

**VANHEMMAT JA KAVERIT 11–15-VUOTIAIDEN  
URHEILUSEURAHARRASTUKSEN TUKIJOINA**

Tiina Kiviluoma

Terveyskasvatuksen pro gradu -tutkielma  
Liikuntatieteellinen tiedekunta  
Jyväskylän yliopisto  
Kevät 2018

## TIIVISTELMÄ

Kiviluoma, T. 2018. Vanhemmat ja kaverit 11–15-vuotiaiden urheiluseuraharrastuksen tuki-joina. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, Terveyskasvatuksen pro gradu -tutkielma, 72 s., 3 liitettä.

Säännöllinen liikunta tukee monipuolisesti lasten ja nuorten kehitystä ja hyvinvointia. Urheiluseurat ovat keskeisessä asemassa lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuden edistäjinä. Urheiluseuratoiminnan kautta voidaan pyrkiä myös laajemmin tukemaan lasten ja nuorten hyvinvointia. Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena oli tarkastella 11–15-vuotiaiden urheiluseuraharrastamista sekä vanhempien ja kavereiden tukea urheiluseuraharrastukselle.

Tutkimus oli luonteeltaan kvantitatiivinen kyselytutkimus, jonka aineistona käytettiin vuoden 2016 LIITU-tutkimuksen aineistoa. LIITU-tutkimuksessa kerätään koko maan kattavasti tietoa kouluikäisten lasten ja nuorten liikuntakäyttäytymisestä ja muista liikuntaan yhteydessä olevista tekijöistä. Tämän tutkimuksen kohderyhmänä olivat viides-, seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaiset, joita kyselyyn vastasi yhteensä 4696. Tutkimukseen valitut kysymykset käsittelivät urheiluseuraharrastamista, vanhempien ja kavereiden tukea sekä perheen sosioekonomista taustaa. Analyysimenetelminä käytettiin frekvenssiä, ristiintaulukointia,  $\chi^2$ -riippumattomuustestiä sekä yksisuuntaista varianssianalyysiä.

Tutkimuksen perusteella 58 prosenttia 11–15-vuotiaista osallistui urheiluseuratoimintaan. Urheiluseuraharrastaminen näyttäisi kuitenkin vähentyvän iän myötä, erityisesti 13. ikävuoden jälkeen. Myös vanhempien ja kavereiden tuki urheilun harrastamiselle näyttäisi vähentyvän iän myötä. Tämän tutkimuksen perusteella vanhempien ja kavereiden tuki näyttäisi vaihtelevan urheiluseuraharrastukseen osallistumisen sekä harrastuksen kilpailullisen tason mukaan. Ne nuoret, jotka osallistuivat aktiivisemmin ja korkeammalla kilpailullisella tasolla urheiluseuraharrastukseen kokivat saavansa enemmän tukea sekä vanhemmiltaan että kavereiltaan. Aktiivisemmin ja korkeammalla kilpailullisella tasolla harrastukseen osallistuvat nuoret ilmoittivat myös perheen sosioekonomista asemaa kuvaavan perheen varallisuusindeksin olevan hieman parempi. Perheen varallisuusindeksi oli parempi myös niiden nuorten keskuudessa, jotka kokivat saavansa vanhemmiltaan enemmän tukea.

Vanhempien ja kavereiden tuella näyttäisi olevan tärkeä merkitys urheiluseuraharrastuksen taustalla. Myös perheen sosioekonomisella taustalla näyttäisi olevan jonkinlainen merkitys urheiluseuraharrastamisen kannalta. Nämä tekijät olisi hyvä ottaa huomioon, kun pohditaan keinoja lasten ja nuorten urheiluseuraharrastamisen edistämiseksi ja harrastuksen jatkumisen tukemiseksi. Mahdollisimman monen lapsen ja nuoren urheiluseuraharrastuksen mahdollistaminen ja edistäminen voi vaatia myös urheiluseurojen toimintakulttuurin muokkaamista.

Asiasanat: urheiluseuraharrastaminen, lapset ja nuoret, vanhempien tuki, kavereiden tuki

## ABSTRACT

Kiviluoma, T. 2018. Parents and peers as supporters of 11 to 15-year old children and adolescents' participation in sport club activities. Faculty of Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Master's thesis, 72 pp., 3 appendices.

Regular physical activity is a key element of development and well-being of children and adolescents. Sport clubs have a fundamental role in promoting the physical activity of children and adolescents. Sport clubs have also an opportunity to further support the well-being of children and adolescents. The aim of this thesis was to examine the sport club participation of 11 to 15-year old children and adolescents, as well as the parental and peer support to sport club participation.

This study was a quantitative survey based on year 2016 LIITU study's material. LIITU is a nationwide study, which gathers information about school-aged children and adolescents' physical activity and related factors. The subjects of this study were five-, seven- and nine-graders. A total of 4696 five- to nine-graders responded to LIITU questionnaire. The questions analyzed in this study covered sport club participation, parental and peer support and socioeconomical background of the family. Statistical methods used were frequensis, crosstabulation,  $\chi^2$ -test and One-way ANOVA.

Based on this study 58 percent of 11 to 15-year old children and adolescents participated in sport club activities. However participation seems to decrease with age, especially after 13th year of age. Also the parental and peer support seem to decrease with age. According to this study parental and peer support seem to vary depending on sport club participation and the level of the competition. Parental and peer support were greater among those adolescents who participated in sport club activities more actively and competed in a higher level. These adolescents also reported the family affluence scale to be a bit higher. Family affluence scale was also higher among those adolescents who experienced more support from their parents.

Parental and peer support seem to have an important role in participation in sport club activities. Also the socioeconomical background seems to have some kind of meaning when considering the sport club participation. These factors should be considered when discussing the ways to promote sport club participation and to support the continuance of the participation. Changes in sport club procedures might be also required to enable and to promote the participation of as many children and adolescents as possible.

Key words: sport club participation, children and adolescents, parental support, peer support

## SISÄLLYS

### TIIVISTELMÄ

|       |  |    |
|-------|--|----|
| 1     | JOHDANTO .....   | 1  |
| 2     | LASTEN JA NUORTEN LIIKUNTA .....   | 3  |
| 2.1   | Nuoruus elämänvaiheena .....   | 3  |
| 2.2   | Liikunta ja sen vaikutukset .....  | 4  |
| 2.3   | Liikunta-aktiivisuus lapsuudessa ja nuoruudessa .....                      | 6  |
| 2.4   | Liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavat tekijät .....                          | 8  |
| 3     | URHEILUSEURATOIMINTA .....   | 12 |
| 3.1   | Lasten ja nuorten urheiluseuratoiminta Suomessa .....                      | 12 |
| 3.2   | Urheiluseuraharrastaminen ja sen vaikutukset .....                         | 14 |
| 3.2.1 | Urheiluseuraharrastaminen .....  | 14 |
| 3.2.2 | Drop out ja siihen vaikuttavat tekijät .....                               | 15 |
| 3.2.3 | Urheiluseuraharrastamisen vaikutukset .....                                | 19 |
| 4     | URHEILUSEURAHARRASTAMISEEN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT .....                       | 21 |
| 4.1   | Yksilölliset tekijät .....   | 22 |
| 4.2   | Interpersoonalliset tekijät .....  | 24 |
| 4.2.1 | Vanhempien ja kavereiden merkitys urheiluseuraharrastuksen taustalla ..... | 24 |
| 4.2.2 | Vanhempien ja kavereiden tuki urheiluseuraharrastukselle .....             | 25 |
| 4.3   | Organisatoriset- ja ympäristötekijät .....                                 | 29 |
| 5     | TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....                          | 31 |
| 6     | TUTKIMUSMENETELMÄT .....   | 32 |

|       |   |    |
|-------|---|----|
| 6.1   | Tutkimusaineisto.....                                   | 32 |
| 6.2   | Muuttajat.....  | 32 |
| 6.3   | Analyysimenetelmät.....                                 | 36 |
| 7     | TULOKSET.....   | 37 |
| 7.1   | Urheiluseuraharrastaminen.....                          | 37 |
| 7.2   | Vanhempien tuki.....                                    | 39 |
| 7.3   | Kavereiden tuki.....                                    | 41 |
| 7.4   | Vanhempien tuki ja urheiluseuraharrastaminen.....       | 43 |
| 7.5   | Kavereiden tuki ja urheiluseuraharrastaminen.....       | 45 |
| 7.6   | Sosioekonominen asema.....                              | 47 |
| 7.6.1 | Sosioekonominen asema ja urheiluseuraharrastaminen..... | 48 |
| 7.6.2 | Sosioekonominen asema ja vanhempien tuki.....           | 49 |
| 8     | POHDINTA.....   | 51 |
|       | LÄHTEET.....  | 60 |
|       | LIITTEET  |    |

# 1 JOHDANTO

Säännöllinen liikunta tukee monipuolisesti lasten ja nuorten terveyttä ja hyvinvointia (Janssen & Leblanc 2010). Suuri osa lasten ja nuorten liikunnasta tapahtuu omaehtoisesti (Suomi ym. 2016, 23), mutta myös urheiluseuroilla on todettu olevan tärkeä merkitys lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuden edistäjinä (Mäenpää & Korkatti 2012, 8). Liikunta-aktiivisuuden lisäämisen ohella urheiluseuratoiminnalla on Airan ym. (2013, 78) mukaan keskeinen rooli myös iän myötä tapahtuvan liikunta-aktiivisuuden vähenemisen jarruttajana.

Urheiluseuroilla on liikunta-aktiivisuuden edistämisen ohella myös muita tärkeitä tehtäviä (Kokko 2010, 15). Urheiluseuratoiminta tarjoaa lapsille ja nuorille muun muassa mahdollisuuden muodostaa sosiaalisia suhteita sekä kehittää sosiaalisia taitojaan (Huhta & Nipuli 2011, 14). Urheiluseuraharrastuksen myötä lapset ja nuoret voivat myös oppia muita tärkeitä taitoja, kuten sääntöjen noudattamista, johtajuutta sekä itsehillintää (Fraser-Thomas ym. 2005). Urheiluseuroilla on myös esimerkiksi valmentajien toiminnan kautta paljon potentiaalia kokonaisvaltaisemman terveyden edistämisen, kuten erilaisten terveystottumusten, kannalta. Urheiluseurat eivät siten ole vain paikka fyysiselle aktiivisuudelle, vaan niiden kautta voidaan pyrkiä myös laajemmin vaikuttamaan lasten ja nuorten hyvinvointiin. (Kokko 2010, 16.)

Kuten yleisen liikunta-aktiivisuuden kohdalla, myös urheiluseuraharrastamisen kannalta yksi keskeisistä ongelmista on aktiivisuuden väheneminen iän myötä (Aira ym. 2013, 52). Merikiven ym. (2016, 86) mukaan urheiluseuraharrastaminen näyttäisi painottuvan lapsuusvuosiin. 9-vuotiaista urheiluseuratoiminnassa oli mukana lähes 70 prosenttia, kun 15-vuotiailla vastaava luku oli hieman alle 50 prosenttia (Mononen ym. 2016, 27). Muissa aiemmissa tutkimuksissa urheiluseuratoimintaan osallistuvien 15-vuotiaiden osuus on ollut vielä alhaisempi, vain noin kolmannes (Aira ym. 2013, 52; Tiirikainen & Konu 2013, 33).

Urheiluseuraharrastuksen edistämiseksi ja harrastuksen jatkumisen tukemiseksi olisi tärkeä pyrkiä vaikuttamaan varhaisessa vaiheessa niihin tekijöihin, joiden on todettu olevan yhtey-

dessä lasten ja nuorten urheiluseuraharrastamiseen (Lämsä & Mäenpää 2002, 9). Urheiluseuratoimintaan osallistumiseen vaikuttavat muun muassa sosiaaliset tekijät, kuten vanhemmat ja kaverit (Eime ym. 2008). Aiempien tutkimusten perusteella vanhempien tuki lisää lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumisen todennäköisyyttä (Seabra ym. 2007; Eime ym. 2013; Duncan ym. 2015; Kwon ym. 2016). Tärkeitä vanhempien tuen muotoja ovat aiempien tutkimusten mukaan esimerkiksi yleinen kiinnostus harrastusta kohtaan, kuljettaminen (Eime ym. 2008; Eime ym. 2013; Duncan ym. 2015) sekä taloudellinen tuki (Timperio ym. 2013; Vella ym. 2014). Myös kavereiden tuen, kuten kannustamisen, kehumisen ja yhdessä osallistumisen, on todettu olevan positiivisesti yhteydessä urheiluseuraharrastukseen osallistumiseen (Eime ym. 2013; Duncan ym. 2015).

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää vuoden 2016 LIITU-tutkimuksen aineiston perusteella 11 – 15-vuotiaiden nuorten urheiluseuraharrastamista, ja miten he kokevat saavansa tukea harrastukselleen vanhemmiltaan sekä kavereiltaan. Lisäksi tutkimuksessa tarkastellaan sitä, vaihtelee vanhempien ja kavereiden tuki urheiluseuraharrastukseen osallistumisen ja kilpailullisen tason mukaan. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää myös perheen sosioekonomista asemaa kuvaavan FAS -muuttujan vaihtelua urheiluseuraharrastukseen osallistumisen ja kilpailullisen tason sekä vanhemmilta saadun tuen mukaan. Tämän tutkimuksen kautta voidaan saada tietoa, jota voidaan hyödyntää, kun pohditaan keinoja lasten ja nuorten urheiluseuraharrastuksen tukemiseksi.

## 2 LASTEN JA NUORTEN LIIKUNTA

### 2.1 Nuoruus elämänvaiheena

Tämän Pro Gradu-tutkielman kohderyhmänä ovat viides-, seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaiset koululaiset, jotka ovat iältään 11–15-vuotiaita. Tämä ikävaihe sijoittuu pääasiassa nuoruuden kehitysvaiheeseen. Nuoruuden aikana lapsi kehittyy fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti kohti aikuisuutta. (Anttila ym. 2005, 126-127.)

Nuoruus ja etenkin sen alkuvaiheeseen sijoittuva murrosikä on voimakasta biologisen ja fysiologisen kehityksen aikaa, jolloin lapsesta kasvaa fyysisesti aikuinen (Aalberg & Siimes 2007, 15). Tähän ikävaiheeseen liittyy kasvupyrähdys, jonka myötä kehon mittasuhteet muuttuvat (Anttila ym. 2005, 127). Tytöillä murrosikä alkaa keskimäärin 10-vuotiaana ja pojilla 12-vuotiaana. Keskeisiä murrosiän merkkejä ovat muun muassa pituuskasvun kiihtyminen, lihasten kasvaminen ja rasvakudoksen lisääntyminen. (MLL 2017.) Hormonitoiminnan lisääntyminen vaikuttaa sukupuoleen liittyvien ominaisuuksien sekä sukukypsyiden kehittymiseen. Myös seksuaalisuuden kehittyminen kuuluu keskeisenä osana nuoruuden ikävaiheeseen. (Anttila ym. 2005, 126-127.)

Nuoret ovat usein jo kertyneen harjoittelun myötä liikunnallisesti taitavia (Autio & Kaski 2005, 33). Kehossa tapahtuvat muutokset voivat kuitenkin aiheuttaa alkuun esimerkiksi epävarmuutta ja kompuroida liikkumisessa. (Anttila ym. 2005, 127.) Opitut motoriset taidot saattavat myös hetkellisesti unohtua. Myös erot motorisissa taidoissa nuorten välillä tulevat selkeämmin esille. (Autio & Kaski 2005, 33-34.)

Nuoruuteen liittyy myös psyykinen kasvu, ja samanaikaisesti osittain myös psyykkisten toimintojen taantuminen. Psyykinen taantuminen voi näkyä esimerkiksi huonoina käytöstopoina ja levottomuutena. Lisäksi hormonitoiminnan lisääntyminen ja fyysinen kasvu voi vaikuttaa nuoren psyykkiseen tasapainoon. (Aalberg & Siimes 2007, 15; 67; 74.) Nuoruus on keskeinen ikävaihe persoonallisuuden kehityksessä. Nuori alkaa irtaantua vanhemmistaan ja muodostaa uudenlaista käsitystä omasta itsestään. (MLL 2017.) Vanhemmista irtaantumisen myötä nuoren



suhde ikätovereihin lähentyy. Vertaisryhmään kuuluminen on tärkeää nuoren psyykkisen hyvinvoinnin kannalta. (Anttila ym. 2005, 137.) Kaveriporukassa nuori voi muun muassa saada ymmärtämystä sekä neuvoja vaikeisiin tilanteisiin (Aalberg & Siimes 2007, 72).

Muiden muutosten ohella myös nuoren ajattelu kehittyy laadullisesti ja esimerkiksi ongelmanratkaisussa tarvittavat päättelytaidot monipuolistuvat. Lisäksi keskittymistä ja tarkkaavaisuutta edellyttävät toiminnot alkavat helpottua hermoimpulssien kulun tehostumisen myötä. (Anttila ym. 2005, 131-132.) Ajattelun kehityksen myötä myös nuoren moraalikäsitys vahvistuu (MLL 2017).

Aalbergin ja Siimeksen (2007, 15) mukaan nuoruusikään kuuluu olennaisena osana sopeutuminen sekä ulkoisiin että sisäisiin muutoksiin. Nuoruusiän kehityksellisenä päämääränä voidaan nähdä olevan itse hankitun autonomian saavuttaminen (Aalberg & Siimes 2007, 68). Tähän liittyviä nuoruuden kehityksellisiä tehtäviä ovat irrottautuminen vanhemmista, muuttuvan ruumiinkuvan ja seksuaalisuuden jäsentäminen sekä ikätovereiden apuun turvautuminen (Moilanen ym. 2010, 46-47).

## **2.2 Liikunta ja sen vaikutukset**

Caspersen ym. (1985) ovat määritelleet liikunnan liikkumisen käsitteen kautta. Liikkumisella tarkoitetaan heidän mukaansa ”mitä tahansa lihasvoimalla tuotettua liikettä, joka ylittää energiankulutuksen levossa”. Liikkuminen voidaan määritellä intensiteetiltään kevyeksi, reippaaksi tai rasittavaksi. Liikunta on liikkumisen käsitteen perusteella määritelty suunnitelmalliseksi ja toistuvaksi lihasvoimalla tuotetuksi liikkeeksi, jonka tavoitteena on parantaa tai ylläpitää kuntoa (Caspersen ym. 1985).

Säännöllinen liikunta tukee monipuolisesti lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä (Poitras ym. 2016). Liikunta-aktiivisuus vaikuttaa positiivisesti fyysiseen, psyykkiseen sekä sosiaaliseen terveyteen ja hyvinvointiin (Hallal ym. 2006; Janssen & Leblanc 2010). Terveystyötyjen saavuttamiseksi kouluikäisten lasten ja nuorten tulisi liikkua vähintään 60 minuuttia kohtuullisella intensiteetillä päivittäin (Janssen & Leblanc 2010). Annos-vastesuhdetta tarkasteltaessa sekä

Janssenin ja Leblancin (2010) että Poitrasin ym. (2016) mukaan liikunnan positiiviset vaikutukset terveyden edistämisen kannalta ovat suotuisimmat niillä, jotka harrastavat enemmän liikuntaa. Lisäksi liikunta-aktiivisuuden korkeampi intensiteetti johtaa usein suurempiin terveys-hyötyihin (Janssen & Leblanc 2010; Poitras ym. 2016).

Liikunta-aktiivisuus vaikuttaa positiivisesti lasten ja nuorten fyysiseen kuntoon sekä motoristen taitojen kehittymiseen (Tammelin ym. 2015; Poitras ym. 2016). Säännöllisellä liikunnalla on todettu lisäksi olevan positiivisia vaikutuksia muun muassa veren rasva-arvoihin sekä luuston lujuuteen (Fox 1999; Janssen & Leblanc 2010). Liikunnasta on todettu olevan apua myös lasten ja nuorten painonhallinnassa (Tammelin ym. 2015). Liikunta-aktiivisuudella voidaan myös ehkäistä muun muassa sydän- ja verisuonisairauksien ja 2. tyyppin diabeteksen kehittymistä (Hallal ym. 2006). Lisäksi Haanpään ym. (2012, 61) mukaan lasten ja nuorten liikunnallinen aktiivisuus näyttäisi olevan yhteydessä kokonaisuudessaan parempiin elintapoihin. Myös liikunnan määrällä ja koetulla terveydellä on todettu olevan myönteinen yhteys (Haanpää ym. 2012, 53).

Lapsuuden ja nuoruuden liikunta-aktiivisuuden on todettu vaikuttavan terveyteen myös aikuisuudessa (Hallal ym. 2006). Lapsuuden ja nuoruuden liikunta-aktiivisuudella voi olla osaltaan tärkeä merkitys esimerkiksi myöhemmin kehittyvien kroonisten sairauksien ehkäisyssä (Telama ym. 2005; Hallal ym. 2006; Warburton ym. 2006). Tämä voi selittyä sillä, että lapsena omaksuttujen liikuntaan liittyvien tapojen on osoitettu jossain määrin siirtyvän myös aikuisuuteen (Telama ym. 2005; Warburton ym. 2006). Huotarin (2012) mukaan nuorena vähän liikkuvilla on suurempi todennäköisyys vähäiseen liikunta-aktiivisuuteen myös aikuisena verrattuna liikunnallisesti aktiivisiin nuoriin.

Liikunnan positiiviset vaikutukset ulottuvat myös psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Liikunnallisesti aktiivisten on todettu olevan tyytyväisempiä elämäänsä verrattuna vähemmän liikkuviin (Tynjälä ym. 2009; Poitras ym. 2016). Vähän liikkuvilla lapsilla ja nuorilla on lisäksi todettu olevan enemmän ahdistus- ja masennusoireita sekä käyttäytymiseen liittyviä ongelmia (Kantomaa ym. 2008.) Liikunta-aktiivisuus näyttäisi vaikuttavan positiivisesti myös myönteisen minäkuvan ja terveen itsetunnon kehittymiseen (Findlay ym. 2008; Veselska ym. 2011). Liikunnan harrastamisen kautta lapset ja nuoret saavat mahdollisuuksia haastaa itseään, kokea

ja käsitellä erilaisia tunteita sekä kehittää sosiaalisia taitojaan (Fraser-Thomas ym. 2005; Kantomaa ym. 2010). Sekä Hillman ym. (2008) että Kantomaa ym. (2010) ovat tutkimuksissaan todenneet, että liikunta edistää lisäksi oppimiseen liittyviä valmiuksia ja vaikuttaa siten osaltaan myös koulumenestykseen. Liikunnan harrastaminen näyttäisi olevan yhteydessä myös korkeampaan koulutukseen sekä sosiaaliseen asemaan aikuisuudessa (Koivusilta ym. 2012).

### **2.3 Liikunta-aktiivisuus lapsuudessa ja nuoruudessa**

Suomessa kansallisen fyysisen aktiivisuuden suosituksen mukaan ”kouluikäisten lasten ja nuorten tulisi liikkua monipuolisesti ja ikään sopivalla tavalla vähintään 1-2 tuntia päivässä”. Suosituksen perusteella ”päivittäisen fyysisen aktiivisuuden tulee sisältää runsaasti reipasta liikuntaa, jonka aikana sydämen syke ja hengitys kiihtyvät ainakin jonkin verran.” (Tammelin & Karvinen 2008, 18-19.) Vuoden 2014 LIITU-tutkimuksen mukaan vain noin viidesosa kyselyyn vastanneista lapsista ja nuorista liikkui kansallisen fyysisen aktiivisuuden suosituksen mukaan (Kokko ym. 2015, 15). Kokon ym. (2016, 10) mukaan vastaavasti vuonna 2016 kansallisen suosituksen täytti noin kolmasosa 9–15-vuotiaista. Myös aiempien kyselytutkimusten perusteella suuri osa suomalaisista kouluikäisistä ei täytä päivittäistä fyysisen aktiivisuuden suositusta (Aira ym. 2013; Liukkonen ym. 2014). Lisäksi myös kansainvälisissä tutkimuksissa on havaittu, etteivät lapset ja nuoret eivät liiku suositusten mukaisesti. Esimerkiksi Hallalin ym. (2012) selvityksen sekä Currien ym. (2012) raportin mukaan maailmanlaajuisesti keskimäärin vain noin viidesosa 11–15-vuotiaista liikkui suosituksen mukaisesti vähintään tunnin päivässä.

Suurin osa lasten ja nuorten liikunnasta on omaehtoista liikuntaa. Vuoden 2016 LIITU-tutkimuksen kyselyyn vastanneista lapsista ja nuorista 91 prosenttia ilmoitti harrastavansa omaehtoista liikuntaa vähintään kerran viikossa. Urheiluseuroissa vähintään kerran viikossa liikkuvia oli 9–15-vuotiaista kouluikäisistä 53 prosenttia. Omaehtoisen liikunnan ja urheiluseurojen lisäksi osa lapsista ja nuorista liikkuu yksityisten yritysten, liikuntakerhojen sekä muun ohjatun toiminnan parissa. (Suomi ym. 2016, 23-24.) Merikiven ym. (2016, 90) tutkimuksen mukaan suosituimpia liikuntamuotoja kouluikäisten keskuudessa ovat ulkoilu/kävely, pyöräily, juoksu/lenkkeily, jalkapallo, sähly sekä uinti ja uimahyppy.

