä kertaa Nuorten vapaa-aikatutkimuksen kattoteemana on nuorten liikunta ja muu fyysinen aktiivisuus. Julkaisun tuottavat yhteistyössä Nuorisotutkimusverkosto, Valtion nuorisosiain neuvottelukunta ja Valtion liikuntaneuvosto. Liikunta tarkoittaa montaa eri asiaa, niin käsitteenä kuin ilmiönä. Se on hauskanpitoa, kehittävä harrastus, kansalaistoimintaa, ennaltaehkäisevää kansanterveysystöä. Näkökulman valinta riippuu myös siitä, mistä roolista liikuntaa tarkastelee: liikkujan, vanhemman tai vaikkapa päättäjän.

Erilaisia liikuntaan liittyviä mittareita on jo nyt yllin kyllin. Lasten ja nuorten liikuntaa on tutkittu paljon. Eri tutkimukset kuitenkin lähestyvät lasten liikuntaa eri tulokulmista ja usein toisiinsa nähden vertailukelvottomassa muodossa. Osa tutkimuksista tarkastelee kouluissa tapahtuvaa liikuntaa, osa seuraharrastamista ja osa

puolestaan mittaa suoraan lasten terveydentilaa, kuten ylipainoisuutta. Tämä tekee kokonaisuudesta vaikeasti hahmotettavan ja osin ristiriitaisenkin. (Valtion liikuntaneuvosto 2013.) Nuorten liikkumisen koko kuva tuntuu pakenevan tilastohaavia. Liikuntaan ja terveyteen liittyvissä tutkimuksissa kiinnostuksen kohteena on usein fyysinen aktiivisuus. Tietoa siitä, missä ihmiset liikkuvat, kenen järjestämään liikuntatoimintaan he osallistuvat tai mitä merkityksiä liikuntaan kytketään, on vähemmän (Lehtonen & Hakonen 2012). Myöskään liikunta-aktiivisuuden syistä tai liikkumattomuuden taustatekijöistä ei tiedetä riittävästi. Omaehtoisen liikunnan määrä on pitkälti tilastoimatta.

Vaikka tiedot ohjatusta liikunnasta ovat omaehtoista liikkumista tarkempia, varmaa tietoa ei ole seuroissa liikkuvien nuorten määrästä, ei edes urheiluseurojen määrästä (ks. Koski 2013). Kyselytutkimuksilla saadaan kyllä periaatteessa pätevää ja yleistettävää tietoa, mutta eri kyselyt voivat tuottaa erilaisia tuloksia, ja eri suuntiin osoittavia trendejä (ks. Lehtonen 2012). Syy vaikuttaa ilmeiseltä jo silmäilemällä erilaisia käsitteitä, joilla aihepiiriä voi yrittää ottaa haltuun. Kysymällä urheiluseuroissa toimimisesta saadaan erilaisia tuloksia kuin selvittämällä liikunnan muotoja ilman seuralottuvuutta. Tässäkin kyselyssä yli kolmannes niistä vastaajista, jotka sanoivat harrastavansa liikuntaa urheilu- tai liikuntaseurassa, vastasi ”ei” kysymykseen siitä, onko mukana jossain järjestössä, seurassa tai vastavassa. Tämä kertoo siitä, että monille nuorille jäsenyysulottuvuus ei näyttäydy merkityksellisenä. Edelleen päästään erilaisiin tuloksiin kysymällä eri lajien tai liikunnan harrastamisesta kuin selvittämällä yksinkertaisemmin liikkumista. Sana- valinnat, kuten urheilu, liikunta, liikkuminen,

kuntoliikunta, arkiliikunta, hyötyliikunta ja niin edelleen vaikuttavat ratkaisevasti siihen, miltä liikunnan kokonaiskuva saadaan näyttämään. Tarve selkiyttää liikuntaan liittyviä käsitteitä ja niiden takana olevia kulttuurisia käsitystapoja on ilmeinen. Myös harrastamisen käsite johtaa vastaajia harhaan, sillä monet ymmärtävät sillä tarkoitettavan nimenomaan ohjattua toimintaa. Nuoret ovat monesti ennakkoluulottomampia sektorirajojen ylittäjiä kuin aikuiset ja päättäjät: esimerkiksi parkourin kaltainen liikkuminen voi nuorten näkemyksissä merkitä luovaa ilmaisua ja nuorisokulttuurista toimintaa pikemminkin kuin liikuntaa sinänsä. Tässä onkin pähkinää purtavaksi nuoriso-, kulttuuri- ja liikuntasektorien toimijoille.

Vähintään yhtä tärkeä ilmiö on liikunnan ja varsinaisen fyysisen kunnan yhteys. Tällä hetkellä näyttää siltä, että nuorten (urheiluseuroissa tapahtuvan) kuntoliikunnan säännöllisyys lisääntyy, mutta samaan aikaan fyysinen kunto laskee. Yhtälön ratkaisisi näppärästi oletus arki-sen liikkumisen vähenemisestä. Yhä monimutkaisemmaksi seuranta käy, kun tiedetään, että kysytty ja mitattu kunto eivät ole sama asia, eikä väestötasoista valtakunnallista mittaustietoa nuorten fyysisestä kunnosta ja suorituskyvystä ole olemassakaan. Viime vuosien suunta on kuitenkin kohti fyysisen aktiivisuuden ja kunnan objektiivista mittaamista eri väestöryhmissä.

Tietoaukot ja eri suuntiin osoittavat mittarit ovat eittämättä ongelmallisia. Tiedon puutetta suurempi ongelma saattaa kuitenkin olla se, että mittareita ei hyödynnetä kovinkaan paljon päätöksenteossa. Toisaalta on huomattava, että tiedon hyödynnettävyydessä on eroja. On tärkeä pysyä kärryllä siitä, kuinka paljon lapset ja nuoret liikkuvat, mutta tämä tieto ei ongelmitta käänny liikuntapolitiikaksi tai liikkumista tukeviksi käytännöiksi. Tässä kyselyssä pyritään valottamaan juuri niitä tiedon katvealueita, jotka liittyvät käytännölliseen huoleen siitä, mitä nuorison liikkumattomuudelle voisi tehdä. Siksi kyselyssä selvitetään liikkumattomuuden syitä kysymällä niitä suoraan nuorilta itseltään.

Vastaavasti tartutaan härkää sarvista kysymällä suoraan liikkumisen eri syiden painoarvoa.

Kysymys siitä, miksi liikutaan, liittyy laajaan keskusteluun liikkumisen merkityksistä yksilölle ja yhteiskunnalle. Tavoite saada koko väestö liikkumaan riittävästi on lähes jakamaton, mutta keinoista ei yksimielisyys ole yhtä kattavaa. Johtopäätöksiin vaikuttaa varmasti taustakäsitys siitä, onko liikunta kansanterveyden edistämistä vai harrastustoimintaa. Nähdäänkö aktiivinen liikkuminen työvoiman uusintamisena, kansalaistoimintana vai vapaa-ajan hauskanpitona? Voiko liikkumisen merkityksen palauttaminen sen terveellisyteen ja hyödyllisyyteen toimia kannusteena liikunnan iloihin, etenkin lapsilla ja nuorilla? Nyt toteutettu kysely haluaa osaltaan vähentää arvailun osuutta tässä keskustelussa.

Entä missä määrin huoleessa lasten ja nuorten ”liikkumattomuudesta” on kyse siitä, että aikuiset määrittelevät sen, mikä on liikuntaa siten, että nuorten tekeminen joka voitaisiin määrittää – tai jonka nuoret itse määrittävät – liikunnaksi, jää näkymättömiin? Tässä aineistossa asia tulee esiin esimerkiksi nuorten itse kertoessa mitä liikuntaa he harrastavat: liikunta on myös soittoharrastuksia, partiota ja koiran ulkoilutusta. Vastaavasti kun kulttuuriin keskittyvässä Nuorisobarometrissa 2009 selvitettiin sitä, mitä luovia harrastuksia nuorilla on, vastaukseksi saatiin mukaan tavallisesti pikemminkin liikunnaksi katsottuja harrastuksia, kuten jalkapallo, ratsastus, nyrkkeily ja muita kamppailulajeja (Myllyniemi 2009b, 165). Lapsille ja nuorille liikunta ja kulttuuriharrastusten raja vuotaa, tai ehkä se sijaitseekin lähinnä hallinnossa ja tilastoissa.

Suomessa murrosikäisten liikunta-aktiivisuudessa tapahtuu kansainvälisten vertailujen perusteella mittava notkahdus. Kun aikuiset puhuvat drop-outista, tuntuu kuin ajateltaisiin, että lopettaessaan yksittäisen harrastuksen nuori joutuu riskiin ajautua yhteiskunnan ulkopuolelle. Kyselytulosten mukaan hyvin usein on yksinkertaisesti kyse siitä, että muut asiat tulevat tärkeämmiksi kuin liikunta. Entinen junioripalloilija voi hyvinkin olla tuleva huippurumpali.

Suomessa liikunnan harrastamista vapaa-ajalla ei ole yhdistetty samalla tavalla koulun yhteyteen kuin esimerkiksi USA:ssa – joskin urheilulukiot ovat tulleet paikkaamaan tätä puutetta niiden osalta, jotka jo valmiiksi harrastavat urheilua (Metsä-Tokila 2001). Muut nuoret lähtevät iltaisin liikuntaharrastuksiinsa vaikkapa toiselle puolelle kaupunkia, joko vanhempien kyydillä tai omin avuin. Koska turvallisuudesta on tullut Hille Koskelan (2009, 13) mukaan aikamme suuri kertomus, sen kaipuu määrittää muun muassa lasten kasvatusta ja kasvamista sekä vapaa-ajan viettoa. Yksi lapsuuden muutosta kuvaava trendi on autonkuljettajavanhemmuuden nousu: vanhemmat kuljettavat yhä useammin lapsiaan paikasta toiseen. (Mt.) Tässä valossa on kiinnostavaa lukea nyt tehdyn kyselyn havaintoja arkisista tavoista taittaa välimatkoja jalan, pyörällä tai motorisoiduilla menopeleillä, samoin kokemuksia vanhemmista, jotka ovat kieltäneet liikkumisen joillain paikoilla niiden vaaroihin vedoten.

Leikkiminen kielletty! Kontrolliyhteiskunnan lapset -kirjassa (Laajarinne 2011) käsitellään sitä, että lapset mieltävät harrastuksensa vapaa-ajan sijaan pikemmin velvollisuuksiksi, ”raatamiseksi”. Useat ohjatut harrastukset vähentävät heidän vapaa-aikaansa. Tämä on Laajarinteen mukaan osaltaan hyvä lisä sopeuttamisen ja kontrolloimisen tekniikoihin. (Mt., 103.) Lasten vapaan leikin kaventuminen kuvastaa ja vahvistaa hänen mukaansa autoritäärisen vallankäytön yhteiskuntaa nakertavaa epäluottamusta (mt., 149). Kyselymme tulosten perusteella pääosalla nuorista on useita vapaa-ajan aktiviteetteja, ja he ovat pääosin tyytyväisiä vapaa-aikansa määrään. Vapaan leikin – tai olemisen ja paikoissa liikkumisen – mahdollista kaventumista tai vanhempien harjoittamaa kontrollointia pyrimme selvittämään kysymällä nuorilta ovatko vanhemmat rajoittaneet heidän liikkumistaan tai kieltäneet heitä harrastamasta jotain. Voiko kontrollointi esimerkiksi estää nuorten ”vapaata” liikkumista? Entä liittyykö se tämän ajan ”hyvään vanhemmuuteen”, jossa valintoja tehdään lapsen tai nuoren puolesta?

Aiemman tutkimuksen (Kokkonen 2012) mukaan lapsi määrittyy vanhempien tulkintoissa pääasiallisesti ymmärryskyvyltään vaillinaiseksi ja suojeltavaksi, mutta hänet tulkitaan samanaikaisesti myös yksilölliseksi ”minäksi”, jolle tulisi sallia vapautta ja valintoja. Vaillinaisen ymmärryksen vuoksi lapsi kuitenkin helposti tekee vanhempien näkökulmasta vääriä valintoja, jolloin haaste on tasapainotella lapsen puolesta päättämisen, kontrolloimisen ja ohjaamisen sekä vapauden ja valintojen sallimisen välillä. Kokkonen (2012) tutkimuksessa lasten vanhemmat kuvasivat itsensä itseään hallinnoiviksi, ”kunnan terveyskansalaisiksi” (mt., 39). ”Hyvä” vanhemmuus rakentui vastakohtana ”huonolle” vanhemmuudelle ja koostuu autoritatiivisuudesta ja terveystietoisuudesta. (Mt.) Niin ikään aiemmassa tutkimuksessa on tuotu esiin, että ”kunnollinen” perhe määrittyy hyvin usein (heteronormatiiviseksi) keskiluokkaiseksi ydinperheeksi (Yesilova 2009). Perhe-elämän – ja vanhemmuuden – ongelmat sijoitetaan ”tavallisten” perheiden ulkopuolelle: ”marginaaliryhmiin”, kuten alempiin sosiaaliluokkiin, maahanmuuttajaperheisiin tai yksinhuoltajaperheisiin (Berg & Peltola, tulossa). Tässäkin kyselyssä esimerkiksi urheiluseurojen vapaachtoistytöihin osallistuvat etenkin niiden nuorten vanhemmat, jotka harrastavat säännöllisesti liikuntaa urheiluseurassa, lisäksi perheen tulotasolla ja äidin koulutustasolla on yhteys urheiluseurassa harrastamiseen. Onko kaikilla yhtäläinen pääsy ”kunnollisten” valintojen tekemiseen?

Nyt toteutetussa kyselyssä lapsuudenkotiin liittyviä tietoja kotitalouden koostumuksesta ja taloudellisesta tilanteesta on tavallista enemmän. Perheen nostamiselle valokeilaan on hyvät perustelut, sillä enemmistö 7–29-vuotiaasta kohderyhmästä asuu yhä lapsuudenkodissaan. Lasten lisäksi myöskään varttuneempien nuorten vapaa-aika ei ole yhteiskunnan eriarvoisuuden ongelmista vapaa vyöhyke, sillä myös sitä määrittävät niin vanhempien tulot ja alueelliset erot kuin etniseen taustaan ja sukupuoleenkin liittyvät seikat. Ikäjakautuman laajuus tarjoaa paitsi haasteita myös uusia mahdollisuuksia,

osuuhan näihin ikävaiheisiin niin yksilön kehitykseen kuin yhteiskunnan jäsenyyksiin liittyviä suuria muutoksia.

Elämänkulun nostamisella tarkastelun keskiöön on vaikutusta myös tutkimustulosten esitystapaan. Tilastokuviot esitetään usein siten, että ikävuodet on asetettu vaaka-asteikolle. Näin saadaan iänmukaiset muutokset paremmin näkyviin ja samalla muistutus siitä, kuinka epäyhtenäinen joukko ”nuoret” jo ikävaiheensa perusteella onkaan. Itse asiassa kun vastaajilta kysyttiin, kokevatko he itsensä lapseksi, nuoreksi vai aikuiseksi, suurin osa 7–29-vuotiaista ei koe olevansa nuoria!

Nyt käsillä olevan tutkimusraportin rakenne on yleisestä kohti yksityiskohtaisempaa. Aluksi käsitellään vapaa-ajan yhteisöllisyyksiä: ystävien määrää, tapaamistahia, yhteydenpitotapoja ja niitä paikkoja, joissa konkreettinen kavereiden tapaaminen tapahtuu. Tästä siirrytään vapaa-ajan riittävyyteen ja sisältöön, kuten harrastuksiin ja muihin aktiviteetteihin. Eräänlaisena välittävänä siltana kohti varsinaista liikuntateemaa käsitellään vielä päivittäistä ruudun ääressä vietettyä aikaa ja arkisia vähintään kilometrin mittaisten matkojen taittamisen tapoja.

Kyselyaineistossa eri elämänaalueet punoutuivat erottamattomasti toisiinsa – kuten nuorten elämässään. *Nuoria liikkeellä!* haluaa paitsi tuoda tuoretta tutkimustietoa myös avartaa käsitystä nuorten liikkumisesta. Tämä näkyy jo julkaisun nimessä: liikkeellä oleminen ei palaudu liikuntaan, kuntoliikuntaan, urheiluun tai seuratoimintaan. Nuorten lakkaamaton liike ei mahdu ahtaisiin raameihin tai tilastoihin. Samalla nimivalinta nostaa esiin aikuisen huolinäkökulman. Lasten ja nuorten omaehtoinen vapaa-aika on

mahdollisuuksien ja uhkien kenttä, ja siksi myös ohjauksen, valvonnan, vallan ja kontrollin kohde. Sulkekaa siis ikkunat ja lukitkaa ovet! Nuoria on liikkeellä!

Tämä ja aiemmat Nuorten vapaa-aikatutkimukset ovat luettavissa Valtion nuorisosiain neuvottelukunnan sivuilla osoitteessa: www.tietoanuorista.fi. Alkuperäiset aineistot ovat maksutta tilattavissa tutkimuskäyttöön Yhteiskunnallisesta tietoaarkistosta www.fsd.uta.fi

Helsingissä 31.05.2013

Sami Myllyniemi
Tilastotutkija
Nuorisotutkimusverkosto

Päivi Berg
Tutkija
Nuorisotutkimusverkosto

Leena Suurpää
Tutkimusjohtaja
Nuorisotutkimusverkosto

Satu Tuomikorpi
Pääsihteeri
Valtion nuorisosiain neuvottelukunta

Minna Paajanen
Pääsihteeri
Valtion liikuntaneuvosto

KYSELYN TOTEUTUS JA TAUSTAMUUTTUUJAT

KOHDERYHMÄ, OTOS JA TIEDONKERUUN KULKU

Tutkimuksen perusjoukkona ovat 7–29-vuotiaat Suomessa asuvat lapset ja nuoret. Ahvenanmaa ei kuulunut otokseen. Haastattelukielenä käytettiin suomea ja ruotsia, mikä käytännössä rajaa tutkittavien joukkoa varsinkin maahanmuuttaja-taustaisten osalta.

Otos tehtiin Väestörekisterikeskuksessa satunnaisotantana. Tiedonkeruun toteutti MC-Info Oy. 10–29-vuotiaat haastateltiin puhelimitse, 7–9-vuotiaat henkilökohtaisin haastatteluin. 15–29-ryhmässä tavoiteltiin suoraan nuorta, alle 15-vuotiaiden ikäryhmissä puolestaan tavoiteltiin vastaajan vanhempaa haastatteluluvan saamiseksi. Henkilökohtaiset haastattelut ja ruotsinkieliset puhelinhaastattelut toteutti Norstat Finland Oy. Henkilökohtaisten haastattelujen keskimääräinen kesto oli 23 minuuttia ja puhelinhaastattelujen kesto 18 minuuttia.

Ennen varsinaisen tiedonkeruun käynnistymistä kaikissa ikäryhmissä tehtiin pilottihaastatteluja, joista osa täydennettiin myöhemmin varsinaisiksi haastatteluiksi. Puhelinhaastatteluja varten 10–29-vuotiaiden ikäryhmässä väestötietojärjestelmästä poimittiin 13 044 henkilön näyte, joista puhelinnumero yhdistettiin 8394 henkilöön. Aivan tarkkaa kokonaistietoa haastattelujen kulusta ei saada sen monivaiheisuuden takia. Puhelujen määrä eri numeroihin oli noin 5680. Puhelimitse tavoitettiin yhteensä noin 2590 henkilöä, joista 9 % ei kuulunut kohderyhmään, 50 % kieltäytyi haastattelusta ja 41 % antoi haastattelun. Kaikkiaan tehtiin 1048 puhelinhaastattelua, joista 992 suomeksi ja 56 ruotsiksi. Käyntihaastatteluja tehtiin 157, joista 149 suomeksi ja 8 ruotsiksi.

Kaikkiaan 1205 haastattelusta 64 eli 5 % tehtiin ruotsiksi, mikä vastaa ruotsinkielisten osuutta tässä ikäryhmässä.

Eri ikäryhmien haastattelut

Ihannetapauksessa kaikki haastattelut tehtäisiin samalla tavoin, mutta kaikkein nuorimpien haastatteleminen puhelimitse osoittautui mahdollottomaksi tehtäväksi. Koska alle 10-vuotiaat kuitenkin haluttiin mukaan otokseen, heitä päätettiin haastatella henkilökohtaisin haastatteluin. Jokainen haastattelu tehtiin vanhemman luvalla ja läsnä ollessa. Kaikki kotitalouteen ja vanhempien taustatietoihin liittyvät tiedot on kerätty vanhemmilta. Varsinaisiin lapsen vapaa-aikaan ja arvostuksiin liittyviin kysymyksiin puolestaan vanhemmat eivät saaneet puuttua.

Testihaastatteluissa osa alkuperäisestä kyselystä osoittautui nuorimmille liian vaikeaksi vastata. Osa 7–9-vuotiaista esimerkiksi kokee oudoksi sellaiset käsitteet kuten ”järjestö”, eivätkä kysyttäessä osaa arvioida vaikkapa sitä, kuinka monta kertaa viikossa he tekevät jotain. Yleishuomiona kokemukset alle 10-vuotiaiden haastatteluista opettivat, että on parempi esittää suoria kysymyksiä kuin väittämiä. Vaikka ohjeena on ottaa kantaa väittämään, niin monesti väittämän jälkeen lapsi meni hämilleen, että kysyttiinköhän häneltä nyt jotakin, kun ei se nyt oikein kuulostanut kysymykseltä. Ylipäätään numeraaliset asteikot ja strukturoidut vastausvaihtoehdot koettiin sitä hankalammiksi, mitä nuoremmista vastaajista oli kyse. Tilanteet, joissa haastateltavilla on vaikeuksia ymmärtää kysymyksiä ja haastattelijat joutuvat neuvomaan ja kuvaamaan asiaa tarkemmin, ovat luonnollisesti aina riskialttiita tutkimuksen kannalta. Eri

haastattelijat saattavat kuvailla asiaa eri sanoin, mikä lisää riskiä siitä, että vastaajat myös ymmärtävät kysymyksen eri tavalla. Kvantitatiivisissa kyselytutkimuksissa lomakkeen pitäisi periaatteessa olla aina niin selkeä ja yksiselitteinen, että haastatteliija lukee vain lomakkeella olevat tekstit – jokaiselle vastaajalle täsmälleen samalla tavalla.

Niinpä kyselyä päädyttiin nuorimman ikäryhmän osalta sekä lyhentämään että muutenkin helpottamaan. Kaikista kysymyksistä ei siis nuorimpien vastaajien osalta saatu tietoa. Lisäksi osassa kysymyksistä tiedon vertailukelpoisuus vanhempiin ikäryhmiin on heikompaa, sillä osa kysymyksistä, kuten lomakkeen K25 ”Kuinka usein tapaavat kavereitasi?” tai K54 ”Miksi harrastat liikuntaa?”, esitettiin avoimena, ja haastatteliija koodasi tiedon lapsen antaman vastauksen mukaisesti. Kysymyksen 68 viisiportainen vastausasteikko yksinkertaistettiin alle 10-vuotiaille kaksiluokkaiseksi niin, että he kertoivat ovatko samaa vai eri mieltä esitetyn väitteen kanssa.

10–14-vuotiaiden ikäryhmässä kaikki haastattelut tehtiin puhelimitse. Aluksi lähestytettiin vanhempia haastatteluluvan saamiseksi ja haastatteluajan sopimiseksi. Kotitalouteen ja vanhempien taustoihin liittyvät tiedot kysyttiin vanhemmilta. Myös osa liikuntakysymyksistä esitettiin vanhemmille, esimerkiksi K9 (ks. liite 1), jossa selvitetään liikuntaharrastuksen paikkoja. Näin toimittiin, sillä nuorimpien vastaajien ei voi olettaa aina olevan selvillä vaikkapa siitä, milloin liikkumisen areenana on kaupallinen liikuntapalvelu, liikuntaseura tai kunnallinen liikuntapalvelu. Pilottihaastatteluiden jälkeen osa myös tämän ikäryhmän kysymyksistä todettiin liian vaikeiksi ja muutettiin vanhempien vastattavaksi.

15–29-vuotiaiden haastattelut tehtiin tavalliseen tapaan puhelimitse, eikä tässä ikäryhmässä vanhempiin oltu yhteydessä.

KÄSITTEET JA TAUSTAMUUTTUJAT

Nuorten vapaa-aikatutkimuksen taustamuuttujat ovat ikää, sukupuolta, äidinkieltä ja asuin-kuntaa lukuun ottamatta vastaajilta itseltään saatuja. Niitä ei siis ole haettu rekisteristä, vaan ne kertovat tutkimusta varten haastatellun nuoren oman käsityksen asiasta. Niinpä esimerkiksi pääasiallinen toiminta ei välttämättä ole sama kuin viranomaisen papereissa. Nuori, joka käy työssä ja opiskelee, saattaa sanoa pääasialliseksi toiminnakseen kumman hyvänsä. Sitä, että taustatiedot on pääsääntöisesti saatu kysymällä, ei tarvitse pitää virhelähteenä, mutta on hyvä pitää mielessä että ne kertovat ensisijaisesti nuoren omasta kokemuksesta tilanteestaan.

Tässä esitellään lyhyesti joitain keskeisimpiä taustamuuttujia. Lisäksi liitteessä 2 on yhteen-veto kyselyyn vastanneista erilaisten taustatekijöiden mukaan.

Ikä

Taustamuuttujana ikää käytetään pääsääntöisesti siten, että vastaajat on ryhmitelty viiteen ikäluokkaan: 7–9-, 10–14-, 15–19-, 20–24- ja 25–29-vuotiaisiin. Edellä kohderyhmästä, otoksesta ja tiedonkeruun kulusta kertovassa luvussa kerrotaan eri ikäryhmien erilaisista tiedonkeruun tavoista.

Tekstissä nimityksiä lapsi tai nuori käytetään ilman tarkasti määriteltyä ikärajaa. Luvussa ”Lapsi, nuori vai aikuinen” (kuviot 2 ja 3) käsitellään sitä, kuinka eri-ikäiset samastuvat näihin eri elämänvaiheiden nimityksiin.

Sukupuoli

Ikäjakauman ollessa niinkin laaja kuin 7–29 vuotta on suomenkielessä vaikea löytää sanoja, jotka hyvin kuvaisivat koko joukkoa. Vaikuttaa oudolta kutsua 7-vuotiaita naisiksi ja miehiksi, tai lähes kolmekymppisiä tytöiksi ja pojiksi. Yksi ratkaisu olisi käyttää kautta linjan ilmaisua tytöt/naiset ja pojat/miehet, mutta koska se olisi tyyllillisesti kömpelöä, käytetään tässä koko

ikäryhmästä sanoja tyttö ja poika toivoen niiden kuulostavan lukijan korvaan kyllin neutraaleilta tai ainakin tasa-arvoisilta.

Aluemuuttajat

Vastaajat on ryhmitelty asuinkuntansa perusteella Tilastokeskuksen kunnan asutusrakennetta kuvaavaan kolmeen luokkaan: kaupunkimaisissa kunnissa, taajaan asutuissa kunnissa ja maaseutumaisissa kunnissa asuviin. Kaupunkimaisista kunnista on vielä erotettu omaksi luokakseen pääkaupunkiseutu (Helsinki, Espoo, Vantaa ja Kauniainen), jolloin luokitus on neliluokkainen. Jonkin verran tarkastellaan myös niin sanottuja suuralueita (NUTS 2 -taso), eli sitä, asuuko vastaaja Etelä-, Länsi-, Itä- vai Pohjois-Suomessa. Kunta- ja maakuntatason tilastollisesti mielekkääseen vertailuun vastaajia ei yleensä ole tarpeeksi.

Kuntatiedon lisäksi vastaajia pyydettiin myös arvioimaan asuinpaikkaansa sen mukaan, asuvatko he 1) ison kaupungin keskustassa, 2) ison kaupungin lähiössä tai muulla laita-alueella, 3) pikkukylän tai pikkukaupungin keskustassa, 4) pikkukylän tai pikkukaupungin harvaan asutulla laita-alueella vai 5) maaseutuympäristössä. Näin haluttiin selvittää nuorten kokemusta välittömästä asuinympäristöstään, mikä voi olla kuntaa tärkeämpi tieto esimerkiksi siinä, kuinka pitkiä etäisyydet eri palveluihin ovat.¹ Tämä onkin usein parempi selittäjä tutkituille muuttujille kuin esimerkiksi tilastollinen kuntaluokitus. Kuntaliitosten yleistyessä kokemustiedon merkitys asuinympäristöstä korostuu entisestään. Tilastoissa keskisuuren kaupungin asukkaina näkyvät nuoret voivat todellisuudessa asua 60 kilometrin päässä keskustasta maaseutuympäristössä (ks. Harinen 2013).

Perhe- ja asumismuoto

Perhemuotojen selvittäminen on hyvä esimerkki siitä, kuinka kyselyn tekeminen on tasapainoilua tarkkuuden ja yleistettävyyden välillä. Kyselyissä on usein vahvana oletuksena perhe,

jossa on isä ja äiti, jolloin erilaiset perhemuodot, kuten yksinhuoltajat, uusperheet tai rekisteröidyt parisuhteet eivät tule riittävästi huomioiduiksi. Tämän välttämiseksi haastateltavan kanssa samassa kotitaloudessa asuvia selvitettiin varsin yksityiskohtaisesti (liitteen 1 K1–K3, K12–K15). Tarvittaessa kotitalous määriteltiin tarkoittamaan henkilöitä, jotka asuvat ja ruokailevat yhdessä tai jotka muuten käyttävät tulojaan yhdessä. Myös mahdollisten siskojen tai siskopuolien, veljien tai velipuolien ja omien tai puolison lasten iät kysyttiin.

Vaikka kysymysmuoto sinänsä mahdollistaa hyvin tarkan tiedon siitä, keitä haastateltavan perheeseen (tai perheisiin) kuuluu, tässä käytetty perhemuotoja ja asumismuotoja yhdistelevän taustamuuttujan luokittelu on tehty karkeamalla kuusiportaisella asteikolla: vanhempi tai vanhempia (58 prosenttia); asuu yksin (14 prosenttia); avio- tai avopuoliso tai rekisteröity puoliso, ei lapsia (14 prosenttia); avio- tai avopuoliso tai rekisteröity puoliso ja omia tai puolison lapsia (7 prosenttia); soluasunnossa tai kämppiksen kanssa (4 prosenttia); jokin muu (2 prosenttia). Ryhmä ”muu” on niin pieni (n=23), ettei sen pilkkominen ainakaan tilastotarkastelua varten ole mielekästä. Tässä joukossa on viisi siskonsa kanssa asuvaa, neljä veljensä kanssa asuvaa, yksi mummon kanssa asuva sekä 11 yksinhuoltajaksi tulkittavaa, joiden kotitalouteen ei haastateltavan lisäksi kuulu muita kuin omia tai puolison lapsia. Näiden lisäksi aineistossa on muutamia vaikeammin luokiteltavia tapauksia, kuten kaksi vastaajaa, joiden taloudessa asuu puolison lisäksi vanhempia (luokiteltu vanhempien luona asuviksi) ja kaksi solu- tai kimppakämpässä asuvaa, jotka kuitenkin kokevat asuvansa yksin (luokiteltu solu- tai kimppakämpässä asuviksi). Tapauksia, jossa samassa taloudessa asuu kolme sukupolvea, on aineistossa vain neljä.

Lapsuudenkoti

Yli puolet vastaajista asuu yhä lapsuudenkodissaan. Näistä 78 prosenttia asuu isän ja äidin kanssa, 13 prosenttia vain äidin kanssa, 3

prosenttia vain isän kanssa ja 6 prosenttia äidin ja isäpuolen (”muun miespuolisen huoltajan”) kanssa. Näiden lisäksi yksi vastaaja asuu äiti- puolen kanssa ja yksi isäpuolen kanssa. Osuudet eivät suuresti poikkea väestötilastosta, jonka mukaan vuoden 2010 lopussa yhden vanhemman perheitä (äiti tai isä ja lapsia) oli viidennes kaikista lapsiperheistä ja ei-yhteisten lasten osuus kaikista lapsista oli 7 prosenttia. Niin väestötilastossa kuin kyselytiedoissakin erolapset asuvat selvästi useammin äitinsä kanssa, ja myös äitien yksinhuoltajuus on isien yksinhuoltajuutta selvästi yleisempää. Väestötilastossa rekisteröidyn parin ja alle 18-vuotiaiden lasten muodostamia perheitä oli vuoden 2010 lopulla yhteensä vain 267, minkä perusteella ei myöskään ole yllätys, ettei otokseen osunut lainkaan kahden samaa sukupuolta olevan huoltajan kanssa asuvaa.

Tilastoluokittelu ei pysty pyydystämään todellisuuden moninaisuutta, mistä esimerkiksi käyvät ne eroperheiden lapset, jotka asuvat vuorotellen molempien vanhempiensa luona. Vaikka eroperheistä suuri osa lieenee tällaisia niin sanottuja vuoroperheitä, tilastot eivät mallia tunnista, ja väestötilastossa jokainen lapsi kuuluu vain jommankumman perheeseen. Koska tässä kyselyssä pyydettiin vastaajia itse kerto- maan kotitaloutensa jäsenet, ovat useammassa perheessä asuvat voineet itse päättää kumman tiedot antaa. Tämän joukon suuruusluokasta saa suuntaa antavaa kuvaa 2012 Nuorisobarometristä, jossa neljä prosenttia kertoi asuneensa lapsuudessaan vuorotellen molempien vanhempien kanssa.

Sisarukset

Noin puolella kaikista kyselyn vastaajista asuu sisarus tai sisaruksia samassa kotitaloudessa. Osuus vaikuttaa pieneltä, etenkin yli 20-vuotiaiden ikäryhmissä, mikä johtuu siitä, että tässä oltiin kiinnostuneita ainoastaan samassa talou- dessa asuvista sisaruksista. Kuva on aivan eri- lainen, jos tarkastellaan vanhempien kanssa yhä asuvia, sillä ainoastaan 20 prosentilla heistä ei ole lainkaan sisaruksia samassa kotitaloudessa.

Yksi sisarus on 39 prosentilla, kaksi sisarusta 24 prosentilla, kolme sisarusta 10 prosentilla, neljä sisarusta kolmella prosentilla ja viisi tai useampi 4 prosentilla lapsuudenkodissa asuvista vastaa- jista. Väestötilastojen mukaan vain noin joka kymmenes lapsi jää perheensä ainoaksi (Karto- vaara 2007). Se, että kyselyaineistossa ainoiden lasten osuus on kaksi kertaa suurempi, johtuu siitä, että kyselyssä ollaan kiinnostuneita vain sen hetken kotona asuvien sisarusten määrästä. Osa sisaruksista on jo muuttanut pois kotoa, osalle vastaajista on vielä tulossa pikkuveljiä tai -siskoja.

Koulutus

Koulutustasoa suoraan mittaavia muuttujia kyselyssä oli kaksi: korkein suoritettu tutkinto ja haastatteluhetken opiskelupaikka. Näiden lisäksi selvitettiin vanhempien koulutustaso. Koulutustaso on nuorten ikäryhmässä jatku- vassa muutoksessa ja mittaa usein suunnilleen samaa asiaa kuin ikä. Koska valtaosalla nuorista koulutus on yhä kesken, tutkintomuuttujaa käy- tettäessä suuri osa tapauksista hukataan, mikäli yhä opiskelevat jätetään analyyseista pois. Kat- tavampi koulutusmuuttuja saadaankin yhdistä- mällä tiedot suoritetuista tutkinnoista ja opiske- lupaikasta.

Näin luodun muuttujan luokat ovat yliopis- totutkinto tai sitä suorittamassa (n=131), am- mattikorkeakoulututkinto tai sitä suorittamassa (n=158), ammatillinen perustutkinto tai sitä suorittamassa (n=247), ylioppilas tai lukiossa (n=151) sekä ei tutkintoja, ei opiskele (n=27). Sekä ylioppilastutkinnon että ammatillisen pe- rustutkinnon suorittaneet tai suorittamassa olevat on luokiteltu omaksi kaksoistutkinnon suorittajien ryhmäkseen. Tähän ryhmään kuulu- vat niin varsinaiset kaksoistutkinnon suorittajat kuin myös aineiston 21 ammatillisessa oppilai- toksesta opiskelevaa ylioppilasta ja yksi lukiossa opiskeleva toisen asteen ammatillisen tutkinnon jo suorittanut. Oppisopimuskoulutuksessa ole- minen on rinnastettu ammatillisessa oppilaitok- sessa opiskelemiseen. Ne, joilla peruskoulu on

yhä kesken (n=463), on tästä muuttujasta jätetty pois, sillä peruskouluvaiheessa eri koulutuspolut eivät vielä ole eriytyneet.

Tulot

Kotitalouden tulotasoa selvitettiin kahden muuttujan avulla. Näistä toinen kuvaa kokemusta suhteellisen tulotason korkeudesta asteikolla (Liitteen 1 K23 ”Millainen on kotitaloutesi/kotitaloutenne tulotaso?” 5 = erittäin korkea, 1 = erittäin matala). Toisella kysymyksellä puolestaan haluttiin saada tietoa kotitalouden euromääräisistä bruttotuloista (Liitteen 1 K22 ”Mitkä ovat taloutenne yhteenlasketut vuositulot veroja vähentämättä?” 1=alle 10 000 euroa, 2 = 10 000–20 000 euroa (...) 10 = yli 100 000 euroa). 7–14-vuotiaiden haastatteluissa tämä tieto kysyttiin vanhemmilta, 15–29-vuotiailla nuorilta itseltään. Tällä on vaikutusta tulosten tulkintaan, sillä vaihtoehdon ”en osaa sanoa” tai ”en halua sanoa” valitsi 15–19-vuotiaiden ikäryhmässä peräti 66 prosenttia. Alle 15-vuotiaiden haastatteluissa, joissa tämä tieto saatiin vanhemmilta, ”en osaa/halua sanoa”-vastauksia oli 17 prosenttia, 20–24-vuotiailla 33 prosenttia ja 25–29-vuotiailla enää 13 prosenttia. ”En osaa/halua sanoa”-vastauksen osuukien perusteella tietämys kotitalouden tuloista kytkeytyy kiinteästi ennen kaikkea asumismuotoon; yhä lapsuudenkodissa asuvilla se on heikkoa, omillaan asuvilla selvästi parempaa.

Ekvivalentti tulo

Yhdistämällä edellä mainittu bruttotulomuuttuja (Liitteen 1 K22) kotitalouden jäsenistä saatuihin tietoihin on laskettu suuntaa antava ekvivalentti tulo. Se on tulokäsite, jolla pyritään saamaan erityyppisten kotitalouksien tulot vertailukelpoisiksi ottamalla huomioon yhteiskulutushyödyt. Ekvivalentti tulo lasketaan jakamalla kotitalouden käytettävissä olevat tulot talouden kulutusyksiköiden määrällä. Kulutusyksikköjen määrä puolestaan lasketaan käyttäen Euroopan unionin tilastoviraston Eurostatin suositamaa

OECD:n niin sanottua muunnettua kulutusyksikköasteikkoa, jossa kotitalouden ensimmäinen aikuinen saa painon 1, muut yli 13-vuotiaat henkilöt saavat painon 0,5 ja 0–13-vuotiaat lapset saavat painon 0,3. Tapauksissa, joissa alaikäinen asuu yksin, painoksi on määriteltä 1. Kaikki soluasunnossa tai kämppiksen kanssa asuvat saavat tässä niin ikään painon 1, sillä kimppa-asuminen ei luultavasti täytä laskelmaan sisältyvään kotitalouden määritelmään kuuluvia oletuksia tulojen yhteiskäytöstä.

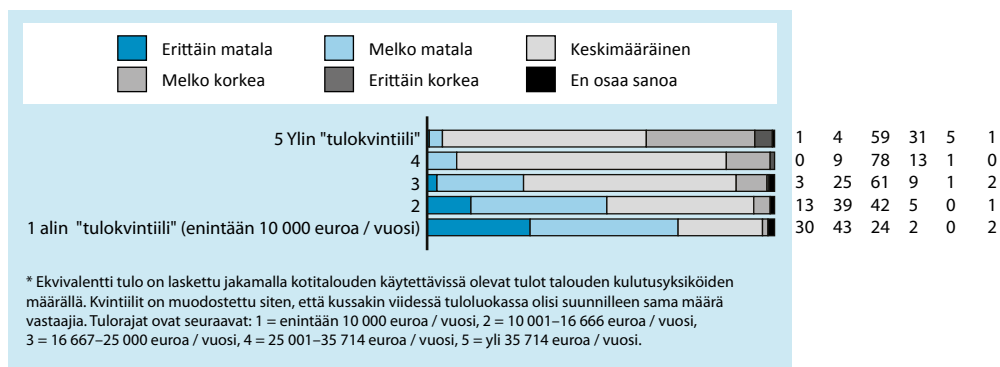
On syytä korostaa, että tässä laskettu Nuorten vapaa-aikatutkimuksen ekvivalentti tulo on vain suuntaa antava ensinnäkin siksi, että tässä saatu tieto tulotasosta perustuu arvioon. Toiseksi tässä pyydettiin tietoa vain yhteenlasketuista tuloista, ei saaduista ja maksetuista tulonsiirroista, jotka kuuluvat käytettävissä olevan tulon määritelmään. Haastatteluissa arvio tuloista annettiin lisäksi 10-portaisella asteikolla, ei suoraan euromääräisenä, mikä tarkoittaa, että tulo on laskettu luokkavälin keskipisteestä. Siis esimerkiksi kotitalouden yhteenlaskettujen bruttotulojen luokka 10 000 – 20 000 euroa on ekvivalenttia tuloa laskettaessa muutettu arvoksi 15 000 euroa. Ongelmalliseksi tämän laskutavan tekee se, ettei suurimmassa tuloluokassa ole ylärajaa, eikä siten keskipistettäkään. Kaikille yli 100 000 euroa ansaitseville on tässä määriteltä arvo 130 000. Alle 10 000 eurojen tuloluokalle puolestaan on annettu arvo 7 000.

Näin lasketun euromääräisen henkilökoh-taisen bruttotulon pienin arvo on 2500, suurin arvo 90 000, keskiarvo 24 119 ja mediaani 22 500 euroa. Vastajat jaettiin vielä tulojen mukaan viiteen yhtä suureen joukkoon, niin sanottuun kvintiliin. Alimman tulokvintiliin yläraja on 10 000 euroa, toisen 16 667, kolmannen 25 000 ja neljännen 35 714.

Lapsuudenkodissa yhä asuvat nuoret arvioivat kotitalouden tulotason matalammaksi kuin muut. Rekisteripohjaisissa tulotarkasteluissa pienituloisuusaste on kuitenkin selvästi suurempi itsenäistyneillä kuin vanhempien luona yhä asuvilla nuorilla (ks. Myllyniemi & Gissler 2012, 76). Lapset eivät selvästi useinkaan tiedä

KUVIO 1.

KOKEMUS KOTITALOUDEN TULOTASOSTA ”EKVIVALENTIN BRUTTOTULON”* LUOKISSA. (%)



vanhempiensa tulotasoa, mihin viittaa myös ”en osaa tai halua sanoa” -vastausten erittäin suuri osuus (66 prosenttia) 15–19-vuotiaiden ikäryhmässä. Subjekttiivisten arvioiden käyttämisessä lapsuudenkodin toimeentulosta on siis omat ongelmansa (lisää aiheesta ks. Moisio & Karvonen 2007), mutta muun euromääräisen tiedon puutteessa tukeudutaan tähän muuttujaan. Tulosten tulokinnassa nämä epävarmuustekijät on kuitenkin syytä pitää mielessä. Tulotiedon rinnalla selvitettiin, kuinka korkeana tai matalana vastaaja pitää kotitaloutensa tulotasoa. Tämän kokemuksellisen tiedon vahva yhteys edellä selitettyn ekvivalenttiin tuloon (kuvio 1) puhuu sen puolesta, että ainakin koko aineiston tasolla tulotason arviointi on kutakuinkin luotettavaa.

LAPSI, NUORI VAI AIKUINEN?

Nuorimmat kyselyyn vastanneet olivat vasta seitsemänvuotiaita, vanhimmat jo 29-vuotiaita. Ikähaarukan ollessa näin laaja tilaisuus on otollinen sen selvittämiseksi, kokevatko tämän ikäiset itsensä lapsiksi, nuoriksi vai aikuisiksi. Sanavalinnat eivät ole neutraaleita, sillä ne ohjaavat käsityksiä lapsuuteen ja nuoruuteen liittyvistä erilaisista haasteista. Kokemustietoa eri-ikäisten samastumisesta eri elämänvaiheisiin voidaan peilata esimerkiksi eri viranomaismäärityksiin – tai itse kunkin omiin ennako-oletuksiin.

Asiaa ei ole vapaa-aikatutkimuksissa aiemmin vastaavalla tavalla tutkittu, joten nyt päästään ensimmäistä kertaa aloittamaan sen seuraaminen, onko nuoruus todella pidentymässä, kuten usein väitetään. Jos näin mitatun kokemuksellisen nuoruuden venymistä havaitaan, ei ole itsestään selvää, kummasta nuoruuden päästä pidentyminen ennen kaikkea tapahtuu. Toisaalta halutaan yhä nuoremmalla iällä olla kulttuurisesti nuoria. Toisaalta aikuistumiseen liitetyt siirtymät, kuten koulutuksen päättäminen, työelämään siirtyminen ja perheen perustaminen tapahtuvat nykyisin selvästi vanhempana kuin aiemmillä sukupolvilla.

On syytä huomauttaa, että ikävaihemääritykset ovat myös liukuvia ja muuntuvia ja että rajaamalla vastausvaihtoehdot tiukasti kysely antaa harhaanjohtavan selkeän tuloksen siitä, missä iässä enemmistö vastaajista kokee olevansa lapsia, nuoria tai aikuisia. Samanikäinen ihminen voi olla lapsi joissakin ja nuori joissakin toisissa ulottuvuuksissa. (Ks. Kiilakoski, Gretschel & Nivala 2012, 14.)

Lapsesta nuoreksi

Alle 10-vuotiaista selvä enemmistö kokee itsensä lapsiksi. Siitä eteenpäin muutos on vauhdikasta: 10-vuotiaista 53 %, mutta jo kaksitoistavuotiaista enää 20 % pitää itseään lapsena. Tätä vanhemmista lapseksi identifioituu enää

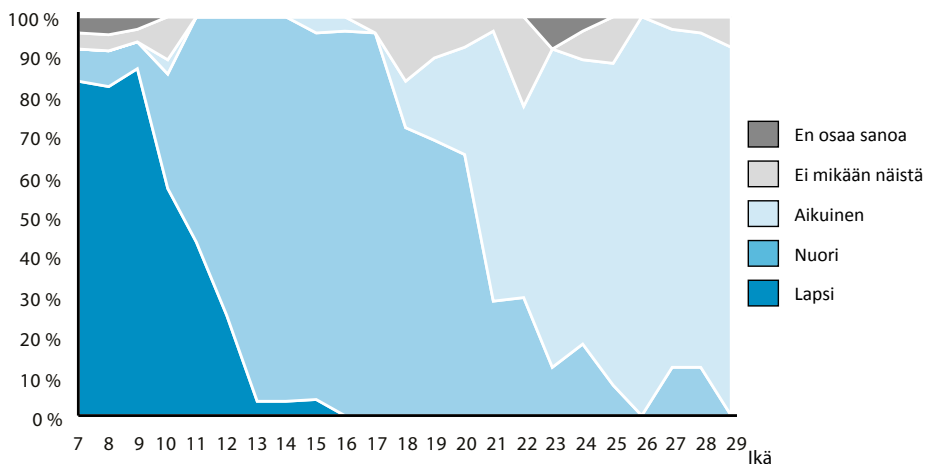
muutama yksittäinen vastaaja.² Nuoruuden alku tapahtuu niin varhain, että se ei osu yksin minikään varsinaisen elämäntilanteeseen liittyvän murrosvaiheen, kuten alakoulusta yläkouluun siirtymisen kanssa.

Sukupuolten välillä ei ole eroa siinä, missä iässä murros lapsesta nuoreksi tapahtuu. Maa-seutumaisissa kunnissa astutaan nuoruuteen varhemmin kuin kaupungeissa ja varsinkin pääkaupunkiseudulla. Kiinnostava ero liittyy siihen, että mitä enemmän sisaruksia vastaajalla on, sitä pidempään hän kokee itsensä lapseksi.³

Syy tähän jää enemmän tai vähemmän arvailujen varaan, mutta yksi selitys voisi liittyä siihen, että kyselyaineistossa suurin osa sisaruksista on nimenomaan haastateltujen pikkusiskoja ja -veljiä, sillä heidän vanhemmat sisaruksensa ovat jo osin muuttaneet omilleen. Jos leikin maailma voi nuorempien sisarusten kanssa jatkua pidempään, se voisi osaltaan selittää myös lapsuuden jatkumista. Kirsi Lallukan (2003) lasten ikävaihemäärittelyitä koskevassa tutkimuksessa lapset käyttivät nimenomaan leikin lopettamista merkinä lapsuuden lopusta.

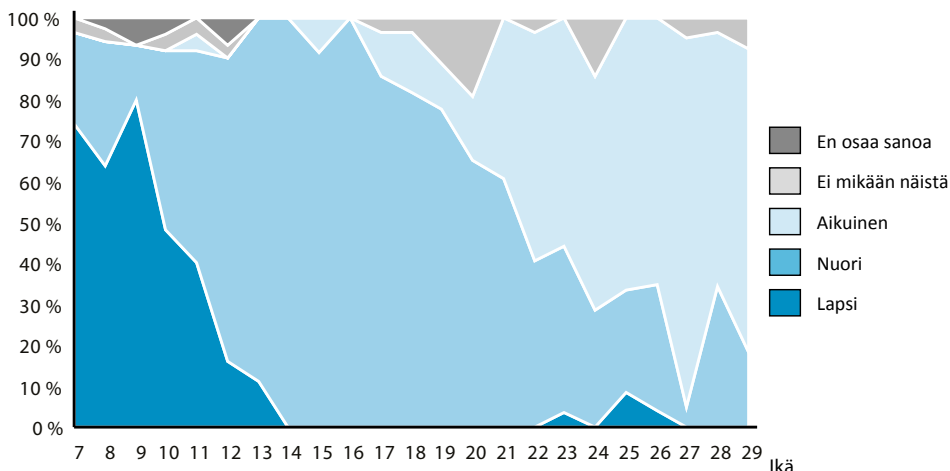
KUVIO 2.

”MIKÄ SEURAAVISTA MÄÄRITELMISTÄ KUVAU SINUA MIELESTÄSI PARHAITEN?” TYTÖT



KUVIO 3.

”MIKÄ SEURAAVISTA MÄÄRITELMISTÄ KUVAU SINUA MIELESTÄSI PARHAITEN?” POJAT



Muutenkin tulkinta leikin ja lapsuuden loppumisen yhteydestä saa nyt tehdystä kyselystä epäsuorasti tukea. Eriarvoinen lapsuus -tutkimushankkeen tulosten mukaan suomalaiset lapset nimittäin kertovat lopettavansa leikkimisen noin 11 ikävuodesta alkaen, mikä vastaa kyselytuloksia lapseksi identifioitumisen loppumisesta. Suomalaisen kulttuurin (huolestuttavana!) erityispiirteenä Eriarvoinen lapsuus -hankkeessa havaittiin, että samanikäisillä norjalaisilla ja ruotsalaisilla lapsilla ei leikin loppuminen ole yhtä dramaattisen nopeaa kuin meillä.

Vaikka aiemmin ei samalla tavalla ole kysytty vastaajien omaa kokemusta lapsuudesta, nuoruudesta ja aikuisuudesta, voi myös vanhoja kyselytutkimuksia lukien lähestyä kiertoteitse pidentyvän nuoruuden tematiikkaa. Esimerkiksi kiinteisiin ystäväpiireihin, ryhmiin, jengeihin tai muihin vastaaviin kuulumisen⁴ liitetään usein nuoruuteen, joten muutokset 50-luvulta tähän päivään avaavat tulkintaovia pidentyvän nuoruuden tarkasteluun. Siinä missä 50-luvulla ja 60-luvulla jengeihin ja muihin vastaaviin kuulumisen huippu ajoittui teini-ikään ja väheni sen jälkeen jyrkästi, 2000-luvulla tiiviisiin jengeihin ja vastaaviin kuuluminen jatkuu lähes tasaisena ainakin kolmekymppiseksi saakka. Toinen suuri muutos on kaikkein nuorimmassa ikäryhmässä, jossa tiiviisiin ystäväporukoihin kuulumien osuus on nyt selvästi suurempi kuin 50- ja 60-luvuilla. (Aalto & Minkinen 1971, 8; Allardt ym. 1958; Myllyniemi 2009a, 97–98.) Jengeihin tai vastaaviin kuulutaan siis yhä nuorempina ja yhä vanhempina. Jos kiinteisiin ja usein kokoon-tuviin porukoihin kuuluminen kuuluu erityisesti nuoruuteen, kehityskulku tukee käsitystä nuoruuden pidentymisestä – molempiin suuntiin.

Nuoresta aikuiseksi

Kokemuksellinen muutos nuoresta aikuiseksi osuu noin 20 ikävuoden kohdalle. Huomionarvoista on, ettei virallinen täysi-ikäisyyden rajapyykki 18 vuotta näy aikuiseksi identifioitumisessa oikeastaan lainkaan. Koko vastaajajoukon 20-vuotiaista 21 % pitää itseään aikuisena,

mutta jo 21-vuotiailla osuus on ylittänyt 50 %. Tyttöillä muutos nuoresta aikuiseksi tapahtuu yhtä jyrkkärajaisesti kuin muutos lapsesta nuoreksi. Sen sijaan pojilla muutos on vähittäisempää, ja vielä 25–29-vuotiaista pojista noin joka neljäs kokee itsensä ennemmin nuoreksi kuin aikuiseksi. Maaseutumaisissa kunnissa aikuis-tuminen tapahtuu nuorempana kuin kaupungeissa, ja etenkin pääkaupunkiseudulla näkyy jonkinlaista nuoruuden pitkittymistä. Nuoren ikäluokan muuttoliikkeen suunta maalta kaupunkeihin tosin tarkoittaa tiettyä valikoitumista. Ehkä kotiseudulleen jäävät ennen kaikkea ne, joilla on siellä perhettä ja vakituista työtä, siis usein aikuisuuteen liittyviä asioita. Kaupunkiin opiskelemaan muuttaneiden elämään kuuluu pidempään nuoruuteen yhdistetty vapaus. Myös kyselyaineistossa näkyy lapsia saaneiden ja työsäkävien suurempi osuus maaseudulla kuin kaupungeissa.

Näin selvitetty nuoruuteen samastuminen kestää vain noin kymmenestä noin kahteenkymmeneen ikävuoteen. Kymmenisen vuotta voi tuntua lyhyeltä nuoruudelta, mutta samalla on muistettava kyselyn keinotekoisuus elämisen kirjon kuvaamisessa. Aikuistumisen polut ovat moninaisia, ja samankin henkilön eri siirtymäprosessit eri elämänaluilla voivat olla hyvin eritahtisia, ja joillain niistä he voivat kokea itsensä aikuiseksi paljon varhemmin kuin jollain toisella. Kyselyn karkea jako kolmeen jättää myös huomioimatta eri käsitteet, joita lapsuuden, nuoruuden ja aikuisuuden väleihin on kehitetty. Nuorten paneeli 2011 -kyselyssä käytetty ”nuori aikuinen” oli hyvin suosittu, sillä 18–19-vuotiaista peräti neljä viidestä samastui siihen, ja yli 20-vuotiaillakin se oli ”aikuista” suosituampi. Nuorten vapaa-aikakyselyssä haluttiin erityisesti välttää tätä (samoin kuin lapsuuden ja nuoruuden välistä ”varhaisnuorta”) siinä tarkoituksessa, että pakottamalla vastaaja valitsemaan yleistävistä luokista saataisiin valaistusta lapsuuden, nuoruuden ja aikuisuuden siirtymiin ilman välikategorioiden tuottamaa hämäryyttä.

Nyt tehdyssä kyselyssä ei suoraan selvitetty eri elämänvaiheisiin samastumisen yhteyksiä

niihin elämänkaaren siirtymiin, joihin nuoruus ja aikuisuus usein liitetään. Niistä saa kuitenkin tietoa vuoden 2009 Nuorisobarometrasta, jossa selvitettiin nuorten näkemyksiä siitä, milloin ihminen on aikuinen. Tulosten mukaan siirtymät, kuten avioliitto, vanhempien luota muuttaminen tai opintojen päättäminen määrittivät vain pienen vähemmistön mielestä aikuisuutta. Vielä vähemmän merkitystä oli muodollisen täysi-ikäisyyden saavuttamisella. Konkreettisista elämäntilanteen muutoksista parhaiten aikuistumisen osoittimeksi kävi lasten saaminen. Vielä sitäkin tärkeämmiksi aikuisuuden kriteereiksi koettiin kuitenkin vastuun ottaminen omista päätöksistä, itsensä elättäminen, ja se, että ”tietää, mitä tahtoo elämältään”. (Myllyniemi 2009b, 138–139.)

Aiemman kyselyn perusteella voi siis sanoa henkilökohtaisen yksilöllisen kypsyysikäisen nuorten mielestä aikuisuutta paremmin kuin transitiot, mikä antaa oman tarkastelukulman nyt kerätylle tiedolle samastumisesta eri elämänvaiheisiin. Eri kysymyksiä yhdistelemällä voidaan myös tämän aineiston perusteella sanoa jotain ulkoisten elämänvaiheiden merkityksestä. Koulutuksen päättämisellä ja työelämän aloittamisella on nähtävästi vaikutusta, sillä 25–29-vuotiaista opiskelijoista 64 %, mutta työssäkäyvistä jo 82 % kokee itsensä aikuiseksi. Korkea tulotaso liittyy varhaisempiin aikuistumisen kokemuksiin. Tämä sopii yhteen sen edellä mainitun tuloksen kanssa, että itsensä elättäminen on tärkeä aikuisuutta määrittävä

tekijä. Taustalla on kuitenkin muutakin kuin yksin toimeentulo, sillä myös työttömistä yli 90 % pitää itseään aikuisena, vaikka heidän tulotasonsa (ks. ekvivalenttitulo, s. 13) on hyvin matala.

Puolison kanssa asuvat kokevat itsensä useammin aikuiseksi kuin yksin asuvat. Parisuhte näyttää olevan vähän yli parikymppisille tärkeämpi aikuisuuden määrittäjä kuin se, asuuko vielä lapsuudenkodissaan vai ei. Vieläkin enemmän aikuisuuteen näyttäisi liittyvän vanhemmuus, sillä lapsia saaneista 25–29-vuotiaista 91 % kokee itsensä aikuiseksi, kun muista tämänikäisistä osuus on 79 %. Vaikka keskimäärin tytöt kokevat aikuistuvansa poikia varhemmin, huomionarvoista on, että ero aikuiseksi samastumisessa lapsia jo saaneiden ja muiden välillä on suurempi pojilla kuin tytöillä. Aineisto ei varsinaisesti veny vanhemmuuden sukupuolitumisen tarkasteluun, mutta tätä havaintoa voi silti pohtia. Yksi näkökulma siihen, että isäksi tuleminen siihen liittyvine vastuineen näyttää olevan merkityksellistä poikien aikuistumiselle, liittyy juuri aiemmassa kyselyssä tehtyyn havaintoon vastuullisuuden keskeisyydestä aikuisuuden kriteerinä. On huomattu, että nuoret isät eivät helposti löydä paikkaansa perheissä (Telén, Tanttu & Ryhänen 2008). Isällä ei kulttuurissamme ole äidin tavoin valmista paikkaa perheessä, vaan miehen on ansaittava oma asemansa. Samalla jaetun vanhemmuuden ihanne kutsuu miehiä ottamaan vastuuta lapsesta, ja isän on tavallaan itse tehtävä oma isyytensä⁵. (Eräranta 2007, 86, 96, 101.)

YHTEISÖLLISYYS JA YSTÄVÄT

Nuorten yhteisöllisyyttä käsitellään aluksi tutkailemalla erilaisia yhteydenpidon tapoja: tapaamista, puhelimesta puhumista ja nettiyhteyttä kavereiden kanssa. Tämän jälkeen tarkastellaan ystävien määrää ja yksinäisyyden kokemuksia ja tarkennetaan kuvaa katsomalla, millaisia ovat sosiaalisen toiminnan näyttämöt eri-ikäisillä lapsilla ja nuorilla. Lopuksi yhteisöllisyyttä taustoitetaan sosiaalista elämää niin ikään vahvasti määrittävällä kysymyksellä tyttö- tai poikaystävästä, puolisoista ja lapsista.

KAVEREIDEN TAPAAMINEN

Yli puolet 7–29-vuotiaista tapaa ystäviään päivittäin, lähes kaikki vähintään viikoittain. Kuviossa 4 nähdään, että ystävien tapaamistiheys laskee tasaisesti iän myötä. Alle 15-vuotiaista lähes kolme neljästä tapaa ystäviään päivittäin, 25–29-vuotiaista enää alle kolmannes. Erityisen jyrkästi ystävien tapaamistahti putoaa noin 20 vuoden iässä. Sitä selittää toisen asteen opintojen jälkeinen koulutukseen ja työelämään liittyvä saranavaihe. Nuorten hakiessa uusia asemaansa koulutus- ja työmaailmassa ei koulu enää toimikaan entisenlaisena tapaamispaikkana, ja sosiaalisen elämän aiempaan säännöllisyyteen tulee katkos.

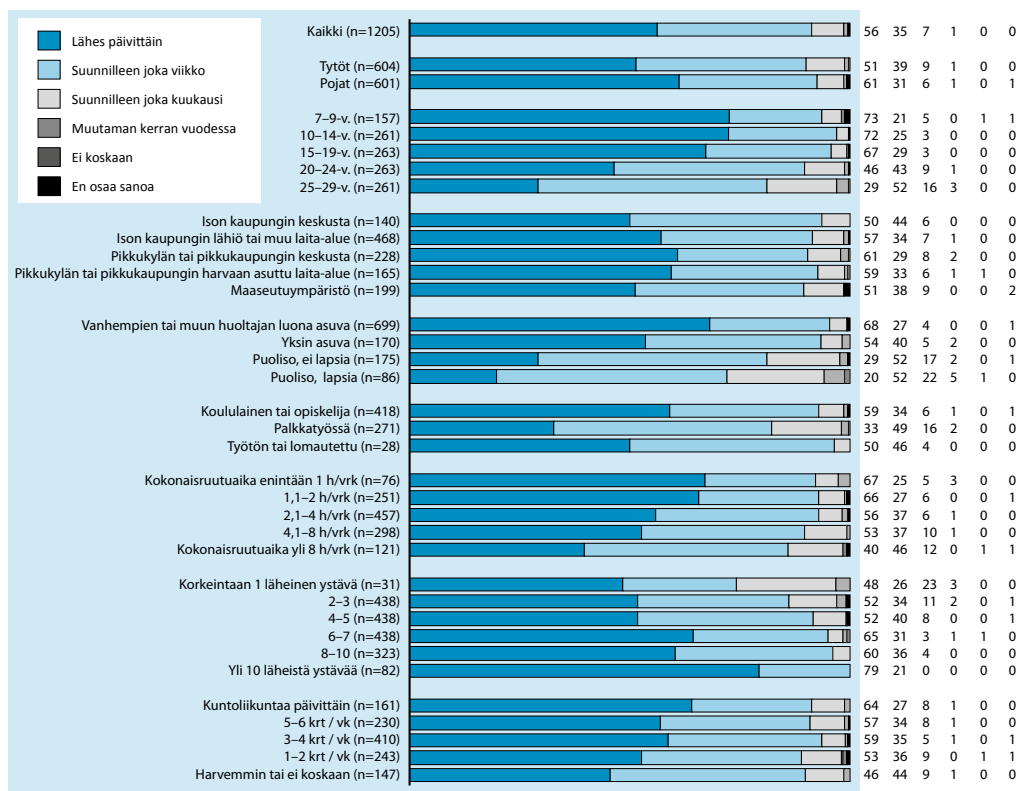
Eri puolilla Suomea lapset ja nuoret tapavat ystäviään yhtä tiheästi, mutta kuntatyyppin mukaisessa vertailussa pääkaupunkiseudulla päivittäinen tapaaminen on muuta maata harvinaisempaa. Tämä johtuu osin siitä, että pääkaupunkiseudun vastaajat ovat keskimäärin hieman vanhempia. Kun iän ottaa mukaan tarkasteluun, pääkaupunkiseudun suhteellisen epäsäännöllinen tapailu paikantuu erityisesti vanhempiin ikäryhmiin. Alle 10-vuotiaiden ikäryhmissä

tilanne on jopa päinvastainen, ja kaupunkien, erityisesti pääkaupunkiseudun lapset tapavat muita säännöllisemmin kavereitaan. Kuviossa 4 esitetään välitöntä asuinympäristöä kuvaavan taustamuuttujan mukaiset erot. Pikkukylän tai pikkukaupungin keskustassa asuvat näyttäisivät tapaavan ystäviään eniten, isojen kaupunkien keskustoissa tai maaseutuympäristössä asuvat puolestaan vähiten. Tässäkin iän huomioiminen vaikuttaa kokonaiskuvaan siten, että nuorimmissa ikäryhmissä maaseutuympäristössä asuminen on yhteydessä harvempaan kavereiden tapaamiseen. Selitystä voi hakea ainakin harvaanasutun seudun etäisyyksistä ja liikkumismahdollisuuksista: maaseutumaisissa kunnissa vasta omaan kulkuvälineeseen, kuten mopoon tai autoon vaadittava ikä vapauttaa liikkumaan omin päin.

Kuviosta 4 nähdään, että asumis- ja perhe- muoto on erittäin voimakkaasti yhteydessä kavereiden tapaamisen kanssa. Vanhempien luona tai yksin asuvat ovat tällä sosiaalisuuden ulottuvuudella aktiivisia, yhdessä puolison kanssa asuvat puolestaan tapavat kavereita selvästi harvemmin, etenkin jos heillä on lapsia. Tulos vaikuttaa selvältä jo lapsiperheiden aikapulan takia: säännöllisiin tapaamisiin ei yksinkertaisesti jää aikaa. Ystävien määrään lasten saamisella ei sen sijaan ole yhteyttä (kuvio 12). Samalla on huomionarvoista, että vaikka kyselyssä ei mitenkään määriteltä sitä, mitä ”kaverilla” tarkoitetaan, vastauksissa kavaruussuhteet erotetaan selvästi asuinkumppanista tai puolisoista.

Läheisten ystävien määrä on positiivisessa yhteydessä kavereiden tapaamistiheyden kanssa. Tosin tapaamistahti näyttää kasvavan vasta siinä tapauksessa, että läheisiä ystäviä on enemmän kuin viisi. Aineistossa on yhteensä 65 vastaajaa,

KUVIO 4.
"KUINKA USEIN TAPAAAT KAVEREITASI?" (%)



joilla on yli 10 läheistä ystävää ja jotka myös tapaavat heitä päivittäin. Tässä sosiaalisesti erityisen aktiivisessa vähemmistössä on yliedustus poikia ja 10–19-vuotiaita.

Kotitalouden euromääräisillä tuloilla on positiivinen yhteys kavereiden päivittäiseen tapaamiseen, mutta kotitalouden rakenteen huomioivalla ekvivalentilla tulolla yhteyttä ei ole. Havainto viittaa siihen, että perheen koolla olisi vaikutusta kavereiden tapaamisfrekvenssiin. Tämä näkyykin niin, että vastaajat, joiden kotona on ainakin yksi sisko tai veli, näyttäisivät ainoana lapsena vanhempien kanssa asuvia useammin tapaavan kavereitaan päivittäin (70 % / 61 %). Kahden sisaruksen kanssa asuvat ovat kaikkein aktiivisimpia, mutta sisarusten määrän kasvaminen kahdesta ei enää lisää kavereiden tapaamistahtia. Perhemuotojen mukaisessa

vertailussa kaikkein aktiivisimmin kavereitaan tapaavat vain äidin kanssa asuvat, joista peräti 80 % tapaa kavereitaan päivittäin.⁶

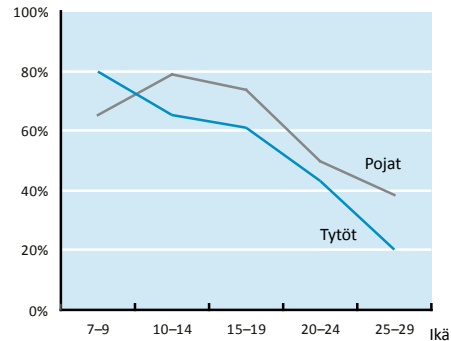
Runsaalla kokonaisruutuaajalla, eli tässä tapauksessa yhteenlasketulla ajalla television ja tietokoneen ääressä, on yhteys kavereiden harvempaan tapaamistahtiin. Tapaaminen on harvempaa varsinkin, jos päivittäinen ruutuaika ylittää 8 tuntia.⁷ Yhteys selittyy lähinnä iällä, ja noin parikymppisillä ruutuaajan ja tapaamistahtin yhteys on pikemminkin päinvastainen.

Liikuntaharrastuksella sinänsä ei ole yhteyttä kavereiden tapaamistahtiin, ei myöskään muiden vapaa-ajan aktiviteettien määrällä (vrt. kuvio 34). Kuten kuviosta 4 näkyy, aktiivisesti kuntoliikkuvat kuitenkin tapaavat kavereitaan säännöllisemmin. Erot ovat erityisen selviä, jos vertaillaan eri liikkumisen paikkoja ja tapoja.

On tosin hieman tautologista todeta kavereiden kanssa säännöllisesti liikkuvien myös tapaavan kavereitaan säännöllisesti. Tämän itsestään selvältä vaikuttavan tuloksen raportoinnissa voi kuitenkin olla mieltä siksi, että se kertoo liikunnan parissa tapahtuvien kohtaamisten olevan sellaisia, jotka myös asiaa ilman liikuntakontekstia kysyttäessä koetaan kavereiden tapaamisena. Joukossa on jonkin verran niitäkin, jotka liikkuvat omaehtoisesti kavereiden kanssa päivittäin, mutta eivät silti koe päivittäin tapaavansa kavereitaan (yhteensä 47 vastaajaa). Vaikka tällaisten ristiriitaisilta vaikuttavien vastausten selittäminen on epävarmaa ääneen ajattelua, voi havaintoa kuitenkin pohtia tapaamisen käsitteen kautta: yhteiset urheiluharjoitukset eivät välttämättä täytä kaikille tapaamisen kriteereitä, vaikka ne tapahtuisivatkin ystävien kanssa. Aiemmassa tutkimuksessa on tulkittu nimenomaan tyttöjen lähestyvän ystävyys-suhteita enemmän kokemusten jakamisen, poikien puolestaan yhdessä tekemisen kautta (Aapola 1991; Tolonen 2001). Myös tässä aineistossa on enemmän sellaisia tyttöjä kuin poikia, joille kavereiden kanssa liikkuminen ja heidän tapaamisensa eivät välttämättä näytä tarkoittavan samaa asiaa.

Koko vastaajajoukossa pojat tapaavat kavereitaan jonkin verran säännöllisemmin kuin tytöt. Kun kavereiden päivittäisen tapaamisen selittäjinä yhdistetään ikä ja sukupuoli, ovat kuvaajat eri sukupuolilla erilaiset (kuvio 5). Tytöillä kavereiden tapaaminen harvenee suoraviivaisesti 7 ja 29 ikävuoden välillä, kun taas pojilla tapaaminen tiivistyy alakouluiästä yläkouluikänsä siirryttäessä harventuen vasta parinkymppien tienoilla. Kolmenkymmenen ikävuoden lähestyessä myös harvemmin kuin viikoittain kavereitaan tapaavien osuus kasvaa tytöillä poikia nopeammin ollen 25–29-vuotiailla tytöillä jo 25 % (pojilla 13 %). Eritautisuuden selitys ei suoraan löydy kyselyaineistosta ja jää siltä osin tulkinnanvaraiseksi. Harrastusprofiilit eivät luultavasti riittä selittäjäksi, mutta yksi mahdollinen vaikuttava tekijä on jalkapallon, sählyn ja jääkiekon tapaisten joukkueharrastusten yleisyys pojilla (ks. taulukot 5 ja 6). Poikien seuraliikunta on

KUVIO 5.
PÄIVITTÄIN KAVEREITAAN
TAPAAVIEN OSUUDET. (%)



aktiivisempaa (päivittäin seuroissa liikkuu pojista 15 %, tytöistä 9 %), mikä tarjoaa puitteet kavereiden säännölliselle tapaamiselle. Myös päivittäinen omaehtoinen liikkuminen kavereiden kanssa on yleisempää pojilla (24 %) kuin tytöillä (19 %). Vastaavasti yksin liikkuminen on tytöillä yleisempää (43 % / 38 %). Liikunnan lisäksi poikien harrastaminen tapahtuu muutenkin tyypillisemmin ryhmissä, tytöillä puolestaan on enemmän yksinäisiä harrastuksia (Berg 2005; Myllyniemi 2009a, 49; Haanpää ym. 2012). Asiaa voi selittää myös aivan eri suunnista, kuten tyttöjen ja poikien erilaisilla kaverin kriteereillä tai eri tavoilla käsittää tapaaminen. Yksi selitys voi liittyä myös siihen, että tytöt tavallisesti aloittavat seurustelun poikia nuorempina (ks. kuvio 13).

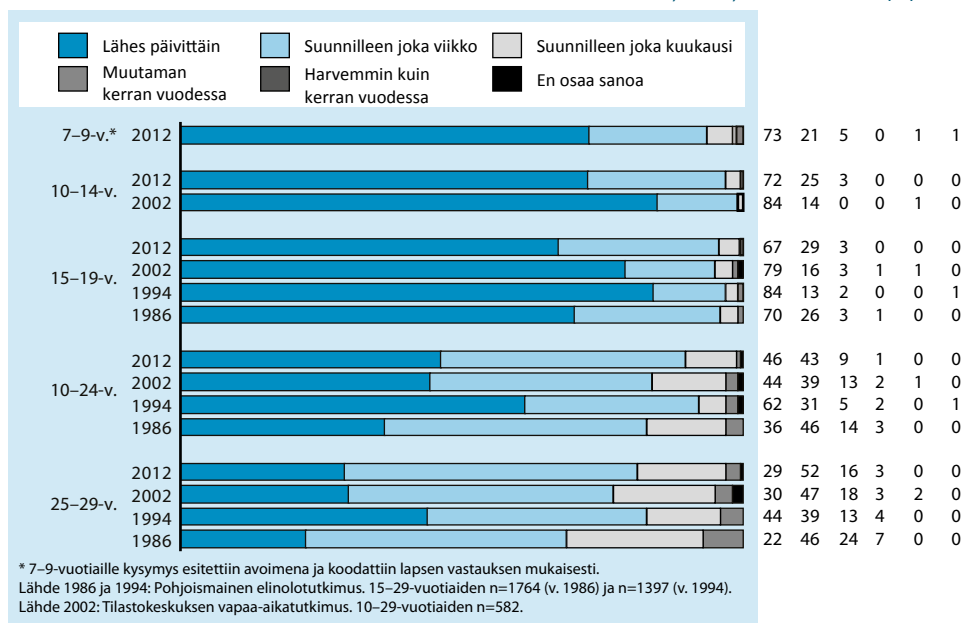
Muutos kavereiden tapaamisessa

Kuvio 6 esittää lasten ja nuorten ystävien tapaamistiheyden kehittymisen vuodesta 1986 vuoteen 2012. Varhaisemmissa kyselyissä alle 15-vuotiaat eivät kuuluneet kohderyhmään, joten 10–14-vuotiaiden osalta vertailutieto yltyä vain kymmenen vuoden taakse. 7–9-vuotiaat ovat nyt ensimmäistä kertaa kyselyssä mukana.

Kokonaisuutena muutokset eivät ole dramaattisia. Trendinomaisin muutos on 15–19-vuotiaiden ikäryhmän päivittäin ystäviään tapaavien osuuden vähentyminen vuoden 1994

KUVIO 6.

"KUINKA USEIN TAPAAAT YSTÄVIÄSI?" VERTAILU IKÄRYHMITÄIN 1986, 1994, 2002 JA 2012. (%)



kyselystä lähtien. 1990-luku näyttää muutenkin 15–29-vuotiaiden ikäluokassa olleen tiiviimmän tapaamisen aikaa kuin 1980-luku ja 2000-luvun alkuvuodet. Viimeisen kymmenen vuoden aikana tapaamistahti on harventunut vain alle 20-vuotiaiden ikäryhmässä, ja tätä vanhemmilla muutos on pikemminkin kohti tiivistyvää yhteydenpitoa. Se, että muutokset ovat selvimpiä juuri alle 20-vuotiaiden ikäryhmissä, on yllättävää, sillä tämän ikäisistä lähes kaikki käyvät koulussa tai muussa oppilaitoksessa, joka tarjoaa säännöllisen areenan sosiaaliselle elämälle. Toki kokonaiskuva on edelleen se, että kavereiden tapaaminen on säännöllisintä alle kaksikymppisillä.

Yhteisöllisyyden kaltaisen elämää läpileikkaavan ilmiön tilastointi on aina karkea pelkistys, eikä palaudu ystävien tapaamistahtiin tai määrään. Hieman lisäsävyjä tarkasteluun voivat tuoda muissa kyselytutkimuksissa seuratut trendit, kuten Nuorisobarometreissa havainnoidut

nuorten yhteenkuuluvuuden tunteen muutokset. Ystäväpiiriä, yhteiskuntaa, työ- tai koulu-yhteisöä ja niin edelleen kohtaan tunnetun yhteenkuuluvuuden kiinteyden muutokset ovat olleet suhteellisen nopeita: esimerkiksi vuodesta 2004 vuoteen 2008 erittäin kiinteästi ystäväpiiriin kuuluvien osuus väheni 59 prosentista 48 prosenttiin (Myllyniemi 2008, 105) ja vahvistui jälleen 2008 ja 2012 välillä takaisin 59 %:iin. Erittäin kiinteästi koulu- tai työyhteisöön kuuluvien osuus lähes kaksinkertaistui vain neljässä vuodessa 20 %:sta 39 %:iin. Havaintoja voi niin halutessaan tulkita (nuoriso-) kulttuurisen muutoksen kautta – yhteisöjen sosiaalinen sitovuus löyhtyy ja taas tiivistyy nopeammin kuin sosiaaliset tarpeet sinänsä. Ylitulkinnan riskin välttämiseksi on hyvä kuitenkin muistaa, että kysymykset ystävien määrästä, tapaamistahdistä ja yhteenkuuluvuuden vahvuudesta jättävät koko lailla koskemattomaksi suhteiden laadun.

NETTI- JA PUHELINKONTAKTI

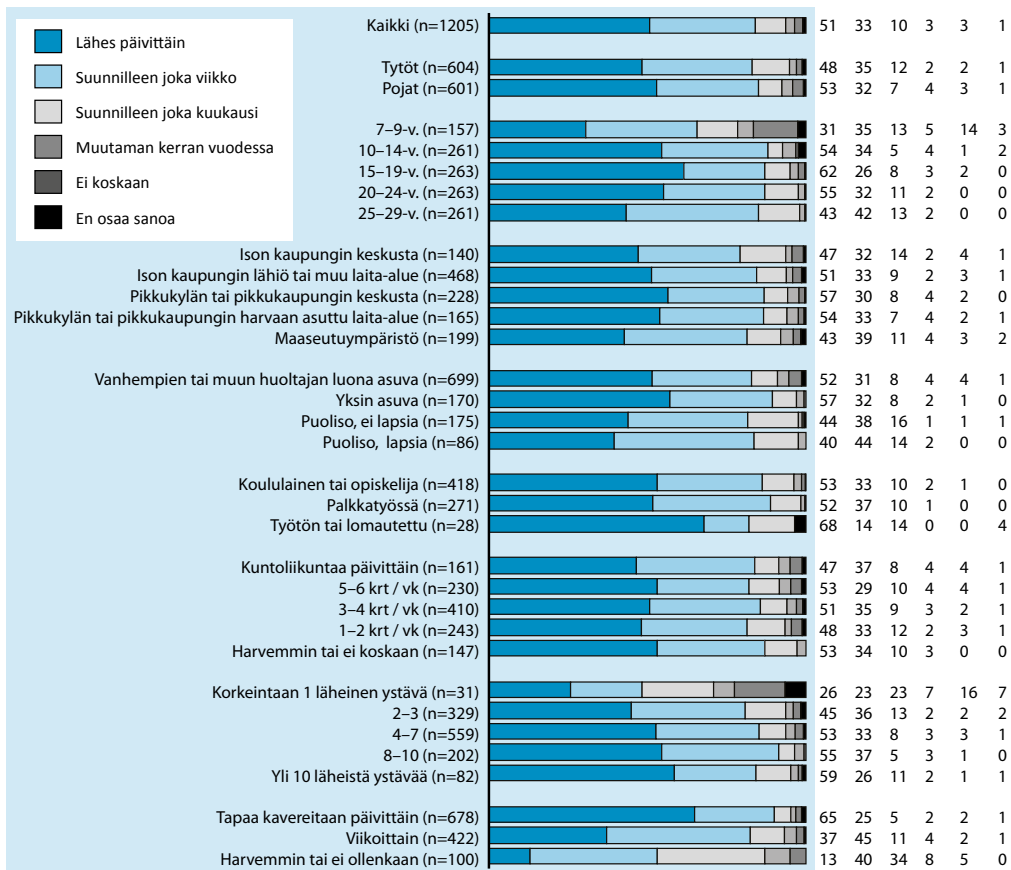
Nuorten yhteydenpidon ajallisia muutoksia tarkastellaan 1980-luvulle ulottuvien vertailuaineistojen valossa. Kysymysten esittäminen samassa vanhassa muodossa on luonnollisesti pätevän vertailutiedon edellytys. Jossain vaiheessa muutokset voivat kuitenkin aiheuttaa sen, että kuilu kysymysten ja tutkittavan todellisuuden välillä käy liian suureksi. Tässä ollaan kyselytutkimuksiin perustuvan seurannan perusongelman äärellä: miten säilyttää vertailtavuus keskeillä yhteydenpitotapojen ja -teknologian nopeaa muutosta? 1980-luvulla selvitetyn kasvokkain tapaamisen ohelle liitettiin vuoden 1994 tutkimukseen puhelimitse tapahtuva yhteydenpito.

Sähköpostiyhteydet lisättiin vuoden 2002 tutkimukseen. Tämän jälkeen muutos on vain kiihtynyt, lankapuhelimet ovat lähes kadonneet, ja muu nettiviestintä on ajanut sähköpostiyhteydenpidon ohi. Edes kasvokkain tapaamisen merkitys ei enää näköpuheluiden arkipäiväistyttyä ole selviö. Kaikissa näissä trendeissä nuoret ovat eturintamassa, joten muutosten tulee näkyä myös kyselytutkimuksissa – vaikka sitten aikasarjan katkeamisen hinnalla.

Selvitettäessä nuorten yhteydenpitotapoja tässä erotetaan varsinaisen kasvokkain tapaamisen lisäksi puhelinyhteys ja nettiyhteys toisistaan. Koska puhelin ja netti ovat käytännössä yhdistymässä samaan laitteeseen, haastatteluiissa täsmennettiin, että puhelimesta puhumisella

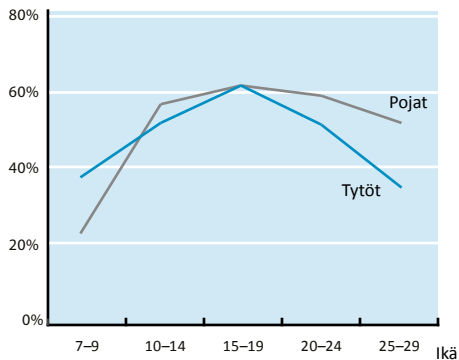
KUVIO 7.

”KUINKA USEIN PUHUT PUHELIMESSA KAVEREIDESI KANSSA?” (%)



tarkoitetaan nimenomaan puheyhteyttä, eli myös Skype tai muu nettipuhelinyhteys laske- taan mukaan. Vastaavasti nettiyhteyden useutta selvitetessä tarkennettiin, että nettiyhteydellä tarkoitetaan pääasiassa kirjoittamista sisältävää reaaliaikaista yhteydenpitoa. Tässä käytetty erottelu on siis ennen kaikkea puhumisen ja kirjoittamisen välinen, ja mitattava asia on yhteydenpito ja sen tapa, olipa käytetty väline mikä hyvänsä. Niinpä esimerkiksi chattailu on tässä kyselyssä luokiteltu nettiyhteydenpidoksi, vaikka siihen käytetty laite olisi puhelin, ja kuva- puhelu on määritelty puhelimessa puhumiseksi, vaikka se tapahtuisi tietokoneen kautta.

KUVIO 8.
PÄIVITTÄIN KAVEREIDEN KANSSA PUHELIMESSA PUHUVIEN OSUUDET. (%)



Puhelinyhteys

Kaikista vastaajista puolet (51 %) puhuu lähes päivittäin kavereidensa kanssa puhelimesta. Vähintään viikoittain puhelinyhteydessä on jo 84 % ja vähintään kuukausittain 94 %. Muutama prosentti on niitäkin, jotka sanovat puhuvansa puhelimesta kavereidensa kanssa vain muutaman kerran vuodessa, ja saman verran niitä, jotka eivät koskaan.

Puhelimessa puhuminen alkaa toden teolla yleistyä vasta 10 vuodesta eteenpäin. Aktiivisimmillaan se on 15–19-vuotiaiden ikäryhmässä. Kuvio 8 esittää eri-ikäisten tyttöjen ja poikien päivittäisen puhelinyhteydenpidon kavereihinsa. Kaikkein nuorimmissa ikäryhmissä tytöt

ovat selvästi aktiivisempia. Päivittäin kavereidensa kanssa puhuu 23 % 7–9-vuotiaista pojista ja 38 % tytöistä. Alle 10-vuotiaista pojista jopa kolmannes on puhelinyhteyksissä kavereihinsa korkeintaan muutaman kerran vuodessa, kun tytöistä osuus on vain 10 %. Iän myötä erot ta- soittuvat, ja viimeistään 20-vuotiaista eteenpäin pojat ovat puhelinyhteydessä kavereihinsa tyttö- jä useammin. Kehityskulku, jossa nimenomaan alle 10-vuotiaat tytöt erottuvat poikia aktiivi- sempina, toistuu samantapaisena kasvokkain tapaamisen tapauksessa (kuvio 5). Sen sijaan nettiyhteydenpito kavereihin on eri ikäryhmis- sä varsin samanlaista sukupuolesta riippumatta (kuvio 10).

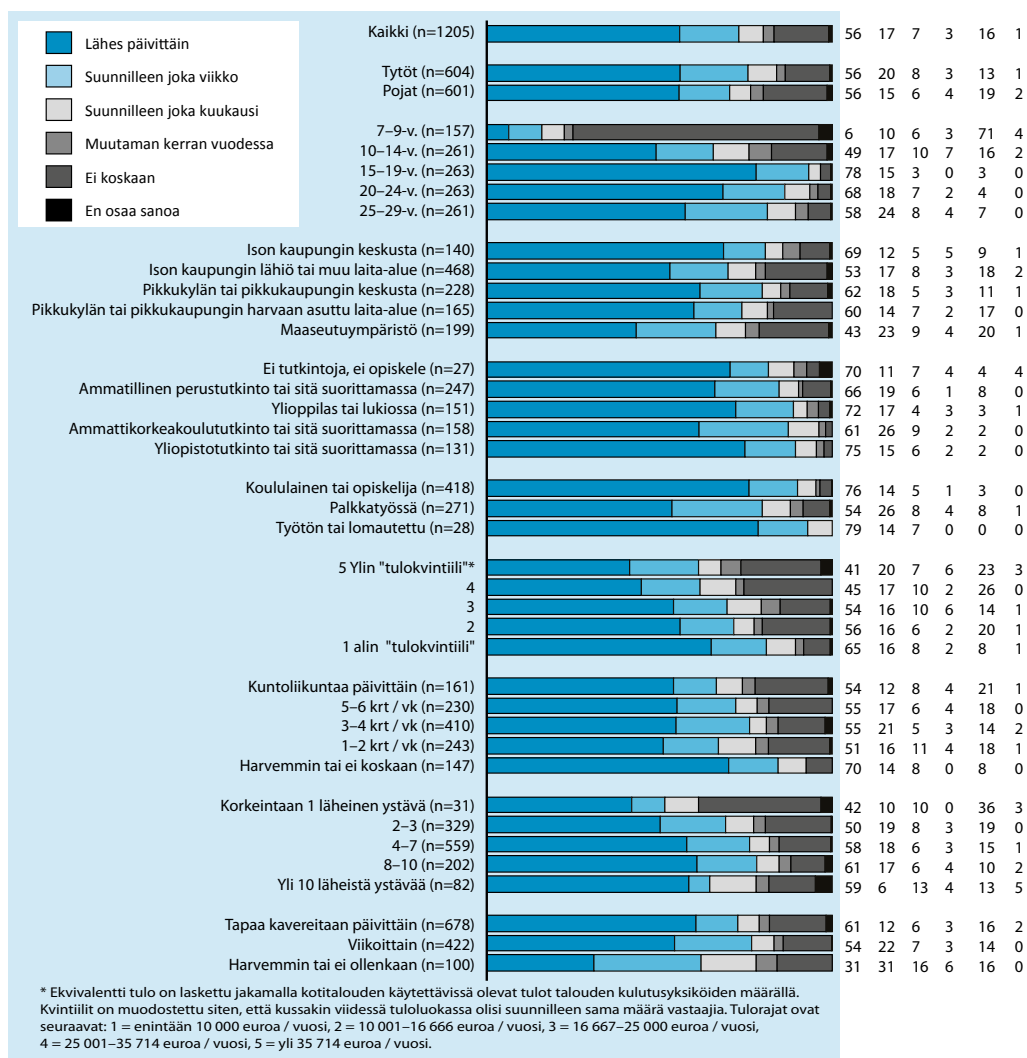
Kuvion 7 taustamuuttujien mukaisesta esi- tyksestä näkyy, että työttömät nuoret ovat hy- vin aktiivisesti puhelinyhteyksissä kavereihinsa. Asuinmuodon mukaisessa vertailussa tiiveintä puhelinyhteydenpito on yksinasuvilla. Ystävien määrä on positiivisessa yhteydessä puhelin- yhteydenpidon säännöllisyyden kanssa. Tosin ystävien määrän kasvaessa yli viiden ei puhe- linkontaktien tiiviys enää juuri lisäännä. Erityi- sesti kiinnittää huomiota se, kuinka vahvasti puhelinyhteydet ovat yhteydessä kasvokkaiden tapaamisten säännöllisyyden kanssa. Ne eivät siis ole millään tapaa toisilleen vaihtoehtoisia sosiaalisuuden muotoja. Havainto kertoo paitsi aktiivisuuden kasaantumisesta, myös siitä arki- sesta kokemuksesta, että varsinaiset tapaamiset sovitaan usein nimenomaan puhelimitse.

Nettiyhteys

Nuorten päivittäinen yhteydenpito netitse kave- reiden kanssa (56 %) on jo päivittäistä puhelin- yhteyttä (51 %) yleisempää. Netin tapauksessa hajonta on tosin suurempaa, sillä vaikka kolme neljästä nuoresta on vähintään viikoittain netti- yhteydessä kavereihin, 16 % ei tee sitä koskaan. Tämän selittää pitkälti se, että nettiyhteydenpi- to kavereiden kanssa on myös puhelinyhteyttä tiukemmin sidoksissa ikään. Siinä missä puhe- limella ollaan yhteyksissä jo alle 10-vuotiaana, alkaa nettiyhteydenpito yleistyä vasta tämän jäl-

KUVIO 9.

"KUINKA USEIN OLET NETTIYHTEYDESSÄ KAVEREIDESI KANSSA?" (%)



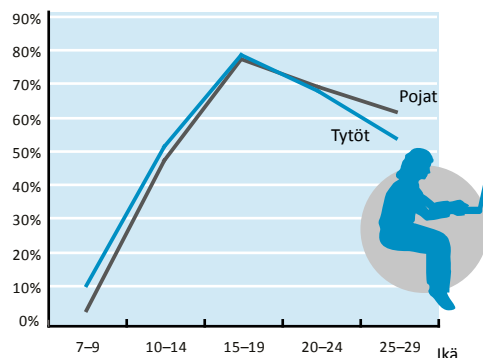
keen. Alle 10-vuotiaista 71 % ei ole kavereihinsa lainkaan nettiyhteydessä, 15 vuodesta ylöspäin osuus on vain viitisen prosenttia. Tämä vaikuttaa luonnolliselta, kun muistaa sen, että erottelu on ennen kaikkea puhumisen ja kirjoittamisen välinen. Kaikkein nuorimmilla vaikuttanee myös vanhempien kontrolli netin käytössä. Osaan yhteisöisivustoista on myös alaikäraja, joka esimerkiksi Facebookin tapauksessa on 13 vuotta.

Tytöt ovat poikia hieman aktiivisemmin nettiyhteyksissä kavereihinsa. Sukupuolten erot siis kääntyvät tässä toisin päin kuin kasvokkain tapaamisissa tai puhelinkontakteissa. Tästä ei kuitenkaan sovi päätellä, että tytöt käyttäisivät nettiä poikia enemmän. Asiaa edellisen kerran Nuorisobarometrissa selvitettyä poikien netissä viettämä aika oli selvästi tyttöjä suurempi, mutta netissä käytetystä ajasta tytöillä vain painottuivat

poikia enemmän yhteisö sivustot (kuten Facebook), pojilla puolestaan kului enemmän aikaa erilaisissa pelillisissä virtuaalimaailmoissa (kuten World of Warcraft) ja muiden nettipelien parissa. Vuoden 2012 lasten mediabarometri vahvistaa saman asian 10–12-vuotiaiden joukossa: tyttöjen netinkäytössä painottuu enemmän sosiaalinen media, pojilla pelit (Myllyniemi 2008, 90–96; Suoninen 2013, 61; ks. myös Hirvonen 2012, 23–25.)

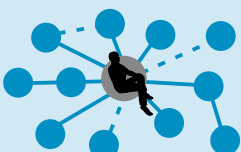
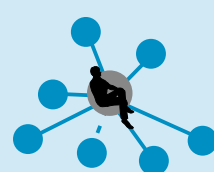
Tyttöjen netissä tapahtuva yhteydenpito kavereihin alkaa hieman varhemmin kuin pojilla (ks. kuvio 10). Molemmilla sukupuolilla nettiaktiivisuuden huippukohta osuu 15–19 vuoden välille, missä iässä useampi kuin kolme neljästä on nettiyhteydessä kavereihinsa päivittäin. Tämän jälkeen yhteydenpitotahti vähenee siirryttäessä vanhempiin ikäryhmiin, tytöillä hieman nopeammin kuin pojilla. Pojissa on kuitenkin kaikissa ikäryhmissä enemmän niitä, jotka eivät koskaan pidä yhteyttä kavereihinsa netitse.

KUVIO 10.
PÄIVITTÄIN KAVEREIDENSA KANSSA NETTIYHTEYDESSÄ OLEVIA OSUUKSET. (%)



On huomattava, että sosiaalinen media on vasta hiljattain tullut kiinteäksi osaksi arkea. Voi olla, että iän mukaiset erot ovat muutoksessa, ja lapsuudesta saakka nettiyhteydenpitoon sosiaalistuneet teini-ikäiset jatkavat aktiivista sosiaalista elämää verkossa myös vanhetessaan.

TAULUKKO 1.
NUORTEN YHTEYDENPITOTAVAT KAVEREIHIN.

KAVEREIDEN TAPAAMINEN			
		Lähes päivittäin	Harvemmin
NETTIYHTEYDESSÄ KAVEREIHIN	Lähes päivittäin	1. MONIPUOLINEN 34 % (411) 	2. NETTIPAINOTTEINEN 22 % (260) 
	Harvemmin	3. TAPAAMISPAINOTTEINEN 21 % (255) 	4. EPÄSÄÄNNÖLLINEN 22 % (261) 
		55 % (n=666)	45 % (n=521)
		100% (n=1187)	

Kyselytutkimuksella saaduista yhden ajan- kohdan tiedoista ei voi päätellä, onko kyse ennen kaikkea ikäryhmien vai sittenkin sukupolvien välisistä eroista.

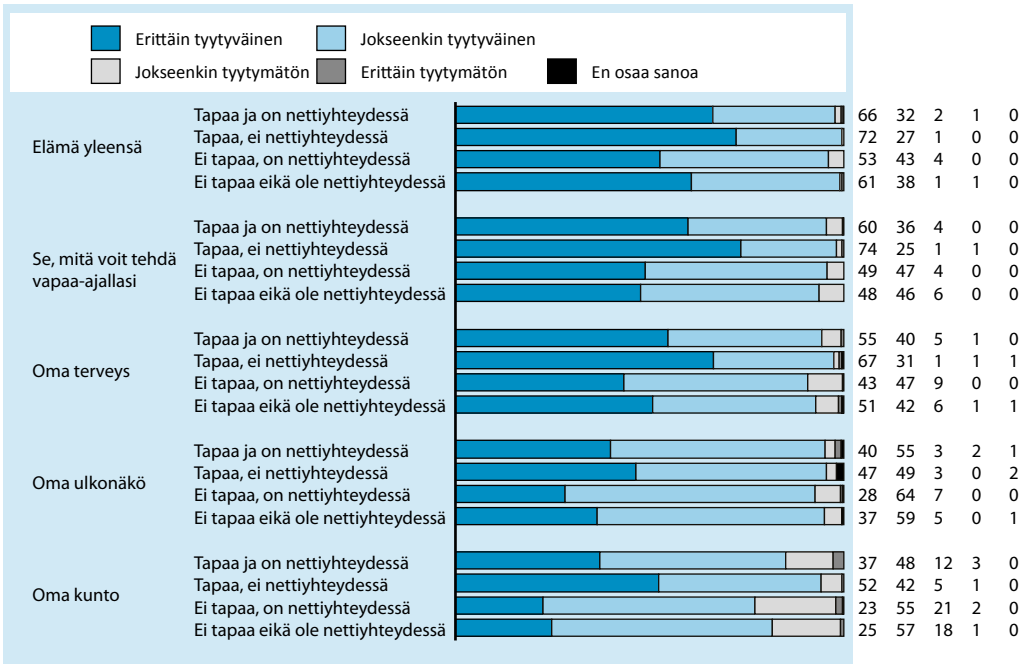
Muista kuvion 9 taustamuuttujtaisista eroista huomiota kiinnittää suurten kaupunkien keskustoissa asuvien nuorten sosiaalisesti aktiivisempi nettielämä. Harvemmin asuttujen seutujen nuoret ovat vähemmän nettikontaktissa, ja kaikkein vähiten netitse yhteyttä kavereihinsa pitävät maaseutumaaisessa elinympäristössä asuvat nuoret. Tämä on yllättävää suurten etäisyyksien Suomessa, sillä juuri nettiyhteydet ovat riippumattomia fyysisistä etäisyyksistä. Puhe- linyhteyksien tiivydessä asuinpaikkojen väliset erot ovat pienempiä (kuvio 7).

Kuntoliikunnan määrä on käänteisessä yhteydessä kavereihin pidettyjen nettikontaktien kanssa. Yhteys ei tosin ole suoraviivainen, vaan nimenomaan liikunnallisesti kaikkein passiivisimmat ovat netissä aktiivisimpia ystäviensä tapiajia. Suunta on siis päinvastainen kuin

kavereiden varsinaisissa kasvokkain kohtaamis- sissa, joka on positiivisessa yhteydessä liikun- nallisen aktiivisuuden kanssa (kuvio 4). Puhe- linkontaktien säännöllisyys ei puolestaan ole minkäänlaisessa yhteydessä liikunnallisuuden kanssa (kuvio 7).

Myös Haanpään, af Ursinin ja Matarman (2012, 28) kyselytutkimuksessa liikunnallisesti passiiviset nuoret käyttivät tietokonetta hieman useammin ja surffasivat netissä enemmän kuin liikunnallisesti aktiiviset. Nyt tehdyn vapaa- aikatu- tutkimuksen tulosten pohjalta eräs päätel- mä voisi olla, että kasvokkain kohtaaminen on ruumiillista toimintaa, joka voi johtaa liikku- miseen yhdessä kavereiden kanssa, toisin kuin netissä tapaaminen. Mahdollista on myös, että liikunnallisesti aktiivisilla nuorilla on kavereita nimenomaan harrastuksissaan, tai koska liikun- ta kuuluu oleellisesti heidän elämäntapaansa, he haluavat myös ystäviensä kanssa tehdä liikun- taan liittyviä asioita. Tämän puolesta puhuu se, että kysyttäessä liikuntaharrastusten syistä halu

KUVIO 11.
TYTYTYVÄISYYS ELÄMÄÄN JA SEN OSA-ALUEISIIN. RYHMITELTY SEN MUKAAN, MITEN PITÄÄ PÄIVITTÄIN YHTEYTTÄ KAVEREIHINSA. (%)



viettää aikaa ystävien kanssa on lähes kaikille ainakin jonkin verran tärkeä motiivi (kuvio 58).

Päivittäinen yhteydenpito kavereihin on harvinaisempaa ammatilliseen koulutukseen suuntautuneilla, palkkatyössä käyvillä ja niillä, joiden tulotaso on korkea. Tulotason käänteinen yhteys nettiyhteydenpitoon on erikoinen havainto, sillä vastaavaa ei ole kasvokkain tai puhelimitse yhteydenpidossa. Pääasiassa yhteys tosin selittyy iällä ja pääasiallisella toiminnolla. Aineisto ei tähän suoraan anna vastauksia, mutta tulokset voivat virittää pohtimaan sitäkin, lisääkö vai vähentääkö tietokoneen ja netin runsas käyttö työssä motiivia hoitaa myös kavereiden tapaaminen netissä. Ainakin työssäkäynti on yhteydessä kokemukseen liian vähästä vapaa-ajasta. Nämä molemmat puolestaan ovat vahvasti

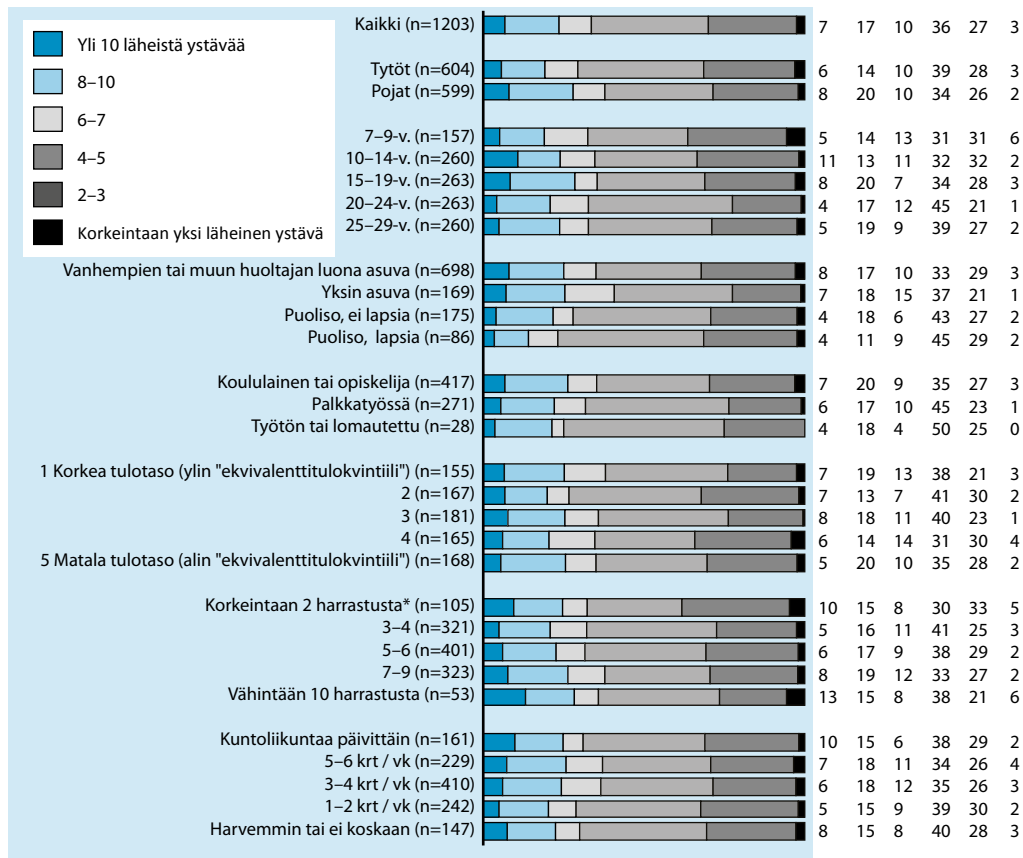
yhteydessä kavereiden harvaan tapaamistahtiin, mutta eivät niinkään nettiyhteydenpitoon.

Yhteydenpitotavat

Kyselyssä siis selvitettiin lasten ja nuorten sosiaalista aktiivisuutta jakaen se kolmeen erilaiseen yhteydenpidon muotoon: kavereiden tapaamiseen, puhelimesta puhumiseen ja nettiyhteydessä olemiseen. Edellä kutakin näistä käsiteltiin erikseen, mutta kokonaiskuvaa saadaan tarkennettua eri yhteydenpidon muotojen samanaikaisella tarkastelulla.

Taulukossa 1 tapaamisen ja nettiyhteydenpidon säännöllisyys tai epäsäännöllisyys on ristiin- taulukoitu. Määrittämällä säännöllisyyden kriteeriksi lähes päivittäinen yhteydenpito saadaan

KUVIO 12.
"KUINKA MONTA LÄHEISTÄ YSTÄVÄÄ SINULLA ON?" (%)

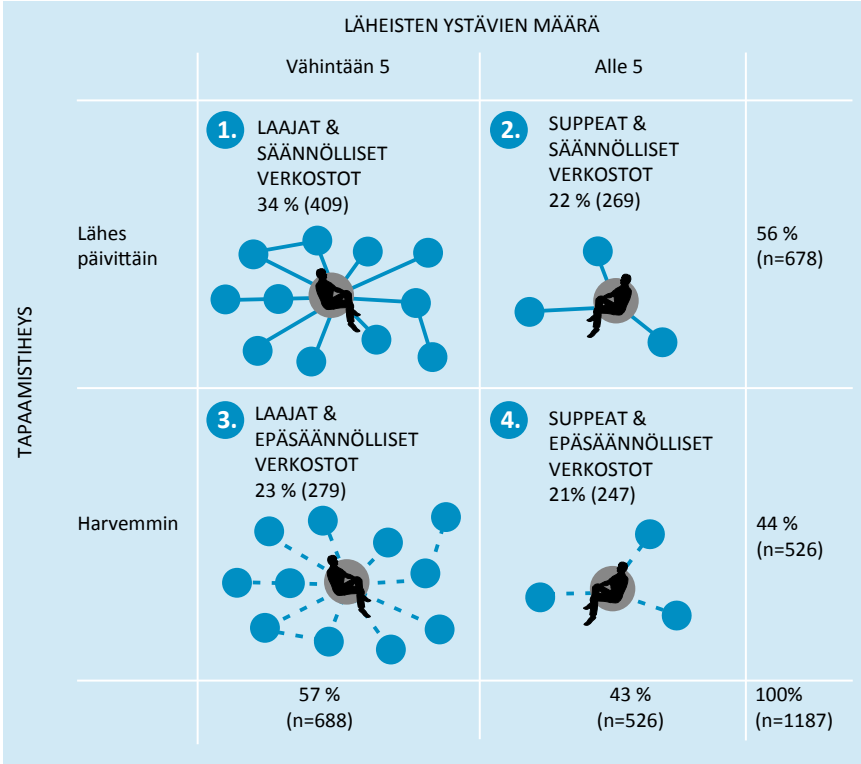


yhteydenpidon tapoja tiivistetysti kuvaava nelikenttä, jonka kussakin solussa on riittävästi tapauksia vertailua varten. Noin kolmannes on päivittäin yhteydessä kavereihinsa sekä kasvokkain että netitse, vain jommallakummalla tavalla noin viidennes, ja niitä, jotka eivät ole päivittäin yhteydessä kavereihin kummallakaan tavalla on niin ikään noin viidennes.

Kuviossa 11 nelikentän luokkia käytetään taustamuuttujana sen tarkastelussa, kuinka tyytyväisiä nuoret ovat elämän eri osa-alueisiin. Kautta linjan tyytyväisimpiä ovat ne nuoret, joilla ystävyysuhteet painottuvat ennen kaikkea henkilökohtaisiin tapaamisiin. Tyytymättömiä puolestaan ovat ne, joiden yhteydenpito tapahtuu säännöllisemmin netin kuin kasvokkaisten tapaamisten kautta. Ottaen huomioon käytetyn mittarin karkeuden ovat erot suorastaan hämmästyttävän suuria. Nuoret, jotka tapaavat kavereitaan enemmän reaali-

nettimaailmassa, ovat selvästi tyytyväisempiä terveyteensä, ulkonäköönsä, vapaa-aikaansa ja elämäänsä yleensä. Erityisesti oman kunnon kohdalla erot ovat suuria. Nuorista, joiden sosiaalinen elämä painottuu enemmän nettiin, omaan kuntoonsa tyytyväisten osuus on alle puolet verrattuna niihin, joilla painottuu enemmän kavereiden tapaaminen. Vastaava luokittelu kavereiden tapaamisen ja puhelimessa puhumisen perusteella tuottaa samansuuntaisia tuloksia. Tulos herättää kysymyksiä syy- ja seuraussuhteiden suunnista. Voiko esimerkiksi ylenpalttinen netinkäyttö näkyä heikentyneenä kuntona jo näin nuorissa ikäryhmissä? Vai ovatko netti ja puhelin jo lähtökohtaisesti huonompikuntoisille helpompi tapa pitää yhteyttä kavereihinsa? Kuvio 73 ruutuajan ja oman kunnon välisestä yhteydestä kertoo sen, että tv:n ja tietokoneen ääressä vietetyn yhteenlasketun ajan ylittäessä 4 tuntia alkaa tyytyväisyys omaan kuntoon laskea.

TAULUKKO 2.
NUORTEN YSTÄVYYSVERKOSTOT.



Osa yhteydestä selittyy iällä, mutta varsinkin 15–19-vuotiaiden ikäryhmässä runsas ruutu aika on vahvasti yhteydessä heikompaan kuntoon. Tässä iässä alle 10 % on pääasialliselta toiminnaltaan palkkatyössä, ja valtaosa opiskelee toisen asteen oppilaitoksissa, joissa opintoihin liittyvä tietokoneen käyttö tuskin selittää suurta osaa päivittäisestä kokonaisruutuajasta.

Ystävien määrä

Ystävien määrää selvitettiin avoimella kysymyksellä ”Kuinka monta läheistä ystävää sinulla on?” Sitä, mitä läheisellä ystävällä tarkoitetaan, ei sen tarkemmin avattu, mutta haastattelijoille annettiin lähinnä kaikkein nuorimpien vastaajien varalle ohjeeksi kertoa niille, jotka eivät kysymystä ymmärtäneet, että läheinen ystävä tarkoittaa samaa kuin hyvä kaveri.⁸

Kaikkien vastaajien ystävien määrän keskiarvo on 5,9.⁹ Keskiarvoin verraten pojilla (6,2) on ystäviä hieman enemmän kuin tytöillä (5,5). Tulos saattaa kuvastaa arkista havaintoa siitä, että tyttöjen ystävyysuhteet ovat usein kahdenkeskisiä tai pienessä ryhmässä tapahtuvia, kun taas pojat liikkuvat enemmän tekemisen mukaan vaihtelevissa ”laumoissa”.

Suurimmillaan hyvien ystävien määrä näyttäisi olevan 15–19-vuotiaiden ikäryhmässä. Ikäryhmittäiset erot eivät kuitenkaan ole

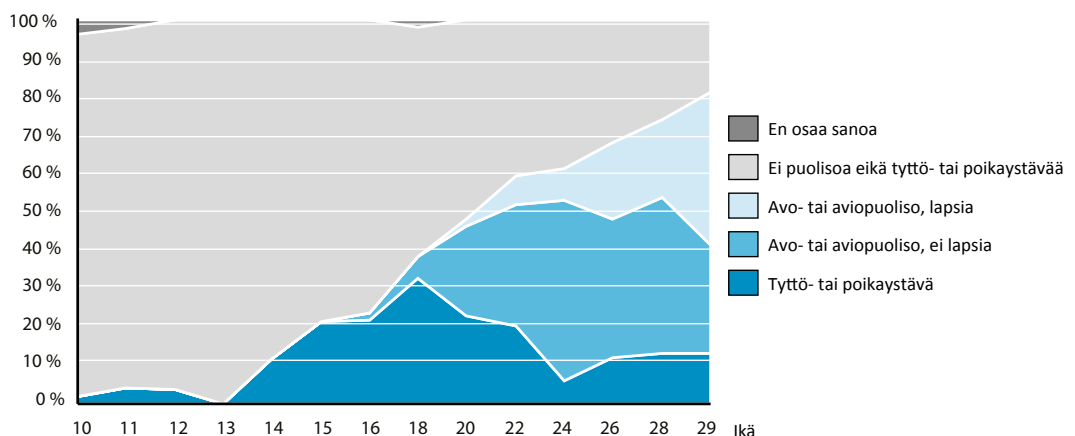
merkittäviä. Myöskään alumuuttajien mukaan ei merkitseviä eroja löydy, vaan eri puolilla Suomea, erityyppisissä kunnissa ja elinympäristöissä asuvilla lapsilla ja nuorilla on suurin piirtein yhtä paljon läheisiä ystäviä. Yleisemminkin voi todeta, että ystävien määrä ei suuresti poikkea eri taustamuuttajien luokissa, toisin kuin vaikkapa ystävien tapaamistahti. Ehkä tämä peilaa sitä, että ystävyys on pysyvämpää kuin elämäntilanteesta riippuvaiset tapaamismahdollisuudet.

Ystävyysuhteiden nelikenttä

Taulukkoon 2 on yhdistetty edellä käsitellyt tiedot läheisten ystävien määrästä ja tapaamistiheydestä. Ystäviverkosto on nimetty laajaksi tai suppeaksi (alle 5 / vähintään 5 läheistä ystävää), sekä säännölliseksi tai epäsäännölliseksi (tapaa lähes päivittäin / harvemmin). Näin ristiintaulukoimalla kaksi muuttujaa on saatu nuorten ystävyysverkostoa tiivistetysti kuvaava nelikenttä.

Näillä kriteereillä joka kolmannella (34 %) on laajat ja säännölliset ystäviverkostot. Nelikentän kolmeen muuhun soluun osuvien nuorten määrä on samaa suuruusluokkaa, 21–23 %. Pojilla on selvä yliedustus luokassa 1, tytöillä luokassa 4. Nuorimpia vastaajia on erityisen paljon luokassa 2, vanhimpia puolestaan luokassa 3.

KUVIO 13.
SEURUSTELU, PUOLISOT JA LAPSET. (%)

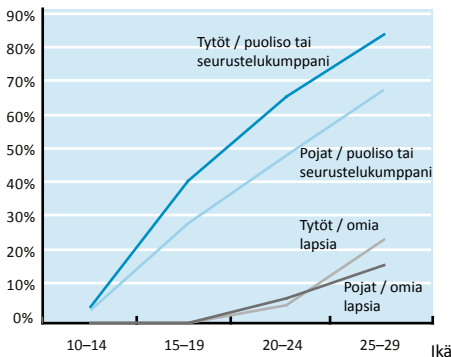


Kuviossa 41 nelikentän luokkia käytetään taustamuuttujana sen tarkastelussa, kuinka yleisiä yksinäisyyden kokemukset ovat. Päivittäin ystäviään tapaavien kokemukset yksinäisyydestä ovat suhteellisen harvinaisia, eikä näin säännöllisesti tapaavien joukossa yksinäisyyden kokemuksiin juuri vaikuta ystävien määrä. Tapaa- mistiheydellä on siis ystävien määrää vahvempi yhteys yksinäisyyden kokemuksiin.

TYTTÖ- JA POIKAKAVERIT, PUOLISOT, LAPSET

Lasten ja nuorten sosiaalista aktiivisuutta raa- mittavat myös seurustelu- ja perhe-elämä, varsinkin teini-ikästä eteenpäin. Seurustelua selvitetiin yksinkertaisesti kysymällä onko vas- taajalla tyttö- tai poikaystävää. Kysymystä ei esi- tetty avo- tai avioliitossa oleville. Kuvioon 13 on yhdistetty tiedot seurustelukumppaneista, avo- tai aviopuolisoista sekä lapsista. Sosiaali- sen elämän muodot mullistuvat jo varhaisessa teini-ikässä: noin 13 ikävuodesta alkaen seurus- telu yleistyy, ja noin 18-vuotiaasta eteenpäin on yleistä muuttaa yhteen asumaan. Lapsia alkaa syntyä enemmän noin 20 vuodesta alkaen. Kos- ka ensimmäisen lapsen synnyttäneen keski-ikä on Suomessa tällä hetkellä hieman yli 28 vuotta, on ymmärrettävää, että lapsia koko aineistossa on vain 7 prosentilla vastaajista, vanhimmas-akin ikäryhmässä vain reilulla viidenneksellä.

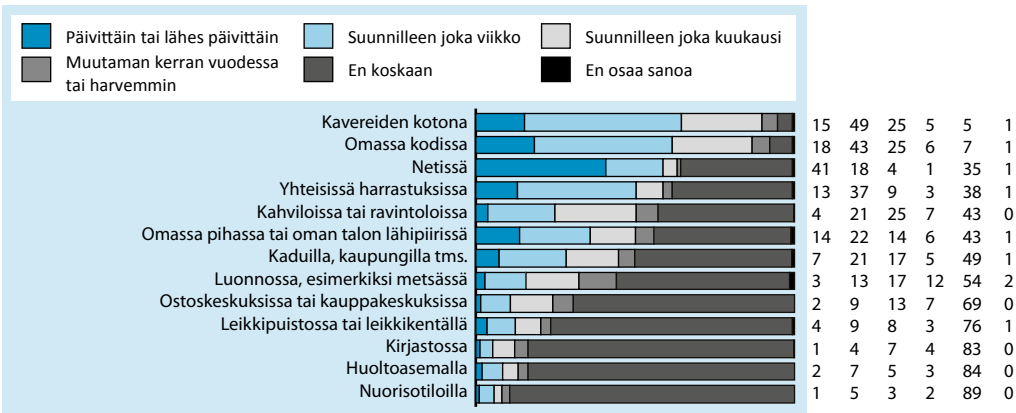
KUVIO 14.
NIIDEN TYTTÖJEN JA POIKIEN OSUUDET, JOILLA ON PUOLISO/SEURUSTELUKUMPPANI TAI OMIA LAPSLIA. (%)



Kokonaan ilman seurustelukumppania tai puo- lisoa olevien osuus pienenee tasaisesti iän myötä ja on vanhimmassa ikäryhmässä vajaa viidennes.

Tytöt aloittavat seurustelun keskimäärin nuorempana kuin pojat. Kuviossa 14 tämä nä- kyy niin, että seurustelevien tai parisuhteessa asuvien tyttöjen osuus on kussakin ikäryhmäs- sä suurempi kuin poikien. Tämä voi vaikuttaa hämäävältä, sillä jos seurustelukumppanit ovat eri sukupuolta, saattaa tulla mieleen, että seu- rustelevien tyttöjen ja poikien osuuksien pitäisi olla keskimäärin samat. Jos tyttöjen ja poikien seurustelukumppanit ovat eri-ikäisiä, ei seurus- televien osuuksien kuitenkaan tarvitse yhden

KUVIO 15.
"KUINKA USEIN VIETÄT AIKAASI KAVEREIDESI KANSSA...?" (%)



ikäryhmän sisällä olla samoja. Näin ei myöskään tarvitse olla, jos tyttöillä ja pojilla on eri suhteessa omaa sukupuolta olevia seurustelukumppaneita tai sellaisia tyttö- tai poikaystäviä, jotka eivät kuulu kyselyn perusjoukkoon (kuten esimerkiksi jos asuinpaikka ei ole Suomessa) tai jotka jostain muusta syystä eivät ole vastanneet kyselyyn. Myös tyttöjen ja poikien erilaiset tavat määritellä toinen tyttöystäväksi tai poikaystäväksi voivat vaikuttaa vastausten epäsymmetriaan.

KAVEREIDEN TAPAAMISPAIKAT

Kyselyssä selvitettiin sitä, missä lapset ja nuoret ovat kavereidensa kanssa vapaa-ajallaan. Kuvioon 15 on koottu kaikki kysytty tapaamispaikat järjestettynä vähintään viikoittaisten tapaamisten yleisyyden mukaiseen järjestykseen. Näin mitattuna oma tai kavereiden koti ovat yleisimmät tapaamispaikat, joissa lähes kaksi vastaajaa kolmesta tapaa ainakin viikoittain. Päivittäisten tapaamisten yleisyydessä internet on kuitenkin vielä selvästi yleisempi¹⁰.

Kyselyn laaja ikäjakauma antaa mahdollisuuden tarkastella sosiaalisuuden muutosta eri-ikäisillä liittyen konkreettisiin tapaamispaikkoihin. Se onkin tarpeellista, sillä sosiaalisuuden näyttämöiden painopiste muuttuu nopeasti, ja ikäryhmän tapaamispaikkojen vertailua voi pitää oikeastaan turhan karkeana yleistysenä. Kuvioista 16–28 nähdään tapaamisaktiivisuuden huipun osuvan eri paikoissa hyvin eri ikävaiheisiin. Siinä missä omassa tai kaverin kodissa tapaaminen on yleisintä alle 10-vuotiailla, on internet sosiaalisuuden areenana tärkeimmillään 15–19-vuotiaiden ikäryhmässä.

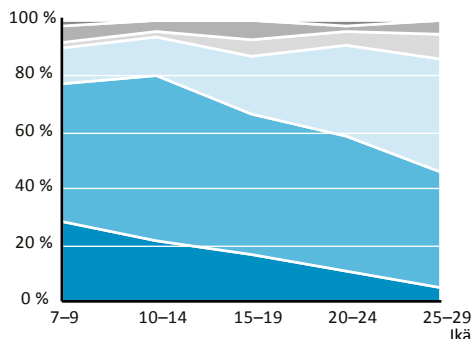
Laaja ikähaitari aiheuttaa myös erilaisista elämänvaiheista kumpuavaa kysymysten erilaista luentaa. Esimerkiksi yli 25-vuotiailla vastaajilla, joilla oli jo omia lapsia, ”leikkikenttä” saattoi aiheuttaa mietintää siitä, tarkoitetaanko tässä nuorisojoukon hengailua leikkipuistossa vai nuorten äitien/isien kokoontumista hiekkalaatikon reunalle lastensa kanssa. Varmasti molempia, sillä leikkikentät tapaamispaikkana

harvinaistuvat jyrkästi 10 ikävuoden jälkeen – yleistyäkseen jälleen 30 ikävuoden lähestyessä.

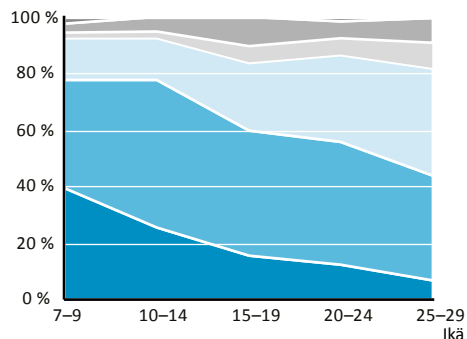
Toinen esimerkki merkityseroista eri elämänvaiheissa liittyy ”kaduilla tai kaupungilla” tapaamiseen. Vaikka haastatteluisia oli oma kysymyksensä myös ”omaan pihaan tai oman talon lähipiiriin” liittyen, haastattelijoiden tulokinnan mukaan nuorimmilla lapsilla vaihtoehto ”kaduilla, kaupungilla jne.” tarkoitti monesti kodin lähikatuja, joissa leikitään/pyöräillään/pelaillaan kavereiden kanssa. Kuitenkin valtaosa on ilmeisesti ymmärtänyt tämänkin kysymyksen tutkijoiden tarkoittamalla tavalla, sillä tuloksissa kavereiden tapaamisen painopiste siirtyy iän myötä omalta pihalta tai sen lähipiiristä kauemmas kaduille ja kaupungille, tai harvaanasutummilla seuduilla kylille ja toreille (kuviot 20 ja 21). Kaduilla tapailun huippukohta osuu ikäryhmään 15–19 vuotta, jonka jälkeen se alkaa tasaisen varmasti laskea. Juuri 15–19 vuoden iässä on tavallisinta tavata kavereita myös ostos- tai kauppakeskuksissa sekä huoltoasemilla. Tätä nuoremmat eivät juuri huoltoasemia suosi, mikä on ymmärrettävää, sillä sinne pääseminen vaatii usein jonkinlaisen menopelin, toisin sanoen, että ainakin jollain kavereista on ajo- tai mopokortti.

Yhteisissä harrastuksissa, nuorisotaloilla ja kirjastoissa tapaavat eniten 10–14-vuotiaat. Harrastusten parissa tapaamisessa iän mukaiset vaihtelut ovat pieniä, mutta nuorisotaloilla tapaaminen loppuu käytännössä kokonaan ennen 20 vuoden ikää. Kirjastot tapaamispaikkana ovat omalla tavallaan erityistapaus, sillä vaikka kirjastot ovat monien opiskelijoiden elämässä tärkeässä roolissa, ei niillä opiskelijaikäisten vastauksissa ole juuri asemaa sosiaalisen elämän näyttämönä. Tämä selittynee sillä, että kysely koski vapaa-aikaa, eikä kirjastoissa opiskelu, eivätkä edes tauot, näytä kuuluvan vapaa-ajan kokemuspiiriin.

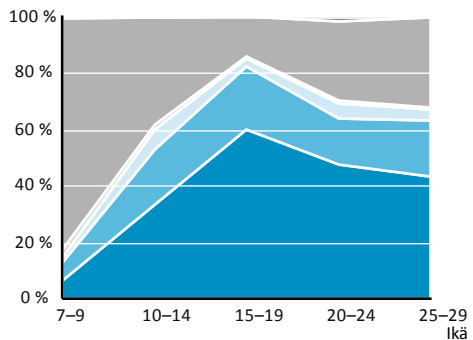
KUVIO 16.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVEREIDE-
SI KANSSA KAVEREIDEN KODISSA?"



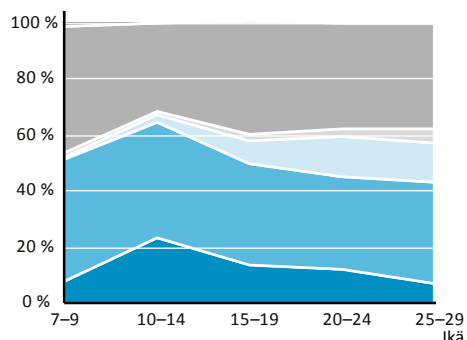
KUVIO 17.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVEREIDE-
SI KANSSA OMASSA KODISSASI?"



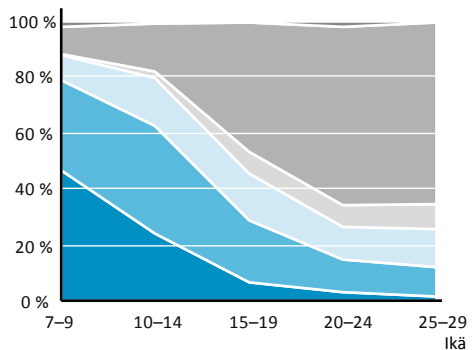
KUVIO 18.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVEREIDE-
SI KANSSA NETISSÄ?"



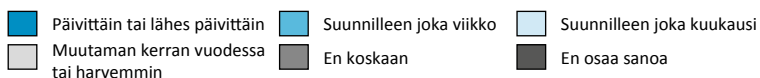
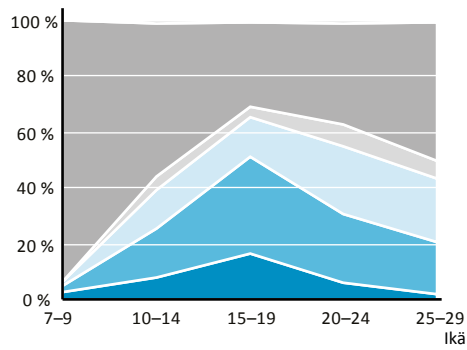
KUVIO 19.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVEREIDE-
SI KANSSA YHTEISISSÄ HARRASTUKSISSA?"



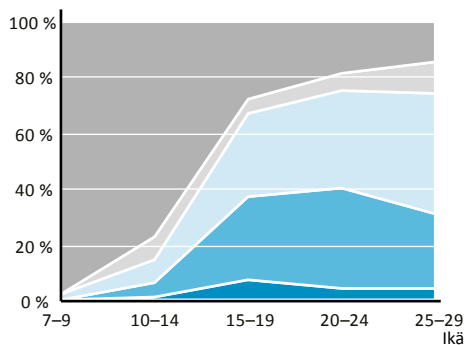
KUVIO 20.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVEREIDE-
SI KANSSA OMASSA PIHASSA TAI OMAN TALON
LÄHIPIIRISSÄ?"



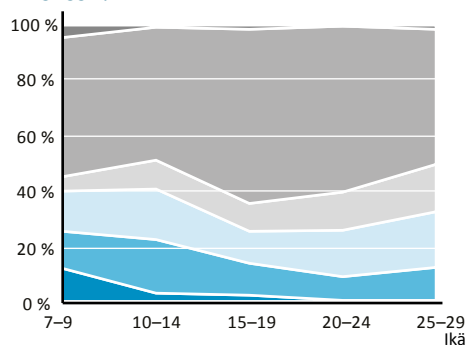
KUVIO 21.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVEREIDE-
SI KANSSA KADUILLA, KAUPUNGILLA TMS.?"



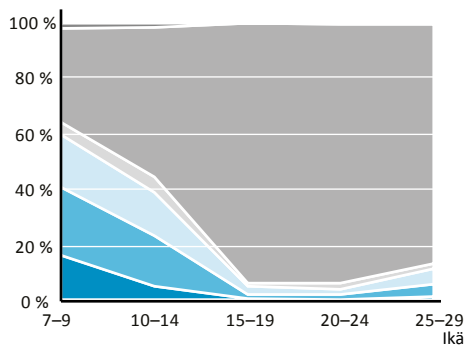
KUVIO 22.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVEREIDE-
SI KANSSA KAHVILOISSA JA RAVINTOLOISSA?"



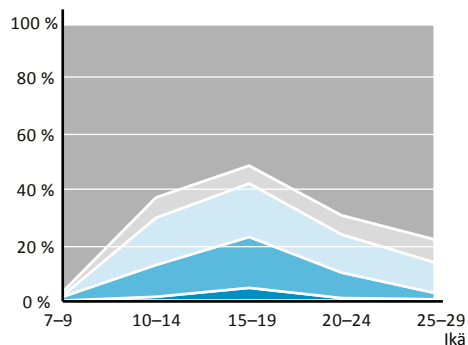
KUVIO 23.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA
KAVEREIDESI KANSSA LUONNOSSA, ESIMERKIKSI
METSÄSSÄ?"



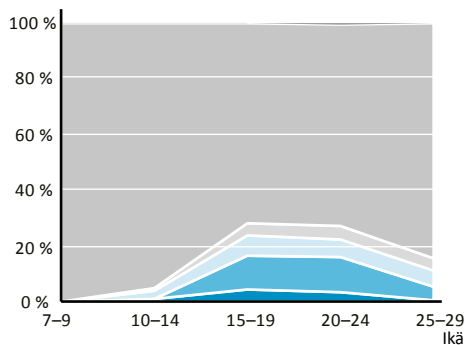
KUVIO 24.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVE-
REIDESI KANSSA LEIKKIPUISTOSSA TAI LEIKKI-
KENTÄLLÄ?"



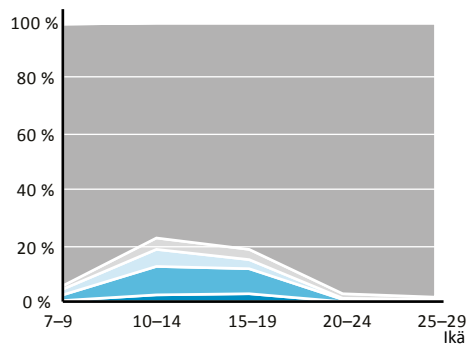
KUVIO 25.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVE-
REIDESI KANSSA OSTOSKESKUKSISSA TAI KAUPPA-
KESKUKSISSA?"



KUVIO 26.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVEREIDE-
SI KANSSA HUOLTOASEMALLA?"

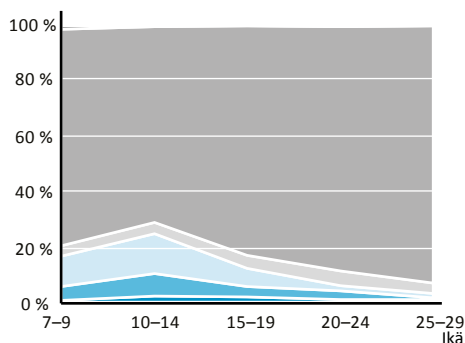


KUVIO 27.
"KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVEREIDE-
SI KANSSA NUORISOTALOLLA?"



■ Päivittäin tai lähes päivittäin
 ■ Suunnilleen joka viikko
 ■ Suunnilleen joka kuukausi
 ■ Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin
 ■ En koskaan
 ■ En osaa sanoa

KUVIO 28.
”KUINKA USEIN VIETÄT VAPAA-AIKAA KAVEREIDE-
SI KANSSA KIRJASTOSSA?”



Hyväksytyksi tuleminen eri paikoissa

Kun haastatelluille nuorille oli esitetty edellä kuvattu 13 paikan luettelo, vähintään 10-vuotiaille esitettiin jatkokysymys ”Oletko joskus kokenut, että et olisi tervetullut johonkin edellä luetelluista paikoista?” Ainoastaan 3 prosenttia vastasi kysymykseen kyllä. Osuus ei kuitenkaan välttämättä kerro koko kuvaa torjutuksi tulemisen yleisyydestä. Matalaan osuuteen voi vaikuttaa se, että koska edellä kysyttiin kavereiden tapaamisesta, myös tätä kysymystä tulkittiin kavereussuhteiden näkökulmasta. Tätä selitystä tukevat avoimet kommentit jatkokysymykseen ”Mihin niistä ja miksi?”, jotka painottuvat vahvasti vertaisryhmän torjumaksi tulemiseen (ks. liite 5).¹¹ Kauppakeskuksiin tai huoltoasemille itsensä vähemmän tervetulleiksi kokeneiden vastaukset jäivät hajamaininnoiksi.

VAPAA-AIKA JA HARRASTUKSET

VAPAA-AJAN MÄÄRÄ

Tässä kyselyssä ei keskitytty vapaa-ajan tunti- tai minuuttimääräiseen mittaamiseen, sillä ajankäytön jakautumista eri toimintojen välillä selvitetään perinpohjaisesti Tilastokeskuksen ajankäyttö- ja vapaa-aikatutkimuksissa. Sen sijaan kiinnostuksen kohteena oli lasten ja nuorten kokemus vapaa-ajan riittävydestä.

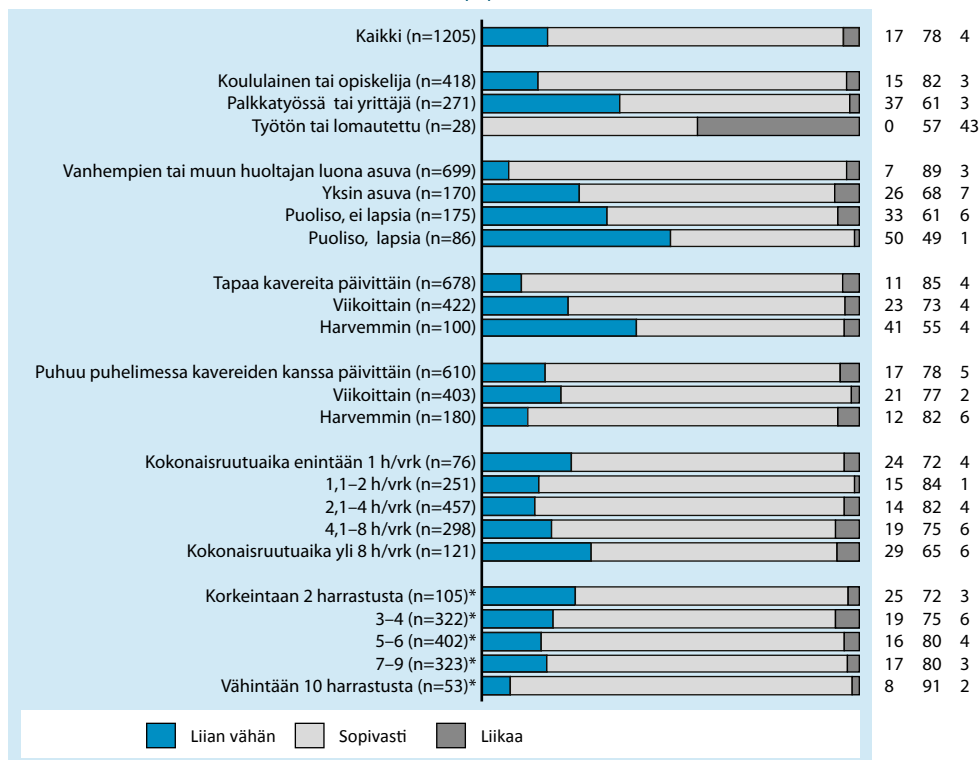
Ylivoimainen enemmistö (78 %) lapsista ja nuorista kokee vapaa-ajan määrän itselleen sopivana. Liian vähäisenä vapaa-aikaansa pitää 17 %

ja vain 4 %:lla on mielestään liikaa vapaa-aikaa (kuvio 29). Vapaa-aikaa pidetään kulttuurissamme korkeassa arvossa, ja monet toivovat sitä itselleen lisää. Tilastokeskuksen vapaa-aikatutkimuksen mukaan vapaa-aika on erityisen tärkeää nimenomaan nuorille. Jos vielä ottaa huomioon yleisen puheen jatkuvasta kiireestä ja yhteiskunnan suorituskeskeisyydestä, voi pitää jopa yllättävänä, että näinkin suuri enemmistö lapsista ja nuorista kokee vapaa-ajan määrän sopivana.

Aiemman 13-vuotiaiden arkea selvittäneen kyselytutkimuksen mukaan lasten hyvä

KUVIO 29.

”KUINKA PALJON VAPAA-AIKAA SINULLA ON?” (%)



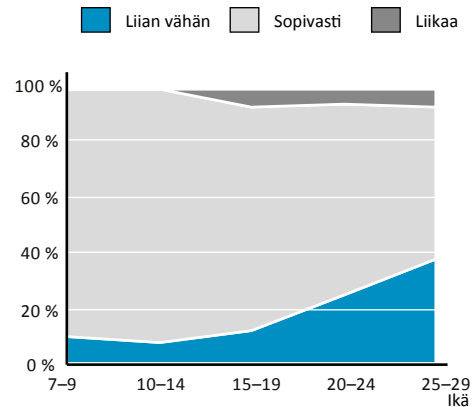
arki kiteytyy aktiivisen tekemisen ja rauhallisen oleilun tasapainossa (Stenvall 2009, 87), mutta tekemisen ja olemisen sopivat ja tasapainoiset suhteet vaihtelevat henkilön ja elämäntilanteen mukaan. Mitään vapaa-ajan optimimäärää ei lie-
ne olemassakaan, eikä toivetta lisävapaa-ajasta ehkä voi viedä loputtoman pitkälle. Tämän puolesta puhuu se kyselytulos, että yli 40 % työttömistä kokee itsellään olevan liikaa vapaa-aikaa.