Sukupuolten välisessä vertailussa pojat ovat tutkimusten mukaan liikunnallisesti aktiivisempia kuin tytöt (Kokko ym. 2015, 16; Kokko ym. 2016a, 11; Merikivi ym. 2016, 77). Suomessa 9–15-vuotiaista pojista liikuntasuosituksen mukaan liikkui vuonna 2016 36 prosenttia, kun tytöillä vastaava luku oli 27 prosenttia. Ero poikien ja tyttöjen välisessä liikunta-aktiivisuudessa oli pienin 9-vuotiaiden ikäryhmässä. (Kokko ym. 2016a, 11.) Myös Airan ym. (2013, 9) tutkimuksen mukaan pojat liikkuvat tyttöjä enemmän, mutta poikien liikunta-aktiivisuus vähenee jyrkemmin iän myötä.

Lasten ja nuorten kokonaisuudessaan riittämättömän liikunta-aktiivisuuden ohella toinen haaste näyttäisi olevan liikunta-aktiivisuuden väheneminen iän myötä (Currie ym. 2012; Aira ym. 2013, 6). Airan ym. (2013, 22) tutkimuksen mukaan vuonna 2010 11-vuotiaista päivittäisen fyysisen aktiivisuuden suosituksen mukaisesti liikkui pojista noin kolmasosa ja tytöistä neljäsosa. 15-vuotiaiden ikäryhmässä vastaavat luvut olivat pojilla 17 prosenttia ja tytöillä 10 prosenttia (Aira ym. 2013, 22). Vuoden 2016 LIITU-tutkimukseen vastanneista 9–11-vuotiaista fyysisen aktiivisuuden suosituksen täytti noin 40 prosenttia, 13-vuotiaista noin neljäsosa ja 15-vuotiaista vain alle viidennes (Kokko ym. 2016a, 10). Myös Merikiven ym. (2016, 78) tutkimuksessa todettiin, että nuorempiin ikäluokkiin kuuluvat ovat liikunnallisesti varsin aktiivisia, mutta noin 14. ikävuoden jälkeen liikuntakertojen määrä vähenee selvästi. Liikkumismäärässä tapahtuva notkahdus 15–19. ikävuosien kohdalla näyttäisi kuitenkin tasoittuneen (Merikivi ym. 2016, 77)

Vaikka liikunnallisesti aktiivisten lasten ja nuorten määrä näyttäisikin Suomessa lisääntyneen jonkin verran viime vuosin, lasten ja nuorten fyysinen kunto näyttäisi kuitenkin heikentyneen (Aira ym. 2013, 6; Tiirikainen & Konu 2013, 33). Uusimpien kouluikäisten fyysistä toimintakykyä mittaavien Move-testien mukaan esimerkiksi kestävyyskunto sekä liikkuvuus ovat useilla viides- ja kahdeksaluokkalaisella hälyttävän huonolla tasolla (Opetushallitus 2018). Lämsän ja Mäenpään (2002, 4; 75) mukaan yksi keskeisimmistä ongelmista kouluikäisten liikunnan ja fyysisen kunnon kannalta on liikunnallisen leikkimisen ja muun arjessa tapahtuvan liikunnan vähentyminen.

Liikuntakulttuuri on eriytynyt arkielämästä ja liikunta tapahtuu yhä enemmän organisoidun toiminnan kautta (Tiirikainen & Konu 2013, 33). Lämsän ja Mäenpään (2002, 4) mukaan kouluikäisten liikuntaa ei voida rakentaa pelkästään organisoidun liikunnan varaan, sillä ohjattu toiminta kattaa vain osan liikunnan kokonaistarpeesta. Esimerkiksi urheiluseuratoimintaan osallistuvista kouluikäisistä noin kolmannes ei liiku terveytensä kannalta riittävästi (Tammelin ym. 2015). Tutkimusten perusteella on kuitenkin todettu, että urheiluseuratoimintaan osallistuvat ovat usein liikunnallisesti aktiivisempia kuin ikätoverinsa (Aira ym. 2013, 61; Rottensteiner 2015, 16). Myös liikunnallisesti aktiivisen elämäntavan jatkuminen iän karttuessa on todennäköisempää niillä, jotka ovat olleet mukana urheiluseuratoiminnassa (Tammelin ym. 2003; Kjønniksen 2009).

Airan ym. (2013, 17) tutkimuksen mukaan on vaikeaa arvioida, mistä lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuden vähäisyys ja liikunta-aktiivisuuden väheneminen iän myötä todella johtuvat. Liikunta-aktiivisuuden vähäisyyttä voi mahdollisesti selittää esimerkiksi elämäntyylien muuttuminen ajan myötä (Jago 2011). Sekä Finne ym. (2011) että Merikivi ym. (2016, 82) tuovat esille sosiokulttuuristen ja psykologisten tekijöiden merkityksen iän myötä tapahtuvan liikunta-aktiivisuuden vähenemisen selittäjinä. Näitä tekijöitä voivat olla esimerkiksi koulunkäynnin muuttuvat vaatimukset, sosiaalinen tuki sekä muuttuvat kiinnostuksen kohteet (Finne ym. 2011; Merikivi ym. 2016, 80-82). Liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavia tekijöitä on tarkasteltu tarkemmin seuraavassa alaluvussa.

## **2.4 Liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavat tekijät**

Sallisin ym. (2000) katsauksen perusteella lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavat tekijät voidaan jakaa demografisiin-, psykologisiin-, sosiaalisiin- ja ympäristötekijöihin. Demografisiin tekijöihin kuuluu esimerkiksi sukupuoli, psykologisiin muun muassa motivaatio, sosiaalisiin esimerkiksi vanhempien tuki ja ympäristötekijöihin muun muassa harrastusmahdollisuudet (Sallis ym. 2000).

Demografisia tekijöitä tarkasteltaessa Biddlen ym. (2011) systemaattisen katsauksen mukaan liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavia tekijöitä olivat ikä ja sukupuoli. Pojat harrastavat tyttöjä

enemmän liikuntaa ja liikunta-aktiivisuuden määrä vähenee iän myötä (Biddle ym. 2011). Myös Airan ym. (2013, 22) sekä Kokon ym. (2016, 10-11) tutkimusten mukaan pojat ovat liikunnallisesti aktiivisempia kuin tytöt ja liikuntaa harrastetaan aktiivisemmin nuoremmissa ikäryhmissä.

Psykologisista tekijöistä kouluikäisten liikunta-aktiivisuuteen näyttäisivät vaikuttavan muun muassa positiivinen kehonkuva sekä motivaatio (Biddle ym. 2011). Kouluikäisiä motivoivat liikkumaan esimerkiksi liikunnan ilo ja hauskuus, hyvä olo, kavereiden tapaaminen sekä uusien taitojen oppiminen (Haanpää ym. 2012, 40; Rottensteiner 2015, 71). Aira ym. (2013, 46) toteivat tutkimuksessaan, että hauskanpidon merkitys näyttäisi kuitenkin vähenevän iän myötä, kun taas voittaminen ja kilpailullisuus liikunnan syinä näyttäisivät lisääntyvän. Van der Horstin ym. (2007) katsauksen mukaan myös minäpystyvyys, eli yksilön käsitys omista kyvyistään, näyttäisi olevan yhteydessä liikunta-aktiivisuuteen. Myös liikuntaan liittyvät koetut esteet, kuten ajan puute, voivat vaikuttaa liikunta-aktiivisuuteen (Biddle ym. 2011). Sekä Haanpään ym. (2012, 32) että Merikiven ym. (2016, 81) tutkimuksissa kouluikäiset kokivatkin, että liikunnan harrastamista vaikeuttaa esimerkiksi se, että arjessa on paljon myös muuta tekemistä, joka vie aikaa. Muita syitä liikkumattomuudelle olivat muun muassa kiinnostuksen puute sekä se, ettei pidä liikunnasta (Merikivi ym. 2016, 82).

Useiden tutkimusten mukaan erilaisilla sosiaalisilla tekijöillä, kuten vanhemmilla ja kavereilla, on todettu olevan keskeinen rooli lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuden edistäjinä (Troost ym. 2003; Gustafson & Rhodes 2006; Beets ym. 2010). Beetsin ym. (2010) katsauksen mukaan vanhemmat voivat esimerkiksi omien asenteidensa kautta vahvistaa lastensa terveystietoisuutta, kuten liikunta-aktiivisuutta. Lisäksi vanhemmat vaikuttavat keskeisesti muun muassa käytettävissä oleviin resursseihin, ja siten vanhemmilla on nähty olevan myös eräänlainen portinvartijan rooli lastensa terveystietoisuuden suhteen (Welk ym. 2003). Aiempien tutkimusten mukaan myös esimerkiksi vanhempien roolimallilla, kuten heidän liikunta-aktiivisuudellaan, on todettu olevan jossain määrin yhteys lasten kasvaneeseen liikunta-aktiivisuuteen (Van Der Horst ym. 2007; Cleland 2011). Esimerkiksi Heitzler ym. (2006) sekä Troost ja Loprinzi

(2011) esittävät kuitenkin, että vanhempien oman liikunta-aktiivisuuden sijaan vanhempien tarjoama tuki näyttäisi olevan merkittävämpi lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuutta selittävä tekijä.

Aiempien systemaattisten katsausten perusteella vanhempien tuki voi suoraan tai epäsuorasti vaikuttaa lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuden tasoon etenkin nuoremmassa ikäryhmässä (Gustafson & Rhodes 2006; Mendonca ym. 2014). Myös Prochaska ym. (2002) havaitsivat tutkimuksessaan vanhempien tuen ja nuorten itseraportoidun liikunta-aktiivisuuden olevan yhteydessä toisiinsa. Objektiiivisesti mitatun liikunta-aktiivisuuden ja vanhempien tuen välillä yhteys ei sen sijaan ollut tilastollisesti merkitsevä (Prochaska ym. 2002). Kingin ym. (2008) tutkimuksen mukaan tukea saaneet nuoret kokivat lisäksi liikunnasta olevan monia hyötyjä, kun taas tukea vaille jääneet kokivat useat tekijät esteeksi liikunnan harrastamiselle. Banduran (1977) mukaan lähipiirin tuella voi olla positiivinen vaikutus myös yksilön minäpystyvyyteen ja sitä kautta liikuntaan liittyvien koettujen esteiden vähentymiseen. Craggs ym. (2011) totesivat tutkimuksessaan sosiaalisen tuen ja minäpystyvyyden olevan yhteydessä pienempään liikunta-aktiivisuuden vähentymiseen iän myötä.

Tärkeimmiksi vanhempien tuen muodoiksi aiemmissä tutkimuksissa ovat nousseet erityisesti kannustaminen ja kuljettaminen. (Gustafson & Rhodes 2006; Mendonca ym. 2014.) Myös taloudellinen tuki näyttäisi olevan tärkeä tuen muoto lasten ja nuorten liikunnan harrastamisen kannalta (Beets ym. 2010; Haanpää ym. 2012, 30; Palomäki ym. 2016, 42). Edellä esitettyjen lisäksi myös vanhempien osallistuminen liikuntaan yhdessä lapsen kanssa sekä vanhempien läsnäolo näyttäisivät olevan yhteydessä korkeampaan liikunta-aktiivisuuteen etenkin lapsuusvuosina (Gustafson & Rhodes; Beets ym. 2010; Mendonca ym. 2014).

Beetsin ym. (2010) katsauksen perusteella myöhemmässä ikävaiheessa kavereiden merkitys ja erityisesti mahdollisuus osallistua liikuntaan kavereiden kanssa näyttäisivät nousevan merkittävimmäksi tekijöiksi lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuden kannalta. Kavereiden merkitystä tarkasteltaessa myös kavereiden tuella ja kavereiden liikunta-aktiivisuudella on todettu olevan positiivinen yhteys lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuteen (Cheng ym 2014; Silva ym. 2014;

Morrissey ym. 2015). Kavereiden tuki voi olla esimerkiksi kannustamista ja kehumista sekä osallistumista liikuntaan yhdessä kaverin kanssa (Morrissey ym. 2015).

Lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuutta tukevista ympäristötekijöistä keskeisin näyttäisi tutkimusten mukaan olevan liikuntapaikkojen läheisyys (Heitzler ym. 2006; Biddle ym. 2011; Haanpää ym. 2012, 32). Myös monipuoliset harrastusmahdollisuudet ovat tärkeä liikunnan harrastamista helpottava tekijä (Heitzler ym. 2006; Haanpää ym. 2012, 32). Merikiven ym. (2016, 82) tutkimukseen vastanneista lapsista ja nuorista noin joka neljäs kertoi sopivan liikuntatoimen puutteen olevan syynä liikkumattomuudelle.



### 3 URHEILUSEURATOIMINTA

#### 3.1 Lasten ja nuorten urheiluseuratoiminta Suomessa

Urheiluseura voidaan Heinilän (1986) mukaan määritellä ”sosiaalisesti organisaatioksi, jonka jäsenistö toteuttaa yhteisiä intressejään liikuntaosallistumisessa sekä yhteisvastuullisesti kartuttaa ja ohjaa voimavarojaan seuran toimivuuden ja toimintatarkoituksen hyväksi”. Urheiluseurojen historia Suomessa on yli 150 vuotta vanha ja ne ovat keskeisessä asemassa suomalaisessa yhteiskunnassa ja liikuntakulttuurissa (Mäenpää & Korkatti 2012, 10; Rottensteiner 2015, 71). Suomen urheiluseurajärjestelmän voidaan nähdä pohjautuvan ns. Nordic Sports Movement –malliin, jossa prioriteettina on taata urheiluun osallistumisen mahdollisuus mahdollisimman suurelle joukolle (Green & Collins 2008). Mäenpään & Korkatin (2012, 13) mukaan urheiluseuratoiminnassa ytimenä on kuitenkin usein kilpaurheilu, mutta viime vuosikymmeninä sen rinnalle ovat nousseet myös erilaiset harrasteliikuntamahdollisuudet. Urheiluseurojen määrä on kasvanut Suomessa huomattavasti vuosien varrella ja niiden toiminta on myös monimuotoistunut monella tapaa. Karkean arvion mukaan Suomessa toimii noin 15 000 urheiluseuraa. (Mäenpää & Korkatti 2012, 10; 16.)

Urheiluseurat ovat merkittävä lasten ja nuorten harrastusympäristö ja ne järjestävät suurimman osan organisoidusta liikunnasta (Kokko 2010, 37; Tiirikainen & Konu 2013, 33). Vaikka suuri osa liikunnasta tapahtuu omatoimisesti yksin tai kavereiden kanssa, ovat urheiluseurat nousseet viime vuosikymmeninä yhä keskeisempään rooliin kouluikäisten liikunta-aktiivisuuden edistämässä (Mäenpää & Korkatti 2012, 8; Mononen ym. 2016, 27). Urheiluseuroilla on tärkeä rooli sekä kouluikäisten liikunta-aktiivisuuden lisääjänä että iän myötä tapahtuvan liikunta-aktiivisuuden vähenemisen jarruttajana (Aira ym. 2013, 78).

Tiirikainen ja Konu (2013, 32-33) tuovat tutkimuksessaan esille näkemyksen liikuntakulttuurin eriytymisestä Suomessa. Tämän näkemyksen mukaan lasten ja nuorten liikunta on nykypäivänä usein muusta elämästä erillinen järjestetty tapahtuma, jossa urheiluseurat toimivat palvelujen tuottajina ja perheet palveluiden tilaajina (Tiirikainen & Konu 2013, 32-33). Vaikka urheilu-

seurojen merkittävyyden lisääntymisen voidaan osaltaan nähdä olevan positiivinen asia, liikuntakulttuurissa tapahtuneiden muutosten yhteydessä lasten ja nuorten arkiliikunta näyttää kuitenkin vähentyneen (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 6). Tämä aiheuttaa omat haasteensa sekä urheiluseuroissa että yleisemmin koko valtakunnan tasolla, esimerkiksi lasten ja nuorten fyysistä kuntoa ajatellen (Tiirikainen & Konu 2013, 33).

Urheiluseurat ovat merkittävässä sosiaalisessa asemassa, sillä ne tavoittavat suuren määrän lapsia ja nuoria (Kokko 2010, 15). De Knopin ym. (1996, 137) mukaan urheiluseuroilla voidaankin nähdä olevan tärkeä kasvatuksellinen funktio. Liikkumisen ohessa lapsille ja nuorille voidaan esimerkiksi opettaa keskeisiä arvoja ja normeja (De Knop ym. 1996, 137). Lämsän (2002, 79) mukaan urheiluseuratoimintaan osallistuminen voi toimia erinomaisena sosiaalistumisen väylänä lapsilla ja nuorilla. Urheiluseuroilla on myös esimerkiksi valmentajien toiminnan kautta paljon potentiaalia kokonaisvaltaisemman terveyden edistämisen, kuten erilaisten terveystottumusten, kannalta. Urheiluseurat eivät siten ole vain paikka fyysiselle aktiivisuudelle, vaan niiden kautta voidaan pyrkiä myös laajemmin vaikuttamaan lasten ja nuorten hyvinvointiin. (Kokko 2010, 16.)

Kilpaurheilun näkökulmasta lasten ja nuorten liikkuminen urheiluseuroissa on tärkeää, koska sen kautta luodaan tulevia huippu-urheilijoita (Huhta & Nipuli 2011, 14). Toisaalta urheiluseurojen tulisi kilpaurheilun ohella pyrkiä luomaan puitteet, joissa mahdollisimman monelle lapselle ja nuorelle pystytään tarjoamaan mahdollisuus harrastaa liikuntaa (Tiirikainen & Konu 2013, 44). Liikunnallisten tavoitteiden lisäksi urheiluseurojen olisi hyvä pyrkiä toiminnan suunnittelussa huomioimaan myös seuratoiminnan rooli lasten ja nuorten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämisessä (Kokko 2010, 15; Rottensteiner 2015, 17).

## 3.2 Urheiluseuraharrastaminen ja sen vaikutukset

### 3.2.1 Urheiluseuraharrastaminen

Perhesuhteet vaikuttavat merkittävästi urheiluseuraharrastuksen aloittamiseen ja lajivalintaan. Urheiluseuratoimintaan sosiaalistuminen saattaa tapahtua jo varhaislapsuudessa ennen kouluikää. (Aarresola & Konttinen 2012, 19; 36.) Usein urheiluseuratoimintaan mennään kuitenkin mukaan koulun aloituksen yhteydessä, keskimäärin kuuden ja seitsemän ikävuoden välillä (Lämsä & Mäenpää 2002, 6; Mononen ym. 2016, 28). Aarresolan ja Konttisen (2012, 20) esittämän urheilijapolun perusteella varhaislapsuudessa urheiluseurassa saatetaan kokeilla eri lajeja ja kouluiässä lapselle on usein jo valikoitunut jokin päälaji, jonka ohessa saatetaan harrastaa myös joitakin sivulajeja. Yläkouluiässä aletaan usein panostaa vain yhden päälahjin harjoitteluun urheiluseurassa. (Aarresola & Konttinen 2012, 20.) Monosen ym. (2016, 29) tutkimuksessa päätös yhden lajin harrastamisesta tehtiin useimmin 10–12. ikävuoden välillä ja yhteen päälahjiin keskittyminen oli yleisintä 15-vuotiaiden ikäryhmässä. Tyttöillä suosituimmat päälahjit olivat tanssi, ratsastus ja jalkapallo, pojilla vastaavasti jalkapallo, salibandy ja jääkiekko (Mononen ym. 2016, 28).

Urheiluseuraharrastamista tarkasteltaessa 11–15-vuotiaista 46 prosenttia oli mukana urheiluseuratoiminnassa vuonna 2010 (Aira ym. 2013, 52). Urheiluseuratoiminnan suosio näyttäisi kuitenkin kasvaneen viime vuosien aikana (Tiirikainen & Konu 2013, 33). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa (LIITU) –tutkimuksen mukaan vuonna 2014 urheiluseuratoimintaan osallistui 11–15-vuotiaista kaiken kaikkiaan 54 prosenttia. Poikien ja tyttöjen osallistuminen urheiluseuratoimintaan oli lähes yhtä yleistä. (Blomqvist ym. 2015, 75.) Airan ym. (2013, 52) tutkimuksen mukaan poikien osuus urheiluseuratoimintaan osallistuvista on hieman suurempi kuin tyttöjen.

Blomqvistin ym. (2015, 79) tutkimuksen mukaan suurin osa urheiluseuratoimintaan osallistuvista lapsista ja nuorista osallistui kilpailutoimintaan. Noin neljäsosa tutkimuksessa mukana olleista ei ollut mukana kilpailutoiminnassa. Nuorimmissa ikäryhmissä kilpailut painottuivat paikallistasolle, kun taas vanhemmissa ikäryhmissä oltiin enemmän mukana valtakunnallisen

tason kilpailutoiminnassa. Pojilla oli urheiluharrastuksen suhteen jonkin verran enemmän kilpailullisia tavoitteita kuin tytöillä. (Blomqvist ym. 2015, 79.)

Ikäryhmittäin tarkasteltuna urheiluseuratoimintaan osallistuvien osuus on suurin 9–12-vuotiaiden ikäryhmässä (Tiirikainen & Konu 2013, 33). Sekä Airan ym. (2013, 52) että Merikiven ym. (2016, 86) tutkimusten mukaan urheiluseuratoimintaan osallistumisen on todettu vähenevän merkittävästi iän myötä. Vuoden 2014 LIITU-tutkimuksen mukaan 11-vuotiaista urheiluseuratoimintaan osallistui 68 prosenttia. Osallistumisen väheneminen alkaa näkyä jo 13-vuotiaiden ikäryhmässä, jossa seuratoiminnassa mukana olevien osuus oli 52 prosenttia. 15-vuotiailla seuratoimintaan osallistuvien osuus on selvästi pienin, 41 prosenttia. (Blomqvist ym. 2015, 75.) Airan ym. (2013, 52) sekä Tiirikaisen ja Konun (2013, 33) tutkimusten mukaan 15-vuotiaista nuorista urheiluseuratoiminnassa on mukana enää noin kolmasosa.

### **3.2.2 Drop out ja siihen vaikuttavat tekijät**

Lämsä ja Mäenpää (2002, 9) ovat määritelleet drop outin lapsen tai nuoren urheiluharrastuksen ennenaikaiseksi loppumiseksi. Joka vuosi noin kolmasosa kaikista urheiluseuratoimintaan osallistuvista lopettaa urheiluharrastuksen (Rottensteiner ym. 2013). 15–19-vuotiailla urheiluharrastuksen lopettaneiden osuus on jopa 50 prosenttia (Lehtonen 2012, 7). Lisäksi Tiirikaisen ja Konun (2013, 37) tutkimuksessa todettiin, että tutkimukseen osallistuneista 11–17-vuotiaista noin neljännes oli miettinyt lopettamista viimeisen vuoden aikana. Yksi urheiluseurojen keskeisistä haasteista on juuri yläkouluikässä lopettavien suuri osuus (Aira ym. 2013, 77).

Drop outin syitä tarkasteltaessa yksi keskeisistä tekijöistä näyttäisi nuoruusiässä olevan se, että muut aktiviteetit nousevat urheiluharrastuksen rinnalle kilpailemaan nuorten vapaa-ajasta (Butcher ym. 2002; Aarresola & Konttinen 2012, 37; Rottensteiner ym. 2013). Urheiluharrastuksen lopettaminen voidaankin nähdä luonnollisena osana nuoren kehitystä, kun nuori alkaa siirtää kiinnostustaan muille elämän osa-alueille (Lämsä & Mäenpää 2002, 6). Kiinnostuksen puutteen ja innostuksen vähenemisen ohella myös kyllästyminen lajiin on usein vaikuttavana tekijänä urheiluharrastuksen lopettamisessa (Boichè & Sarrazin 2009; Rottensteiner ym. 2013; Mononen ym. 2016, 34).

Drop outin taustalla voi olla myös se, etteivät nuorten tarpeet ja urheiluseuratoiminta enää koh-  
taa (Huhta & Nipuli 2011, 10). Lopettamiseen voi vaikuttaa nuorten urheilulle antamien mer-  
kitysten, kuten ilon, rentoutumisen ja sosiaalisten merkitysten, puuttuminen (Boichè & Sarrazin  
2009; Tiirikainen & Konu 2013, 43). Butcherin ym. (2002) tutkimuksen mukaan alemmalla  
tasolla urheiluseuratoimintaan osallistuvilla lopettamisen syynä korostui erityisesti juuri nau-  
tinnon puute. Korkeammalla tasolla lopettamiseen vaikutti taas erityisesti liiallisten paineiden  
kokeminen sekä loukkaantumiset (Butcher ym. 2002).

Tyytyväisyys harrastukseen, harrastuksen arvostaminen sekä kokemus harrastuksen hyödylli-  
syydestä tulevaisuuden kannalta näyttäisivät olevan tekijöitä, jotka ovat positiivisesti yhtey-  
dessä urheiluharrastuksen jatkumiseen (Boichè & Sarrazin 2009; Tiirikainen & Konu 2013,  
41). Myös yksilöllisyyden huomioiminen, harrastuksen monipuolisuus ja kyvykkyyden tunne  
näyttäisivät tukevan urheiluharrastuksen jatkumista (Boichè & Sarrazin 2009; Tiirikainen &  
Konu 2013, 40-41). Urheiluharrastuksen jatkumisen kannalta olisi myös tärkeää, että lapsilla ja  
nuorilla olisi mahdollisuus ilmaista mielipiteensä sekä vaikuttaa toiminnan suunnitteluun ja to-  
teutukseen (Tiirikainen & Konu 2013, 40-41).

Lehtonen (2012, 7) tuo omassa selvityksessään esille liiallisen kilpailullisuuden korostumisen  
urheiluharrastuksen lopettamisen taustalla. Monosen ym. (2016, 34) tutkimuksessa noin kol-  
masosa tutkimukseen osallistuneista koki, että kilpailullisuus vaikutti urheiluharrastuksen lo-  
pettamiseen ainakin jonkin verran. Aiemmissä tutkimuksissa on myös todettu, että urheiluhar-  
rastuksen lopettaneet olivat aloittaneet intensiivisemmän harjoittelun ja tähänneet menestyk-  
seen jo hyvin varhaisessa vaiheessa verrattuna niihin, jotka jatkoivat harrastusta (Wall & Côté  
2007; Fraser-Thomas ym. 2008). Toisaalta Boichè ja Sarrazin (2009) totesivat omassa tutki-  
muksessaan, että harrastuksen lopettaneet olivat käyttäneet urheiluharrastukseen vähemmän ai-  
kaa ja myös asuivat lähempänä harrastuspaikkoja kuin ne, jotka olivat jatkaneet harrastusta.

Urheiluseuraharrastukseen osallistuvien motiivit voivat olla varsin erilaisia, joten urheiluseura-  
toiminnan ei tulisi korostaa esimerkiksi vain kilpailullisuutta ja menestymistä (Tiirikainen &  
Konu 2013, 40). Urheiluseuraharrastuksen jatkumista ajatellen seuratoimintaa olisikin hyvä ke-  
hittää niin, että se kohtaa myös niiden tarpeet, jotka haluavat osallistua urheiluseuratoimintaan

harrastusmielessä (Aira ym. 2013, 81). Viime vuosina lasten ja nuorten harrasteliikunnan kehittämiseen onkin panostettu esimerkiksi kohdentamalla seuratoiminnan kehitystukia harraste-toimintaan (Lehtonen 2012, 10). Urheiluharrastuksen motiivien sekä harrastuksen lopettamisen syiden on todettu eroavan myös sukupuolten välillä (Haanpää ym. 2012, 41; Rottensteiner ym. 2013) Esimerkiksi Haanpään ym. (2012, 41) yleisesti lasten ja nuorten liikuntaa käsitelleessä tutkimuksessa tyttöjä motivoivat liikkumaan uusien taitojen oppiminen sekä terveydelliset syyt. Pojilla liikkumisen syinä sen sijaan korostuivat esimerkiksi kilpailulliset merkitykset (Haanpää ym. 2012, 41). Rottensteinerin ym. (2013) tutkimuksen mukaan urheiluseuraharrastuksen lopettamisen syitä tarkasteltaessa tytöillä korostuivat muun muassa kokemus omien kykyjen riittämättömyydestä sekä sosiaaliset tekijät. Pojilla lopettamiseen vaikuttivat enemmän esimerkiksi kiinnostuksen puute ja kyllästyminen lajiin (Mononen ym. 2016, 34). Tämän perusteella myös sukupuolten väliset erot urheiluharrastuksen motiiveissa ja lopettamisessa olisi hyvä huomioida urheiluseuratoiminnan suunnittelussa ja kehittämisessä drop outin ehkäisemiseksi.

Keskeinen tekijä drop outia ja yleisesti urheiluseuraharrastuksen lopettamista tarkasteltaessa ovat sosiaaliset suhteet (Boichè & Sarrazin 2009). Valmentajalla näyttäisi olevan tärkeä merkitys urheiluseuraharrastuksen lopettamisen kannalta (Armentrout & Kamphoff 2011; Rottensteiner ym. 2013; Tiirikainen & Konu 2013, 39). Esimerkiksi valmennuksen huono laatu voi olla yhtenä osasyynä harrastuksen lopettamisen taustalla (Lämsä & Mäenpää 2002, 8). Myös lasten ja nuorten kokemukset vuorovaikutuksesta valmentajan kanssa voivat olla yhteydessä harrastuksen lopettamiseen (Rottensteiner ym. 2013; Tiirikainen & Konu 2013, 39). Tiirikaisen ja Konun (2013, 39) mukaan esimerkiksi se, että valmentajat osoittavat vähäistä kiinnostusta valmennettaviensa asioihin ja valmennettavat kokevat, että valmentajia on vaikea lähestyä, vaikuttavat harrastuksen lopettamiseen. Lisäksi valmentajan luomalla ilmapiirillä ja sitoutuneisuudella on vaikutusta muun muassa valmennettavien tyytyväisyyteen, ja siten niihin panostamalla voitaisiin tukea harrastuksen jatkumista (Boichè & Sarrazin 2009).

Myös positiivisilla suhteilla kavereiden ja vanhempien kanssa sekä vanhempien ja kavereiden tuella ja sitoutumisella voi olla yhteys urheiluseuraharrastuksen jatkumiseen (Boichè & Sarrazin 2009; Ullrich-French & Smith 2009; Eime ym. 2013a). Laun ym. (2006) mukaan vanhempien ja kavereiden tuki voi vaikuttaa positiivisesti urheiluidentiteetin rakentumiseen ja siten

tukea urheiluun osallistumista. Sen sijaan vähäisen tuen sekä liiallisen paineen vanhempien taholta on todettu olevan yhteydessä harrastuksen lopettamiseen (Fraser-Thomas ym. 2008; Kwon ym. 2016).

Merikivi ym. (2016, 88) nostavat esille urheiluseuraharrastamisen kustannukset yhtenä mahdollisena syynä drop out –ilmiön taustalla. Armentroutin ja Kamphoffin (2011) tutkimuksen mukaan harrastuksen kalleus oli yksi keskeisistä syistä urheiluseuraharrastuksen lopettamiselle. Urheiluseuraharrastuksen korkeat kustannukset voivat olla osasyynä lopettamiseen etenkin niillä lapsilla ja nuorilla, jotka tulevat vähävaraisista perheistä (Lämsä & Mäenpää 2002, 48). Vandermeerschen ym. (2015) totesivat tutkimuksessaan köyhyyden vähentävän todennäköisyyttä osallistua urheiluseuratoimintaan. Vellan ym. (2014) tutkimuksessa perheen matala tulotaso oli myös yksi keskeisistä harrastuksen lopettamista ennustava tekijä.

Drop outin ehkäisemiseksi urheiluseuratoiminnassa olisi hyvä kiinnittää huomiota harrastuksen lopettamiseen vaikuttaviin tekijöihin jo varhaisessa vaiheessa (Lämsä & Mäenpää 2002, 9). Rottensteinerin ym. (2013) mukaan urheiluseuraharrastuksen jatkumisen tukeminen vaatii muun muassa myös urheilun ulkopuolisen elämän ymmärtämistä sekä urheilua harrastavien osallistamista esimerkiksi harrastusta koskevaan päätöksentekoon. Harrastuksen jatkumisen tukemiseksi olisi myös tärkeää selvittää, miten nuoret arvottavat urheilun omassa arjessaan ja ajankäytössään, ja miten urheilu saataisiin yhdistettyä osaksi nuorten vapaa-aikaa (Tiirikainen & Konu 2013, 40-41). Drop outiin vaikuttaminen vaatii mahdollisesti myös laajemmin urheiluseurojen toimintakulttuurin muuttamista, johon liittyen olisi tärkeää esimerkiksi pyrkiä tarjoamaan laadukkaita urheilun harrastamisen mahdollisuuksia kaikille, ei pelkästään kilpaurheilussa menestymistä tavoitteleville (Lämsä & Mäenpää 2002, 46-47; Rottensteiner ym. 2013).

### 3.2.3 Urheiluseuraharrastamisen vaikutukset

Urheiluseuraharrastamisella on todettu olevan useita hyötyjä terveyden ja hyvinvoinnin kannalta (Rottensteiner 2015, 16). Se vaikuttaa positiivisesti muun muassa fyysiseen terveyteen sekä fyysiseen kuntoon (Fraser-Thomas ym. 2005; Telford ym. 2016). Esimerkiksi Zahnerin ym. (2009) tutkimuksen mukaan urheiluseuratoimintaan osallistuvilla 1. – 5.-luokkalaisilla koululaisilla muun muassa sekä kestävyyskunto että koordinaatio olivat parempia verrattuna niihin ikätovereihin, jotka eivät osallistuneet urheiluseuratoimintaan. Myös Silvan ym. (2013) sekä Telfordin ym. (2016) tutkimusten mukaan aktiivinen osallistuminen urheiluseuraharrastukseen on yhteydessä parempaan kestävyyskuntoon. Urheiluseuratoimintaan osallistuminen saattaa olla yhteydessä myös rasvan määrän vähentymiseen ja siten parempaan kehonkoostumukseen (Basterfield ym. 2015; Telford ym. 2016).

Lisäksi elintapoja tarkasteltaessa urheiluseuraharrastukseen osallistumisen on todettu olevan yhteydessä parempiin ruokatottumuksiin (Taliaferro ym. 2010). Myös tupakoinnin on todettu olevan melko vähäistä urheiluseuratoimintaan osallistuvilla (Kokko ym. 2010). Toisaalta esimerkiksi Kannaksen ym. (2002) tutkimuksen mukaan urheiluseuratoimintaan osallistuvilla alkoholi- ja nuuskakokeilut ovat jopa yleisempiä kuin niillä, jotka eivät osallistu urheiluseuratoimintaan.

Urheiluseuraharrastuksen myötä lapset ja nuoret voivat myös lisätä fyysistä aktiivisuuttaan (Telford ym. 2016). Urheiluseuratoimintaan osallistuvien onkin todettu olevan liikunnallisesti aktiivisempia kuin niiden, jotka eivät osallistu seuratoimintaan (Aira ym. 2013, 61; Machado-Rodrigues ym. 2012; Telford ym. 2016). Lisäksi urheiluseuratoimintaan osallistuvat ovat todennäköisemmin liikunnallisesti aktiivisia myös myöhemmässä ikävaiheessa verrattuna niihin, jotka eivät osallistu (Tammelin ym. 2003; Kjønniksen ym. 2009; Murphy ym. 2016). Rottensteinerin (2015, 17) mukaan elinikäisen liikunta-aktiivisuuden edistämiseksi lasten ja nuorten urheiluseuratoiminnassa olisi tärkeää painottaa etenkin liikunnan iloa ja hauskuutta.

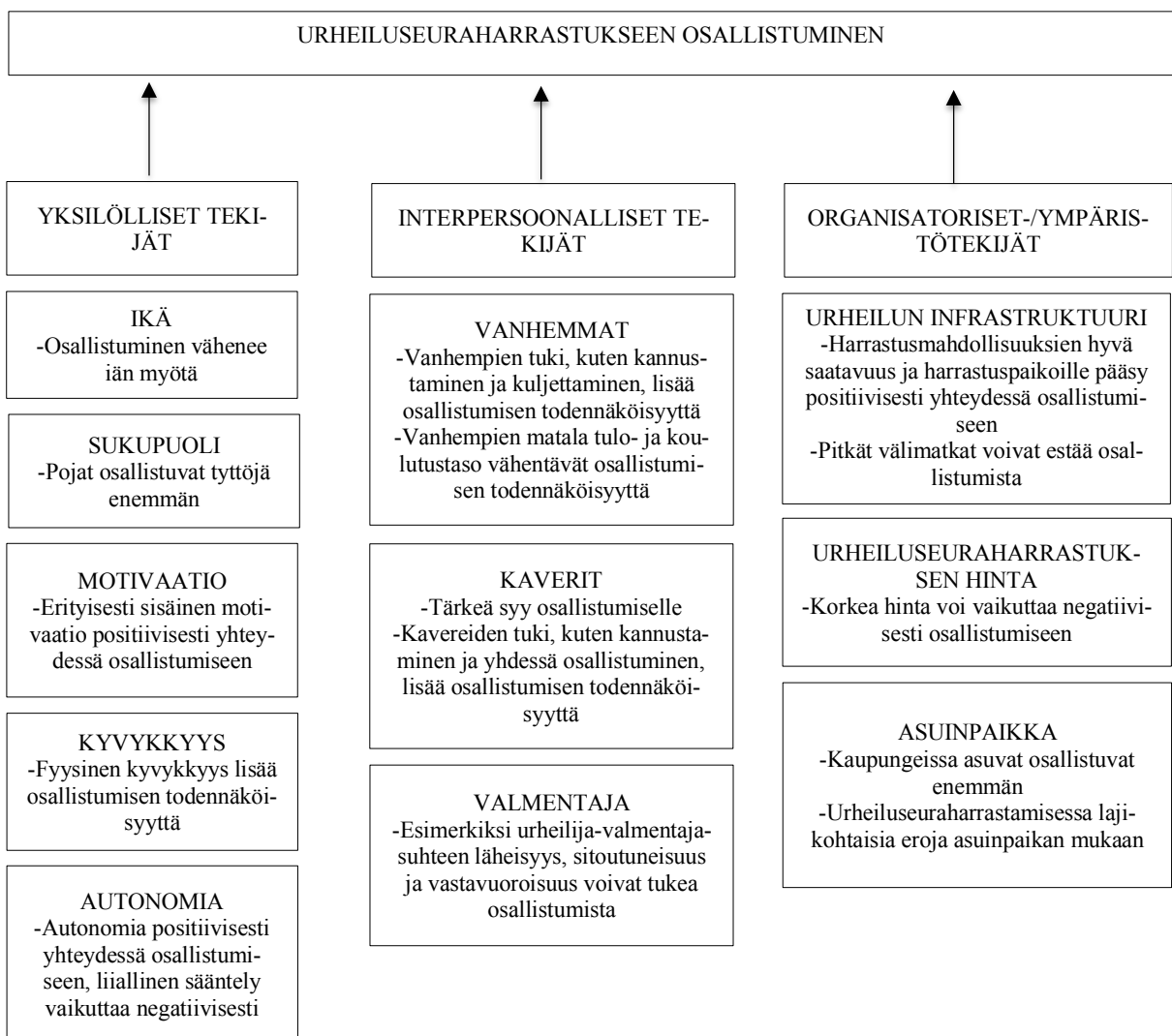


Urheiluseuratoimintaan osallistumisen vaikutukset ulottuvat fyysisten vaikutusten ohella myös muihin hyvinvoinnin osa-alueisiin (Huhta & Nipuli 2011, 14). Urheiluseuratoimintaan osallistumisen on todettu olevan yhteydessä parempaan psykososiaaliseen hyvinvointiin (Fraser-Thomas ym. 2005; Eime ym. 2013b). Positiivisia vaikutuksia sen kannalta ovat esimerkiksi parempi itsetunto ja itseluottamus, tyytyväisyys elämään sekä masentuneisuuden vähentyminen (Eime ym. 2013b). Gísladóttirin ym. (2013) tutkimuksen mukaan urheiluseuratoimintaan osallistuvat kokivat kehonkuvansa sekä yleisen psyykkisen terveydentilansa paremmaksi kuin ne, jotka eivät osallistuneet urheiluseuratoimintaan. Kokemus kehonkuvasta ja psyykkisestä terveydentilasta oli sitä parempi, mitä aktiivisemmin osallistui urheiluseuratoimintaan (Gísladóttir ym. 2013). Toisaalta Wankelin ja Mummeryn (1990) mukaan urheiluseuratoiminnassa mukana olevat voivat kuitenkin ajoittain kokea muun muassa liiallista voittamisen painetta tai huonoutta, mikä voi johtaa esimerkiksi huonoon itsetuntoon.

Urheiluseuraharrastuksen myötä lapset ja nuoret voivat oppia tärkeitä taitoja, kuten yhdessä toimimista, sääntöjen noudattamista, johtajuutta sekä itsehillintää (Fraser-Thomas ym. 2005). Lisäksi urheiluseuratoiminta tarjoaa lapsille ja nuorille mahdollisuuden muodostaa sosiaalisia suhteita sekä kehittää sosiaalisia taitojaan (Huhta & Nipuli 2011, 14). Sosiaalisten suhteiden positiivinen vaikutus terveyden kannalta näyttäisi korostuvan erityisesti joukkuelajin harrastajilla (Eime ym. 2013b). Paakkarin ym. (2017) tutkimuksen mukaan urheiluseuratoimintaan osallistuminen voi myös vaikuttaa positiivisesti terveyden lukutaitoon. Urheiluseuratoiminnan positiivinen vaikutus terveyden lukutaidon kannalta näytti olevan erityisen merkityksellinen niillä nuorilla, jotka menestyivät heikommin koulussa (Paakkari ym. 2017). Gísladóttirin ym. (2013) tutkimuksen mukaan ne, jotka osallistuvat aktiivisesti urheiluseuratoimintaan suhtautuvat myös toiveikkaammin ja positiivisemmin esimerkiksi tulevaisuuden opiskelu- ja työmahdollisuuksiin. Koivusilta ym. (2012) totesivat omassa tutkimuksessaan, että urheiluseuratoimintaan osallistuminen kouluikäisenä näyttäisi olevan yhteydessä korkeampaan koulutukseen ja sosioekonomiseen asemaan aikuisuudessa.

#### 4 URHEILUSEURAHARRASTAMISEEN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT

Eime ym. (2008) ovat esittäneet sosioekologiseen malliin perustuvan kuvauksen liikuntaan ja urheiluseuraharrastukseen osallistumiseen vaikuttavista tekijöistä. Sen mukaan vaikuttavat tekijät voidaan jakaa yksilöllisiin, interpersoonallisiin sekä organisaatioon ja ympäristöön liittyviin tekijöihin (Eime ym. 2008). Kuviossa 1 on esitetty tämän jaottelun mukaisesti tekijöitä, jotka aiempien tutkimusten perusteella vaikuttavat lasten ja nuorten urheiluseuraharrastukseen osallistumiseen. Näitä tekijöitä on tarkasteltu tarkemmin seuraavissa alaluvuissa.



KUVIO 1. Urheiluseuraharrastukseen osallistumiseen vaikuttavat tekijät (Mukailtu Eime ym. 2008).

## 4.1 Yksilölliset tekijät

Aiemman tutkimuksen perusteella yksilöllisistä tekijöistä ikä näyttäisi olevan yksi keskeisistä lasten ja nuorten urheiluseuraharrastukseen osallistumiseen vaikuttavista tekijöistä. Iän vaikutus osallistumiseen näkyy siinä, että myöhemmässä ikävaiheessa osallistuminen on epätodennäköisempää kuin nuorempana. (Toftegaard-Støckel ym. 2011; Balish ym. 2014.) Myös Suomessa toteutettujen tutkimusten mukaan urheiluseuratoimintaan osallistuminen vähenee iän myötä (Aira ym. 2013, 52; Tiirikainen & Konu 2013, 33; Mononen ym. 2016, 27).

Basterfieldin ym. (2016) tutkimuksen mukaan iällä on toisaalta myös vaikutusta siihen, minkä tekijöiden koetaan vaikuttavan urheiluseuratoimintaan osallistumiseen. Varhaisemmassa ikävaiheessa urheiluseuratoimintaan osallistumista rajoittaa muun muassa fyysinen ympäristö, kun taas myöhemmässä ikävaiheessa yksilöllisten tekijöiden, kuten kiinnostuksen puutteen merkitys korostuu (Basterfield ym. 2016). Myös ajanpuutteen voidaan nähdä olevan osittain ikään liittyvä tekijä, jolla on merkitystä urheiluseuratoimintaan osallistumisen kannalta. Iän lisääntyessä esimerkiksi koulutehtävät ja muut aktiviteetit alkavat viedä yhä enemmän aikaa, mikä voi heijastua negatiivisesti urheiluseuratoimintaan osallistumiseen. (Eime ym. 2008.) Tämän perusteella ikä olisikin tärkeä ottaa huomioon, kun pohditaan, miten voidaan tukea lasten ja nuorten urheiluseuraharrastamista (Basterfield ym. 2016).

Iän ohella myös sukupuoli näyttäisi olevan vaikutusta urheiluseuraharrastukseen osallistumiseen. Aiempien tutkimusten perusteella pojat osallistuvat urheiluseuratoimintaan enemmän kuin tytöt. (Seabra ym. 2007; Toftegaard-Støckel ym. 2011; Vella ym. 2014.) Allenderin ym. (2006) katsauksen mukaan sukupuoli voi vaikuttaa myös siihen, mikä motivoi lapsia ja nuoria osallistumaan urheiluseuratoimintaan. Tyttöillä osallistumisen taustalla näyttäisi vaikuttavan esimerkiksi terveydelliset syyt, kuten painonhallinta, sekä sosiaaliset syyt (Allender ym. 2006). Pojilla osallistumisen syinä näyttäisi sosiaalisten syiden lisäksi korostuvan esimerkiksi kilpailullisuus (Sirard ym. 2006).

Vellan ym. (2014) mukaan psyykinen hyvinvointi ja fyysiseen terveyteen liittyvä elämänlaatu eivät näyttäneet vaikuttavan siihen, osallistuuko lapsi urheiluseuratoimintaan. Aiempien tutkimusten perusteella myöskään painolla ei näyttäisi olevan merkitystä siihen osallistuuko urheiluseuratoimintaan (Zahner ym. 2009; Basterfield ym. 2016). Cairney ja Veldhuizen (2017) totesivat kuitenkin omassa tutkimuksessaan painoindeksin ja urheiluharrastukseen osallistumisen olevan jonkin verran yhteydessä toisiinsa. Yhteyden havaittiin olevan molemminpuolinen eli matalampi painoindeksi näytti ennustavan urheiluharrastukseen osallistumista, ja toisaalta urheiluharrastukseen osallistuminen taas näytti ennustavan matalampaa painoindeksiä (Cairney & Veldhuizen 2017).

Lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumiseen vaikuttavista yksilöllisistä tekijöistä motivaatiolla näyttäisi olevan varsin keskeinen merkitys (Allender ym. 2006; Eime ym. 2008). Erityisesti sisäisen motivaation on todettu olevan positiivisesti yhteydessä urheiluharrastukseen osallistumiseen (Balish ym. 2014). Lapsia ja nuoria motivoi osallistumaan urheiluharrastukseen muun muassa urheilusta saatava ilo ja nautinto (Allender ym. 2006; Ommundsen ym. 2006; Eime ym. 2008). Urheiluharrastuksen syitä voivat olla lisäksi esimerkiksi kavereiden tapaaminen, sosiaalinen hyväksyntä sekä roolimallit (Rottensteiner 2015, 71). Eimen ym. (2008) mukaan myös kilpailullisuus voi motivoida osallistumaan urheiluseuratoimintaan. Allender ym. (2006) totesivat kuitenkin katsauksessaan, että liiallinen kilpailu voi vaikuttaa osallistumiseen negatiivisesti.

Laun ym. (2006) tutkimuksen perusteella urheiluseuratoimintaan osallistumiseen vaikuttaa ns. urheiluidentiteetti, joka on yhteydessä esimerkiksi motivaatioon ja sitoutumiseen. Yksilöllisistä tekijöistä urheiluidentiteettiä määrittävät esimerkiksi koettu kyvykkyys sekä autonomia (Lau ym. 2006). Myös esimerkiksi Balishin ym. (2014) tutkimuksen mukaan autonomia tukee urheiluseuratoimintaan osallistumista, kun taas liiallinen sääntely vaikuttaa negatiivisesti osallistumiseen. Lisäksi useissa aiemmissä tutkimuksissa on todettu, että koettu kyvykkyys on keskeinen lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumiseen vaikuttava tekijä. Ne, jotka kokevat itsensä fyysisesti kyvykkäiksi osallistuvat todennäköisemmin urheiluseuratoimintaan. (Ommundsen ym. 2006; Balish ym. 2014; Eime ym. 2015.) Eimen ym. (2015) tutkimuksen mukaan koettu kyvykkyys voi liittyä muun muassa fyysiseen kuntoon tai lajissa vaadittaviin taitoihin.

Basterfieldin ym. (2016) tutkimuksen mukaan sen lisäksi, ettei koe itseään tarpeeksi hyväksi urheilussa, urheiluharrastukseen osallistumiseen voi vaikuttaa negatiivisesti myös se, ettei koe sopeutuvansa joukkoon.

## **4.2 Interpersoonalliset tekijät**

Urheiluseuraharrastukseen osallistumiseen vaikuttaa yksilöllisten tekijöiden lisäksi yksilön sosiaalinen ympäristö (Aarresola & Konttinen 2012, 28). Lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumiseen vaikuttaviin yksilön ulkopuolisiin eli interpersoonallisiin tekijöihin voidaan Eimen ym. (2008) mukaan nähdä kuuluvan sekä vanhemmat että kaverit. Rottensteiner (2015, 57) nostaa esiin myös valmentajan merkityksen urheiluseuraharrastuksen kannalta. Esimerkiksi urheilija-valmentaja-suhteen läheisyys, sitoutuneisuus ja vastavuoroisuus voivat tukea urheiluseuraharrastukseen osallistumista (Rottensteiner 2015, 57). Tässä pro gradu -tutkielmassa keskitytään tarkastelemaan lähemmin erityisesti vanhempien ja kavereiden tuen merkitystä lasten ja nuorten urheiluseuraharrastukseen osallistumiselle. Aiheeseen liittyvän tiedonhaun kuvaus löytyy liitteestä 1. Vanhempien ja kavereiden tukea tarkastelevat aiemmat tutkimukset on koottu liitteeseen 2. Tutkimusten laadunarviointi on kuvattu liitteessä 3.

### **4.2.1 Vanhempien ja kavereiden merkitys urheiluseuraharrastuksen taustalla**

Interpersoonalliset tekijät, kuten sosiaaliset suhteet vanhempien ja kavereiden kanssa, ovat monella tapaa keskeisessä roolissa lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumisen taustalla (Sheridan ym. 2014). George Meadin vuonna 1934 julkaistuun sosialisatioteoriaan perustuen Turman (2007) on esittänyt, että lapsi sosiaalistuu urheilun pariin erityisesti perheympäristön ja vanhempien kautta. Lapsen läheiset vaikuttavat keskeisesti lapsen kiinnostuksen kohteisiin ja perhesuhteiden voidaan nähdä ohjaavan vahvasti urheiluseuraharrastuksen aloittamista ja lajivalintaa (Aarresola & Konttinen 2012, 28; 36). Vanhempien merkitys lasten urheiluun sosiaalistumisessa voi näkyä myös siinä, että vanhemmat voivat omalla toiminnallaan ja resursseillaan mahdollistaa sen, että lapset voivat esimerkiksi kokeilla erilaisia lajeja sekä kehittää fyysisiä taitojaan (Boiché & Sarrazin 2009).