Periaatteessa yksinkertainen kysymys vapaa-ajan määrästä voi saada erilaisia tulkintoja eri yhteyksissä. Nuorilla, joilla on vähiten harrastuksia, on mielestään myös vähiten vapaa-aikaa. Tai ehkä olisi luontevampaa tulkita havaintoa niin päin, että nuorilla, joilla on vähemmän vapaa-aikaa, on vähemmän harrastuksia. Liikunnan harrastamisella sinänsä ei ole yhteyttä vapaa-ajan riittävytyden kokemukseen, mutta nuoret, joilla on vähemmän vapaa-aikaa, liikkuvat vähemmän urheiluseuroissa. Näyttää kuitenkin pikemmin siltä, että vapaa-ajan niukkuus rajoittaa harrastustoimintaa, kuin että monet harrastukset saisivat nuoret kokemaan vapaa-aikansa riittämättömäksi. Tämä on myös loogista, sillä tässä harrastuksiksi kutsutut aktiviteetit varmasti monien mielestä kuuluvat nimenomaan vapaa-aikaan, eikä niiden runsaskaan määrä siis ole osoitus vapaa-ajan niukkuudesta. Kuviosta 29 näkyvää yhteyttä voi hyvin tulkita niinkin, että mitä enemmän erilaisia vapaa-ajan aktiviteetteja, sitä sopivammaksi vastaaja vapaa-aikansa määrän kokee.

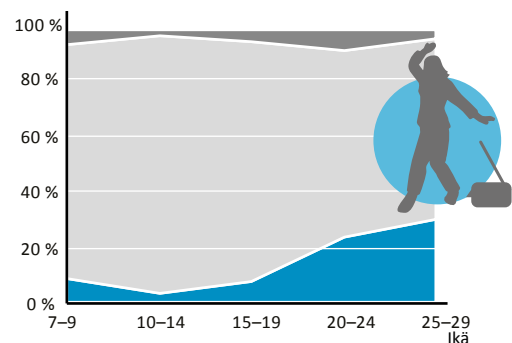
Vähiten vapaa-aikaa on toisaalta ruudun ääressä kaikkein vähiten, ja toisaalta kaikkein eniten aikaa viettävillä lapsilla ja nuorilla. Tästä voi niin halutessaan päätellä, että vähäinen ruutuaika voi johtua muista kiireistä ja toisaalta että runsas ruutuaika voi viedä vapaa-ajan. Eri suuntiin viettävät tulkinnat ovat ymmärrettäviä jo siksi, että ruutuaikaan on laskettu mukaan niin työhön, kouluun kuin silkkään viihdekäyttöön liittyvä aika.

Harvoin kavereitaan tapaavista nuorista suuri osa pitää vapaa-aikaansa riittämättömänä. Vaikuttaa siis vahvasti siltä, että ajanpuute rajoittaa monien sosiaalista elämää. Puhelimessa

KUVIO 30.
"KUINKA PALJON VAPAA-AIKAA SINULLA ON?"
TYTÖT.



KUVIO 31.
"KUINKA PALJON VAPAA-AIKAA SINULLA ON?"
POJAT.



puhumisen kohdalla vastaavaa yhteyttä ei ole. Vaikka kyselytulokset eivät varsinaisesti johtopäätöksiin riitäkään, havainto houkuttelee tulkitsemaan, että puhelinyhteyksiä voidaan käyttää korvaamaan kavereiden varsinaisia kasvokkain tapaamisia.

Kysely ei myöskään suoraan vastaa siihen, mistä kokemus vapaa-ajan niukkuudesta syntyy. Jotain osviittaa kuitenkin antaa havainto siitä, että erityisen niukaksi vapaa-aikansa kokevat työssäkäyvät (37 %) ja lapsiperheet (50 %). Niistä, joilla on sekä lapsia että työ, enemmistö pitää vapaa-aikaansa riittämättömänä, eikä yksikään liiallisena. Se, kuinka monelle ja missä tilanteissa perheen kanssa vietetty aika on vapaa-aikaa, jää avoimeksi kysymykseksi.

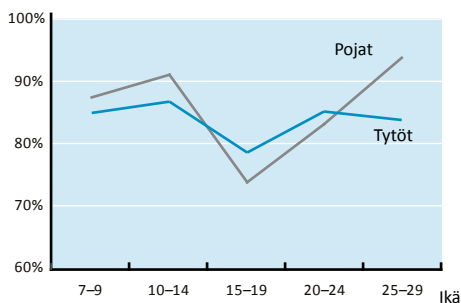
Kuvioissa 30 ja 31 näkyy, kuinka vapaa-aika niukkenee noin 15 ikävuodesta eteenpäin. Tyttöjen ja poikien ero ei ole merkitsevä, mutta iän myötä kokemus vapaa-ajan vähydestä yleistyy tytöillä hieman poikia enemmän. Yksi luonteva selitys löytyy perhesuhteista ja tyttöjen poikia varhemmasta lastensaannista (kuvio 14). Kun yhteen muuttamiseen ja perheen perustamiseen lisää opiskelut ja astumisen työmarkkinoille, ei kokemus vähenevästä vapaa-ajasta ole yllätys. Toisaalta Perhebarometrien mukaan kiireen kokemus on perheissä vähentynyt viimeksi kuluneiden kymmenen vuoden aikana (Miettinen & Rotkirch 2012).

HARRASTUKSET JA MUUT VAPAA-AJAN AKTIVITEETIT

Ainakin jokin harrastus

Harrastuksista kysyttäessä ei niitä määriteltä vastaajille, vaan asiaa selvitettiin yleisimmällä mahdollisella kysymyksellä ”Onko sinulla jokin harrastus, aivan mikä tahansa?” (Liitteen 1 K40). Näin määriteltynä 85 prosentilla lapsista ja nuorista oli jokin harrastus. Sukupuolten välillä ei kokonaisuutena ole eroa harrastusaktiivisuudessa, mutta kuvion 32 iän mukaisessa tarkastelussa näkyy, kuinka poikien harrastamisen notkahdus teini-ikässä on syvempi kuin tyttöillä. Kun ikäryhmän 10–14 vuotta pojista yli 90 prosenttia sanoo harrastavansa jotain, on osuus

KUVIO 32.
”ONKO SINULLA JOKIN HARRASTUS?”
KYLLÄ-VASTAUSTEN %-OSUUS



15–19-vuotiailla vain 74 prosenttia.

Kuviossa 33 esitetään harrastamisen yleisyys joidenkin taustamuuttujien luokissa. Erilaisten harrastusten ja vapaa-ajan aktiviteettien kokonaismäärää (ks. kuvio 35) käytetään myös selittävänä taustamuuttujana joissain kysymyksissä. Usein tilastollisia yhteyksiä tarkasteltaessa on vaikeaa tai mahdotonta sanoa, kumpi sopii paremmin selittäviin ja kumpi selitettäviin muuttujiin (esim. kuvio 12 ystävien ja vapaa-ajan aktiviteettien määrästä).

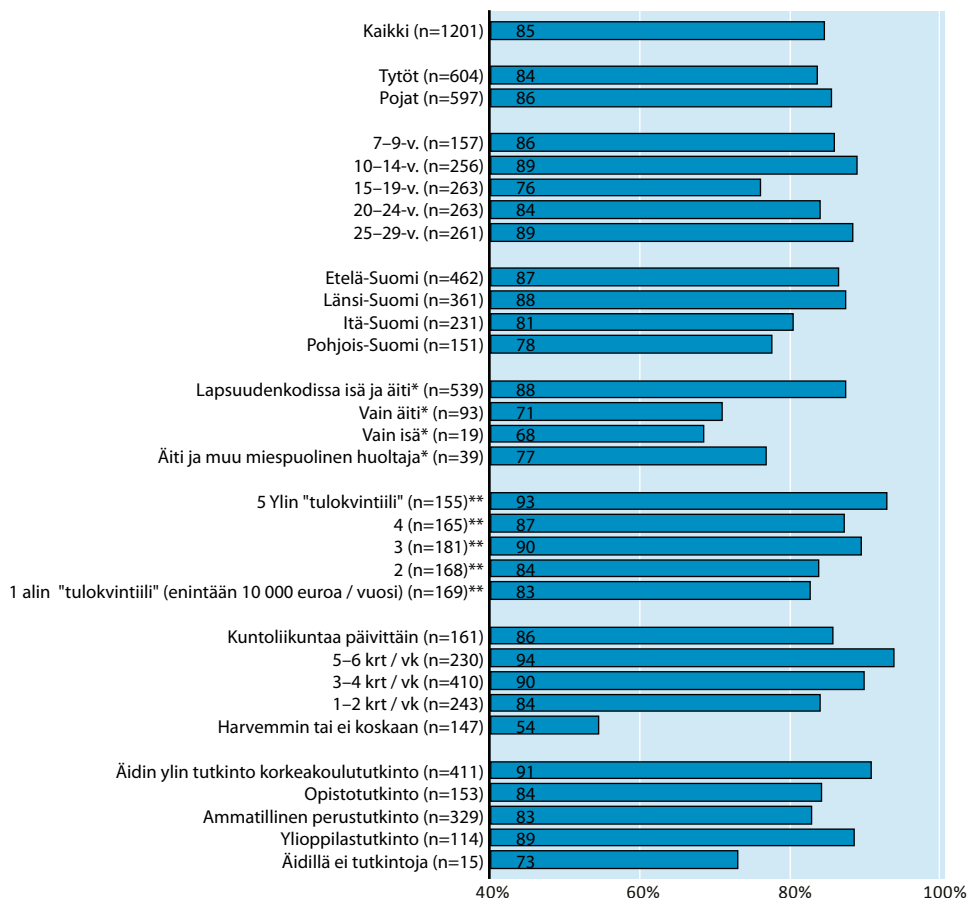
Sillä, asuuko vastaaja maalla vai kaupungissa, keskustassa tai laitamalla, ei ole yhteyttä harrastamisen yleisyyteen. Sen sijaan niin sanottu suuralue on merkityksellinen, sillä Pohjois- ja Itä-Suomessa nuoret harrastavat vähemmän kuin Länsi- ja Etelä-Suomessa. Korkeampi tulotaso vaikuttaisi jonkin verran lisäävän harrastamisen yleisyyttä, mutta yhteys ei ole merkitsevä. Lapsuudenkotia määrittävistä muuttujista äidin korkeampi koulutustaso on positiivisessa yhteydessä lapsen harrastamiseen, samoin se, että kodissa on sekä isä että äiti. Saman katon alla asuvien sisarusten määrällä ei tässä ole vaikutusta.

Harrastamisen käsite itsessään on monitulkintainen, mikä vaikuttaa tulosten lukutapaan. Moni haastatelluista lapsista ja nuorista kenties tulkitsi, että harrastaminen liittyy seura- tai yhdistystoimintaan, eikä puuhailu yksin tai kaverin kanssa kuulu tähän. Aineistosta nouseva esimerkki tästä voisi olla se, että yhdeksän prosenttia liikunnan harrastajista (K43) ilmoittaa, ettei hänellä ole mitään harrastusta (K40). Liikunnan harrastamisen määritelmä, jossa korostettiin, ettei liikunnalla tässä kyselyssä tarkoiteta pelkästään erilaisia urheilulajeja, esitettiin näiden kahden kysymyksen välissä, millä on ehkä ollut vaikutusta osan harrastuskäsityksiin.

Liikuntamäärien käyttäminen harrastuneisuuden selittäjänä kuvion 33 tapaan on loogisesti epäilyttävää, sillä liikunta itsessään on yksi keskeisimmistä lasten ja nuorten harrastuksista. Tätä jopa virheellisesti vaikuttavaa esitystapaa voi kuitenkin perustella sillä, että se tekee näkyväksi harrastamisen monitulkintaisuuden. Jopa päivittäin kuntoliikuntaa harrastavista

KUVIO 33.

"ONKO SINULLA JOKIN HARRASTUS, AIVAN MIKÄ TAHANSA?" (%)



* Vain vanhempien luona yhä asuvat.

**Ekvivalentti tulo on laskettu jakamalla kotitalouden käytettävissä olevat tulot talouden kulutusyksiköiden määrällä. Kvintililit on muodostettu siten, että kussakin viidessä tuloluokassa olisi suunnilleen sama määrä vastaajia. Tulorajat ovat seuraavat: 1 = enintään 10 000 euroa / vuosi, 2 = 10 001–16 666 euroa / vuosi, 3 = 16 667–25 000 euroa / vuosi, 4 = 25 001–35 714 euroa / vuosi, 5 = yli 35 714 euroa / vuosi.

14 % ei mielestään harrasta mitään. Toisaalta nähdään, että harvemmin kuin kerran viikossa kuntoliikkuviissa, on lähes puolet sellaisia, jotka eivät mielestään myöskään harrasta mitään muuta. Liikunta ja muut harrastukset eivät siis koko vastaajajoukossa vaikuta toisilleen vaihtoehtoisilta. Kuvion 33 sekä kuvion 35 esittämän vapaa-ajan aktiviteettien kokonaismäärän ja kuntoliikunnan säännöllisyyden yhteyden perusteella voidaan sanoa, että aktiivisuuden sijaan passiivisuus kasautuu.

Erilaiset vapaa-ajan aktiviteetit

Lasten ja nuorten osallistumista vapaa-ajan toimintaan selvitettiin 13 kohdan listalla ja kysymyksellä: "Teetkö jotain seuraavista asioista?" Ne, jotka vastasivat "kyllä", saivat vielä vastattavakseen jatkokysymyksen "Kuinka usein teet näitä asioita?". Testihaastattelussa todettiin, etteivät 7–9-vuotiaat osaa hahmottaa vastausvaihtoehtoja (päivittäin / viikoittain / kuukausittain...), joten heidän kohdallaan asia kysyttiin avoimena kysymyksenä ja koodattiin yksitellen

lapsen vastauksen mukaisesti. Menettely lisää haastattelijan vaikutusta tulokseen, mutta alle 10-vuotiaat koettiin niin tärkeiksi, että epävarmuustekijöistä huolimatta heidän tietonsa haluttiin mukaan.

On selvää, että kyselyn 13 asian luettelo asioista pyydystää tilastohaaviin vain suppean osan lasten ja nuorten vapaa-ajan kokonaisuudesta. Kattavuuden tavoittelun sijaan päätarkoituksena on päästä tarkastelemaan erilaisten vapaa-ajan aktiviteettien kasautumista, ja liikunnan ollessa kattoteemana myös sitä, poikkeako liikuntaa harrastavien vapaa-aika muista. Kyselyyn valikoitunut vapaa-ajan aktiviteettien lista painottuu kulttuurin ja taiteen parissa toimimiseen. Vaikka päällisin puolin liikutaan liikunta-teeman ulkopuolella, on jotain yhteistäkin: myös kulttuurin, taiteen ja yhteisöllisyyden parantava ja hyvinvointia lisäävä vaikutus tiedetään useista tutkimuksista. Myös kulttuuriaktiivi elää pidempään kuin sohvaperuna (ks. Hyypä & Liikanen 2005). Ruumiinkulttuurin ja muun kulttuurin rajat häilyvät nyt tehdyn kyselyn nuorten avoimissa vastauksissa kysymykseen harrastetuista liikuntamuodoista: mukaan mahtuu esimerkiksi sirkusta, näyttelystä ja erilaisia soittoharrastuksia (ks. sivu 69).

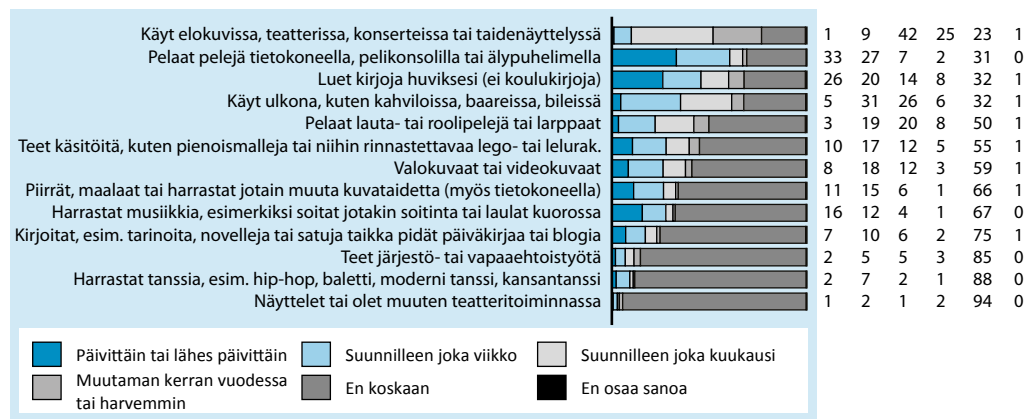
Kysely tehtiin nyt ensimmäistä kertaa tässä muodossa, joten trenditietoa ei vielä saada. Vuoden 2009 Nuorisobarometrissa tosin selvitettiin

erilaisten niin sanottujen luovien harrastusten yleisyyttä 15–29-vuotiaiden parissa. On tärkeää huomata, että kysymyksen muotoilut eivät ole täsmälleen samat, millä voi olla vertailukelpoisuutta heikentävää vaikutusta vastauksiin (vrt. Myllyniemi 2009b). Tämä varaus mielessä voi kuitenkin tehdä suuntaa antavaa vertailua. Vuonna 2009 tanssia sanoi harrastavansa 9 %, nyt osuus oli samassa 15–29-vuotiaiden ikäryhmässä niin ikään 9 %. Vuonna 2009 kuvataiteita harrasti 20 % ja kuvien tekemistä tai käsittelyä tietokoneella 17 %, nyt näiden osuus yhdessä oli 21 %. Vuonna 2009 jotain soitinta soitti 21 % ja laulamista harrasti 15 %. Nyt, kun soittamista ja laulamista kysyttiin yhdessä, osuus on 30 %. Vuonna 2009 kirjoittamista harrasti 12 %, nyt 19 %. Kirjoittamisen kasvua selittää ainakin osin blogi- ja muun vastaavan nettikirjoittelun yleistymisen. Vuonna 2009 valokuvasi 20 % ja videokuvasi 6 % nuorista, ja nyt kun näitä kysyttiin yhdessä, osuus oli peräti 41 %. Hurjaa kasvua selittää kuvaamiseen sopivien mobiililaitteiden nopea yleistymisen.

Kaikista kysytyistä vapaa-ajan aktiviteeteista yleisin on elokuvissa (tai teatterissa, konserteissa tai taidenäyttelyissä) käyminen, jota sanoo ainakin joskus tekevänsä useampi kuin kolme neljästä. Jos kuitenkin otetaan huomioon tekemisen säännöllisyys, ovat konsoli- tai tietokonepelit ja lukeminen ylitse muiden. Niitä harrastaa

KUVIO 34.

”KUINKA USEIN TEET NÄITÄ ASIOITA?” (%)



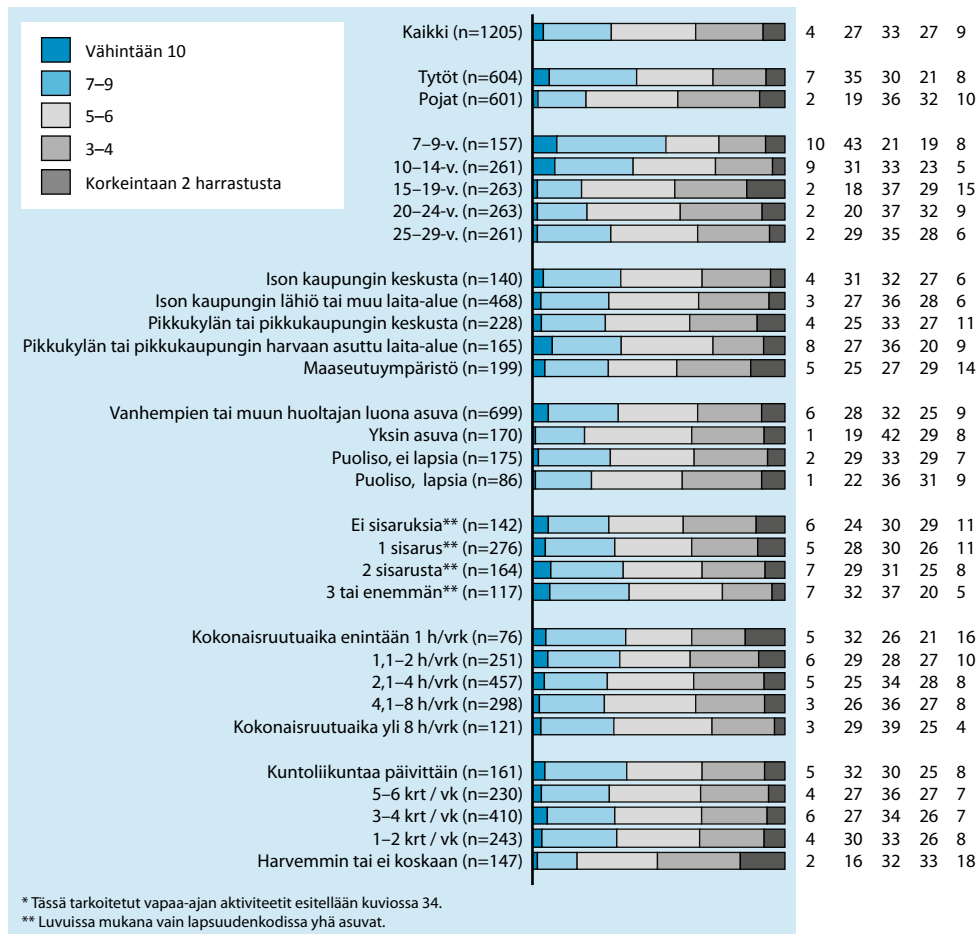
noin kaksi kolmesta, ja viikoittainen tai päivittäinen tekeminen on yleistä. Kuten kuviosta 34 näkyy, on erilaisten vapaa-ajan aktiviteettien säännöllisyydessä muutenkin suuria eroja. Kaikkein tiiviimmin ollaan tietokonepelien ja lukemisen lisäksi soittamisen tai laulamisen parissa, sillä niitä harrastavista jopa puolet on harrastuksensa parissa päivittäin. Myös kirjoittaminen, kuvataiteet ja tanssiminen ovat suhteellisen säännöllisiä harrastuksia, päivittäisiä ne ovat noin joka kolmannella, vähintään viikoittaisia jo useammalla kuin kahdella kolmesta. Kaikkein epäsäännöllisintä puolestaan on elokuvissa, teatterissa, konserteissa tai taidenäyttelyissä käyminen, joka on

viikoittaista vain muutamalle prosentille. Myös lauta- tai roolipelien pelaajista tai larppaajista, näyttelemistä tai muuta teatteria harrastavista sekä järjestö- tai vapaaehtoistyötä tekevästä vähemmistö osallistuu viikoittain.

Kuvion 34 toimintojen yhteydet edellä käsiteltyyn kysymykseen harrastamisesta voivat parantaa sen ymmärtämistä, mitä lapset ja nuoret harrastamisella ylipäättään tarkoittavat. Niistä, jotka pelaavat tietokonepelejä, jopa 14 % on sitä mieltä, ettei heillä ole mitään harrastuksia. Muita vapaa-ajan aktiviteetteja, joihin osallistuvista yli 10 % on mielestään vaille harrastuksia, ovat ulkona tai elokuvissa käyminen, käsitöiden

KUVIO 35.

ERILAISTEN VAPAA-AJAN AKTIVITEETTIENTEN KOKONAISMÄÄRÄ.* (%)



tekeminen, lautapelit, valokuvaaminen, kirjoittaminen, lukeminen ja piirtäminen. Toisessa päässä on näytteleminen, mutta myös sitä tekevästä 4 % sanoo, ettei harrasta mitään. Yllättäen ei tekemisen frekvenssillääkään ole juuri vaikutusta, sillä kuvion 34 aktiviteetteihin viikoittain tai edes päivittäin osallistuminen ei takaa, että vastaaja kokisi tekemisensä harrastamiseksi.

Aktiivisuuden ja passiivisuuden kasautuminen

Yksittäisten vapaa-ajan toimintojen yleisyys ei kerro sitä, kuinka monta erilaista aktiviteettia yksittäisillä vastaajilla on. Tätä varten on laskettu yhteen kaikki 13 erilaista toimintamuotoa, ja kuvioon 35 ne on ryhmitelty viiteen luokkaan. Näin nähdään, että enemmistö tekee ainakin viittä erilaista kuvion 34 vapaa-ajan aktiviteetteista. Vain 1 % ei osallistu mihinkään niistä, ja toista ääripäätä edustaa se 4 % aktiivinen joukko, joka tekee ainakin 10 eri asiaa. Kaikkien vastaajien keskiarvo on 5,5, moodi ja mediaani ovat kumpikin 5.

Työillä on keskimäärin hieman enemmän kuvion 34 aktiviteetteja kuin pojilla (5,9 / 5,0). Iän myötä erilaisten harrastusten määrä putoaa nopeasti 10 ja 15 ikävuoden välillä kääntyäkseen taas kahdenkymmenen jälkeen nousuun. Mitattava asia on tässä erilaisten vapaa-ajan toimintamuotojen lukumäärä, eli pienikään määrä ei tarkoita passiivisuutta. Harrastusten säännöllisyys ja lukumäärä eivät aineistossa ole yhteydessä toisiinsa, mikä voi johtua siitä, että mukana on kysymyksiä myös esimerkiksi elokuvissa ja ulkona käymisestä. Kuitenkin kun vuoden 2009 Nuorisobarometrissa keskityttiin tiukemmin rajattuihin luoviin harrasteisiin, havaittiin säännöllisyyden ja monipuolisuuden olevan käänteisessä yhteydessä toisiinsa (Myllyniemi 2009b, 29–30). Vaikuttaa ymmärrettävältä, ettei saman nuoren aikatauluihin voi mahtua kovin monia päivittäisiä vaativia harrastuksia.

Ystävien määrä ei – yllättäen – ole yhteydessä harrastusten määrään. (Tätä ei esitetä kuviossa 35, sillä harrastusten määrää käytettiin

päinvastoin ystävien määrän selittäjänä kuviossa 12.) Yksinäisyyden kokemuksia käsiteltäessä (kuvio 41) nähdään, että erittäin runsaasti erilaisiin vapaa-ajan aktiviteetteihin osallistuvien joukossa on keskimääräistä enemmän itsensä yksinäiseksi kokevia nuoria.

Lapset ja nuoret, joilla on sisaruksia saman katon alla, harrastavat useampia asioita kuin ainoana lapsena asuvat. Kotitalouden tulotasolla ei ole yhteyttä vapaa-ajan aktiviteettien määrään, ei kokemuksella tulotason korkeudesta eikä kotitalouden vuosituloilla. Yllättäen myöskään kuvion 34 yksittäisiin toimintamuotoihin ei tuloilla juuri ole vaikutusta.

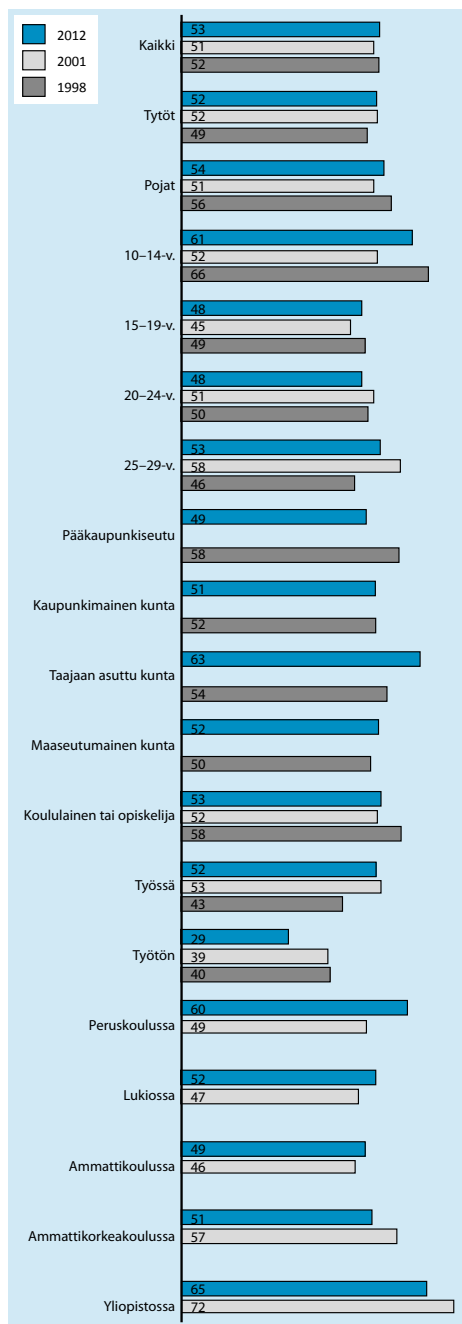
Erityisen kiinnostuksen kohteena on liikunnan harrastamisen yhteys muihin vapaa-ajan aktiviteetteihin. Kuvioista 35 nähdään aktiivisuuden kasautumisen sijaan pikemminkin passiivisuuden kasautumista: vastaajilla, jotka eivät harrasta liikuntaa, on vähemmän muitakin harrastuksia. Tulos on siis samansuuntainen kuin edellä kuviossa 33 tehty havainto vähän liikkuvien harrastamattomuudesta.

Kokonaisuutena tarkastellen vapaa-ajan tekeminen kasautuu, mutta erityyppisiin toimintoihin osallistuvat eroavat kasautumisen määrissä. Kaikkein laaja-alaisimmin aktiivisimpia ovat ne, jotka harrastavat näyttelemistä, tanssia, kirjoittamista tai piirtämistä. Näistä minkä tahansa harrastaminen viittaa monipuoliseen vapaa-ajan aktiivisuuteen, sillä kunkin harrastajilla on keskimäärin yli 7 erilaista kuviossa 34 listattua vapaa-ajan toimintamuotoa. Hieman kapeampaa aktiviteettikirjoa ennustavat sen sijaan tietokonepelit, elokuvissa tai ulkona käyminen.

JÄRJESTÖKIINNITTYNEISYYS

Järjestökiinnittyneisyys on tämän nykyisin Nuorten vapaa-aikatutkimuksen nimellä kulkevan julkaisusarjan vanhin kysymys, ja vuosien 1998 ja 2001 julkaisut olivat nimeltäänkin Nuorten järjestökiinnittyneisyystutkimuksia (ks. Nurmela 1998; Pehkonen 2001). Myös tässä järjestöaktiivisuutta selvitetään varhaisemmista kyselyistä periytyvällä kysymyksellä ”Oletko ny-

KUVIO 36.
 ”OLETKO NYKYISIN MUKANA TAI KUULUTKO JÄSE-
 NENÄ JOHONKIN, AIVAN MIHIN TAHANSA JÄRJES-
 TÖÖN, SEURAAN, KERHOON TAI VASTAAVAAN?”
 VERTAILU 1998, 2001 JA 2012.
 (KYLLÄ-VASTAUSTEN %-OSUUDET.)



kyisin mukana tai kuulutko jäsenenä johonkin, aivan mihin tahansa järjestöön, seuraan, kerhoon tai vastaavaan?” Käytetty monimutkainen muotoilu ei välttämättä ole paras mahdollinen, mutta vertailukelpoisuuden takia se on säilytetty ennallaan.¹² Kysymystä ei esitetty alle 10-vuotiaille.

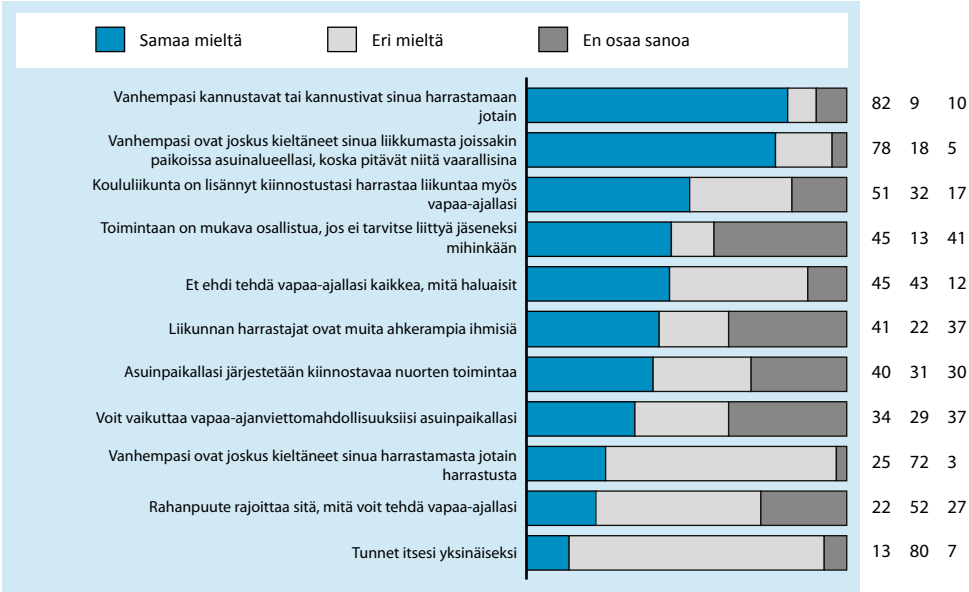
Nuorten järjestöihin kuulumisessa ei ole tapahtunut muutoksia vuodesta 1998. Nyt toiminnassa tai jäsenenä on mukana 53 %, kun osuus vuonna 1998 oli 52 % ja vuonna 2001 51 %. Kuviossa 36 nähtävistä taustamuuttujien mukaisista muutoksista huomattavin on työttömien osallistumisen lasku. Työttömiä on aineistossa tosin niin vähän, että jopa tulosten mukainen 10 prosenttiyksikön muutos voi johtua sattumasta. Tyttöjen ja poikien osallistuminen on samalla tasolla. Kaikkein aktiivisin ikäryhmä on 10–14-vuotiaat.

Kyselyssä oli kaksi muutakin kysymystä, jotka sivuavat järjestöissä toimimista tai niihin kuulumista. Järjestöissä tai vastaavissa jollain tavalla mukana olevista vain neljännes sanoo tekevänsä järjestö- tai vapaaehtoistyötä (vrt. kuvio 34). Tulos voi vaikuttaa yllättävältä, mutta siitä ei voi päätellä, että loput kolme neljästä olisivat mukana vain passiivisesti, esimerkiksi jäsenmaksun maksamalla. Vuoden 2009 Nuorten vapaa-aikatutkimuksessa (Myllyniemi 2009a) selvitettiin järjestötoiminnan muotoja ja mukana olevien sitoutumista toimintaan. Silloisten tulosten mukaan järjestön konkreettiseen toimintaan osallistui useampi kuin kaksi kolmesta mukanaolijasta, ja toimintaan osallistumattomia oli siis vajaa kolmannes. Se, että nyt aktiivisten osuus näyttää matalammalta, johtuu kyselyiden eroista: tässä selvitettiin järjestö- tai vapaaehtoistyön tekemistä, mikä selvästi tarkoittaa vastaajille eri asiaa kuin oman järjestön toimintaan osallistuminen. Esimerkiksi jalkapalloharjoitukseen osallistuminen on luontevampaa kokea järjestön toimintaan osallistumiseksi kuin järjestötyön tekemiseksi.

Kysymysten muotoiluun liittyy myös syvempiä pulmia. Niistä vastaajista, jotka nyt toteutuksessa kyselyssä sanoivat harrastavansa liikuntaa

urheilu- tai liikuntaseurassa, reilu kolmannes vastaa ”ei” kysymykseen ”Oletko nykyisin mukana tai kuulutko jäsenenä johonkin, aivan mihin tahansa järjestöön, seuraan, kerhoon tai vastaavaan?” Myös niistä nuorista, jotka liikkuvat seurassa säännöllisesti viikoittain tai päivittäin, noin joka viides ei tunnista aktiivisuutensa kuuluvan järjestötoiminnan piiriin. Tämä on tärkeä havainto, varsinkin kun nuorimpien järjestöaktiivisuuden tiedetään painottuvan voimakkaasti nimenomaan liikuntaseuroihin (mt. 39). Nyt käytetyn perinteisen kysymysmuotoilun validiteetin kannalta on kuitenkin tärkeää pohtia, mitä se oikeastaan mittaa. Tällä kysymysmuotoilulla ei välttämättä saada tarkkaa kuvaa järjestöaktiivisuudesta, sillä osa vastaajista ei tunnista omaa toimintaansa sellaiseksi. Varmuutta ei saada myöskään yksittäisten osallistumismuotojen yleisyydestä, sillä jos esimerkiksi liikuntaseuratoimintaan osallistuva nuori ei koe toimintaansa mukana oloksi järjestöissä, seuroissa, kerhoissa tai vastaavissa, jää hänen aktiivisuutensa tilas- toilta piiloon.

KUVIO 37.
7–9-VUOTIAIDEN NÄKEMYKSIÄ VAPAA-AJASTA. (%)



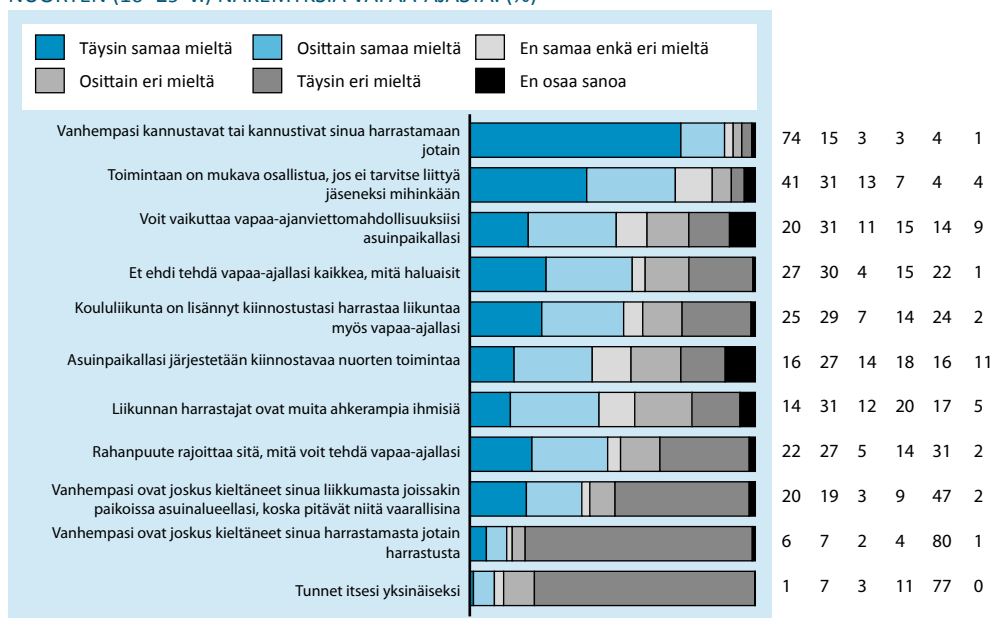
VAPAA-AJAN HAASTEITA JA
MAHDOLLISUUKSIA

Kuvioissa 37 ja 38 esitetään tiivistetysti nuorten vastaukset joukkoon vapaa-ajan tarjontaan ja mahdollisuuksiin liittyviä kysymyksiä. Tällaisenaankin kuviot tiivistävät paljon tietoa alle kolmekymppisten näkemyksistä vapaa-ajan toimintakentistä. Seuraavassa käsitellään tarkemmin joitain yksittäisiä kysymyksiä. Suoraan liikuntaan liittyviä kysymyksiä käsitellään myös luvussa ”Liikkuminen”.

Kuvioita on kaksi erilaista, sillä viisiportainen vastausasteikko osoittautui kaikkein nuorimmille liian vaikeaksi. Siksi alle 10-vuotiaille kysymykset esitettiin yksinkertaistetusti niin, että he kertoivat ovatko väitteen kanssa samaa vai eri mieltä.¹³

Erilaisista vastausasteikoista huolimatta voidaan alle 10-vuotiaiden ja sitä vanhempien näkemyksiä vertailla suuntaa antavasti kuvioiden 37 ja 38 avulla. Kautta linjan merkittävin ero on 7–9-vuotiaiden ”en osaa sanoa” -vastauksen suuri osuus, mikä kertoo ennen kaikkea kysymysten vaikeudesta. Muuten suurimmas- sa osassa kysymyksiä yli ja alle 10-vuotiaiden

KUVIO 38.
 NUORTEN (10–29-V.) NÄKEMYKSIÄ VAPAA-AJASTA. (%)



näkemykset ovat varsin lähellä toisiaan. Suurimmat erot löytyvät siitä, että varttuneemmat kokevat vaikutusmahdollisuutensa vapaa-ajanviettomahdollisuuksiinsa asuinpaikallaan suuremmiksi. Yli kaksikymppisen valta lieenee tosiasiaassakin alle 10-vuotiasta suurempi. Toinen elämäntilanteesta suoraan johdettavissa oleva ero näkyy siinä, että kaikkein nuorimmat kokevat rahanpuutteen rajoittavan vähemmän vapaa-ajanmahdollisuuksiaan kuin varttuneemmat. Tämä johtuu lapsuudenkodista muuttamisesta, joka näkyy myös tulonjakotilastoissa niin, että suhteellisesti pienituloisten osuus itsenäisesti asuvista alle 25-vuotiaista on noin nelinkertainen verrattuna vanhempiensa kotitalouksissa yhä asuviin (Tilastokeskus 2011).

Mitä vanhemmasta vastaajasta on kyse, sitä harvempi kokee vanhempien kieltäneen harrastamasta jotain tai liikkumasta joissain paikoissa. Tämän havainnon voi tulkita monella eri tavalla. Aika on saattanut muovata mielikuvia niin, että kauemman aikaa sitten annetut rajoitukset ovat jo unohtuneet. Toinen tulkinta on se, että vanhemmat todella rajoittavat lastensa liikkumista

ja harrastamista entistä enemmän. On myös mahdollista, että tällä hetkellä lapset vaativat yhä enemmän, jolloin kokemus rajoittamisesta liittyisikin etenkin vaatimustason kasvuun. Yksi tulkintamahdollisuus on sekin, että se, mikä lapsena tuntuu vanhempien rajoittamiselta, vaikuttaa myöhemmällä iällä joltain muulta, esimerkiksi normaalilta kasvatustoiminnalta.

Vanhempasi kannustavat tai kannustivat sinua harrastamaan jotain

Ylivoimainen enemmistö kaikista vastaajista kokee vanhempiensa kannustaneen heitä harrastuksiin (kuviot 37 ja 38). Yli 10-vuotiaiden ikäryhmissä ei sukupuolten välillä ole eroja (kuvio 39), mutta 7–9-vuotiaista pojista vähän suurempi osuus (84 %) kuin tytöistä (80 %) on sitä mieltä, että heidän vanhempansa ovat kannustaneet harrastamaan jotain. Sukupuolella on yhteys etenkin eri mieltä olemiseen: 7–9-vuotiaista pojista 14 % on vanhempien kannustavuudesta eri mieltä, tytöistä vain 4 %. Vähintään 10-vuotiaiden ikäryhmässä iällä ei ole

muuten yhteyttä vastauksiin, mutta 10–14-vuotiaissa on enemmän täysin samaa mieltä olevia.

Tulosta voi peilata väitteeseen ”Vanhempasi ovat joskus kieltäneet sinua harrastamasta jotain harrastusta”, jonka allekirjoittaa 25 % alle 10-vuotiaista ja vain 13 % sitä vanhemmista vastaajista. Ikäryhmittäiset erot harrastusten kieltämisessä ovat siis selvästi suuremmat kuin niihin kannustamisessa. Kiinnostavasti ei näillä kahdella kysymyksellä ole keskenään yhteyttä, vaan vanhemmat, jotka ovat kieltäneet joitain harrastuksia, ovat yhtä lailla myös kannustaneet joihinkin muihin harrastuksiin.

Kuviossa 39 esitetään 10–29-vuotiaiden kokemus vanhempien kannustuksesta harrastuksiin sukupuolen, iän, äidin koulutuksen ja lapsuudenkodin huoltajiin liittyvien taustamuuttujien mukaan. Kannustus on ollut suurempaa kodeissa, joissa on sekä isä että äiti, ja äidillä suhteellisen korkea koulutus. Tulotasolla tai sisarusten määrällä ei ole vaikutusta. Kuvioon ei ole liitetty liikuntaan tai muihin harrastuksiin liittyviä taustamuuttujia, sillä mahdollinen syy-seuraus-suhde tässä lienee pikemmin vanhempien kannustuksesta harrastaneisuuteen kuin toisin päin. Vanhempien kannustuksella

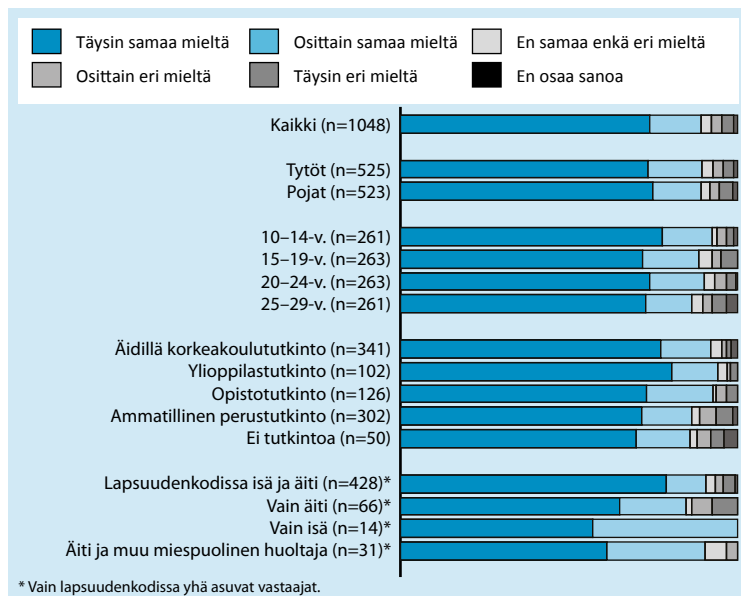
ei kuitenkaan ole yhteyttä haastatteluhetken liikunta-aktiivisuuteen, eikä myöskään muun vapaa-ajan aktiivisuuden monipuolisuuteen (vrt. kuvio 34). Myöskään Nuorisobarometrin 2012 mukaan ei vanhempien kannustuksella liikuntaharrastuksiin ollut yhteyttä myöhempään liikunta-aktiivisuuteen. Sen sijaan lapsuudenkodin yhteinen liikkuminen oli erittäin vahva selittäjä sille, kuinka paljon nuoret myöhemmin liikkuvat (Myllyniemi 2012, 55).

Toimintaan on mukava osallistua, jos ei tarvitse liittyä jäseneksi mihinkään

Nuorten suhtautuminen jäsenyyksiin on varsin kielteistä (ks. kuvio 38). Peräti useampi kuin kaksi kolmesta (72 prosenttia) on sitä mieltä, että toimintaan on mukava osallistua, jos ei tarvitse liittyä jäseneksi mihinkään. Kiintoisa ero kaikkein nuorimpien ja vähän vanhempien vastaajien välillä löytyy suhtautumisesta kysymykseen jäsenyyksistä. Alle 10-vuotiaista 45 % on sitä mieltä, että toimintaan on mukava osallistua, jos ei tarvitse liittyä jäseneksi, kun 10–29-vuotiaiden ikäryhmässä osuus on peräti 72 %. 7–9-vuotiaille kysymys oli myös hankala

KUVIO 39.

”VANHEMPASI KANNUSTAVAT TAI KANNUSTIVAT SINUA HARRASTAMAAN.” (% , 10–29-VUOTIAAT)



* Vain lapsuudenkodissa yhä asuvat vastaajat.

vastattava, mikä näkyy siinä, että 41 % ei osaa sanoa.

Sama kysymys osallistumisesta ja jäsenyyksistä esitettiin myös vuoden 2009 vapaa-aikatu-
kimuksessa. Silloin 10–29-vuotiaista 45 % suh-
tautui kriittisesti jäsenyyksiin osuuden ollessa
nyt 72 %. Suunta on siis kohti entistä kriittisem-
pää asennetta ja saattaa osaltaan kertoa trendis-
tä kohti hengailu- tai projektiosallistumiskult-
tuuria. Kielteinen suhtautuminen jäsenyyksiin
on nuorisotyön ja järjestökentän toimijoiden
kannalta kiinnostava, ehkä turhauttavakin tulos.
Toisaalta suuri osa nuorista voi pitää toimintaa
sinänsä mukavana ja olla valmis sitoutumaankin
siihen, mutta heidän kiinnittymisensä ei perustu
ensisijaisesti muodollisiin jäsenyyksiin.

Koululiikunta on lisännyt kiinnostustasi harrastaa liikuntaa myös vapaa-ajallasi

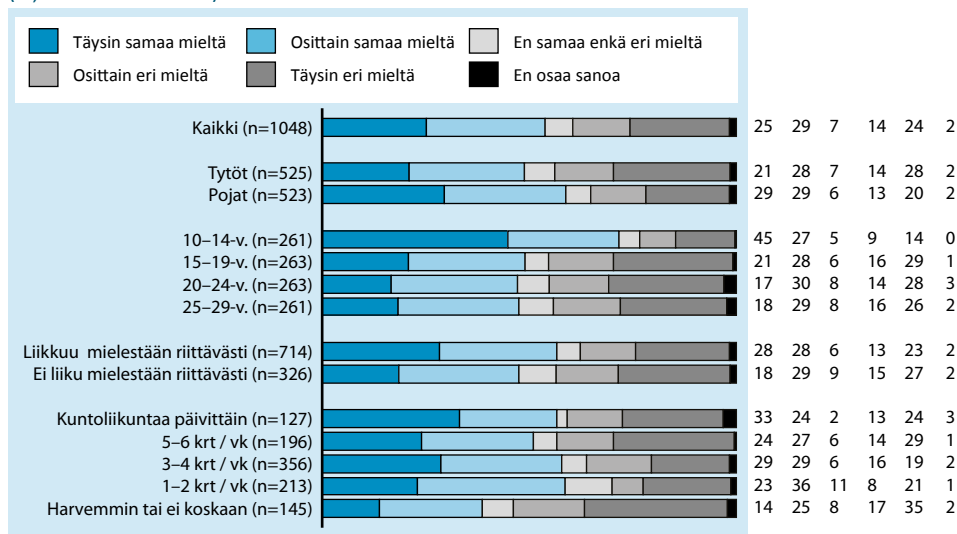
Enemmistö kaikista vastaajista on sitä mieltä,
että koululiikunta on lisännyt heidän kiinnos-
tustaan harrastaa liikuntaa vapaa-ajalla. Päinvas-
taista mieltä on noin kolmannes. 10–29-vuotiaat
pojat kokevat tyttöjä useammin koululiikunnan
lisänneen heidän vapaa-ajan liikuntaansa. Alle
10-vuotiailla vastaajilla sukupuolella ei ole vai-

kutusta. Iän mukainen vertailu katkeaa 10 vuo-
den kohdalla vastausasteikon vaihtuessa. Jotain
voidaan päätellä siitä, että vielä 10–12-vuotiaista
enemmistö on koululiikunnan innostavuudesta
täysin samaa mieltä, mutta sen jälkeen pudotus
on nopeaa. Käännös osuu ylä- ja alakoulun ni-
velvaiheeseen. Kielteinen käsitys koulun liikut-
tavasta vaikutuksesta yleistyy jyrkemmin tyttöillä
kuin pojilla. Kun otetaan huomioon käsillä ole-
van aineiston vastaajien suosituimmat liikun-
tamuodot sukupuolittain (ks. luku ”Liikkumi-
nen”) sekä se, että koululiikunnassa pelataan
paljon joukkuepelejä sekä tyttöjen että poikien
tunneilla (ks. Berg 2010), tämä voi osaltaan sel-
ittää asiaa. Joukkuepelit ovat suosittuja etenkin
10–14-vuotiailla ja nimenomaan pojilla. On toki
myös mahdollista, että 10–14-vuotiaiden koulu-
liikunta onkin erilaista kuin vanhemmissa ikä-
ryhmissä. Kaikkein vanhimmissa, kolmeakym-
mentä lähestyvissä ikäryhmissä koululiikunnasta
alkaa olla jo aikaa, ja jos kysymyksen ymmärre-
tään kohdistuvan nykyhetkeen, on luonnollista,
ettei moni koe koululiikunnan enää vaikuttavan
kiinnostusta lisäävästi.

Ymmärrettävästi myös vastaajan oma
liikuntaprofiili selittää vastauksia kysymykseen
koululiikunnan innostavuudesta. Ne, jotka

KUVIO 40.

”KOULULIIKUNTA ON LISÄNNYT KIINNOSTUSTASI HARRASTAA LIIKUNTA MYÖS VAPAA-AJALLASI.”
(%, 10–29-VUOTIAAT)



vapaa-ajallaan harrastavat liikuntaa ja liikkuvat mielestään riittävästi, kokevat koululiikunnan lisänsen kiinnostustaan liikuntaharrastukseen. Erityisesti tätä mieltä ovat liikuntaa harrastavat pojat. Liikuntaa harrastavista tytöistä jopa 28 % (pojista 18 %) on täysin eri mieltä koululiikunnan innostavuudesta. Nämä tytöt ovat siis todennäköisesti kiinnostuneet liikunnasta jotain muuta kautta tai vaihtoehtoisesti liikuntamuodosta, joka ei kuulu koululiikunnan valikoimaan.

Kuten kuviosta 40 nähdään, on kuntoliikunnan määrällä suhteellisen selvä yhteys koululiikuntakysymykseen: mitä useammin nuori harrastaa vähintään puoli tuntia kestävästä hikoiluttavaa liikuntaa, sitä motivoivammaksi hän koululiikunnan arvioi. On mahdollista, että koululiikunta innostaa niitä, jotka ovat jo valmiiksi kiinnostuneita liikunnasta, mutta yhtä mahdollista on, että koululiikunta lisää kiinnostusta vapaa-ajan liikuntaan.

Tämä on kuitenkin yleistys, ja joukossa on huomattavasti myös niitä liikunnallisesti aktiivisia, jotka eivät koe koululiikunnan lainkaan lisänsen kiinnostustaan vapaa-ajan liikuntaa kohtaan. He ovat ehkä muutenkin niin liikunnallisia, että koululiikunnan rooli jää mitättömäksi. On myös mahdollista, että he ovat innostuneet jostakin muusta kuin koululiikunnassa läpikäydystä lajista.

Yli-Piipari (2011) tutki fyysisen aktiivisuuden ja koululiikuntamotivaation kehittymistä oppilaiden alakoulun 6. luokalta 9. luokalle ja havaitsi, että koululaisten fyysinen aktiivisuus laski koko yläkoulun ajan. Pojat olivat fyysisesti aktiivisempia kuin tytöt, mutta fyysisen aktiivisuuden kehityksessä ei ollut sukupuolieroja. Siirtymä alakoulusta yläkouluun kiihdytti oppilaiden suoritususkomusten¹⁴ laskua, kun taas koululiikunta-arvostukset kasvoivat väliaikaisesti siirtymän aikana. Vaikka poikien suoritususkomukset olivat korkeammat kuin tyttöjen, suoritususkomusten kehittämisessä ei ollut eroa sukupuolten välillä. Pojat olivat tyttöjä ulkoisesti motivoituneempia, mutta niin tyttöjen kuin poikienkin sisäinen ja ulkoinen koululiikuntamotivaatio

kasvoi lineaarisesti alakoulun 6. luokalta yläkoulun 9. luokalle asti. Negatiivisin kehittyminen fyysisessä aktiivisuudessa oli koululaisilla, joilla oli alhaisin suoritususkomusten ja koululiikunta-arvostusten taso sekä niiden negatiivisin kehitys. Yli-Piipari toteaa, että koululiikunnan avulla on mahdollista vaikuttaa myönteisellä tavalla nuoren fyysiseen aktiivisuuteen, jos oppilaiden suoritususkomuksia pystytään tukemaan. Tämä näyttää olevan mahdollista ainakin silloin, jos oppilaat arvostavat koululiikuntaa. (Mt., 74–75.) Toisessa tutkimuksessa (Jaakkola, Soini & Liukkonen 2006) tarkasteltiin liikuntanumeron yhteyttä 9.-luokkalaisten liikuntamotivaatioon liikuntatunneilla ja havaittiin, että fyysiset taidot ja kunto-ominaisuudet olivat merkittäviä kriteerejä liikuntanumeron antamiselle. Parempia numeroita saaneet oppilaat myös viihtyivät liikuntatunneilla paremmin.

Soinin (2006) tutkimuksessa 9.-luokkalaiset pojat arvioivat liikuntatunnit tyttöjä enemmän autonomiaksi, sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja minäsuuntautuneisuutta korostaviksi. Pojat myös arvioivat itsensä liikuntatunneilla hieman fyysisesti aktiivisemmiksi kuin tytöt ja viihtyivät tyttöjä paremmin liikuntatunneilla. Soinin mukaan koululiikunnassa tulisi kiinnittää huomiota tyttöjen kannustamiseen fyysisesti aktiivisiksi. Poikien koululiikunnassa tulisi tutkijan mukaan korostaa tehtäväsuuntautuneisuutta, sillä he kokivat ilmaston tyttöjä enemmän minäsuuntautuneeksi. Soini näkee, että tämä havainto voidaan tulkita siten, että kilpailu on pojille tyttöjä tärkeämpi motiivi osallistua liikuntaan. (Mt., 63–64, ks. myös sivu 77 tässä teoksessa.)

Zacheuksen ja Järvisen (2007) tutkimuksessa vuosina 1923–1988 syntyneiden suomalaisten suhtautumisesta koululiikuntaan suurin osa oli pitänyt koululiikunnasta, mutta kielteiset kokemukset yleistyivät nuorempiin ikäryhmiin siirryttäessä, ja naisilla oli miehiä kielteisempiä kokemuksia. Nämä kokemukset liittyivät useimmiten kilpailuhenkisyysyden yksipuoliseen korostumiseen, opettajien kyvyttömyyteen huomioida oppilaiden erilaisuutta sekä opettajan auktoriteettiaseman väärinkäyttöön. (Mt.)

Lauritsalon, Sääkslahden ja Rasku-Puttosen (2012) tutkimuksessa vastenmielisyys koululiikuntaa kohtaan näytti syntyvän voimakkaista kielteisistä kokemuksista. Myös nyt tehdyssä vapaa-aikatutkimuksessa yksi tärkeimmistä liikukumattomuuden syistä on se, ettei pidä liikunnasta (ks. sivu 78).

Liikunnan harrastajat ovat muita ahkerampia ihmisiä

Yhtä liikuntaan ja liikkuviin ihmisiin liitettyä mielikuvaa testattiin väitteellä ”Liikunnan harrastajat ovat muita ahkerampia ihmisiä”. 7–9-vuotiaista on samaa mieltä 41 %, eri mieltä 22 % ja peräti 37 % ei osaa sanoa. 10–29-vuotiaista enemmän tai vähemmän samaa mieltä on 45 %, ja pikemminkin eri mieltä 37 %.

Alle 10-vuotiailla ei tyttöjen ja poikien vastauksissa ole eroa. 10–29-vuotiaiden ikäryhmässä sen sijaan pojat allekirjoittavat tyttöjä yleisemmin väitteen liikunnan harrastajien ahkeruudesta (samaa mieltä pojista 53 %, tytöistä 43 %). Kiinnostavaa on myös se, että vastaajan omalla liikuntaharrastuksella tai sen säännöllisyydellä ei ole vaikutusta käsitykseen liikunnallisten ihmisten ahkeruudesta. Myöskään asuinpaikalla, kotitalouden tuloilla, omalla tai äidin koulutustasolla ei ole tilastollisesti merkitsevää yhteyttä (10–29-vuotiaiden) vastauksiin.

Mitä tämä sitten tarkoittaa? Liikunta ja urheilu on perinteisesti liitetty enemmän poikien ja (nuorten) miesten maailmaan, ja heille liikunta on ollut myös eräs niistä resursseista, joilla omaa kompetenssia ja maskuliinisuutta pyritään osoittamaan. Tämän voi ajatella näkyvän myös nyt saaduissa lasten ja nuorten vastauksissa. Liikuntaan ja urheiluun liitetään myös usein ajatus itsekurista (ks. esim. Meinander 2005; Koski 2008) – siitä, että ruumista pyritään hallitsemaan mielen voimalla. Liikunnan ja urheilun historiassa on ajateltu, että ruumiin muokkauksen avulla voidaan muokata ihmisen luonnetta (esim. Berg 2012). Tällä hetkellä tämä käsitys tuntuu taas olevan ajankohtainen: ruumiin

muokkauksen ajatellaan osoittavan itsekontrollia ja sisäistä hallintaa. Tässä tapauksessa etenkin pojat saattavat siis ajatella, että urheilevien ihmisten elämäntavat ovat ”hyviä” ja harjoittelu sinällään pitkäaikaisena, säännöllisenä ja tavoitteellisenä toimintana edellyttää ”ahkeruutta”. Esimerkiksi Koski (2008) tiivistää urheiluseuratoiminnan pyrkimykset nuorten osalta seuraavasti: ”Tavoitteena on urheilullisten tavoitteiden lisäksi tuottaa yhteiskuntaa palvelevia aktiivisia ihmisiä, jotka kantavat vastuunsa oman elämänsä projektista. Tällaisia kansalaisia jälkimoderni yhteiskunta kaipaa. Nämä nuoret kasvavat itseohjautuvuuteen ja sitä kautta oman elämänsä hallintaan. Yhteiskunnan kaipaama sosiaalinen kontrolli näyttäytyy heissä itsekontrollina.” (Mt. 315.)

Vanhempasi ovat joskus kieltäneet sinua liikkumasta joissakin asuinalueesi paikoissa, koska pitävät niitä vaarallisina

7–9-vuotiaista 78 % kertoo vanhempiansa joskus kieltäneen liikkumisen joissain paikoissa, koska he pitävät niitä vaarallisina. Alle 10-vuotiaiden vastaajien joukossa kokemus vanhempien kieltolinjasta on jonkin verran yleisempi tytöillä (82 %) kuin pojilla (73 %). Päinvastaista mieltä on tytöistä vain 11 %, pojista 24 %. Avoimeksi jää, onko kyse ennen kaikkea lapsen omasta kokemuksesta, vai ovatko vanhemmat tässä mielessä suojelevampia tyttölapsia kohtaan.

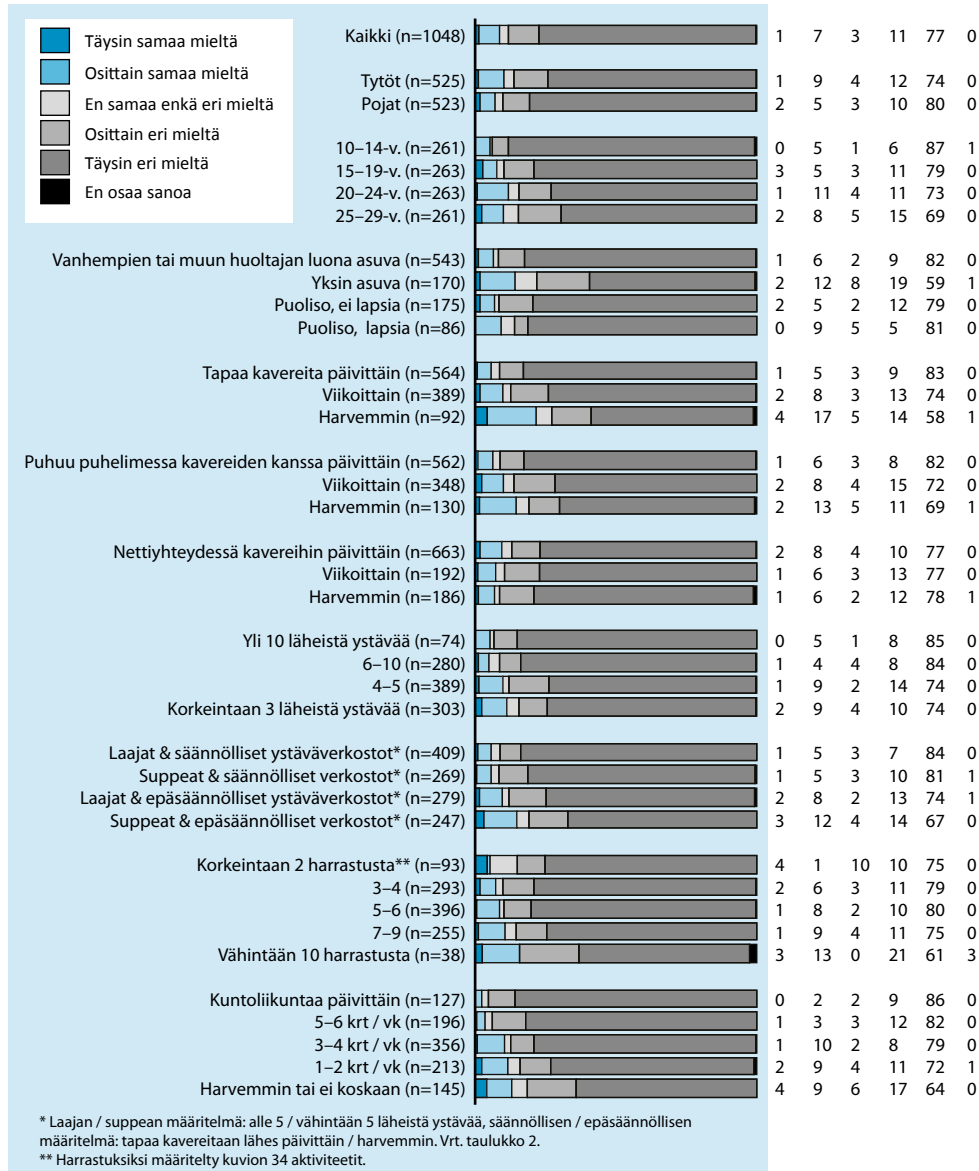
Asuinpaikalla, kotitalouden tuloilla ja äidin koulutuksella ei ole yhteyttä vastauksiin. Ikä sen sijaan on vahva selittäjä, ja käsitys vanhempien kieltolinjasta on sitä harvinaisempi, mitä vanhemmasta vastaajasta on kyse. Kolmeakymmentä lähestyvistä noin kolmannes, 10–15-vuotiaista yli puolet kokee vanhempiansa kieltäneen liikkumisen joillain paikoilla. Yksin kyselyaineiston perusteella ei voi tietää, onko iän mukaisissa eroissa kyse ennen kaikkea maailman muuttumisesta vaarallisemmaksi, vanhempien tiukemmasta linjasta vai ajan kultaamista muistoista.

Koskelan (2009) mukaan sosiaaliset vaarat ovat muodostumassa yhä merkittävämmäksi lasten liikkumista rajoittavaksi tekijäksi. Kaupunkimaisilla alueilla lapsilla ei yleensä ole niin paljon mahdollisuuksia itsenäiseen liikkumiseen kuin pienillä paikkakunnilla. Myös aiempien tutkimusten mukaan tyttöjen liikkumista

rajoitetaan enemmän kuin poikien. Omaehtoinen liikkuminen edistäisi Koskelan mukaan urbaania lukutaitoa, sosiaalisia kykyjä, oma-aloitteisuutta, itsenäisyyttä sekä tilan hahmottamista. (Mt., 136–137.)

Koskela (2009) näkee, että lapsuuden institutionalisoituminen vähentää lasten luontevaa

KUVIO 41.
"TUNNET ITSESI YKSINÄISEKSI." (% 10–29-VUOTIAAT)



oleilua kaupungilla. Kadun leikkipaikkana ovat korvanneet leikkipuistot, päiväkotien pihat ja viralliset leikkipaikat sekä aikaan ja paikkaan sidotut harrastukset. (Mt., 181.) Lapsuutta leimaa ajan ja tilan tiukka sääntely, nuoruutta tilattomuus. Nuorten elämä ja kaupunkitilassa liikkuminen on Koskelan mukaan ikään kuin väärässä paikassa olemista. Tilattomuutta ovat korostaneet hänen mukaansa myös yritykset tuoda nuoret entistä enemmän lasten kasvatuksessa ominaisen tiukan ajan ja tilan sääntelyn piiriin. (Mt., 152–153.)

Yksinäisyyden kokemukset

Yksinäisyyden kokemuksia selvitettiin väitteellä ”Tunnet itsesi yksinäiseksi”. Täysin samaa mieltä väitteen kanssa on vain 1 prosentti, ainakin osittain samaa mieltä 9 prosenttia lapsista ja nuorista. Haastateltujen koko joukossa tyttöjen yksinäisyyden kokemukset ovat hieman yleisempiä kuin poikien (kuvio 41).¹⁵ Edellä nähtiin, että pojat myös raportoivat enemmän läheisiä ystäviä ja kertovat sekä tapaavansa että puhuvansa puhelimessa kavereidensa kanssa useammin kuin tytöt. Sukupuolten väliset erot paikantuvat 15–19 vuoden ikään, jolloin yksinäisyys on tytöillä selvästi yleisempää. Tyttöjen parissa yksinäisyys on yleisintä vähintään 25-vuotiaiden ikäryhmässä, pojilla puolestaan 20–24-vuotiaana.

Koska yksinäisyyden kokemus muodostuu yksilön subjektiivisista tuntemuksista, voi se periaatteessa olla suhteellisen riippumaton todellisten sosiaalisten suhteiden määrästä. Tämä pätee yksilöllisissä tapauksissa, vaikka nyt kerätyssä kyselyaineistossa näkyykin yksinäisyyden kokemuksen selvä yhteys ystävien määrään ja varsinkin tapaamisen säännöllisyyteen (kuvio 41). Päivittäin kavereitaan tapaavien yksinäisyyden kokemukset ovat suhteellisen harvinaisia, eikä säännöllisesti tapaavien joukossa yksinäisyyden kokemuksiin juuri vaikuta edes ystävien määrä. Tapaamistiheydellä on siis ystävien määrää vahvempi yhteys yksinäisyyden kokemuksiin.