Beetsin ym. (2010) katsauksen mukaan vanhemmat toimivat myös roolimalleina lapsilleen ja voivat myös sitä kautta vaikuttaa urheiluun osallistumiseen. Lisäksi vanhemmilla on olennainen rooli harrastukseen liittyvissä käytännön järjestelyissä (Beets ym. 2010). Toisaalta urheiluseuraharrastus voidaan nähdä myös perhettä yhdistävänä tekijänä, jonka kautta vanhemmat voivat pyrkiä säilyttämään läheisen kontaktin lapsiinsa erityisesti siinä vaiheessa, kun lapset alkavat muuten etääntyä perheestä (Lämsä 2002, 84; Stefansen ym. 2016).

Lämsän (2002, 84) mukaan idea urheiluseuraharrastukseen voi useasti nousta myös kaveripiiristä ja etenkin myöhemmässä vaiheessa kavereiden merkitys eri elämänalueilla korostuu (Aarresola & Konttinen 2012, 37). Tiirikaisen ja Konun (2012, 39) mukaan kavereiden merkitys lasten ja urheiluseuraharrastukselle näkyy esimerkiksi, kun tarkastellaan sosiaalisia syitä harrastuksen taustalla. Keskeisiä sosiaalisia syitä lasten ja nuorten urheiluharrastukselle ovat muun muassa kavereiden kanssa oleminen sekä yhteenkuuluvuudentunne (Tiirikainen & Konu 2012, 39). Kavereiden merkitys urheiluseuratoimintaan osallistumiselle voi liittyä myös siihen, että lapset ja nuoret kokevat tulevansa hyväksytyiksi kaveripiirissä urheiluharrastuksen myötä (Bastterfield ym. 2016).

#### **4.2.2 Vanhempien ja kavereiden tuki urheiluseuraharrastukselle**

Edellä esitettyjen tekijöiden lisäksi vanhempien ja kavereiden merkitys lapsen tai nuoren urheiluseuraharrastukseen osallistumiselle voi näkyä myös heidän antamana tukena. Tässä yhteydessä vanhempien ja kavereiden tuen voidaan määritellä olevan toimintaa, jonka avulla lapsi tai nuori pystyy omaksumaan tai ylläpitämään urheiluharrastuksen. Vanhempien osalta tuki voi olla muun muassa kuljettamista, kannustamista tai harrastukseen liittyvien kulujen maksamista. Kavereiden tuki voi olla esimerkiksi yhdessä harrastamista tai kannustamista (Duncan ym. 2005; Beets ym. 2010.)

Tarkasteltaessa vanhemmilta saadun tuen vaihtelua ikäryhmän mukaan, vuoden 2014 LIITU-tutkimuksen perusteella vanhempien ja kavereiden tuki urheilu- ja liikuntaharrastukselle näyttäisi vähentyvän iän lisääntyessä (Palomäki ym. 2015, 67-68). Myös Duncanin ym. (2005) tut-

kimuksen mukaan vanhemmat ikäryhmät kokivat saavansa harrastukselleen kokonaisuudessaan vähemmän tukea vanhemmiltaan, mutta vanhemmissa ikäryhmissä esimerkiksi kannustaminen ja urheilusta keskustelu vanhempien kanssa oli kuitenkin yleisempää kuin nuoremmissa ikäryhmissä. Vanhemmilta saadussa tuessa ei näyttänyt olevan merkittävää eroa tyttöjen ja poikien välillä (Palomäki ym. 2015, 68). Morrissey ym. (2015) yleistä liikunnan harrastamista käsitelleen tutkimuksen mukaan pojat kokivat saavansa liikunnan harrastamiseen enemmän tukea kavereiltaan kuin tytöt. Aiempien tutkimusten perusteella kavereiden tuki liikuntaharrastukselle näyttäisi hieman lisääntyvän iän myötä (Prochaska ym. 2002; Morrissey ym. 2015).

Aiempien tutkimusten perusteella vanhempien tuki lisää lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumisen todennäköisyyttä (Seabra ym. 2007; Eime ym. 2013; Duncan ym. 2015; Kwon ym. 2016). Kwonin ym. (2016) tutkimuksen mukaan taas vähempi vanhemmilta saatu tuki oli yhteydessä sekä urheiluharrastuksen lopettamiseen että yleisen fyysisen aktiivisuuden vähenemiseen. Vanhempien tuen on todettu lisäksi olevan positiivisesti yhteydessä urheiluun liittyvien koettujen esteiden voittamiseen (Duncan ym. 2015).

Tärkeitä vanhempien tuen muotoja ovat aiempien tutkimusten mukaan esimerkiksi yleinen kiinnostus harrastusta kohtaan, rohkaisu sekä kuljettaminen (Eime ym. 2008; Eime ym. 2013; Duncan ym. 2015). Myös taloudellinen tuki näyttäisi olevan positiivisesti yhteydessä urheiluun osallistumiseen (Timperio ym. 2013; Vella ym. 2014). Turman (2007) esitti omassa tutkimuksessaan, että vanhempien merkittävänä rooleina nuorten urheiluun osallistumisessa näyttäisi olevan kannustajan sekä opettajan roolit. Kannustajat muun muassa kuljettivat lapsiaan harrastuksiin, osallistuivat peleihin sekä antoivat myös verbaalista ja taloudellista tukea. Opettajat kokivat, että vanhempien rooliin kuului myös auttaa lapsia kehittymään taidollisesti. (Turman ym. 2007.) Vanhemmat kokivat myös, että osallistumisen tukemiseksi lapsille on tärkeä korostaa myös urheilun merkitystä muuhun elämään (Turman 2007; Stefansen ym. 2016).

Osallistumisen kannalta merkittävää näyttäisi olevan myös se, että lapsi kokee, että hänen osallistumisensa on vanhemmalle tärkeää, ja että myös vanhemmat osallistuvat hänen harrastukseensa (Turman 2007). Stefansenin ym. (2016) tutkimuksessa urheiluseuratoiminnan nähtiin olevan tärkeä osa lapsuutta ja vanhempien tehtävänä on tukea osallistumista. Tutkimuksessa

vanhemmat kokivat, että urheiluseuratoiminnan osallistumisen tukeminen on osa eräänlaista vanhemmuuden normia, johon kuuluu esimerkiksi kiinnostuksen osoittaminen sekä resurssien mahdollistaminen. Urheiluseuratoiminnan koettiin vaativan nykyään melko paljon, joten myös sitä kautta lapset ovat osallistumisen suhteen enemmän riippuvaisia vanhemmistaan. Urheiluseuratoiminta nähtiin toisaalta myös tärkeänä paikkana lapsi-vanhempi-suhteen säilyttämisessä. (Stefansen ym. 2016.) Myös vanhempien omalla osallistumisella näyttäisi olevan merkitystä lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumisen kannalta. Ne lapset ja nuoret, joiden vanhemmat olivat mukana urheiluseuratoiminnassa, osallistuivat todennäköisemmin urheiluseuraharrastukseen. (Toftegaard-Støckel ym. 2011; Vandermeerchen ym. 2015.)

Dorsch ym. (2016) esittivät tutkimuksessaan, että vanhempien osallistuminen lastensa urheiluharrastukseen voi olla tukea, joka helpottaa osallistuista tai toisaalta myös painostusta, jolla voi olla negatiivisia vaikutuksia. Tutkimuksen tulosten perusteella suurin osa lapsista koki positiivista suhtautumista ja tukea vanhemmiltaan. Isien taholta koettiin enemmän negatiivista suhtautumista sekä painostusta. Äitien osallistuminen lasten urheiluseuraharrastukseen näkyi esimerkiksi kehujen muodossa, kun taas isät osallistuivat enemmän varsinaiseen toimintaan. (Dorsch ym. 2016.)

Aiempien tutkimusten perusteella vanhempien matala tulo- ja koulutustaso vähensivät lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumisen todennäköisyyttä (Seabra ym. 2007; Vella ym. 2014; Vandermeerschen ym. 2015; Kwon ym. 2016). Myös vähintään toisen vanhemman työttömyys oli negatiivisesti yhteydessä urheiluseuratoimintaan osallistumiseen (Toftegaard-Støckel ym. 2011). Eime ym. (2013) totesivat omassa tutkimuksessaan myös, että vanhempien tuki toimii välittävänä tekijänä sosioekonomisen aseman ja urheiluseuratoimintaan osallistumisen välillä. Myös Vella ym. (2014) sekä Duncan ym. (2015) pohtivat tutkimuksissaan sosioekonomisen aseman yhteyttä vanhempien tukeen. Tutkijat esittivät, että alempi sosioekonomisen asema voisi olla mahdollisesti yhteydessä vähempään tukeen ja sitä kautta vähäisempään osallistumiseen (Vella ym. 2014; Duncan ym. 2015). Eimen ym. (2013) tutkimuksen mukaan juuri huonommassa sosioekonomisessa asemassa olevien kannalta vanhempien tuella näyttäisi olevan erityisen tärkeä merkitys urheiluseuratoimintaan osallistumisen tukemisessa. Vander-



meerschenin ym. (2015) tutkimuksen mukaan urheiluseuratoiminta on yksi keskeisistä mahdollisuuksista sosiaaliseen osallistumiseen. Ne, jotka ovat muutenkin riskiryhmässä sosiaaliselle eristäytymiselle, eivät kuitenkaan saa usein mahdollisuutta sosiaaliseen osallistumiseen urheilun kautta sosioekonomisten tekijöiden vaikutusten vuoksi (Vandermeerschen ym. 2015).

Kavereiden merkitystä lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumisessa ei ole aiemmissa tutkimuksissa selvitetty yhtä laajasti kuin vanhempien merkitystä. Aiempien tutkimusten perusteella voidaan kuitenkin todeta, että myös kavereilla näyttäisi olevan merkitys lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumiselle (Seabra ym. 2007; Eime ym. 2008; Eime ym. 2013). Kavereiden merkitys näyttäisi korostuvan etenkin vanhemmissa ikäryhmissä (Basterfield ym. 2016).

Seabran ym. (2007) tutkimuksen mukaan kaverit vaikuttavat positiivisesti lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistumiseen. Aiempien tutkimusten perusteella erityisesti kavereiden tuki, kuten kannustaminen, kehuminen ja yhdessä osallistuminen, on positiivisesti yhteydessä urheiluseuratoimintaan osallistumiseen (Eime ym. 2013; Duncan ym. 2015). Lisäksi kavereiden tuki näyttäisi olevan positiivisesti yhteydessä urheiluun liittyvien koettujen esteiden voittamiseen (Duncan ym. 2015). Kaverit olivat myös yksi keskeisistä syistä urheiluharrastukselle, sillä urheiluharrastus koettiin tärkeäksi paikaksi tavata kavereita (Eime ym. 2008). Kavereiden hyväksyntä näyttäisi olevan urheiluun osallistumisen kannalta tärkeää, sillä sen todettiin olevan yhteydessä urheiluun sitoutumiseen ja iloon. (Basterfield ym. 2016.) Toisaalta Eime ym. (2013) totesivat tutkimuksessaan myös, ettei kavereiden negatiivinen käytös näytä estävän osallistumista.

Lau ym. (2006) esittivät omassa tutkimuksessaan, että erot urheiluharrastukseen osallistumisessa voisivat selittyä erilaisten urheiluidentiteettien kautta. Tutkimuksen mukaan urheiluidentiteetti on positiivisesti yhteydessä urheiluun osallistumiseen. Tutkimuksessa urheiluidentiteetin määrittymiseen vaikutti keskeisesti sosiaaliset suhteet kavereihin sekä vanhempiin. Tutkijoiden mukaan sosiaaliset tekijät näyttäisivät vaikuttavan urheiluun osallistumiseen epäsuorasti urheiluidentiteetin välityksellä. (Lau ym. 2006.)

### 4.3 Organisatoriset- ja ympäristötekijät

O`Reilly ym. (2015) ovat kuvanneet tutkimuksessaan urheiluun osallistumiseen liittyviä ympäristötekijöitä termillä ”sportscape”. Termillä tarkoitetaan käytännössä urheiluun liittyvää infrastruktuuria, johon sisältyy esimerkiksi urheilulle tarkoitettut tilat, matkat harrastuspaikoille sekä urheiluseuratoiminnan järjestäminen (O`Reilly ym. 2015). Urheilun infrastruktuurin on todettu olevan läheisesti yhteydessä lasten ja nuorten urheiluseuraharrastukseen osallistumiseen, ja se voi joko estää tai tukea osallistumista. Esimerkiksi pitkä välimatka harrastuspaikoille ja matkoista aiheutuvat kustannukset voivat estää osallistumista. (O`Reilly ym. 2015; Wicker ym. 2013.)

Myös muissa aiemmissa tutkimuksissa urheilumahdollisuuksien saatavuus ja liikuntapaikoille pääsy ovat olleet yhteydessä lasten ja nuorten urheiluharrastukseen osallistumiseen (Ommundsen ym. 2006; Eime ym. 2013; Eime ym. 2017). Motan ym. (2009) tutkimuksessa urheilumahdollisuuksien saatavuudella oli yhteys vain omaehtoiseen liikuntaan, eikä urheiluseuratoimintaan osallistumiseen. Wickerin ym. (2013) tutkimuksen mukaan kuitenkin esimerkiksi urheilukenttien saatavuus on keskeinen edellytys myös urheiluseurojen toiminnalle. Urheilumahdollisuuksien saatavuuteen liittyen aiemmissa tutkimuksissa on myös esitetty, että sopivan urheiluseuratoiminnan puute näyttäisi olevan lapsilla ja nuorilla yksi keskeisistä syistä siihen, etteivät he osallistu urheiluseuratoimintaan (Basterfield ym. 2016; Mononen ym. 2016). Devis-Devisin ym. (2015) tutkimuksessa ne, jotka eivät olleet mukana urheiluseuratoiminnassa olivat tyytymättömiä esimerkiksi siihen, että urheiluseuratoiminnassa panostetaan vain tiettyihin kulttuurissa arvostettuihin lajeihin. Myös kilpailullisuuden korostuminen voi vaikuttaa siihen, ettei lapsi tai nuori osallistu urheiluseuratoimintaan (Lehtonen 2012, 7).

Merikivi ym. (2016, 84) nostavat urheiluseuraharrastamisen kustannukset yhdeksi keskeiseksi urheiluseuratoimintaan vaikuttavaksi tekijäksi. Tutkijoiden mukaan urheiluharrastuksen hinta näyttäisi vaikuttavan urheiluharrastuksen lopettamisen ohella myös siihen, että heikommin toimeentulevien liikunta näyttäisi painottuvan muita enemmän omatoimiseen liikuntaan (Merikivi

ym. 2016, 85). Myös Basterfieldin ym. (2016) sekä Monosen ym. (2016, 28) mukaan urheiluharrastuksen hinta näyttäisi vaikuttavan negatiivisesti kouluikäisten urheiluseuratoimintaan osallistumiseen.

Sekä kansallisen että kansainvälisen tutkimuksen mukaan ympäristötekijöistä myös asuinpaikalla näyttäisi olevan vaikutus urheiluseuratoimintaan osallistumiseen (Kansallinen liikuntatutkimus 2010; Toftegaard-Stöckel ym. 2011; Suomi ym. 2016, 25). Suomessa asuinpaikalla on todettu olevan yhteys esimerkiksi säännölliseen urheiluseuraharrastukseen. Kaupungissa asuvista kouluikäisistä 58 prosenttia osallistui säännöllisesti urheiluseuratoimintaan, kun taas maaseudulla osallistumisprosentti oli 45. (Suomi ym. 2016, 25.) Kansallisen liikuntatutkimuksen (2010) mukaan Uudenmaan alueella urheiluseuratoimintaan osallistuttiin keskimääräistä enemmän. Lisäksi alueiden välillä näyttäisi olevan myös lajikohtaisia eroja. Esimerkiksi pääkaupunkiseudulla vain alle kymmenesosa kouluikäisistä harrasti hiihtoa, kun taas maaseudulla hiihdon harrastajia oli kouluikäisistä hieman reilu viidennes. (Kansallinen liikuntatutkimus 2010.) Eimen ym. (2008) tutkimuksen mukaan maaseudulla asuvat kokivat, että asuinpaikan vuoksi heillä oli rajallisemmat mahdollisuudet urheiluseuraharrastukseen. Asuinpaikkaan liittyen Devis-Devis ym. (2015) nostivat tutkimuksessaan esiin myös turvallisuustekijöiden merkityksen. Esimerkiksi kokemus harrastuspaikoille matkustamisen turvallisuudesta voi vaikuttaa urheiluharrastukseen osallistumiseen (Devis-Devis ym. 2015).

O'Reillyn ym. (2015) tutkimuksen mukaan urheiluun liittyvässä päätöksenteossa olisi tärkeää miettiä, miten urheilun infrastruktuuria voitaisiin kehittää niin, että tuettaisiin mahdollisimman monen yksilön urheiluharrastukseen osallistumista. Suomessa lasten ja nuorten urheiluharrastusta tuetaan esimerkiksi Opetus- ja kulttuuriministeriön myöntämän seuratoiminnan kehittämistuen kautta. Kehittämistuki on kohdennettu monipuolisen organisoidun liikunnan järjestämisen tukemiseen sekä lasten ja nuorten liikuntaharrastuksen lisäämiseen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2017.) Lisäksi muun muassa kunnat tukevat urheiluseuraharrastamista esimerkiksi tarjoamalla tiloja urheiluseurojen käyttöön (Tammelin ym. 2016). Julkisuudessa on myös tuotu esille, että Opetus- ja kulttuuriministeriössä on suunnitteilla nuorille suunnattu harrastuspassi, jolla pyritään tukemaan vähävaraisista perheistä tulevien nuorten harrastusmahdollisuuksia.

## 5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää vuoden 2016 LIITU –tutkimuksen aineiston perusteella 11–15-vuotiaiden urheiluseuraharrastamista sekä vanhempien ja kavereiden tukea urheiluseuraharrastukselle. Aiemman tutkimuskirjallisuuden perusteella tutkimukseen nostettiin urheiluseuraharrastamisen sekä vanhempien ja kavereiden tuen ohella tarkasteluun myös perheen sosioekonomista asemaa kuvaava perheen varallisuusindeksi FAS (Family Affluence Scale). Taustamuuttujina kysymysten tarkastelussa olivat sukupuoli sekä ikäryhmä.

Tutkimuskysymykset:

- Kuinka aktiivisesti ja millä kilpailullisella tasolla 11–15-vuotiaat osallistuvat urheiluseuratoimintaan?
- Miten 11–15-vuotiaat kokevat saavansa tukea urheiluharrastukselle vanhemmiltaan ja kavereiltaan?
- Vaihteleeiko vanhempien tuki nuorten urheiluseuraharrastamisen tai harrastuksen kilpailullisen tason mukaan?
- Vaihteleeiko kavereiden tuki nuorten urheiluseuraharrastamisen tai harrastuksen kilpailullisen tason mukaan?
- Vaihteleeiko FAS nuorten urheiluseuraharrastamisen tai harrastuksen kilpailullisen tason mukaan?
- Vaihteleeiko FAS vanhemmilta saadun tuen mukaan?

## **6 TUTKIMUSMENETELMÄT**

### **6.1 Tutkimusaineisto**

Tämä tutkimus on luonteeltaan kvantitatiivinen kyselytutkimus. Tutkimuksen aineistona käytetään vuoden 2016 Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa (LIITU) –tutkimuksen aineistoa. LIITU-tutkimuksessa kerätään koko maan kattavasti tietoa kouluikäisten lasten ja nuorten liikuntakäyttäytymisestä ja muista liikuntaan yhteydessä olevista tekijöistä. LIITU-tutkimus toteutettiin ensimmäisen kerran vuonna 2014. Vuoden 2016 LIITU-tutkimukseen on otettu viides-, seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaisten lisäksi tarkasteluun myös kolmasluokkalaisten sekä suomenkielisten koulujen ohella myös ruotsinkieliset koulut. Lisäksi vuoden 2016 aineistossa liikunta-aktiivisuutta on tarkasteltu kyselylomakkeen lisäksi myös objektiivisilla mittareilla. (Kokko ym. 2016b, 6.)

Vuoden 2016 LIITU-tutkimuksen aineisto on kerätty internetpohjaisella kyselylomakkeella maaliskuu–toukokuussa 2016 suomen- ja ruotsinkielisissä kouluissa. Tutkimuksen otanta tehtiin Tilastokeskuksen koulurekisteristä satunnaisotannalla. Tutkimukseen lupautui mukaan yhteensä 285 suomenkielistä ja 65 ruotsinkielistä koulua. Suomenkieliseen kyselyyn vastasi yhteensä 6411 (4766) lasta ja nuorta vastausprosentin ollessa 61. Ruotsinkieliseen kyselyyn vastasi yhteensä 1154 lasta ja nuorta ja vastausprosentti oli 58. (Kokko ym. 2016b, 6-7.) Tämän tutkimuksen kohdejoukkona ovat viides-, seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaisten, joita kyselyyn vastasi yhteensä 4696.

### **6.2 Muuttujat**

LIITU-tutkimuksen vuoden 2016 aineistosta valittiin tähän tutkimukseen yhteensä kuusi muuttujaa, jotka käsittelevät urheiluseuraharrastukseen osallistumista sekä vanhempien ja kavereiden tukea. Näiden lisäksi tutkimuksessa on tarkastelussa perheen varallisuusindeksi FAS, jota selvitettiin LIITU-tutkimuksen yhteydessä WHO:n Koululaistutkimuksen kyselylomakkeella. Taustamuuttujina tarkastellaan tietoja sukupuolesta sekä ikäryhmästä.

### *Urheiluseuraharrastaminen*

Urheiluseuraharrastamista selvitettiin kysymyksillä:

- ”Harrastatko liikuntaa tai urheilua urheiluseurassa?”

Vastausvaihtoehdot olivat: ”Kyllä, harrastan säännöllisesti ja aktiivisesti”, ”Kyllä harrastan silloin tällöin”, ”En harrasta tällä hetkellä, mutta olen aiemmin harrastanut” ja ”En harrasta, enkä ole koskaan harrastanutkaan”

Tarkasteltaessa vanhempien ja kavereiden tuen sekä FAS -muuttujan vaihtelua kysymyksen vastausvaihtoehdot luokiteltiin uudelleen kolmeen luokkaan niin, että ”En harrasta tällä hetkellä, mutta olen aiemmin harrastanut” ja ”En harrasta, enkä ole koskaan harrastanutkaan” yhdistettiin yhdeksi luokaksi ”En harrasta”.

- ”Kuinka usein liikut vapaa-aikanasi urheiluseuran järjestämissä harjoituksissa, kilpailuissa tai otteluissa?”

Vastausvaihtoehdot olivat: ”Harvemmin kuin kerran viikossa tai en lainkaan”, ”yhtenä päivänä viikossa”, ”2–3 päivänä viikossa”, ”4–5 päivänä viikossa” ja ”6–7 päivänä viikossa”

- ”Minkä tason sarjaan tai kilpailuihin osallistut kuluvaan tai olet osallistunut viimeisen kauden aikana?”

Vastausvaihtoehdot olivat: ”En/emme osallistu sarjaan tai kilpailuihin”, ”Osallistun/osallistumme harrastetason sarjaan tai kilpailuihin”, ”Osallistun/osallistumme paikallis- tai aluetason sarjaan tai kilpailuihin” ja ”Osallistun/osallistumme valtakunnallisen tason sarjaan tai kilpailuihin”

### *Vanhempien tuki*

Vanhempien tukea selvitettiin kysymyksillä:

- ”Kuinka usein äitisi yleensä...”

- Harrastaa itse liikuntaa tai urheilua
- Kannustaa sinua liikkumaan tai urheilemaan
- Kyyditsee sinua liikuntapaikalle tai urheiluharrastukseesi
- Harrastaa kanssasi liikuntaa tai urheilua

- Käy seuraamassa harjoituksiasi, pelejäsi tai kilpailujasi
- Keskustele kanssasi liikunnasta tai urheilusta
- Maksaa liikunta- tai urheiluharrastukseen liittyviä kuluja

- ”Kuinka usein isäsi yleensä...”

- Harrastaa itse liikuntaa tai urheilua
- Kannustaa sinua liikkumaan tai urheilemaan
- Kyyditsee sinua liikuntapaikalle tai urheiluharrastukseesi
- Harrastaa kanssasi liikuntaa tai urheilua
- Käy seuraamassa harjoituksiasi, pelejäsi tai kilpailujasi
- Keskustele kanssasi liikunnasta tai urheilusta
- Maksaa liikunta- tai urheiluharrastukseen liittyviä kuluja

Vanhempien tukea käsittelevissä kysymyksissä vastausvaihtoehdot olivat ”ei koskaan”, ”harvoin”, ”joskus”, ”usein”, ”hyvin usein” ja ”ei ole/en tapaa häntä”. Vanhempien tuesta muodostettiin tuen keskiarvoa kuvaavat tuki-indeksit, johon laskettiin mukaan kaikki tuen muodot. Tuki-indeksit muodostettiin erikseen äidin ja isän tuesta sekä yhteisesti molempien vanhempien tuesta. Tuki-indeksin vaihteluväli on 1–5. Lisäksi molempien vanhempien kaikista tuen muodoista muodostettiin summamuuttuja, jota käytettiin vertailtaessa tuen vaihtelua yksisuuntaisella varianssianalyysillä. Summamuuttujan vaihteluväli on 14–70. Sekä tuki-indeksien että summamuuttujan muodostamisen kohdalla vastausvaihtoehto ei ole/en tapaa häntä koodattiin SPSS-ohjelmassa system missing-toiminnolla. Tarkasteltaessa FAS -muuttujan keskiarvojen vaihtelua yksisuuntaisella varianssianalyysillä vanhempien tuen vastausvaihtoehdot luokiteltiin uudelleen kahteen luokkaan, jotka olivat usein tai hyvin usein sekä harvemmin.