Tietokoneen ääressä vietetyn ajan tai kokonaisruutuajan yhteys yksinäisyyteen on voimakas, mutta ei suoraviivainen. Kaikkein yksinäisimpiä ovat ne, jotka viettävät eniten aikaa ruudun äärellä, samoin kuin ne, jotka eivät tee sitä juuri ollenkaan. Tässä katsannossa optimaalinen ruutu-aika on jossain noin yhden ja noin viiden tunnin välillä. Ystävien tapaaminen internetin välityksellä on oma ruutuajan erityismuotonsa. Kiinnostavasti tiivis nettiyhteydenpito ystäviin ei ole yhteydessä yksinäisyyden kokemuksiin. Varsinaisten tapaamisten ja puhelinyhteyden kohdalla yhteys on selvä: säännöllisesti ystäviinsä yhteydessä olevat ovat muita harvemmin yksinäisiä. Miten nettikohtaamiset sitten poikkeavat muista, sitä ei voi yksin kyselyaineiston tilastollisista yhteyksistä päätellä. Vaikka nettiyhteydet olisivat jotenkin toissijaisia korvikkeita kasvokkain tapaamisille, voi netin avulla kuitenkin tutustua ihmisiin ja sopia tapaamisia. Voi myös ajatella, että yksinäiset olisivat vielä yksinäisempiä ilman nettikontaktejaan. Kyselyssä ei myöskään tehty tärkeää erottelua sen välillä, tunteeko nettikaverin muutakin kautta kuin netistä. Yhteyttä muuta kautta tunnettuun ystävään vaikkapa sähköpostitse voinee pitää aidompana sosiaalisuutena kuin keskustelua muuten vieraan kanssa, varsinkin, jos käytössä on jokin salanimi tai hahmo.

Aktiivisesti kuntoliikkuville yksinäisyyden kokemukset ovat hyvin harvinaisia. Edellä (kuvio 4) havaittiin, että ahkerasti liikkuvat myös tapaavat kavereitaan säännöllisemmin. Joidenkin lasten pelastus on harrastusjoukkue, jossa he voivat olla tykättyjä ja arvostettuja, vaikka ovat koulussa yksinäisiä (Juusola 2013). Omissa harrastuksissa päästään olemaan jotain muuta kuin koulun hierarkioissa (Berg 2006, 185).

Liikunnan ulkopuolelta selvitettyjen vapaa-ajan aktiviteettien (vrt. kuvio 34) yhteys yksinäisyyteen on yllättävä. Runsaasti erilaisiin vapaa-ajan aktiviteetteihin osallistuvien parissa on keskimääräistä enemmän itsensä yksinäiseksi kokevia nuoria. Kuviossa 41 nähdään, ettei harrastusten määrällä kuitenkaan ole sen suurempaa yhteyttä läheisten ystävien määrään.

Myöskään kavereiden tapaamistiheyteen ei harrastusten määrällä ole vaikutusta. Aineistossa on siis koko joukko nuoria, joilla on paljon vapaa-ajan toimintaa, harrastuksia ja läheisiä ystäviä – ja jotka silti kokevat itsensä yksinäisiksi!

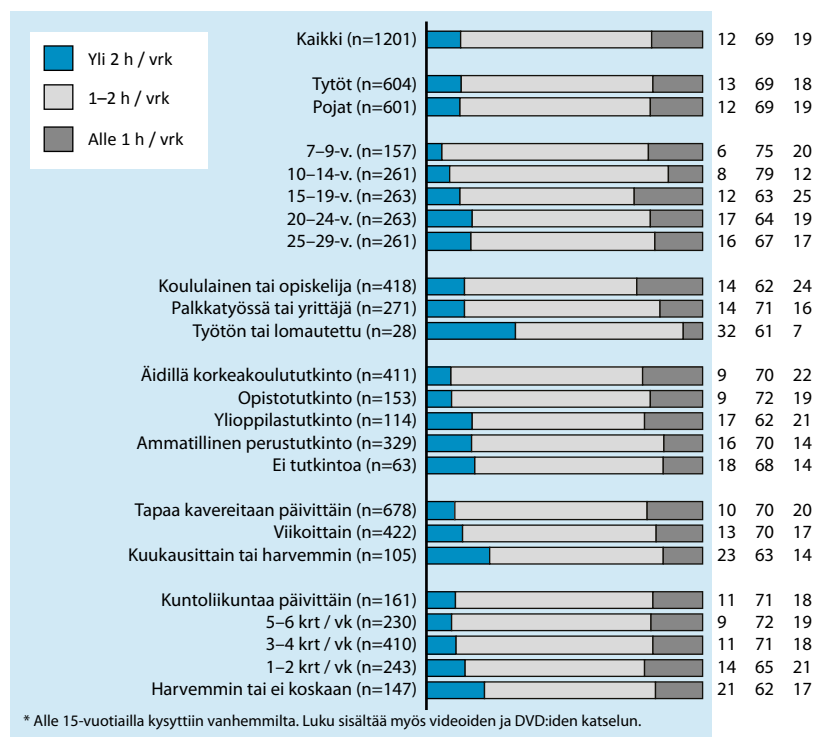
RUUTUAIKA

Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden suositukset päivitettiin Suomessa vuonna 2008. Näissä korostetaan varsinaisen päivittäisen fyysisen aktiivisuuden suosituksen lisäksi myös yhtäjaksoisen istumisen ja päivittäisen ruutuajan enimmäismäärää. 7–18-vuotiaille annetuissa suosituksissa yli kahden tunnin pituisia istumajaksoja tulee välttää. Ruutuakaa viihdemedian ääressä saisi olla korkeintaan kaksi tuntia päivässä. (Nuori Suomi 2008). Suosituksella halutaan välttää ennen kaikkea istuvasta elämäntavasta ja

paikallaan olosta seuraavia terveyshaittoja, kuten ylipainoa, diabetesta ja sydäntauteja. Myös lasten aivojen kehityksen pelätään voivan muuttua liiallisen ruudun ääressä roikkumisen vuoksi. (Husu & Suni 2011.)

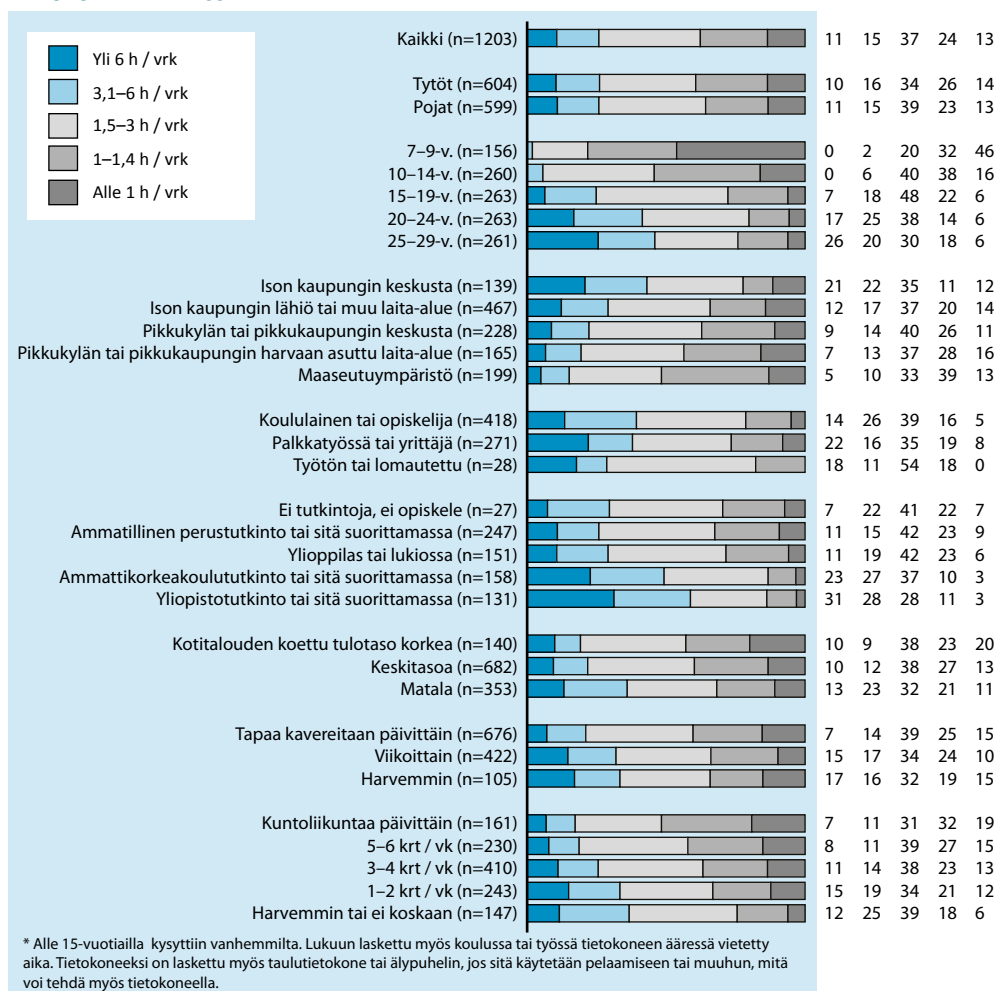
Nyt toteutetussa kyselyssä vastaajia pyydettiin arvioimaan kuinka monta tuntia päivässä he keskimäärin katsovat televisiota. Lisäksi esitettiin sama kysymys koskien keskimääräistä tietokoneen ääressä vietettyä aikaa.¹⁶ Kysymykset osoittautuivat vaikeiksi vastata, ja testihaastatteluiden perusteella päätettiin muuttaa 10–14-vuotiaille kohdistetut kysymykset ruutuajasta vanhempien vastattavaksi. Keskiarvon määrittämisessä oli vaikeuksia myös vanhemmilla vastaajilla, sillä kausivaihtelut ovat suuria sekä viikon, kuukauden että vuoden aikana.¹⁷

KUVIO 42.
TELEVISION KATSOMINEN.*



* Alle 15-vuotiailla kysyttiin vanhemmilta. Luku sisältää myös videoiden ja DVD:iden katselun.

KUVIO 43.
TIETOKONEEN ÄÄRESSÄ PÄIVITTÄIN VIETETTY AIKA.*



Television katselu

Kaikkien lasten ja nuorten television katsoamisen keskiarvo päivässä on 1,5 tuntia (sekä mediaanin että moodin ollessa 1). Tilastokeskuksen ajankäyttötutkimuksen mukaan kaikenikäiset suomalaiset katselivat vuonna 2009 televisiota pääasiallisena toimintona runsaat kaksi tuntia vuorokaudessa (Tilastokeskus 2009). Keskiarvo on usein käyttökelpoinen tapa tiivistää tietoa, mutta se myös hukkaa informaatiota. Siksi kuviossa 42 esitetään myös television katselumäärien perusteella tehtyjen luokkien

jakaumat. Vastaukset painoutuivat tasatunteihin, mistä syystä joudutaan tyytymään kolmeen luokkaan: vähäiseen (alle 1 tunti päivässä), keskimääräiseen (1-2 tuntia päivässä) ja runsaaseen (yli 2 tuntia päivässä) television katseluun.

Kaikista vastaajista 12 % sanoo katsovansa televisiota yli 2 tuntia päivässä. Erityisen paljon tv:tä katsovat työttömät nuoret. Runsas tv:n katselu on myös yhteydessä kavereiden harvaan tapamistahtiin ja äidin matalaan koulutustasoon. Kuntoliikunnan ja tv:n katsomisen välillä ei muuten ole yhteyttä, mutta aineistosta erottuu

terveyssuositusten vastaisesti elävä joukko nuoria, joilla harvemmin kuin kerran viikossa liikumiseen yhdistyy runsas tv:n katselu.

Tietokoneen ääressä vietetty aika

Nuorilla kuluu tietokoneen ääressä jo paljon enemmän aikaa kuin television katsomiseen. Ainoastaan kaikkein nuorimmat, alle 10-vuotiaat, käyttävät enemmän aikaa television kuin tietokoneen parissa. Tietokoneen käyttöaika onkin vahvasti sidoksissa ikään: alle 7–9-vuotiaista vastaajista noin joka toisen arvioitu päivittäinen tietokoneaika ylittää tunnin, kun 25–29-vuotiaista noin puolet käyttää konetta yli 3 tuntia päivässä, neljännes peräti yli 6 tuntia.

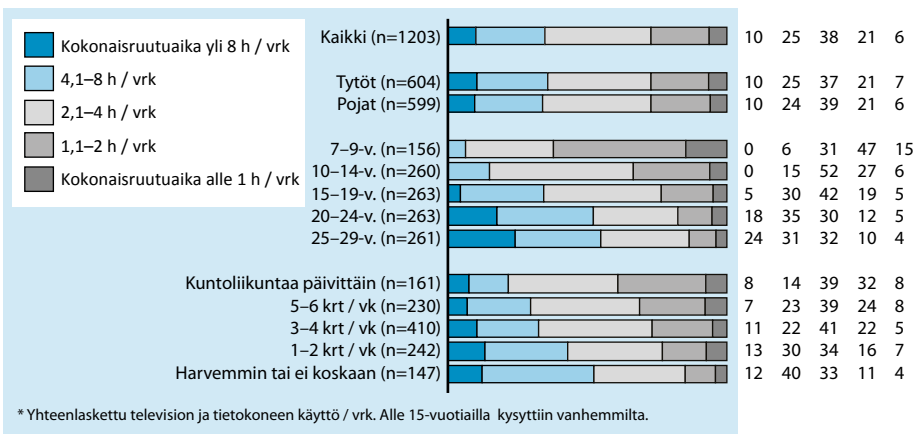
On huomattava, että lukuihin on laskettu mukaan myös koulussa tai työssä tietokoneen ääressä vietetty aika. Tässä ei selvitetty tarkemmin koneen käyttötarkoituksia, mutta aiemman selvityksen mukaan tietokoneen ja netin hyötykäyttö ei ole niin yleistä kuin nettissä surffailu tai sosiaalisen median käyttö, ei ainakaan ennen työelämään astumista (Keskinen & Nyholm 2012, 60). Tilastokeskuksen ajankäyttötutkimuksen mukaan vuonna 2009 alle 25-vuotiaiden poikien tietokoneen parissa vietetystä ajasta lähes puolet kului pelien parissa, tytöillä osuus oli huomattavasti pienempi.

Ajankäyttötutkimuksen trenditiedoista nähdään sekin, että kymmenessä vuodessa tietokoneen käyttö on nuorten ikäryhmissä lisääntynyt, television katsominen ja liikuntaan, ulkoiluun sekä sosiaaliseen kanssakäymiseen käytetty aika puolestaan vähentynyt (Miettinen & Rotkirch 2012, 106–109). Tilastokeskuksen seurannassa tietokone on 2000-luvulla ohittanut television nuorten suosituimpana vapaa-ajanviettovälineenä (Tilastokeskus 2009). Trenditiedoista ei suoraan voi päätellä syy–seuraus-suhteita, mutta tuskin mennään kovin pahasti metsään, jos todetaan tietokoneen syöneen aikaa televisiolta.

Kuviossa 43 tietokoneen käyttöaikaa tarkastellaan taustamuuttujien luokissa. Tyttöjen ja poikien välillä ei ole eroja. Tilastokeskuksen ajankäyttötutkimuksen (mt.) perusteella muutos on ollut tytöillä nopeampaa kuin pojilla, ja nyt kerättyjen tietojen perusteella tytöt ovat siis saavuttaneet pojat koneen päivittäisessä käyttöajassa.

Muista kuvion 43 taustamuuttujista huomiota kiinnittää asuinpaikan vahva yhteys tietokoneen käyttöön. Isojen kaupunkien keskustoissa asuvat käyttävät konetta selvästi enemmän kuin pienempien paikkakuntien nuoret, ja kaikkein vähäisintä käyttö on maaseutuympäristössä (tosin suuremmissa kaupungeissa

KUVIO 44.
KOKONAISRUUTUAIKA PÄIVÄSSÄ.*



asuvien vastaajien korkeampi ikä selittää tästä vaihtelusta osan).

Runsas tietokoneen ääressä vietetty aika on vielä vahvemmin yhteydessä liikunnan vähyyteen kuin runsas tv:n katselu (vrt. kuvio 42). Viime vuosina on ilmestynyt myös fyysistä aktiivisuutta vaativia tietokonepelejä, mutta niiden käytön osuus ruutuajan kokonaisuudessa on marginaalinen.

Kokonaisruutu aika

Tässä ruutu aika tarkoittaa yksinkertaisesti television ja tietokoneen ääressä vietettyä aikaa.¹⁸ Nuorten vapaa-aikatutkimuksessa ei asiaa ole aiemmin selvitetty, joten trenditietoa ei vielä ole. Tilastokeskuksen ajankäyttötutkimuksen perusteella kuitenkin tiedetään lasten ja nuorten ruutuajan kymmenessä vuodessa kasvaneen voimakkaasti (Miettinen & Rotkirch 2012). Nyt koko vastaajajoukossa ruutuajan keskiarvo on 4,3 tuntia päivässä (mediaani 3,5 tuntia, moodi 3 tuntia). Kuviosta 44 nähdään, että suosituksissa käytetyn kahden tunnin päivittaisen ruutuajan raja ylittyy 73 %:lla lapsista ja nuorista. Alle 10-vuotiailla tämä osuus on sentään noin kolmanneksen luokkaa, mutta iän myötä ruutu aika jatkuvasti kasvaa, ja 25–29-vuotiaista jopa 87 %:lla ruutu aika ylittää 2 tuntia.

Runsaaseen ruutu aikaan halutaan puuttua, koska sillä on havaittu yhteyksiä muun muassa yöunien lyhyteen (Keskinen & Nyholm 2012), ylipainoon ja verenpaineeseen (Ullrich-French ym. 2010) ja tuki- ja liikuntaelinoireisiin (Hakala 2012). Hakalan (2012, 98–99) mukaan päivittäinen 1–2 tunnin tietokoneen käyttö aiheutti nuorille niska- ja hartiakipuja ja 4–5 tunnin käyttö alaselkäkipua. Muita oireita olivat päänsärky, silmäoireet sekä käsi-, sormi- ja ranneoireet. Yli kahden tunnin päivittaisen tietokoneen käytön aiheuttamat oireet haittasivat jo nuorten päivittäistä elämää. Myös nyt tehdyssä kyselyssä näkyy, kuinka pitkä ruutu aika on yhteydessä vähäisempään liikunnan harrastamiseen (kuvio 48) ja matalampaan tyytyväisyyteen omaan kuntoon (kuvio 73) ja terveyteen (kuvio 71).

Kuvioon 44 otettiin mukaan vain muutama keskeisin taustamuuttuja, sillä tietokoneen käyttö muodostaa valtaosan kokonaisruutu ajasta, ja kuvion 43 taustamuuttujittaiset erot pätevät pitkälti myös tässä. Edellä (kuviot 42 ja 43) nähtiin sekä television että tietokoneen runsaan käytön olevan yhteydessä ystävien harvempaan tapaa-mistahtiin. Tämä ei kuitenkaan välttämättä anna koko kuvaa vaikutuksista sosiaaliseen elämään, sillä netissä käytetty aika on yhä enemmän myös kanssakäymistä kavereiden kanssa (ks. kuvio 18). Television kohdalla on käymässä pikem-minkin toisin päin, sillä aiemmin perhettä yh-teen kokoava tv ei televisioiden määrän lisääntymisen ja katsomistapojen eriytymisen aikana välttämättä ole sitä enää, etenkin kun useita televisioita on yleisimmin nimenomaan lapsi-perheissä (Liikkanen 2004, 88).

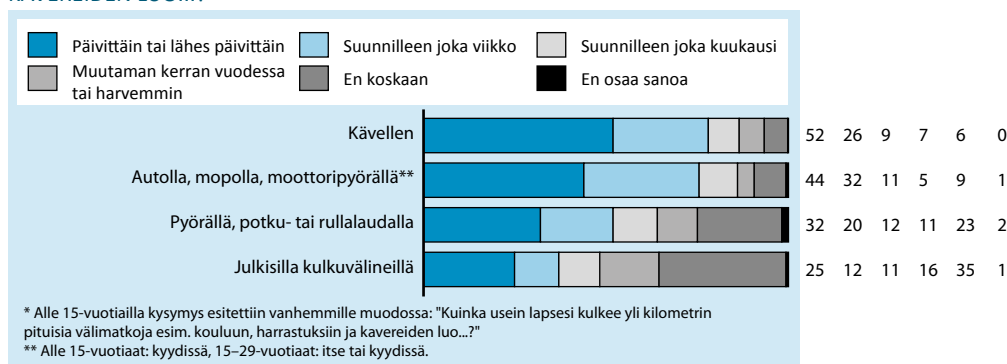
YLI KILOMETRIN VÄLIMATKOJEN TAITTAMISEN ARKISET TAVAT

Nuorten liikuntamäärien ja fyysisen kunnon seurannassa nähdään vastakkaisia trendejä. Samaa aikaan kun kuntoliikunta ja etenkin urheiluseuraliikunta ovat Nuorten terveystapatutkimusten mukaan lisääntyneet, on fyysinen kunto heikentynyt.¹⁹ Osaselitys tälle ristiriitaiselta vaikuttavalle kehitykselle voi olla liikuntamuotojen repertuaarin monipuolistumisessa ja siirtymässä kestävyysurheilusta kohti muunlaisia aktiviteetteja. Luultavasti vielä suurempi vaikutus on nuorten hyöty- ja arkiliikunnan vähenemisellä, jota eri lajien lisääntynyt harjoittaminen ei riitä kompensoimaan. Yksi lapsuuden muutosta kuvaava trendi on autonkuljettajanvanhemmuuden nousu: vanhemmat kuljettavat yhä useammin lapsiaan paikasta toiseen (Koskela 2009).

Nuorten arki- ja hyötyliikunnan määriä selvitettiin hiljan vuoden 2012 Nuorisobarometrin (Myllyniemi 2012, 52–59), eikä sitä siten ole syytä toistaa tässä. Sen sijaan hyötyliikkumisen seurantaan haluttiin konkretiaa kysymällä yli kilometrin pituisten välimatkojen kulkemisen tapoja. Samalla saadaan tietoa lasten ja nuorten liikkumisesta ylipäätään, ei vain

KUVIO 45.

"KUINKA USEIN KULJET YLI KILOMETRIN PITUISIA VÄLIMATKOJA ESIM. KOULUUN, HARRASTUKSIIN JA KAVEREIDEN LUO...?" *



kuntoilun merkityksessä. Kilometrin mittaisen matkan kulkemiseen reippaasti kävelen kuluu noin 10 minuuttia, joten matkan alarajan pituus tulee liikuntasuosituksista, jonka mukaan lasten ja nuorten liikunnan tulisi koostua vähintään 10 minuutin yhtäjaksoisista pätkistä (Nuori Suomi 2008).

Kuvioon 45 on koottu selvitettyjen liikkumisen tapojen säännöllisyys. Vastaajista reilu puolet (52 %) kävelee yli kilometrin välimatkoja päivittäin tai lähes päivittäin, lisäksi viikoittain kävelee noin neljännes. Tytöissä on enemmän (56 %) päivittäisiä kävelijöitä kuin pojissa (49 %). Poikien joukossa on peräti 17 % sellaisia, jotka kävelevät vain muutaman kerran vuodessa tai ei koskaan, tytöistä näin vähän käveleviä on 10 %. Iällä ei ole yhteyttä yli kilometrin kävelymatkojen yleisyyteen.

Pääkaupunkiseudulla ja ylipäätään kaupungeissa kävellään enemmän kuin harvemmin asutuissa kunnissa. Maaseutumaaisessa elinympäristössä myös julkisilla kulkuvälineillä liikkuminen on harvinaisempaa, ja tyypillisin menopeli on auto, mopo tai moottoripyörä. Tämä on hyvin ymmärrettävää, sillä Suomen maaseudulla etäisyydet ovat usein liian pitkiä jalan kuljettavaksi, eikä julkisen liikenteen verkostokaan ole niin kattava kuin kaupungeissa.

Pyörällä, potku- tai rullalaudalla liikkuu yli kilometrin välimatkoja päivittäin tai lähes päivittäin kolmannes, viikoittain viidesosa. Nämä

kulkevat olivat suhteellisesti kävelyä harvinaisempia myös siinä suhteessa, että vajaa neljännes ei käyttänyt näitä lainkaan. Käytännössä polkupyörä on kulkuvälineenä ylivoimaisesti tavallisempi kuin potku- tai rullalauta, joten tässä puhutaan yleiskäsitteenä pyörästä. Pyörällä kulkevat usein etenkin 10–14-vuotiaat (61 % päivittäin). Asuinympäristön mukaisessa vertailussa pyörällä liikkuminen on harvinaisinta toisaalta maaseutumaaisessa ympäristössä asuvilla, toisaalta suuren kaupungin keskustoissa asuvilla lapsilla ja nuorilla. Maaseudulla tätä selittänevät pitkät etäisyydet, keskustoissa puolestaan paremmin toimiva julkinen liikenne, miksei myös puutteelliset kevyen liikenteen väylät ja pyöräilyn vaarallisuus.

Lapset ja nuoret, jotka kuntoliikkuvat aktiivisesti, myös kulkevat arkisia matkojaan muita useammin kävelen tai pyörällä. Osaltaan näissä tuloksissa voi olla päällekkäisyyttä, sillä etenkin pyöräily voi olla myös määritelmän mukainen hikoilua ja hengästystä aiheuttava kuntoliikuntamuoto. Tärkeämpi selitys lienee kuitenkin aktiivisuuden kasaantuminen: aktiivisesti kuntoilevat myös arki- ja hyötyliikkuvat muita enemmän. Eri liikkumisen tapojen vahva yhteys toisiinsa havaittiin selvästi esimerkiksi 2012 Nuorisobarometrissa (Myllyniemi 2012, 57). Kenties jo lasten ja nuorten ikäryhmissä tämän ilmiön taustalla on myös itseään vahvistavan prosessin logiikka, eli se, että jo ennestään

hyvässä kunnossa olevan on helpompi lähteä liikkeelle ja parantaa kuntoa entisestään. Ja kääntäen: kuntoliikuntaa harrastamattomien heikompi kunto vähentää liikunnallisuuden todennäköisyyttä myös arkisissa tilanteissa, kuten kulkuvälineen valinnassa. Nyt saaduissa tuloksissa on kiinnostavaa, että kuvion 45 menopeleistä vain pyörällä liikkuminen on yhteydessä siihen, kuinka tyytyväisiä lapset ja nuoret omaan kuntoonsa ja terveyteensä ovat. Säännöllisesti pyöräilevät (tai potku- tai rullalautailivat) kokevat itsensä muita terveemmiksi ja parempikuntoisiksi myös kun kuntoliikunnan määrää vakioidaan.

Neljännes vastaajista kulkee julkisilla kulkuneuvoilla päivittäin, ja reilu kolmannes (35 %) ei käytä julkisia lainkaan. Päivittäin matkojaan julkisilla kulkevat etenkin 15–19-vuotiaat (37 %). Tytöt ovat aktiivisempia julkisen liikenteen käyttäjiä (tytöistä päivittäin 28 %, vähintään viikoittain 42 %, pojista päivittäin 22 %, vähintään viikoittain 42 %).

Tytöt siis liikkuvat poikia useammin julkisilla kulkuvälineillä, pojat puolestaan kulkevat tyttöjä enemmän autolla, mopolla tai moottoripyörällä (päivittäin pojista 49 %, tytöistä 39 %).¹⁹ 25–29-vuotiaista jo yli puolet (53 %) käyttää näitä kulkuvälineitä päivittäin. 7–14-vuotiaista vanhempiensa kyydissä kulkee päivittäin

39 % vastaajista, vähintään viikoittain 76 %. Infrastruktuurin merkityksestä kertoo se, että isojen kaupunkien keskustoissa asuvista lapsista 63 % kulkee päivittäin tai viikoittain vanhempiensa autokyydillä, mutta maaseutuympäristön lapsista osuus on peräti 86 %.

Kouluikäisten päivittäistä liikkumista määrittää omaehtoisen aktiivisuuden lisäksi pitkälti myös kouluverkoston tiheys.²⁰ Pitkät välimatkat pakottavat yhä useamman kulkemaan koulumatkat muilla keinoin kuin jalan tai polkupyörällä. Kouluverkoston supistuessa pitkät välimatkat koskettavat yhä useampaa nuorta ja vie nuoria pois myös harrastusyhteisöistä. Myös kuntaliitokset muuttavat nuorisokulttuurista painopistettä ja voivat osaltaan tuottaa eriarvoisuutta. Konkreettisen kuvan kuntaliitosten merkityksestä nuorille saa, kun tarkastelee, miten etäisyys omasta koulusta vaikuttaa nuorten näkemyksiin kaupunkinsa kehittämisen kohteista. Selvityksessä kuntaliitosten vaikutuksista nuoriin nosti aivan keskustassa sijaitsevan koulun oppilaista vain viisi prosenttia esiin kouluyhteyksien parantamisen, kauimpana sijaitsevan koulun oppilaista jo seitsemäntoista prosenttia. Nuorille, jotka eivät saa ajaa autolla, tärkeitä selvityksen mukaan ovat kevyen liikenteen väylät, polkupyörät ja mopot sekä bussivuorot. (Härnsten 2013; Kivilakoski & Kivijärvi 2012.)

LIKKUMINEN

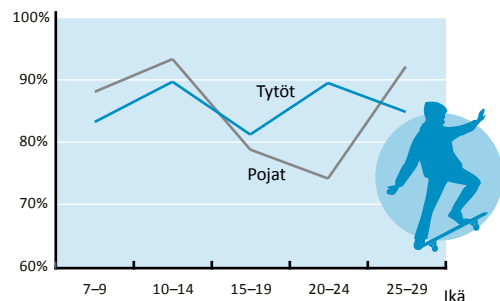
Kaikista vastaajista 86 prosenttia sanoo harrastavansa jotain liikuntaa²² (asiaa selvitetiin kysymyksellä ”Harrastatko nykyisin jotain, aivan mitä tahansa liikuntaa?”, ks. liitteen 1 K43). Liikuntaharrastuksen yleisyyden vertaaminen kuvioon 33 ja aivan minkä tahansa asian harrastamiseen saattaa herättää ihmetystä, sillä liikuntaharrastus nimittäin näyttää yhtä yleiseltä kuin ylipäätään jonkin harrastaminen. Aineistossa on kaikkiaan noin 8 prosenttia sellaisiakin, jotka sanovat harrastavansa liikuntaa, vaikkei heillä mielestään ole mitään harrastuksia. Epäsuhta johtuu siitä, ettei ”harrastuksia” määriteltä mitenkään, kun taas liikuntaharrastuksista kysyttäessä vastaajille esitettiin seuraava tarkennus: ”Liikunnalla tässä kyselyssä ei tarkoiteta pelkästään erilaisia urheilulajeja, vaan kaikkea liikkumista ja liikuntaa, myös sellaista, jota teet itsekseksi tai kavereiden kanssa. Esimerkiksi liikkuminen kävellen, juosten, polkupyörällä, potkulaudalla, rullaluistimilla, suksilla tai muulla vastaavalla lasketaan liikunnaksi.” Niinpä on järkevää tulkita vastaajien käsityksen ”harrastuksista” muuttuneen kattavammaksi annetun liikunnan määritelmän myötä.²³

Kokonaisuutena tyttöjen ja poikien välillä ei ole eroja liikuntaharrastusten yleisyydessä. Kuitenkin kun liikuntaa harrastavien osuudet esitetään ryhmiteltyinä sekä iän että sukupuolen mukaan, nähdään poikien jyrkempi aktiivisuuden lasku teini-iässä (kuvio 46). Liikuntaa harrastavien poikien osuus pysyy matalana vielä 20–24-vuotiaidenkin ikäryhmässä, mutta nousee sitten kolmeakymmentä ikävuotta lähestyttäessä yli 90 prosentin. Tyttöillä harrastuksen yleisyys pysyy tasaisemmin 80–90 %:n välillä koko ikäjakaumalla.

Yleisintä liikuntaharrastus on 10–14-vuotiaiden ikäryhmässä. Teini-iässä osa lopettaa harrastuksen, mutta 20 ikävuoden jälkeen osuus taas lisääntyy. Tarkemman kuvan iän mukaisesti liikunta-aktiivisuudesta saa kuntoliikunnan säännöllisyyttä kuvaavasta kuviosta 48. Myös kuntoliikunnan, eli hikoilua ja hengästymistä aiheuttavan liikkumisen määrä laskee teini-iässä, mutta toisin kuin liikuntaharrastukset yleisellä tasolla kysyttynä, kuntoliikunta ei käänny kasvun päälle parikymppisillä. Tämä voi liittyä niihin liikunnan muotoihin, joita etenkin yli 20-vuotiaat vastaajat harrastavat (lenkkeily ja kävely, ks. taulukot 7–11). Merkitystä on myös sillä, kuinka eri-ikäiset ymmärtävät liikunnan harrastamisen. Haastattelijat raportoivat kaikin nuorimpien helposti ymmärtäneen harrastamisen nimenomaan järjestettynä tai ohjattuna seuroissa tapahtuvana toimintana, kun taas vanhemmat vastaajat käsittivät yleisemmin liikunnaksi myös koiranulkoilutuksen ja lumilautailun.

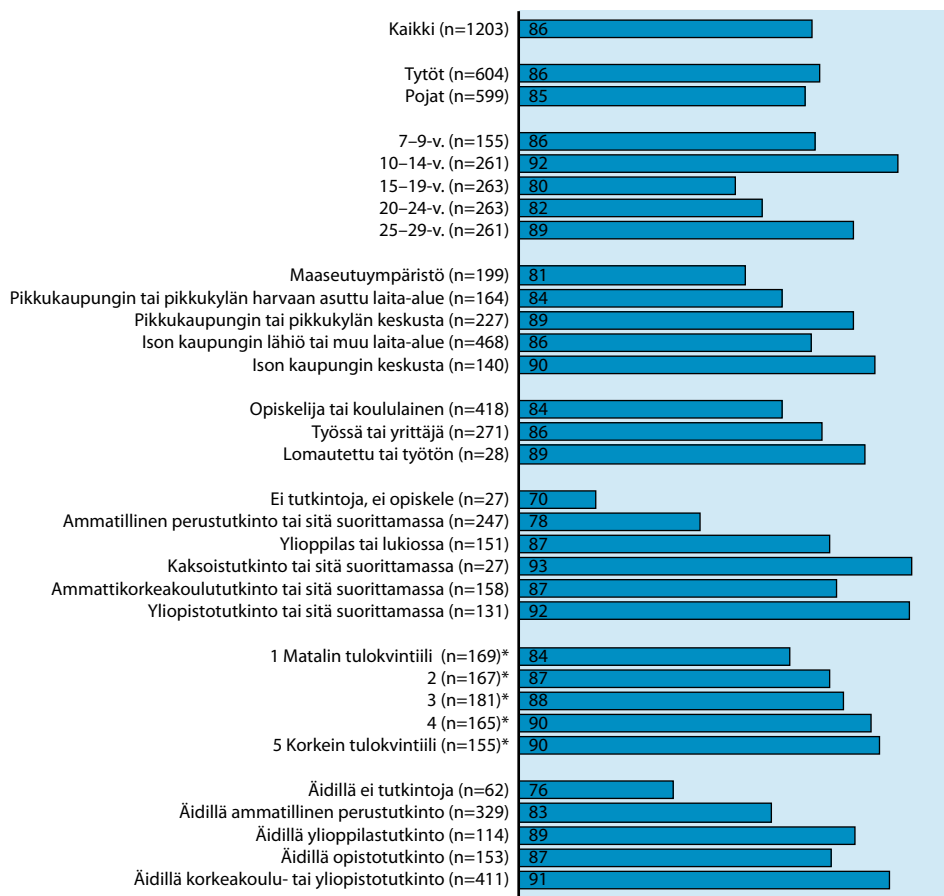
Suuralueen tai kuntatyyppin mukaisia eroja ei ole, vaan liikuntaharrastus on yhtä yleistä niin etelässä kuin pohjoisessa, maaseudulla ja

KUVIO 46.
”HARRASTATKO NYKYISIN JOTAIN, AIVAN MITÄ TAHANSA LIIKUNTAA?” KYLLÄ-VASTAUSTEN %-OSUUS.



KUVIO 47.

"HARRASTATKO NYKYISIN JOTAIN, AIVAN MITÄ TAHANSA LIIKUNTAA?" (KYLLÄ-VASTAUSTEN %-OSUUDET.)



* Ekvivalentti tulo on laskettu jakamalla kotitalouden käytettävissä olevat tulot talouden kulutusyksiköiden määrällä. Kvintiilit on muodostettu siten, että kussakin viidessä tuloluokassa olisi suunnilleen sama määrä vastaajia. Tulorajat ovat seuraavat: 1 = enintään 10 000 euroa / vuosi, 2 = 10 001–6 666 euroa / vuosi, 3 = 16 667–5 000 euroa / vuosi, 4 = 25 001–35 714 euroa / vuosi, 5 = yli 35 714 euroa / vuosi.

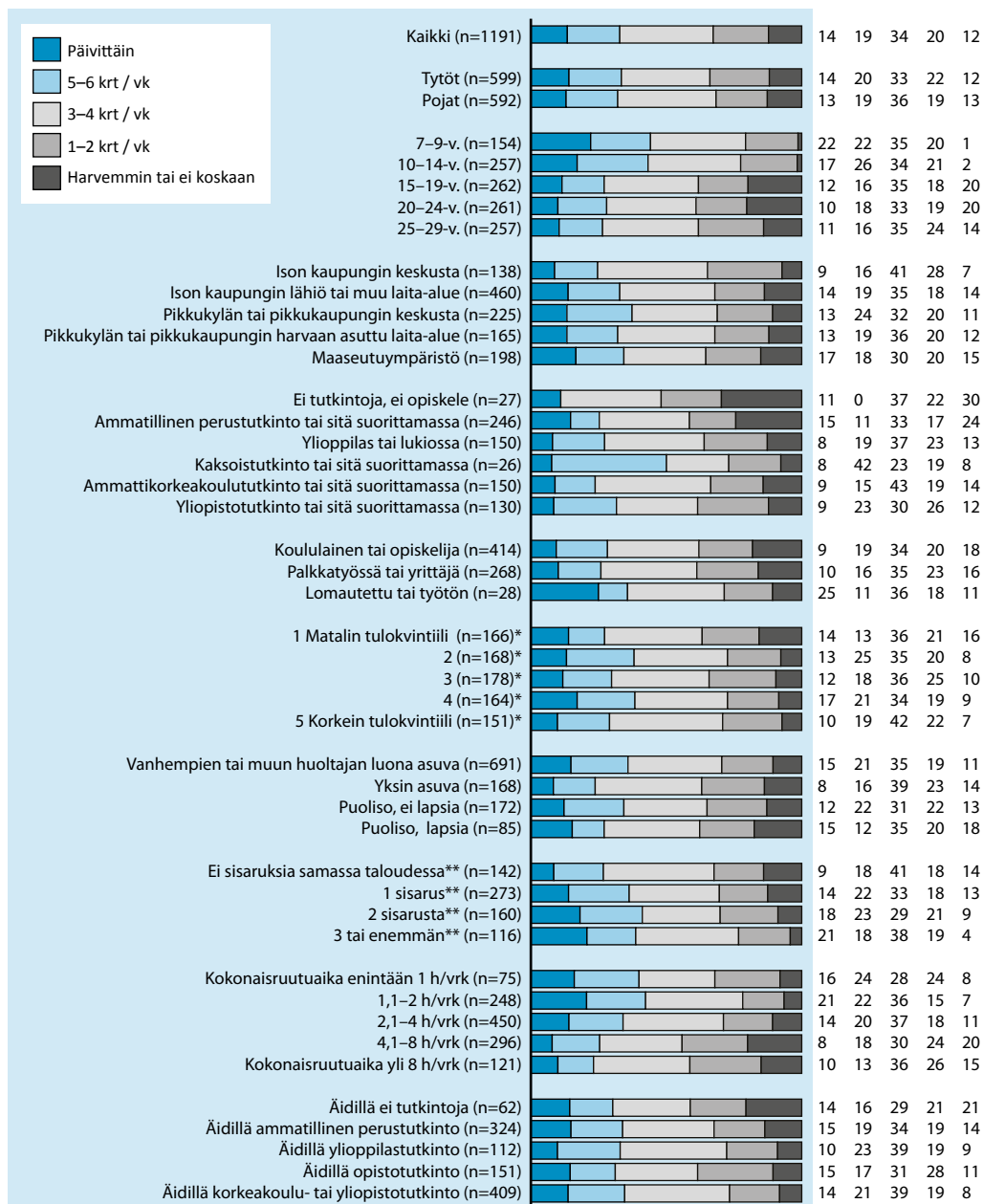
kaupungeissa. Sen sijaan vastaajan kokemuksella välittömästä asuinalueestaan on merkitystä. Liikunnan harrastaminen on jonkin verran yleisempää isojen kaupunkien keskustoissa asuvilla lapsilla ja nuorilla, harvinaisempaa puolestaan maaseutuympäristössä asuvilla.

Koulutustasolla on vahva yhteys liikunta-harrastuksiin. Liikuntaa harrastamattomia on eniten niiden keskuudessa, jotka eivät opiskele ja joilla ei ole peruskoulun jälkeisiä tutkintoja (30 %). Suhteellisen paljon liikumattomia on

myös ammatillisen tutkinnon suorittaneissa tai parhaillaan sitä suorittavissa (22 %). Yliopisto-tutkintoa suorittavilla tai jo suorittaneilla lii-kuntaa harrastamattomien osuus on alle 10 %. Myös äidin koulutus on vahvasti yhteydessä siihen, onko lapsella liikuntaharrastusta. Kunto-liikunnan säännöllisyyden kanssa yhteys on vähemmän suoraviivainen: matalammin kou-luttautuneiden äitien jälkeläiset liikkuvat muita harvemmin viikoittain, mutta tätä tiivimpään kuntoliikkumiseen ei äidin koulutustaso enää

KUVIO 48.

”KUINKA MONENA PÄIVÄNÄ VIIKOSSA HARRASTAT LIIKUNTAA VÄHINTÄÄN PUOLI TUNTIA KERRALLAAN NIIN, ETTÄ AINAKIN LIEVÄSTI HENGÄSTYT JA HIKOILET?” (%)



Alle 15-vuotiaiden liikuntafrekvenssi kysyttiin vanhemmilta.

*Ekvivalentti tulo on laskettu jakamalla kotitalouden käytettävissä olevat tulot talouden kulutusyksiköiden määrällä.

Kvinttiilit on muodostettu siten, että kussakin viidessä tuloluokassa olisi suunnilleen sama määrä vastaajia. Tulorajat ovat seuraavat: 1 = enintään 10 000 euroa / vuosi, 2 = 10 001–16 666 euroa / vuosi, 3 = 16 667–25 000 euroa / vuosi,

4 = 25 001–35 714 euroa / vuosi, 5 = yli 35 714 euroa / vuosi.

** Luvuissa mukana vain lapsuudenkodissa yhä asuvat.

ole yhteydessä. Talouden yhteenlaskettujen vuosittaisten bruttotulojen mukaiset erot ovat suhteellisen selviä: liikkumattomia on eniten alimmissa tuloluokissa.

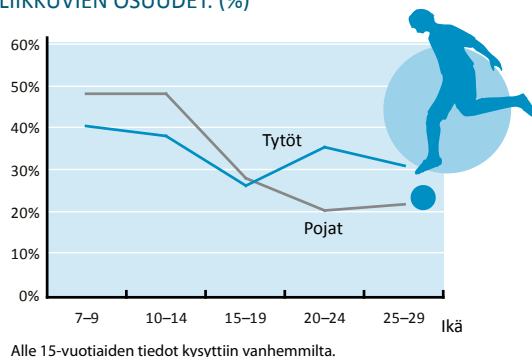
LIIKUNNAN SÄÄNNÖLLISYYS

Liikunnan säännöllisyyttä ja frekvenssiä selvitettiin kysymyksellä ”Kuinka monena päivänä viikossa harrastat liikuntaa vähintään puoli tuntia kerrallaan niin, että ainakin lievästi hengästyt ja hikoilet?” Vähintään puoli tuntia kestävä rasitus on vakiintunut kuntoliikunnan määritelmä ja teknisluonteisuudestaan huolimatta kelvollinen tapa yhdenmukaistaa liikkumisen kirjoa mitattaviksi kyselyvastauksiksi. Haastateltavia pyydettiin arvioimaan liikkumisensa keskimäärin vuoden aikana, mutta suurten kausivaihtelujen vuoksi keskiarvon määrittäminen oli osalle haastateltavista vaikeaa.

Vastaajista 14 % sanoo harrastavansa päivittäin vähintään puoli tuntia kerrallaan hengästytävää ja hikoiluttavaa liikuntaa (kuvio 48). Sukupuolella ei ole merkitsevää yhteyttä vastauksiin, ei myöskään asuinpaikalla. Vastaajan koulutustason yhteys kuntoliikuntaan on selvä, mutta se näkyy varsinkin vähän tai ei ollenkaan liikkuvien osuudessa, ei niinkään siinä, liikutaanko 4 vai 7 päivänä viikossa. Sama pätee äidin koulutukseen: korkeammin koulutettujen lapset harrastavat todennäköisemmin liikuntaa, mutta kuntoliikunnan säännöllisyyteen vaikutus on mitätön (vrt. kuvio 47)²⁴. Edelleen vanhempien kanssa asuvien taustoista huomiota herättää saman katon alla asuvien sisarusten määrä. Mitä useampi sisarus, sitä aktiivisempaa on kuntoliikunta.

Iän lisääntyessä yhä harvempi siis harrastaa päivittäistä hikiliikuntaa, 7–9-vuotiaista päivittäin liikkuu vielä 22 %, mutta 20–29-vuotiaista enää 11 %. Kuviossa 49 esitetään vähintään 5 kertaa viikossa kuntoliikkuvien osuudet (tämä on esimerkiksi Nuorten terveystapatutkimuksen riittävän liikkumisen kriteeri). Nähdään, että pojilla aktiivisen hikiliikkumisen väheneminen on radikaalimpaa kuin tytöillä.

KUVIO 49.
VÄHINTÄÄN 5 KERTAA VIIKOSSA KUNTO-
LIKKUVIEN OSUUDET. (%)



Nuorten liikunnan määrän jyrkkä väheneminen 10 ja 18 ikävuoden välillä on havaittu myös esimerkiksi kouluterveyskyselyissä²⁵, Nuorten terveystapatutkimuksissa²⁶, Kansallisessa liikuntatutkimuksessa (2006, 7–8; 2010, 32), Nuorisobarometrissa 2012 (Myllyniemi 2012), Maailman terveysjärjestön WHO:n koordinoimassa koululaistutkimuksessa (Fogelholm ym. 2007, 35; Samdal ym. 2006). Ilmiö on havaittu myös pitkittäistutkimuksissa, joissa samoja lapsia ja nuoria on seurattu säännöllisin väliajoin toistuvien kyselyin (Telama ym. 2000, Yli-Piipari 2011, Dumith ym. 2011, Salmela 2006). Kymmenen ikävuoden jälkeen sekä osallistuminen seuratoimintaan että vapaa-ajan liikkuminen vähenyvät samanaikaisesti ja radikaalisti. Fyysisen liikkumisen väheneminen varhaisiäissä on poikkeuksellisen vahvaa Suomessa (Currie ym. 2012, 130–131; Siivonen 2011, 5).

Valaisun saamiseksi tähän negatiiviseen suomalaiseen erityispiirteeseen kyselyssä selvitettiin niin yleisiä syitä olla liikkumatta kuin erityisiä syitä lopettaa liikkuminen nimenomaan urheiluseurassa (kuviot 59 ja 60). Kokonaiskuva tarkentuu vielä tarkasteltaessa sitä missä, kenen kanssa ja millä motiiveilla liikkuminen eri-ikäisillä tapahtuu (kuviot 52–58).

Aiemman tutkimuksen mukaan omatoiminen liikunta säilyy murrosiässä ohjattua liikuntaa paremmin (Husu & Suni 2011, 24). Hieman vanhempien, 15–29-vuotiaiden nuorten ikäryhmissä on puolestaan havaittu arkiliikunnan

vähenevän vielä kuntoliikuntaakin jyrkemmin (Myllyniemi 2012). Fyysisen työn ja muun arki- ja hyötyliikunnan vähenemisen seurauksena kunnosta huolehtiminen on yhä enemmän oman vapaa-ajan aktiivisuuden varassa. 25 vuoden seurantatutkimuksen mukaan vapaa-ajan fyysinen aktiivisuus määrittää kuntoa enemmän kuin aiemmin, ja nuorten kunnan polarisaatio on lisääntynyt 1970-luvulta 2000-luvulle (Huotari 2012). Toisin sanoen hyväkuntoisimpien ja huonokuntoisimpien erot ovat kasvaneet. Nyt kerättyjen tietojen merkityksen kannalta kiinnostavasti seurantatutkimus osoittaa, että nuoruusiän fyysinen kunto ennustaa liikunnallisesti aikuisiän aktiivista vapaa-aikaa pojille, mutta ei tytöille (mt.).

Riittävän liikunnan tasosta on erilaisia suosituksia, joita käyttämällä voidaan saada hyvin erilaisia tuloksia riittävästi liikkuvien määristä. Esimerkiksi Nuorten terveystapatutkimuksissa riittäväksi liikunnaksi arvioidaan yhteensä vähintään viisi kertaa viikossa tapahtuva vapaa-ajan liikunta, Sosiaali- ja terveysministeriön liikuntasuositus on ainakin kolme kertaa viikossa (Fogelholm ym. 2007). Valtion ravitsemusneuvottelukunta suositaa aikuiselle päivittäistä vähintään 30 minuuttia kestävää kohtuullisen kuormittavaa liikuntaa. Tarkasti ottaen tämän päivittäisen riittävän liikunnan määritelmän siis täyttäisi kyselyn ”aikuisista” (tässä 20–29-vuotiaista) nuorista vain 10 %, vähintään viidesti viikossa liikkuvia on sentään 27 %.

Lapsille annettu terveyslääkuntasuositus on vielä suurempi: mahdollisimman monipuolista liikuntaa vähintään tunti päivässä, mielellään enemmän. Kansallisten lasten ja nuorten liikuntasuosituksen päivityksen mukaan fyysisen aktiivisuuden perussuositus kaikille kouluikäisille, 7–18-vuotiaille, on vähintään 1–2 tuntia liikuntaa päivittäin monipuolisesti ja ikään sopivalla tavalla. Lisäksi suosituksissa linjataan, että yli kahden tunnin pituisia istumiskasjoja tulee välttää ja että ruutu-aikaa viihdemedian ääressä saa olla korkeintaan kaksi tuntia päivässä (ruutuajasta ks. kuvio 44). (Husu & Suni 2011; Nuori Suomi 2008.)

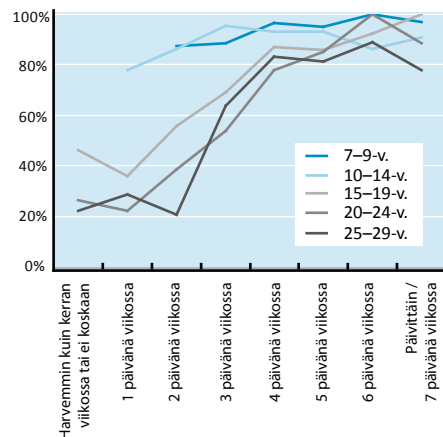
Riittävästi liikkuvien osuuden arviointi on herkkä käytettävän kriteerin suhteen, eikä Nuorten vapaa-aikatutkimuksessa ole tarpeen ottaa niihin tarkemmin kantaa. Vaikka kyselyä ei ole räätälöity liikuntasuosituksen täyttymisen seuraamiseksi, voidaan kuitenkin päätellä, että suurella osalla varsinkaan vanhimmista haastelluista suositukset eivät täyty (ks. kuviot 48 ja 49).

Oma arvio liikunnan riittävydestä

Kysymys ”Liikutko omasta mielestäsi riittävästi?” esitettiin kaikista liikunta-aiheisista kysymyksistä ensimmäisenä (liitteen 1 kysymys 42). Kysymysjärjestyksellä voi olla merkitystä, sillä yksityiskohtaiset tiedustelut liikkumisen säännöllisyydestä, lajeista, paikoista ja motiiveista oletettavasti virittävät vastaajaa pohtimaan omaa fyysistä aktiivisuuttaan. Sijoittamalla riittävän liikunnan kokemus alkuun tavoiteltiin vastauksiin eräänlaista spontaanisuutta.

Vastaajista 71 % vastasi liikkuvansa omasta mielestään riittävästi, 27 % puolestaan ei. Kokemus riittävästi liikkumisesta on sitä yleisempi, mitä useammin kuntoliikuntaa harastetaan. Tämä lienee selvio, eikä kytköksen

KUVIO 50.
OMASTA MIELESTÄÄN RIITTÄVÄSTI LIKKUVIEN OSUUS. RYHMITTELY KUNTOLIIKUNNAN MÄÄRÄN JA IÄN MUKAAN. (%)



voimakkuuden takia ole tarpeen esittää erikseen taustamuuttujien mukaista kuviota, sillä kuvion 48 tiedot kuntoliikunnan säännöllisyydestä pätevät pitkälle myös kokemukseen liikunnan riittävydestä. Kaikkein nuorimmat vastaajat katsoivat muita useammin liikkuvansa riittävästi. Kun alle 15-vuotiaista yhdeksän kymmenestä katsoi liikkuvansa riittävästi, 15–19-vuotiaista näin teki enää seitsemän kymmenestä, ja 20–29-vuotiaista riittävästi katsoi liikkuvansa enää vähän yli puolet. Kun tarkastellaan iän myötä väheneviä kuntoliikunnan määriä (kuvio 48), vähenevä riittävän liikkumisen kokemus vaikuttaa myös hyvin perustellulta.

Kuntoliikunnan säännöllisyys ja arvio sen riittävydestä

Kuviossa 50 tarkastellaan sitä, mikä fyysisen aktiivisuuden taso koetaan riittäväksi. Aktiivisuuden kasvaessa neljään kuntoliikuntakertaan viikossa mielestään riittävästi liikkuu noin yhdeksän kymmenestä, eikä kokemus kuntoliikunnan riittävydestä tästä juuri enää nouse. Koko 7–29-vuotiaiden ikäryhmässä riittäväksi koetuksi tasoksi näyttää siis riittävän noin neljä kertaa viikossa.

Riittävästi liikkumisen kokemusten yhteydet varsinaiseen liikkumismäärään ovat samantapaisia tytöillä ja pojilla. Eri-ikäiset sen sijaan kokevat riittävän liikkumisen tason eri tavoin. Kuviossa 50 esitetään yhtä aikaa ikä, riittävästi liikkuminen ja kuntoliikunnan säännöllisyys (määriteltynä vähintään puoli tuntia kerrallaan hengästymistä ja hikoilua aiheuttavaksi liikunnaksi). Esittämällä ikäryhmät erillään saadaan näkyväksi se, että vanhemmilla vastaajilla kokemus riittävästä liikunnasta on varsin suoraan viivaisesti yhteydessä kuntoliikunnan määrään, kun taas alle 15-vuotiailla tällaista kytköstä ei ole. Havaintoa voi tulkita kahdesta suunnasta. Yhtäältä kaikkein nuorimmilla arkinen fyysinen aktiviteetti, kuten leikkiminen, koulumatkojen käveleminen ja niin edelleen on varmasti yleisempää. Näin ajateltuna heidän kokemuksensa liikunnan riittävydestä voi olla aivan realistinen.

Toisaalta voidaan tulkita, että vanhemmat vastaajat ovat tietoisempia liikuntasuosituksista ja liikunnan terveysvaikutuksista, jolloin he myös ovat tietoisia siitä, että eivät liiku suositusten mukaisesti.

Liikuntanelikenttä

Vastaajien liikkumisen säännöllisyys ja heidän kokemuksensa oman liikkumisen riittävydestä ovat siis hyvin vahvasti yhteydessä toisiinsa. Aivan kaikki säännöllisesti liikkuvat nuoret eivät kuitenkaan koe liikkuvansa riittävästi. Toisaalta joukossa on myös niitä, jota pitävät satunnaisempaakin kuntoliikuntaa riittävänä. Yhdistämällä liikkumisfrekvenssi kokemukseen liikunnan riittävydestä saadaan oheinen nelikenttä, jossa ovat mukana myös nämä epätodennäköisemmät yhdistelmät (taulukko 3). Taulukossa säännölliseksi kuntoliikunnaksi on määritelty vähintään neljä kertaa viikossa, joka on kuvion 50 perusteella se aktiivisuuden taso, jonka jälkeen ei kokemus liikunnan riittävydestä juuri enää kasva.

Näin määriteltynä vajaa puolet (43 %) nuorista sekä liikkuu säännöllisesti että pitää liikuntaansa riittävänä. Tässä joukossa on suhteellisen paljon alle 15-vuotiaita. Liikkumisen motiivien (vrt. kuvio 58) mukaisessa vertailussa näyttää siltä, että tässä ryhmässä korostuu liikkumisen ilo ja sosiaalisuus, mutta toisaalta myös kilpailemisen ja voittamisen halu.

Vajaa kolmannes (29 %) on mielestään riittävästi liikkuvia, joiden kuntoliikunta on kuitenkin epäsäännöllistä. He ovat selvästi tyytyväisempiä omaan kuntoonsa ja terveyteensä kuin ne, jotka kuntoliikkuvat aktiivisemmin, mutta eivät mielestään riittävästi. Tässä katsannossa oma kokemus liikunnan riittävydestä siis vaikuttaa jopa tärkeämmältä kuin kuntoliikunnan säännöllisyys. Nämä vastaajat ovat kuitenkin keskimääräistä nuorempia, mikä selittää kuntoon ja terveyteen tyytyväisyyden (ks. kuviot 71 ja 73). Taustalla on iän lisäksi todennäköisesti lasten tilastoissa näkymättömäksi jäävä arkiliikuminen.

TAULUKKO 3.

LIIKUNTANELIKENTTÄ. RYHMITELTY SEN MUKAAN, KUINKA USEIN KUNTOLIIKKUU JA KOKEEKO LIIKUNTANSA RIITTÄVÄKSI. (%)

		KUNTOLIIKUNNAN SÄÄNNÖLLISYYS		
		Ainakin 4 krt / viikko	Harvemmin	
LIIKKUUKO MIELESTÄÄN RIITTÄVÄSTI	Kyllä	1. LIIKKUU SÄÄNNÖLLISESTI & MIELESTÄÄN RIITTÄVÄSTI 43 % (n=509)	2. LIIKKUU EPÄSÄÄNNÖLLISESTI & MIELESTÄÄN RIITTÄVÄSTI 29 % (n=344)	72 % (n=853)
	Ei	3. LIIKKUU SÄÄNNÖLLISESTI & MIELESTÄÄN LIIAN VÄHÄN 5 % (n=57)	4. LIIKKUU EPÄSÄÄNNÖLLISESTI & MIELESTÄÄN LIIAN VÄHÄN 23 % (n=270)	28 % (n=327)
		48 % (n=566)	52 % (n=614)	100% (n=1180)

Pieni (5 %) mutta kiinnostava vähemmistö ovat ne säännöllisesti kuntoliikkuvat, jotka kuitenkin omasta mielestään liikkuvat liian vähän. Näin suuren liikuntatarpeen luulisi viittaavan siihen, että joukossa olisi esimerkiksi kilpaurheilijoita. Kun tarkastellaan liikkumisen motiiveja, ei tässä ryhmässä kuitenkaan korostu kilpaileminen, voittaminen tai halu päästä huipulle. Sen sijaan liikkumisen syynä painottuu vahvasti sen tarjoama mahdollisuus omaan rauhaan ja yksinoloon. Tässä luokassa on yliedustus tyttöjä. Vastaajamäärä on turhan pieni tarkempiin analyysihin, mutta näyttäisi siltä, että nämä riittävän liikkumisen tason korkealle virittäneet ovat keskimääräistä useammin lopettaneet urheiluseuroissa liikkumisen terveydellisistä syistä.

Lähes neljännes (23 %) vastaajista liikkuu suhteellisen epäsäännöllisesti ja mielestään liian vähän. Tämä joukko on keski-ikäistään nelikentän

luokista vanhinta. Vaikka iän vakioisi, tämä joukko on muita selvästi tyytymättömämpi terveyteensä ja kuntoonsa (ks. myös kuvat 71 ja 72).

HARRASTETUT LIIKUNTALAJIT

Mikäli vastaaja vastasi harrastavansa ”jotain, aivan mitä tahansa liikuntaa”, häneltä kysyttiin mitä liikuntaa hän harrastaa joko ohjatusti, yksin tai kavereiden kanssa. Vastaajille ei annettu valmiita vaihtoehtoja, vaan kysymys esitettiin avoimena, koska haluttiin tietää, millaisen toiminnan tai tekemisen lapset ja nuoret itse määrittelevät liikunnaksi.

Annetut avovastaukset on koodattu²⁷ ja koottu taulukkoon 4 listaksi lasten ja nuorten 15 suosituimmasta liikuntamuodosta. Kärjessä ovat lenkkeily, kuntosali, pyöräily ja kävely.

Tämän jälkeen suosituimpia ovat joukkuelajit salibandy ja jalkapallo, joita seuraavat juoksu, uinti ja hiihto. Lenkkeily on luokiteltu omaksi liikuntamuodokseen, koska ei voida tietää tarkoittaako vastaaja kävelyä vai juoksua – miksei myös pyöräilyä tai hiihtoa. Jos lenkkeilyn tyypistä olisi tarkempi tieto, näyttäisi ainakin kävelyn ja juoksun suosio suuremmalta. Noin 5 % vastaajista harrasti ratsastusta, jääkiekkoa, luistelua, tanssia ja laskettelua ja nelisen prosenttia kamppailu- tai itsepuolustuslajeja. (Ks. myös taulukot 13 ja 14 lajeista, joita lapset ja nuoret haluaisivat harrastaa.)

Tulokset ovat yhdensuuntaisia viimeisimmän Kansallisen liikuntatutkimuksen (2009–2010) sekä Tilastokeskuksen vapaa-aikatutkimuksen 2002 kanssa (ks. Berg 2005).²⁸ Kun lajeja tarkastellaan sukupuolittain (taulukot 5 ja 6), erityisesti poikien lajeja ovat jalkapallo, salibandy/sähly ja jääkiekko. Erityisesti tyttöjen suosimia liikuntaharrastuksia puolestaan ovat lenkkeily, kävely, ratsastus ja tanssi. Tasaisesti

TAULUKKO 4. 7–29-VUOTIAIDEN VASTAUKSET AVOIMEEN KYSYMYKSEEN ”MITÄ LIIKUNTA HARRASTAT?”

Kaikki	%	Sijoitus
Lenkkeily	18	1.
Kuntosali	18	2.
Pyöräily	13	3.
Kävely	11	4.
Salibandy / sähly	10	5.
Jalkapallo	10	6.
Juokseminen / hölkkä	8	7.
Uinti	8	8.
Hiihto	7	9.
Ratsastus	6	10.
Jääkiekko	5	11.
Luistelu	5	12.
Tanssi	5	13.
Laskettelu	5	14.
Kamppailu- ja itsepuolustuslaji(t)	4	15.

molempien sukupuolten suosiossa ovat kuntosali, pyöräily, juoksu, laskettelu, hiihto ja uinti.

Huomionarvoista on, että tyttöjen suosimisessa liikuntamuodoissa on enemmän yksilölajeja – myös omatoimisia ja yksin suoritettavia liikuntaharrastuksia. Monet tyttöjen ja naisten suosimista lajeista tapahtuvat toki ryhmässä (tanssi, ratsastus, jooga, ryhmäliikuntatunnit), mutta niissä ei ole ”vastustajana” toinen ryhmä, kuten poikien parissa suosituissa joukkuepeleissä.²⁹ Myös tämä sukupuolittainen eriytyminen on yhdensuuntainen Kansallisen liikuntatutkimuksen sekä Tilastokeskuksen vapaa-aikatutkimuksen tulosten kanssa (ks. myös Haanpää ym. 2012). Poikien säännöllisesti harrastamat joukkuelajit voivat myös olla yksi tärkeä taustatieto sille, miksi pojat tapaavat kavereitaan säännöllisemmin kuin tytöt (ks. kuvio 4). Tyttöjen ratsastusharrastuksen suosiolle on myös tärkeä yhteisöllinen ulottuvuutensa. Aiemman tutkimuksen mukaan ratsastustalleilla on keskeinen merkitys tyttöjen omana sosiaalisena tilana, toisena kotina. Tyttöjen mukaan heillä ei ollut käytössään muita tähän verrattavia julkisia tiloja. (Ojanen 2011.)

Tyttöjen suosio kasaantuu selkeästi neljään yleisimpään liikuntamuotoon. Lenkkeilyn mainitsi jopa 23 % tytöistä, ja sen suosiota tyttöjen parissa korostaa entisestään kävelyn (13 %) ja juoksemisen (9 %) yleisyys. Pojilla yleisimpien lajien suosio jakaantuu tasaisemmin. Tulosten tulkinnassa on kuitenkin muistettava kysymyksen muotoilu ”Mitä liikuntaa harrastat?”. Se saattaa jättää kokeiluasteelle jääneet liikuntamuodot vaille mainintoja. Vähemmän harrastettujen lajien osuudet ovat tässä muutenkin sen verran pieniä, ettei niiden perusteella voi tehdä pidemmälle meneviä johtopäätöksiä koko lajikirjosta tai siitä, kokeilevatko tytöt vai pojat lukumääräisesti useampia lajeja. Esimerkiksi Bergin (2010) tutkimuksessa kuitenkin havaittiin, että yläkoulun 7. luokkien liikuntatunneilta tyttöjen koululiikunnassa käytiin lukuvuoden aikana läpi useampia lajeja kuin poikien ryhmissä.

Taulukoissa 7–11 suosituimpia lajeja tarkastellaan iän mukaan. 7–9-vuotiailla suosituin

liikuntamuoto on jalkapallo, jota harrastaa jopa neljännes tämänikäisistä vastaajista. Jalkapallo, salibandy ja jääkiekko ovat suosittuja etenkin tämänikäisillä pojilla: 7–9-vuotiaista jalkapallon maininneista 83 % on poikia, salibandyn maininneista 98 % ja jääkiekkoa pelaavista kaikki. 10–14-vuotiailla suosituimmaksi nousee pyöräily, joka on suosittua etenkin tämänikäisillä pojilla (maininneista 67 % poikia). Tämänikäisistä jalkapalloilijoista 85 % on poikia, salibandyn pelaajista 87 %. Tanssi ja ratsastus puolestaan ovat tässäkin ikäryhmässä pääosin tyttöjen suosimia.

15 ikävuodesta eteenpäin suosituimpia lajeja ovat lenkkeily ja kuntosalit, etenkin vanhimmissa ikäryhmissä myös kävely ja juoksu/hölkä. 15–19-vuotiaista kuntosalilla kävijöistä hieman suurempi osuus on poikia (62 %), lenkkeilijöistä tyttöjä (60 %), ratsastuksen ja joukkuelajien osalta tilanne on samantyyppinen kuin

TAULUKKO 5.
POIKIEN SUOSITUIMMAT LIIKUNTAMUODOT JA URHEILULAJIT.

Pojat	%	Sijoitus poikien joukossa	Sijoitus koko vastaaja-joukossa
Kuntosalit	19	1.	2.
Jalkapallo	17	2.	6.
Salibandy / sähly	17	3.	5.
Pyöräily	15	4.	3.
Lenkkeily	14	5.	1.
Jääkiekko	10	6.	11.
Kävely	9	7.	4.
Uinti	8	8.	8.
Hiihto	8	9.	9.
Juokseminen / hölkä	7	10.	7.
Kamppailu- ja itsepuolustuslajit	5	11.	15.
Luistelu	4	12.	12.
Sulkapallo	4	13.	15+
Laskettelu	4	14.	14.
Lumilautailu	3	15.	15+

 Selvästi suosituimpi kuin kaikkien 7–29-vuotiaiden parissa.
 Selvästi vähemmän suosittu kuin kaikkien 7–29-vuotiaiden parissa.

nuoremmisakin ikäryhmissä. Myös seuraavassa ikäryhmässä lenkkeilijöistä enemmistö (65 %) on naispuolisia, samoin kuntosalilla kävijöistä 57 %. Vanhimmassa ikäryhmässä kuntosalilla käy hieman suurempi osuus miehiä (65 %), kun taas kävelyä harrastavat etenkin tämänikäiset naiset (75 %).

Itsenäisesti harrastettavien liikuntamuotojen suosion kasvu iän myötä täydentää aiempien tutkimusten tietoa siitä, että omatoiminen liikunta säilyy murrosiässä ohjattua liikuntaa paremmin (Husu & Suni 2011, 24). Kävelyn puuttumista alle 10-vuotiaiden suosikkilistalta voi tulkita joko todellisena tuloksena kävelyn vähyydestä, tai – luultavammin – niin, että nuorimmat lapset eivät koe kävelyä liikuntamuodoksi. Vaikka lenkkeily on kaikkien haastateltujen ikäryhmässä suosituin liikuntamuoto, se ei mahdu lainkaan alle 15-vuotiaiden suosituimpien

TAULUKKO 6.
TYTTÖJEN SUOSITUIMMAT LIIKUNTAMUODOT JA URHEILULAJIT.

Tytöt	%	Sijoitus tyttöjen joukossa	Sijoitus koko vastaaja-joukossa
Lenkkeily	23	1.	1.
Kuntosalit	17	2.	2.
Kävely	13	3.	4.
Pyöräily	12	4.	3.
Ratsastus	11	5.	10.
Juokseminen / hölkä	9	6.	7.
Tanssi	9	6.	13.
Uinti	7	8.	8.
Hiihto	7	8.	9.
Luistelu	6	10.	12.
Laskettelu	6	10.	14.
Jumppa	5	12.	15+
Salibandy / sähly	4	13.	5.
Jalkapallo	4	13.	6.
Koirien ulkoilutus	4	13.	15+

TAULUKKO 7.
7–9-VUOTIAIDEN SUOSITUIMMAT LIIKUNTAMUODOT JA URHEILULAJIT.

7–9-vuotiaat	n	%	Sijoitus 7–9-v. joukossa	Sijoitus koko vastaaja- joukossa
Jalkapallo	40	25	1.	6.
Pyöräily	35	22	2.	3.
Salibandy / sähly	31	20	3.	5.
Luistelu	31	20	3.	12.
Uinti	28	18	5.	8.
Hiihto	28	18	5.	9.
Laskettelu	17	11	7.	14.
Jääkiekko	15	10	8.	11.
Tanssi	14	9	9.	13.
Juokseminen / hölkkä	10	6	10.	7.
Ratsastus	9	6	11.	10.
Potkulautailu	9	6	11.	15+
Yleisurheilu	8	5	11.	15+

TAULUKKO 9.
15–19-VUOTIAIDEN SUOSITUIMMAT LIIKUNTA-
MUODOT JA URHEILULAJIT.

15–19-vuotiaat	n	%	Sijoitus 15–19-v. joukossa	Sijoitus koko vastaaja- joukossa
Kuntosali	69	26	1.	2.
Lenkkeily	60	23	2.	1.
Kävely	25	10	3.	4.
Salibandy / sähly	23	9	4.	5.
Pyöräily	20	8	5.	3.
Juokseminen / hölkkä	16	6	6.	7.
Ratsastus	15	6	7.	10.
Jalkapallo	13	5	8.	6.
Uinti	11	4	9.	8.
Jääkiekko	11	4	9.	11.
Laskettelu	8	3	11.	14.

 Selvästi suosituimpi kuin kaikkien 7–29-vuotiaiden parissa.
 Selvästi vähemmän suosittu kuin kaikkien 7–29-vuotiaiden parissa.

TAULUKKO 8.
10–14-VUOTIAIDEN SUOSITUIMMAT LIIKUNTA-
MUODOT JA URHEILULAJIT.

10–14-vuotiaat	n	%	Sijoitus 10–14-v. joukossa	Sijoitus koko vastaaja- joukossa
Pyöräily	59	23	1.	3.
Kävely	48	18	2.	4.
Jalkapallo	48	18	2.	6.
Salibandy / sähly	31	12	4.	5.
Tanssi	27	10	5.	13.
Jääkiekko	24	9	6.	11.
Uinti	22	8	7.	8.
Ratsastus	22	8	7.	10.
Laskettelu	21	8	8.	14.
Hiihto	19	7	9.	9.
Juokseminen / hölkkä	18	7	10.	7.
Luistelu	16	6	11.	12.

TAULUKKO 10.
20–24-VUOTIAIDEN SUOSITUIMMAT LIIKUNTA-
MUODOT JA URHEILULAJIT.

20–24-vuotiaat	n	%	Sijoitus 10–14-v. joukossa	Sijoitus koko vastaaja- joukossa
Lenkkeily	82	31	1.	1.
Kuntosali	78	30	2.	2.
Kävely	22	8	3.	4.
Juokseminen / hölkkä	22	8	4.	7.
Pyöräily	19	7	5.	3.
Salibandy / sähly	16	6	6.	5.
Uinti	15	6	7.	8.
Kamppailu- ja itsepuolustuslajit	13	5	8.	15.
Hiihto	11	4	9.	9.
Koiran kanssa ulkoilu	11	4	9.	15+
Ratsastus	10	4	11.	10.
Jumppa	10	4	11.	15+
Jalkapallo	9	3	13.	6.

TAULUKKO 11.
25–29-VUOTIAIDEN SUOSITUIMMAT LIIKUNTA-
MUODOT JA URHEILULAJIT.

25–29-vuotiaat	n	%	Sijoitus 25–29-v. joukossa	Sijoitus koko vastaaja- joukossa
Kuntosali	68	27	1.	2.
Lenkkeily	58	22	2.	1.
Kävely	36	14	3.	4.
Juokseminen / hölkä	34	13	4.	7.
Salibandy / sähly	23	9	5.	5.
Hiihto	23	9	5.	9.
Pyöräily	23	9	5.	3.
Uinti	17	7	8.	8.
Jumppa	14	5	9.	15+
Jalkapallo	13	5	10.	6.
Sulkapallo	13	5	10.	15+
Kamppailu- ja itsepuolustuslajit	11	4	12.	15.
Ulkoilu	10	4	13.	15+

liikuntamuotojen listalle, mikä kertonee myös siitä, ettei lenkkeilyn käsite ole nuorimpien käytössä.

Tän mukana suosiotaan menettävät jalkapallo, laskettelu ja luistelu. Vähemmän suoraviivais- ta on hiihdon suosio, sillä se on korkeimmillaan kyselyn nuorimmassa ja toisaalta vanhimmassa ikäryhmässä, kun taas ikäryhmässä 15–19-vuo- tiaat ei hiihto mahdu kymmenen suosituimman

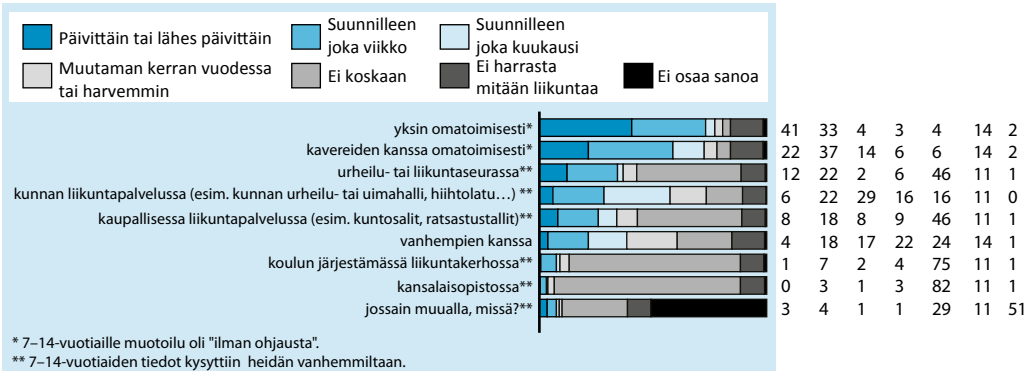
lajin joukkoon. Päinvastainen suosion kaari puolestaan on ratsastuksella, jonka suosio on suurimmillaan 10 ja 20 ikävuoden välillä.

Taulukoissa 4–11 saatua kokonaiskuvaa eri urheilulajien ja liikuntamuotojen suosiosta voi peilata kuvioiden 52–57 tietoihin siitä, mis- sä ja keiden kanssa lapset ja nuoret liikkuvat. Urheiluseuroissa liikkuminen vähenee jyrkäs- ti teini-iässä (kuvio 54), ja samaan ikään osuu omaehtoisempien liikkumismuotojen, kuten lenkkeilyn ja kävelyn suosion nopea kasvu. Tei- ni-iässä lisääntyvä kuntosalin suosio puolestaan näkyy kuviossa 56 kaupallisissa liikuntapalve- luissa liikkumisen lisääntymisenä.

Aineiston suosituimpien liikuntaharrastus- ten osalta voidaan myös – sukupuoleen katso- matta – spekuloida sillä, missä määrin nuorten kiinnostusta eri liikuntamuotoihin tai lajeihin voitaisiin lisätä mahdollisuudella kokeilla niitä koululiikunnassa (ks. esim. Nurmi & Hirven- salo 2007). Voisiko nuorisokulttuurisia lajeja integroida koulun liikunnanopetukseen vai tu- leeko nuorten sosiaalistua nimenomaan tiettyyn olemassa olevaan lajitarjontaan?

Huomionarvoista on, että kun lapset ja nuo- ret määrittivät vastauksissaan itse, mikä on lii- kuntaa, avovastauksissa mainittiin myös koirien ulkoilutus, erilaiset soittoharrastukset, partio, metsästys ja kalastus, pihaleikit ja -pelit, agility, vapaapalokunta, näytteleminen, kuvataidehar- rastukset, sirkus ja 4H-kerho. Kaikki nämä ak- tiviteetit ovat myös fyysisiä. Koska tällaisia mai- nintoja oli aineistossa kutakin useampia, tämä

KUVIO 51.
KUINKA USEIN LIIKUT...



antaa syyn kriittisesti tarkastella myös aikuisten käsitystä siitä, mikä katsotaan liikunnaksi (ks. myös Berg, Gretscher & Humpala 2011). Vastaavasti kun vuoden 2009 Nuorisobarometrissa tiedusteltiin avokysymyksellä nuorten ”luovia harrastuksia”, mukaan saatiin tavallisesti pikemminkin liikunnaksi katsottuja harrastuksia, kuten jalkapallo, ratsastus, nyrkkeily ja muita kamppailulajeja (Myllyniemi 2009b, 165). Liikunta- ja kulttuuriharrastusten raja ei lapsille ja nuorille selvästi ole yltämätön.

LIKKUMISEN TAVAT JA PAIKAT

Liikunnan säännöllisyyden ja harrastettujen lajien ohella selvitettiin liikkumisen areenoita, sitä, missä ja kenen kanssa lapset ja nuoret liikkuvat. Samalla tavoiteltiin ainakin karkealla tasolla tietoa liikuntapalveluiden tarjoajista. Alle 15-vuotiaiden haastatteluissa tavallaan vaikeat kysymykset siitä, tapahtuuko liikkuminen urheilu- tai liikuntaseurassa, kansalaisopistossa, kunnan liikuntapalvelussa vai kaupallisessa liikuntapalvelussa, esitettiin lasten vanhemmille. Varmasti myös osalle vanhemmista vastaajista voi välillä olla vaikea tietää, mihin kategoriaan esimerkiksi uimahallikäynti kuuluu. Kuvioon 51 on koottu kaikki vastaukset. Kokonaiskuvan parantamiseksi kuviossa ovat mukana myös liikuntaa kokonaan harrastamattomien osuudet.³⁰

Tuloksista näkyy selvästi se, että omatoiminen liikkuminen muodostaa valtaosan kaikesta liikunnasta.³¹ Yksin ja omatoimisesti päivittäin liikkuu 41 % vastaajista, vähintään viikoittain kolme neljästä. Kavereiden kanssa omatoimisesti liikkuu päivittäin 22 %, vähintään viikoittain jo selvästi yli puolet. Kaukana perässä tulevat urheilu- tai liikuntaseurat (vähintään viikoittain liikkuvien osuus noin kolmannes) sekä kunnalliset ja kaupalliset liikuntapalvelut (molemmissa vähintään viikoittain liikkuvien osuus on reilu neljännes). Vanhempien kanssa vähintään viikoittain liikkuu tässä ikäryhmässä vajaa neljännes. Muut kysytyt liikkumisen muodot ovatkin jo varsin harvinaisia: koulun

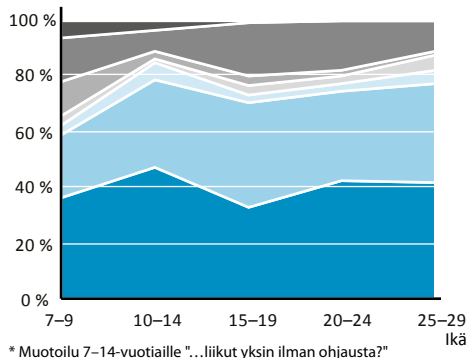
järjestämissä liikuntakerhoissa liikkuu viikoittain 8 % ja kansalaisopistoissa vain 3 %.

Monet selvitetystä liikkumisen muodoista ovat hyvin tiukasti ikään sidottuja. Esimerkiksi koulun järjestämässä liikuntakerhossa liikkuvat etenkin 7–9-vuotiaat (22 % vähintään viikoittain), minkä jälkeen aktiivisuus romahtaa. Tämä johtuu luonnollisesti siitä, että koulun liikuntakerhoja harvemmin on tarkoitettukaan yläkoululaisille tai sitä vanhemmille. Myös vanhempien kanssa liikkuminen liittyy selvästi lapsuudenkodissa asumiseen. Vastaavasti korkeakoulun liikuntapalveluita käyttävät lähinnä vain opiskelijat aktiivisuuden ollessa suurinta 20–24-vuotiaiden ikäryhmässä (päivittäin 2 %, vähintään viikoittain 6 %).³²

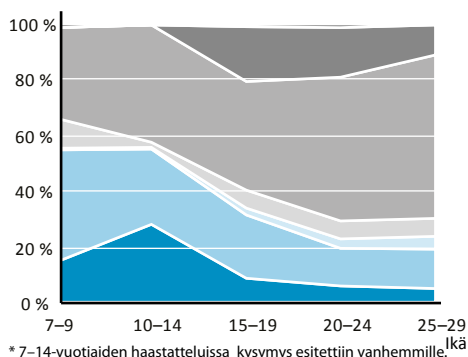
Tutkitun ikäryhmän ollessa niinkin laaja kuin 7–29 vuotta, ei tulosten raportointi yksinkertaisina jakaumina ikää huomioimatta edes vaikuta mielekkäältä. Siksi kuvioissa 52–57 erilaisia liikkumisen tapoja esitetään iän mukaan ryhmiteltynä. Vaihtelut eri elämänvaiheissa ovat suuria. Aktiivisuuden huippukohta osuu ikäryhmään 10–14 vuotta monessa liikkumismuodossa: niin yksin omatoimisesti, kunnallisissa liikuntapalveluissa kuin urheilu- tai liikuntaseurassa liikkumisessakin. Alle 10-vuotiaat liikkuvat eniten vanhempien kanssa ja koulun liikuntakerhoissa. Myös päivittäinen kavereiden kanssa ilman ohjausta liikkuminen on yleisintä alle 10-vuotiailla. Huomattavin poikkeus ovat kaupalliset liikuntapalvelut, joiden käyttö on yleisempää vanhemmissa ikäryhmissä.

Tyttöjen ja poikien liikkumisen tavoissa ei useimmissa kysymyksissä löytynyt eroja. Merkittävimmät havainnot ovat poikien suurempi aktiivisuus kunnallisissa liikuntapalveluissa (vähintään viikoittain pojista 32 %, tytöistä 25 %) sekä liikunta- ja urheiluseuroissa (vähintään viikoittain pojista 38 %, tytöistä 32 %). Seuraliikunnan kohdalla sukupuolten väliset erot näkyvät erityisesti päivittäisessä aktiivisuudessa, sillä seuroissa liikkuu päivittäin pojista 16 %, tytöistä vain 9 %. Seuraliikunnan sukupuolittumista selittävät edellä käsitellyt suosituimmat lajit: pojilla joukkuelajit, joita yleisesti harrastetaan

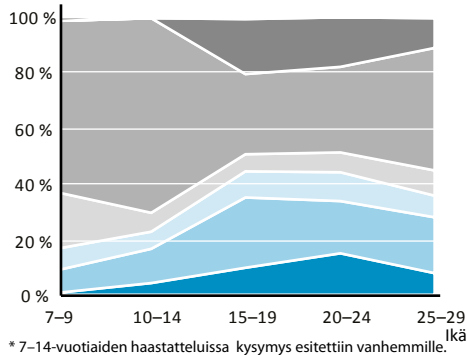
KUVIO 52.
"KUINKA USEIN LIIKUT YKSIN OMATOIMISESTI?"* (%)



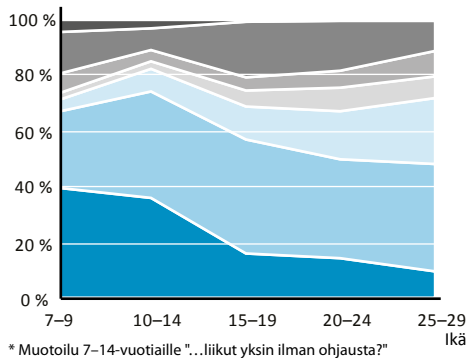
KUVIO 54.
"KUINKA USEIN LIIKUT URHEILU- TAI LIIKUNTA-SEURASSA?"* (%)



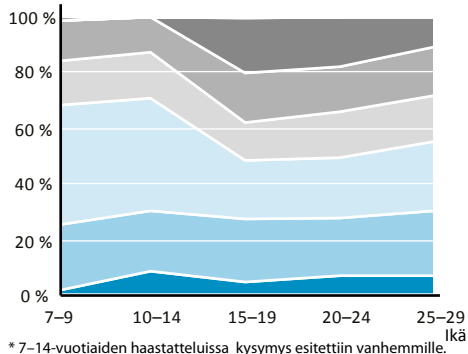
KUVIO 56.
"KUINKA USEIN LIIKUT KAUPALLISESSA LIIKUNTA-PALVELUSSA (ESIM. KUNTOSALIT, RATSASTUSTAL-LIT)?"* (%)



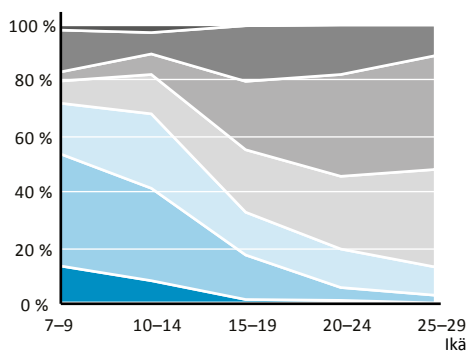
KUVIO 53.
"KUINKA USEIN LIIKUT KAVEREIDEN KANSSA OMATOIMISESTI?"* (%)



KUVIO 55.
"KUINKA USEIN LIIKUT KUNNALLISESSA LIIKUNTA-PALVELUSSA (ESIM. KUNNAN URHEILU- TAI UIMA-HALLISSA)?"* (%)



KUVIO 57.
"KUINKA USEIN LIIKUT VANHEMPIEN KANSSA?" (%)



■ Päivittäin tai lähes päivittäin
 ■ Suunnilleen joka viikko
 ■ Suunnilleen joka kuukausi
 ■ Ei osaa sanoa
 ■ Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin
 ■ Ei koskaan
 ■ Ei harrasta mitään liikuntaa

nimenomaan urheiluseurassa, ovat selvästi suosituimpia kuin tytöillä. Se, että kansalaisopistoissa liikuntaa harrastavissa puolestaan on hieman enemmän tyttöjä kuin poikia, saattaa liittyä kansalaisopistojen lajivalikoimaan, joka painottuu usein joogan ja pilateksen tapaisiin tyttöjen suosimiin liikuntamuotoihin.

Eri liikkumisen tapojen yhteydet kuntoliikunnan kokonaisuuteen ovat erilaisia. Säännöllisesti urheiluseuroissa liikkuvien kuntoliikunnan kokonaismäärä on luonnollisesti suuri, mutta myös niissä, jotka eivät osallistu lainkaan urheiluseuraliikuntaan, on suhteellisen paljon aktiivisia kuntoliikkuja. Myöskään se, ettei lainkaan liiku kaupallisissa tai kunnallisissa liikuntapalveluissa, ei juuri kerro passiivisuudesta, vaan monilla on jokin muu areena, jossa liikkua. Sen sijaan hyvin harvat niistä, jotka eivät liiku omatehtoisesti kavereidensa kanssa, liikkuvat jollain muulla tavoin aktiivisesti.

Kuvion 51 erilaiset liikkunnallisuuden areenat ja tavat eivät tietenkään pääsääntöisesti ole toisensa poissulkevia, vaan samalla nuorella on niitä yleensä useampia. Jos otetaan aktiivisen osallistumisen määreeksi vähintään viikoittainen liikkuminen, on kaikilla vastaajilla keskimäärin 2,6 erilaista kuvion 51 luettelossa mainittua liikkumisen tapaa ja paikkaa. Ylipäätään mihin tahansa niistä aktiivisesti osallistuvilla on keskimäärin lähes kolme muutakin säännöllistä liikunnan muotoa, mikä kertoo osallistumisen kasautumisesta. Vain 15 % vastaajista on viikoittain mukana yhdessä ainoassa kuvion 51 liikkunnallisuuden muodossa. 11 % ei liiku viikoittain millään mainituista tavoista, mikä on vain 3 prosenttiyksikköä vähemmän kuin niiden osuus, jotka eivät harrasta mitään liikuntaa. Mitä useampi erilainen liikkumisen viikoittainen muoto, sitä suurempi on ymmärrettävästi myös kuntoliikunnan kokonaismäärä. Noin joka kymmenennellä nuorella on tässä listattuja erilaisia viikoittaisia liikkunnallisuuden muotoja peräti 5 tai enemmän, ja näistä nuorista enemmistö myös kuntoliikkuu vähintään viidesti viikossa. Enemmistö näistä fyysisen aktiivisuuden

moniottelijoista on erittäin tyytyväisiä omaan kuntoonsa.

Edellä nähtiin (kuvio 48), että talouden tulo-taso ei juuri selitä kuntoliikunnan säännöllisyyttä. Yhteys liikuntaharrastukseen urheiluseurassa on kuitenkin selvä: vähiten ansaitsevassa viidenneksessä päivittäin urheiluseuroissa liikkuu 7 % vastaajista, eniten ansaitsevassa viidenneksessä osuus on 22 %. Vähintään viikoittaisen osallistumisen vastaavat luvut ovat 23 % ja 45 %. Kotitalouden tulotason yhteys seuraliikuntaan on suurimmillaan 10–14-vuotiaiden ikäryhmässä, jossa seuraliikunta muutenkin on aktiivisimmillaan. Muiden kuvion 51 liikuntamuotojen kohdalla vastaavaa yhteyttä tulotasoon ei ole. Nuorisobarometrissa 2012 hyvin toimeentulevien perheiden jälkikasvusta 20 prosenttia, mutta heikosti toimeentulevien perheiden lapsista vain 6 prosenttia oli mukana kilpaurheilussa. Eriarvoisuus voi johtua paitsi lapsuudenkodin antamista toimintamalleista, myös aivan suoraan kilpaurheilun lisenssimaksujen, varusteiden, kisamatkojen ja muiden vastaavien kalleudesta. (Myllyniemi 2012, 54.)

Myös äidin koulutustasolla on varsin suora-
viivainen yhteys urheiluseurassa harrastamiseen. Vähiten ovat mukana vailla tutkintoja olevien äitien lapset, joista viikoittain on mukana 22 %. Ammatillisen perustutkinnon suorittaneista viikoittain mukana on 26 %, ylioppilastutkinnon suorittaneista 34 %, opistotutkinnon suorittaneista 40 % ja korkeakoulututkinnon suorittaneista jo 45 %. Havainnot tukevat Pasi Kosken (2008, 302) tuloksia siitä, että nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumista ennustaa ”kodin kulttuuripääoma”, etenkin äidin korkeampi koulutustaso.³³

LIIKUNNAN SYYT: TERVEYTTÄ, KUNTOA JA ILOA

Liikkuminen tarkoittaa montaa eri asiaa. Se on hauskanpitoa, kehittävä harrastus, kansalais-toimintaa, ennaltaehkäisevää kansanterveys-työtä. Näkökulman valinta riippuu myös siitä, mistä roolista liikuntaa tarkastelee: liikkujan,

vanhemman tai vaikkapa päättäjän.

Kyselyssämme selvitettiin liikuntaa harrastavien lasten ja nuorten omia motiiveja liikkumiseen. 7–9-vuotiailta liikunnan harrastamisen syitä kysyttiin avokysymyksenä. Yleisimmin 7–9-vuotiaiden vastaukset liittyivät siihen, että liikunta on kivaa ja siellä on kavereita:

- Se on hauskaa ja nopeaa! Tapaan siellä kavereita.
- Olen pihan toiseksi nopein rullaluistelija, ja se on kiva kun muut jäävät jälkeen. Ringetessä saa uusia kavereita ja oppii luistelemaan paremmin.
- Se on iloista ja jännää touhua, kun tulee kuuma.
- Haluan tulla venyväksi ja sporttiseksi. Se on kivaa ja voi tutustua uusiin ystäviin.

Yllättävän paljon aineistossa oli kuitenkin tämänikäisten vastauksiksi myös seuraavanlaisia ulkonäköön, painoon ja terveyteen liittyviä mainintoja:

- En halua olla läski.
- Kivaa. Haluan näyttää hyvältä.
- Syön sen verran paljon karkkia että muuten tulisin paksuksi.
- Siksi, koska se on hyvä keholleni.

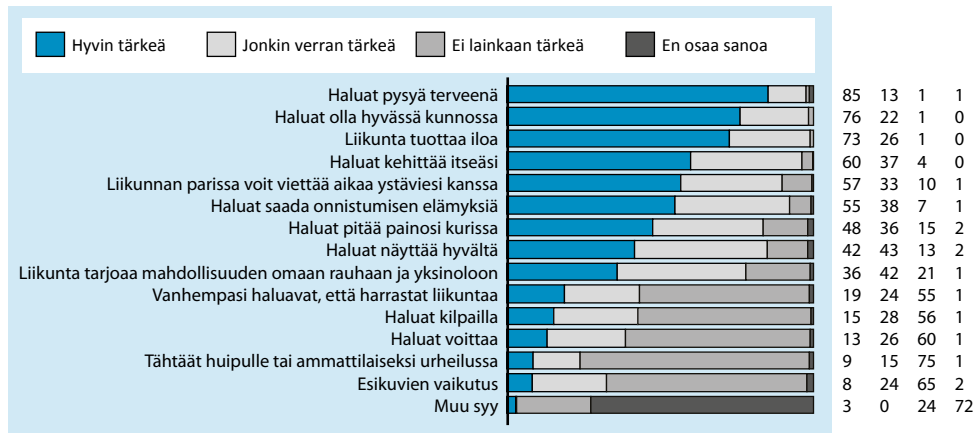
- Se on kivaa. Liikkuminen on terveellistä.
- Se on kivaa ja se on myös hyväksi terveyden kannalta.
- Se on mukavaa ja terveellistä, parantaa kuntoa.
- Se on hauskaa. Kun liikkuu niin ei liho liikaa.

10–29-vuotiaille liikunnan harrastajille puolestaan esitettiin valmis lista syitä, joista heitä pyydettiin kertomaan kuinka tärkeitä ne ovat heidän liikunnan harrastamiselleen³⁴. Kuvioon 58 kootuista tuloksista nähdään, että kolmen kärki erottuu selvästi motivaatioiden joukosta: halu pysyä terveenä (hyvin tärkeä 85 %:lle), halu olla hyvässä kunnossa (76 %) ja liikunnan tuottama ilo (73 %).

Liikunnan ilon ohella painottuvat siis terveys- ja kuntoaspekti, mitä korostaa sekin, että myös halu pitää paino kurissa on hyvin tärkeä motiivi 48 %:lle liikunnan harrastajista. Kyse on siis tavallaan elämäntavallisista valinnoista, jotka liittyvät tietoisuuteen liikunnan terveysvaikutuksista (terveystajusta ks. Puuronen 2006). Vaikuttaisi siltä, että nuoret ovat sisäistäneet terveyden edistämisen itse asiassa melkoisen hyvin. Tässä antavat viitteitä myös vasta 7–9-vuotiaiden avovastaukset. Nämä alakoululaiset ilmoittavat liikkuvansa, koska se on ”terveydelle hyväksi” ja koska vastaaja ei halua olla ”läski”. Mutta miten

KUVIO 58.

”KUINKA TÄRKEITÄ SYITÄ HARRASTAA LIIKUNTA SEURAAVAT ASIAT OVAT SINULLE?” (% , 10–29-VUOTIAAT)



ruumiiseen menevästi lasten on mielekästä – tai terveellistä – sisäistää terveyden edistämisen puhetapa?

Se, että terveysnäkökulma korostuu jo nuorten ikäryhmässä, ei välttämättä ole itsestäänselvyys. Liikunnan merkityksellisyydestä aiemmissa tutkimuksissa saadut tulokset osoittavat, että nuoruusiässä liikuntaa ei pidetä kovin tärkeänä asiana, vaan mielenkiinto suuntautuu enemmän työhön, seurusteluun ja ystävyys-suhteisiin (Salmela 2006, 14). Kun hyvinvointi ja palvelut-tutkimuksessa 2009 selvitettiin suomalaisten kokemaa elämänlaatua nuoruudesta vanhuuteen, havaittiin elämänlaadun eri ulottuvuuksien tärkeyden vaihtelevan eri ikävaiheissa. Nuorimmilla korostui elämän merkityksellisyys ja elämästä nauttiminen, vanhemmissa ikäryhmissä mukaan kuvaan tulee erilaisia elämänlaatuun vaikuttavia asioita, kuten juuri terveys ja hyvä liikuntakyky (Vaarama ym. 2010). Tämän voisi arvella johtuvan siitä, että terveys on tyypillisesti asia, jota opitaan arvostamaan vasta kun se ei enää ole itsestäänselvyys. Aiemman tutkimuksen valossa on siis luontevaa, että liikuntaharrastuksen syynä terveys korostuu ennen kaikkea kyselyn vanhimmassa ikäryhmässä. Terveyttä tärkeänä liikunnan motiivina pitävät myös ovat keskimääräistä tyytyväisempiä omaan terveyteensä. Sen sijaan hyvää kuntoa liikunnan syynä painottavilla ei vastaavaa yhteyttä ole, ei omaan terveyteen eikä omaan kuntoon tyytyväisyyteen.

Liikunnan tuottama ilo on siis erittäin tärkeä liikkumisen motiivi kolmelle neljästä liikuntaa harrastavasta lapsesta ja nuoresta. Se on suunnilleen yhtä tärkeä liikkumisen syy eri-ikäisille, niin tytöille kuin pojille, eikä juuri kukaan liikkujista pidä sitä merkityksettömänä. Myös Lehmuskallion (2008) tutkimuksessa turkulaisten 5.- ja 9.-luokkalaisten nuorten liikuntakulutuksesta liikkumisessa tärkeintä oli hyvän olon ja mielen merkitys. Varmasti iloa voi saada kaikista kuviossa 58 esitetyistä liikkumisen puolista: kilpaileminen, voittaminen, terveys ja tunne hyvässä kunnossa olemisesta tuottavat itsesään iloa. Tilastollisesti ilo on kuitenkin voimakkaimmin yhteydessä liikunnan sosiaaliseen

ja elämyksellisiin puoliin (ks. taulukko 12). Liikunnan iloa tärkeänä pitävät ovat keskimääräistä selvästi tyytyväisempiä omaan kuntoonsa ja omaan terveyteensä. Vaikutus on tässä varmasti kaksisuuntainen: hyvä kunto lisää liikkumisen iloa, mikä puolestaan lisää motivaatiota liikkuu. Myös Saroksen (2012) tutkimuksessa hyväkuntoiset 9.-luokkalaiset kokivat kestävyysliikunnan välineeksi saavuttaa hyvän olon tunne merkittävästi useammin kuin liikuntaa harrastamattomat. Huomion arvoista on, että urheiluseurassa lähes päivittäin liikkuvista yli 90 % pitää liikunnan iloa erittäin tärkeänä motiivina!

Muista liikunnan motiiveista kyselyssä korostuvat itsensä kehittäminen ja onnistumisen elämykset. Nämä puolestaan ovat tärkeitä etenkin nuorimmilla vastaajilla. Myös sosiaaliset syyt ovat painokkaita. 57 % pitää hyvin tärkeänä motiivina sitä, että liikunnan parissa voi viettää aikaa ystävien kanssa. Tämä sosiaalinen ulottuvuus on erityisen tärkeä kaikkein nuorimmille ja pojille. Etenkin 10–14-vuotiaiden liikunnan harrastamisen motiiveissa näkyy sukupuolituminen. Kuten edellä (ks. taulukot 5 ja 6) on tullut esiin, lasten ja nuorten suosituimmat liikuntaharrastukset aineistossa eroavat myös sukupuolen mukaan, ja poikien harrastamat liikuntamuodot ovat useammin joukkuelajeja, joita ei edes voi harrastaa yksin.

Sosiaalisuuteen kuuluu toisaalta sekin, että reilulle kolmannekselle hyvin tärkeä liikkumisen syy on sen tarjoama mahdollisuus omaan rauhaan ja yksinoloon. Tärkeää on huomata, etteivät halu olla yksin ja halu olla ystävien kanssa sulje toisiaan pois. 21 %:lle vastaajista ovat sekä halu liikkua ystävien kanssa, että halu liikkua omassa rauhassa erittäin tärkeitä motiiveita. Jopa 71 %:lle liikkuvista lapsista ja nuorista molemmat ovat ainakin jonkin verran tärkeitä syitä liikunnan harrastamiselle. Myös faktorianalyysissä (taulukko 12) nämä kaksi liikkumisen syytä latautuvat samalle elämyksellisyyttä ja sosiaalisuutta korostavalle motivaatioulottuvuudelle.

Vain suhteellisen pienelle vähemmistölle ovat hyvin tärkeitä sellaiset liikkumisen motiivit kuin halu kilpailla (15 %), voittaa (13 %) tai

päästä huipulle urheilussa (9 %). Vanhempien kannustuksen (tai näkökulmasta riippuen painostuksen) sanoo hyvin tärkeäksi liikkumisharrastuksen syyksi joka viides. Esikuvien vaikutuksen tunnistaa erittäin merkittäväksi vain 9 %. Se, mitä lapset ja nuoret esikuvilla ymmärtävät, jää avoimeksi, sillä asiaa ei kyselyssä määritetty. Vastaajien mielessä ovat voineet olla niin kansalliset tai kansainväliset urheilusankarit kuin valmentajat, ohjaajat tai vaikkapa omat vanhemmat.

Aiemman tutkimuksen perusteella kaverit, ohjaaja/valmentaja sekä vanhemmat määrittivät tärkeimmiksi liikuntakiinnostuksen lisääjiksi. Opettaja puolestaan keräsi eniten mainintoja liikuntakiinnostusta vähentäneenä tahona (vrt. kuvio 59 huonoista koululiikuntakokemuksista liikkumattomuuden syynä). Isä ja ulkomaiset urheilutähdet olivat voimakkaampia liikuntainnostajia pojille siinä missä äiti, pikkusisarukset ja muut julkisuuden henkilöt tytöille. Ohjaajan/valmentajan merkitys oli suurempi sosioekonomisen taustan ollessa korkeampi. (Lehmuskallio 2011.)

Nyt tehdyssä kyselyssä äidin koulutustaso on erityisen vahvasti yhteydessä siihen, kuinka tärkeiksi vanhempien toiveet liikunnan motiivina koetaan. Opisto- tai korkeakoulututkinnon suorittaneiden äitien lapsista enemmistö koee vanhempien kannustuksen ainakin jonkin verran tärkeäksi, neljännes erittäin tärkeäksi. Enintään ammatillisen perustutkinnon suorittaneiden lapsilla molemmat osuudet ovat kymmenisen prosenttiyksikköä matalampia. Edellä (kuviot 47 ja 48) nähtiin, että äidin koulutus on yhteydessä myös liikunnan todellisiin määriin.

Nuorisobarometrissa 2012 lapsuudenperheen taustat määrittivät nuoren kuntoliikunnan määrää myös tämän jo muutettua omilleen asumaan. Vielä vanhempien taloudellista toimeentuloa tai kannustustakin suurempi merkitys oli heidän omalla esimerkillään, etenkin jos liikuntaa oli harrastettu yhdessä. (Myllyniemi 2012; ks. myös Hasari 1990.)

Faktorianalyysi liikunnan syistä

Kaikkia selvitettyjä liikunnan motiiveja ei tässä käsitellä eri taustamuuttujien mukaan erikseen, vaan sen sijaan tiivistetään tietoa rajaamalla muuttujien määrää faktorianalyysin³⁵ avulla (taulukko 12). Faktorianalyysi tuottaa neljän faktorin ratkaisun, jonka sisältö on varsin mielekkäästi tulkittavissa. (Tulokset on esitetty tarkemmin liitetaulukossa 3.) Lisäksi analyysia on jatkettu laskemalla niin sanotut faktoripisteet, ja tarkastelemalla eri vastaajaryhmien sijoittumista niiden suhteen. Taulukossa 12 kerrotaan, minkä taustamuuttujien luokissa lataukset ovat merkittävästi vahvempia tai heikompia.

Ensimmäisen faktorin kuvaama liikkumismotivaatio pohjaa vahvasti esikuvien ja kannustukseen. Tämä on tyypillinen etenkin pojille, alle 15-vuotiaille ja maaseutumaisessa ympäristössä asuville. Kysymys liikunnan syistähän esitettiin ainoastaan niille, joilla on jokin liikuntaharrastus, mutta tässäkin liikunnallisessa joukossa lapset ja nuoret, joiden liikuntamotivaatiossa korostuu esikuvien vaikutus ja halu päästä huipulle, erottuvat erityisen aktiivisina liikkujina.

Toinen asenneulottuvuus perustelee liikuntaharrastusta hyvällä kunnolla ja terveydellisillä syillä. Nämä motiivit ovat tyypillisiä etenkin kyselyn vanhimmille ja korkeimmin koulutetuille vastaajille. Faktorin yksittäisistä kysymyksistä halu näyttää hyvältä ja pitää paino kurissa ovat tärkeämpiä tytöille kuin pojille. Kun rajataan tarkastelu lapsuudenkodissaan yhä asuviin, ovat hyvä kunto ja terveys tärkeä liikuntaharrastuksen syy erityisesti niille, jotka asuvat sekä isän että äidin kanssa. Nämä motiivit painottuvat myös uusperheissä³⁶. Ero yhden vanhemman kanssa asuviin liittyy nimenomaan kuntoon ja terveyteen liikkumisen motiivina, painonhallinnan tai ulkonäön kohdalla eroja ei ole³⁷. Tulos on kiinnostava siksikin, että vain yhden vanhemman kanssa asuvat lapset myös liikkuvat muita vähemmän.

Kolmas faktori korostaa elämyksiä ja sosiaalisuutta, sillä sille latautuvat voimakkaasti kavereiden kanssa oleminen, onnistumisen ja ilon

TAULUKKO 12.

LIIKUNTAHARRASTUKSEN SYYT. FAKTORIANALYYSIN JA FAKTORIPISTEIDEN KESKIARVOTARKASTELUN YLEISESITTELY.*

Faktori 1. Esikuvat ja kannustus	Faktori 2. Hyvä kunto ja terveys	Faktori 3. Elämykset ja ystävät	Faktori 3. Kilpailuhalu
Esikuvien vaikutus Tähtää huipulle tai ammattilaiseksi urheilussa Vanhempasi haluavat, että harrastat liikuntaa	Haluat olla hyvässä kunnossa Haluat pysyä terveenä Haluat näyttää hyvältä Haluat pitää painosi kurissa	Haluat saada onnistumisen elämyksiä Haluat kehittää itseäsi Liikunta tuottaa iloa Liikunnan parissa voit viettää aikaa ystäväsi kanssa Liikunta tarjoaa mahdollisuuden omaan rauhaan ja yksinoloon	Haluat voittaa Haluat kilpailla
Ominaisarvo 4,17	Ominaisarvo 2,12	Ominaisarvo 1,17	Ominaisarvo 1,01
Kumulatiivinen selitysaste 29,76	Kumulatiivinen selitysaste 44,90	Kumulatiivinen selitysaste 53,07	Kumulatiivinen selitysaste 60,26
Kenelle tärkeitä syitä:	Kenelle tärkeitä syitä:	Kenelle tärkeitä syitä:	Kenelle tärkeitä syitä:
Pojat Alle 15-vuotiaat Säännöllisesti kuntoliikkuvat Urheiluseuroissa liikkuvat Maaseudulla asuvat	Yli 24-vuotiaat Korkeasti koulutetut	Alle 15-vuotiaat Kavereiden kanssa ilman ohjausta liikkuvat	Pojat Alle 15-vuotiaat Säännöllisesti kuntoliikkuvat
Kenelle vähemmän tärkeitä syitä:	Kenelle vähemmän tärkeitä syitä:	Kenelle vähemmän tärkeitä syitä:	Kenelle vähemmän tärkeitä syitä:
Tytöt Yli 20-vuotiaat	Alle 15-vuotiaat Vain äidin kanssa asuvat	Yli 24-vuotiaat	Tytöt



* Muuttujien lataukset eri faktoreille liitetaulukossa 3.

kokemukset sekä halu kehittää itseään. Tämä asenneulottuvuus on tyypillisin alle 15-vuotiailla ja liikkumisen muotojen mukaisessa vertailussa kavereiden kanssa ilman ohjausta liikkuvilla.

Neljäs faktori painottaa voittamisen ja kilpailemisen halua, ja se on tyypillisin pojille ja kyselyn nuorimmille vastaajille. Ymmärrettävästi kilpailuhalu on myös yhteydessä hyvin aktiiviseen kuntoliikuntaan. Liikkumismotiivien vertailussa kaikkein ahkerimpia liikkujia ovat paitsi ne, joille on tärkeää kilpailla, voittaa ja päästä

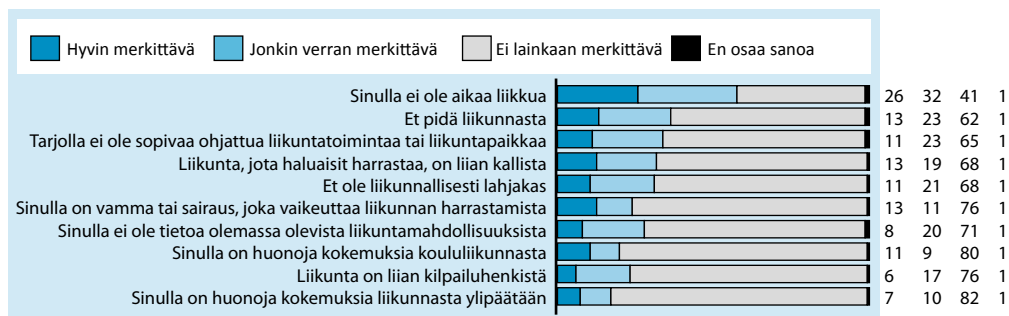
huipulle, myös ne, joille esikuvat ovat tärkeitä. Vähiten puolestaan kuntoliikkuvat ne, joille hyvin tärkeä motiivi on terveys, painonhallinta tai näyttää hyvältä.

LIKKUMATTOMUUDEN SYYT: AJANPUUTE RAJOITAA

Kansainvälisessä vertailussa suomalaisessa varhasteini-ikässä on jotain kansallisia erityispiirteitä, Kansainvälisen terveysjärjestön WHO:n

KUVIO 59.

”KUINKA MERKITTÄVIÄ SYITÄ OLLA HARRASTAMATTA LIIKUNTAA SEURAAVAT ASIAT OVAT SINULLE?”
(%, 10–29-VUOTIAAT)



koululaistutkimus nimittäin osoittaa, että suomalaisnuorten fyysinen liikkuminen vähenee 11 ja 15 ikävuoden välillä selvästi enemmän kuin muissa maissa (Currie ym. 2012, 130–131). Siksi tässäkin tarkastelussa on syytä kiinnittää erityishuomiota liikkumattomiin nuoriin ja heidän omiin käsityksiinsä liikkumattomuutensa syistä.

Liikuntaa harrastamattomilta lapsilta ja nuorilta kysyttiin eri syiden merkittävyyttä liikkumattomuudelle. 10–29-vuotiailta selvitetiin valmiiden vastausvaihtoehtojen merkittävyyttä, 7–9-vuotiaille puolestaan esitettiin avoin kysymys. Koko aineistossa on vain 22 liikuntaa harrastamatonta 7–9-vuotiasta, ja 10–29-vuotiaidenkin määrä (n=151) on pääosin riittämätön taustamuuttujien välisten yhteyksien tilastollisesti luotettavaan testaamiseen.

7–9-vuotiaista viisi ei osaa sanoa miksi ei harrasta liikuntaa, neljä vastausta liittyy siihen, ettei jaksakaan tai halua harrastaa. Muutamalla vastaajalla ei ole aikaa tai harrastuspaikkaa. Yksittäisiä mainintoja ovat sairaus/vamma, se ettei tiedä mitä harrastaisi, se, että kaverit eivät harrasta, kalleus tai ettei pääse kotoa mihinkään.

10–29-vuotiailla selvästi yleisin mainittu liikuntaa estävä tekijä on ajanpuute. Se on ainakin jonkin verran merkittävä syy suurimmalle osalle (57 %) liikkumattomista nuorista. 10–14-vuotiaista vain 19 % kokee ajanpuutteen liikkumisen esteeksi, 15–19-vuotiailla osuus on 48 prosenttia ja yli kaksikymppisillä jo kolme neljästä perustelee liikkumattomuuttaan ajan

vähyydellä. Se, että iän myötä kokemus ajanpuutteesta yleistyy, voi kertoa velvoitteiden ja sidonnaisuuksien lisääntymisestä, siitä, että yhteiskunnan, perheen ja muiden vastaavien vaatimukset pitävät kiireisenä. Tämän tulkinnan puolesta puhuu se, että erityisesti työssäkäyvät ja omia lapsia jo saaneet pitävät ajanpuutetta hyvin merkittävänä syynä liikkumattomuudelleen. Toisaalta siinä, mihin aikansa käyttää, on myös kyse omista valinnoista ja mieltymyksistä: iän karttuessa muut mielenkiinnon kohteet ajavat yhä useammin liikunnan edelle. Saroksen (2012) tutkimuksen mukaan liikuntaa harrastamattomien ja huonokuntoisten poikien ja miesten on eri lajiryhmien harrastajia vaikeampi löytää aikaa liikkumiselle, koska heitä kiinnostavat muut asiat. Seurauksena voi olla positiivinen tai negatiivinen itseään vahvistava kierre: juuri ne, jotka eniten liikuntaa tarvitsisivat, löytävät sille vähiten aikaa. Ajanpuutteen lisäksi vastaava noidankehän uhka liittyy muihin liikuntaharrastusta vaikeuttaviin tekijöihin: mitä aktiivisemmasta lapsesta tai nuoresta on kyse, sitä harvemmin vaikeudet estävät liikunnan harrastamista (Haanpää ym. 2012, 33–34).

Toiseksi yleisin syy on varsin vastaanosanomaton: se, ettei pidä liikunnasta. Tämä on ainakin jonkin verran merkittävä syy 36 %:lle. Tyypillisin ikä perustella liikkumattomuuttaan kielteisillä asenteilla liikuntaa kohtaan on 20 vuoden molemmin puolin. Kuten edellä kuviosta 48 nähtiin, tässä iässä myös liikuntaharrastukset

ovat vähimmillään. 25 ikävuoden jälkeen liikunnallisuus taas lisääntyy, ja liikkumattomienkin aseenteet liikuntaa kohtaan paranevat hieman. Vanhimpien vastaajien ylivertaisesti tärkein perustelu liikkumattomuudelleen on ajanpuute.

Kolmannes vastaajista pitää merkittävänä esteenä sopivan liikuntatoiminnan tai liikunta-paikan puutetta. Vastaajamäärät ovat suhteellisen pieniä, mikä rajoittaa alueellisten erojen luotettavaa tarkastelua. Vaikuttaa kuitenkin siltä, että maaseutumaisessa ympäristössä ongelma on vakavin, kun taas suurten kaupunkien keskustoissa juuri kukaan ei pidä tarjonnan puutetta syynä liikkumattomuudelleen. Maaseutumaisissa kunnissa enemmistö kokee sopivan ohjatun toiminnan tai liikuntapaikan puutteen ainakin jonkin verran merkittäväksi syyksi olla harrastamatta liikuntaa.

Haanpään ja kumppaneiden (2012, 23) tutkimuksessa kaupungissa asuvat osallistuivat maaseudun lapsia ja nuoria enemmän urheiluseuran ohjattuihin harjoituksiin, mutta omatoimisessa liikunnassa ei ollut tällaista eroa.

Tasa-arvo liikuntapaikkapalveluiden käytössä on mennyt huonompaan suuntaan. Nii-lä, joilla on parempi sosioekonominen asema ja jotka asuvat muualla kuin Pohjois- tai Itä-Suomessa, on huomattavasti paremmat mahdollisuudet liikuntapaikkojen laajan valikoiman käyttöön kuin Pohjois- ja Itä-Suomessa asuvilla heikommassa sosioekonomisessa asemassa olevilla. Alueelliset erot ovat lisääntyneet entises-tään, ja ne ovat selkeästi eniten epätasa-arvoa luova tekijä liikuntapaikkojen käytölle. (Suomi ym. 2012.)

Noin kolmasosa liikuntaa harrastamatto-mista nuorista pitää kalleutta liikuntaharrastuk-sen esteenä. Iän mukana kalleuden kokemus yleistyy, ja suurimmillaan se on 20–24 vuoden iässä, jossa yleensä ollaan juuri muutettu pois vanhempien luota ja pienituloisuusaste on suu-rimmillaan (Tilastokeskus 2011). Sen lisäksi, että matalampi tulotaso on yhteydessä liikkumat-tomuuteen (kuvio 47), on liikuntaharrastusten kalleus liikkumattomuuden syynä yhteydessä

niin euromääräiseen tuloon kuin kotitalouden koettuun tulotasoonkin.

Kun opetus- ja kulttuuriministeriön tutki-muksessa (Suomi ym. 2012) vastaava kysymys liikunnan kalleudesta esitettiin lasten vanhem-mille, lähes kolmasosa sanoi, että liian korkeat hinnat ovat este lapsen liikuntaharrastukselle. Vielä kymmenen vuotta sitten niin sanoi kym-menesosa. Osuus on siis jyrkästi kasvussa, ja tällä hetkellä se on samaa tasoa niin lapsilta kuin vanhemmilta kysyttäessä. WHO:n laajassa koululaistutkimuksessa perheen varakkuuden yhteys lasten liikunta-aktiivisuuteen oli Suo-messa toiseksi vahvinta kaikista tutkimuksen 35 maasta (Currie ym. 2012, 129). Kehityskulkua on syytä pitää huolestuttavana, varsinkin kun nuoruusiän liikunta-aktiivisuuden tiedetään ole-van yhteydessä aikuisiän liikunta-aktiivisuuteen (Mäkinen 2011). Kaikki liikuntaharrastukset ei-vät lähtökohtaisesti ole maksullisia, mutta van-hempien ja rahan tärkeys vain korostuu lasten ja nuorten liikkumisen painopisteen siirtyessä arkiliikunnasta yhä enemmän urheiluseuroissa tapahtuvaan eri lajien harrastamiseen.³⁸ Lisäksi on havaittu, että aikuisten liikunnan harrasta-mattomuus vapaa-ajalla on yleisempää työväen-luokkaisilla kuin keskiluokkaisilla tutkittavilla (Mäkinen ym. 2010). Suomessa aikuisten lii-kunta ei ole tällä tavalla luokkaistunutta vain ur-heilemisen määrän, vaan myös eri urheilulajien osalta (Kahma 2010).³⁹

Lähes kolmannes liikkumattomista peruste-lee liikuntaharrastuksen puutetta lahjakkuuden puutteella. Ajatus lahjojen puutteesta esteenä lii-kunnalle vaikuttaa olevan kovin kaukana liikun-nan iloista, ikään kuin liikkuminen olisi ennen kaikkea suoritus, jossa tulee olla hyvä. Näin ajat-televat ovat pitkälti samoja nuoria, jotka eivät pidä liikunnasta ja joilla on huonoja kokemuk-sia koululiikunnasta tai liikunnasta ylipäätään. Näitä syitä korostavat ovat myös keskimääräistä selvästi tyytymättömämpiä omaan kuntoonsa. Taustalle voi helposti kuvitella itseään ruokki-van kehän, jossa myönteisten kokemusten puute vähentää innostusta liikkumiseen, ja liikkumat-tomuus puolestaan vähentää mahdollisuuksia

onnistumisen elämyksiin ja muihin myönteisiin liikkumiskokemuksiin.

Vamma tai sairaus, joka vaikeuttaa liikunnan harrastamista on ainakin jonkin verran merkittävä syy noin neljännekselle liikkumattomista lapsista ja nuorista. Suunnilleen yhtä usea vastaaja pitää liikkumattomuuden syynä sitä, ettei hänellä ole tietoa olemassa olevista liikuntamahdollisuuksista. Liian kilpailuhenkisyys mainitsee vajaa neljännes. Kilpailuhenkisyys onkin yleisempi syy urheiluseuroissa lopettamiselle kuin ylipäättään liikkumattomuudelle (vrt. kuvio 60).

Kuvioiden 58 ja 59 vertailussa huomionarvoista on, ettei mikään liikkumattomuuden syy saa yhtä suurta kannatusta kuin suosituimmat liikkumisen syyt. Liikkumattomuutta voi ylipäänsä olla vaikeampi perustella. On myös mahdollista, että vastaajille annetuista vastausvaihtoehdoista puuttuu tärkeitä vaihtoehtoja. Kuvion 59 listan ulkopuolisia muita syitä mainitsi kuitenkin vain seitsemän vastaajaa. Tytöt heistä oli viisi ja kahdella syynä oli oma laiskuus/saamattomuus. Yksittäisiä syitä olivat raskaus, jaksamattomuus ja se, että liikunta on tylsää. Pojista toinen katsoi syyksi oman saamattomuutensa ja toinen sen, että sen ajan, jota häneltä jää, hän käyttää mieluummin musiikkiin.

SEURALIIKUNNAN LOPETTAMISEN SYYT

Edellä (kuvio 48) havaittiin nuorten liikunta-aktiivisuuden selvä väheneminen murrosiän edetessä. Liikunta-aktiivisuus vähenee iän myötä niin urheiluseurojen toimintaan osallistumisen (kuvio 54) kuin omatoimisen liikunnan ja koulumatkaliikunnan osalta. Edellä (s. 62) käsiteltiin aiempia suomalaisia tutkimuksia ja tietolähteitä aiheesta. Urheiluseurojen toimintaan osallistumisen väheneminen murrosiässä havaitaan myös nuorten urheilijoiden lisenssitietojen perusteella (Lehtonen & Hakonen 2012). Lisää painoarvoa trendille antaa kokonaisliikunnan painopisteen siirtyminen kohti järjestettyä liikuntaa ja lajien harrastamista. Omaehtoinen liikkuminen myös

säilyy murrosiässä paremmin kuin urheiluseuroissa tapahtuva liikunnan harrastaminen. Nyt käsiteltävästä, tyypillisesti murrosikään ajoituvasta urheiluharrastuksen lopettamisesta on käytetty termiä drop out, erotuksena drop off -ilmiölle, eli liikunta-aktiivisuuden vähenemiselle (Aira ym. 2013).

Kaikkiaan 33 % nyt tehdyn kyselyn vastaajista on joskus lopettanut seuraliikunnan.⁴⁰ Iän mukaan tarkasteltuna urheiluseurassa harrastuksensa lopettaneita on etenkin vanhemmissa ikäryhmissä, 15–29-vuotiaissa kuutisenkymmentä prosenttia. Vanhemmat ikäryhmätahan saattoivat tarkastella asiaa retrospektiivisesti, koska erikseen ei kysytty, minkä ikäisenä lopettaminen on tapahtunut.

Sukupuolen, tulotason, oman tai äidin koulutuksen mukaan tarkasteltuna seuraliikunnan lopettamisessa ei ole merkittäviä eroja. Sen sijaan asuinpaikan mukaan tarkasteltuna lopettaminen näyttäisi olevan yleisempää ison kaupungin keskustassa (69 %) tai Etelä-Suomessa (64 %) asuvilla kuin maaseutuymäristössä (44 %) tai Pohjois-Suomessa (46 %) asuvilla. Lopettaneista 41 % sanoo haluavansa aloittaa uudestaan seuraliikunnan. Aloittamishalu on yleisempi tytöillä (47 %) kuin pojilla (36 %). (Ks. myös kuvio 61 seuraliikuntaan osallistumisesta, lopettamisesta ja aloittamishaluista.)

Lopettamisen syyt

Lapsilta ja nuorilta, jotka olivat lopettaneet urheiluseuraharrastuksen, kysyttiin heille merkittäviä syitä harrastuksen lopettamiselle. 7–9-vuotailta pyydettiin avovastauksia, joita saatiin yhteensä 26. Seitsemän vastauksista liittyy siihen, että harrastuksessa oli ”tylsää” tai että vastaaja kyllästyi siihen. Neljä vastaajaa ei pitänyt harrastuksesta. Muutamat vastasivat lopettaneensa, koska kaveritkin lopettivat tai koska harrastus oli huonoina ajankohtina tai hankalan kulkuyhteyden päässä. Muutamassa tapauksessa muut harrastuksessa olivat pienempiä (nuorempia) kuin vastaaja. Yksittäisiä mainintoja olivat myös muutto toiselle paikkakunnalle, terveydel-

liset syyt, pitkät koulupäivät, se, että harrastus oli liian harvoin, se, ettei kokenut oppivansa siellä uutta, halu enempään (vapaa-)aikaan, harrastuksen vaihto, se, ettei kesäloman jälkeen mahtunut enää ryhmään mukaan sekä se, ettei joukkueessa ollut omia kavereita.

10–29-vuotiaiden lopettamissyitä kysyttiin valmiilla vastausvaihtoehdoilla (kuvio 60). Ylivoimaisesti merkittävin syy urheiluseuraharrastamisen lopettamiselle on se, että muut asiat alkoivat kiinnostaa. Sukua tälle ovat niin ikään tärkeiksi koetut syyt siitä, että harrastus vei liikaa aikaa tai että vastaaja aloitti uuden harrastuksen. Liikunnan tilalle on siis usein valittu jokin muuta. Ajanpuute pakottaa priorisoimaan, jolloin monella etenkin teini-ikäisellä liikunta saa väistyä. Myös Haanpään ja kumppaneiden (2012, 21) tutkimuksessa yleisimpiä syitä organisoidun liikuntaharrastuksen lopettamiselle olivat kiinnostuksen ja ajan puute. Kuten edellä tuli esiin (kuvio 59), ajanpuute on myös yleisin este muullekin kuin urheiluseurassa tapahtuvalle liikunnalle.

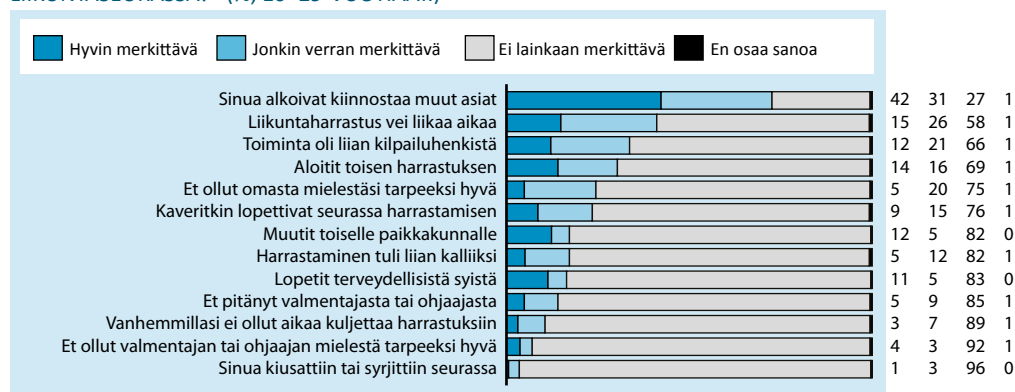
Urheiluseuraliikkumisessa harjoitusmäärät tavallisesti kasvavat iän myötä. Vuorokauteen ei kuitenkaan tule enempää tunteja eikä viikkoon lisää päiviä, joten toinen harrastus ei yksinkertaisesti mahdu aikatauluihin. Otettakoon samaan aikaan myös huomioon koulupäivien piteneminen. Onko Suomessa kenties muita

maita tavallisempaa, että joudutaan valitsemaan yksi harrastus, johon keskitytään? Yksi seikka on myös se, että samanaikaisesti kun harjoitusmäärät kasvavat, siirrytään monissa urheiluharrastuksissa myös tasoryhmiin. Jos nuorella on tähän asti ollut ajatus, että hänestä voi tulla huippu, saattaako maan pinnalle myös palauttaa se, että jaetaan nuoret kahteen joukkueeseen, joista toinen on tavallisesti kilpajoukkue ja toinen ”harraste”joukkue? Motivaatio voi loppua realismiin. Isompi ongelma lienee kuitenkin se, ettei vähemmän kilpailuhenkisiä harrasteseuroja ja -joukkueita ole riittävästi tarjolla.

Tätä tulkintaa tavallaan tukee se, että neljännekselle ainakin jonkin verran merkittävä syy on se, ettei hän koe itseään tarpeeksi hyväksi. Toiminnan liiallinen kilpailuhenkisyys on vielä yleisempi lopettamissyä, jonka sanoo vaikuttaneen joka kolmas seuraliikunnan lopettaneista 10–29-vuotiaista. Nämä molemmat tekijät voivat olla osatekijöinä siinä, että lasta tai nuorta alkavat kiinnostaa muut asiat. Kiinnostusta varmasti vähentävät myös se, jos ei pidä valmentajasta tai ohjaajasta (minkä mainitsee lopettamisen syynä 14 %) samoin kuin se, että ei ole valmentajan tai ohjaajan mielestä tarpeeksi hyvä (7 %). Kyselyaineistossa näitä neljää syytä merkittävänä lopettamisen syinä pitävät ovat pitkälti samoja nuoria. Kilpailuhenkisyys varmasti

KUVIO 60.

”KUINKA MERKITTÄVIÄ OLIVAT SEURAAVAT SYYT LOPETTAA LIIKUNNAN HARRASTAMINEN URHEILU- TAI LIIKUNTASEURASSA?” (% , 10–29-VUOTIAAT.)



motivoi yksiä, kun taas toisiin tällainen tavoitteellisuus vaikuttaa lannistavasti.

Rakenteellisista tekijöistä on huomioitava etenkin liikuntaharrastuksen hinta. Se on kolmanneksi yleisin syy liikunnan harrastamattomuudelle ylipäätään, muttei kuitenkaan urheiluseurassa lopettamisen karkisyyden joukossa. Tämän voi tulkita niin, että lajien kalleus nostaa ennen kaikkea kynnystä aloittaa ja päästä kokeilemaan eri lajeja. Vastaavanlaisia tuloksia on saatu myös muissa tuoreissa kyselyissä. Kysyttäessä lasten vanhemmilta lähes kolmasosa sanoi, että liian korkeat hinnat ovat este lapsen liikuntaharrastukselle. Tutkimuksen mukaan vuonna 1998 perheet käyttivät liikuntaan rahaa keskimäärin alle 700 euroa, mutta vuonna 2009 summa oli jo lähes 1200 euroa vuodessa. Lisäksi lajikohtaiset erot ovat suuria. (Suomi ym. 2012.) Yleisradion kyselyssä (2013) puolestaan joka viides vanhemmista sanoi kalleuden pakottaneen lapset lopettamaan jonkin harrastuksen.

Muutto toiselle paikkakunnalle on vähintään jonkin verran merkittävä syy 17 %:lle. Nuoren muutto opiskelemaan toiselle paikkakunnalle tai ylipäätään pois kotoa on monille kriittinen nivelvaihe, jossa harrastus saattaa loppua. Yleisin poismuuttoikä on sekä miehillä että naisilla 19 vuotta (Kupari 2011), ja Tilastokeskuksen asunto- ja elinolot -tilaston mukaan enemmistö 20-vuotiaista naisista ja 21-vuotiaista miehistä asuu jo vakituisesti muussa kuin vanhempiensa asunnossa. Iän mukaan tarkasteltuna toiselle paikkakunnalle muutto onkin yli kaksikymppisille tyypillinen seuraliikunnan lopettamisen syy.

17 % mainitsee lopettamisen johtuneen terveydellisistä syistä. Niissä lapsissa ja nuorissa, joiden lopettamispäätökseen terveyssyyt ovat vaikuttaneet, on jonkin verran enemmän terveyteensä tyytymättömiä. Kysely ei kuitenkaan kerro sitä, missä määrin kyse on liikunnasta johtuvista terveyssyistä kuten loukkaantumisista.

14 % pitää ainakin jonkin verran lopettamispäätökseen vaikuttaneena sitä, ettei pitänyt ohjaajasta. Harvinaisempi lopettamissyynä on se, että vanhemmillä ei ole ollut aikaa kuljettaa harrastuksiin (10 %). Vanhemmat saavatkin

liikkuvien lasten ja nuorten tunnustuksen myös 2012 Nuorisobarometrissa, jossa lähes kaikki sanovat vanhempiensa tukeneen liikuntaharrastustaan esimerkiksi maksamalla ne tai kuljettamalla niihin (Myllyniemi 2012, 81). Ne harvat, joilla lopettamisen syy on vanhemmissa, ovat keskimääräistä selvästi tyytymättömämpiä omaan kuntoonsa.

Kiusaaminen tai syrjiminen on painanut ainakin jonkin verran seuraliikunnan lopettamisessa 4 prosentilla. Osuus ehkä vaikuttaa pieneltä, mutta on määrällisesti kuitenkin huomattava. Sisäministeriön selvityksen mukaan suomalainen urheilu menettää lahjakkuuksia syrjinnän takia. Syrjintää ovat kokeneet maahanmuuttajataustaiset ja romanit, mutta myös esimerkiksi seksuaalivähemmistöt (Junkala & Lallukka 2012.)

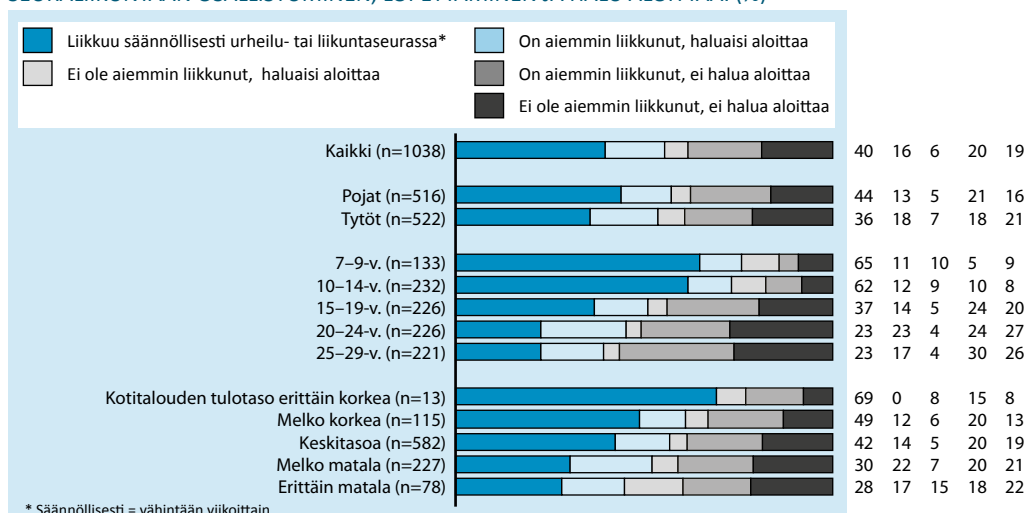
12 prosenttia mainitsee jonkin muun kuin kuvion 60 luettelossa mainitun syyn. Yleisin näistä oli se, että harrastus koettiin tylsäksi tai se ei vain enää kiinnostanut. Toiseksi yleisin oli, että harjoitusmahdollisuudet loppuivat paikkakunnalta tai laji ei ollutkaan ”minun lajini”. Kolmen vastaajan osalta joukkue lopetettiin tai opiskelukiireet estivät. Muutamilla ei ollut aikaa, tai harjoitukset olivat liian myöhään. Muutamat saivat lapsen, joillain puolestaan vaikutti ohjaajan vaihtuminen. Yksittäisiä syitä olivat muun muassa armeijaan meno, erimielisyydet seurassa, pitkä matka, liikaa harjoituksia tai se, ettei seura ollut tarpeeksi ”hyvä”.

HALU ALOITTAÄ LIIKUNTA-HARRASTUS URHEILUSEURASSA

Vastaajilta, jotka olivat vastanneet, etteivät harrasta liikuntaa lainkaan tai eivät harrasta sitä urheilu- tai liikuntaseurassa, kysyttiin, haluaisivatko he aloittaa harrastamisen urheilu- tai liikuntaseurassa. Vastaajista kolmannes (34 %) haluaisi aloittaa, yli puolet (59 %) ei haluaisi ja 8 % ei osannut sanoa. Iän mukaan tarkasteltuna aloittamishaluisia oli etenkin 7–9-vuotiaissa (50 %) ja 10–14-vuotiaissa (46 %). 15–29-vuotiaista lähes kaksi kolmesta ei ha-

KUVIO 61.

SEURALIIKUNTAAN OSALLISTUMINEN, LOPETTAMINEN JA HALU ALOITTA. (%)



lunnut aloittaa. Halu harrastaa liikuntaa urheilu-seurassa on suhteellisen vähäistä (23 %), mikäli vastaajalla ei ole siitä aiempaa kokemusta. Joskus aiemmin seurassa harrastaneiden joukossa uudelleenaloittamishalu on yleisempää (41 %).

Kuvioon 61 on yhdistetty tiedot urheilu-seurassa liikkumisesta, lopettamisesta ja aloittamishaluista (Litteen 1 K9, K48, K49 ja K52). Haastatteluhetkellä säännölliseksi urheilu- tai liikuntaseurassa liikkumiseksi on tässä määriteltä vähintään viikoittainen osallistuminen. Näin on saatu viisi lasten ja nuorten seuraliikuntasuhdetta kuvaavaa luokkaa: säännöllisesti urheilu- tai liikuntaseurassa liikkuvat (40 %), aiemmin seurassa liikkuneet, jotka haluaisivat aloittaa uudestaan (16 %), ei aiemmin seurassa liikkuneet, jotka haluaisivat aloittaa (6 %), aiemmin seurassa liikkuneet, jotka eivät halua aloittaa (20 %) sekä ei aiemmin seurassa liikkuneet, jotka eivät halua aloittaa (19 %). Luokittelusta on selkeyden vuoksi poistettu kaikki ”en osaa sanoa”-vastaukset, joten taulukko antaa todellisuudesta hieman yksinkertaistetun kuvan.