#### *Kavereiden tuki*

Kavereiden tukea selvitettiin kysymyksellä:

-”Tyypillisen viikon aikana kuinka usein kaverisi...”

- Harrastavat liikuntaa tai urheilua kanssasi
- Kysyvät/pyytävät sinua mukaan liikkumaan tai urheilemaan
- Keskustelevat kanssasi liikunnasta tai urheilusta
- Kannustavat sinua liikkumaan tai kehuvat urheilusuorituksiasi

Kavereiden tukea käsittelevässä kysymyksessä vastausvaihtoehdot olivat ”ei koskaan”, ”harvoin”, ”joskus”, ”usein” ja ”hyvin usein”. Kavereiden tuesta muodostettiin tuen keskiarvoa kuvaava tuki-indeksi, johon laskettiin mukaan kaikki tuen muodot. Tuki-indeksin vaihteluväli on 1–5. Tuki-indeksin lisäksi kavereiden kaikista tuen muodoista muodostettiin summamuuttuja, jota käytettiin vertailtaessa tuen vaihtelua yksisuuntaisella varianssianalyysillä. Summamuuttujan vaihteluväli on 4–20.

#### *FAS (Family Affluence Scale)*

Perheen sosioekonomista asemaa kuvaava perheen varallisuusindeksi FAS muodostui alla esitetyistä kysymyksistä, jotka laskettiin yhteen summamuuttujaksi. Saatu summamuuttuja luokiteltiin uudelleen niin, että summat 0–6 = 1 (heikko), 7–9 = 2 (keskinkertainen) ja 10–13 = 3 (hyvä).

- ”Omistaako perheesi auton (henkilö-, paketti- tai kuorma-auto)?”

Vastausvaihtoehdot olivat: ”Ei”, ”Kyllä, yhden” ja ”Kyllä, kaksi tai useampia”

- ”Onko sinulla oma huone?”

Vastausvaihtoehdot olivat: ”Ei” ja ”Kyllä”

- ”Kuinka monta tietokonetta perheelläsi on (mukaan lukien kannettavat ja tabletit, mutta ei pelikonsoleja tai älypuhelimia)?”

Vastausvaihtoehdot olivat: ”Ei yhtään”, ”Yksi”, ”Kaksi” ja ”Useampia kuin kaksi”

- ”Kuinka monta kylpyhuonetta kotonasi on?”

Vastausvaihtoehdot olivat: ”Ei yhtään”, ”Yksi”, ”Kaksi” ja ”Useampia kuin kaksi”

- ”Onko kotonasi astianpesukone?”

Vastausvaihtoehdot olivat: ”Ei” ja ”Kyllä”

- ”Kuinka monta lomamatkaa ulkomaille teit viime vuonna perheesi kanssa?”

Vastausvaihtoehdot olivat: ”En yhtään”, ”Yhden”, ”Kaksi” ja ”Useampia kuin kaksi”



### 6.3 Analyysimenetelmät

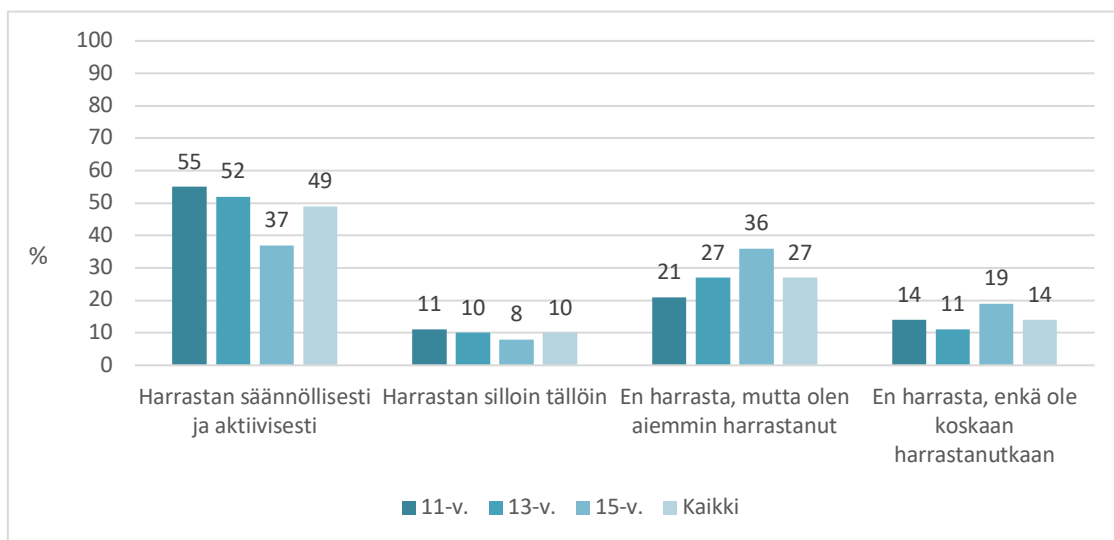
Tutkimustulosten analysoinnissa käytettiin IBM SPSS Statistics –ohjelman 24. versiota. Tulosten analysoinnissa taustamuuttujina olivat sukupuoli ja ikäryhmä. Urheiluseuraharrastamisen, vanhempien ja kavereiden tuen sekä FASin tarkastelussa käytettiin frekvenssiä sekä ristiintaulukointia. Urheiluseuraharrastamisen kuvailussa käytettiin prosenttiosuuksia. Vanhempien ja kavereiden tuen kuvailussa käytettiin prosenttiosuuksien lisäksi keskiarvoja. Taustamuuttujien välisiä eroja selvitettiin  $\chi^2$  –riippumattomuustestillä. Yksisuuntaisella varianssianalyysillä selvitettiin sekä vanhempien että kavereiden tuen vaihtelua urheiluseuraharrastamisen sekä urheiluseuraharrastuksen kilpailullisen tason mukaan. Yksisuuntaista varianssianalyysiä käytettiin lisäksi, kun tarkasteltiin FAS -muuttujan keskiarvojen vaihtelua urheiluseuraharrastamisen, urheiluseuraharrastuksen kilpailullisen tason sekä vanhempien tuen mukaan. Tilastollisen merkitsevyyden rajana tulosten analysoinnissa käytettiin sekä  $p < 0.05$  että  $p < 0.001$ .

## 7 TULOKSET

Vuoden 2016 LIITU-tutkimukseen vastasi yhteensä 4696 viides-, seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaista. Kyselyyn vastanneista viidesluokkalaista oli 1681, seitsemäsluokkalaista 1635 ja yhdeksäsluokkalaista 1380. Vastanneista 48,2 prosenttia oli poikia ja 51,8 prosenttia tyttöjä.

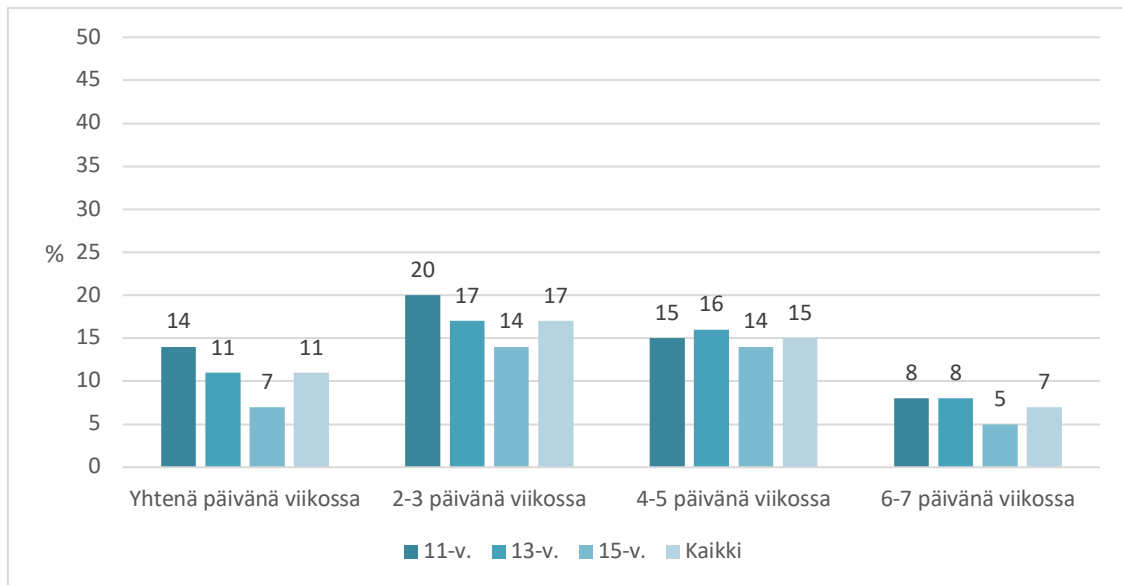
### 7.1 Urheiluseuraharrastaminen

Kyselyyn vastanneista 48 prosenttia ilmoitti osallistuvansa urheiluseuraharrastukseen säännöllisesti ja aktiivisesti. Lisäksi 10 prosenttia kertoi osallistuvansa urheiluseuraharrastukseen silloin tällöin. Näin ollen kaikkiaan 58 prosenttia vastanneista ilmoitti harrastavansa liikuntaa urheiluseurassa. Urheiluseurassa harrastaminen vaihteli tilastollisesti merkitsevästi ( $p < 0.001$ ) ikäryhmän mukaan. Urheiluseuraharrastaminen näyttäisi vähentyvän etenkin 13. ikävuoden jälkeen. 11-vuotiaista urheiluseurassa harrasti säännöllisesti ja aktiivisesti 55 prosenttia ja 13-vuotiaista 52 prosenttia. 15-vuotiailla vastaava luku oli vain 37 prosenttia (kuvio 2). Pojista 60 prosenttia kertoi harrastavansa liikuntaa urheiluseurassa. Tyttöillä vastaava luku oli noin 57 prosenttia. Ero poikien ja tyttöjen urheiluseuratoimintaan osallistumisen välillä ei ollut tilastollisesti merkitsevä ( $p > 0.05$ ).



KUVIO 2. Urheiluseuraharrastaminen ikäryhmän mukaan (n = 4546) (%).

Urheiluseuraharrastamisen säännöllisyyttä tarkemmin tarkasteltaessa yhteensä noin puolet vastanneista ilmoitti osallistuvansa urheiluseuratoimintaan vähintään kerran viikossa (kuvio 3). Pojat osallistuivat useammin kuin tytöt. 11-vuotiaista vähintään kerran viikossa kertoi osallistuvansa 57 prosenttia, 13-vuotiaista 53 prosenttia ja 15-vuotiaista 40 prosenttia.



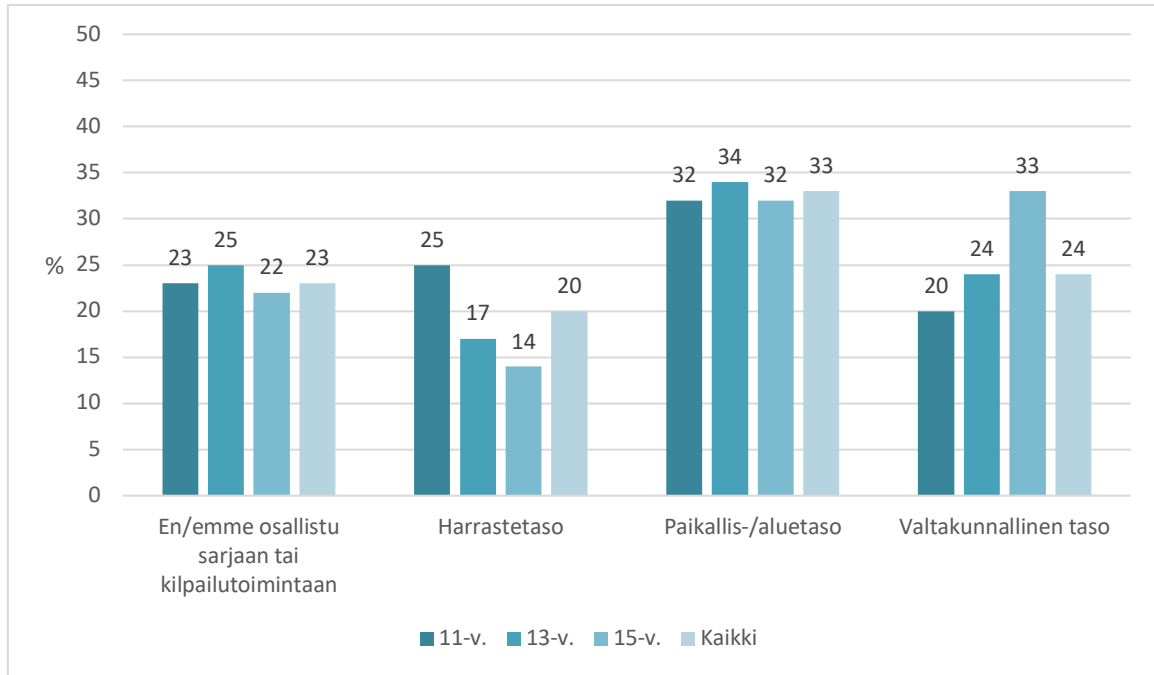
KUVIO 3. Urheiluseuraharrastuksen säännöllisyys ikäryhmän mukaan (n = 4481) (%).

Kilpailutoimintaan osallistumista tarkasteltaessa 77 prosenttia kyselyyn vastanneista kertoi olevansa mukana kilpailutoiminnassa. Pojilla kilpailutoiminnassa näyttivät painottuvan paikallista aluetason sekä valtakunnallisen tason toiminta. Tytöt sen sijaan osallistuivat harvemmin kilpailutoimintaan tai kilpailutoiminta toteutui enemmän harrastetasolla. Erot kilpailutoimintaan osallistumisessa sukupuolten välillä olivat tilastollisesti merkitseviä ( $p < 0.001$ ) (taulukko 1).

TAULUKKO 1. Kilpailutoimintaan osallistuminen sukupuolen mukaan (%).

| Sukupuoli   | En/emme osallistu sarjaan tai kilpailuihin | Harrastetaso | Paikallis-/aluetaso | Valtakunnallinen taso | Yhteensä     |
|-------------|--|--------------|---------------------|-----------------------|--------------|
| Poika % (n) | 17,7 (218)                                 | 16,8 (207)   | 36,5 (451)          | 29,1 (359)            | 100,0 (1235) |
| Tyttö % (n) | 28,9 (375)                                 | 22,4 (291)   | 28,9 (376)          | 19,8 (257)            | 100,0 (1299) |

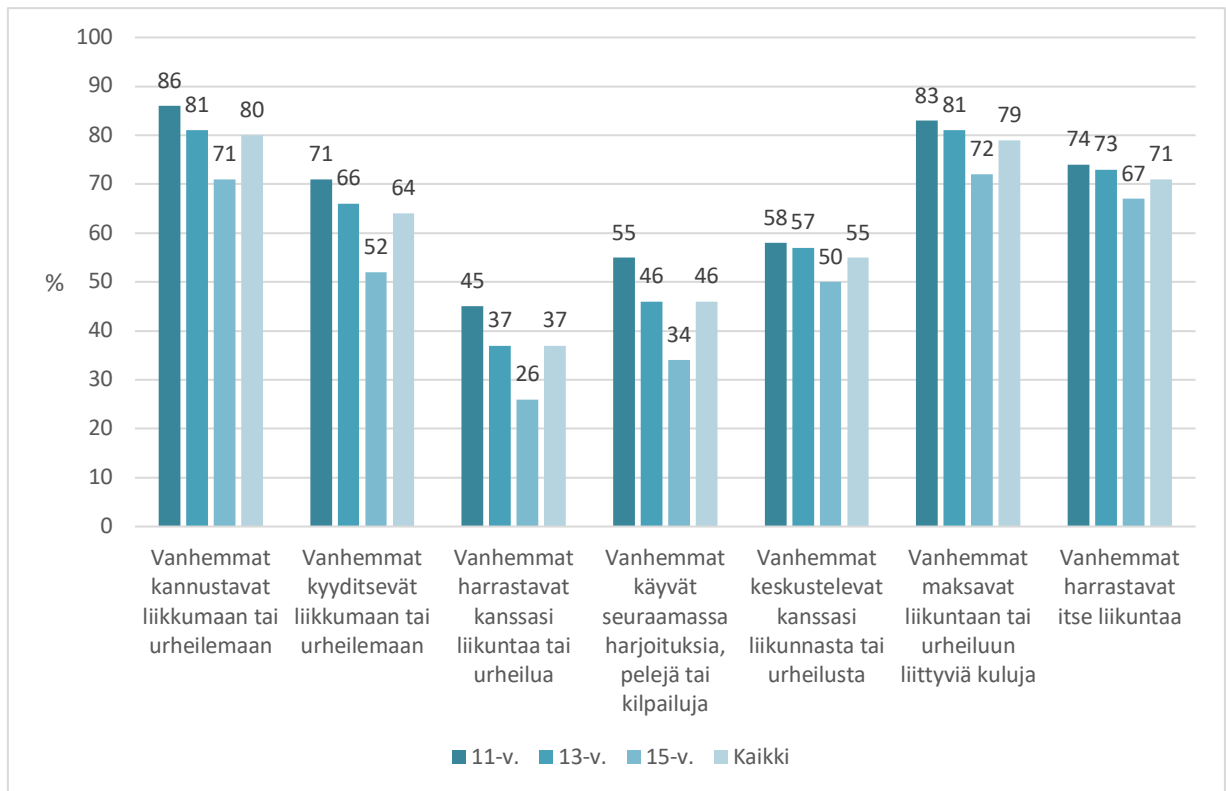
Kilpailutoimintaan osallistuminen vaihteli tilastollisesti merkitsevästi myös ikäryhmän mukaan ( $p < 0.001$ ). 11- ja 13-vuotiaat osallistuivat kilpailutoimintaan enemmän harraste- ja paikallistasolla, kun taas 15-vuotiailla valtakunnallisen tason kilpailuihin osallistuminen oli yleisintä (kuvio 4).



KUVIO 4. Kilpailutoimintaan osallistuminen ikäryhmän mukaan ( $n = 2534$ ) (%).

## 7.2 Vanhempien tuki

Vanhempien tukea tarkasteltaessa yleisin vanhempien tuen muoto oli aineiston perusteella kannustaminen, jota koki usein tai hyvin usein 80 prosenttia vastanneista. Lähes 80 prosenttia vastanneista kertoi myös, että vanhemmat maksavat usein tai hyvin usein liikuntaan ja urheiluun liittyviä kuluja. Lisäksi 64 prosenttia vastanneista kertoi, että vanhemmat kyyditsevät heitä harrastuksiin usein tai hyvin usein. Vanhempien kanssa yhdessä liikkuminen tai urheilu oli sen sijaan melko harvinaista ja sitä ilmoitti tekevänsä usein tai hyvin usein vain reilu kolmannes vastaajista. Nuorten kokema vanhempien tuki liikunta- ja urheiluharrastukselle näyttäisi vähenvän iän myötä kaikissa tuen muodoissa ja erityisesti 15-vuotiaat kokevat saavansa keskimääräistä vähemmän tukea vanhemmiltaan ( $p < 0.001$ ) (kuvio 5).



KUVIO 5. Vanhempien tuki liikunta- tai urheiluharrastukselle ikäryhmän mukaan. Niiden vastaajien prosenttiosuudet, joiden vanhemmista ainakin toinen tuki liikkumista tai urheilua kuviossa mainitulla tavoilla usein tai hyvin usein (n = 4124–4251).

Vanhempien tuen muodoissa oli havaittavissa pieniä eroja sukupuolten välillä. Vastausten perusteella liikuntaan ja urheiluun liittyvien kuluja maksaminen sekä vanhempien oma liikunta-harrastus olivat jonkin verran yleisempiä tyttöjen keskuudessa ( $p < 0.05$ ). Sen sijaan pojat kertoivat harrastavansa liikuntaa sekä keskustelevansa liikunnasta ja urheilusta yhdessä vanhempien kanssa yleisemmin kuin tytöt ( $p < 0.05$ ). Vastausten perusteella poikien vanhemmat käyvät myös seuraamassa harjoituksia ja pelejä useammin kuin tyttöjen vanhemmat ( $p < 0.001$ ). Kannustamisessa ja kyyditsemisessä ei ollut havaittavissa tilastollisesti merkitsevää eroa sukupuolten välillä.

Vanhempien tukea tarkasteltiin myös ns. tuki-indeksin avulla, johon on laskettu mukaan kaikki tuen muodot. Tuki-indeksi muodostettiin erikseen äidin ja isän tuesta sekä yhteisesti molempien vanhempien tuesta. Äidin tuki-indeksin keskiarvo kaikilla vastanneilla oli 3.35 ja isän tuki-

indeksin 3.27. Tarkasteltaessa erikseen tyttöjen ja poikien saamaa tukea, havaittiin että tytöt kokivat saavansa enemmän tukea äidiltä kuin pojat, ja pojat puolestaan enemmän isältä kuin tytöt. Vanhempien yhteenlasketun tuki-indeksin keskiarvo oli kaikilla vastaajilla 3.31. Yhteenlasketun tuki-indeksin keskiarvoissa ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa tyttöjen ja poikien välillä ( $p > 0.05$ ). Kuten tuen muotojen tarkastelussa, myös tuki-indeksin keskiarvoissa oli havaittavissa tilastollisesti merkitseviä eroja ikäryhmien välillä ( $p < 0.001$ ). 11-vuotiaat kokivat saavansa eniten tukea vanhemmilta ja tuen määrä näyttäisi vähentyvän iän lisääntyessä (taulukko 2).

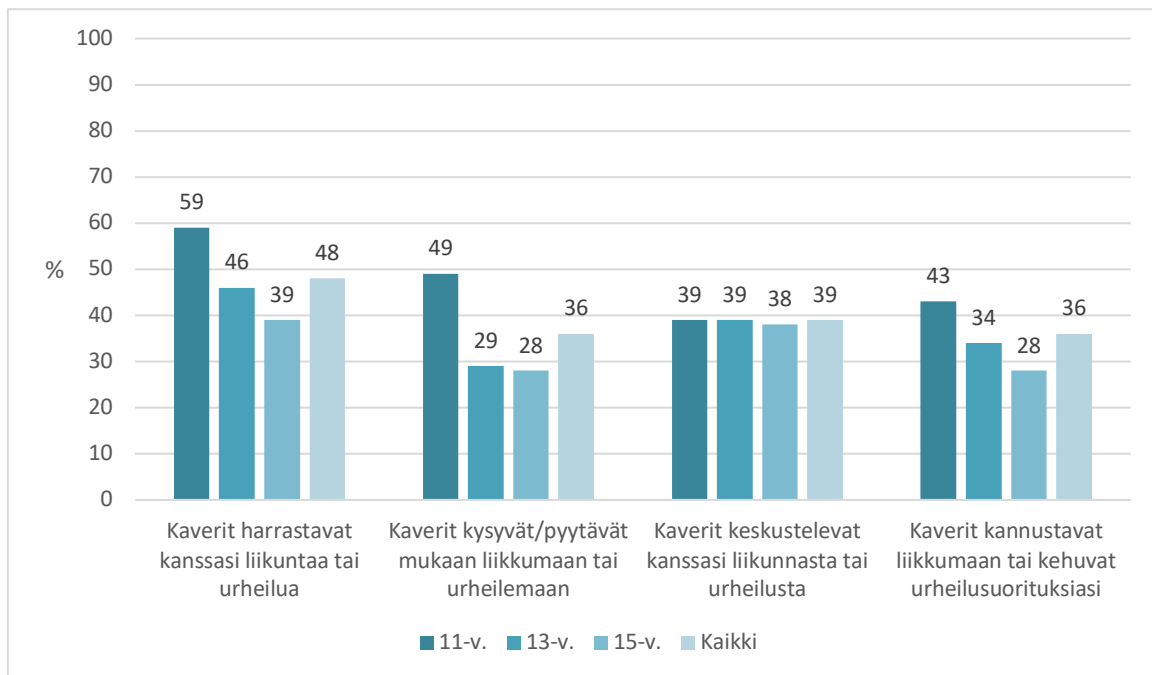
TAULUKKO 2. Vanhempien tukea kuvaavien tuki-indeksien keskiarvot luokka-asteen mukaan.

|                   | Äidin tuki | Isän tuki | Vanhempien tuki |
|-------------------|------------|-----------|-----------------|
| <b>11-v.</b>      |            |           |                 |
| Pojat (n=705-707) | 3.53       | 3.63      | 3.58            |
| Tytöt (n=734-755) | 3.58       | 3.28      | 3.42            |
| <b>13-v.</b>      |            |           |                 |
| Pojat (n=655-670) | 3.23       | 3.42      | 3.31            |
| Tytöt (n=766-812) | 3.47       | 3.22      | 3.33            |
| <b>15-v.</b>      |            |           |                 |
| Pojat (n=591-600) | 2.96       | 3.07      | 3.01            |
| Tytöt (n=601-630) | 3.22       | 2.95      | 3.09            |
| <b>Kaikki</b>     | 3.35       | 3.27      | 3.31            |

### 7.3 Kavereiden tuki

Yleisin kavereiden tuen muoto oli liikkuminen tai urheilu yhdessä kavereiden kanssa, jota ilmoitti tekevänsä usein tai hyvin usein lähes puolet kyselyyn vastanneista. Muita tuen muotoja tarkasteltaessa reilu kolmannes vastanneista kertoi, että kaverit pyysivät heitä mukaan liikkumaan tai kehuivat ja kannustivat heitä usein tai hyvin usein. Lisäksi hieman alle 40 prosenttia vastaajista kertoi usein tai hyvin usein keskustelelevansa kavereidensa kanssa liikunnasta ja urheilusta (kuvio 6).