Kuviosta 61 näkyy, että tytöt paitsi osallistuvat haastatteluhetkellä poikia harvemmin, myös ovat aiemmissa elämänvaiheissaan osallistuneet poikia vähemmän seuraliikuntaan. Iän

mukaiset erot ovat suuria: varttuneemmissa on nuorimpia vähemmän sekä parhaillaan aktiivisesti osallistuvia että niitä, jotka eivät edes halua aloittaa. Myös koettu tulotaso määrittää varsin vahvasti suhdetta seuraliikuntaan. Hyvätuloisten osallistuminen seuraliikuntaan on yleisempää niin haastatteluhetkellä kuin aiemminkin. Edellä havaittiin liikuntaharrastusten kalleuden liikkumattomuuden syynä olevan yhteydessä niin euromääräiseen tuloon kuin kotitalouden koettuun tulotasoonkin. Matalammilla tulotasoilla halu aloittaa on kuitenkin hyvätulaisia suurempaa. Tämä koskee sekä niitä, joilla ei ole seuraliikunnasta aiempia kokemuksia, että niitä, jotka ovat jossain vaiheessa olleet mukana mutta lopettaneet. Huonommin toimeentulevissa vaikuttaisi siis olevan paljon toteutumaton potentiaalia liikkumiseen. Tätä tukee myös aiemmin seuroissa liikkuneiden aloittamishalun vertailu lopettamisen syiden mukaan. Kalleutta hyvin merkittävänä syynä seuraliikunnan lopettamiselle pitävistä nimittäin enemmistö (58 %) haluaisi aloittaa uudelleen urheiluseurassa. Terveystieteistä syistä tai toiselle paikkakunnalle muuttamisen takia lopettaneistakin puolet haluaisi aloittaa uudelleen. Sen sijaan lopettamisen syyn liittyessä liikaan kilpailuhenkisyyteen on

uudelleenaloittamisen halu selvästi harvinaisempaa, samoin jos lopettamisen syy on yksinkertaisesti se, että muut asiat alkoivat kiinnostaa enemmän.

Kysymyksiä seuraliikunnan lopettamisesta ja aloittamishaluista voi yleisemmälläkin tasolla tulkita hyödyntämättömän potentiaalın näkökulmasta. Kolmannes lapsista ja nuorista siis haluaisi olla mukana, mutta syystä tai toisesta ei sitä tee. Kaksi kolmesta ei edes halua osallistua, ja joskus osallistuneista mutta lopettaneista kolme neljästä sanoo syyksi kiinnostuksen puutteen. Organisoidusta liikuntaharrastuksesta pois jättäytymisen tarkastelussa Lehmuskallio (2008) näkee, että loukkaantumisia lukuun ottamatta muut lopettamissyty⁴¹ viittaavat siihen, etteivät organisoidun liikunnan merkityspotentiaalit ole enää kenneet vastaamaan lapsista nuoriksi varttuneiden ”merkityskysyntään”. Yksi tämän kyselyn ulkopuolelle jäänyt, mutta ehdottoman tärkeä seikka pohdittavaksi on se, missä määrin nuoria osallistetaan urheiluseuran toimintojen suunnitteluun ja kehittämiseen. Aiemman tutkimuksen mukaan lapset ja nuoret eivät ole juurikaan olleet mukana liikunta-asioiden ideoinnissa, suunnittelussa ja toteutuksessa urheiluseuroissa (Berg, Gretscher & Humppila 2011). Onko nuorilla edes mahdollisuutta vaikuttaa vai onko toiminta aikuisvetoista? Voiko kiinnostus lopahtaa myös tästä syystä?

Nuoren Suomen valtakunnallisen Your Move -kampanjan arviointitutkimuksen⁴² yhtenä osana olivat 13–19-vuotiaat urheiluseuroissa harrastavat nuoret (Berg ym 2011). Heistä 40 prosentilla oli tapahtumassa edustamansa lajin lisäksi jokin muu liikuntaharrastus ja 43 prosentilla oli ollut tällainen aiemmin muttei enää. Osa urheilua aktiivisesti harrastavista nuorista on joutunut jättämään toisen lajin pois, syystä tai toisesta. Pienenä sivuraiteena liikuntaharrastuksen valtavirrasta voisi mainita huippu-urheilijoiden ja -taiteilijoiden elämänsäkuja ja menestystekijöitä selvittävän tutkimushankkeen (Piispa & Huhta 2013), johon haastatelluista 96 urheilijasta yli puolet aloitti oman lajinsa ohjatun harjoittelun 6–10-vuotiaana. Alle 6-vuotiaana lajinsa

oli aloittanut vajaa kuudennes. Reilu viidennes oli löytänyt oman lajinsa 11–15-vuotiaana, mikä on tyypillinen ikä omaan lajiin erikoistumiselle. Kyseisessä iässä lajinsa löytävät vaikuttaisivat Piispan mukaan hyvin ehtivän erikoistumaan, hieman lajista riippuen. Noin joka kymmenes oli löytänyt lajinsa yli 15-vuotiaana. (Piispa 2013, 19.)

Koski (2008, 300–302) kirjoittaa, että urheiluseuratoiminta on Suomessa viime vuosikymmenien aikana muuttunut siten, että lajikeskeys on voimistunut: yleisseuroista, joissa saattoi harrastaa useita lajeja, on siirrytty yhden lajin seuroihin. Toisaalta lajien tarjonta ylipäättään on kasvanut. Koski nostaa esiin joukkuepallolajien vankan suosion nuorten keskuudessa: yli puolet seurojen toimintaan osallistuvista on ”mukana joukkuepallolun metodein toteutussa nuorisotyössä” (mt. 302). Huhta ja Nipuli (2011) kävivät raportissaan läpi erilaisia ideologisia liikunta- ja urheilumalleja. Esimerkiksi Saksassa sama seura voi järjestää harjoituksia useassa eri lajissa, joten harrastavalla nuorella on mahdollisuus kokeilla eri lajeja samassa seurassa. Lisäksi seuran sisällä on mahdollista

TAULUKKO 13.

HALUTUIMMAT URHEILUSEURAHARRASTUKSET. (TYTTÖJEN N=132, POIKIEN N=99)

Tytöt			Pojat		
	lkm	%		lkm	%
Tanssi	34	26	Jalkapallo	18	18
Lentopallo	10	8	Sähly / salibandy	18	18
Sähly / salibandy	10	8	Kamppailu-lajit	17	17
Uinti	9	7	Jääkiekko	12	12
Kamppailu-lajit	8	6	Uinti	6	6
Yleisurheilu	8	6	Lentopallo	5	5
Jalkapallo	8	6	Pesäpallo	5	5
Jumpa	8	6	Koripallo	5	5
Nyrkkeily	6	5	Yleisurheilu	4	4
Ratsastus	6	5	Sulkapallo	4	4
Jääkiekko	5	4	Kiipeily	3	3

harrastaa sekä kilpaurheilua että harrasteliikuntaa, eikä harrasteliikkuja tiputeta pois iän kasvaessa ja kilpailun lisääntyessä. Myös Nipulin (2011) käsittelemässä kanadalaisessa urheilun kehitysmallissa (LTAD) tuodaan esiin, että erikoistumisen yhteen lajiin liian varhain on nähty johtavan muun muassa lajiin kyllästymiseen ja varhaiseen drop-outiin.

Mitä urheiluseurassa haluttaisiin harrastaa?

Niiltä vastaajilta, jotka sanoivat haluavansa aloittaa liikuntaharrastuksen urheiluseurassa, kysyttiin mitä lajeja he haluaisivat siellä harrastaa (n= 231, joista tyttöjä 132 ja poikia 99). Tytöistä 12 % ja pojista 9 % ei osannut sanoa.

Kun mainittuja suosituimpia lajeja katsotaan sukupuolitain (taulukko 13), havaitaan, että sekä tytöt että pojat haluaisivat harrastaa jalkapalloa, sählyä, kamppailulajeja, uintia, lentopalloa, yleisurheilua sekä jääkiekkoa. Lajeja, jotka ovat vain tyttöjen kärkeitoiveissa, ovat tanssi, jumppa, nyrkkeily ja ratsastus. Poikien osalta tällaisia ovat pesäpallo, koripallo, sulkapallo ja kiipeily.

Kun näitä lajeja verrataan tyttöjen ja poikien toteutuneisiin suosituimpiin liikuntaharrastuksiin (taulukot 5 ja 6), näkyy se, että

tytöillä lajeja, joita haluttaisiin harrastaa, mutta jotka eivät ole tällä hetkellä harrastettujen suosituimpien lajien joukossa ovat nyrkkeily, jääkiekko ja lentopallo. Pojilla tällaisia lajeja ovat kiipeily, pesäpallo ja yleisurheilu. Samat vastaajat myös luettelevat useampia lajeja: sama tyttö tai poika haluaisi harrastaa esimerkiksi yksilö- ja joukkuelajeja tai sama tyttö vaikkapa nyrkkeilyä ja tanssia.

Iän mukaan katsottuna 7–14-vuotiaiden toiveharrastukset urheiluseuroissa (taulukko 14) ovat samoja kuin aineiston tällä hetkellä suosituimmat liikuntalajit tämänikäisillä. 15–19-vuotiaiden osalta huomio kiinnittyy etenkin toiveisiin tanssin ja kamppailulajien (joihin nyrkkeilykin voidaan lukea) harrastamisesta urheiluseurassa. 20–29-vuotiaat puolestaan haluaisivat harrastaa kamppailulajeja nykyistä enemmän urheiluseuroissa, samoin toive tanssin ja lentopallon harrastamisesta poikkeaa tämänikäisten toteutuneista suosituimmista lajeista.

Sille, että liikunnan harrastaminen ylipäätään sekä urheiluseuroissa vähenee – tai loppuu – iän myötä, halutaan usein vastauksia ja ratkaisuja. Tämän tutkimuksen tulosten perusteella alle 15-vuotiaat harrastavat paljolti sitä, mitä samanikäiset myös haluaisivat enemmän urheiluseuroissa harrastaa. Tätä vanhempien ikäryhmien, 15–29-vuotiaiden, osalta olisi syytä kiinnittää

TAULUKKO 14.

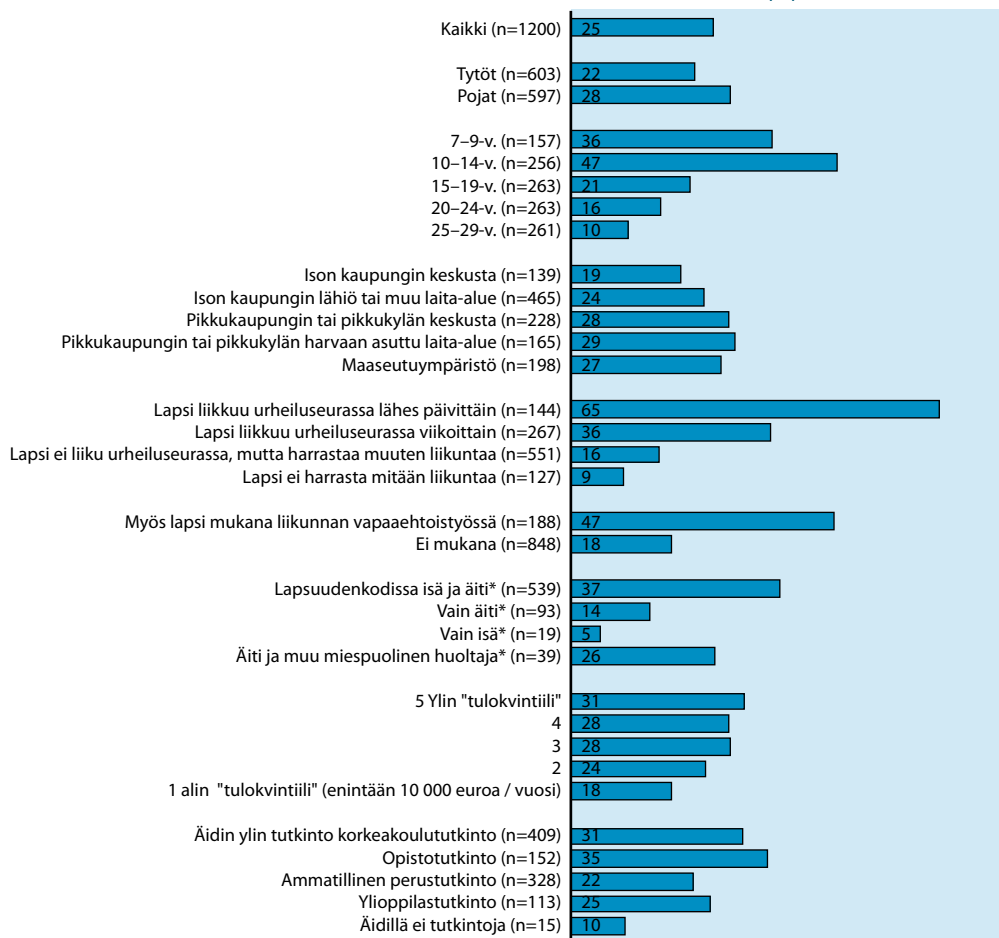
HALUTUIMMAT URHEILUSEURAHARRASTUKSET ERI IKÄRYHMISSÄ.

(7–9-VUOTIAIDEN N=29, 10–14-VUOTIAIDEN N=51, 15–19-VUOTIAIDEN N=45, 20–24-VUOTIAIDEN N=60, 25–29-VUOTIAIDEN N=46)

7–9-v.	n	%	10–14-v.	n	%	15–19-v.	n	%	20–24v.	n	%	25–29v.	n	%
Jalkapallo	7	24	Jalkapallo	8	16	Tanssi	13	29	Kamppailulajit	10	17	Kamppailulajit	11	24
Luistelu	6	21	Salibandy / Sähly	5	10	Salibandy / Sähly	8	18	Salibandy / Sähly	9	15	Tanssi	7	15
Jääkiekko	4	14	Uinti	5	10	Kamppailulajit	4	9	Jalkapallo	8	13	Jalkapallo	6	13
Uinti	4	14	Tanssi	5	10	Jalkapallo	3	7	Tanssi	8	13	Jumppa	5	11
Baletti	3	10	Yleisurheilu	4	8	Jääkiekko	3	7	Lentopallo	6	10	Jääkiekko	5	11
Yleisurheilu	3	10	Jääkiekko	3	6	Nyrkkeily	3	7	Koripallo	4	7	Lentopallo	4	9

KUVIO 62.

LIIKUNNAN VAPAAEHTOISTYÖSSÄ MUKANA OLEVIENT VANHEMPIEN OSUUDET. (%)



* Vain vanhempien luona yhä asuvat.

** Ekvivalentti tulo on laskettu jakamalla kotitalouden käytettävissä olevat tulot talouden kulutusyksiköiden määrällä. Kvintiliit on muodostettu siten, että kussakin viidessä tuloluokassa olisi suunnilleen sama määrä vastaajia. Tulorajat ovat seuraavat: 1 = enintään 10 000 euroa / vuosi, 2 = 10 001–16 666 euroa / vuosi, 3 = 16 667–25 000 euroa / vuosi, 4 = 25 001–35 714 euroa / vuosi, 5 = yli 35 714 euroa / vuosi.

huomiota lajitoiveisiin, sillä tämänikäisten saat-
taa olla vaikeampi aloittaa esimerkiksi joukkue-
lajiharrastusta urheiluseurassa. Kampipailulaji- ja
tanssiharrastuksen aloittaminen tämänikäisenä
on helpompaa. Näiden hieman vanhempien
nuorten joukossa saattaa myös olla sellaisia, jot-
ka ovat harrastaneet esimerkiksi joukkuelajeja
aiemmin ja haluaisivat nyt aloittaa harrastuksen
uudelleen. Onko kysynnälle siis tarjontaa?

LIIKUNNAN VAPAAEHTOISTYÖ

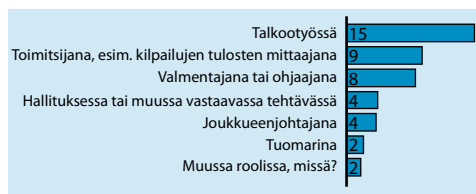
Vanhempien osallistuminen liikunnan vapaaehtoistyöhön

7–9-vuotiaiden vanhemmilta kysyttiin, ovatko
he toimineet viimeisen vuoden aikana liikunnan
vapaaehtoistyössä, esimerkiksi valmentajana tai
talkootyössä. 10–29-vuotiailta kysyttiin, ovatko

heidän vanhempansa osallistuneet tällaiseen toimintaan.

25 % koko aineiston lasten ja nuorten vanhemmista on osallistunut liikunnan vapaaehtoistyöhön. Etenkin 10–14-vuotiaiden vanhemmat ovat aktiivisia, mikä johtuu luonnollisesti siitä, että tuossa iässä lapset osallistuivat säännöllisimmin seuraliikuntaan (kuvio 54). Kuvioita 62 ja 64 tulkitessa on hyvä myös pitää mielessä, että ikä kertoo ainoastaan haastattelun lapsen iän, ja enemmistöllä heistä on myös sisarusia, jotka saattavat olla mukana liikunta- tai urheiluseuroissa. Lapsen seuraliikunnallinen

KUVIO 63.
VANHEMPIEN OSALLISTUMINEN LIIKUNNAN VAPAAEHTOISTYÖN ERI MUOTOIHIN. (%)



aktiivisuus vaikuttaa ratkaisevasti vanhempien osallistumiseen. Vanhemmista, joiden lapsi liikkuu urheiluseurassa lähes päivittäin, peräti 65 % on jotenkin mukana liikunnan vapaaehtoistyössä. Vielä vähintään muutaman kerran vuodessa liikuntaa urheiluseurassa harrastavien nuorten vanhemmistakin 40 % toimii liikunnan vapaaehtoistyössä, ja nuorten, jotka vastasivat ylipäätään harrastavansa mitä tahansa liikuntaa (K 43) vanhemmista 28 % toimii liikunnan vapaaehtoistyössä.

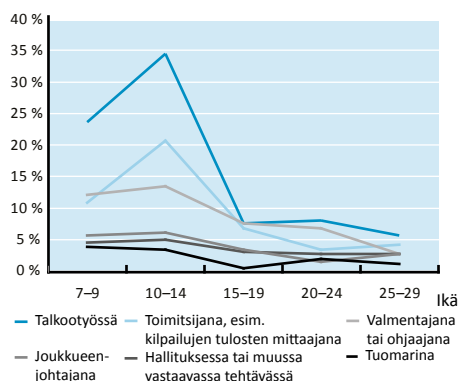
Kysymyksessä vanhempien osallistumisesta ei tarkennettu sitä, kummasta vanhemmasta on kyse. On siis tavallaan loogista, että niillä lapsilla, joiden kotona on kaksi vanhempaa, on suuremmalla osuudella (37 %) ainakin toinen vanhemmista mukana kuin yhden vanhemman kanssa asuvilla (13 %). Osasyys voi olla myös muualla. Tulotaso (niin koettu kuin euromääräinen) on selvästi matalampi yksinhuoltajilla, ja tulotaso on myös yhteydessä liikunnan

vapaaehtoistoimintaan osallistumiseen. Varsinkin talkootyössä ja toimitsijana on ennen kaikkea varakkaampien perheiden vanhempia. Kuviosta 62 näkyy myös äidin korkean koulutustason lisäävän todennäköisyyttä osallistua liikunnan vapaaehtoistyöhön.

Tulokset antavat tukea Pasi Kosken tulkinnoille liikuntaseurojen vapaaehtoistoiminnalle ominaisesta keskiluokkaisesta ilmeestä. Koski viittaa kansalliseen liikuntatutkimukseen sekä 1990-luvun puolivälissä kerättyyn elämäntyyliaineistoon, joiden mukaan liikuntaseurojen aikuiset vapaaehtoistoimijat ovat keskimääräistä paremmin koulutettuja ja hyvin työelämässä edenneitä. Näille toimijoille on Kosken mukaan yhteistä myös ahkeruuden, yhteiskunnallisen toiminnan, arvostetun aseman ja itsensä kehittämisen arvostaminen sekä kriittinen suhtautuminen laiskuuteen ja periaatteettomuuteen. (Koski 2008, 303; Koski 2000, 52–54.)

Kuviosta 63 nähdään, että yleisimmät vapaaehtoistyön muodot ovat talkootyö (15 %) ja toimitsijana oleminen (9 %). Seuran luottamustoimissa, joukkueenjohtajana tai tuomarina on vain muutama prosentti vanhemmista⁴³. Kuten edellä kuvioista 62 nähtiin, on vanhemman osallistumien kiinteästi kytköksissä lapsen ikään ja aktiivisuuteen seurassa. Kuvioon 64 on vielä yhdistetty lapsen ikä ja eri vapaaehtoistyön

KUVIO 64.
VANHEMPIEN TOIMIMINEN LIIKUNNAN VAPAAEHTOISTYÖN ERI ROOLEISSA LAPSEN IÄN MUKAAN. (%)



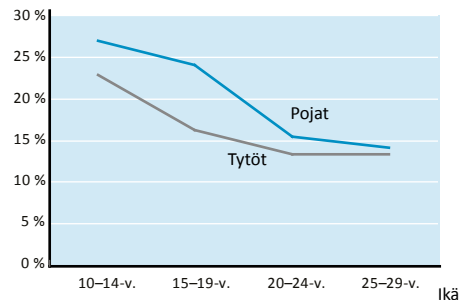
rooleissa toimivien vanhempien osuudet. Talkootyöhön osallistuu 10–14-vuotiaiden vanhemmista joka kolmas, urheiluseurassa liikuntaa harrastavien lasten vanhemmista 45 %. Päivittäin urheiluseuraliikuntaa harrastavien alle 15-vuotiaiden vanhemmista jo selvä enemmistö on tavalla tai toisella mukana talkootyössä.

Rautavan ja kumppaneiden (2003) tutkimuksessa vanhempien koulutustaso oli yhteydessä seuratoiminnan muttei omaehtoisen liikkumisen kanssa. Lareau (2003) amerikkalaisessa kontekstissa tehdyn tutkimuksen keskiluokkaiset vanhemmat pitivät itsestään selvänä velvollisuutenaan kehittää lastensa kykyjä ja yksilöllisyyttä tavoilla, joihin kuuluivat organisoitujen harrastukset. Lapset oppivat myös taitoja, jotka liittyvät keskiluokkaiseen työhön ja kykyyn suoriutua julkisesti. Suoritukseen perustuvasta arvioinnista tulee heille samalla rutiniä, jossa opitaan suoriutumisen pelisäännöt, jotka saattavat ulottua myös koulu- ja työmaailmaan. Muissa yhteiskuntaluokissa vanhemmat taas näkivät lasten ja aikuisten maailmat erillisinä – lasten aktiviteetit ovat jotain mitä nämä tekevät keskenään, ei aikuisten kanssa, ja tällöin he oppivat omaa ajankäyttöään ja kaveriporukan jäsenyyteen liittyviä taitoja. (Mt., 39, 60–62; myös Metso 2004.)

Koskelan (2009) mukaan aikuisten usko lasten selviytymiseen ja yksin pärjäämiseen on romahtanut. Lasten elämästä on tullut yhä ohjelmoidumpaa, ja omaehtoiseen toimintaan jää entistä vähemmän aikaa. Samaan aikaan vanhempien oletetaan osallistuvan yhä enemmän lasten vapaa-aikaan ja lapsuuteen kuuluu yhä vähemmän ”vanhemmilta suljettuja” kenttiä. (Mt., 141–142.) Kasvatusfilosofisesta näkökulmasta vastakkain asettuu kaksi näkökulmaa: vapautta ja itsenäisyyttä korostavan ajattelutavan mukaan lapsen turvallisuutta edistää pitkällä aikavälillä se, että hän oppii arvioimaan riskejä, suhteuttamaan niitä ja toimimaan tilanteen mukaan. Suojeleva näkökulma perustuu ajatukseen, että lapsen on parasta ”oppia hyvät ja turvalliset tavat pienestä pitäen” (Mt., 135.)

KUVIO 65.

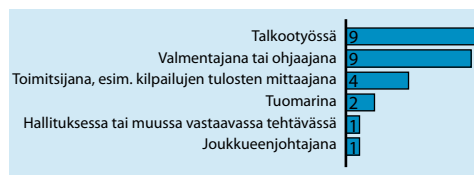
OLETKO TOIMINUT LIIKUNNAN VAPAAEHTOISTYÖSSÄ, ESIMERKIKSI VALMENTAJANA TAI TALKOOTYÖSSÄ, VIIMEISEN VUODEN AIKANA?



Hieman samaan asiaan liittyvät myös Honkosen ja Suorannan (1999, 10–14) esittämät joukkueurheilun junioritoiminnan neljä puhetapaa: tehovalmennuspuhe, sosialisatiopuhe, hauskuuspuhe ja terveyspuhe. Näistä ainoastaan sosialisatio- ja terveyspuheella ei ole selkeää ristiriitaa, vaikkakin sama henkilö voi silti käyttää kutakin neljästä puhetavasta eri tilanteissa. Tehovalmennuspuheessa kasvatetaan huippuja, joko ”huippujoukkueissa” tai ”kasvattajaseuroissa”. Kasvattajaseura ei viittaa tässä kunnan kansalaisten kasvatukseen, vaan huippujen tuottamiseen joidenkin toisten seurojen ja tulevaisuudessa yhtiöiden huippujoukkueisiin. Tehovalmennusta luonnehtii työn ja tuskan filosofia, jossa pelaajat ovat ”materiaalia” ja vanhempien rooli kiteytyy kustantamiseen, kuljettamiseen ja kannustamiseen. Pääpaino on asenteissa ja valmiuksissa, joita käytetään urheilun kentällä. (Mt.)

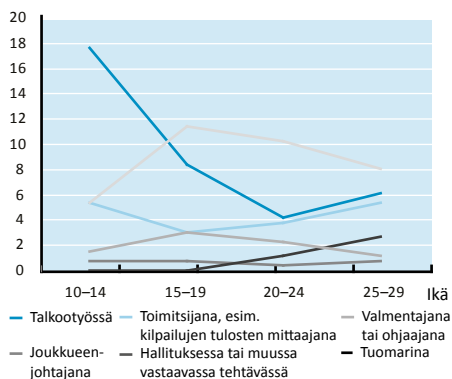
KUVIO 66.

TOIMIMINEN LIIKUNNAN VAPAAEHTOISTYÖN ROOLEISSA. (% 10–29-VUOTIAISTA)



Sosialisaatiopuhe sen sijaan korostaa asenteita ja taitoja, joilla on käyttöä myös muilla kentillä, ja siinä korostuu joukkueurheilun merkitys kunnon kansalaisten kasvattamisessa. Vanhemmat uskovat, että urheilu pitää nuoren poissa kadulta ja pahanteosta: joukkueurheilu tukee kodin ja koulun kasvatustehtävää. Hauskuuspuhe on Honkosen ja Suorannan mukaan suomalaiselle kulttuurille vieraampi.

KUVIO 67.
TOIMIMINEN LIIKUNNAN VAPAAEHTOISTYÖN ERI ROOLEISSA IÄN MUKAAN. (%)



Siinä korostetaan iästä riippumatta hauskuutta ja iloa, jolloin joukkueurheilun tehtävä on tarjota elämyksiä koko perheelle. Lasten vanhemmat ovat keskeinen osa toimintaa ja myös heillä on oltava hauskaa. Puhetavassa painotetaan tämänhetkistä toimintaa, ei esimerkiksi valmistautumista kunnon kansalaisuuteen. Terveyspuheessa korostetaan liikunnan myönteisiä vaikutuksia fyysiseen ja henkiseen hyvinvointiin. Puhetavan kasvatusulottuvuus on liikunnallisen ja terveen elämäntavan juurruttaminen lapsiin ja nuoriin. Liikunnan tukemiseen käytetty raha nähdään

taloudellisenä investointina, joka maksaa itsensä takaisin tulevaisuudessa työntekijöiden korkeampana tuottavuutena ja pienempinä sairaudenhoidomenoina. (Mt.)

Lapsen tai nuoren oma osallistuminen liikunnan vapaaehtoistyöhön

10–29-vuotiailta vastaajilta kysyttiin, ovatko he toimineet viimeisen vuoden aikana liikunnan vapaaehtoistyössä, esimerkiksi valmentajana tai talkootyössä⁴⁴. 18 % vastasi kyllä. Nuorista, jotka liikkuvat ainakin viikoittain urheiluseurassa, liikunnan vapaaehtoistyössä on mukana yli kolmannes. Osallistuminen vapaaehtoistyöhön vähenee iän myötä – samassa iässä kuin moni myös lopettaa liikkumisen urheiluseurassa (vrt. kuviot 54 ja 65).

Lasten ja nuorten liikunnan vapaaehtoistyön yleisimmät muodot ovat talkootyö (9 %) ja valmentajana tai ohjaajana toimiminen (9 %). Muihin tehtäviin osallistuminen on selvästi vähäisempää (kuviot 67 ja 68). Eri rooleissa toimiminen vaihtelee iän mukaan. Kuviosta 67 nähdään, kuinka talkootyö on tyypillisintä alle 15-vuotiaille, kun taas valmentajana tai ohjaajana toimimisen huippu on 15–19-vuotiaiden ikäryhmässä. Toimitsijana tai hallituksessa oleminen lisääntyy vielä 20 ikävuoden jälkeen.

Kyselymme ei mahdollista tulkintaa nuorten vapaaehtoistyön merkityksestä osallisuuden kokemukselle urheiluseuroissa. Lapset ja nuoret eivät ole juurikaan olleet mukana liikunta-asioiden ideoinnissa, suunnittelussa ja toteutuksessa urheiluseuroissa (Berg ym. 2011). Niin ikään eri-ikäisten ja erityisryhmien näkökulmia on aiemmin huomioitu heikosti myös liikunta- paikkojen suunnittelussa ja tarjoamisessa (Gretschel, Laine & Junttila-Vitikka 2013).

TYTYTYVÄISYYS

Kaikilta vastaajilta kysyttiin heidän tyytyväisyytään vapaa-aikaansa, ulkonäköönsä, kuntoonsa, terveyteensä ja elämään yleensä. Lisäksi selvitetiin nuorten tyytyväisyyttä siihen, mitä he voivat tehdä vapaa-ajallaan. Kysymyksellä haluttiin selvittää kokemuksia vapaa-ajan laadusta erotuksena kysymykseen vapaa-ajan määrästä (ks. kuviot 30 ja 31).

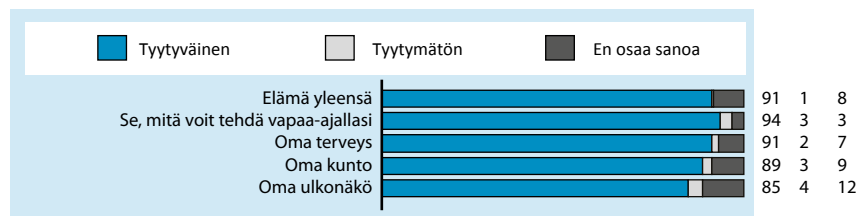
10–29-vuotiaiden haastatteluissa käytettiin neliportaista erittäin tyytyväinen – erittäin tyytymättömän -asteikkoa. 7–9-vuotiaille tällaiset likertasteikot ovat vaikeita, mistä syystä nuorimmilta kysyttiin yksinkertaisesti ovatko he tyytyväisiä vai tyytymättömiä. Vaikka nuorempien ja vanhempien tuloksia ei siis suoraan voi verrata, kuviot 68 ja 69 antavat ainakin sen verran tietoa,

että tyytyväisyysjärjestys eri elämänalueisiin on samantapainen. Ainoa ero on siinä, että alle 10-vuotiaat ovat tyytyväisempiä omaan kuntoonsa kuin ulkonäköönsä, kun vanhemmilla järjestys on päinvastainen. Toinen ero on ”en osaa sanoa” -vastausten suurempi osuus alle 10-vuotiailla, mikä omalta osaltaan kertoo siitä, että tämänikäisten on ollut vaikea vastata kysymyksiin.

Kutakin elämänalueista käsitellään seuraavassa lyhyesti erikseen kuvion 68 mukaisessa järjestyksessä. Yleishavaintona kuvioista 68 ja 69 voi todeta, että ylivoimainen enemmistö kertoo olevansa tyytyväisiä niin elämäänsä kokonaisuutena kuin sen osa-alueisiin. Kaikkein eniten tyytymättömyyttä aiheuttaviin kuntoon

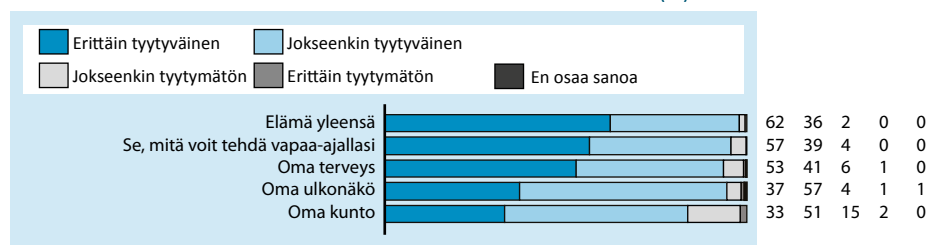
KUVIO 68.

TYTYTYVÄISYYS ELÄMÄÄN JA SEN OSA-ALUEISIIN. 7–9-VUOTIAAT. (%)



KUVIO 69.

TYTYTYVÄISYYS ELÄMÄÄN JA SEN OSA-ALUEISIIN. 10–29-VUOTIAAT. (%)



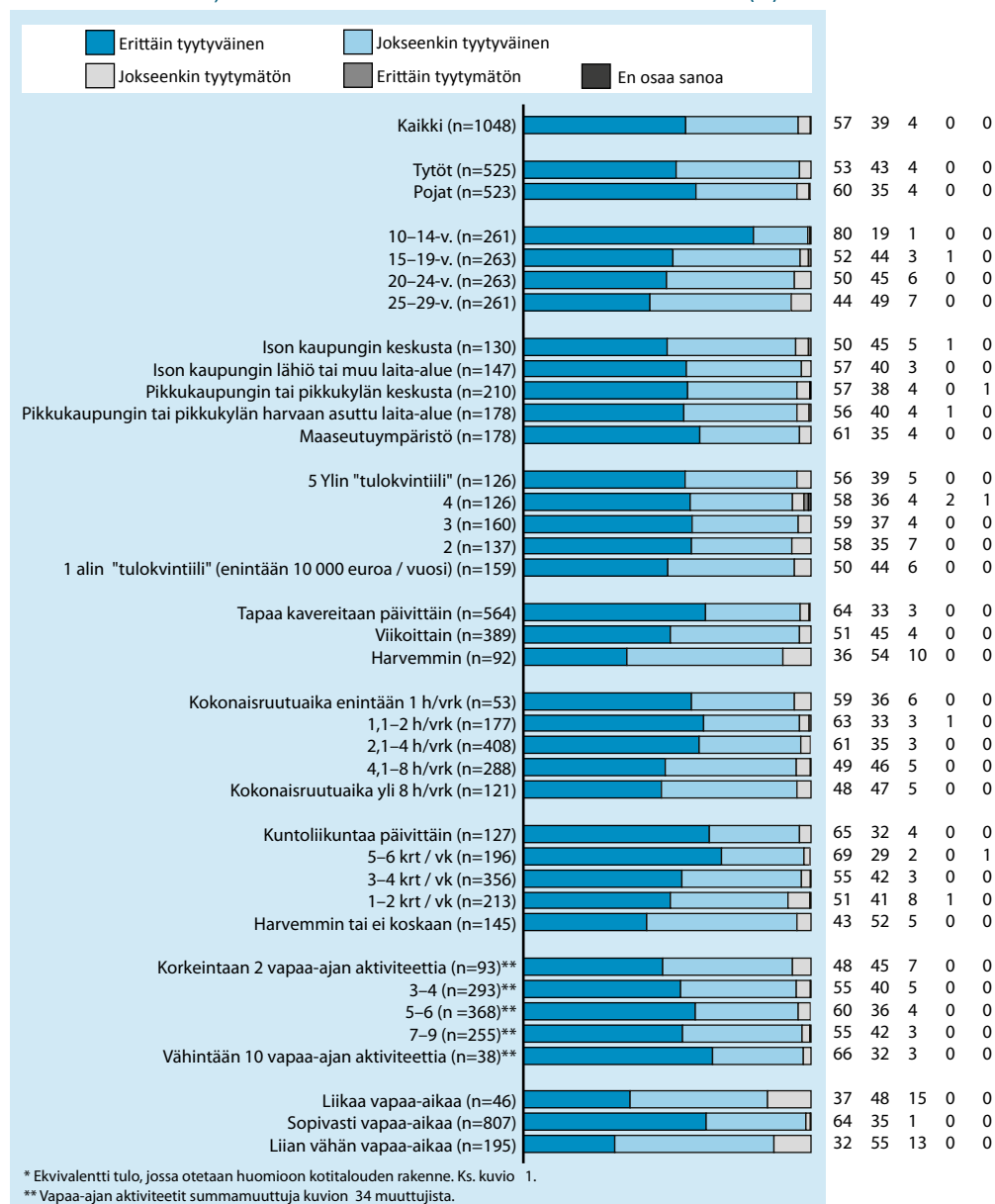
ja ulkonäköön on tyytyväisiä noin yhdeksän vastaajaa kymmenestä. Merkittävin poikkeama yleisestä linjasta on oma kunto, johon useampi kuin joka viides vähintään 20-vuotias on tyytymätön. Useimmilla alueilla pojat ovat tyttöjä tyytyväisempiä.⁴⁵

TYTYTYVÄISYYS SIIHEN, MITÄ VOI TEHDÄ VAPAA-AJALLAAN

Tyytyväisyyttä vapaa-aikaan selvitettiin kysymällä kuinka tyytyväisiä lapset ja nuoret ovat siihen, mitä voivat tehdä vapaa-ajallaan. Päätös rajata kysymys näin vapaa-ajan mahdollisuuksiin liit-

KUVIO 70.

TYTYTYVÄISYYS SIIHEN, MITÄ VOI TEHDÄ VAPAA-AJALLAAN. 10–29-VUOTIAAT. (%)



tyy siihen, että toisaalla (ks. kuvio 29) selvitetiin kokemuksia vapaa-ajan määrästä kysymällä onko sitä liikaa, sopivasti vai liian vähän. Kuviossa 70 tämä vapaa-ajan määrämuuttuja on laatua mittaavan kysymyksen taustamuuttujana. Tyytyväisimpiä ovat luonnollisesti ne, joilla on vapaa-aikaa mielestään sopivasti. Ne, joilla on vapaa-aikaa liikaa tai liian vähän ovat yhtä tyytyväisiä vapaa-ajan mahdollisuuksiinsa. Tämä ei välttämättä ole itsestään selvää, sillä tyytymättömyyden syythän ovat näillä ryhmillä erilaisia. Toisilla mahdollisuuksia rajoittaa ajanpuute, toisilla jokin muu. Jotain nuorista, joilla on mielestään liikaa vapaa-aikaa kertoo se, että he ovat muita kriittisempiä asuinpaikallaan järjestettävää nuorten toimintaa kohtaan (vrt. kuvio 38).

Pojat ovat vähän tyytyväisempiä, samoin alle 15-vuotiaat. Asuinpaikalla ei näytä olevan yhteyttä lasten ja nuorten vapaa-ajan mahdollisuuksiin, vaan eri puolilla Suomea ja erityyppisissä kunnissa asuvat ovat yhtä tyytyväisiä. Kuviossa 70 esitetään välitöntä asuinympäristöä kuvaava taustamuuttuja, jonka mukaan näyttäisi siltä, että ison kaupungin keskustassa ollaan hieman tyytymättömämpiä, ja maaseutu ympäristössä tyytyväisempiä. Erot eivät kuitenkaan ole tilastollisesti merkitseviä.

Säännöllisesti kuntoliikkuvat ovat muita tyytyväisempiä vapaa-ajan mahdollisuuksiinsa, samoin vastaajat, jotka liikkuvat mielestään riittävästi. Myös kavereiden säännöllinen tapaaminen on yhteydessä vapaa-aikaan tyytyväisyyden kanssa. Ne, joilla päivittäinen ruutu-aika (televisio + tietokone) ylittää 4 tuntia, ovat vapaa-ajan mahdollisuuksiinsa tyytymättömämpiä. Eri-laisten vapaa-ajan aktiviteettien monipuolisuus (vrt. kuvio 34) näyttäisi olevan jonkin verran yhteydessä suurempaan tyytyväisyyteen. Nuoret, jotka kokevat, etteivät ehdi tehdä vapaa-ajallaan kaikkea, mitä haluaisivat, ovat hieman muita tyytymättömämpiä. Erot eivät kuitenkaan ole kovin suuria, ja tyytyväisiä on yli 90 % myös niistä, jotka ovat täysin samaa mieltä siitä, etteivät ehdi tehdä vapaa-ajallaan kaikkea haluamaansa. Näillä mielestään liian vähän ehtivillä nuorilla on (yllättäen) muita vähemmän erilaisia

vapaa-ajan aktiviteetteja. Tämän perusteella ei siis voi sanoa, että vapaa-aikaan tyytyväisyys palautuisi vain tekemisen ja harrastamisen paljouteen.

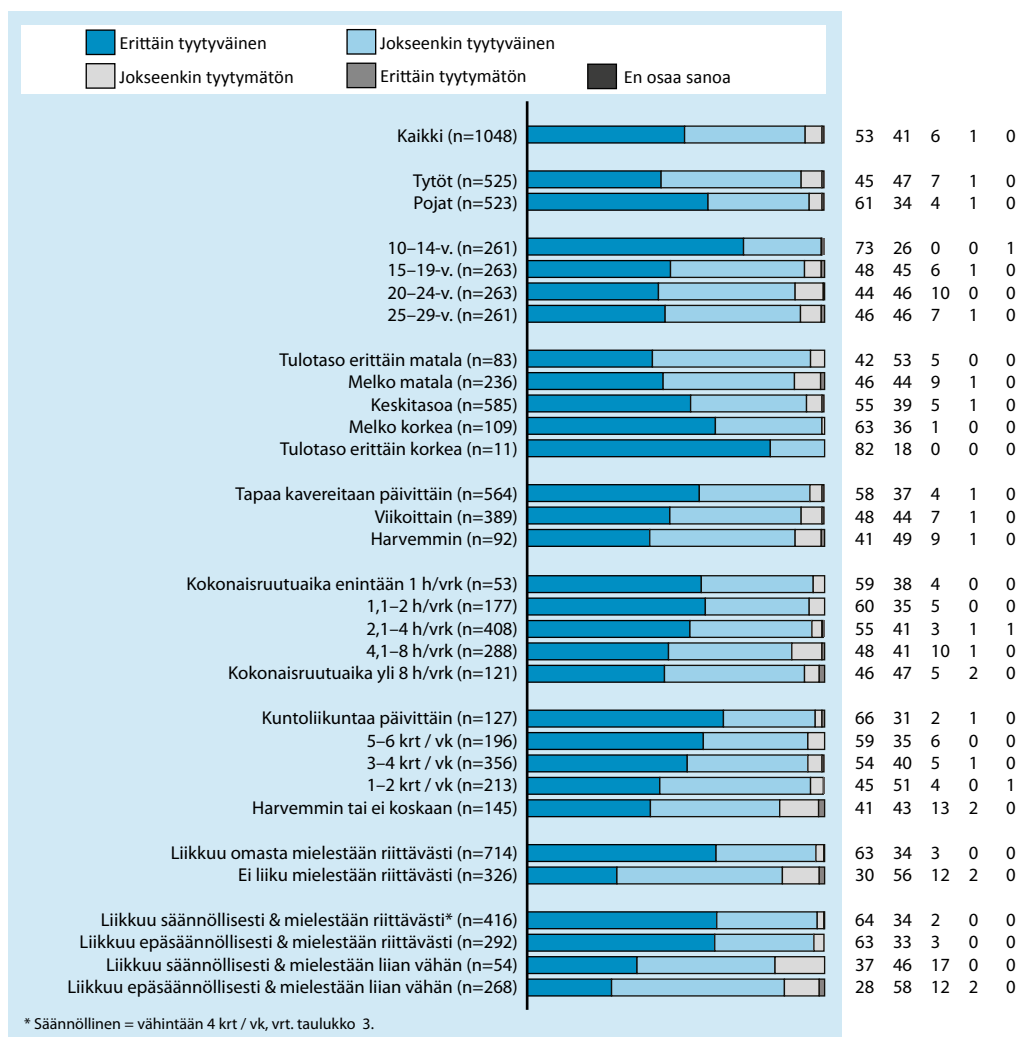
TYTYVÄISYYS OMAAN TERVEYTEEN

Pojat kokevat terveytensä paremmaksi kuin tytöt. Sama tulos on saatu aiemmin Nuorisobarometreissa, ja esimerkiksi kouluterveyskyselyissä tytöt raportoivat enemmän sairauksia ja oireita kuin pojat. Myös iän myötä tapahtuva koetun terveyden lasku on tuttu aiemmista tutkimuksista, tosin pudotus 10–14-vuotiaiden ikäryhmästä (jossa erittäin tyytyväisiä 73 %) 15–19-vuotiaiden ikäryhmään (erittäin tyytyväisiä 49 %) on yllättävän jyrkkä.

Vastaajat, jotka arvioivat kotitaloutensa bruttotulot korkeammiksi, ovat tyytyväisempiä omaan terveyteensä. Yhteys koettuun tulotaan on myös selvä (kuvio 71). Kavereiden säännöllisen tapaamisen voimakkaasta yhteydestä kokemukseen omasta terveydentilasta saa aiheen pohtia ensisijaista vaikutussuuntaa: onko niin, että heikko terveys vaikeuttaa kavereiden tapaamista, vai pikemminkin niin, että sosiaalinen aktiivisuus vahvistaa terveyttä ja hyvinvointia? Puhelin- ja nettiyhteydenpidolla kavereihin ei ole samanlaista efektiä. Läheisten ystävien määrällä ei ole yhteyttä koettuun terveyteen.

Kuviosta 71 näkyy selvästi kuntoliikunnan säännöllisyyden suoraviivainen yhteys koettuun terveyteen. Myös se, liinkuuko vastaaja omasta mielestään riittävästi, on yhteydessä vastauksiin. Kuvion 71 alin taustamuuttuja yhdistää nämä kaksi ulottuvuutta. Säännöllisyys määritellään tässä vähintään 4 liikuntakerraksi viikossa, mutta jos vastaaja liikkuu mielestään riittävästi, ei kokemukseen kunnosta vaikuta kuntoliikunnan säännöllisyys tai epäsäännöllisyys, ei edes silloin, jos kuntoliikuntaa ei ole lainkaan. Samoin jos vastaaja pitää omaa liikkumistaan riittämättömänä, ei kokemus terveydestä ole sen parempi, vaikka kuntoliikuntaa olisi enemmänkin. Nämä havainnot voivat kertoa siitä, että vastaajilla on sellaista hiljaista tietoa omasta fyysisestä

KUVIO 71.
 TYYTYVÄISYYS OMAAN TERVEYTEEN. 10–29-VUOTIAAT. (%)



aktiivisuudestaan ja myös terveydestään, jota ei kyselyin ole helppo tavoittaa.

Kuviossa 72 terveyteensä tyytymättömyyden osuudet on asetettu iän mukaiselle vaakakselille ryhmiteltynä kuntoliikunnan säännöllisyyden mukaan. Alle 15-vuotiaille liikunta-aktiivisuuden mukaista eriytymistä koetussa terveydentilassa ei vielä näy, mutta jo 15–19-vuotiaiden ikäryhmässä korkeintaan

kerran viikossa kuntoliikuntaa harrastavat ovat huomattavasti tyytymättömämpiä terveyteensä. Tämä yhteys on samanlainen myös suhteessa koettuun kuntoon (ks. kuvio 75). Erotuksena kuntoon tyytyväisyyteen ei vanhemmissa ikäryhmissä kuntoliikuntamäärän kasvattamisella noin kahdesta viikoittaisesta enää ole yhteyttä terveyteen tyytyväisyyteen.

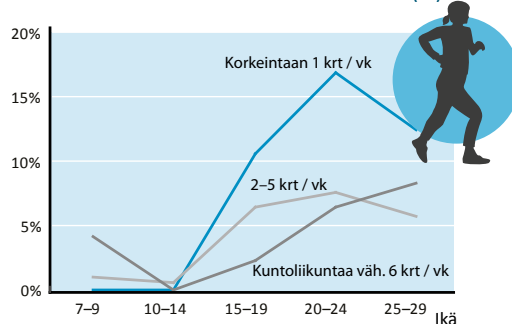
TYTYTVÄISYYS OMAAN KUNTOON

Fyysisestä kunnosta puhuttaessa on selvää, ettei kyselytutkimus voi tarjota kaikkea oleellista tietoa. Erityisesti fyysistä suorituskykyä koskevaa tuoretta väestötason tietoa ei ylipäätään kirjoitushetkellä ollut tarjolla. Terveys 2011-seurantatutkimukseen kuuluu haastattelujen lisäksi terveystarkastuksin selvitettäviä terveys- ja mittauksia, mutta siihen ei kuulu varsinaisesti nuoria kohderyhmän alaikärajan ollessa 30 vuotta. Puolustusvoimien kuntotestien perusteella tiedetään nuorten ikäryhmässä niin lihas- kuin kestävyyskunnan olleen jo pitkään laskusuunnassa (Santtila ym. 2006). Kokemus omasta kunnosta on itsessään arvokasta tietoa, mutta se ei aiemman tutkimuksen valossa voi korvata kuntotestejä (Husu & Suni 2011, 72).

Pojat ovat kuntoonsa tyytyväisempiä kuin tytöt: erittäin tyytyväisiä on pojista 41 %, mutta tytöistä vain 25 %.⁴⁶ Iän myötä tyytyväisyys kuntoon laskee varsin jyrkästi: 10–14-vuotiaista erittäin tyytyväisiä on selvä enemmistö, 15–19-vuotiaista enää kolmannes. Tytöillä ja pojilla iän mukaiset vaihtelut ovat erilaisia. Tytöillä tyytymättömyys kuntoon kasvaa nopeasti teini-iässä, eikä tilanne kohennu sen jälkeenkään. Pojilla sen sijaan tyytymättömyyttä on etenkin 20–24 vuoden iässä, mutta ennen ja jälkeen sen tilanne on parempi (kuvio 74). Trendit vastaavat tietoja kuntoliikuntamäärien kehityksestä, sillä tyttöjen liikunnan säännöllisyys vähenee aina kolmekymmeneen ikävuoteen, kun se puolestaan pojilla kääntyy parinkymmenen vuoden paikkeilla tapahtuvan notkahduksen jälkeen takaisin nousuun.

Kotitalouden koon huomioivalla ekvivalenssilla tulolla ei ylemmissä tuloluokissa ole suoraan vaikutusta koettuun kuntoon, mutta kaikkein matalimman tulotason viidennes kokee kuntonsa muita selvästi huonommaksi. Kuviossa 74 esitetään vastaajan oma kokemus kotitalouden tulotasosta, joka on vahva selittäjä koetulle kunnolle. Äidin koulutuksen mukaan tarkasteltuna tyytymättömämpiä ovat ne, joiden äidillä ei ole tutkintoa.

KUVIO 72.
TERVEYTEENSÄ TYTYTMÄTTÖMÄT KUNTO-
LIIKUNNAN SÄÄNNÖLLISYYDEN MUKAAN. (%)

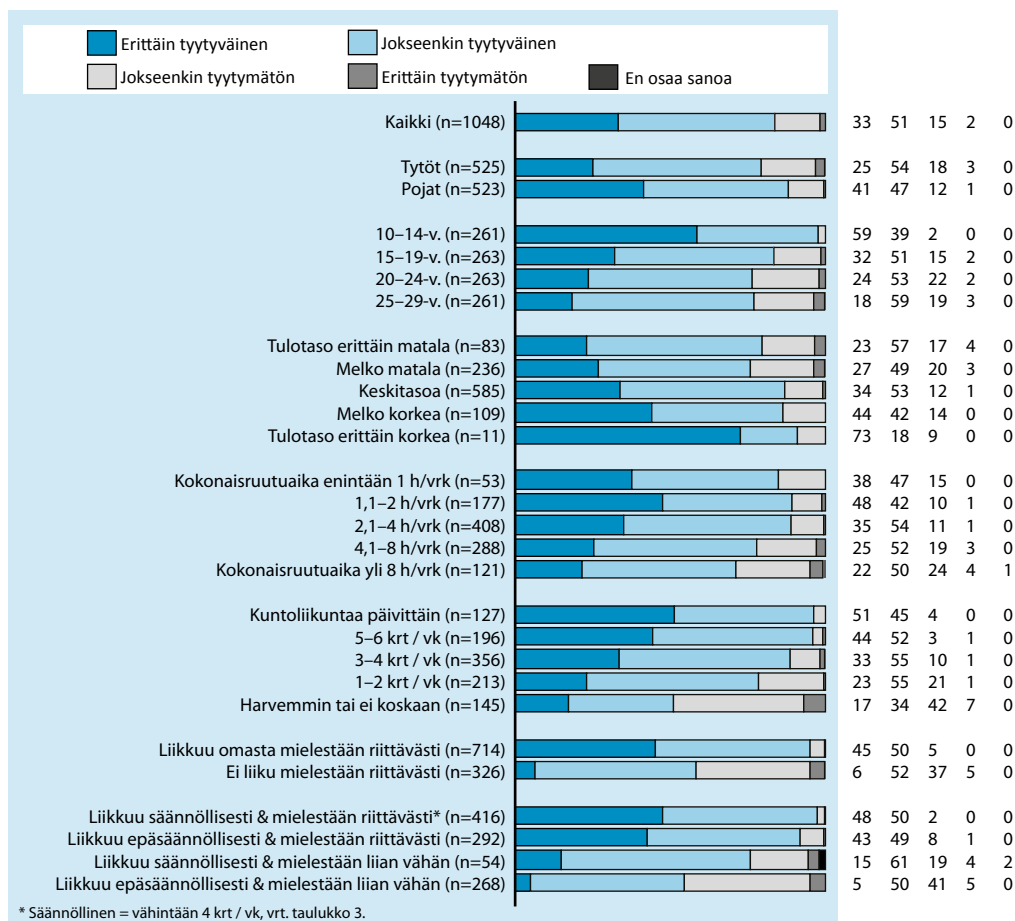


Runsas television ja tietokoneen ääressä vietetty aika on yhteydessä vähäisempään tyytyväisyyteen omaan kuntoon. Iän huomioimalla ruutuajan mukaiset erot paikantuvat varsinkin alle 20-vuotiaisiin, mikä voi liittyä siihen, että vanhemmissa ikäryhmissä runsas koneen ääressä vietetty aika ei välttämättä liity niinkään liikumattomaan elämäntyyliin kuin työhön.

Omaan kuntoon tyytyväisyys on vahvasti yhteydessä sekä kuntoliikunnan säännöllisyyteen että vastaajan kokemukseen oman liikkumisensa riittävydestä. Myös toisessa tuoreessa nuorten liikuntasuhdetta selvittävässä tutkimuksessa (Haanpää ym. 2012, 52) liikunnan määrä oli positiivisessa yhteydessä sekä koettuun kuntoon että terveydentilaan. Kuviossa 75 kuntoonsa tyytymättömien osuudet on asetettu iän mukaiselle vaakakselille ryhmiteltynä kuntoliikunnan säännöllisyyden mukaan. Kaikkein nuorimmilla liikunta-aktiivisuuden mukaista eriytymistä koetussa kunnossa ei vielä näy, mutta jo 15–19-vuotiaiden ikäryhmässä korkeintaan kerran viikossa kuntoliikuntaa harrastavat ovat huomattavasti tyytymättömämpiä kuntoonsa (ks. myös vastaava kuvio 72 terveydestä).

Kuviossa 73 esitetään myös neliluokkainen muuttuja, jossa ovat mukana molemmat ulottuvuudet, liikunnan määrä ja kokemus sen riittävydestä (vrt. taulukko 3). Tyytyväisimpiä kuntoonsa ovat ne säännöllisesti liikkuvat, jotka myös ovat tyytyväisiä liikkumisensa määrään,

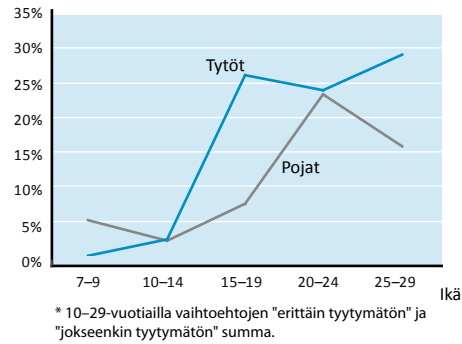
KUVIO 73.
 TYYTYVÄISYYS OMAAN KUNTOON. 10–29-VUOTIAAT. (%)



tyytymättömmimpiä puolestaan epäsäännölliset liikkujat, jotka pitävät liikkumisestaan riittämättömänä. Tämä vaikuttaa itsestään selvältä, ja kiinnostavampia ovatkin kaksi ”ristiriitaista” kategoriaa. Kun säännöllisen liikkumisen rajaksi on määritelty vähintään 4 kertaa viikossa, on kokemus liikunnan riittävydestä ratkaisevampaa kokemukselle omasta kunnosta. Tätä voi tulkita ainakin kahdella tavalla. Saattaa olla niin, että omasta mielestään riittävästi liikkuvien kriteerit hyvälle kunnolle poikkeavat mielestään riittämättömästi liikkuvien kriteereistä. Jos näin on, asetelmassa on kehäpäätelmän riski: olen kunnossa, siis liikun riittävästi. Toinen tulkintatapa

lähtee siitä, että kysymys kuntoliikunnan säännöllisyydestä ei kerro riittävästi henkilön fyysisestä aktiivisuudesta. Epäsäännöllisemminkin kuntoliikkuvalla saattaa olla arki- ja hyötyliikuntaa niin paljon, että oma kokemus riittävästä liikkumisesta on hyvin perusteltu, mikä näkyy myös kokemuksena hyvästä kunnosta. On epäilemättä totta, ettei parhaallakaan kyselyllä saada selville koko kuvaa liikunnallisuudesta. Kuitenkin vaikuttaa selvältä, että nuorison kokonaisliikunnasta entistä pienempi osuus muodostuu arki- ja hyötyliikunnasta (ks. esim. Nuorten terveystapatutkimuksen trenditiedot). Niinpä eri lajien harrastaminen ja muu kuntoliikunta on

KUVIO 74.
KUNTOONSA TYYTYMÄTTÖMIEN* OSUUDET. (%)

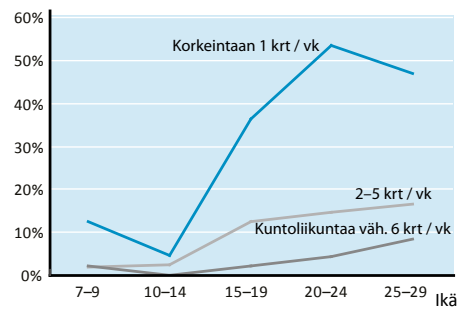


terveyden ja fyysisen kunnon kannalta entistä ratkaisevammassa asemassa. 25 vuoden seuranta tutkimuksen mukaan osallistuminen vapaa-ajan liikunta-aktiviteetteihin onkin 2000-luvulla parempi fyysisen kunnon ennustaja kuin vielä 1970-luvulla (Huotari 2012).

TYTYVÄISYYS OMAAN ULKONÄKÖÖN

Alle 10-vuotiailla omaan ulkonäköön tyytyväisten osuus on pienin (85 %) kaikista selvitetystä elämänsäaloista. Se ei kuitenkaan johdu niinkään ulkonäköön tyytymättömyydestä (4 %) kuin ei osaa sanoa -vastauksista (11 %). Ilmeisesti monille nuorimmista vastaajista kysymys ulkonäöstä on

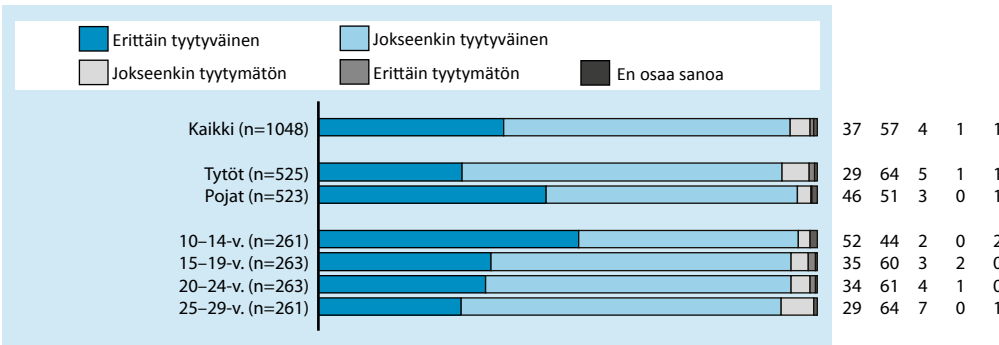
KUVIO 75.
KUNTOONSA TYYTYMÄTTÖMÄT KUNTO-
LIIKUNNAN SÄÄNNÖLLISYYDEN MUKAAN. (%)



vaikea tai epärelevantti.

Arkikokemus tukee ajatusta siitä, että teini-iässä ulkonäkö muuttuu hyvin vakavaksi asiaksi. Kuviosta 76 nähdään, että teini-iässä tyytyväisyys omaan ulkonäköön vähenee jyrkästi. 10-14-vuotiaista ulkonäköönsä erittäin tyytyväisiä on enemmistö, mutta 15-19-vuotiailla enää kolmannes. Pojat ovat kaiken kaikkiaan tyytyväisempiä omaan ulkonäköönsä, mutta sukupuolten erot ovat erityisen suuria 15-19-vuotiaiden ikäryhmässä, jossa ulkonäköönsä erittäin tyytyväisiä on pojista 47 %, mutta tytöistä vain 22 %. Ulkonäön tärkeydestä nimenomaan teini-iässä kertoo sekin, että 15-19-vuotiailla elämänsäalueista voimakkaimmin elämään tyytyväisyyden kanssa korreloi tyytyväisyys ulkonäköön,

KUVIO 76.
TYTYVÄISYYS OMAAN ULKONÄKÖÖN. 10-29-VUOTIAAT. (%)



kun kaikissa muissa ikäryhmissä selvästi voimakkein korrelaatio on tyytyväisyydellä omaan terveyteen.

Kysely ei kerro sitä, millainen painoarvo lasten ja nuorten ulkonäköön tyytyväisyydessä on kehonkuvalla, painoindeksillä, lihaksisuudella, sporttisuudella ja muulla sellaisella, johon liikunnallisuudella voi ajatella olevan vaikutusta. Kuntoliikunnan määrä näyttää aineistossa olevan positiivisessa yhteydessä ulkonäköön tyytyväisyyteen, mutta se johtuu lähinnä siitä, että iän myötä vähenevät niin liikuntamäärät kuin ulkonäköön tyytyväisyyskin. Edellä (taulukko 12 ja sen tulkinta) havaittiin, että nuoret, joille halu näyttää hyvältä on tärkeä liikunnan motiivi, eivät liiku kovin paljoa. Aiemman tutkimuksen perusteella vaikuttaa siltä, etteivät ulkonäkösyöt ole vahva perusta pitkäaikaiselle ja pysyväälle liikunnan harrastamiselle nuorilla, vaikka liikunnan harrastaminen sinänsä yleensä lisääkin kehottyytyväisyyttä sekä tytöillä että pojilla (Ojala ja Németh 2007; Ojala 2011).

TYTYVÄISYYS ELÄMÄÄN

Kaikista 10–29-vuotiaista vastaajista enemmistö (62 %) on erittäin tyytyväisiä elämäänsä. Jokseenkin tyytyväisiäkin on yli kolmannes, ja tyytymättömiä vain muutama prosentti. Kuten yksittäisiin elämäalueisiin, tyytyväisyys laskee iän mukana, erityisen rajusti teini-iässä. Tytöt ovat kaiken kaikkiaan hieman poikia tyytymättömpiä, mutta 10–14-vuotiaiden ikäryhmässä eroja ei vielä ole, ei myöskään 7–9-vuotiailla. Suurimmillaan sukupuolten välinen ero elämään tyytyväisyydessä on 15–19-vuotiaiden ikäryhmässä, jossa erittäin tyytyväisiä on pojista 67 % ja tytöistä 51 %.

Aluemuuttujien mukaiset erot ovat pieniä, ja erityyppisissä kunnissa eri puolilla Suomea asuu elämäänsä suunnilleen yhtä tyytyväisiä lapsia ja

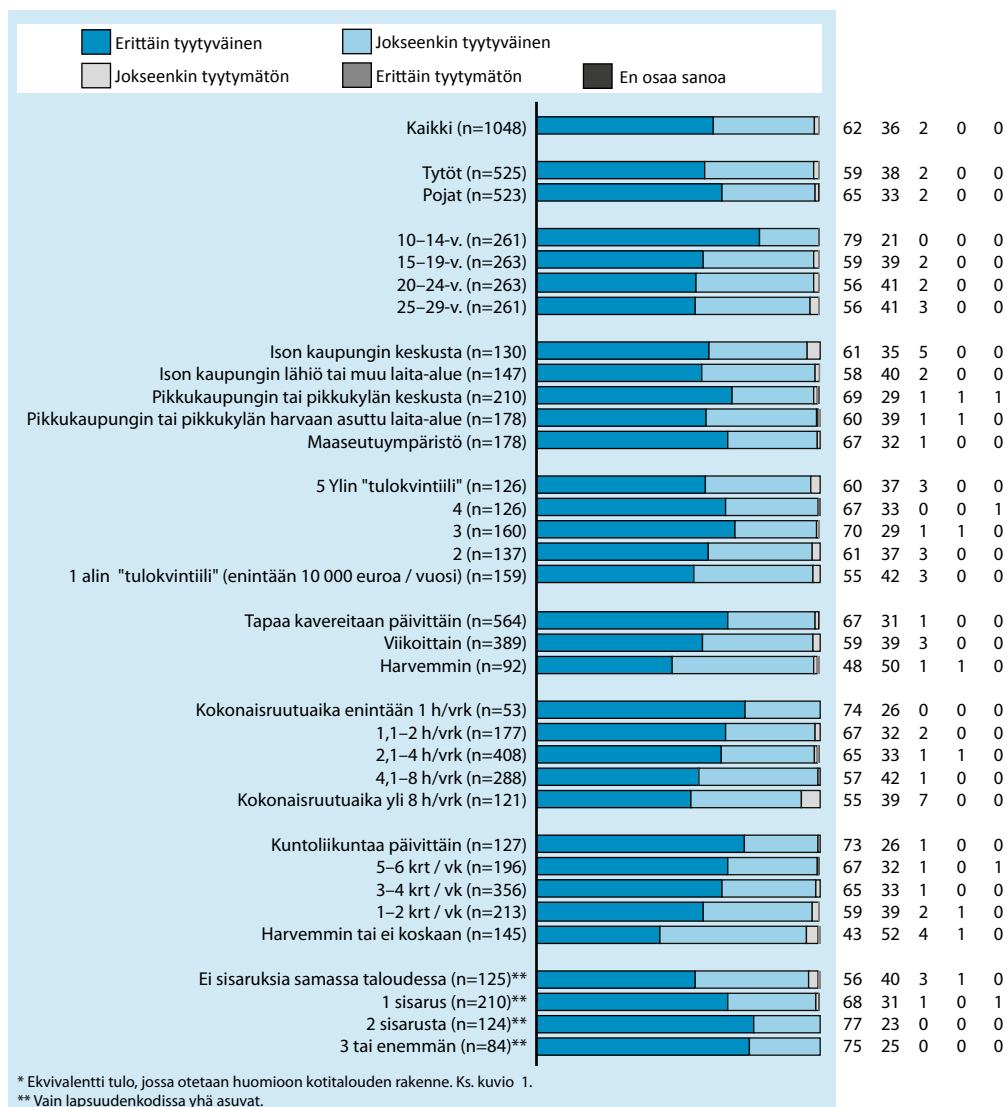
nuoria. Kuviossa 77 esitetään välitöntä asuin-ympäristöä kuvaava muuttuja, jonka perusteella maaseutumaisessa ympäristössä ja pikkukaupungin tai -kylän keskustassa asuvat olisivat hieman muita tyytyväisempiä. Erot eivät kuitenkaan ole merkitseviä.

Tulotason vaikutus näyttää epäsuoraviivaiselta, sillä kaikkein tyytyväisimpiä ovat keskituloiset, kun taas eniten ja vähiten ansaitsevilla kotitalouksissa asuvat ovat suhteellisesti hieman tyytymättömiä lapsia ja nuoria. Tässäkään erot eivät kuitenkaan ole merkitseviä, kuten eivät koetun tulotasonkaan kohdalla.

Ne, joilla on enintään yksi läheinen ystävä, ovat elämäänsä muita tyytymättömiä, mutta muuten ystävien määrä ei ole yhteydessä elämään tyytyväisyyteen. Suurempia eroja havaitaan tarkasteltaessa yhteydenpitoa kavereiden kanssa. Kasvokkain tapaamisen säännöllisyys on sidoksissa tyytyväiseen elämään, kun taas yhteydenpidolla puhelimitse tai netitse ei vastaa-vaa yhteyttä ole. Kiinnostava lapsuudenkotiin liittyvä havainto on sisarusten määrän yhteys tyytyväisyyteen. Ainoana lapsena vanhempien kanssa asuvat ovat elämäänsä vähemmän tyytyväisiä kuin yhden sisaruksen kanssa asuvat, jotka puolestaan ovat vähemmän tyytyväisiä kuin kahden tai useamman sisaruksen kanssa asuvat.

Kuntoliikunnan harrastaminen on yhteydessä siihen, kuinka tyytyväinen vastaaja ilmoittaa olevansa elämäänsä. Huomionarvoista on erityisesti se, että kokonaan kuntoliikuntaa harrastamattomat ovat selvästi muita tyytymättömiä. Yhteys on vahvin 20 ikävuoden molemmin puolin. Tässä törmäämme tosin kysymykseen vaikutussuhteiden suunnasta: ovatko nuoret tyytymättömiä siksi, että liikkuvat vähemmän, vai liikkuvatko syystä tai toisesta tyytymättömämmät nuoret muita vähemmän? Joka tapauksessa tulos vahvistaa aktiivisen liikumisen olevan kokonaisvaltaisessa yhteydessä lasten ja nuorten hyvinvointiin.