Myös kavereiden tuki urheilun harrastamiselle näyttäisi vähentyvän iän myötä. 11-vuotiaat kertoivat liikkuvansa kavereidensa kanssa sekä kokivat saavansa kavereiltaan kehuja ja kannustusta yleisemmin verrattuna 13- ja 15-vuotiaisiin ( $p < 0.001$ ). 11-vuotiaiden kaverit myös pyysivät heitä mukaan liikkumaan tai urheilemaan yleisemmin kuin 13- tai 15-vuotiaiden kaverit ( $p < 0.001$ ) (kuvio 6).



KUVIO 6. Kavereiden tuki liikunta- tai urheiluharrastukselle ikäryhmän mukaan. Niiden nuorten prosenttiosuudet, joiden kaverit tukivat liikkumista tai urheilua kuviossa mainituilla tavoilla usein tai hyvin usein ( $n = 4423-4462$ ).

Pojista 53 prosenttia kertoi liikkuvansa tai urheilevansa kavereiden kanssa usein tai hyvin usein. Tytöillä vastaava luku oli 44 prosenttia. Ero kavereiden kanssa liikkumisessa sukupuolten välillä oli tilastollisesti merkitsevä ( $p < 0.001$ ). Poikien (42 %) kaverit myös pyysivät heitä mukaan liikkumaan tai urheilemaan yleisemmin kuin tyttöjen (30 %) kaverit ( $p < 0.001$ ). Liikunnasta tai urheilusta keskustelun (tytöt 38 % ja pojat 40 %) sekä kannustamisen tai kehumisen (tytöt 37 % ja pojat 34 %) yleisyydessä erot sukupuolten välillä olivat pienempiä ( $p < 0.05$ ).

Kaikki tuen muodot sisältävän kavereiden tuki-indeksin keskiarvo oli kaikilla vastaajilla 3.13. Edellä esitetyt sukupuolten sekä luokka-asteiden väliset erot kavereiden tuessa näkyvät myös tuki-indeksin keskiarvoissa. Tuki-indeksin keskiarvojen perusteella pojat kokivat saavansa kavereiltaan hieman enemmän tukea kuin tytöt ( $p < 0.001$ ). Ikäryhmittäin vertailtuna 11-vuotiaat kokivat saavansa eniten tukea ja tuen määrä näyttäisi vähentyvän iän lisääntyessä ( $p < 0.001$ ) (taulukko 3).

TAULUKKO 3. Kavereiden tukea kuvaavan tuki-indeksin keskiarvot luokka-asteen mukaan.

|               | <b>Kavereiden tuki</b> |
|---------------|------------------------|
| <b>11-v.</b>  |                        |
| Pojat (n=757) | 3.47                   |
| Tytöt (n=785) | 3.24                   |
| <b>13-v.</b>  |                        |
| Pojat (n=712) | 3.08                   |
| Tytöt (n=836) | 3.09                   |
| <b>15-v.</b>  |                        |
| Pojat (n=629) | 2.94                   |
| Tytöt (n=674) | 2.88                   |
| <b>Kaikki</b> | 3.13                   |

#### 7.4 Vanhempien tuki ja urheiluseuraharrastaminen

Vanhempien tukea kuvaavan summamuuttujan keskiarvo vaihteli urheiluseuraharrastamisen mukaan siten, että ne, jotka osallistuivat aktiivisimmin urheiluseuratoimintaan, kokivat saavansa vanhemmilta eniten tukea ( $p < 0.001$ ). Ryhmien väliset tarkastelut osoittivat, että erot vanhempien tuessa olivat tilastollisesti merkitseviä ( $p < 0.001$ ) kaikkien eri ryhmien välillä (taulukko 4).



TAULUKKO 4. Vanhempien tuen summamuuttujan keskiarvon vaihtelu urheiluseuraharrastamisen mukaan.

| Urheiluseura-<br>harrastaminen                     | n    | Vanhempien<br>tuki |                         | F-testi, p | Bonferroni, p                                  |
|--|------|--------------------|-------------------------|------------|--|
|  |      | Keskiarvo          | 95 %:n<br>luottamusväli |            |  |
| 1. Kyllä, harrastan säännöllisesti ja aktiivisesti | 2165 | 50.80              | 50.34 – 51.27           | p < 0.001  | 1 > < 2:<br>p < 0.001<br>1 > < 3:<br>p < 0.001 |
| 2. Kyllä, harrastan silloin tällöin                | 432  | 44.17              | 43.07 – 45.28           |            | 2 > < 3:<br>p < 0.001                          |
| 3. En harrasta                                     | 1842 | 37.76              | 37.17 – 38.35           |            |  |
| Yhteensä   | 4439 | 44.74              | 44.35 – 45.14           |            |  |

Vanhempien tukea kuvaavan summamuuttujan keskiarvo vaihteli myös viikoittaisen osallistumisaktiivisuuden mukaan. Mitä useamman kerran viikossa kyselyyn vastannut nuori osallistui urheiluseuratoimintaan, sitä enemmän hän koki saavansa tukea vanhemmiltaan ( $p < 0.001$ ). Aktiivisuusryhmien väliset tarkastelut osoittivat, että erot vanhempien tuessa olivat tilastollisesti merkitseviä kaikkien eri ryhmien välillä ( $p < 0.05$ ).

Urheiluharrastuksen kilpailullista tasoa ja vanhempien tukea tarkasteltaessa havaittiin, että vanhempien tuen määrän koettiin olevan sitä suurempi, mitä korkeammalla kilpailullisella tasolla nuori osallistui urheiluseuraharrastukseen. Ryhmien välisen tarkastelun perusteella erot vanhempien tuessa olivat tilastollisesti merkitseviä kaikkien eri ryhmien välillä ( $p < 0.001$ ) (taulukko 5).

TAULUKKO 5. Vanhempien tuen summamuuttujan keskiarvon vaihtelu urheiluseuraharrastuksen kilpailullisen tason mukaan.

| Kilpailutoimintaan osallistuminen   | n    | Vanhempien tuki |                      | F-testi, p | Tamhane, p   |
|---|------|-----------------|----------------------|------------|--|
|   |      | Keskiarvo       | 95 %:n luottamusväli |            |  |
| 1. <i>En/emme osallistu sarjaan tai kilpailuihin</i>                                | 588  | 45.14           | 44.22 – 46.05        | p < 0.001  | 1 > < 2<br>p < 0.001<br>1 > < 3<br>p < 0.001<br>1 > < 4<br>p < 0.001 |
| 2. <i>Osallistun/osallistumme harrastetason sarjaan tai kilpailuihin</i>            | 494  | 47.98           | 47.05 – 48.92        |            | 2 > < 3<br>p < 0.001<br>2 > < 4<br>p < 0.001                         |
| 3. <i>Osallistun/osallistumme paikallis- tai aluetason sarjaan tai kilpailuihin</i> | 822  | 51.41           | 50.71 – 52.11        |            | 3 > < 4<br>p < 0.001   |
| 4. <i>Osallistun/osallistumme valtakunnallisen tason sarjaan tai kilpailuihin</i>   | 610  | 53.71           | 52.84 – 54.59        |            |  |
| Yhteensä  | 2514 | 49.83           | 49.39 – 50.27        |            |  |

## 7.5 Kavereiden tuki ja urheiluseuraharrastaminen

Kavereiden tukea kuvaavan summamuuttujan keskiarvo vaihteli urheiluseuraharrastamisen mukaan siten, että ne, jotka osallistuivat aktiivisimmin, kokivat saavansa kavereiltaan eniten tukea (p < 0.001). Ryhmien väliset tarkastelut osoittivat, että erot kavereiden tuessa olivat tilastollisesti merkitseviä kaikkien eri ryhmien välillä (p < 0.05) (taulukko 6).

TAULUKKO 6. Kavereiden tuen summamuuttujan keskiarvon vaihtelu urheiluseuraharrastamisen mukaan.

| Urheiluseura-<br>harrastaminen                     | n    | Kavereiden<br>tuki |                         | F-testi, p | Bonferroni, p                                  |
|--|------|--------------------|-------------------------|------------|--|
|  |      | Keskiarvo          | 95 %:n<br>luottamusväli |            |  |
| 1. Kyllä, harrastan säännöllisesti ja aktiivisesti | 2139 | 13.83              | 13.68 – 13.98           | p < 0.001  | 1 > < 2:<br>p < 0.001<br>1 > < 3:<br>p < 0.001 |
| 2. Kyllä, harrastan silloin tällöin                | 426  | 12.08              | 11.76 – 12.41           |            | 2 > < 3:<br>p < 0.001                          |
| 3. En harrasta                                     | 1828 | 11.07              | 10.88 – 11.25           |            |  |
| Yhteensä   | 4393 | 12.51              | 12.39 – 12.63           |            |  |

Kavereiden tukea kuvaavan summamuuttujan keskiarvo vaihteli myös viikoittaisen osallistumisaktiivisuuden mukaan. Mitä useamman kerran viikossa kyselyyn vastannut nuori osallistui urheiluseuratoimintaan, sitä enemmän hän koki saavansa tukea kavereiltaan ( $p < 0.001$ ). Aktiivisuusryhmien väliset tarkastelut osoittivat, että erot kavereiden tuessa olivat tilastollisesti merkitseviä kaikkien eri ryhmien välillä ( $p < 0.05$ ).

Urheiluseuraharrastuksen kilpailullista tasoa ja kavereiden tukea tarkasteltaessa havaittiin, että kavereiden tuen määrä oli sitä suurempi, mitä korkeammalla kilpailullisella tasolla nuori osallistui urheiluseuraharrastukseen. Kilpailutoimintaan osallistumista kuvaavien ryhmien väliset tarkastelut osoittivat, että ero kavereiden tuessa ei ollut tilastollisesti merkitsevä paikallis- tai aluetasolla osallistuvien ja valtakunnallisella tasolla osallistuvien välillä ( $p > 0.05$ ). Muiden ryhmien välillä erot olivat tilastollisesti merkitseviä ( $p \leq 0.001$ ) (taulukko 7).

TAULUKKO 7. Kavereiden tuen summamuuttujan keskiarvon vaihtelu urheiluseuraharrastuksen kilpailullisen tason mukaan.

| Kilpailutoimintaan osallistuminen   | n    | Kavereiden tuki |                      | F-testi, p | Bonferroni, p  |
|---|------|-----------------|----------------------|------------|--|
|   |      | Keskiarvo       | 95 %:n luottamusväli |            |  |
| 1. <i>En/emme osallistu sarjaan tai kilpailuihin</i>                                | 578  | 12.36           | 12.07 – 12.65        | p < 0.001  | 1 > 2<br>p < 0.001<br>1 > 3<br>p < 0.001<br>1 > 4<br>p < 0.001 |
| 2. <i>Osallistun/osallistumme harrastetason sarjaan tai kilpailuihin</i>            | 491  | 13.26           | 12.96 – 13.56        |            | 2 > 3<br>p ≤ 0.001<br>2 > 4<br>p < 0.001                       |
| 3. <i>Osallistun/osallistumme paikallis- tai aluetason sarjaan tai kilpailuihin</i> | 816  | 14.01           | 13.78 – 14.25        |            | 3 > 4<br>p > 0.05  |
| 4. <i>Osallistun/osallistumme valtakunnallisen tason sarjaan tai kilpailuihin</i>   | 604  | 14.31           | 14.01 – 14.61        |            |  |
| Yhteensä  | 2489 | 13.55           | 13.41 – 13.70        |            |  |

## 7.6 Sosioekonominen asema

Perheen sosioekonomista asemaa kuvaavan FAS -muuttujan keskiarvo vaihteluvälillä 1-3 oli kaikilla vastaajilla 2.20 (n=3995). Ikäryhmän mukaan vertailtuna FASin keskiarvo oli 11-vuotiailla (n=1412) 2.16, 13-vuotiailla (n=1392) 2.24 ja 15-vuotiailla (n=1191) 2.21. Ikäryhmien välisen vertailun perusteella ero FASin keskiarvoissa oli tilastollisesti merkitsevä 11- ja 13-vuotiaiden välillä (p ≤ 0.001). Pojilla FASin keskiarvo oli 2.20 ja tytöillä 2.21. Sukupuolten välillä FAS-muuttujassa ei ollut havaittavissa tilastollisesti merkitsevää eroa.

### 7.6.1 Sosioekonominen asema ja urheiluseuraharrastaminen

FAS -muuttujan keskiarvo vaihteli urheiluseuraharrastamisen mukaan siten, että ne, jotka osallistuivat aktiivisimmin urheiluseuraharrastukseen, kokivat FASin paremmaksi ( $p < 0.001$ ). Ryhmien väliset tarkastelut osoittivat, että erot FAS -muuttujassa olivat tilastollisesti merkitseviä ( $p < 0.001$ ) verrattaessa säännöllisesti ja aktiivisesti harrastavia niihin, jotka harrastavat silloin tällöin tai eivät harrasta ollenkaan (taulukko 8).

TAULUKKO 8. FAS -muuttujan keskiarvon vaihtelu urheiluseuraharrastamisen mukaan.

| Urheiluseuraharrastaminen                          | n    | FAS       |                      | F-testi, p  | Bonferroni, p                                  |
|--|------|-----------|----------------------|-------------|--|
|  |      | Keskiarvo | 95 %:n luottamusväli |             |  |
| 1. Kyllä, harrastan säännöllisesti ja aktiivisesti | 1922 | 2.29      | 2.27 – 2.32          | $p < 0.001$ | 1 > 2:<br>$p < 0.001$<br>1 > 3:<br>$p < 0.001$ |
| 2. Kyllä, harrastan silloin tällöin                | 391  | 2.15      | 2.09 – 2.21          |             | 2 > 3:<br>$p > 0.05$                           |
| 3. En harrasta                                     | 1682 | 2.11      | 2.08 – 2.14          |             |  |
| Yhteensä   | 3995 | 2.20      | 2.18 – 2.22          |             |  |

FAS -muuttujan keskiarvo vaihteli myös urheiluseuraharrastuksen kilpailullisen tason mukaan. Mitä korkeammalla kilpailullisella tasolla nuori kertoi osallistuvansa urheiluseuratoimintaan, sitä paremmaksi hän koki FASin ( $p < 0.001$ ). Ryhmien välisten tarkastelun perusteella erot olivat tilastollisesti merkitseviä niiden välillä, jotka eivät osallistuneet sarjaan tai kilpailuihin ja niiden, jotka osallistuivat kilpailutoimintaan paikallis- tai aluetasolla ( $p < 0.05$ ) sekä valtakunnallisella tasolla ( $p < 0.001$ ). Tilastollisesti merkitsevä ero havaittiin myös harrastetasolla osallistuvien sekä valtakunnallisen tason kilpailutoimintaan osallistuvien välillä ( $p < 0.001$ ) (taulukko 9).

TAULUKKO 9. FAS -muuttujan keskiarvon vaihtelu urheiluseuraharrastuksen kilpailullisen tason mukaan.

| Kilpailutoimintaan osallistuminen  | n    | FAS       |                      | F-testi, p | Bonferroni, p  |
|--|------|-----------|----------------------|------------|--|
|  |      | Keskiarvo | 95 %:n luottamusväli |            |  |
| 1. En/emme osallistu sarjaan tai kilpailuihin                                | 531  | 2.19      | 2.13 – 2.24          | p < 0.001  | 1 > < 2<br>p > 0.05<br>1 > < 3<br>p < 0.05<br>1 > < 4<br>p < 0.001 |
| 2. Osallistun/osallistumme harrastetason sarjaan tai kilpailuihin            | 441  | 2.21      | 2.15 – 2.27          |            | 2 > < 3<br>p > 0.05<br>2 > < 4<br>p < 0.001                        |
| 3. Osallistun/osallistumme paikallis- tai aluetason sarjaan tai kilpailuihin | 740  | 2.29      | 2.25 – 2.34          |            | 3 > < 4<br>p > 0.05  |
| 4. Osallistun/osallistumme valtakunnallisen tason sarjaan tai kilpailuihin   | 550  | 2.38      | 2.32 – 2.43          |            |  |
| Yhteensä   | 2262 | 2.27      | 2.24 – 2.30          |            |  |

### 7.6.2 Sosioekonominen asema ja vanhempien tuki

Perheen sosioekonomista asemaa kuvaavan FAS -muuttujan keskiarvo vaihteli kaikissa vanhempien tuen muodoissa siten, että ne, jotka kokivat saavansa vanhemmilta enemmän tukea, ilmoittivat myös FASin olevan hieman parempi (p < 0.001). Suurin ero FAS -muuttujassa harvemmin ja usein tai hyvin usein tukea saaneiden välillä oli liikuntaan ja urheiluun liittyvien kulujen maksamisessa sekä vanhempien liikunnan harrastamisessa (taulukko 10).

TAULUKKO 10. FAS -muuttujan keskiarvon vaihtelu vanhempien tuen mukaan.

| Vanhempien tuki  | n    | FAS       |                      | F-testi, p |
|--|------|-----------|----------------------|------------|
|  |      | Keskiarvo | 95 %:n luottamusväli |            |
| <b>1. Kannustaminen</b>  |      |           |                      | p < 0.001  |
| Harvemmin  | 751  | 2.13      | 2.09 – 2.18          |            |
| Usein tai hyvin usein  | 2995 | 2.25      | 2.22 – 2.27          |            |
| <b>2. Kyyditseminen</b>  |      |           |                      | p < 0.001  |
| Harvemmin  | 1348 | 2.12      | 2.08 – 2.15          |            |
| Usein tai hyvin usein  | 2366 | 2.28      | 2.26 -2.31           |            |
| <b>3. Harrastamisen yhdessä</b>                                  |      |           |                      | p < 0.001  |
| Harvemmin  | 2343 | 2.18      | 2.15 – 2.20          |            |
| Usein tai hyvin usein  | 1394 | 2.29      | 2.26 – 2.33          |            |
| <b>4. Harjoitusten ja kilpailujen seuraaminen</b>                |      |           |                      | p < 0.001  |
| Harvemmin  | 1996 | 2.16      | 2.13 – 2.19          |            |
| Usein tai hyvin usein  | 1677 | 2.29      | 2.26 – 2.32          |            |
| <b>5. Liikunnasta tai urheilusta keskustelu</b>                  |      |           |                      | p < 0.001  |
| Harvemmin  | 1665 | 2.14      | 2.11 – 2.17          |            |
| Usein tai hyvin usein  | 2058 | 2.29      | 2.26 -2.32           |            |
| <b>6. Liikuntaan tai urheiluun liittyvien kulujen maksaminen</b> |      |           |                      | p < 0.001  |
| Harvemmin  | 753  | 2.05      | 2.00 – 2.10          |            |
| Usein tai hyvin usein  | 2924 | 2.26      | 2.24 – 2.28          |            |
| <b>7. Harrastaa itse liikuntaa tai urheilua</b>                  |      |           |                      | p < 0.001  |
| Harvemmin  | 1055 | 2.10      | 2.06 – 2.14          |            |
| Usein tai hyvin usein  | 2732 | 2.27      | 2.24 – 2.29          |            |

## 8 POHDINTA

Tähän tutkimukseen osallistuneista 11–15-vuotiaista 58 prosenttia oli mukana urheiluseuratoiminnassa, kun vastaava luku oli vuonna 2014 54 prosenttia (Blomqvist ym. 2015, 75). Urheiluseuraharrastamisen suosio näyttäisi siten lisääntyneen hieman muutaman viime vuoden aikana. Urheiluseuraharrastukseen osallistumisessa näyttäisi kuitenkin olevan eroja ikäryhmien välillä. 11-vuotiaat harrastivat aktiivisimmin, ja harrastaminen näyttäisi vähenevän erityisesti 13. ja 15. ikävuosien välillä. Tämä tulos tukee aiempien tutkimusten havaintoja, sillä esimerkiksi Aira ym. (2013, 52) sekä Tiirikainen & Konu (2013, 33) ovat aiemmin todenneet tutkimuksissaan urheiluseuraharrastuksen osallistumisen vähenevän iän myötä, erityisesti 12. ikävuoden jälkeen.

Tarkasteltaessa urheiluseuraharrastamisen vähentymistä iän myötä voidaan todeta, että harrastamisen vähentyminen näyttäisi tapahtuvan juuri siinä vaiheessa, kun harrastuksessa aletaan keskittymään yhä enemmän yhden lajin harjoitteluun sekä siinä kilpailemiseen ja menestymiseen. Aiemmissä tutkimuksissa yhtenä keskeisenä syynä harrastuksen lopettamiseen on ollut juuri esimerkiksi kilpailullisuuden korostuminen (Lehtonen 2012, 7; Mononen ym. 2016, 34). Kyseisessä ikävaiheessa harrastuksen kohdalla saattaa usein tulla eteen valinta ”kaikki tai ei mitään” eli joko lopetetaan harrastus kokonaan tai sitten panostetaan täysillä harjoitteluun ja kilpailemiseen. Tässä vaiheessa vain harrastelun tasolla tapahtuvan harrastustoiminnan voi olla potentiaalinen väylä tukea mahdollisimman monen pysymistä mukana urheiluseuraharrastuksen parissa. Viime vuosina Suomessa onkin alettu kiinnittämään enemmän huomiota myös lasten ja nuorten harrasteliikunnan kehittämiseen.

Kilpailullisuuden ohella harrastamisen vähenemisessä iän myötä voi olla kyse esimerkiksi Lämsän ja Mäenpään (2002,6) esille tuomasta kiinnostuksen kohteiden siirtymisestä muille elämäntilanteille. Muut aktiviteetit nousevat iän myötä kilpailemaan nuorten vapaa-ajasta ja toisaalta myös harrastaminen alkaa usein iän myötä viemään yhä enemmän resursseja. Harrastuksen jatkumisen kannalta keskeiseksi saattaa tällöin muodostua lapsen ja nuoren lähipiiri. Olennaista voi olla esimerkiksi se, ovatko lapsen tai nuoren kaverit mukana urheiluseuraharrastuksessa tai



se, millainen merkitys urheilulla on lapsen tai nuoren perheessä. Esimerkiksi Laun ym. (2006) mukaan sosiaaliset suhteet määrittävät myös yleisesti urheiluseuraharrastukseen osallistumista.

Vanhempien tukea tarkasteltaessa yleisimpiä urheiluharrastukseen liittyviä tuen muotoja olivat tämän tutkimuksen perusteella kannustaminen, liikunta- tai urheiluharrastukseen liittyvien kulojen maksaminen sekä kuljettaminen. Näiden tuen muotojen on todettu olevan lasten ja nuorten urheiluharrastuksen kannalta tärkeitä myös aiempien tutkimusten perusteella (Eime ym. 2008; Eime ym. 2013; Timperio ym. 2013; Vella ym. 2014; Duncan ym. 2015). Näiden havaintojen sekä esimerkiksi Beetsin ym. (2010) katsauksen perusteella vanhempien rooliin urheiluharrastuksen tukijoina näyttäisi siten kuuluvan keskeisenä osana harrastukseen liittyvistä käytännön järjestelyistä huolehtiminen sekä kannustaminen.

Ikäryhmittäin vertailtuna vuoden 2014 LIITU-tutkimuksessa vanhempien tuen todettiin olevan vähäisempää vanhemmissa ikäryhmissä (Palomäki ym. 67-68). Myös tämän tutkimuksen perusteella vanhemmilta saatu tuki liikunta- ja urheiluharrastukselle näyttäisi vähenevän iän myötä kaikissa tuen muodoissa. Duncanin ym. (2005) tutkimuksessa vanhempien tuki oli kokonaisuudessaan vähäisempää vanhemmissa ikäryhmissä, mutta tietyt tuen muodot, kuten kannustaminen sekä urheilusta keskustelu vanhempien kanssa, olivat kuitenkin yleisempiä kuin nuoremmissa ikäryhmissä.

Tämän tutkimuksen perusteella sekä harrastaminen että vanhempien tuki näyttäisivät molemmat vähenevän iän myötä. Näiden välisestä yhteydestä ei tämän tutkimuksen perusteella voida vetää tarkempia johtopäätöksiä. Voidaan kuitenkin pohtia, väheneekö tuki sen vuoksi, etteivät nuoret enää myöhemmässä ikävaiheessa ole niin usein mukana urheiluseuratoiminnassa tai väheneekö harrastaminen sen vuoksi, ettei nuori saa enää niin paljon tukea.

Esimerkiksi julkisuudessa käydyn keskustelun perusteella lasten ja nuorten urheiluseuraharrastus vaatii myös vanhemmilta paljon panostusta ja resursseja. Tämän perusteella voidaankin pohtia, voiko vanhempien tuen väheneminen iän myötä johtua myös siitä, että vanhemmat kokevat urheiluseuraharrastuksen kuormittavan jopa liikaa esimerkiksi ajallisesti tai taloudelli-

sesti. Toisaalta nuorten itsenäistymisen myötä vanhemmat saattavat antaa muiden elämänaluiden ohella nuorelle enemmän vastuuta myös omaa harrastustaan koskien. Vaikka itsenäistymisen myötä nuori alkaa usein hiljalleen etääntymään perheestään, voidaan pohtia, voisiko urheiluseuraharrastus toimia kuitenkin myös tässä vaiheessa perhettä yhdistävänä tekijänä ja toivoisivatko nuoret vanhempiensa olevan vielä mukana harrastuksen tukemisessa.