KUVIO 77.
 TYYTYVÄISYYS ELÄMÄÄN YLEENSÄ. 10–29-VUOTIAAT. (%)



- Aalto, Ritva & Minkkinen, Sirkka (toim.) (1971) *Nuoret tänään. Valtakunnallisen nuorisotutkimuksen tuloksia*. Helsinki: Otava.
- Aapola, Sinikka (1991) *Ystävyyden keinulanta. Helsinkiläistytöjen ystävyyskulttuurista*. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö.
- Aira, Tuula & Kannas, Lasse & Tynjälä, Jorma & Villberg, Jari & Kokko, Sami (2013) *Liikunta-aktiivisuuden väheneminen murrosiässä*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2013:3. (Viitattu 5.5.2013.)
- Allardt, Erik & Jartti, Pentti & Jyrkilä, Faina & Littunen, Yrjö (1958) *Nuorison harrastukset ja yhteisön rakenne*. Helsinki: WSOY.
- Berg, Päivi (2005) Miten se meitä liikuttaa? – Suomalaisten liikunta- ja urheiluharrastukset 1981–2002. Teoksessa Mirja Liikkanen & Riitta Hanifi & Ulla Hannula (toim.) *Yksilöllisiä valintoja, kulttuurien pysyvyyttä. vapaa-ajan muutokset 1981–2002*. Helsinki: Tilastokeskus, 135–168.
- Berg, Päivi (2006) Liikuntatuntien kapteenivalintatilanne oppilaiden hierarkioiden rakentajana. *Kasvatus* 37(2), 174–186.
- Berg, Päivi (2010) *Ryhmärajoja ja hierarkioita: etnografinen tutkimus peruskoulun yläasteen liikunnan opetuksesta*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Berg, Päivi (2012) Kunnan kansalaisia kasvattamassa – vanhempien ja valmentajien näkemyksiä kodin ja urheiluseuran kasvatustehtävistä. *Nuorisotutkimus* 30(4), 34–52.
- Berg, Päivi & Gretschel, Anu & Humpila, Laura (2011) *Ei nuorille, vaan nuorten kanssa. Miten mitata liikuntakulttuurin muutosta Your Move -kampanjassa?* Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisuja 47 & Nuori Suomi ry. <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/yourmove.pdf> (Viitattu 27.2.2013.)
- Berg, Päivi & Peltola, Marja (tulossa) Bringing up decent citizens – parenthood, morals and drawing boundaries. Käsikirjoitus arvioitavana, *Young*.
- Currie, Candace & Zanotti, Cara & Morgan, Antony & Currie, Dorothy & de Looze, Margaretha & Roberts, Chris & Samdal, Oddrun & Smith, Otto R.F. & Barnekowym, Vivian (eds) *Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey*.
- Copenhagen, WHO Regional Office for Europe, 2012 (Health Policy for Children and Adolescents, No. 6) <http://www.euro.who.int/en/what-we-publish/abstracts/social-determinants-of-health-and-well-being-among-young-people.-health-behaviour-in-school-aged-children-hbcs-study> (Viitattu 14.2.2013.)
- Dumith, Samuel de Carvalho & Gigante, Denise Petrucci & Domingues, Marlos Rodrigues & Kohl III, Harold W. (2011) Physical activity change during adolescence: a systematic review and a pooled analysis. *International journal of epidemiology* 40 (3), 685–698.
- Eräranta, Kirsi (2007) Olevasta tekijäksi? Psykososiaalinen tieto isän määrittäjänä. Teoksessa Jaana Vuori & Ritva Nätkin (toim.) *Perhetyön tieto*. Tampere: Vastapaino.

- Fogelholm, Mikael & Paronen, Olavi & Miettinen, Mari (2007) *Liikunta – hyvinvointipoliittinen mahdollisuus. Suomalaisen terveysliikunnan tila ja kehittyminen 2006*. Helsinki: sosiaali- ja terveysministeriö & opetusministeriö & UKK-instituutti.
- Gretschel, Anu & Laine, Sofia & Junttila-Vitikka, Pirjo (2013) *Kuntalaisten kokemustieto liikuntapaikkojen laadun arvioinnissa*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2013:1 & Nuorisotutkimusseura ry, verkkojulkaisuja 60. http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/245/Liikuntapaikkaraportti_www_2013.pdf (Luettu 17.4.2013.)
- Haanpää, Leena & af Ursin, Piia & Matarma, Tanja (2012) *Kouluikäisten liikuntasuhde luopin alla – kyselytutkimus 6.- ja 9.-luokkalaistille*. Turku: Turun Lapsi- ja nuorisotutkimuskeskuksen julkaisuja 3/2012, Turun yliopisto. http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/76841/CYRI_Liikuntasuhteraportti_valmis2012.pdf?sequence=1 (Viitattu 25.2.2013.)
- Hakala, Paula (2012) *Tietokoneen sekä muun informaatio- ja kommunikaatioteknologian käyttö ja nuorten tuki- ja liikuntaelinoireet*. Tampereen yliopisto. Väitöskirja. Terveystieteiden yksikkö. Acta Universitatis Tamperensis 1692.
- Harinen, Päivi (2013) Mattolaitureilla ja maitolaitureilla – Hylkysyrjän nuorten vapaa-ajanvietto-mahdollisuudet. Teoksessa Jussi Ronkainen & Marika Punamäki (toim.) *Nuoret ja syrjäytyminen Itä-Suomessa*. Mikkeli: Mikkelin ammattikorkeakoulu, 131–150.
- Hasari, Allan (1990) Varhaiskasvatuksen tavoitteet, sisällöt ja menetelmät. Teoksessa Annu Brotherus & Allan Hasari & Elina Helimäki: *Varhaiskasvatuksen pedagogiikka*. Rauma: Oy Länsi-Suomi.
- Hirvonen, Rikka (2012) Lasten mediankäytöt ja kotien mediakasvatus lasten kertomana. Teoksessa Saara Pääjärvi (toim.) *Lasten mediabarometri 2011. 7–11-vuotiaiden lasten mediankäyttö ja kokemukset mediakasvatuksesta*. Mediakasvatusseuran julkaisuja 1/2012, 17–53.
- Honkonen, Risto & Suoranta, Juha (1999) Junioriurheilun monet totuudet. Teoksessa Risto Honkonen & Juha Suoranta (toim.) 1999. *Höntsyä vai tebovalmennusta? Kirjoituksia joukkueurheilun junioritoiminnasta*. Tampere: Tampereen yliopistopaino, 7–16.
- Hoza, Betsy & Bukowski, William M. & Beery, Susan (2000) Assessing peer network and dyadic loneliness. *Journal of Clinical Child Psychology* 29, 119–128.
- Huhta, Helena & Nipuli, Suvi (2011) *Askelmerkkejä lasten ja nuorten nykyaikaiseen kilpaurheiluun. Katsaus kansainvälisiin ja kotimaisiin urheilujärjestelmiin ja malleihin*. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisuja 40 & Nuori Suomi ry. <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/askelmerkkeja.pdf> (Viitattu 1.3.2013.)
- Huotari, Pertti (2012) *Physical fitness and leisure-time physical activity in adolescence and in adulthood – A 25-year secular trend and follow-up study*. Research Reports on Sport and Health 255. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö LIKES. http://www.likes.fi/pages/UserFiles/Huotari_PDF.pdf (Viitattu 17.4.2013.)
- Husu, Pauliina & Suni, Jaana (2011) Teoksessa Pauliina Husu & Olavi Paronen & Jaana Suni & Tommi Vasankari (toim.) *Suomalaisten fyysinen aktiivisuus ja kunto 2010. Terveyttä edistävän liikunnan nykytila ja muutokset*. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:15.
- Hyypä, Markku T. & Liikanen, Hanna-Liisa (2005) *Kulttuuri ja terveys*. Helsinki: Edita Publishing.
- Jaakkola, Timo & Soini, Markus & Liukkonen, Jarmo (2006) Liikuntanumeron yhteys yläasteikäisten oppilaiden liikuntamotivaatioon. *Liikunta & Tiede* 43(6), 18–25.
- Junkala, Pekka & Lallukka, Kirsi (2012) *Yhteiset kentät? Pubeita ja tekoja vähemmistöihin kuuluvien nuorten yhdenvertaisen liikunnan ja urheilun edistämiseksi*. Helsinki: Sisäasiainministeriön julkaisut 1/2012.
- Junttila, Nina (2010) *Social competence and loneliness during the school years – Issues in assessment, interrelations and intergenerational transmission*. Väitöskirja. Turku: Turun yliopisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-4226-8> (Viitattu 14.4.2013.)

- Junttila, Niina & Laakkonen, Eero & Niemi, Päivi, & Ranta, Klaus (2010) *Modeling the Interrelations of Adolescents Loneliness, Social Anxiety and Social Phobia*. Scientific Annals of the Psychological Society of Northern Greece, vol. 8.
- Junttila, Nina & Vauras, M. (2009) Loneliness of school-aged children and their parents. *Scandinavian Journal of Psychology*, 50, 211–219.
- Juntumaa, Birgitta (2008) *Kasvatus- ja valmennustyylien yhteys juniorijääkiekkoilijoiden suoritumisstrategioihin, tyytyväisyyteen ja joukkueen koheesioon*. Helsinki: Helsingin yliopiston psykologian laitoksen tutkimuksia, 56.
- Juusola, Mervi (2013) Joka viides lapsi jää yksin. Helsingin Sanomat 28.3.2013. <http://www.hs.fi/elama/Joka+viides+lapsi+j%C3%A4%C3%A4+yksin/a1364419134315> (Viitattu 31.5.2013.)
- Kahma, Nina (2010) *Sport and social class: The case of Finland*, *International Review for the Sociology of Sport*, 47(1), 113–130.
- Kantomaa, Marko & Tammelin, Tuija & Näyhä, Simo & Taanila, Anja (2007) Adolescent's physical activity in relation to family income and parents' education. *Preventive Medicine* 44:5, 410–415.
- Kansallinen liikuntatutkimus 2009–2010* (2010) Lapset ja nuoret. Helsinki: SLU:n julkaisusarja 7.
- Kartovaara, Leena (2007) Lasten perheet. Teoksessa *Suomalainen lapsi 2007*. Helsinki: Tilastokeskus, 49–70.
- Keskinen, Vesa & Nyholm, Anna Sofia (2012) *Nuoret Helsingissä 2011*. Helsingin kaupungin tietokeskus.
- Kiilakoski, Tomi & Gretscher, Anu & Nivala, Elina (2012) Osallisuus, kansalaisuus, hyvinvointi. Teoksessa Anu Gretscher & Tomi Kiilakoski (toim. 2012) *Demokratiaoppitunti. Lasten ja nuorten kunta 2010-luvun alussa*. Nuorisotutkimusverkoston/Nuorisotutkimusseuran julkaisuja 118. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 9–34.
- Kiilakoski, Tomi & Kivijärvi, Antti (2012) Seutukaupunki elinympäristönä: nuorten kokemuksia aikuisille rakennetussa kaupunkitilassa. Teoksessa Ari Hynynen (toim.) *Takaisin kartalle. Suomalainen seutukaupunki*. Helsinki: Suomen kuntaliitto.
- Kokkonen, Riina (2012) *Mittarissa lapsen keho ja vanhemmuus – tervettä lasta sekä ”hyvää” ja ”huonoa” vanhemmuutta koskevia tulkintoja nyky-Suomessa*. Publications of the University of Eastern Finland, Dissertations in Education, Humanities, and Theology No 22. http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0634-2/urn_isbn_978-952-61-0634-2.pdf (Viitattu 1.4.2013.)
- Koskela, Hille (2009) *Pelkokierre. Pelon politiikka, turvamarkkinat ja kamppailu kaupunkitilasta*. Helsinki: Gaudeamus.
- Koski, Pasi (2000) *Maaailma muuttuu, muuttuvatko seurat*. Liikunnan kehittämiskeskus 7/2000. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Koski, Pasi (2005) Pojat, pallo ja pullo: viekö seuratoiminta märkään miehuuteen? *Yhteiskuntapolitiikka* 70 (1), 624–638.
- Koski, Pasi (2008) Liikunnan ja urheilun seuratoiminta nuorisotyönä. Teoksessa Tommi Hoikkala & Anna Sell (toim.) *Nuorisotyötä on tehtävä. Menetelmien perustat, rajat ja mahdollisuudet*. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 76. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 299–319.
- Koski, Pasi (2013, tulossa) *Liikunnan kansalaistoiminnan tietopohja ja sen kehittäminen*. Valtion liikunta-neuvoston julkaisuja 2013. Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto.
- Kupari, Tiina (2011) (toim.) *Omaa kotia etsimässä. Nuorten asuminen 2010*. Helsinki: ympäristöministeriö. <http://www.ymparisto.fi/download.asp?contentid=123925> (Viitattu 6.5.2013.)
- Laajarinne, Jukka (2011) *Leikkiminen kielletty! Kontrolliyhteiskunnan lapset*. Jyväskylä: Atena Kustannus.
- Laakso, Lauri & Nupponen, Heimo & Koivusilta, Leena & Rimpelä, Arja & Telama, Risto (2006) Liikkuvaksi nuoreksi kasvaminen on monen tekijän summa. *Liikunta & Tiede* 43:2, 4–11.

- Lallukka, Kirsi (2003) *Lapsuusikä ja ikä lapsuudessa. Tutkimus 6–12-vuotiaiden sosiokulttuurisesta ikätiedosta*. Jyväskylän studies in education, psychology and social research 215. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Lareau, Anette (2003) *Unequal Childhoods. Class, Race, and Family Life*. Berkeley: University of California Press.
- Lauritsalo, Kirsti & Sääkslahti, Arja & Rasku-Puttonen, Helena (2012) Internetin keskustelupalstalla kirjoitetaan koululiikunnasta: ”Ja kaikki näkee, kun sä yrität” *Kasvatus* 43(3), 255–267.
- Lee, Hedwig (2013) The Role of Parenting in Linking Family Socioeconomic Disadvantage to Physical Activity in Adolescence and Young Adulthood. *Youth & Society* published online 1 January 2013 DOI: 10.1177/0044118X12470431 <http://yas.sagepub.com/content/early/2013/01/01/0044118X12470431> (Viitattu 5.4.2013.)
- Lehmuskallio, Mari (2008) *Liikuntakulutus kaupunkilaislasten ja -nuorten liikuntasuhteessa*. Turku: Turun yliopiston julkaisuja 263.
- Lehmuskallio, Mari (2011) Ei VilleGalle vaan vertaiset, valmentajat ja vanhemmat – lasten ja nuorten näkemyksiä liikuntakiinnostukseensa vaikuttajista. *Liikunta & Tiede* 48 (6), 24–31.
- Lehtonen, Kati (toim.) (2012) *Nuorten harrasteliikunnan kehittäminen 1999–2011*. Valtion liikunta-neuvoston julkaisuja 2012:2
- Lehtonen, Kati & Hakonen, Harto (2012) *Liikunnan kansalaistoiminnan tietopohja – liikunnan harrastaminen ja vapaaehtoistyö urheiluseuroissa*. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden edistämisyhdistys LIKES, Lasten ja nuorten elämäntavan tutkimusyksikkö LINET.
- Leino, Timo (2007) Nuoret ja työ -toimintaohjelma. Julkaisematon esitelmä Työterveyslaitoksen Nuoret ja työ -toimintaohjelman loppuseminaarissa, 27.9.2007.
- Liikkanen, Mirja (2004) Yleisöä – kodin ulkopuolella ja kotona. Teoksessa Mirja Liikkanen & Riitta Hanifi & Ulla Hannula (toim.) *Yksilöllisiä valintoja, kulttuurin pysyvyyttä. Vapaa-ajan muutokset 1981–2002*. Helsinki: Tilastokeskus.
- Liimatainen, Esa (2000) *Prosoiaalinen käyttäytyminen, minäkäsitys ja liikuntabarrastus 11- ja 17-vuotiailla nuorilla*. Jyväskylä : Likes. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja, 26.
- Meinander, Henrik (2005) Discipline, Character, Health: Ideals and icons of Nordic masculinity 1860–1930. *The International Journal of History of Sport* 22(4), 600–617.
- Metso, Tuija (toim.) (2011) Vanhempien barometri. Peruskoululaisten vanhempien näkemyksiä kouluhyvinvoinnista. http://www.vanhempainliitto.fi/filebank/660-Vanhempien_barometri_2011_Suomen_Vanhempainliitto.pdf Helsinki: Suomen vanhempainliitto ry. (Viitattu 17.5.2013.)
- Metso, Tuija (2004) *Koti, koulu ja kasvatus – kohtaamisia ja rajankäyntejä*. Kasvatusalan tutkimuksia 19. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Metsä-Tokila, Timo (2001) Urheilulukioiden kehitys Suomessa. *Kasvatus* 32 (5), 516–522.
- Moisio, Pasi & Karvonen, Sakari (2007) Mitä subjektiiviset kysymykset lapsuudenkodin toimeentulosta oikeastaan mittaavat? *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 2007: 44 144–152.
- Miettinen, Anneli & Rotkirch, Anna (2012) *Yhteistä aikaa etsimässä – Lapsiperheiden ajankäyttö. Väestöliiton perhebarometri 2011*. Helsinki: Väestöliitto.
- Myllyniemi, Sami (2008) *Mitä kuuluu? Nuorisobarometri 2008*. Nuorisotutkimusseuran/Nuorisotutkimusverkoston julkaisuja 88. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto & Nuorisosiain neuvottelukunta.
- Myllyniemi, Sami (2009a) *Aika vapaalla. Nuorten vapaa-aikatutkimus 2009*. Nuorisotutkimusseuran/Nuorisotutkimusverkoston julkaisuja 92. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto & Nuorisosiain neuvottelukunta.

- Myllyniemi, Sami (2009b) *Taidekoehtia. Nuorisobarometri 2009*. Nuorisotutkimusseuran/Nuorisotutkimusverkoston julkaisuja 97. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto & Nuorisosaian neuvottelukunta.
- Myllyniemi, Sami (toim.) (2012) *Monipolvinen hyvinvointi. Nuorisobarometri 2012*. Nuorisotutkimusseuran/Nuorisotutkimusverkoston julkaisuja 127. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto & Nuorisosaian neuvottelukunta.
- Myllyniemi, Sami & Gissler, Mika (2012) Tilasto-osio. Teoksessa Elina Pekkarinen & Kaisa Vehkalahti & Sami Myllyniemi (toim.) *Lapsuus ja nuoruus instituutioiden kehyksissä. Nuorten elinolot -vuosikirja 2012*. Helsinki: opetusministeriö & Nuorisotutkimusverkosto & Nuorisosaian neuvottelukunta.
- Mäkinen, Tomi (2010) *Trends and Explanations for Socioeconomic Differences in Physical Activity*. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimus 41. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Mäkinen, Tomi (2011) Liikunnan sosioekonomisia eroja selittävät tekijät aikuisilla. Teoksessa Pauliina Husu & Olavi Paronen & Jaana Suni & Tommi Vasankari (toim.) *Suomalaisten fyysinen aktiivisuus ja kunto 2010. Terveyttä edistävän liikunnan nykytila ja muutokset*. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:15.
- Mäkinen, Tomi & Kestilä, Laura & Borodulin, Katja & Martelin, Tuija & Rahkonen, Ossi & Leino-Arjas, Päivi & Prättälä, Ritva (2010) Occupational class differences in leisure-time physical inactivity – contribution of past and current physical workload and other working conditions. *Scandinavian Journal of Environmental Health* 36(1), 62–70.
- Nipuli, Suvi (2011) *Pohdittua urheilun organisointia? Tutkimus kanadalaisesta kehitysmallista, sen sovelluksista, haasteista ja erikoistumisistä*. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisuja 46 & Nuori Suomi ry. http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/pohdittua_urheilun_organisointia.pdf (Viitattu 1.3.2013.)
- Nuori Suomi ry. (2008) *Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18-vuotiaille*. Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä. Opetusministeriö.
- Nuorten paneeli 2011. *Nuoret ovat nykypäivä ja tulevaisuus*. Stratebilily Oy & Valtion nuorisosaian neuvottelukunta & Suomen Nuorisoyhteistyö Allianssi ry. <http://www.alli.fi/binary/file/-/id/615/fid/1139/> (Viitattu 27.3.2013.)
- Nurmela, Sakari (1998) *Nuorten järjestökiinnittyneisyys. Yhteenvetoraaportti 1998*. Helsinki: Nuorisosaian neuvottelukunta. [http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/nuorisosaian_neuvottelukunta/julkaisut/muut_tutkimukset/Nuorten_osallistuminen_1998.pdf] (Viitattu 14.4.2013.)
- Nurmi, Anna-Maria & Hirvensalo, Mirja (2007) Hip hop -kerho lukion liikunnanopetuksessa: silta nuorisokulttuurista koulukulttuuriin. *Liikunta ja tiede* 44(6), 38–42.
- Ojala, Kristiina (2011) *Nuorten painon kokeminen ja laihduttaminen*. Studies in sport, physical education and health 167. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/26810/9789513942816.pdf?sequence=1> Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, Liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta. (Viitattu 14.5.2013.)
- Ojala, Kristiina & Németh, Ágnes (2007) Relationships between Body Image Subscale (BIS) versus biological maturation, body mass index, weight control behavior and physical activity in Finnish and Hungarian adolescents. Abstract. Jyväskylä: Body and Mind symposium.
- Ojanen, Karoliina (2011) *Tyttöjen toinen koti: etnografinen tutkimus tyttökulttuurista ratsastustalleilla*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Pehkonen, Juhani (2001) *Nuorten järjestökiinnittyneisyys 2001. Nuorten subde järjestöihin ja globalisaatioon*. Helsinki: Nuorisosaian neuvottelukunta.

- Piispa, Mikko (2013) ”Vapaasti olen saanut valita eikä mihkään ole pakotettu” – katsaus suomalaisen huippu-urheilijan elämänkulkuun. Teoksessa Mikko Piispa & Helena Huhta (toim.) *Epätavallisia elämänkulkuja – Huippu-urheilijat ja -taiteilijat 2000-luvun Suomessa*. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 134. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 13–55.
- Piispa, Mikko & Huhta, Helena (2013) (toim.) *Epätavallisia elämänkulkuja – Huippu-urheilijat ja -taiteilijat 2000-luvun Suomessa*. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 134. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Pohjois-Suomen aluehallintovirasto (2011) *Aluehallintovirastojen keskeiset arviot peruspalvelujen tilasta 2010. Aluehallintovirastojen suorittama toimialansa peruspalvelujen arviointi*. Oulu: Pohjois-Suomen aluehallintoviraston julkaisuja 5/2011.
- Puronaho, Kari (2006) *Liikuntaseurojen lasten ja nuorten liikunnan markkinointi: tutkimus lasten ja nuorten liikunnan tuotantoprosessista, resursseista ja kustannuksista*. Jyväskylä studies in business and economics, 52. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Puuronen, Anne (2006) Mitä on terveys – tietoa, taitoa vai tajua? Teoksessa Anne Puuronen (toim.) *Terveystajui: Nuoret, politiikka ja käytäntö*. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 63. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 5–19.
- Rautava, Pasi & Laakso, Lauri & Nupponen Heimo (2003) Vanhempien merkitys 5.-luokkalaisten lasten liikuntaharrastuksessa. Laps Suomen -hanke. *Liikunta & Tiede* 5–6/2003.
- Salmela, Jaana (2006) Sosiaalinen tuki, itsearvostus ja pätevyiden kokemukset heijastuvat nuoruusiän liikunnassa. *Liikunta & Tiede* 3/2006; 10–15.
- Samdal, Oddrun & Tynjälä, Jorma & Roberts, Chris & Sallis, James F. & Villberg, Jari & Wold, Bente (2006) *Trends in vigorous physical activity and TV watching of adolescents from 1986 to 2002 in seven European Countries*. <http://eurpub.oxfordjournals.org/cgi/reprint/17/3/242>. (Viitattu 16.5.2013.)
- Santtila, Matti & Kyröläinen, Heikki & Vasankari, Tommi & Tiainen, Seppo & Palvalin, Kauko & Häkkinen, Arja & Häkkinen, Keijo (2006) Physical Fitness Profiles in Young Finnish Men during the Years 1975–2004. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, Vol. 38. 2006, 1990–1994.
- Saros, Leila (2012) *Fyysinen aktiivisuus eri elämäntilanteissa. Yhdeksäsluokkalaisten kestävyysliikunnan harrastamisen motiivit*. Helsinki: Helsingin yliopisto. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta, opettajankoulutuslaitos, tutkimuksia 335.
- Siivonen, Riku (toim.) (2011) *10 teesiä ja 100 lupasta. Manifesti lasten ja nuorten liikkumisesta*. Helsinki: Nuori Suomi & Demos Helsinki.
- Soini, Markus (2006) *Motivaatioilmaston yhteys yhdeksäsluokkalaisten fyysiseen aktiivisuuteen ja viihtymiseen koulun liikuntatunneilla*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Studies in sport, physical education and health, 120.
- Stenvall, Elina (2009) ”Sellast ihan tavallit arkee” Helsinkiläisten 3.–6.-luokkalaisten arki ja ajan käyttö. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus. http://www.hel.fi/hel2/Tietokeskus/julkaisut/pdf/09_02_27_Tutkimus_2_Stenvall.pdf (Viitattu 17.5.2013.)
- Suomi, Kimmo & Sjöholm, Kari & Matilainen, Pertti & Glan, Virva & Nuutinen, Laura & Myllylä, Susanna & Pavelka, Béla & Vettenranta, Jouni & Vehkakoski, Kirsi & Lee, Anna (2012) *Liikunta-paikkapalvelut ja väestön tasa-arvo. Seurantatutkimus liikuntapaikkapalveluiden muutoksista 1998–2009*. Helsinki: opetus- ja kulttuuriministeriö. <https://www.jyu.fi/sport/laitokset/liikunta/liikunta-paikkapalvelut/jatasaarvo> (Viitattu 14.2.2013.)
- Suoninen, Annikka (2013) Lasten mediabarometri 2012. 10–12-vuotiaiden tyttöjen ja poikien mediankäyttö. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisuja 62. <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/lastenmediabarometri2012.pdf> Helsinki: Nuorisotutkimusseura. (Viitattu 22.4.2013.)

- Telama, Risto & Yang, Xiaolin & Viikari, Jorma & Välimäki, Ilkka & Wanne, Olli & Raitakari, Olli (2005) Physical Activity from Childhood to Adulthood: A 21-Year Tracking Study. *American Journal of Preventative Medicine* 28: 267–73.
- Telén, Janne & Tanntu, Ulla & Ryhänen, Anne (2008) *Mannerheimin lastensuojeluliiton vanhempiainpuhelimen ja -netin raportti 2007*. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto.
- Tilastokeskus (2011) *Tulonjakotilasto 2009, Pienituloisuus*. http://tilastokeskus.fi/til/tjt/2009/02/tjt_2009_02_2011-01-26_kat_004_fi.html (Viitattu 2.4.2013.)
- Tilastokeskus (2009) *Ajankäyttötutkimus 2009. Muutokset 1979–2009*. http://www.stat.fi/til/akay/2009/02/akay_2009_02_2011-02-17_kat_002_fi.html (Viitattu 23.4.2013.)
- Tolonen, Tarja (2001) *Nuorten kulttuurit koulussa. Ääni, tila ja sukupuolten arkiset järjestykset*. Helsinki: Gaudeamus & Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura.
- Ullrich-French, Sarah C. & Power, Thomas G. & Daratha, Kenn B. & Bindler, Ruth C. & Steele, Michael M. (2010) Examination of adolescents' screen time and physical fitness as independent correlates of weight status and blood pressure. *Journal of Sports Sciences* 28 (11), 1189–1196.
- Vaarama, Marja & Siljander, Eero & Luoma, Minna-Liisa & Meriläinen, Satu (2010) Suomalaisten kokema elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa Marja Vaarama & Pasi Moisio & Sakari Karvonen (toim.) *Suomalaisten hyvinvointi*. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos.
- Valtion liikuntaneuvosto (2013) Miksi murrosikäinen luopuu liikunnasta? Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 3: 2013. <http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/252/murrosika.pdf> (Viitattu 31.5.2013.) Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto.
- Yesilova, Katja (2009) *Ydinperheen politiikka*. Helsinki: Gaudeamus.
- Yleisradio (2013) One in five says cost has forced kids to give up a hobby. Verkkouutinen 29.4.2013. http://yle.fi/uutiset/one_in_five_says_cost_has_forced_kids_to_give_up_a_hobby/6607009 (Viitattu 5.5.2013.)
- Yli-Piipari, Sami (2011) *The development of students' physical education motivation and physical activity : A 3.5-year longitudinal study across grades 6 to 9*. Studies in sport, physical education and health, 170. Jyväskylä: University of Jyväskylä.
- Zacheus, Tuomas & Järvinen, Tero (2007) “Opettaja pisti suksisauvalla selkään”: vuosina 1923–1988 syntyneiden suomalaisten kielteisiä koululiikuntakokemuksia. *Kasvatus* 38 (1), 17–28.

1. Monet vastaajat kokivat asuvansa keskikokoisessa kaupungissa, mutta tälle ei löytynyt listasta vaihtoehtoa. Niinpä osa vastaajista on pakkovalinnan edessä kallistunut ison kaupungin ja osa pikkukaupungin kannalle. Esim. Riihimäen ja Vihdin asukkaat saattavat suurempien kaupunkien kyljessä kokea kaupunkinsa pikkukaupungiksi, kun taas vaikkapa Tornion ja Varkauden asukkaat saattavat kokea asuvansa isossa kaupungissa. Todellisuudessa Riihimäen ja Vihdin asukaslukumäärät ovat kuitenkin suurempia kuin Torniossa ja Varkaudessa.
2. Tulos on samansuuntainen kuin Nuorten paneeli 2011 -tutkimuksessa, jossa alle 13-vuotiaista vielä puolet, mutta 13–15-vuotiaista enää 2 prosenttia koki olevansa lapsia.
3. Aineisto ei mahdollista sen tarkastelua, onko sisarusten määrä yhteydessä aikuisuuden kokemuksiin, sillä kyselyssä selvitettiin vain samassa kotitaloudessa asuvien sisarusten määriä, ja aikuisuuden kynnyksellä enemmistö on jo muuttanut pois lapsuudenkodistaan.
4. Asiaa selvitettiin vuoden 2009 Nuorten vapaa-aikatutkimuksessa esittämällä haastatteluille vuoden 1955 ja 1969 nuorisokyselyistä lainattu kysymys ”Nuorten keskuudessa hyvät ystävät tapaavat usein toisiaan monta kertaa viikossa niin, että muodostuu melkein kiinteitä ryhmiä, jengejä, ystäväpiirejä tms. Oletko sinä mukana tällaisessa? 1950- ja 1960-lukujen kyselyissä tosin käytettiin jengin sijaan sanaa sakki.
5. Tarkkaan ottaen kyselyssä ei selvitetty sitä, onko vastaajalla lapsia, vaan sitä, keitä tämän kanssa samassa kotitaloudessa asuu.

Ne isät, joiden lapset asuvat muualla, eivät siis ole tässä tarkastelussa mukana. Tämä ei ole omiaan heikentämään, vaan pikemminkin vahvistamaan tulkintaa vanhemmuuden tuoman vastuun merkityksestä aikuistumisen kokemuksessa.

6. Vain äidin kanssa asuvia on kuitenkin aineistossa vain 96, ja pelkästään isän kanssa asuvia tai erilaisia uusperheiden muotoja vielä vähemmän, joten mitään tilastollisesti varmaa perhemuotojen yhteyksistä kavereiden tapaamiseen ei voi sanoa.
7. Aktiivinen ja turvallinen koulupäivä -hankkeessa havaittiin, että lapsilla, joilla on paljon ruutuaikaa, on vähiten ystäviä, kavereita ja harrastuksia, ja myös koulunkäynti sujuu heikommin. Nyt tehdyssä Nuorten vapaa-aikatutkimuksen aineistossa ei ruutuajalla ole yhteyttä kavereiden määrään. Yksinäisyyden kokemuksiin ruutuaika on yhteydessä, joskaan ei suoraviivaisessa, vaan yksinäisimpiä ovat kaikkein eniten ja kaikkein vähiten ruudun ääressä aikaansa viettävät.
8. Myös vuoden 2009 vapaa-aikatutkimuksessa selvitettiin ystävien lukumäärää, mutta koska silloin kysyttiin vastaajan kanssa samaa ja eri sukupuolta olevat ystävät erikseen, eivät tiedot välttämättä ole täysin vertailukelpoisia. Ideaalitapauksessa tulosten toki pitäisi olla riippumattomia siitä, selvitetäänkö sukupuolet yhdessä vai erikseen, mutta käytännössä kysymysten muotoilu vaikuttaa vastauksiin. Haastattelutilanteessa on vaikeaa laskea ystävien määriä, mikä johtaa pyörästysvirheisiin. Tämä näkyy esimerkiksi pyöreiden lukujen, kuten 10, 20... ylikorostuneena osuutena vastauksissa. Niinpä se,

että omaa ja toista sukupuolta olevien ystävien yhteenlasku tuottaa hieman suurempia lukumääriä, voi johtua paitsi ystävien määrän todellisista muutoksista, myös kysymisen tavasta. Toinen vertailulähde, Koulu-terveyskysely, tuottaa myös kovin erilaisia tuloksia. Siinä kysytään, onko vastaajalla yhtään läheistä ystävää, jolloin ilman ystäviä olevien osuudet ovat paljon suurempia. Esimerkiksi 8.–9.-luokkalaisista vuonna 2011 ilman yhtään läheistä ystävää sanoi olevansa 9 %, kun nyt tämänikäisten 15–16-vuotiaiden joukossa osuus oli 1 %. Ilmeisesti on helpompi vastata ”kyllä” kysymykseen läheisten ystävien puuttumisesta, kuin ”nolla” kysymykseen läheisten ystävien määrästä.

9. Vuoden 2009 kyselyssä kaikkien vastausten keskiarvo oli korkeampi, 6,7, mutta silloin kysyttiin omaa ja toista sukupuolta olevat ystävät erikseen, mikä saattaa nostaa summaa. Muutamat hyvin korkeat arvot luonnollisesti nostavat keskiarvoa, minkä vuoksi mediaani ja moodi voivat olla kuvaavampia keskilukuja: nyt kerätyssä aineistossa sekä mediaani että moodi ovat 5. Aineiston pienin arvo on 0 ja suurin 42. On mahdollista vetää perusteltua rajaa siitä, mihin arvoon asti vastaukset ovat todellisia arvioita ystävien määrästä, eivätkä virheitä tai pilailuvastauksia. Tässä esitetyistä luvuista on poistettu vain yksi epäilyttävän suuri arvo, joka oli 100.
10. Haastateltaville täsmennettiin tarvittaessa, että tässä ei tarkoitettu netin käyttöä yhdessä, vaan ainoastaan netissä keskustelemista tai pelaamista niin, että kumpikin käyttää nettiä eri koneilta.
11. Kysymys osoittautui myös siinä mielessä vaikeaksi, että varsinkin 10–14-vuotiaiden ikäryhmässä osalle saattoi ensi kuulemalla olla vaikea ymmärtää, kummin päin asiaa kysytään, ja mitä tarkoittaa, jos vastaa ”kyllä”, ja mitä tarkoittaa, jos vastaa ”ei”.
12. Kysymyksen sanamuoto hämäsi joitakin (varsinkin nuorempia) vastaajia. Tiedonkeruuyritys raportoi tapauksista, joissa edellä

haastattelussa oli jo tullut ilmi, että vastaaja urheilee urheiluseurassa tai on partiossa, mutta haastateltava vastasi silti järjestyksittömyydestä mittaavaan kysymykseen ”ei” – yksinkertaisesti siksi, ettei ymmärtänyt, mitä tässä kysytään.

13. Silti monet väittämistä (kyselylomakkeen K68) olivat liian vaikeita nuorimmille vastaajille. Hankalimpia väittämiä olivat: ”Voit vaikuttaa vapaa-ajanviettomahdollisuuksiisi asuinpaikallasi”, ”Toimintaan on mukava osallistua, jos ei tarvitse liittyä jäseneksi mihinkään”, ”Liikunnan harrastajat ovat muita ahkerampia ihmisiä”, ”Rahanpuute rajoittaa sitä, mitä voit tehdä vapaa-ajallasi”. Kysymysten vaikeus näkyy myös ”en osaa sanoa”-vastausten suurena osuutena.
14. Suoritususkomus = yksilön arvio omasta kompetenssistaan eri konteksteissa sekä uskomus siitä, kuinka hyvin tulevasta tehtävästä suoriudutaan. (Yli-Piipari 2011.)
15. Kyselyn tulokset ovat osin ristiriidassa Junttilan (2010) väitöksen kanssa. Sen mukaan 10–11-vuotiaat pojat ovat yksinäisempiä kuin tytöt. Yksi tapa avata erilaisia tuloksia on tarkastella itse yksinäisyyden käsitettä. Hoza, Bukowski ja Beery (2000) erottelevat sosiaalisen ja emotionaalisen yksinäisyyden. Sosiaalisesti yksinäisillä ei ole kaveriporukkaa, mutta saattaa olla hyvä ystävä, joka ymmärtää. Emotionaalisesti yksinäisillä on kaveriporukka, muttei sydänystävää. Tyttöjen ja poikien erilaiset tulokset tulisivat ymmärrettäväksi, jos he nyt tehdyssä kyselyssä olisivat ajatelleet nimenomaan sosiaalista yksinäisyyttä. Tytöillähän on jonkin verran vähemmän ystäviä, ja he myös tapaavat kaveriteitaan poikia harvemmin. Junttilan mukaan lapset kuitenkin kokevat yksinäisyyden useimmiten kokonaisvaltaisesti.
16. Tarkennukseksi television katsomisen määriteltiin sisältävän videoiden ja DVD:iden katselun. Tietokoneen käyttöön pyydettiin laskemaan mukaan myös koulussa tai työssä koneen äärellä vietetty aika, ja tietokoneeksi laskettiin myös taulutietokone ja älypuhelin,

jos sitä käytetään pelaamiseen tai muuhun, mitä voi tehdä myös tietokoneella.

17. Tämän kokemuksen opettamana kysymykset voisi vastaisuudessa esittää erikseen kessällä/talvella, viikolla/viikonloppuna, jolloin vastaajilta saataisiin mahdollisimman tarkka tieto, ja keskiarvon määrittäminen jäisi tutkijan (ei vastaajan) vastuulle.
18. Vastaajia ohjeistettiin laskemaan myös tabletin ja kännykänkäyttö mukaan, mikäli niillä tehdään samanlaisia asioita kuin tietokoneella. Pelikonsoleita ei erikseen mainittu, joten on toivottava, että vastaajat ovat soveltaneet ohjeita niihinkin.
19. Fyysisestä kunnosta on niukasti koko ikäluokkaa koskevia tietoja. Puolustusvoimat ja varusmiesten 12 minuutin juoksutesti on tässä tärkeä tietolähde. Juoksutestin metrimääränä mitattuna nuorten miesten fyysinen kunto on laskenut selvästi 30 vuoden takaisesta tasosta: vielä 1980 keskimääräinen tulos oli yli 2700 metriä, kun se 2009 oli noin 2450 metriä. Oma vaikutuksensa tulokseen voi olla myös lisääntyneellä valikoitumisella, sillä varusmiespalveluksen suorittaneiden osuus ikäluokasta on pienentynyt. Valikoitumisen vaikutus tosin on luultavammin päinvastaiseen suuntaan kuin toteutunut trendi.
20. Kysymys oli erilainen 7–14-vuotiaille (”vanhempien kyydissä”) ja 15–29-vuotiaille (”autolla, mopolla tai moottoripyörällä joko itse ajaen tai jonkun kyydissä”). Koska molempien kysymysten tarkoitus oli kuitenkin mitata muuta moottoroidusti kulkemista kuin julkisia kulkuneuvoja, ikäryhmät yhdistettiin.
21. Vanhempien barometrin mukaan 84 prosenttia peruskoululaisista asui viiden kilometrin säteellä koulusta (Metso 2011). Osuudet ovat samansuuntaisia Aluehallintovirastojen kunnille syksyllä 2010 tekemässä kyselyssä, jonka tulosten mukaan keskimäärin 93 prosenttia 7–12-vuotiaista ja 80 prosenttia 13–15-vuotiaista asui enintään viiden kilometrin etäisyydellä ikäluokkansa perusopetusta antavasta koulusta. Koulumatkojen

tilastolliseen esittämiseen eivät koko maata kuvaavat keskiluvut kuitenkaan ole omiaan, sillä alueelliset erot ovat hyvin suuria. Pisimmät koulumatkat kuljetaan Itä-Suomessa, Kainuussa ja Lapissa. (Pohjois-Suomen aluehallintovirasto 2011, 109.) Mitä pienempinä aluekokonaisuuksina saavutettavuutta tarkastellaan, sitä selvemmin alueet eroavat toisistaan ja sitä enemmän saavutettavuus poikkeaa valtakunnallisesta keskiarvosta. Vähenevät oppilasmäärät erityisesti Itä-Suomessa ja Lapissa lisäävät entisestään eroja.

22. Kansallisessa liikuntatutkimuksessa 2009–2010 peruskouluikäisistä peräti yli 90 prosenttia sanoi harrastavansa urheilua tai liikuntaa (7–11-vuotiaista 93 prosenttia, 12–14-vuotiaista 94 prosenttia ja 15–18-vuotiaista 91 prosenttia). Tulosten ero on kuitenkin varsin pieni ja saattaa johtua siitä, että Kansallisessa liikuntatutkimuksessa muotoilu oli ”harrastatko liikuntaa?” ja Vapaa-aikatutkimuksessa ”Onko sinulla jokin liikuntaharrastus?”
23. Tosin juuri edellä luetusta liikunnan johdantotekstistä huolimatta moni vastaaja (varsinkin nuorimmat) tulkitse harrastamisen vain urheiluseurassa tapahtuvaksi harrastamiseksi ja vastasivat ”ei”. Monesti haastattelijat joutuivat tässä kohtaa varmistamaan ”ei”-vastauksen jälkeen, että harrastamiseksi lasketaan tässä kaikki liikunta, myös oma-toiminen kävely, pyöräily, potkulautailu jne. Näin ollen tässä oli riskipaikka tutkimuksen kannalta, kun osa haastattelijoista on voinut hyväksyä ”ei”-vastauksen sellaisenaan (niin kuin ohjeiden mukaan periaatteessa pitäisikin toimia), kun taas osa haastattelijoista on voinut muistuttaa tästä omaehtoisesta harrastamisesta, jolloin vastaus on tämän jälkeen voinut muuttua, kun vastaaja on ajatellut asiaa uudelleen.
24. Amerikkalaisessa tutkimuksessa (Lee 2013) tarkasteltiin kuinka vanhemmuuden käytännöt ovat yhteydessä perheen alhaiseen sosioekonomiseen asemaan (jota mitattiin vanhemman alhaisena koulutuksena sekä

perheen köyhyys-statuksena) sekä naisten ja miesten fyysiseen aktiivisuuteen nuoruuksessa ja varhaisaikaisuudessa. Huono-osaiset vanhemmat tekivät vähemmän asioita yhdessä lastensa kanssa ja kommunikoivat heidän kanssaan vähemmän. Tutkimuksen tekijä korostaa vanhemmuuden emotionaalisen aspektin merkitystä pitkäaikaiselle fyysiselle aktiivisuudelle. Vanhemman alhaisempi koulutus oli negatiivisesti yhteydessä fyysiseen aktiivisuuteen varhaisaikaisuudessa sekä tytöillä että pojilla. Koulutus saattaa vaikuttaa tietoon terveystäytymisen tärkeydestä, ja kirjoittaja toteaa, että koulutus saattaa olla relevantimpi mittari fyysisen aktiivisuuden sosioekonomisille eroille kuin muut sosioekonomisen statuksen mittarit. (Mt.)

25. Kouluterveystutkimuksen mukaan joka kolmas peruskoulun 8.- ja 9.-luokkalaisista (33 % pojista ja 36 % tytöistä) harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajallaan korkeintaan tunnin viikossa. Osuus on hiukan matalampi lukiolaisilla (28 % pojista ja 34 % tytöistä), mutta ammattioppilaitoksissa opiskelevista osuus on lähes puolet (43 % pojista ja 48 % tytöistä).
26. Nuorten terveystapatutkimuksen kriteerein, eli vähintään viisi kertaa viikossa liikkuvien osuudet vuonna 2009 olivat NIT:n aineistossa 12-, 14-, 16-, ja 18-vuotiailla pojilla 62, 45, 35 ja 27 % ja tytöillä vastaavasti 53, 42, 34 ja 26 %. Vastaavat luvut nyt tehdyssä kyselyssä ovat pojilla 54, 56, 43 ja 19 % ja tytöillä 38, 40, 30 ja 24 %.
27. Jokainen laji käytiin läpi siten, että jos sama vastaaja oli vastannut esimerkiksi harrastavansa aerobicia, ratsastusta ja lenkkeilyä, kukin näistä lajeista koodattiin erilliseksi lajiksi ja jokaiselle lajille laskettiin mainintojen määrä yhteensä. Pois jätettiin sellaiset vastaukset, joita koodaaja ei pystynyt tulkitsemaan (esim. kirjoitusvirheistä johtuvat tai koululiikunta). Erilaiset kirjoitusasut samalle lajille (juoksu/Juoksu/juoksu,/juoksu./Juoksu,/Juoksu./jouksu/springning/

springa/hölkä/jogga/löpning) teki automatisoidun laskemisen mahdolliseksi, ja laskut perustuvatkin ”tutkimiehen kirjanpitoon”. Koodaajan tulkinta on siis avainasemassa. Esimerkiksi kuntosaliharrastuksen frekvenssin laskemiseksi otettiin mukaan vastaukset kuntosali, sali, punttisali yms. Jos vastaaja on sanonut esimerkiksi ”street-lätkä”/katulätkä, nämä on koodattu erikseen, ei jääkiekon alle. Ruotsinkieliset vastaukset koodattiin samaan luokkaan suomenkielisten vastausten kanssa silloin kun oli varmuus vastauksen merkityksestä. Kuitenkin esimerkiksi vastaukset ”gym” (yhteensä 7) koodattiin erikseen, koska ei ollut varmuutta siitä tarkoitettiinko niillä kuntosalia, jumpaa vai jotakin muuta (yhdessä vastauksessa oli esimerkiksi tarkennettu ”gym”:in tarkoittavan bodypumpia). Koska kyse on vastaajan omasta käsityksestä siitä, mitä hän harrastaa, ei tässä ole mahdollista tehdä myöskään erottelua sen välillä, onko lajia harrastettu organisoidusti vai omatoimisesti, ei myöskään sitä, kuinka pitkäkestoisesta tai intensiivisestä harrastuksesta on kyse.

28. On kuitenkin otettava huomioon, että Kansallisessa liikuntatutkimuksessa lasten ja nuorten osion vastaajia olivat 3–18-vuotiaat. Tilastokeskuksen tutkimuksessa aläikärajaa taas oli 10 vuotta, eikä tutkimuksessa ollut yläikärajaa. Näiltä osin aineistot eivät siis ole vertailukelpoisia käsillä olevan aineiston kanssa.
29. Joukkuepeleissä on yhteisöllisesti ”oma ryhmä” ja ”toinen ryhmä”, muunlaisissa ryhmissä puolestaan on vain ”oma ryhmä”, eikä yksilön tarvitse olla sitoutunut esim. joukkuehengen kautta tähän ryhmään. Ryhmä voi olla pelkästään toimintaa motivoiva konteksti, jolloin kokemus ryhmään kuulumisen asteesta voi vaihdella hyvin yksilöllisesti.
30. Kuviossa 47 sekä kuvioissa 52–57 saattaa herättää ihmetystä se, miksi ”ei harrasta mitään liikuntaa” saa eri arvoja eri kysymyksissä (11 % tai 14 %). Periaatteessahan

- liikkumattomien osuuden pitäisi pysyä samana riippumatta siitä, tarkastellaanko esimerkiksi yksin vai urheiluseurassa liikumista. Erot johtuvat siitä, että kysymys liikuntaharrastuksesta (kyllä / ei) esitettiin lapsille ja nuorille itselleen, mutta joihinkin liikkumisen tapoihin liittyen alle 15-vuotiaiden tiedot kysyttiin vastaajan vanhemmilta. Näin on saatu tavallaan ristiriitaisia tietoja: lapsi saattaa itse sanoa, ettei harrasta mitään liikuntaa, mutta vanhemman mukaan lapsi kuitenkin liikkuu esimerkiksi kunnallisessa liikuntapalvelussa viikoittain. Näistä tiedoista on valittu vanhemman antama. Näin toimittiin siksi, että kaikkein nuorimmat, varsinkin alle 10-vuotiaat, eivät välttämättä käsitä liikuntaa tässä tarkoitettulla tavalla. Haastattelijat raportoivat kaikkein nuorimpien ymmärtäneen liikunnan harrastamisen nimenomaan järjestettynä tai ohjattuna seuroissa tapahtuvana toimintana. Näin tapahtui siitä huolimatta, että kyselyssä erikseen painotettiin, että liikunnalla tässä kyselyssä ei tarkoiteta pelkästään erilaisia urheilulajeja, vaan kaikkea liikkumista ja liikuntaa, myös sellaista, joka tapahtuu omin päin tai kavereiden kanssa (ks. liitteen 1 johdanto liikuntakysymyksiin ennen kysymystä 42).
31. 7–14-vuotiaiden haastatteluissa sana ”omatoiminen” vaihdettiin ymmärrysvaikeuksien takia muotoiluun ”ilman ohjausta”.
 32. Kysymystä liikkumisesta korkeakoulujen liikuntapalveluissa ei esitetty alle 15-vuotiaille vastaajille.
 33. Kosken mukaan myös oma koulutustausta erottelee seuraosallistujia jo nuoruudessa. Ammatilliseen koulutukseen hakeutuvista pojista yläkoululaisia harvemmat osallistuvat seurojen toimintaan (Koski 2005, 628), ja tämä pätee hänen mukaansa vähän lievemmin myös tyttöjen keskuudessa. Myös nyt kerätyssä aineistossa lukiolaiset ovat hieman ammatillisesti suuntautuneita enemmän mukana seuraliikunnassa, eroja on kuitenkin vain tytöillä.
 34. Strukturoitujen kysymysten ohella annettiin mahdollisuus kertoa muita syitä. Sellaisiksi mainittiin esimerkiksi koiran ulkoilutus, yleisesti hyvinvointiin liittyvät asiat, mahdollisuus matkustaa ja tavata erilaisia ihmisiä sekä se, että pitää harrastuksestaan.
 35. Kunkin faktorin muodostaa joukko muuttujia, jotka korreloivat vahvasti keskenään, mutta heikosti muiden muuttujien kanssa. Samalle faktorille voimakkaasti latautuvien muuttujien voi tulkita mittaavan samantyyppistä ominaisuutta. Tässä faktorien kuvaamat ulottuvuudet voi tulkita liikkumisen taustalla olevaksi yleisemmäksi motivaatio-rakenteeksi.
 36. Vastaajien vähyyden vuoksi analyyseja voi käytännössä tehdä vain niiden perheiden osalta, joissa on äiti ja muu miespuolinen huoltaja.
 37. Ero muihin on tilastollisesti merkitsevä vain vertailussa äidin kanssa asuviin, sillä isän kanssa asuvia on aineistossa niin vähän.
 38. Liikuntaharrastusten maksullisuus korostaa kodin merkitystä, mikä näkyy aiemman tutkimuksen perusteella siinä, että seuraliikuntaan osallistuvat yleisimmin ylempien sosiaaliryhmien perheet (Laakso ym. 2006). Kotitaloudet kokevat lasten ja nuorten liikuntaharrastamisen hinnan kasvaneen merkittävästi, jolloin perheiden taloudellinen liikkumavara määrää yhä enemmän lasten ja nuorten liikuntaharrastuksista päätettäessä (Puronaho 2006). 2012 Nuorisobarometrisa ne nuoret, jotka arvioivat lapsuudenkötinsä taloudellisen toimeentulon paremmaksi, liikkuvat enemmän ja monipuolisemmin kuin heikommin toimeentulevien perheiden lapset (Myllyniemi 2012). Kotitausta vaikuttaa myös lasten liikunnan lajivalikoimaan siten, että muodikkaimpia lajeja harrastavat varakkaimpien perheiden lapset (Kantomaa ym. 2007). Vanhempien korkea koulutus- ja tulotaso ovat yhteydessä nuorten aktiiviliikunnan määrään (Leino 2007), ja niiden on havaittu vaikuttavan myös myöhempiin liikuntatottumuksiin (Mäkinen 2010). Vähän

liikkuvat nuoret kokivat aikuisena kuntonsa heikommaksi ja liikkuiivat vähemmän kuin liikunnallisesti aktiiviset nuoret. (Huotari 2012.)

39. Kyselyn suosituimmat liikuntamuodot (kävely, pyöräily, uinti, sauvakävely) olivat suosituimpia keskiluokkaisissa ammattiryhmissä, ja johtavassa asemassa olevat suosivat muita useammin vähemmän harrastettuja lajeja, kuten hiihtoa, juoksua, kuntosalia ja laskettelua. Pääjakolinja lajien harrastamisessa kulki työväenluokkaisten ja korkeampien ammattiasemien välillä, myös korkeampi koulutus ja korkeammat tulot selittivät liikunnan harrastamista.
40. Niiltä, jotka eivät harrastaneet liikuntaa urheilu- tai liikuntaseurassa (tai ylipäätään harrastaneet liikuntaa), tiedusteltiin ovatko he aiemmin olleet mukana, mutta lopettaneet. Kaikkiaan 57 % koko aineistosta täytti vastaamisen kriteerit, alle 10-vuotiaista 39 %, 25–29-vuotiaista jo 70 %.
41. Lehmuskallion (2008) mukaan selittäviksi tekijöiksi on aiemmissa tutkimuksissa löydetty muun muassa kiinnostuksen menettäminen, ajan puute muiden harrastusten, kavereiden, opintojen ja töiden takia, huono ohjaus, kilpailun ylikorostuminen ja loukkaantumiset.
42. Tässä aineistossa yleisimmät liikuntaharrastuksia estävät tekijät olivat ajanpuute, muut harrastukset sekä harrastamisen hinta. Urheiluseuraharrastusten lopettamiseen vaikuttaneita yleisimpiä syitä olivat harrastukseen kyllästyminen, kiinnostuksen ja innostuksen puute. (Berg, Gretscher & Humppila 2011.)
43. 7–9-vuotiaiden vanhempien avovastauksia oli kolmesta. Seitsemän oli toiminut huoltajana, kolme talkootyössä (kioskinpitäjä, tiedottaja, varainkeruu). Yksittäisiä

mainintoja olivat vapaaehtoinen ohjaaja, varustevastaava ja harrastuksiin kuljettaminen. 10–29-vuotiaiden vanhempien tehtäviä avovastauksissa olivat talkootyö (2), rahastonhoitaja, kyyditsijä sekä osallistunut itse.

44. 0–29-vuotiaiden avovastauksia oli seitsemän. Kaksi oli toiminut apuvalmentajana, yksittäisiä mainintoja olivat: fanien rekrytoiminen, kentän kunnostaminen, joukkueen jäsen, tietyn lajin tiimin johtajana sekä yhdistyksen puheenjohtajana toimiminen ja tähän lajiin liittyvien opetusvideoiden tekeminen sekä opetuskeikat ja liikuntavastaavana koululla toimiminen.
45. Nuorisobarometreissa on kysytty tyytyväisyyttä elämään ja sen osa-alueisiin kouluarvosanalla 4–10. Nyt käytetyllä vastausasteikolla ei siis saada vertailutietoa aiempaan. Sen sijaan oma kyselymenetelmällinen mielenkiintonsa on siinä, miten eri asteikoilla annetut vastaukset vastaavat toisiaan. Elämään tyytyväisyys on pysynyt varsin samana vuodesta toiseen, ja keskiarvo vuonna 2012 oli 15–29-vuotiaiden ikäryhmässä 8,4. Kiihittäviä arvosanoja 9 ja 10 oli yhteensä 50 %, arvosanaa 8 oli 37 % ja arvosanoja 4–7 yhteensä 13 %. Nyt samassa ikäryhmässä elämäänsä erittäin tyytyväisiä on 57 %, melko tyytyväisiä 40 % ja tyytymättömiä yhteensä 3 %.
46. Myös aiemmissa tutkimuksissa poikien kokemus kunnostaan on ollut parempi kuin tyttöjen. Liimataisen (2000) tutkimuksessa 11- ja 17-vuotiaiden poikien minäkäsitys (sekä koettu fyysinen pätevyys että itsearvostus) oli tilastollisesti merkitsevästi korkeampi kuin tyttöjen. Nuorisobarometrissa 2012 kysyttiin tyytyväisyyttä omaan fyysiseen kuntoon, oli poikien kouluarvosanojen keskiarvo 7,9 ja tyttöjen 7,7 (Myllyniemi 2012, 93).

LIITE 1. KYSELYLOMAKE

Nuorten vapaa-aikatutkimus, marras-joulukuu 2012

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ):

() 7–9-v.

() 10–14-v.

() 15–29-v.

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä: 7-9-v.

Tässä on N.N. (oma nimi) tutkimustoimisto MC-Info Oy:stä hyvää iltaa. Teemme Opetus- ja kulttuuriministeriön toimeksiannosta haastattelututkimusta suomalaisten lasten ja nuorten vapaa-ajan vietosta.

Puhelinnumeronne tuli satunnaisesti mukaan poimintaan, jossa haetaan vastaajiksi 7–9-vuotiaiden lasten vanhempia. Haluaisimme haastatella Teitä ja lastanne lapsen vapaa-aikaan liittyen.

Tutkimushaastattelu tehdään henkilökohtaisena haastatteluna luonanne. Tutkimuksessa on kysymyksiä sekä vanhemmalle että lapselle, joten kummankin tulisi olla läsnä haastattelun aikana. Haastattelu kestää korkeintaan 25 minuuttia. Sopiiko teille, että tutkimushaastattelija tulee haastattelemaan teitä ja lastanne lapsen vapaa-aikaan liittyen?

Milloin ja missä haastattelu sopisi Teille parhaiten?

SOVI TARKKA HAASTATTELUAIKA JA -PAIKKA.

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä: 10–14-v.

Tässä on N.N. (oma nimi) tutkimustoimisto MC-Info Oy:stä hyvää iltaa. Teemme Opetus- ja kulttuuriministeriön toimeksiannosta kyselytutkimusta suomalaisten lasten ja nuorten vapaa-ajan vietosta.

Puhelinnumeronne tuli satunnaisesti mukaan poimintaan, jossa haetaan vastaajiksi 10–14-vuotiaiden lasten vanhempia. Haluaisin haastatella Teitä ja lastanne lapsen vapaa-aikaan liittyen. Haastattelun alussa on muutamia kysymyksiä vanhemmalle ja sen jälkeen kysymyksiä lapselle, joten kummankin tulisi olla samassa paikassa haastattelun aikana. Haastattelu kestää noin 20 minuuttia. Sopiiko teille haastattelu nyt vai vähän myöhemmin?

SOVI TARVTTAESSA TARKKA HAASTATTELUAIKA

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä: 15–29-v.

Tässä on N.N. (oma nimi) tutkimustoimisto MC-Info Oy:stä hyvää iltaa. Teemme Opetus- ja kulttuuriministeriön toimeksiannosta kyselytutkimusta suomalaisten nuorten vapaa-ajan vietosta.

Puhelinnumerosi tuli satunnaisesti mukaan poimintaan, jossa haetaan vastaajiksi 15–29-vuotiaita suomalaisia. Haluaisin haastatella sinua hetken aikaa vapaa-aikaasi liittyen. Haastattelu kestää noin 15 minuuttia. Sopiiko sinulle haastattelu nyt vai vähän myöhemmin?

SOVI TARVITTAESSA TARKKA HAASTATTELUAIKA

JOS VASTAAJA KYSY, MISTÄ SAI PUHELINNUMERON, KERRO LÄHDE: HENKILÖTIETO VÄESTÖTIETOJÄRJESTELMÄSTÄ (VTJ) JA PUHELINNUMERO FONECTALTA. POIMINTA ON TEHTY OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖN / VALTION NUORISOASIAIN NEUVOTTELUKUNNAN TOIMEKSIANNOSTA.

HAASTATTELIJA KIRJAA NÄYTTEESTÄ:

ID-NRO (NÄYTTEESTÄ): _____

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä: on yhtä kuin 7–9-v.

Lapsen/nuoren ikä (NÄYTTEESTÄ):

☐ 7

☐ 8

☐ 9

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä: on yhtä kuin 10–14-v.

Lapsen/nuoren ikä (NÄYTTEESTÄ):

☐ 10

☐ 11

☐ 12

☐ 13

☐ 14

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä: on yhtä kuin 15–29-v.

Lapsen/nuoren ikä (NÄYTTEESTÄ):

☐ 15

☐ 16

☐ 17

☐ 18

☐ 19

☐ 20

☐ 21

☐ 22

☐ 23

☐ 24

☐ 25

☐ 26

☐ 27

☐ 28

☐ 29

Lapsen/nuoren sukupuoli (NÄYTTEESTÄ):

☐ Poika/mies

☐ Tyttö/nainen

Lapsen/nuoren äidinkieli (NÄYTTEESTÄ):

☐ suomi

☐ ruotsi

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v. tai 10–14-v.

Tässä aluksi meillä on muutamia kysymyksiä vanhemmalle (tai muulle huoltajalle).

Keitä kuuluu kotitalouteen, jossa lapsesi asuu?

TARVITTAESSA SELITYS: TÄSSÄ TUTKIMUKSESSA TARKOITAMME KOTITALOUDELLA HENKILÖITÄ, JOTKA ASUVAT JA RUOKAILEVAT YHDESSÄ TAI JOTKA MUUTEN KÄYTTÄVÄT TULOJAAN YHDESSÄ.

K101[] äiti

K102[] muu naispuolinen huoltaja

K103[] isä

K104[] muu miespuolinen huoltaja

K105[] lapsen veljiä/velipuolia => (merkitse veljien iät alle)

K106[] lapsen siskoja/siskopuolia => (merkitse siskojen iät alle)

K107[] muu, kuka? _____

Samassa taloudessa asuvien veljien/velipuolien iät:

MERKITSE JOKAISEN VELJEN/VELIPUOLEN IKÄ ERIKSEEN, 1. VELI, 2. VELI... JNE.

K201 1

K202 2

JNE 3

4

5

6

7

8

9

10=>

Samassa taloudessa asuvien siskojen/siskopuolien iät:

MERKITSE JOKAISEN SISKON/SISKOPUOLEN IKÄ ERIKSEEN, 1. SISKO, 2. SISKO... JNE.

K301 1

K302 2

JNE 3

4

5

6

7

8

9

10=>

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v. tai 10–14-v.

Kysymys näytetään, jos:

Kuuluu: on yhtä kuin äiti tai muu naispuolinen huoltaja

K4 Mikä on perheenne äidin tai muun pääasiallisen naispuolisen huoltajan korkein koulutustaso?

☐ Ammatillinen perustutkinto

☐ Ylioppilastutkinto

☐ Opistotutkinto

☐ Korkeakoulututkinto (KORKEAKOULUTUTKINTOON SISÄLTYYVÄT KAIKKI YLIOPISTO-, AMMATTIKORKEAKOULU- JA MUUT KORKEAKOULUTUTKINNOT)

☐ Ei tutkintoa

☐ En osaa sanoa

K5 Kuinka monta tuntia päivässä lapsesi keskimäärin katsoo televisiota sisältäen videoiden ja DVD:iden katselun?

K6 Kuinka monta tuntia päivässä lapsesi keskimäärin viettää tietokoneen ääressä?

(TÄHÄN LASKETAAN MUKAAN MYÖS KOULUSSA TIETOKONEEN ÄÄRESSÄ VIETETTY AIKA. TIETOKONEEKSI LASKETAAN MYÖS TAULUTIETOKONE JA ÄLYPUHELIN, JOS SITÄ KÄYTETÄÄN PELAAMISEEN TAI MUUHUN, MITÄ VOI TEHDÄ MYÖS TIETOKONEELLA) _____

K7 Kuinka monena päivänä viikossa lapsesi harrastaa liikuntaa vähintään puoli tuntia kerrallaan niin, että ainakin lievästi hengästyy ja hikoilee?

(JOS KAUSIVAIHTELUT OVAT SUURET, PYYDÄ TARVITTAESSA ARVIOIMAAN KESKIMÄÄRIN VUODEN AIKANA)

☐ Päivittäin / 7 päivänä viikossa

☐ 6 päivänä

☐ 5 päivänä

☐ 4 päivänä

☐ 3 päivänä

☐ 2 päivänä

☐ 1 päivänä

☐ Harvemmin

☐ Ei koskaan

() Ei osaa sanoa

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v. tai 10–14-v.

Kuinka usein lapsesi kulkee yli kilometrin pituisia välimatkoja esim. kouluun, harrastuksiin ja kavereiden luo...?

	Päivittäin tai lähes päivittäin	Suunnilleen joka viikko	Suunnil- leen joka kuukausi	Muutaman kerran vuo- dessa tai harvemmin	Ei koskaan	En osaa sanoa
K801 kävellen	()	()	()	()	()	()
K802 pyörällä, potku- tai rullalaudalla	()	()	()	()	()	()
K803 julkisilla kulkuvälineil- lä, esimerkiksi linja-autolla, junalla tai koulutaksilla	()	()	()	()	()	()
K804 vanhempien kyydissä	()	()	()	()	()	()

Kuinka usein lapsesi harrastaa liikuntaa jossain seuraavista?

	Päivittäin tai lähes päivittäin	Suunnilleen joka viikko	Suunnil- leen joka kuukausi	Muutaman kerran vuo- dessa tai harvemmin	Ei koskaan	En osaa sanoa
K901 Urheilu- tai liikunta- seurassa	()	()	()	()	()	()
K902 Koulun järjestämässä liikuntakerhossa (TARKEN- NA TARVITTAESSA, ETTÄ TÄHÄN EI LASKETA KOULUN LIIKUNTATUNTEJA)	()	()	()	()	()	()
K903 Kaupallisessa liikunta- palvelussa, esim. kuntosalit, ratsastustallit	()	()	()	()	()	()
K904 Kunnan liikuntapalve- lussa, esimerkiksi kunnan urheilu- tai uimahallissa taikka kunnan ylläpitämällä pururadalla tai hiihtoladulla	()	()	()	()	()	()
K905 Kansalaisopistossa						

K906 Jossain muualla, missä? _____

K10 Oletko sinä tai lapsesi muu vanhempi tai huoltaja ollut mukana liikunnan vapaaehtoistyössä, esimerkiksi valmen-
tajana tai talkootyössä, viimeisen vuoden aikana?

() Kyllä

() Ei

() En osaa sanoa

Sivu näytetään, jos:

Oletko sinä tai lapsesi muu vanhempi tai huoltaja ollut mukana liikunnan vapaaehtoistyössä, esimerkiksi valmentaja-
na tai talkootyössä, viimeisen vuoden aikana? on yhtä kuin Kyllä

Missä roolissa sinä tai lapsesi muu vanhempi tai huoltaja on toiminut?

K1101 ☐ Valmentajana tai ohjaajana

K1102 ☐ Joukkueenjohtajana

K1103 ☐ Toimitsijana, esimerkiksi kilpailujen tulosten mittaajana tai käytännön järjestelijänä

K1104 ☐ Tuomarina

K1105 ☐ Hallituksessa tai muussa vastaavassa tehtävässä

K1106 ☐ Talkootyössä

K1107 ☐ Muussa roolissa, missä? _____

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 15–29-v.

Aluksi kysyisin muutamia taustakysymyksiä.

Keitä kuuluu kotitalouteen, jossa asut?

TARVITTAESSA SELITYS: TÄSSÄ TUTKIMUKSESSA TARKOITAMME KOTITALOUDELLA HENKILÖITÄ, JOTKA ASUVAT JA RUOKAILEVAT YHDESSÄ TAI JOTKA MUUTEN KÄYTTÄVÄT TULOJAAN YHDESSÄ.

K1201 ☐ äiti

K1202 ☐ muu naispuolinen huoltaja

☐ isä

☐ muu miespuolinen huoltaja

☐ veljiä/velipuolia => (merkitse veljien iät alle)

☐ siskoja/siskopuolia => (merkitse siskojen iät alle)

K1207 ☐ avio- tai avopuoliso tai rekisteröity puoliso

☐ omia tai puolison lapsia => (merkitse lasten iät alle)

☐ Asun yksin

K1210 ☐ Asun soluasunnossa/kämpin kanssa

☐ muu, kuka? _____

Samassa taloudessa asuvien

veljien/velipuolien iät:

MERKITSE JOKAISEN VELJEN/VELIPUOLEN IKÄ ERIKSEEN, 1. VELI, 2. VELI... JNE.

K1301 1

K1302 2

JNE 3

4

5

6

7

8

9

10=>

Samassa taloudessa asuvien siskojen/siskopuolien iät:

MERKITSE JOKAISEN SISKON/SISKOPUOLEN IKÄ ERIKSEEN, 1. SSKO, 2. SSKO... JNE.

K1401 1

K1402 2

JNE 3

4

5

6

7

8

9

10=>

Samassa taloudessa asuvien omien tai puolison lasten iät:

MERKITSE JOKAISEN LAPSEN IKÄ ERIKSEEN, 1. LAPSI, 2. LAPSI... JNE.

K1501 1

K1502 2

JNE 3

4

5

6

7

8

9

10=>

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 15–29-v.

K16 Mikä on äitisi tai lapsuudenkotisi pääasiallisen naispuolisen huoltajan korkein koulutustaso?

() Ammatillinen perustutkinto

() Ylioppilastutkinto

() Opistotutkinto

() Korkeakoulututkinto (KORKEAKOULUTUTKINTOON SISÄLTYYÄT KAIKKI YLIOPISTO-, AMMATTIKORKEAKOULU- JA MUUT KORKEAKOULUTUTKINNOT)

() Ei tutkintoa

() En osaa sanoa

K17 Opiskeletko parhaillaan oppilaitoksessa tai oletko ammatillisessa koulutuksessa?

(JOS ON USEITA, VALITSE PÄÄASIAALLINEN KOULUTUS)

- ☐ En opiskele
- ☐ Peruskoulussa
- ☐ Lukiossa
- ☐ Toisen asteen ammatillisessa oppilaitoksessa
- ☐ Ammattikorkeakoulussa
- ☐ Yliopistossa
- ☐ Työvoima- tai työllisyyskoulutuksessa
- ☐ Oppisopimuskoulutuksessa
- ☐ Avoimessa yliopistossa tai avoimessa ammattikorkeakoulussa
- ☐ Jokin muu, mikä? _____

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 15–29-v.

K18 Teetkö tällä hetkellä palkkatyötä?

- ☐ Kyllä, kokopäiväisesti
- ☐ Kyllä, osa-aikaisesti
- ☐ Kyllä, keikkaluontoisesti
- ☐ Ei
- ☐ Ei vastausta

K19 Mikä on pääasiallinen toimintasi tällä hetkellä?

- ☐ Opiskelu tai koulunkäynti
- ☐ Työssä tai yrittäjä
- ☐ Lomautettu tai työtön
- ☐ Varusmies tai siviilipalvelusmies
- ☐ Äitiys- tai vanhempainvapaalla
- ☐ Työharjoittelu
- ☐ Eläkkeellä
- ☐ Muu, mikä? _____

Kysymys näytetään, jos:

Lapsen/nuoren ikä (NÄYTTEESTÄ): on eri kuin 15 tai 16

K20 Mikä on korkein tähän mennessä suorittamasi tutkinto?

- ☐ Peruskoulu
- ☐ Ylioppilastutkinto
- ☐ Ammatillinen perustutkinto
- ☐ Ammattikorkeakoulututkinto
- ☐ Yliopistotutkinto
- ☐ Ei tutkintoa

K21 Mikä seuraavista kuvaa parhaiten asuinpaikkaasi/-paikkaanne?

KÄYTÄ APUNA OMAA ALUETUNTEMUSTASI, JOS VASTAAJA ON EPÄVARMA

- ☐ Ison kaupungin keskusta
- ☐ Ison kaupungin lähiö tai muu laita-alue
- ☐ Pikkukaupungin tai pikkukylän keskusta
- ☐ Pikkukaupungin tai pikkukylän harvaan asuttu laita-alue
- ☐ Maaseutuympäristö
- ☐ Ei osaa sanoa

K22 Mitkä ovat taloutenne yhteenlasketut vuositulot veroja vähentämättä?

- ☐ Alle 10.000 euroa
- ☐ 10.000 – 20.000 euroa
- ☐ 20.001 – 30.000 euroa
- ☐ 30.001 – 40.000 euroa
- ☐ 40.001 – 50.000 euroa
- ☐ 50.001 – 60.000 euroa
- ☐ 60.001 – 70.000 euroa
- ☐ 70.001 – 80.000 euroa
- ☐ 80.001 – 100.000 euroa
- ☐ Yli 100.000 euroa
- ☐ En osaa sanoa/ halua sanoa

K23 Millainen on kotitaloutesi/kotitaloutenne tulotaso?

- ☐ Erittäin korkea
- ☐ Melko korkea
- ☐ Keskitasoa
- ☐ Melko matala
- ☐ Erittäin matala
- ☐ En osaa sanoa

Väliteksti näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v. tai 10–14-v.

Tässä olivat kaikki kysymykseni huoltajalle. Loput kysymykset ovat lapselle.

Seuraavat kysymykset koskevat vain vapaa-aikaasi. Koulu- tai työaikaa ei lasketa mukaan, eli mieti vain vapaa-ajan asioita ja tilanteita.

K24 Kuinka paljon vapaa-aikaa sinulla on?

- ☐ Liian vähän
- ☐ Sopivasti
- ☐ Liikaa

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v.

K25 Kuinka usein tapaavat kavereitasi?

(KYSYTÄÄN AVOIMENA KYSYMYKSENÄ JA KOODATAAN LAPSEN VASTAUKSEN MUKAISESTI)

- ☐ Päivittäin tai lähes päivittäin
- ☐ Suunnilleen joka viikko
- ☐ Suunnilleen joka kuukausi
- ☐ Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin
- ☐ En koskaan
- ☐ En osaa sanoa

K26 Kuinka usein puhut puhelimesta kavereidesi kanssa?

TÄHÄN VOI TÄSMENTÄÄ, ETTÄ PUHELIMESSA PUHUMISELLA TARKOITETAAN NIMENOMAAN PUHEHYTEYTTÄ ELI MYÖS SKYPE- TAI MUU NETTIPUHELINYHTEYS LASKETAAN MUKAAN. TEKSTIViestiYHTEYTTÄ EI SEN SIJAAN LASKETA MUKAAN.

(KYSYTÄÄN AVOIMENA KYSYMYKSENÄ JA KOODATAAN LAPSEN VASTAUKSEN MUKAISESTI)

- ☐ Päivittäin tai lähes päivittäin
- ☐ Suunnilleen joka viikko
- ☐ Suunnilleen joka kuukausi
- ☐ Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin
- ☐ En koskaan
- ☐ En osaa sanoa

K27 Kuinka usein olet nettiyhteydessä kavereidesi kanssa?

TÄHÄN VOI TÄSMENTÄÄ, ETTÄ NETTIYHTEYDELLÄ TARKOITETAAN PÄÄSÄÄNTÖISESTI KIRJOITTAMISTA SISÄLTÄVÄÄ REAALIAIKAISTA YHTEYDENPITOJA, ELI CHATTEJA, MESSENGER-YHTEYTTÄ JNE.

(KYSYTÄÄN AVOIMENA KYSYMYKSENÄ JA KOODATAAN LAPSEN VASTAUKSEN MUKAISESTI)

- ☐ Päivittäin tai lähes päivittäin
- ☐ Suunnilleen joka viikko
- ☐ Suunnilleen joka kuukausi
- ☐ Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin
- ☐ En koskaan
- ☐ En osaa sanoa

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 10–14-v. tai 15–29-v.

K28 Kuinka usein tapaavat kavereitasi?

- ☐ Päivittäin tai lähes päivittäin
- ☐ Suunnilleen joka viikko
- ☐ Suunnilleen joka kuukausi
- ☐ Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin
- ☐ En koskaan
- ☐ En osaa sanoa

K29 Kuinka usein puhut puhelimesta kavereidesi kanssa?

TÄHÄN VOI TÄSMENTÄÄ, ETTÄ PUHELIMESSA PUHUMISELLA TARKOITETAAN NIMENOMAAN PUHEYHTEYTTÄ ELI MYÖS SKYPE TAI MUU NETTIPUHELINYHTEYS LASKETAAN MUKAAN. TEKSTIVIESTIYHTEYTTÄ EI SEN SIJAAN LASKETA MUKAAN.

- ☐ Päivittäin tai lähes päivittäin
- ☐ Suunnilleen joka viikko
- ☐ Suunnilleen joka kuukausi
- ☐ Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin
- ☐ En koskaan
- ☐ En osaa sanoa

K30 Kuinka usein olet nettiyhteydessä kavereidesi kanssa?

TÄHÄN VOI TÄSMENTÄÄ, ETTÄ NETTIYHTEYDELLÄ TARKOITETAAN PÄÄSÄÄNTÖISESTI KIRJOITTAMISTA SISÄLTÄVÄÄ REAALIAIKAISTA YHTEYDENPITOA, ELI CHATTEJA, MESSENGER-YHTEYTTÄ JNE.

- ☐ Päivittäin tai lähes päivittäin
- ☐ Suunnilleen joka viikko
- ☐ Suunnilleen joka kuukausi
- ☐ Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin
- ☐ En koskaan
- ☐ En osaa sanoa

K31 Kuinka monta läheistä ystävää sinulla on?

(JOS VASTAAJA EI YMMÄRRÄ KYSYMYSTÄ, VOIT KERTOA HÄNELLE, ETTÄ LÄHEINEN YSTÄVÄ TARKOITTAÄ SAMAA KUIN HYVÄ KAVERI)

Jos Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v -> hypätään sivulle Sivu 16

Jos on yhtä kuin avio- tai avopuoliso tai rekisteröity puoliso -> hypätään sivulle Sivu 16

EI KYSYÄ, Jos Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v. TAI

Jos on yhtä kuin avio- tai avopuoliso tai rekisteröity puoliso

K32 Onko sinulla tyttö-/poikaystävää?

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei
- ☐ En osaa sanoa

Missä näistä paikoista olet kavereidesi kanssa vapaa-ajalla?

K3301 ☐ Nuorisotiloilla

K3302 ☐ Ostoskeskuksissa tai kauppakeskuksissa

K3303 ☐ Huoltoasemalla

K3304 ☐ Omassa kodissa

K3305 ☐ Kavereiden kodeissa

K3306 ☐ Kirjastossa

K3307 ☐ Kahviloissa tai ravintoloissa

K3308 ☐ Yhteisissä harrastuksissa

K3309 ☐ Omassa pihassa tai oman talon lähipiirissä

K3310 ☐ Leikkipuistossa tai leikkikentällä

K3311 ☐ Kaduilla, kaupungilla tms.

K3312 [] Luonnossa, esimerkiksi metsässä

K3313 [] Netissä (TÄSMENNÄ TARVITTAESSA, ETTÄ TÄHÄN EI SISÄLLY NETIN KÄYTTÖ YHDESSÄ, VAAN AINOASTAAN NETISSÄ KESKUSTELEMINEN TAI PELAAMINEN NIIN, ETTÄ KUMPIKIN KÄYTTÄÄ NETTIÄ ERI KONEILTA)

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v.

JA ed. kysymykseen on vastattu jotain

Kuinka usein vietät aikaasi kavereidesi kanssa...?

KYSYTÄÄN AVOIMENA KYSYMYKSENÄ YKSITELLEN JOKAISEN PAIKAN OSALTA, JOSSA VASTAAJA ILMOITTI VIETTÄVÄNSÄ AIKAA, JA KOODATAAN LAPSEN VASTAUKSEN MUKAISESTI

	Päivittäin tai lähes päivittäin	Suunnilleen joka viikko	Suunnil- leen joka kuukausi	Muutaman kerran vuo- dessa tai harvemmin	En osaa sanoa
K3401 Nuorisotiloilla	()	()	()	()	()
K3402 Ostoskeskuksissa tai kauppakeskuksissa	()	()	()	()	()
Huoltoasemalla	()	()	()	()	()
Omassa kodissa	()	()	()	()	()
Kavereiden kodeissa	()	()	()	()	()
Kirjastossa	()	()	()	()	()
Kahviloissa tai ravintoloissa	()	()	()	()	()
Yhteisissä harrastuksissa	()	()	()	()	()
Omassa pihassa tai oman talon lähipiirissä	()	()	()	()	()
Leikkipuistossa tai leikki- kentällä	()	()	()	()	()

Kaduilla, kaupungilla tms.

Luonnossa, esimerkiksi metsässä

K3413 Netissä (TÄSMENNÄ TARVITTAESSA, ETTÄ TÄHÄN EI SISÄLLY NETIN KÄYTTÖ YHDESSÄ, VAAN AINOASTAAN NETISSÄ KESKUSTELEMINEN TAI PELAAMINEN NIIN, ETTÄ KUMPIKIN KÄYTTÄÄ NETTIÄ ERI KONEILTA)

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 10–14-v. tai 15–29-v.

JA ed. kysymykseen on vastattu jotain

Kuinka usein vietät aikaasi kavereidesi kanssa...?

KÄY YKSITELLEN LÄPI NE PAIKAT, JOISSA VASTAAJA ILMOITTI VIETTÄVÄNSÄ AIKAA

	Päivittäin tai lähes päivittäin	Suunnilleen joka viikko	Suunnil- leen joka kuukausi	Muutaman kerran vuo- dessa tai harvemmin	En osaa sanoa
K3501 Nuorisotiloilla	()	()	()	()	()
K3502 Ostoskeskuksissa tai kauppakeskuksissa	()	()	()	()	()

K3503 Huoltoasemalla	()	()	()	()	()
Omassa kodissa	()	()	()	()	()
Kavereiden kodeissa	()	()	()	()	()
Kirjastossa	()	()	()	()	()
Kahviloissa tai ravintoloissa	()	()	()	()	()
Yhteisissä harrastuksissa	()	()	()	()	()
Omassa pihassa tai oman talon lähipiirissä	()	()	()	()	()

Leikkipuistossa tai leikkikentällä

Kaduilla, kaupungilla tms.

Luonnossa, esimerkiksi metsässä

K3513 Netissä (TÄSMENNÄ TARVITTAESSA, ETTÄ TÄHÄN EI SISÄLLY NETIN KÄYTTÖ YHDESSÄ, VAAN AINOASTAAN NETISSÄ KESKUSTELEMINEN TAI PELAAMINEN NIIN, ETTÄ KUMPIKIN KÄYTTÄÄ NETTIÄ ERI KONEILTA)

K36 Oletko joskus kokenut, että et olisi tervetullut johonkin edellä luetelluista paikoista?

() Kyllä

() En

() En osaa sanoa

K37 JOS KYLLÄ: Mihin niistä ja miksi?

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 15–29-v.

K38 Kuinka monta tuntia päivässä keskimäärin katsot televisiota sisältäen videoiden ja DVD:iden katselun? _____

K39 Kuinka monta tuntia päivässä keskimäärin vietät tietokoneen ääressä?

(HUOM! TÄHÄN LASKETAAN MUKAAN MYÖS KOULUSSA TAI TYÖSSÄ TIETOKONEEN ÄÄRESSÄ VIETETTY AIKA. TIETOKONEEKSI LASKETAAN MYÖS TAULUTIETOKONE JA ÄLYPUHELIN, JOS SITÄ KÄYTETÄÄN PELAAMISEEN TAI MUUHUN, MITÄ VOI TEHDÄ MYÖS TIETOKONEELLA.) _____

K40 Onko sinulla jokin harrastus, aivan mikä tahansa?

() Kyllä

() Ei

() En osaa sanoa

Kysymys näytetään, jos:

Onko sinulla jokin harrastus, aivan mikä tahansa? on yhtä kuin Kyllä

K41 Osallistuvatko vanhempasi harrastukseesi? Osallistumisella tarkoitetaan myös kuljettamista harrastukseen, mukana oloa vaikkapa ohjaajana tai valmentajana tai vaikka kentän reunalla katselemista.

() Kyllä

() Ei

() En osaa sanoa

JOHDANTOTEKSTI LIIKUNTAKYSYMYKSIIN:

Seuraavaksi kysyn liikuntaan liittyviä kysymyksiä. Liikunnalla tässä kyselyssä ei tarkoiteta pelkästään erilaisia urheilulajeja, vaan kaikkea liikkumista ja liikuntaa, myös sellaista, jota teet itsaksesi tai kavereiden kanssa. Esimerkiksi liikkuminen kävellen, juosten, polkupyörällä, potkulaudalla, rullaluistimilla, suksilla tai muulla vastaavalla lasketaan liikunnaksi. Ainoastaan koululiikuntaa ei tähän lasketa, sillä tutkimus koskee vapaa-ajan toimintaa.

K42 Liikutko omasta mielestäsi riittävästi?

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei
- ☐ En osaa sanoa

K43 Harrastatko nykyisin jotain, aivan mitä tahansa liikuntaa?

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei
- ☐ En osaa sanoa

K44 JOS KYLLÄ: Mitä liikuntaa harrastat? Luettele sekä ohjatusti että yksin tai kavereidesi kanssa ilman ohjausta harrastamasi liikuntamuodot ja urheilulajit.

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 15–29-v.

Kysymys näytetään, jos:

Harrastatko nykyisin jotain, aivan mitä tahansa liikuntaa? on yhtä kuin Kyllä

K45 Kuinka monena päivänä viikossa harrastat liikuntaa vähintään puoli tuntia kerrallaan niin, että ainakin lievästi hengästyit ja hikoilet?

(JOS KAUSIVAIHTELUT OVAT SUURET, PYYDÄ TARVITTAESSA ARVIOIMAAN KESKIMÄÄRIN VUODEN AIKANA)

- ☐ Päivittäin / 7 päivänä viikossa
- ☐ 6 päivänä
- ☐ 5 päivänä
- ☐ 4 päivänä
- ☐ 3 päivänä
- ☐ 2 päivänä
- ☐ 1 päivänä
- ☐ Harvemmin
- ☐ En koskaan
- ☐ En osaa sanoa

Kuinka usein kuljet yli kilometrin pituisia välimatkoja esim. kouluun, harrastuksiin ja kavereiden luo...?

Päivittäin tai lähes päivittäin	Suunnilleen joka viikko	Suunnil- leen joka kuukausi	Muutaman kerran vuo- dessa tai harvemmin	Ei koskaan	En osaa sanoa
---------------------------------------	----------------------------	-----------------------------------	---	------------	------------------

K4601 kävellen

K4602 pyörällä, potku- tai rullalaudalla

K4603 julkisilla kulkuvälineillä, esimerkiksi linja-autolla, junalla tai koulutaksilla

K4604 autolla, mopolla tai moottoripyörällä joko itse ajaen tai jonkun kyydissä

Sivu näytetään, jos:

Harrastatko nykyisin jotain, aivan mitä tahansa liikuntaa? on yhtä kuin Kyllä

JA Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v. tai 10–14-v.

Kuinka usein harrastat liikuntaa seuraavilla tavoilla?

KUKIN KYSYMYS KYSYTÄÄN AVOIMENA KYSYMYKSENÄ JA KOODATAAN LAPSEN VASTAUKSEN MUKAISESTI.

Päivittäin tai lähes päivittäin

Suunnilleen joka viikko

Suunnilleen joka kuukausi

Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin

Ei koskaan

En osaa sanoa

K4701 Liikut yksin ilman ohjausta

K4702 Liikut kavereiden kanssa ilman ohjausta

K4703 Liikut vanhempien kanssa

Sivu näytetään, jos:

Harrastatko nykyisin jotain, aivan mitä tahansa liikuntaa? on yhtä kuin Kyllä

JA Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 15–29-v.

Kuinka usein harrastat liikuntaa seuraavilla tavoilla?

	Päivittäin tai lähes päivittäin	Suunnilleen joka viikko	Suunnil- leen joka kuukausi	Muutaman kerran vuo- dessa tai harvemmin	Ei koskaan	En osaa sanoa
K4801 Liikut yksin omatoimisesti	()	()	()	()	()	()
K4802 Liikut kavereiden kanssa omatoimisesti	()	()	()	()	()	()
K4803 Liikut vanhempien kanssa	()	()	()	()	()	()
K4804 Urheilu- tai liikunta-seurassa	()	()	()	()	()	()

K4805 Koulun järjestämässä liikuntakerhossa (TARKENNA TARVITTAESSA, ETTÄ TÄHÄN EI LASKETA KOULUN LIIKUNTATUNTEJA)

K4806 Kaupallisessa liikuntapalvelussa, esim. kuntosalit, ratsastustallit

K4807 Korkeakoulun liikuntapalvelussa

K4808 Kunnan liikuntapalvelussa, esimerkiksi kunnan urheilu- tai uimahallissa taikka kunnan ylläpitämällä pururadalla tai hiihtoladulla

K4809 Kansalaisopistossa

K4810 Jossain muualla, missä?

Sivu näytetään, jos:

Harrastatko nykyisin jotain, aivan mitä tahansa liikuntaa? on yhtä kuin Ei tai En osaa sanoa

TAI

Kuinka usein lapsesi harrastaa liikuntaa jossain seuraavista? Urheilu- tai liikuntaseurassa on yhtä kuin Ei koskaan

TAI

Kuinka usein harrastat liikuntaa seuraavilla tavoilla Urheilu- tai liikuntaseurassa on yhtä kuin Ei koskaan

K49 Oletko aiemmin harrastanut liikuntaa urheilu- tai liikuntaseurassa, mutta lopettanut?

TÄSMENNETTÄVÄ, ETTÄ TÄSSÄ TARKOITETAAN SÄÄNNÖLLISTÄ HARRASTAMISTA.

() Kyllä

() En

() Ei vastausta

Sivu näytetään, jos:

Oletko aiemmin harrastanut liikuntaa urheilu- tai liikuntaseurassa, mutta lopettanut? TÄSMENNETTÄVÄ, ETTÄ TÄSSÄ TARKOITETAAN SÄÄNNÖLLISTÄ HARRASTAMISTA. on yhtä kuin Kyllä

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v.

K50 Miksi lopetit harrastamisen urheiluseurassa? Luettele kaikki mieleesi tulevat syyt.

(HUOM! VARMISTA VASTAAJAN LOPETETTUA SYIDEN LUETTELEMISEN, ETTÄ TÄMÄ ON TODELLA LUETELLUT KAIKKI LOPETTAMISPÄÄTÖKSEEN VAIKUTTANEET SYYT.)

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 10–14-v. tai 15–29-v.

Kuinka merkittäviä olivat seuraavat syyt lopettaa liikunnan harrastaminen urheilu- tai liikuntaseurassa?

	Hyvin merkittävä	Jonkin verran merkittävä	Ei lainkaan merkittävä	En osaa sanoa
K5101 Liikuntaharrastus vei liikaa aikaa	()	()	()	()
K5102 Aloitit toisen harrastuksen	()	()	()	()
K5103 Vanhemmillasi ei ollut aikaa kuljettaa harrastuksiin	()	()	()	()
K5104 Toiminta oli liian kilpailuhenkistä	()	()	()	()
K5105 Harrastaminen tuli liian kalliiksi	()	()	()	()
K5106 Sinua alkoivat kiinnostaa muut asiat	()	()	()	()
K5107 Et ollut omasta mielestäsi tarpeeksi hyvä	()	()	()	()
K5108 Et ollut valmentajan tai ohjaajan mielestä tarpeeksi hyvä	()	()	()	()
K5109 Et pitänyt valmentajasta tai ohjaajasta				
K5110 Muutit toiselle paikkakunnalle				
K5111 Kaveritkin lopettivat seurassa harrastamisen				
K5112 Sinua kiusattiin tai syrjittiin seurassa				

K5113 Lopetit
terveydellisistä syistä

K5114 Muu syy, mikä? _____

Sivu näytetään, jos:

Harrastatko nykyisin jotain, aivan mitä tahansa liikuntaa? on yhtä kuin Ei tai En osaa sanoa

TAI

Kuinka usein lapsesi harrastaa liikuntaa jossain seuraavista? Urheilu- tai liikuntaseurassa on yhtä kuin Ei koskaan

TAI

Kuinka usein harrastat liikuntaa seuraavilla tavoilla Urheilu- tai liikuntaseurassa on yhtä kuin Ei koskaan

K52 Haluaisitko aloittaa liikuntaharrastuksen urheiluseurassa?

() Kyllä

() En

() En osaa sanoa

Sivu näytetään, jos:

Haluaisitko aloittaa liikuntaharrastuksen urheiluseurassa? on yhtä kuin Kyllä

K53 Mitä lajeja haluaisit harrastaa urheiluseurassa?

Sivu näytetään, jos:

Harrastatko nykyisin jotain, aivan mitä tahansa liikuntaa? on yhtä kuin Kyllä

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v.

K54 Miksi harrastat liikuntaa? Luettele kaikki mieleesi tulevat syyt.

(HUOM! VARMISTA VASTAAJAN LOPETETTUA SYIDEN LUETTELEMISEN, ETTÄ TÄMÄ ON TODELLA LUETELLUT KAIKKI
LIIKUNNAN HARRASTAMISEEN VAIKUTTAVAT SYYT.)

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 10–14-v. tai 15–29-v.

Kuinka tärkeitä syitä harrastaa liikuntaa seuraavat asiat ovat sinulle?

	Hyvin tärkeä	Jonkin ver- ran tärkeä	Ei lainkaan tärkeä	En osaa sanoa
K5501 Liikunta tuottaa iloa	()	()	()	()
K5502 Liikunta tarjoaa mah- dollisuuden omaan rauhaan ja yksinoloon	()	()	()	()
K5503 Liikunnan parissa voit viettää aikaa ystäväsi kanssa	()	()	()	()
K5504 Haluat kilpailla	()	()	()	()
K5505 Haluat voittaa	()	()	()	()
K5506 Haluat olla hyvässä kunnossa	()	()	()	()
K5507 Haluat pysyä ter- veenä	()	()	()	()

K5508 Haluat näyttää hyvältä () () () ()

K5509 Haluat kehittää itseäsi () () () ()

K5510 Haluat saada onnistumisen elämyksiä

K5511 Haluat pitää painosi kurissa

K5512 Tähtäät huipulle tai ammattilaiseksi urheilussa

K5513 Esikuvien vaikutus

K5514 Vanhempasi haluavat, että harrastat liikuntaa

K5515 Muu syy, mikä? _____

Sivu näytetään, jos:

Harrastatko nykyisin jotain, aivan mitä tahansa liikuntaa? on yhtä kuin Ei

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v.

K56 Miksi et harrasta liikuntaa? Luettele kaikki mieleesi tulevat syyt.

(HUOM! VARMISTA VASTAAJAN LOPETETTUA SYIDEN LUETTELEMISEN, ETTÄ TÄMÄ ON TODELLA LUETELLUT KAIKKI SYYT OLLA HARRASTAMATTA LIIKUNTAA.)

Kysymys näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 10–14-v. tai 15–29-v.

Kuinka merkittäviä syitä olla harrastamatta liikuntaa seuraavat asiat ovat sinulle?

	Hyvin merkittävä	Jonkin verran merkittävä	Ei lainkaan merkittävä	En osaa sanoa
K5701 Et pidä liikunnasta	()	()	()	()
K5702 Sinulla ei ole aikaa liikkuu	()	()	()	()
K5703 Sinulla on vamma tai sairaus, joka vaikeuttaa liikunnan harrastamista	()	()	()	()
K5704 Liikunta on liian kilpailuhenkistä	()	()	()	()
K5705 Liikunta, jota haluaisit harrastaa, on liian kallista	()	()	()	()
K5706 Sinulla on huonoja kokemuksia koululiikunnasta				
K5707 Sinulla on huonoja kokemuksia liikunnasta ylipäättään				

K5708 Tarjolla ei ole sopivaa ohjattua liikuntatoimintaa tai liikuntapaikkaa

K5709 Et ole liikunnallisesti lahjakas

K5710 Sinulla ei ole tietoa olemassa olevista liikuntamahdollisuuksista

K5711 Muu syy, mikä?

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 10–14-v. tai 15–29-v.

K58 Oletko toiminut liikunnan vapaaehtoistyössä, esimerkiksi valmentajana tai talkootyössä, viimeisen vuoden aikana?

☐ Kyllä

☐ En

☐ En osaa sanoa

Sivu näytetään, jos:

Oletko toiminut liikunnan vapaaehtoistyössä, esimerkiksi valmentajana tai talkootyössä, viimeisen vuoden aikana? on yhtä kuin Kyllä

Missä roolissa olet toiminut?

K5901 ☐ Valmentajana tai ohjaajana

K5902 ☐ Joukkueenjohtajana

K5903 ☐ Toimitsijana, esimerkiksi kilpailujen tulosten mittaajana tai käytännön järjestelijänä

K5904 ☐ Tuomarina

K5905 ☐ Hallituksessa tai muussa vastaavassa tehtävässä

K5906 ☐ Talkootyössä

K5907 ☐ Muussa roolissa, missä? _____

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 15–29-v.

K60 Ovatko vanhempasi olleet mukana liikunnan vapaaehtoistyössä, esimerkiksi valmentajana tai talkootyössä, viimeisen vuoden aikana?

☐ Kyllä

☐ Ei

☐ En osaa sanoa

Sivu näytetään, jos:

Ovatko vanhempasi olleet mukana liikunnan vapaaehtoistyössä, esimerkiksi valmentajana tai talkootyössä, viimeisen vuoden aikana? on yhtä kuin Kyllä

Missä roolissa vanhempasi ovat toimineet?

K6101 ☐ Valmentajana tai ohjaajana

☐ Joukkueenjohtajana

☐ Toimitsijana, esimerkiksi kilpailujen tulosten mittaajana tai käytännön järjestelijänä

☐ Tuomarina

[] Hallituksessa tai muussa vastaavassa tehtävässä

K6106 [] Talkootyössä

[] Muussa roolissa, missä? _____

Teetkö jotain seuraavista asioista?

K6201 [] Harrastat musiikkia, esimerkiksi soitat jotakin soitinta tai laulat kuorossa

K6202 [] Kirjoitat, esimerkiksi tarinoita, novelleja tai satuja taikka pidät päiväkirjaa tai blogia

K6203 [] Piirrät, maalaat tai harrastat jotain muuta kuvataidetta (myös tietokoneella)

K6204 [] Valokuvaat tai videokuvaat

K6205 [] Teet käsitöitä, kuten pienoismalleja tai niihin rinnastettavaa lego- tai lelurakentamista, ompelua, neulomista, virkkaamista, nikkarointia, tuunausta

K6206 [] Näyttelet tai olet muuten teatteritoiminnassa

K6207 [] Harrastat tanssia, esimerkiksi hip-hop, baletti, moderni tanssi, kansantanssi

K6208 [] Käyt elokuvissa, teatterissa, konserteissa tai taidenäyttelyissä

K6209 [] Käyt ulkona, kuten kahviloissa, baareissa, bileissä

K6210 [] Luet kirjoja huviksesi (ei koulukirjoja)

K6211 [] Pelaat pelejä tietokoneella, pelikonsolilla (esimerkiksi Playstationilla, Xboxilla, Nintendo Wiillä tai DS:llä) tai älypuhelimella

K6212 [] Pelaat lauta- tai roolipelejä tai larppaat

K6213 [] Teet järjestö- tai vapaaehtoistyötä

Sivu näytetään, jos: ed. kysymykseen on vastattu jotain JA Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v.

Kuinka usein teet näitä asioita?

(KYSYTÄÄN AVOIMENA KYSYMYKSEN YKSITELLEN JOKAISEN ASIAN OSALTA, JOTA VASTAAJA ILMOITTI TEKEVÄNSÄ, JA KOODATAAN LAPSEN VASTAUKSEN MUKAISESTI)

	Päivittäin tai lähes päivittäin	Suunnilleen joka viikko	Suunnil- leen joka kuukausi	Muutaman kerran vuo- dessa tai harvemmin	En osaa sanoa
K6301 Harrastat musiikkia, esimerkiksi soitat jotakin soitinta tai laulat kuorossa	()	()	()	()	()
K6302 Kirjoitat, esimerkiksi tarinoita, novelleja tai satuja taikka pidät päiväkirjaa tai blogia	()	()	()	()	()
Piirrät, maalaat tai harrastat jotain muuta kuvataidetta (myös tietokoneella)	()	()	()	()	()
Valokuvaat tai videokuvaat	()	()	()	()	()
Teet käsitöitä, kuten pienoismalleja tai niihin rinnastettavaa lego- tai lelurakentamista, ompelua, neulomista, virkkaamista, nikkarointia, tuunausta	()	()	()	()	()
Näyttelet tai olet muuten teatteritoiminnassa					

Harrastat tanssia, esimerkiksi hip-hop,
baletti, moderni tanssi, kansantanssi

Käyt elokuvissa, teatterissa,
konserteissa tai taidenäyttelyissä

Käyt ulkona, kuten kahviloissa, baareissa, bileissä

Luet kirjoja huviksesi (ei koulukirjoja)

Pelaat pelejä tietokoneella, pelikonsolilla
(esimerkiksi Playstationilla, Xboxilla,
Nintendo Wiillä tai DS:llä) tai älypuhelimella

Pelaat lauta- tai roolipelejä tai larppaat

K6213 Teet järjestö- tai vapaaehtoistyötä

Sivu näytetään, jos: ed. kysymykseen on vastattu jotain JA Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 10–14-v. tai 15–29-v.

Kuinka usein teet näitä asioita?

(EDELISESSÄ KYSYMYKSESSÄ MAINITUT ASIAT)

	Päivittäin tai lähes päivittäin	Suunnilleen joka viikko	Suunnil- leen joka kuukausi	Muutaman kerran vuo- dessa tai harvemmin	En osaa sanoa
K6401 Harrastat musiikkia, esimerkiksi soitat jotakin soitinta tai laulat kuorossa	()	()	()	()	()
Kirjoitat, esimerkiksi tari- noita, novelleja tai satuja taikka pidät päiväkirjaa tai blogia	()	()	()	()	()
Piirrät, maalaat tai harrastat jotain muuta kuvataidetta (myös tietokoneella)	()	()	()	()	()

Valokuvaat tai videokuvaat

Teet käsitöitä, kuten pienoismalleja
tai niihin rinnastettavaa lego- tai
lelurakentamista, ompelua, neulomista,
virikkaamista, nikkarointia, tuunausta

Näyttelet tai olet muuten teatteritoiminnassa

Harrastat tanssia, esimerkiksi hip-hop,
baletti, moderni tanssi, kansantanssi

Käyt elokuvissa, teatterissa,
konserteissa tai taidenäyttelyissä

Käyt ulkona, kuten kahviloissa,
baareissa, bileissä

Luet kirjoja huviksesi (ei koulukirjoja)

Pelaat pelejä tietokoneella, pelikonsolilla
(esimerkiksi Playstationilla, Xboxilla,
Nintendo Wiillä tai DS:llä) tai älypuhelimella
Pelaat lauta- tai roolipelejä tai larppaat

K6413 Teet järjestö- tai vapaaehtoistyötä

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v.

Oletko tyytyväinen seuraaviin asioihin?

Tyytyväinen
Tyytymätön
En osaa sanoa

K6501 Se, mitä voit tehdä vapaa-ajallasi

K6502 Oma ulkonäkö

K6503 Oma kunto

K6504 Oma terveys

K6505 Elämä yleensä

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 10–14-v. tai 15–29-v.

K66 Oletko nykyisin mukana tai kuulut jäsenenä johonkin, aivan mihin tahansa järjestöön, seuraan, kerhoon tai vastaavaan?

() Kyllä

() Ei

() En osaa sanoa

Kuinka tyytyväinen olet seuraaviin asioihin?

Erittäin tyytyväinen
Jokseenkin tyytyväinen
Jokseenkin tyytymätön
Erittäin tyytymätön
En osaa sanoa

K6701 Se, mitä voit tehdä vapaa-ajallasi

K6702 Oma ulkonäkö

K6703 Oma kunto

K6704 Oma terveys

K6705 Elämä yleensä

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v.

Esitän seuraavaksi joitain vapaa-aikaasi ja elämään yleensä liittyviä väitteitä. Kerro, oletko väitteiden kanssa samaa vai eri mieltä.

Samaa
mieltä

Eri mieltä

En osaa
sanoa

K6801 Asuinpaikallasi järjestetään kiinnostavaa nuorten toimintaa

K6802 Voit vaikuttaa vapaa-ajanviettomahdollisuuksiisi asuinpaikallasi

Vanhempasi ovat joskus kieltäneet sinua harrastamasta jotain harrastusta
Vanhempasi ovat joskus kieltäneet sinua liikkumasta joissakin paikoissa asuinalueellasi, koska pitävät niitä vaarallisina
Vanhempasi kannustavat tai kannustivat sinua harrastamaan jotain
Toimintaan on mukava osallistua, jos ei tarvitse liittyä jäseneksi mihinkään
Liikunnan harrastajat ovat muita ahkerampia ihmisiä
Koululiikunta on lisännyt kiinnostustasi harrastaa liikuntaa myös vapaa-ajallasi
Rahanpuute rajoittaa sitä, mitä voit tehdä vapaa-ajallasi
Et ehdi tehdä vapaa-ajallasi kaikkea, mitä haluaisit
K6811 Tunnet itsesi yksinäiseksi

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 10–14-v. tai 15–29-v.

Esitän seuraavaksi joitain vapaa-aikaasi ja elämään yleensä liittyviä väitteitä. Kerro, kuinka samaa tai eri mieltä olet väitteiden kanssa.

Täysin samaa mieltä
Osittain samaa mieltä
En samaa enkä eri mieltä
Osittain eri mieltä
Täysin eri mieltä
En osaa sanoa

K6901 Asuinpaikallasi järjestetään kiinnostavaa nuorten toimintaa

K6902 Voit vaikuttaa vapaa-ajanviettomahdollisuuksiisi asuinpaikallasi

Vanhempasi ovat joskus kieltäneet sinua harrastamasta jotain harrastusta
Vanhempasi ovat joskus kieltäneet sinua liikkumasta joissakin paikoissa asuinalueellasi, koska pitävät niitä vaarallisina
Vanhempasi kannustavat tai kannustivat sinua harrastamaan jotain
Toimintaan on mukava osallistua, jos ei tarvitse liittyä jäseneksi mihinkään
Liikunnan harrastajat ovat muita ahkerampia ihmisiä
Koululiikunta on lisännyt kiinnostustasi harrastaa liikuntaa myös vapaa-ajallasi
Rahanpuute rajoittaa sitä, mitä voit tehdä vapaa-ajallasi
Et ehdi tehdä vapaa-ajallasi kaikkea, mitä haluaisit
K6911 Tunnet itsesi yksinäiseksi

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 7–9-v.

K70 Lopuksi kysyisin vielä, kumpi mielestäsi olet:

- ☐ Lapsi
- ☐ Nuori
- ☐ Ei kumpikaan näistä
- ☐ En osaa sanoa

Sivu näytetään, jos:

Ikäryhmä (NÄYTTEESTÄ): on yhtä kuin 10–14-v. tai 15–29-v.

K71 Lopuksi kysyisin vielä, mikä seuraavista määritelmistä kuvaa sinua mielestäsi parhaiten?

- ☐ Lapsi
- ☐ Nuori
- ☐ Aikuinen
- ☐ Ei mikään näistä
- ☐ En osaa sanoa

Haastattelu tuli nyt valmiiksi. Kiitos arvokkaasta avusta!

HAASTATTELIJA TÄYTTÄÄ!!

ID-NRO:: _____

Vastaajan puhno:

Haastattelijan nimi:

Haastattelun kesto (min):

LIITE 2. VASTAAJAT TAUSTAMUUTTUJITTAIN

SUKUPUOLI	n	%
Nainen	604	50
Mies	601	50
Yhteensä	1205	100
IKÄRYHMÄ	n	%
7–9	157	13
10–14	261	22
15–19	263	22
20–24	263	22
25–29	261	22
Yhteensä	1205	100
ÄIDINKIELI	n	%
Suomi	1141	95
Ruotsi	64	5
Yhteensä	1205	100
KUNTATYYPPI	n	%
Pääkaupunkiseutu	222	18
Kaupunkimaiset kunnat	655	54
Taajaan asutut kunnat	155	13
Maaseutumaiset kunnat	172	14
Yhteensä	1204	100
PERHEMUOTO	n	%
Vanhempien/vanhemman/muun huoltajan luona asuva	699	58
Yksin asuva	170	14
Puoliso, ei lapsia	175	15
Puoliso ja lapsia	86	7
Soluasunnossa tai kämppiksen kanssa	55	5
Muu	20	2
Yhteensä	1205	100
YLIN SUORITETTU TUTKINTO	n	%
Peruskoulu kesken	462	38
Peruskoulu	198	16
Ylioppilastutkinto	205	17
Ammatillinen perustutkinto	188	16
Ammattikorkeakoulututkinto	99	8
Yliopistotutkinto	47	4
Ei tutkintoa	3	0
Yhteensä	1202	100
PÄÄASIALLINEN TOIMINTA	n	%
Koululainen tai opiskelija	841	70
Työssä tai yrittäjä	271	23
Lomautettu tai työtön	28	2
Varusmies tai siviilipalvelusmies	9	1
Äitiys- tai vanhempainvapaalla	28	2
Työharjoittelu	5	0
Muu	23	2
Yhteensä	1202	100

LIITE 3. LIIKUNTAHARRASTUKSEN SYYT. VARIMAX-ROTATOITU FAKTORI-ANALYYSI (PRINCIPAL AXIS FACTORING).

	Faktori 1. Esikuvat ja kannustus	Faktori 2. Hyvä kunto ja terveys	Faktori 3. Elämykset ja ystävät	Faktori 4. Kilpailu- halu
Esikuvien vaikutus	0,737	0,114	0,140	0,181
Tähtäät huipulle tai ammattilaiseksi urheilussa	0,723	0,071	0,143	0,257
Vanhempasi haluavat, että harrastat liikuntaa	0,600	0,024	0,138	0,103
Haluat olla hyvässä kunnossa	0,044	0,769	0,178	0,056
Haluat pysyä terveenä	0,057	0,656	0,176	-0,030
Haluat näyttää hyvältä	0,04	0,440	0,301	0,106
Haluat pitää painosi kurissa	0,117	0,415	0,333	0,018
Haluat saada onnistumisen elämyksiä	0,151	0,208	0,663	0,154
Haluat kehittää itseäsi	0,161	0,290	0,608	0,109
Liikunta tuottaa iloa	0,028	0,229	0,414	0,050
Liikunnan parissa voit viettää aikaa ystäväsi kanssa	0,187	0,066	0,338	0,131
Liikunta tarjoaa mahdollisuuden omaan rauhaan ja yksinoloon	0,064	0,098	0,262	-0,171
Haluat voittaa	0,400	0,093	0,135	0,789
Haluat kilpailla	0,381	0,068	0,155	0,774

LIITE 4. AVOVASTAUKSET K54

Kyselylomakkeen K54 7–9-vuotiaiden avovastaukset kysymykseen ”Miksi harrastat liikuntaa? Luettele kaikki mieleesi tulevat syyt.”

TYTÖT

- Olen pihan toiseksi nopein rullaluistelija, ja se on kiva kun muut jäävät jälkeen. Ringessä saa uusia kavereita ja oppii luistelemaan paremmin.
- Baletti näyttää kivalta. Tykkään liikunnasta. Ulkoliikunta on kiva.
- En jaksanut käydä
- En tiedä.
- En tiedä.
- Että saan enemmän liikuntaa. Tykkään liikkua ja se on kiva.
- Haluan tulla hyväksi urheilijaksi. Olen hyvä uimari.
- Haluan tulla venyväksi ja sporttiseksi. Se on kiva ja voi tutustua uusiin ystäviin.
- Harrastus on mukavaa, kavereiden tapaaminen
- Kavereiden kanssa, leikitään ja liikutaan
- Kivaa ja hauskaa
- Kivaa tapaa kavereita, juostaan paljon
- Kivaa, hauskaa, kavereiden tapaaminen.
- Koska se on hauskaa.
- Koska se on kiva.
- Koska se on kiva.
- Kun oppii uutta
- Liikunta on hauskaa.
- Liikunta on mukavaa
- Menen kavereiden luokse ja muuten vaan.
- Mä tykkään liikkua
- On kavereita ja tulee hyvä olo
- On kiva
- On oikein kiva liikkua ja samalla olla yhdessä kaverien kanssa
- On tärkeää toimia eläinten kanssa, ja liikkua itse
- Onnistumisen tunne, mukavaa
- Piti vaihtaa isompien ryhmään
- Saa liikkua paljon
- Saan voimaa
- Se on hauskaa
- Se on hauskaa
- Se on hauskaa
- Se on hauskaa ja tulee hyvä olo.
- Se on hauskaa, siinä kuluu aikaa, tulee hyvä olo ja hyvä mieli
- Se on hauskaa, tapaan kavereita.
- Se on hauskaa.
- Se on hauskaa.
- Se on kiva
- Se on kiva
- Se on kiva
- Se on kiva
- Se on kiva
- Se on kiva
- Se on kiva ja se on myös hyväksi terveyden kannalta.
- Se on kiva ja siellä on kaverit
- Se on kiva ja siitä oppii, tapaa kavereita
- Se on kiva ja tykkään, kun onnistun jossain.
- Se on kiva, siellä näkee kavereita
- Se on kiva, tykkään liikkumisesta
- Se on kiva.
- Se on kiva.
- Se on kiva.
- Se on kiva.
- Se on kiva. En osaa oikein sanoa.
- Se on kiva. Liikkuminen on terveellistä
- Se on mukava.
- Siitä saa energiaa ja tulee hyvä mieli
- Siksi haluaisin, koska on kiva luistella ja haluaa luistella ohjatusti, koska valmentaja oli kiva ja kaksoisvelikin oli siellä.
- Siksi, koska se on hyvä keholleni.
- Syön sen verran paljon karkkia että muuten tulisin paksuksi.
- Tulee hyvä olo ja on mukavaa.
- Tykkää liikkua

- Tykkään liikkua ja juosta
- Tykkään siitä, siellä on kavereita.
- Uiminen on hauskaa – napata kaloja.
- Luistelu on hauskaa tasapainoilua.
- Äiti ja isä harrastavat liikuntaa ja siksi minäkin. Se on kivaa.
- Äiti on käsenyt

POJAT

- Det är kul
- Ei tiedä.
- En halua olla läski
- En tiedä
- Eos
- Että kehittyisin jalkapallossa
- Että on tekemistä ja on kivaa
- Että pysyy hyvässä kunnossa
- Että pysyy terveenä, saa liikkua, harrastaminen on kivaa
- Hauskaa, parempi kunto
- Huvikseni, se on hauskaa. Näkee kavereita.
- Hyvä kunto tulee.
- Jalkapallo on kivaa.
- Kavereiden kanssa kivaa.
- Kavereiden kanssa on mukavaa.
- Kilpailu, mukavaa tekemistä, liikunnasta tulee hyvä olo. Saa tavata kavereita.
- Kiva olla ulkona ja peuhata
- Kivaa, kun voi juosta ja tällöistä
- Kivaa, kunto nousee, tapaa kavereita ja voi vaihtaa kuulumisista.
- Kivaa, oppii uutta.
- Kivaa, saada pelata ja kilpailla
- Kivaa, tutustuu uusiin ihmisiin, tapaa kavereita
- Kivaa. Haluan näyttää hyvältä. Kavereiden kanssa tekemistä.
- Koska aina ei ole muuta tekemistä.
- Koska haluan olla liikunnallinen
- Koska on aikaa, en tiedä.
- Koska se on kiva paikka
- Koska se on kivaa
- Koska se on kivaa ja on tekemistä.
- On kivaa
- On mukava olla kavereiden kanssa.
- Pikkuveljen kummisetä oli maalivahtina jääkiekossa
- Pysyy pirteänä
- Se on hauskaa
- Se on hauskaa ja nopeaa! Tapaan siellä kavereita.
- Se on hauskaa, saa kavereita ja oppii uutta.
- Se on hauskaa, se pitää ihmisen kunnossa
- Se on hauskaa, tapaa kavereita harkoissa
- Se on hauskaa, voin paremmin.
- Se on hauskaa.
- Se on hauskaa.
- Se on hauskaa. Kun liikkuu niin ei liho liikaa.
- Se on hauskaa. Saa liikkua ja on hyvää tekemistä. Pelaaminen ja turnaukset ovat kivoja.
- Se on hyväksi
- Se on iloista ja jännää touhua, kun tulee kuuma
- Se on kivaa
- Se on kivaa ja näkee kavereita.
- Se on kivaa ja pidän liikkumisesta
- Se on kivaa ja tykkään olla ulkona
- Se on kivaa ja tykkään siitä
- Se on kivaa.
- Se on kivaa.
- Se on kivaa.
- Se on kivaa.
- Se on kivaa.

- Se on mukavaa ja terveellistä, parantaa kuntoa.
- Siitä tulee reipas olo
- Silloin, jos ei ole tekemistä. ("Kivaa").
- Tykkää lajeista ja tykkää olla kavereiden kanssa
- Tykkää siitä
- Tykkään ampuu vihollisia (tarkka-ampua).
Saa kiipeillä vuorilla ja ilman valjaita välillä
- Tykkään liikkua. Luistelu on kivaa.
- Tykkään urheilusta.
- Tykkään.
- Unensaanti, vanhempien suosituksesta, hyvää vastapainoa tietokonepeleille
- Vanhemmat pakottavat.

LIITE 5. AVOVASTAUKSET K37

Kyselylomakkeen K37 avovastaukset kysymykseen ”Mihin paikkoihin ei ole kokenut olevansa tervetullut ja miksi?”

- Kaverin kodissa. Muut kaverit ovat viettäneet yhden illan yhdessä. Olen itse ollut kipeänä, ja muut kaverit ovat suunnitelleet yhteistä tekemistä, jolloin minua ei pyydetty mukaan. (Tyttö, 10-14 v.)
- Kaverit ei halunneet että menen paikalle. (Tyttö, 10-14 v.)
- Nuorisotiloihin. Jokin ryhmä on pitänyt tilaa itsekkäästi omanaan. (Tyttö, 10-14 v.)
- Yhden kaverin kotiin en ollut tervetullut vanhempien johdosta. (Tyttö, 10-14 v.)
- Minut otettiin uutena oppilaana koulussa aika huonosti vastaan mutta tilanne korjautui ja sain nopeasti kavereita. (Poika, 10-14 v.)
- Jalistreeneissä on joskus kiusattu ja nimitelty. (Poika, 10-14 v.)
- Yhden kaverin kodissa, toinen kaveri ei halunnut että tulen sinne. (Poika, 10-14 v.)
- Skola. Var inte välkommen med vänner, eftersom jag hade glasögon och var lite annorlunda. (Poika, 10-14 v.)
- Joihinkin kauppoihin. (Tyttö, 15-19 v.)
- Kavereiden kodit, mutta ei tule mieleen miksi. (Tyttö, 15-19 v.)
- Kaupungilla, oli uusia ihmisiä. (Tyttö, 15-19 v.)
- Kavereiden kodeissa, vanhempien eleet, kahvilassa tuli sanomaan että pitää lähteä pois että ei ole nuorien paikka. (Tyttö, 15-19 v.)
- Oman talon pihapiiri. (Tyttö, 15-19 v.)
- Joissain kahviloissa, nuorempana. (Tyttö, 15-19 v.)
- Jos on ollut riitoja ni nuorisotiloille en ole halunnut mennä. (Tyttö, 15-19 v.)
- Harrastuksiin, syrjimisen takia. (Tyttö, 15-19 v.)
- Huoltoasema, tiettyjen ihmisten vuoksi. (Tyttö, 15-19 v.)
- Keskusta, koska porukkaa kenen kanssa ei ole väleissä. (Poika, 15-19 v.)
- Sain porttikiellon nuorisotiloihin kun astuin tilalle. (Poika, 15-19 v.)
- Baariin, mennessä tuli sellainen olo ettei ollut tervetullut. Tuntui että kaikki katsoivat pahasti sisään mennessä. (Poika, 15-19 v.)
- Huoltoasemilla joskus katsoo pahasti että jos tulee nuorempia, asiakaskohtelu nuorempia kohtaan toisenlainen kuin vakioasiakkailla. (Poika, 15-19 v.)
- Huoltoasemalle, alaikäinen klo 21:00 jälkeen. (Poika, 15-19 v.)
- Kaverin luo, koska ei ole kaivattu minun seuraa. (Poika, 15-19 v.)
- Aikoinaan teini-iässä kauppakeskuksiin en ollut tervetullut. Ei minkäänlaista palvelua saanut, ilmeisesti ajateltiin että nuorilla ei ole rahaa mitään ostaa. (Tyttö, 20-24 v.)
- Kirjastoon, katsottu että on liian nuori niin että varastaa tai tuhoaa, pienemmät kirjastot tekevät niin, isommissa ei niin huomannut. (Tyttö, 20-24 v.)
- Ravintola. (Poika, 20-24 v.)
- Ravintola, oma mielipide. (Poika, 20-24 v.)
- Jos järkkäri ei päästä sisälle baariin siinä ei mennä. (Poika, 20-24 v.)
- Kavereiden kodit. (Tyttö, 25-29 v.)
- Omalla pihalla, naapurin taloyhtiön grillipaikalla oltiin, naapuri hermostui ja heitti kohti tiilenmurikalla. (Tyttö, 25-29 v.)

Sami Myllyniemi & Päivi Berg: *Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013*

Tässä julkaisussa tarkastellaan nuorten vapaa-aikaa. Tulokset perustuvat 7–29-vuotiaiden Suomessa asuvien haastatteluihin, joita tehtiin yhteensä 1205 joulukuussa 2012. Julkaisu on osa joka kolmas vuosi toteutettavaa Nuorten vapaa-aikatutkimussarjaa, jonka tutkimuskohteena ovat niin ystävyys-suhteet, järjestöissä toimiminen kuin vapaa-ajan harrastuksetkin. Tällä kertaa tutkimuksen varsinainen pääteema on kuitenkin liikunta eri muodoissaan.

Yli puolet 7–29-vuotiaista tapaa kavereitaan päivittäin, lähes kaikki vähintään viikoittain. Ystävien tapaamistahti laskee selvästi iän myötä. Yli puolet vastaajista on myös päivittäin puhelin- ja netti-yhteydessä kavereihinsa. Puhelinyhteyden ja nettiyhteydenpidon huippukohta osuu 15–19-vuotiaiden ikäryhmään. Tapaamistiheyden lisäksi selvitettiin läheisten ystävien määrää, joka oli keskimäärin noin kuusi, pojilla hieman enemmän kuin tytöillä.

Kavereiden tapaamispaikoista yleisimpiä ovat oma tai kavereiden koti. Päivittäisissä tapaamisissa internet on kuitenkin yleisempi. Yhteisissä harrastuksissa, nuorisotaloilla ja kirjastoissa tapaavat eniten 10–14-vuotiaat. Internet on sosiaalisuuden areenana tärkeimmillään 15–19-vuotiaiden ikäryhmässä, myös kaduilla tapailun huippukohta osuu tähän ikäryhmään. Liikunnallisesti kaikkein passiivisimmat ovat netissä aktiivisimpia ystäviensä tapaajia.

Television katsomisen keskiarvo on noin 1,5 tuntia päivässä. Erityisen paljon tv:tä katsovat työttömät nuoret. Runsas tietokoneen ääressä vietetty aika on vahvemmin yhteydessä liikunnan vähyyteen kuin runsas tv:n katselu. Kokonaisruutuajan osalta suosituksissa käytetyn kahden tunnin päivittäisen ruutuajan raja ylittyy selvällä enemmistöllä lapsista ja nuorista. Pitkä ruutu-aika on yhteydessä vähäisempään liikunnan harrastamiseen ja matalampaan tyytyväisyyteen omaan kuntoon ja terveyteen.

Enemmistö kokee vapaa-ajan määrän itselleen sopivaksi. Vapaa-aika kuitenkin niukkenee selvästi noin 15 ikävuodesta eteenpäin. Erityisen niukaksi vapaa-aikansa kokevat työssäkäyvät ja lapsiperheet. Nuorilla, joilla on vähemmän vapaa-aikaa, on vähemmän harrastuksia, ja he myös liikkuvat vähemmän urheiluseuroissa ja tapaavat harvemmin kavereitaan. Vapaa-ajan niukkuus rajoittaa sosiaalista elämää ja harrastustoimintaa.

Koko 7–29-vuotiaiden ikäryhmässä 85 prosentilla on jokin harrastus. Harrastavien osuus on pienimmillään 15 ja 19 ikävuoden välillä, mutta kääntyy taas kahdenkymppin jälkeen nousuun. Järjestötoiminnassa tai jäsenenä on mukana 53 % nuorista. Osuudessa ei juuri ole tapahtunut muutoksia vuodesta 1998.

Kaikista vastaajista 86 prosenttia harrastaa jotain liikuntaa. Yleisintä liikuntaharrastus on 10–14-vuotiaiden ikäryhmässä. Noin kolmannes harrastaa vähintään puoli tuntia kerrallaan hengästyttävää ja hikoiluttavaa liikuntaa ainakin 5 kertaa viikossa. Teini-ikässä kuntoliikunnan säännöllisyys vähenee selvästi etenkin pojilla.

Kaikista vastaajista 71 % sanoo liikkuvansa omasta mielestään riittävästi. Riittäväksi koetaan noin neljä kertaa viikossa liikkuminen. Suosituimpia liikuntamuotoja ovat lenkkeily, kuntosali, pyöräily,

kävely, salibandy, jalkapallo, juoksu, uinti ja hiihto. Itsenäisesti harrastettavien liikuntamuotojen suosio kasvaa iän myötä.

Omatoiminen liikkuminen muodostaa valtaosan kaikesta liikunnasta. Yksin ja omatoimisesti päivittäin liikkuu 41 % vastaajista, vähintään viikoittain kolme neljästä. Kavereiden kanssa omatoimisesti liikkuu päivittäin 22 %, vähintään viikoittain jo selvästi yli puolet. Urheilu- tai liikuntaseurassa vähintään viikoittain liikkuu noin kolmannes, kunnallisissa ja kaupallisissa liikuntapalveluissa reilu neljännes.

Liikuntaharrastuksen syissä painottuvat halu pysyä terveenä, halu olla hyvässä kunnossa ja liikunnan tuottama ilo. Muita tärkeitä liikunnan motiiveja ovat itsensä kehittäminen ja onnistumisen elämykset sekä sosiaalisista syistä mahdollisuus viettää liikunnan parissa aikaa ystävien kanssa – ja liikunnan tarjoama mahdollisuus omaan rauhaan ja yksinoloon. Yleisimmät liikuntaa estävät tekijät puolestaan ovat ajanpuute, se, ettei pidä liikunnasta, sopivan liikuntatoiminnan tai liikuntapaikan puute sekä liikunnan kalleus. Urheiluseuraliikunnan on lopettanut kolmannes kaikista vastaajista. Keskeisimpiä lopettamissyitä olivat se, että muut asiat alkoivat kiinnostaa enemmän tai että harrastus vei liikaa aikaa sekä toiminnan liiallinen kilpailuhenkisyys.

Vastaajista kolmannes haluaisi aloittaa harrastamisen urheiluseurassa. Iän mukaan tarkasteltuna aloittamishaluisia oli etenkin alle 15-vuotiaissa. Halu harrastaa liikuntaa urheiluseurassa on suhteellisen matala, mikäli vastaajalla ei ole siitä aiempaa kokemusta. Sekä tytöt että pojat haluaisivat harrastaa urheiluseurassa etenkin jalkapalloa, sählyä, kamppailulajeja, uintia, lentopalloa, yleisurheilua sekä jääkiekkoa.

Neljännes lasten ja nuorten vanhemmista on mukana liikunnan vapaaehtoistyössä. Etenkin 10–14-vuotiaiden vanhemmat ovat aktiivisia. Vanhemmista, joiden lapsi liikkuu urheiluseurassa lähes päivittäin, peräti 65 % on jotenkin mukana liikunnan vapaaehtoistyössä. Yleisimmät vapaaehtoistyön muodot ovat talkootyö ja toimitsijana oleminen. Varsinkin talkootyössä ja toimitsijana on ennen kaikkea varakkaampien perheiden vanhempia. Myös äidin korkea koulutustaso lisää todennäköisyyttä osallistua liikunnan vapaaehtoistyöhön. 10–29-vuotiaista 18 % oli toiminut itse liikunnan vapaaehtoistyössä, esimerkiksi valmentajana tai talkootyössä.

REFERAT

Sami Myllyniemi & Päivi Berg: *Unga i gång! Undersökning om ungdomars fritid 2013*

I denna publikation diskuteras hur ungdomar använder sin fritid. Resultaten baseras på intervjuer av 7–29 åringar som är bosatta i Finland. Sammanlagt gjordes 1205 intervjuer i december 2012. Publikationen är en del av serien Ungdomar och fritid, vars forskningsobjekt omfattar såväl vänskapsförhållanden, föreningsverksamhet som fritidsintressen. I denna omgång var det dock motionering i olika former som stod i fokus.

Över hälften av 7–29 åringarna träffar sina kamrater dagligen, nästan alla minst en gång i veckan. Frekvensen för träffarna minskar tydligt med åren. Över hälften av de intervjuade håller också dagligen kontakt med sina vänner via telefon eller internet. Toppen för kommunikation via telefon och internet nås i åldersgruppen 15–19. Utöver frekvensen för träffar med kamrater utredde man också antalet vänner, varav medeltalet var ungefär sex stycken, något flera hos pojkar än hos flickor.

De vanligaste platserna för att träffa kamrater är det egna hemmet eller kamratens hem. I fråga om dagliga sammankomster är internet ändå vanligare. I samband med gemensamma intressen, i ungdomslokaler och på bibliotek träffas oftast 10–14 åringarna. Internet når sin ställning som den viktigaste träffpunkten bland 15–19 åringar, som också oftare än andra grupper träffas ute. De som är mest passiva när det gäller motion är också mest aktiva när det gäller att träffa kamrater på internet.

Medeltalet för tv-tittande är ungefär 1,5 timmar per dag. Arbetslösa ungdomar ser särskilt mycket på tv. Det finns ett starkare samband mellan långa tider framför datorn och mindre motion än mycket tv-tittande och mindre motion. Den rekommenderade tiden framför tv eller dator, som är två timmar, överskrids hos en tydlig majoritet av barn och ungdomar. Långa tider framför tv:n eller datorn är förknippade med mindre motion och mindre nöjdhet med den egna konditionen och hälsan.

Majoriteten av de unga tycker att de har passligt mycket fritid. Andelen fritid minskar tydligt från ungefär 15 år uppåt. De som jobbar och de som har barn upplever att de har särskilt lite fritid. Ungdomar som har ont om fritid har färre hobbyer, och de är också mer sällan medlemmar i idrottsföreningar, och träffar sina kamrater mer sällan. När fritiden minskar, begränsar det både socialt umgänge och hobbyer.

I hela åldersgruppen 7–29 har 85 procent någon hobby. Andelen av personer med aktiva hobbyer är minst i åldern 15 till 19, men andelen stiger igen efter 20-årsstrecket. Av ungdomarna är 53 % medlemmar eller deltagare i föreningsverksamhet. Det har inte skett några större förändringar i andelen sedan 1998.

Av alla intervjuade idkar 86 % någon typ av motionering. Vanligast är motionsintresset bland 10–14 åriga. En tredjedel motionerar så att de blir andfädda och svettas 5 gånger i veckan minst en halv timme i gången. I tonåren minskar det regelbundna motionerandet särskilt hos pojkar. Av alla intervjuade ansåg 71 % att de motionerade tillräckligt mycket. Som tillräcklig motion angavs cirka fyra motionspass i veckan. De populäraste motionsformerna var jogging, konditionsträning på gym, cykling, gående, innebandy, fotboll, löpning, simning och skidning. Självständiga motionsformer blir populärare när ungdomarna blir äldre.

Den självständiga motioneringen bildar huvuddelen av all motionering. Av de intervjuade motionerar 41 % ensamma och självständigt varje dag, och tre av fyra motionerar minst en gång i veckan. Självständigt motionerar 22 % dagligen tillsammans med kamrater, och tydligt över hälften gör det minst en gång i veckan. Ungefär en tredjedel motionerar i en sport- eller idrottsförening minst en gång i veckan, och en dryg fjärdedel använder sig av kommunala och kommersiella motions-tjänster.

Som motiveringar för motioneringen som hobby nämns i synnerhet viljan att vara frisk, viljan att vara i god kondition, och glädjen av att röra på sig. Andra viktiga motiv för motionering är självutveckling och upplevelserna av att lyckas, samt i fråga om sociala skäl både möjligheten att motionera tillsammans med vänner och att få vara för sig själv i lugn och ro. De vanligaste hindren för motionering är tidsbrist, att man ogillar motionering, bristen på passliga motioneringsformer eller lokaler, och de höga kostnaderna för motionering. En tredjedel av de intervjuade har slutat delta i föreningsidrott. De centralaste orsakerna var att andra intressen tog överhanden, eller att verksamheten tog för mycket tid i anspråk, samt att verksamheten var alltför tävlingsinriktad.

En tredjedel av de intervjuade skulle vilja motionera inom en idrottsförening. Åldersgruppen där intresset var starkast var under 15-åringarna. Viljan att idrotta eller sporta inom en förening är relativt låg, om den intervjuade inte har tidigare erfarenhet av det. Både flickor och pojkar skulle vilja idka särskilt fotboll, innebandy, kampsporter, simning, volleyboll, friidrott och ishockey inom en förening.

En fjärdedel av barnens och ungdomarnas föräldrar deltar i frivilligverksamhet inom sport och idrott. I synnerhet föräldrar till 10–14 åringar är aktiva. Av föräldrar, vars barn nästan dagligen motionerar i föreningen, är så mycket som 65 % procent på något sätt aktiva inom frivilligverksamheten. De vanligaste formerna av frivilligverksamhet är projektarbete och officiantuppgifter. Särskilt bättre bemedlade föräldrar deltar i dessa former av frivilligverksamhet. Också i familjer där modern är högt utbildad ökar chanserna för att föräldrarna deltar i frivilligverksamheten. Av ungdomar i åldern 10–29 hade 18 % själva medverkat i frivilligverksamheten, t.ex. som coach eller i projektarbeten.

SUMMARY

Sami Myllyniemi & Päivi Berg: *Young people on the go! Study of young people's leisure activities 2013*

This publication examines young people's leisure activities. The results are based on a total of 1,205 interviews of 7–29 year-olds living in Finland that were conducted in December 2012. The publication is part of the Study of young people's leisure activities research series, carried out every three years, that explores young people's friendships, activities in organisations as well as their hobbies. This time, however, the main theme of research was physical exercise and activity in its various forms.

More than half of the 7–29 year-olds meet their friends on a daily basis, and almost all of them meet their friends at least weekly. The frequency of meeting up with friends decreases clearly with age. More than half of the respondents are also in daily contact with their friends by phone or over the internet. The peak frequency of contacts by phone and over the internet occurs in the age group of 15–19 year-olds. In addition to the frequency of meetings, the number of close friends was determined and found to be an average of about six, slightly more among boys than among girls.

The most common places for meeting up with friends were one's own home or a friend's home. In the case of daily meetings, however, the internet is more common. Meeting up through common hobbies, at youth centres and at libraries occurs most among 10–14 year-olds. The internet is at its most important as an arena for socialising in the age group of 15–19 year-olds, but the peak for meeting up on the streets also occurs in this age group. The most passive young people in terms of physical activity are the ones who are most active in meeting their friends over the internet.

An average of 1.5 hours per day is spent watching television. Unemployed young people watch TV especially much. Spending a lot of time on the computer is more strongly associated with a scarcity of physical activity than is spending a lot of time watching TV. A clear majority of children and young people spend more time at the screen than the recommended two-hour daily limit for total screen time. A long screen time is associated with less physical activity and lower satisfaction with one's own fitness and health.

The majority experience the amount of leisure as suitable. The amount of leisure, however, becomes scarcer from about the age of 15 onwards. Young people who work or families with children feel that their leisure is particularly scarce. Young people who have less leisure have fewer hobbies, and they also exercise less in sport clubs and meet up with their friends less frequently. A scarcity of leisure limits social life and hobbies.

Throughout the age group of 7–29 year-olds, 85 per cent have a hobby. The share of young people with hobbies is at its lowest between the ages of 15 and 19 years, but it begins to increase again after around 20. 53 per cent of the young people take part in the activities of, or belong to, organisations. Little change in this regard has occurred since 1998.

86 per cent of the respondents go in for some sort of physical exercise. A physical exercise hobby is the most common in the age group of 10–14 year-olds. About one-third engage in physical activity, lasting for at least half an hour and leading to shortness of breath and sweating, at least five times a week. The regularity of physical activity drops clearly among teenagers, especially boys. 71 per cent

of the respondents are of the opinion that they are physically active enough. Physical exercise done about four times per week is considered to be enough. The most popular forms of physical exercise include jogging, training at the gym, cycling, walking, floorball, football, running, swimming and skiing. The popularity of independent physical activity increases with age.

Independent physical exercise accounts for the majority of all physical exercise. 41 per cent of the respondents exercise alone and independently on a daily basis, and three out of four exercise at least once a week. 22 per cent exercise independently with friends on a daily basis, and clearly more than half exercise at least once a week. About one-third exercise at sports clubs at least once a week, and more than one-quarter exercise at municipal or commercial sports services.

The reasons for having a leisure sports activity emphasise the wish to stay healthy, the wish to be physically fit, and the joy of exercising. Other important motives for physical exercise are self-development and the thrills of succeeding, and of social reasons, the opportunity to spend time with friends while exercising in physical activity – and the chance for privacy and being alone. The most common obstacles to physical exercise, in turn, are lack of time, a dislike of physical exercise, the lack of suitable sports activities or sports facilities, and the high cost of physical activities. One-third of the respondents have stopped physical activity at a sports club. The main reasons for stopping were that other things started to be more interesting or that the hobby took too much time, as well as the excessive competitiveness of the activity.

One-third of the respondents would like to start physical exercise at a sports club as a hobby. Examined by age, the wish to begin occurred especially among those under 15 years old. The wish to go to a sports club is relatively low if the respondent has no previous experience of this. Both girls and boys would like to engage especially in football, floorball, martial arts, swimming, volleyball, athletics and ice hockey at a sports club.

One-quarter of the parents of the children and young people are involved in volunteering associated with organised sports activities. The parents of 10–14 year-olds, in particular, are active in this regard. Of parents whose child engage in organised sports activities at a sports club almost every day, as many as 65 per cent do volunteering associated with these activities in one way or another. The most common forms of volunteering are voluntary work and acting as an official. Especially the parents who do voluntary work and act as an official are primarily parents from wealthier families. Also, the mother's high level of education increases the likelihood of volunteering associated with organised sports activities. 18 per cent of the 10–29 year-olds had themselves been involved in volunteering associated with organised sports activities, for instance as a coach or doing voluntary work.

NUORIA LIIKKEELLÄ!

Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimuksen 2013 pääteemana on liikunta. Kyselytutkimuksessa valotetaan tiedon katvealueita, jotka liittyvät käytännölliseen huoleen siitä, mitä nuorison liikkumattomuudelle voisi tehdä. Liikkumattomuuden syitä on selvitetty kysymällä niitä suoraan nuorilta itseltään. Vastaavasti tartutaan härkää sarvista kysymällä suoraan liikkumisen eri syiden painoarvoa.

Tavoite saada koko väestö liikkumaan riittävästi on lähes jakamaton, mutta keinoista ei olla yhtä yksimielisiä. Johtopäätöksiin vaikuttaa taustakäsitys siitä, onko liikunta kansanterveyden edistämistä vai harrastustoimintaa. Nähdäänkö aktiivinen liikkuminen työvoiman uusintamisena, kansalais-toimintana vai vapaa-ajan hauskanpitona? Voiko liikkumisen merkityksen palauttaminen sen terveellisyys- ja hyödyllisyyteen toimia kannusteena liikunnan iloihin, etenkin lapsilla ja nuorilla? Nyt toteutettu kysely haluaa osaltaan vähentää arvailun osuutta tässä keskustelussa.

OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖ
NUORISOTUTKIMUSVERKOSTO
NUORISOASIAIN NEUVOTTELUKUNTA
VALTION LIIKUNTANEUVOSTO