Kavereiden tukea tarkasteltaessa yleisin tuen muoto oli liikkuminen tai urheilu yhdessä kaverin kanssa. Vanhempien tuen ohella myös kavereiden tuki urheiluharrastukselle vähentyi iän myötä. Tämä havainto on ristiriidassa aiempien tutkimusten kanssa, joiden mukaan kavereiden tuki lisääntyi vanhemmissa ikäryhmissä (Prochaska ym. 2002; Morrissey ym. 2015). Vaikka ikätovereiden merkityksen onkin todettu kasvavan nuoruudessa (Anttila ym. 2005, 137), se ei tässä yhteydessä näytä välittyvän urheiluharrastuksen tukemiseen. Nuoruudessa kiinnostuksen kohteet alkavatkin usein siirtyä ikätovereiden parissa urheiluharrastuksesta muille elämänalueille, joille myös ikätovereiden tuki todennäköisesti heijastuu.

Tämän tutkimuksen mukaan näyttäisi siltä, että urheiluseuraharrastukseen aktiivisesti osallistuvat kokevat saavansa vanhemmiltaan enemmän tukea verrattuna niihin, jotka eivät ole mukana urheiluseuraharrastuksessa niin aktiivisesti tai ollenkaan. Tuen määrä oli urheiluseuraharrastuksessa mukana olevilla sitä suurempi, mitä useamman kerran viikossa nuori osallistui urheiluseuraharrastukseen. Tämän tutkimuksen perusteella voitiin lisäksi todeta, että ne, jotka olivat mukana korkeammalla kilpailullisella tasolla, kokivat saavansa vanhemmiltaan enemmän tukea. Tuen vaihtelu urheiluseuraharrastuksen aktiivisuuden ja kilpailullisen tason mukaan näyttäisi olevan melko yhdenmukaista. Tämä selittynee ainakin osaksi sillä, että korkeammalla kilpailullisella tasolla osallistuminen on usein yhteydessä suurempiin harjoitusmääriin ja siten aktiivisempaan osallistumiseen.

Aiemmissä tutkimuksissa on todettu, että vanhempien tuki lisää kouluikäisten urheiluseuratoimintaan osallistumisen todennäköisyyttä (Seabra ym. 2007; Eime ym. 2013; Duncan ym. 2015; Kwon ym. 2016). Vähempi vanhemmilta saatu tuki taas oli yhteydessä urheiluharrastuksen lopettamiseen (Kwon ym. 2016). Tämän tutkimusten tulosten perusteella ei voida vetää johtopä-

töksiä urheiluseuraharrastukseen osallistumisen sekä harrastuksen kilpailullisen tason ja vanhempien tuen välisistä syy-seuraus-suhteista. Tulosten perusteella ei voida sanoa, onko suurempi tuen määrä seurausta siitä, että nuori osallistuu aktiivisemmin tai korkeammalla kilpailullisella tasolla urheiluseuraharrastukseen, vai onko alun alkaen suurempi tuen määrä johtanut siihen, että nuori osallistuu nyt aktiivisemmin tai korkeammalla kilpailullisella tasolla urheiluseuraharrastukseen. Tässä tutkimuksessa tuen vaihtelua kuvaavat tulokset selittyivät kuitenkin osaltaan, kun tarkastellaan tutkimukseen käytettyä kyselylomaketta. Kyselylomakkeessa vanhempien tuen muodot ovat suurelta osin melko spesifisti urheiluseuraharrastamista koskevia, ja näin ollen ne, jotka eivät ole aktiivisesti mukana urheiluseuratoiminnassa eivät näitä tuen muotoja oikeastaan ”tarvitse”. Toisaalta myös yleisempää vanhempien tukea kuvaavat tuen muodot, kuten kannustaminen ja keskustelu, olivat myös yleisempiä aktiivisemmin ja korkeammalla kilpailullisella tasolla urheiluharrastukseen osallistuvilla.

Mielenkiintoinen havainto on se, että vanhempien tuen ohella myös kavereiden tuessa näyttäisi olevan samanlaista vaihtelua urheiluseuraharrastukseen osallistumisen ja kilpailullisen tason mukaan. Ne nuoret, jotka osallistuivat urheiluseuraharrastukseen aktiivisimmin ja korkeammalla kilpailullisella tasolla kokivat saavansa enemmän tukea kavereiltaan. Myös aiempien tutkimusten perusteella kavereiden tuki, kuten kannustaminen ja yhdessä osallistuminen, on positiivisesti yhteydessä urheiluseuratoimintaan osallistumiseen (Eime ym. 2013; Duncan ym. 2015). Tämän tutkimuksen perusteella myöskään kavereiden tuen ja urheiluharrastukseen osallistumisen aktiivisuuden sekä kilpailullisen tason välisistä syy-seuraus-suhteista ei kuitenkaan voida vetää tarkempia johtopäätöksiä.

Aiemman tutkimuksen perusteella vanhempien ja kavereiden tuen ohella myös perheen sosioekonomisella taustalla näyttäisi olevan tärkeä merkitys urheiluharrastukseen osallistumisen kannalta (Seabra ym. 2007; Vella ym. 2014; Vandermeerschen ym. 2015; Kwon ym. 2016). Tässä tutkimuksessa sosioekonominen tausta nostettiin mukaan tarkasteluun selvittämällä perheen varallisuusindeksin FASin vaihtelua urheiluseuraharrastamisen ja harrastuksen kilpailullisen tason mukaan. Tutkimuksen perusteella ne, jotka osallistuvat aktiivisemmin ja korkeammalla kilpailullisella tasolla kokevat FASin paremmaksi. Vaikka tässä tutkimuksessa ei tarkasteltu varsinaista syy-seuraus-suhdetta sosioekonomisen taustan ja urheiluseuraharrastukseen

osallistumisen välillä, näyttäisi tämä tulos olevan kuitenkin saman suuntainen aiemman tutkimuksen kanssa.

Aiemmissa tutkimuksissa on myös esitetty, että alempi sosioekonominen asema saattaisi olla yhteydessä vähempään tukeen ja sitä kautta vähäisempään osallistumiseen (Vella ym. 2014; Duncan ym. 2015) Eimen ym. (2013) tutkimuksen mukaan vanhempien tuki näyttäisi toimivan välittävänä tekijänä sosioekonomisen aseman ja urheiluseuraharrastukseen osallistumisen välillä. Tarkasteltaessa perheen sosioekonomista asemaan kuvaavan perheen varallisuusindeksin FASin vaihtelua vanhempien tuen mukaan, tässä tutkimuksessa havaittiin, että ne, jotka kokivat saavansa vanhemmiltaan enemmän tukea, kokivat myös FASin hieman paremmaksi. Suurin ero FASin kohdalla eri tuen muotoja vertailtaessa oli liikuntaan ja urheiluun liittyvien kulujen maksamisessa. Vaikka tämänkään tarkastelun kohdalla ei voida tehdä johtopäätöksiä asioiden välisestä syy-seuraus-suhteista, niin näiden havaintojen perusteella sosioekonomisella taustan ja vanhempien tuen välillä näyttäisi olevan jonkinlainen yhteys.

Tässä tutkimuksessa tarkastelussa olleista ilmiöistä muodostuu melko moniulotteinen kokonaisuus. Sekä urheiluseuraharrastaminen että vanhempien ja kavereiden tuki näyttäisivät vähenvän iän myötä. Tuen vaihtelun vertailun perusteella vanhempien ja kavereiden tuella näyttäisi kuitenkin olevan tärkeä merkitys urheiluseuraharrastamisen taustalla. Myös perheen sosioekonominen tausta näyttäisi olevan jollain tapaa yhteydessä sekä urheiluseuraharrastamiseen sekä vanhempien tukeen. Näiden ilmiöiden välisiä tarkempia syy-seuraussuhteita ei pystytty tämän tutkimuksen perusteella selventämään. Esimerkiksi harrastamisen väheneminen iän myötä voi olla osaltaan seurausta tuen vähenemisestä tai tuen väheneminen seurausta harrastamisen vähenemisestä. Näiden ilmiöiden taustalta löytyy aiempien tutkimusten perusteella myös monia muita tekijöitä. Urheiluseuraharrastamisen edistämiseksi ja harrastuksen jatkumisen tukemiseksi vanhempien ja kavereiden tuen sekä sosioekonomisen taustan merkityksen huomiointi jo varhaisessa vaiheessa lienee kuitenkin tärkeää.

Edellä esitetyn lisäksi voidaan pohtia yleisesti lasten ja nuorten liikuntaa sekä urheiluseuratoiminnan nykytilaa. Vaikka urheiluseurassa harrastaminen on lisääntynyt, ei lasten ja nuorten

liikunta-aktiivisuus ole silti riittävää. Suomessa liikuntakulttuuri näyttää eriytyneen viime vuosina ja liikunta tapahtuu yhä enemmän organisoidun toiminnan parissa (Tiirikainen & Konu 2013, 33). Urheiluseuratoimintaan osallistumisella on aiemman tutkimuksen perusteella monia positiivisia vaikutuksia, mutta liikuntaa ei voida rakentaa kuitenkaan pelkästään organisoidun toiminnan varaan. Terveyden edistämisen näkökulmasta seuratoiminnassa olisi hyvä pyrkiä kiinnittämään huomiota myös harrastustoiminnan ulkopuolisen ajan liikunta-aktiivisuuden tukemiseen, sillä osa urheiluseuratoimintaan osallistuvista liikkuu suosituksiin nähden liian vähän.

Liikuntakulttuurin eriytymisen myötä urheiluseurat nähdään nykyään entistä enemmän palveluntarjoajina. Tässä yhteydessä voidaan pohtia sitä, mikä urheiluseuratoiminnassa on nykypäivänä keskiössä. Kilpaurheilun on usein ajateltu olevan urheiluseuratoiminnan ydin. Jos seuratoiminnan tavoitteena on mahdollisimman monen lapsen ja nuoren liikuttaminen, olisi urheiluseuroissa tärkeää kuitenkin huomioida lasten ja nuorten erilaiset tarpeet. Tämä tarkoittaa käytännössä esimerkiksi sekä harrasteliikunnan että kilpaurheilun mahdollisuuksien tarjoamista. Mäenpään (2016) mukaan esimerkiksi valtion ja kuntien seuratoiminnan tukien osalta seuratoiminnan laajentaminen onkin ollut viime vuosina keskiössä. Seuratoiminnan kentällä on kuitenkin pohdittu, viekö urheiluseurojen toiminnan monimuotoistuminen kuitenkin lopulta liikaa resursseja kilpaurheilulta (Mäenpää 2016). Keskeinen kysymys lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaa koskien lieneekin, voidaanko urheiluseuroissa tarjota samalla laadukasta sekä laajaa toimintaa erilaisiin tarpeisiin. Urheiluseuratoiminnan tulevaisuutta tarkastellessa voidaan myös pohtia, tapahtuuko seuratoiminnassa tulevaisuudessa enemmän profiloitumista joko kilpa- tai harrastetoimintaan.

Lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaa tarkasteltaessa aiemmassa tutkimuksessa sekä julkisessa keskustelussa on noussut lisäksi esille urheiluseuraharrastamisen kasvaneet kustannukset. Tässä tutkimuksessa on nostettu myös esille perheen sosioekonomisen taustan merkitys urheiluseuraharrastamisen kannalta. Lasten ja nuorten urheiluseuraharrastamisen kannalta tulevaisuudessa merkittävää lieneekin myös se, mihin suuntaan urheiluseuraharrastuksen hinta kehittyy ja pystytäänkö urheiluseuraharrastamiseen osallistuminen takaamaan mahdollisimman laajalle joukolle lapsia ja nuoria sosioekonomisesta taustasta huolimatta.

*Tutkimuksen vahvuudet ja heikkoudet.* Tutkimuksen luotettavuuden kannalta keskeinen tekijä on otoksen koko ja edustavuus. Luotettavuuden näkökulmasta otannan olisi riittävällä tarkkuudella edustettava tutkittavaa perusjoukkoa. (Clarkeburn & Mustajoki 2007, 70.) LIITU-tutkimuksen otanta on tehty WHO:n Koululaistutkimuksen protokollan mukaisesti satunnaisotannalla (Kokko ym. 2016b, 7). Luotettavuuden suhteen tämän tutkimuksen vahvuutena voidaan pitää tutkimuksen suurta otoskoko (n=4696). Kyselyn vastaukset on kerätty laajasti ympäri Suomea ja aineisto on kansallisesti varsin edustava. Tutkimuksen ulkoinen validiteetti on siten hyvä ja tutkimuksen tulokset ovat hyvin yleistettävissä kohdejoukkoon. Tutkimuksen vahvuutena voidaankin pitää sitä, että tutkimuksen perusteella saatiin kansallisesti kattava kuva tutkituista ilmiöistä. Lisäksi vahvuutena voidaan pitää sitä, että aiemmat tutkimukset tukevat tämän tutkimuksen havaintoja.

Kyselylomakkeesta valittujen muuttujien avulla saatiin vastaukset asetettuihin tutkimuskysymyksiin, joten tutkimuksen sisäinen validiteetti on siltä osin hyvä. Vanhempien tuen kohdalla tukimuodot saattavat kuitenkin selittää eroa tuen kokemisessa urheiluseuraharrastamisen mukaan, sillä tukimuodot ovat osin sellaisia, joita vain harrastukseen osallistuvat tarvitsevat. Kavereiden tuen kohdalla taas tukimuodot kuvaavat enemmän yleistä tukea, eivätkä siten vaikuttaisi olevan eroa selittävä tekijä. Tutkimuksen keskeisenä heikkoutena voidaan pitää sitä, ettei urheiluseuraharrastamisen, vanhempien ja kavereiden tuen sekä sosioekonomisen aseman välisiä syy-seuraus-suhteita pystytty selvittämään tämän tutkimusasetelman puitteissa.

Tässä tutkimuksessa käytetystä perheen varallisuusindeksistä (FAS) kehitetyn kolmannen version on todettu olevan validi mittari perheen sosioekonomisen aseman kuvaamiseen (Hartley ym. 2016; Hobza ym. 2017). Tässä tutkimuksessa FASissa voitiin havaita pieniä eroja sekä urheiluseuraharrastamisen että vanhempien tuen mukaan. Suomalaista yhteiskuntaa ajatellen voidaan kuitenkin pohtia esimerkiksi sitä, onko FAS kuitenkaan yleisesti riittävän erottelukykynen mittari sosioekonomisen aseman kuvaamiseen, sillä monet FASiin sisältyvät elementit ovat Suomessa melko yleisesti kaikkien saatavilla. Lisäksi esimerkiksi auton omistaminen tai lomamatkojen tekeminen saattaa olla yhteiskunnassamme nykypäivänä useasti enemmänkin arvopohjainen kuin pelkästään sosioekonomiseen asemaan liittyvä kysymys.

Tutkimukseen valittujen kyselylomakkeen kysymysten vastausprosentti oli pääosin yli 90 prosenttia, mikä vaikuttaa positiivisesti tutkimuksen luotettavuuteen. Tutkimus perustuu kuitenkin lasten ja nuorten itseraportoituihin vastauksiin, mikä voi vaikuttaa tutkimuksen reliabiliteettiin ja siten heikentää tutkimuksen luotettavuutta. Luotettavuutta voi heikentää esimerkiksi se, että eivät kaikki vastaajat ole ymmärtäneet kysymyksiä samalla tavalla. Esimerkiksi urheiluseura-harrastuksen kilpailullisen tason arviointi voi olla lapselle tai nuorelle haastavaa. Luotettavuutta voi heikentää myös se, jos vastaajat eivät ole vastanneet kysymyksiin rehellisesti, vaan ovat valinneet vastausvaihtoehdon esimerkiksi sen perusteella mitä ajattelevat, että heidän toivottaisiin vastaavan.

*Eettisyys.* Tässä tutkimuksessa on noudatettu Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2012) hyvän tieteellisen käytännön toimintatapoja. Tutkimuksen eettisyyden kannalta keskeisiä periaatteita ovat muun muassa rehellisyys, huolellisuus ja avoimuus (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012). Tutkimuksen tulokset on raportoitu avoimesti ja rehellisesti. Tutkielmassa on kunnioitettu muiden tutkijoiden työtä viittaamalla asianmukaisesti aiempiin tutkimusjulkaisuihin. Eettisestä näkökulmasta on tutkimuksessa on myös tärkeää hyödyntää eettisesti kestäviä tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä, joissa kunnioitetaan tutkimukseen osallistuvien itsemääräämisoikeutta (Clarkeburn & Mustajoki 2007, 44). Itsemääräämisoikeuteen kuuluu muun muassa osallistumisen vapaaehtoisuus sekä tutkittavien yksityisyydensuojan turvaaminen (Kuula 2006, 87). LIITU-tutkimuksen kyselyaineiston keräämisestä vastannut työryhmä on anonut tarvittavat tutkimusluvut ennen tutkimuksen aloitusta. Tutkimukseen vastaaminen on ollut vapaaehtoista ja vastaamisen on voinut keskeyttää missä vaiheessa tahansa. Tutkittavien anonymiteetti on suojattu, sillä kyselyyn on vastattu nimettömänä eikä vastaajien henkilöllisyyttä voi tunnistaa aineistosta.

*Tutkimuksen hyödynnettävyys ja jatkotutkimusaiheet.* Tämän tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää, kun pohditaan lasten ja nuorten urheiluseuraharrastamisen taustalla vaikuttavia tekijöitä sekä keinoja urheiluseuraharrastamisen edistämiseksi ja tukemiseksi. Jatkossa voisi olla hyödyllistä laadullisen tutkimuksen keinoin vielä tarkemmin ja yksityiskohtaisemmin selvittää vanhempien ja kavereiden tuen merkitystä urheiluseuraharrastamiselle kansallisella tasolla. Tutkimuksessa voisi selvittää muun muassa sitä, ovatko nuoret tyytyväisiä saamaansa tukeen

ja millainen merkitys tuella tarkemmin on harrastamisen kannalta. Lisäksi harrastuksen lopettaneilta voisi laadullisen tutkimuksen avulla selvittää sitä, onko esimerkiksi vanhemmilla tai kavereilla ollut merkitystä lopettamisen kannalta. Urheiluseuraharrastamisen kasvaneisiin kustannuksiin liittyen myös sosioekonomisen taustan merkitystä urheiluseuraharrastamisen kannalta voisi selvittää vielä tarkemmin kansallisella tasolla. Myös urheiluseuraharrastamisen, tuen sekä sosioekonomisen taustan välisten syy-seuraus-suhteiden tarkempi selvittäminen pitkittäistutkimuksen keinoin voisi olla hyödyllistä.

*Johtopäätökset.* Johtopäätöksenä tämän tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että vanhempien ja kavereiden tuella näyttäisi olevan tärkeä merkitys urheiluseuraharrastuksen taustalla. Myös perheen sosioekonomisella taustalla näyttäisi olevan jonkinlainen merkitys urheiluseuraharrastamisen kannalta. Nämä tekijät olisi hyvä ottaa huomioon, kun pohditaan keinoja lasten ja nuorten urheiluseuraharrastamisen edistämiseksi ja harrastuksen jatkumisen tukemiseksi. Mahdollisimman monen lapsen ja nuoren urheiluseuraharrastuksen mahdollistaminen ja edistäminen voi vaatia myös urheiluseurojen toimintakulttuurin muokkaamista.



## LÄHTEET

- Aalberg, V. & Siimes, M. A. 2007. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Helsinki: Nemo.
- Aarresola, O. & Konttinen, N. 2012. Nuori Urheilija-tutkimus: 14–15-vuotiaiden joukkueurheilijoiden harjoittelu, urheilupolut ja mikroympäristö. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus, KIHU. KIHUn julkaisusarja, 30.
- Aira, T., Kannas, L., Tynjälä, J., Villberg, J., & Kokko, S. 2013. Hiipuva liikunta nuoruusiässä: drop off-ilmiön aikatrendejä ja kansainvälistä vertailua WHO-Koululaistutkimuksen (HBSC-Study) aineistoilla 1986–2010. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/41670/978-951-39-5261-7.pdf?sequence=1>. Viitattu 13.4.2017.
- Allender, S., Cowburn, G. & Foster, C. 2006. Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. *Health education research* 21 (6), 826-835.
- Anttila, R., Eronen, S., Kallio, M., Kanninen, K., Kauppinen, L., Paavilainen, P. & Salo, S. 2005. *Persoonaa 2. Kehityopsykologia*. Helsinki: Edita.
- Armentrout, S. M. & Kamphoff, C. S. 2011. Organizational barriers and factors that contribute to youth hockey attrition. *Journal of Sport Behavior* 34 (2), 121-136.
- Autio, T. & Kaski, S. 2005. *Ohjaamisen taito*. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Balish, S. M., McLaren, C., Rainham, D., & Blanchard, C. 2014. Correlates of youth sport attrition: A review and future directions. *Psychology of Sport and Exercise* 15 (4), 429-439.
- Bandura, A. 1977. *Social learning theory*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Basterfield, L., Reilly, J. K., Pearce, M. S., Parkinson, K. N., Adamson, A. J., Reilly, J. J., & Vella, S. A. 2015. Longitudinal associations between sports participation, body composition and physical activity from childhood to adolescence. *Journal of science and medicine in sport* 18 (2), 178-182.
- Basterfield, L., Gardner, L., Reilly, J. K., Pearce, M. S., Parkinson, K. N., Adamson, A. J., Reilly, J. J. & Vella, S. A. 2016. Can't play, won't play: longitudinal changes in

- perceived barriers to participation in sports clubs across the child–adolescent transition. *BMJ open sport & exercise medicine* 2(1), e000079.
- Beets, M. W., Cardinal, B. J., & Alderman, B. L. 2010. Parental social support and the physical activity–related behaviors of youth: a review. *Health Education & Behavior*.
- Biddle, S. J., Atkin, A. J., Cavill, N. & Foster, C. 2011. Correlates of physical activity in youth: a review of quantitative systematic reviews. *International Review of Sport and Exercise Psychology* 4 (1), 25-49.
- Blomqvist, M., Mononen, K., Konttinen, N., Koski, P. & Kokko, S. 2015. Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa Kokko, S. & Hämylä, R. (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2014. Valtion liikunta-neuvoston julkaisuja 2015:2.
- Boiché, J. C. & Sarrazin, P. G. 2009. Proximal and distal factors associated with dropout versus maintained participation in organized sport. *Journal of Sports Science & Medicine* 8 (1), 9.
- Butcher, J., Lindner, K. J. & Johns, D. P. 2002. Withdrawal from competitive youth sport: A retrospective ten-year study. *Journal of Sport Behavior* 25 (2), 145.
- Cairney, J. & Veldhuizen, S. 2017. Organized sport and physical activity participation and body mass index in children and youth: A longitudinal study. *Preventive Medicine Reports*, 6, 336-338.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. 1985. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports* 100 (2), 126.
- Cheng, L. A., Mendonça, G. & Farias Júnior, J. C. D. 2014. Physical activity in adolescents: analysis of the social influence of parents and friends. *Jornal de pediatria* 90 (1), 35-41.
- Clarkeburn, H. & Mustajoki, A. Tutkijan arkipäivän etiikka. Tampere: Vastapaino.
- Cleland, V., Timperio, A., Salmon, J., Hume, C., Telford, A., & Crawford, D. 2011. A longitudinal study of the family physical activity environment and physical activity among youth. *American Journal of Health Promotion* 25 (3), 159-167.

- Craggs, C., Corder, K., van Sluijs, E. M., & Griffin, S. J. 2011. Determinants of change in physical activity in children and adolescents: a systematic review. *American Journal of Preventive Medicine* 40 (6), 645-658.
- Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., de Looze, M., Roberts, C., Samdal, O., Smith, O.R.F. & Barnekow, V. 2012. 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. [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0003/163857/Social-determinants-of-health-and-well-being-among-young-people.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/163857/Social-determinants-of-health-and-well-being-among-young-people.pdf?ua=1). Viitattu 17.4.2017.
- De Knop, P., Engström, L-M., Skirstad, B. & Maureen R. Weiss, M. R. (toim.) 1996. *World-wide Trends in Youth Sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Devís-Devís, J., Beltrán-Carrillo, V. J., & Peiró-Velert, C. 2015. Exploring socio-ecological factors influencing active and inactive Spanish students in years 12 and 13. *Sport, Education and Society* 20 (3), 361-380.
- Dorsch, T. E., Smith, A. L. & Dotterer, A. M. 2016. Individual, relationship, and context factors associated with parent support and pressure in organized youth sport. *Psychology of Sport and Exercise* 23, 132-141.
- Duncan, S. C., Duncan, T. E. & Strycker, L. A. 2005. Sources and types of social support in youth physical activity. *Health psychology* 24 (1), 3.
- Duncan, S. C., Strycker, L. A. & Chaumeton, N. R. 2015. Personal, family, and peer correlates of general and sport physical activity among African American, Latino, and White girls. *Journal of health disparities research and practice* 8 (2), 12.
- Eime, R. M., Payne, W. R., Casey, M. M. & Harvey, J. T. 2008. Transition in participation in sport and unstructured physical activity for rural living adolescent girls. *Health education research* 25 (2), 282-293.
- Eime, R. M., Harvey, J. T., Craike, M. J., Symons, C. M. & Payne, W. R. 2013a. Family support and ease of access link socio-economic status and sports club membership in adolescent girls: a mediation study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 10 (1), 50.

- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J. & Payne, W. R. 2013b. A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 10 (1), 98.
- Eime, R. M., Casey, M. M., Harvey, J. T., Sawyer, N. A., Symons, C. M. & Payne, W. R. 2015. Socioecological factors potentially associated with participation in physical activity and sport: A longitudinal study of adolescent girls. *Journal of Science and Medicine in Sport* 18 (6), 684-690.
- Eime, R. M., Harvey, J., Charity, M. J., Casey, M., Westerbeek, H. & Payne, W. R. 2017. The relationship of sport participation to provision of sports facilities and socioeconomic status: a geographical analysis. *Australian and New Zealand journal of public health* 41 (3), 248-255.
- Findlay, L. & Coplan, R. 2008. Come out and play: Shyness in childhood and the benefits of organized sports participation. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement* 40 (3), 153–161.
- Finne, E., Bucksch, J., Lampert, T. & Kolip, P. 2011. Age, puberty, body dissatisfaction, and physical activity decline in adolescents. Results of the German Health Interview and Examination Survey (KiGGS). *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 27 (8), 119-133.
- Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J. 2005. Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education & Sport Pedagogy* 10 (1), 19-40.
- Fraser-Thomas, J., Côté, J. & Deakin, J. 2008. Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise* 9 (5), 645–662.
- Gísladóttir, T. L., Matthíasdóttir, Á., & Kristjánsdóttir, H. 2013. The effect of adolescents' sports clubs participation on self-reported mental and physical conditions and future expectations. *Journal of sports sciences* 31 (10), 1139-1145.
- Green, M., & Collins, S. 2008. Policy, politics and path dependency: Sport development in Australia and Finland. *Sport Management Review* 11 (3), 225-251.

- Gustafson, S. L., & Rhodes, R. E. 2006. Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports Medicine* 36 (1), 79-97.
- Haanpää, L., af Ursin, P. & Matarma, T. 2012. Kouluikäisten liikuntasuhde luupin alla – kyselytutkimus 6.- ja 9.-luokkalaisille. Turun lapsi- ja nuorisotutkimuskeskuksen julkaisuja 3/2012. Turun yliopisto.
- Hallal, P. C., Victora, C. G., Azevedo, M. R. & Wells, J. C. 2006. Adolescent physical activity and health. *Sports Medicine* 36 (12), 1019-1030.
- Hallal, P. C., Andersen, L. B., Bull, F. C., Guthold, R., Haskell, W., Ekelund, U., & Lancet Physical Activity Series Working Group. 2012. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *The Lancet* 380 (9838), 247-257.
- Hartley, J. E., Levin, K. & Currie, C. 2016. A new version of the HBSC Family Affluence Scale-FAS III: Scottish qualitative findings from the international FAS development study. *Child indicators research* 9 (1), 233-245.
- Heinilä, K. 1986. Liikuntaseura sosiaalisena organisaationa: tutkimusviitekehys. Jyväskylän yliopisto.
- Heitzler, C. D., Martin, S. L., Duke, J., & Huhman, M. 2006. Correlates of physical activity in a national sample of children aged 9–13 years. *Preventive Medicine* 42 (4), 254-260.
- Hillman, C. H., Erickson, K. I., & Kramer, A. F. 2008. Be smart, exercise your heart: exercise effects on brain and cognition. *Nature reviews. Neuroscience* 9(1), 58.
- Hobza, V., Hamrik, Z., Bucksch, J. & De Clercq, B. 2017. The Family Affluence Scale as an indicator for socioeconomic status: validation on regional income differences in the Czech Republic. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 14 (12), 1540.
- Huhta, H. & Nipuli, S. 2011. Askelmerkkejä lasten ja nuorten nykyaikaiseen kilpaurheiluun. Katsaus kansainvälisiin ja kotimaisiin urheilujärjestelmiin ja malleihin. Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimusverkosto & Nuori Suomi, verkkojulkaisuja 40. <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/askelmerkkeja.pdf>. Viitattu 12.8.2017.

- Huotari, P. 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 edistämisyhdistys LIKES.
- Jago, R. 2011. Commentary: Age-related decline in physical activity during adolescence-an opportunity to reflect on intervention design and key research gaps. *International Journal of Epidemiology* 40 (3), 699-700.
- Janssen, I., & LeBlanc, A. G. 2010. Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 7 (1), 1.
- Kannas, L., Vuori, M., Seppälä, H-R., Tynjälä, J., Villberg, J., Välimaa, R. & Ojala, K. 2002. Suojaako urheiluseuratoiminta nuoria päihteiltä ja tupakalta? *Liikunta & Tiede* 4/2002: 4–11.
- Kansallinen liikuntatutkimus. 2010. Kansallinen liikuntatutkimus 2009-2010: Lapset ja nuoret. SLU-Julkaisusarja 7/2010. [http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiIsLjIwMTMvMTEvMjkvMTNfNDRf-MzJfMjgwX0xpaWt1bnRhdHV0a2ltdXNfbnVvcvV0XzIwMDIf-MjAxMC5wZGYiXV0/Liikuntatutkimus\\_nuoret\\_2009\\_2010.pdf](http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiIsLjIwMTMvMTEvMjkvMTNfNDRf-MzJfMjgwX0xpaWt1bnRhdHV0a2ltdXNfbnVvcvV0XzIwMDIf-MjAxMC5wZGYiXV0/Liikuntatutkimus_nuoret_2009_2010.pdf). Viitattu 7.8.2017.
- Kantomaa, M. T., Tammelin, T. H., Ebeling, H. E. & Taanila, A. M. 2008. Emotional and behavioral problems in relation to physical activity in youth. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 40 (10), 1749-1756.
- Kantomaa, M., Tammelin, T., Ebeling, H. & Taanila, A. 2010. Liikunnan yhteys nuorten tunne-elämän ja käyttäytymisen häiriöihin, koettuun terveyteen ja koulumenestykseen. *Liikunta & Tiede* 47 (6), 30–37.
- King, K. A., Tergerson, J. L., & Wilson, B. R. 2008. Effect of social support on adolescents' perceptions of and engagement in physical activity. *Journal of Physical Activity & Health* 5 (3), 374.
- Kjønniksen, L., Anderssen, N. & Wold, B. 2009. Organized Youth Sport as a Predictor of Physical Activity in Adulthood. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports* 19 (5), 646-654.

- Kmet, L. M., Lee, R. C. & Cook, L. S. 2004. Standard quality assessment criteria for evaluating primary research papers from a variety of fields. *Alberta Heritage fo Medical Research*.
- Koivusilta, L., Nupponen, H. & Rimpelä, A. 2012. Adolescent physical activity predicts high education and socio-economic position in adulthood. *European Journal of Public Health* 22 (2), 203–209.
- Kokko, S. 2010. Health promoting sports club. Youth sports clubs' health promotion profiles, guidance and associated coaching practice. *Jyväskylän yliopisto*.
- Kokko, S., Villberg, J. & Kannas, L. 2010. Nuori urheilijan polulla. 13-15-vuotiaiden urheilijoiden arvioita harjoitusmääristään, harjoittelun monipuolisuudesta sekä elämäntavoista. *Jyväskylän yliopiston Terveystieteiden tutkimuskeskus & Nuori Suomi*.
- Kokko, S., Hämylä, R., Villberg, J., Aira, T., Tynjälä, J., Tammelin, T., Vasankari, T. & Kannas, L. 2015. Liikunta-aktiivisuus ja ruutuaika. Teoksessa Kokko, S. & Hämylä, R. (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2014. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2015:2*.
- Kokko, S., Mehtälä, A., Villberg, J., Ng, K. & Hämylä, R. 2016a. Itsearvioitu liikunta-aktiivisuus, istuminen ja ruutuaika sekä liikkumisen seurantalaitteet ja sovellukset. Teoksessa Kokko, S. & Mehtälä, A. (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4*.
- Kokko, S., Hämylä, R., Husu, P., Villberg, J., Jussila, A-M., Mehtälä, A., Tynjälä, J. & Vasankari, T. 2016b. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa (LIITU) -tutkimuksen aineistonkeräys ja menetelmät 2016. Teoksessa Kokko, S. & Mehtälä, A. (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4*.
- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. *Vastapaino: Tampere*.
- Kwon, S., Janz, K. F., Letuchy, E. M., Burns, T. L. & Levy, S. M. 2016. Parental characteristic patterns associated with maintaining healthy physical activity behavior during

- childhood and adolescence. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 13 (1), 58.
- Lau, P. W., Fox, K. R. & Cheung, M. W. 2006. An analysis of sport identity as a predictor of children's participation in sport. *Pediatric Exercise Science* 18 (4), 415-425.
- Lehtonen, K. (toim.) 2012. Nuorten harrasteliikunnan kehittäminen 1999–2011. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2012:2.
- Liukkonen, J., Jaakkola, T., Kokko, S., Gråstén, A., Yli-Piipari, S., Koski, P., Tynjälä, J., Soini, A., Ståhl, T. & Tammelin, T. (2014). Results from Finland's 2014 report card on physical activity for children and youth. *Journal of Physical Activity and Health* 11 (1), 51-7.
- Lämsä, J. 2002. Harrastusten jääminen - nuorten luopuminen urheilusta. Teoksessa Kuure, T., Vuori, M. & Gissler, M (toim.). Viattomuudesta vimmaan. Nuorisotutkimusseura.
- Lämsä, J. & Mäenpää, P. 2002. Kuinka moni lopettaa? Tietoja ja näkemyksiä nuorten urheiluharrastuksen aloittamisesta ja lopettamisesta. Nuori Suomi.
- Machado-Rodrigues, A. M., Silva, M. J. C., Mota, J., Santos, R. M., Cumming, S. P., & Malina, R. M. 2012. Physical activity and energy expenditure in adolescent male sport participants and nonparticipants aged 13 to 16 years. *Journal of Physical Activity and Health* 9 (5), 626-633.
- Mendonça, G., Cheng, L. A., Mélo, E. N., & de Farias Júnior, J. C. 2014. Physical activity and social support in adolescents: a systematic review. *Health Education Research* 29 (5), 822-839.
- Merikivi, J., Myllyniemi, S. & Salasuo, M. 2016. Media hanskassa – Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2016 mediasta ja liikunnasta. Nuorisotutkimusseuran/Nuorisotutkimusverkoston julkaisuja, 184.
- MLL. 2017. Lapsen kasvu ja kehitys: 12-15v. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/12-15-v/>. Viitattu 30.11.2017.
- Mononen, K., Blomqvist, M., Koski, P. & Kokko, S. 2016. Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa Kokko, S. & Mehtälä, A. (toim). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4.



- Morrissey, J. L., Wenthe, P. J., Letuchy, E. M., Levy, S. M. & Janz, K. F. 2012. Specific types of family support and adolescent non-school physical activity levels. *Pediatric exercise science* 24 (3), 333.
- Morrissey, J. L., Janz, K. F., Letuchy, E. M., Francis, S. L. & Levy, S. M. 2015. The effect of family and friend support on physical activity through adolescence: a longitudinal study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 12 (1), 103.
- Mota, J., Almeida, M., Santos, R., Ribeiro, J. C., & Santos, M. P. 2009. Association of perceived environmental characteristics and participation in organized and non-organized physical activities of adolescents. *Pediatric Exercise Science* 21 (2), 233-239.
- Murphy, M. H., Rowe, D. A., & Woods, C. B. 2016. Sports participation in youth as a predictor of physical activity: A 5-year longitudinal study. *Journal of Physical Activity and Health* 13 (7), 704-711.
- Mäenpää, P. & Korkatti, S. (toim.) 2012. Urheiluseurat 2010-luvulla. Ajatuksia seurojen kehittymisestä ja kehittämisestä. *SLU-Julkaisusarja* 1/2012.
- Mäenpää, P. 2016. Urheiluseuratoiminta muuttuu – tietoa nykyisestä ja visioita vuoteen 2050. *Liikunta & Tiede* 53, 4/2016. [http://www.lts.fi/sites/default/files/page\\_attachment/lt416\\_30-36\\_lowres\\_0.pdf](http://www.lts.fi/sites/default/files/page_attachment/lt416_30-36_lowres_0.pdf). Viitattu 20.2.2017.
- Ommundsen, Y., Klasson-Heggebø, L., & Anderssen, S. A. 2006. Psycho-social and environmental correlates of location-specific physical activity among 9-and 15-year-old Norwegian boys and girls: the European Youth Heart Study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 3 (1), 32.
- Opetushallitus. 2018. Move!-mittaustulokset 2017. <http://www.edu.fi/move/tulokset/2017>. Viitattu 5.2.2018.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2017. Seuratoiminnan kehittämistuki. [http://minedu.fi/avustukset/avustus/-/asset\\_publisher/seuratoiminnan-kehittamistuki-seuratuki-](http://minedu.fi/avustukset/avustus/-/asset_publisher/seuratoiminnan-kehittamistuki-seuratuki-). Viitattu 24.11.2017.
- O'Reilly, N., Berger, I. E., Hernandez, T., Parent, M. M. & Séguin, B. 2015. Urban sportscapes: An environmental deterministic perspective on the management of youth sport participation. *Sport Management Review* 18 (2), 291-307.

- Paakkari, L., Kokko, S., Villberg, J., Paakkari, O. & Tynjälä, J. 2017. Health literacy and participation in sports club activities among adolescents. *Scandinavian Journal of Public Health*, 1403494817714189.
- Palomäki, S., Huotari, P. & Kokko, S. 2015. Vanhemmat ja kaverit liikuntaharrastuksen tukena. Teoksessa Kokko, S. & Hämylä, R. (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2014. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2015:2.
- Palomäki, S., Mehtälä, A., Huotari, P. & Kokko, S. 2016. Vanhempien ja kavereiden tuki lasten ja nuorten liikunnalle. Teoksessa Kokko, S. & Mehtälä, A. (toim). 2016. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4.
- Poitras, V.J., Gray, C.E., Borghese, M.M., Carson, V., Chaput, J.P., Janssen, I., Katzmarzyk, P.T., Pate, R.R., Connor Gorber, S., Kho, M.E., Sampson, M. & Tremblay, M.S. 2016. Systematic review of the relationships between objectively measured physical activity and health indicators in school-aged children and youth 1. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism* 41 (6), 197-239.
- Prochaska, J. J., Rodgers, M. W., & Sallis, J. F. 2002. Association of parent and peer support with adolescent physical activity. *Research quarterly for exercise and sport* 73 (2), 206-210.
- Rottensteiner, C., Laakso, L., Pihlaja, T. & Konttinen, N. 2013. Personal reasons for withdrawal from team sports and the influence of significant others among youth athletes. *International journal of sports science & coaching* 8 (1), 19-32.
- Rottensteiner, C. 2015. Young Finnish athletes' participation in organized team sports. *Studies in sport, physical education and health* 228. Jyväskylän yliopisto.
- Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. 2000. A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 32 (5), 963-975.
- Seabra, A. F., Mendonça, D. M., Thomis, M. A., Peters, T. J., & Maia, J. A. 2007. Associations between sport participation, demographic and socio-cultural factors in Portuguese children and adolescents. *European journal of public health* 18 (1), 25-30.

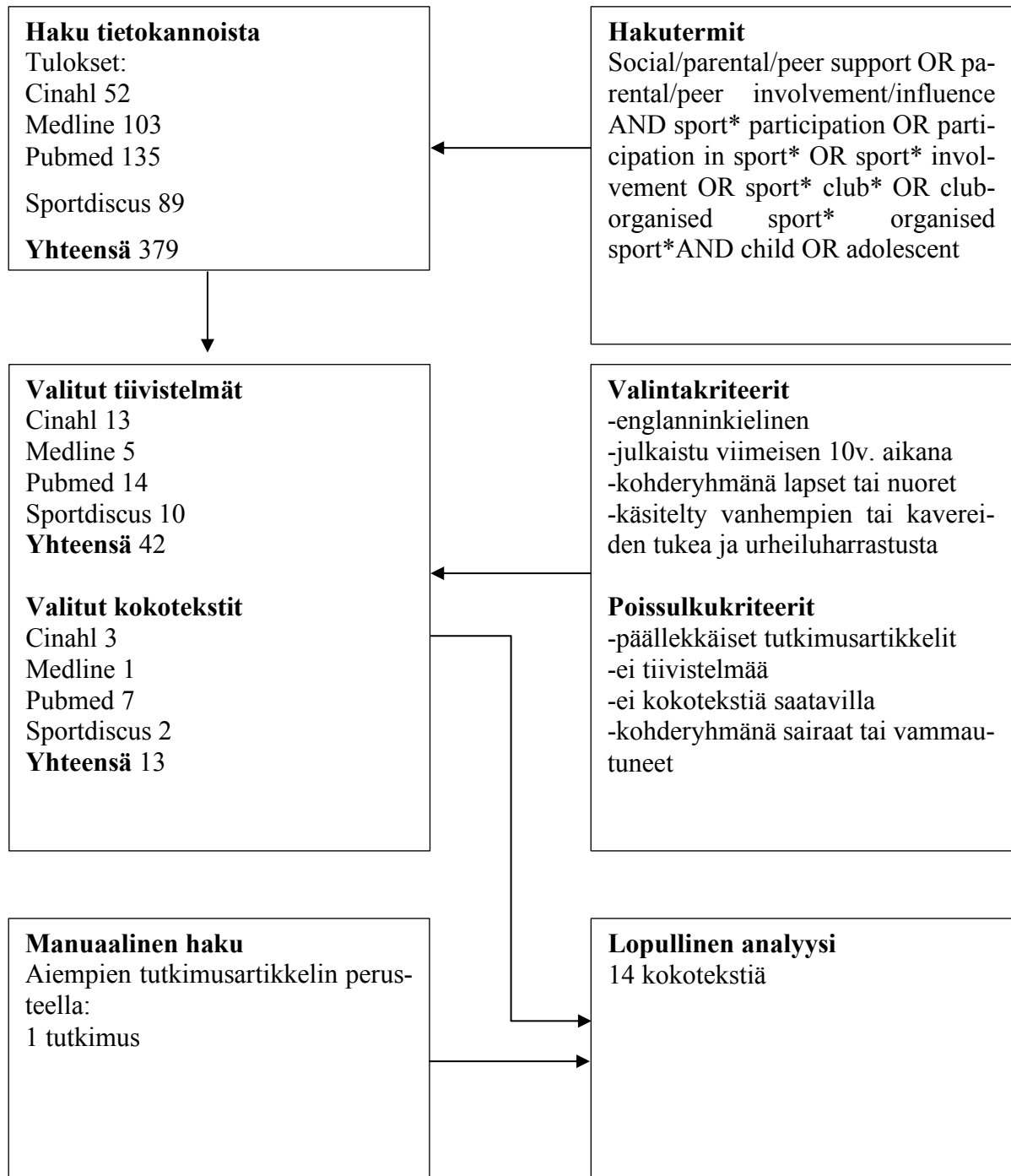
- Sheridan, D., Coffee, P., & Lavallee, D. 2014. A systematic review of social support in youth sport. *International Review of Sport and Exercise Psychology* 7 (1), 198-228.
- Silva, G., Andersen, L. B., Aires, L., Mota, J., Oliveira, J., & Ribeiro, J. C. 2013. Associations between sports participation, levels of moderate to vigorous physical activity and cardiorespiratory fitness in children and adolescents. *Journal of sports sciences* 31(12), 1359-1367.
- Silva, P., Lott, R., Mota, J. & Welk, G. 2014. Direct and indirect effects of social support on youth physical activity behavior. *Pediatric exercise science* 26 (1), 86-94.
- Sirard, J. R., Pfeiffer, K. A. & Pate, R. R. 2006. Motivational factors associated with sports program participation in middle school students. *Journal of Adolescent Health* 38 (6), 696-703.
- Stefansen, K., Smette, I., & Strandbu, Å. 2016. Understanding the increase in parents' involvement in organized youth sports. *Sport, Education and Society*, 1-11.
- Suomi, K., Mehtälä, A. & Kokko, S. 2016. Liikuntapaikat ja -tilaisuudet. Teoksessa Kokko, S. & Mehtälä, A. (toim). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4.
- Taliaferro, L. A., Rienzo, B. A., & Donovan, K. A. 2010. Relationships between youth sport participation and selected health risk behaviors from 1999 to 2007. *Journal of School Health* 80 (8), 399-410.
- Tammelin, T., Näyhä, S., Hills, A. P. & Järvelin, M. R. 2003. Adolescent participation in sports and adult physical activity. *American Journal of Preventive Medicine* 24 (1), 22-28.
- Tammelin, T. & Karvinen, J. (toim.) 2008. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7-18-vuotiaille. Helsinki: Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry.
- Tammelin, T., Iljukov, S. & Parkkari, J. 2015. Kasvuikäisten liikunta. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim* 131 (18), 1707-1712.
- Tammelin, T. H., Aira, A., Hakamäki, M., Husu, P., Kallio, J., Kokko, S., Laine, K., Lehtonen, K., Mononen, K., Palomäki, S., Ståhl, T., Sääkslahti, A., Tynjälä, J. & Kämppi, K. 2016. Results From Finland's 2016 Report Card on Physical Activity for Children and Youth. *Journal of physical activity and health*, 13(11 Suppl 2), 157-164.

- Telama, R., Yang, X., Viikari, J., Välimäki, I., Wanne, O. & Raitakari, O. 2005. Physical activity from childhood to adulthood: a 21-year tracking study. *American Journal of Preventive Medicine* 28 (3), 267-273.
- Telford, R. M., Telford, R. D., Cochrane, T., Cunningham, R. B., Olive, L. S. & Davey, R. 2016. The influence of sport club participation on physical activity, fitness and body fat during childhood and adolescence: the LOOK Longitudinal Study. *Journal of Science and Medicine in Sport* 19 (5), 400-406.
- Tiirikainen, M. & Konu, A. 2013. Miksi lapset ja nuoret katoavat liikunta- ja urheiluseuroista murrosiässä. *Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja* 3, 31-47.
- Timperio, A. F., van Stralen, M. M., Brug, J., Bere, E., Chinapaw, M. J., De Bourdeaudhuij, I., Jan, N., Maes, L., Manios, Y., Moreno, L. A., Salmon, J. & Te Velde S. J. 2013. Direct and indirect associations between the family physical activity environment and sports participation among 10–12 year-old European children: testing the EnRG framework in the ENERGY project. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 10 (1), 15.
- Toftegaard-Støckel, J., Nielsen, G. A., Ibsen, B., & Andersen, L. B. 2011. Parental, socio and cultural factors associated with adolescents' sports participation in four Danish municipalities. *Scandinavian journal of medicine & science in sports* 21 (4), 606-611.
- Trost, S. G., Sallis, J. F., Pate, R. R., Freedson, P. S., Taylor, W. C., & Dowda, M. 2003. Evaluating a model of parental influence on youth physical activity. *American Journal of Preventive Medicine* 25 (4), 277-282.
- Trost, S. G., & Loprinzi, P. D. 2011. Parental influences on physical activity behavior in children and adolescents: a brief review. *American Journal of Lifestyle Medicine* 5 (2), 171-181.
- Turman, P. D. 2007. Parental Sport Involvement: Parental Influence to Encourage Young Athlete Continued Sport Participation. *Journal of Family Communication* 7 (3), 151-175.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö. <http://www.tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanto>. Viitattu 10.4.2018.

- Tynjälä, J., Kämppi, K., Välimaa, R., Vuori, M., Villberg, J. & Kannas, L. 2009. WHO- kou- lulaistutkimus: Riittävä liikunta ja uni tukevat lasten ja nuorten hyvinvointia. *Liikunta & tiede* 46 (2–3), 12–16.
- Ullrich-French, S. & Smith, A. L. 2009. Social and motivational predictors of continued youth sport participation. *Psychology of sport and exercise* 10 (1), 87-95.
- Van der Horst, K., Paw, M. J. C. A., Twisk, J. W. & Van Mechelen, W. 2007. A brief review on correlates of physical activity and sedentariness in youth. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 39 (8), 1241.
- Vandermeersch, H., Vos, S. & Scheerder, J. 2015. Who's joining the club? Participation of socially vulnerable children and adolescents in club-organised sports. *Sport, Education and Society* 20 (8), 941-958.
- Vella, S. A., Cliff, D. P. & Okely, A. D. 2014. Socio-ecological predictors of participation and dropout in organised sports during childhood. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 11 (1), 62.
- Veselska, Z., Geckova, A. M., Reijneveld, S. A., & van Dijk, J. P. 2011. Aspects of self differ among physically active and inactive youths. *International Journal of Public Health* 56 (3), 311-318.
- Wall, M. & Côté, J. 2007. Developmental activities that lead to dropout and investment in sport. *Physical Education and Sport Pedagogy* 12 (1), 77–87.
- Wankel, L. M. & Mummery, W. K. 1990. The psychological and social benefits of sport and physical activity. *Journal of Leisure Research* 22, 167-182.
- Warburton, D. E., Nicol, C. W., & Bredin, S. S. 2006. Health benefits of physical activity: the evidence. *Canadian Medical Association Journal* 174 (6), 801-809.
- Welk, G.J., Wood, K. & Morss, G. 2003. Parental influences on physical activity in children: An exploration of potential mechanisms. *Pediatric Exercise Science* 15, 19-33.
- Wicker, P., Hallmann, K. & Breuer, C. 2013. Analyzing the impact of sport infrastructure on sport participation using geo-coded data: Evidence from multi-level models. *Sport management review* 16 (1), 54-67.
- Zahner, L., Muehlbauer, T., Schmid, M., Meyer, U., Puder, J. J. & Kriemler, S. 2009. Association of sports club participation with fitness and fatness in children. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 41 (2), 344-350.

## LIITTEET

### Liite 1 Kirjallisuuskatsauksen tiedonhaku



Liite 2 Kirjallisuuskatsauksen tutkimukset

| Kirjoittaja ja otsikko  | Tutkimuksen tarkoitus   | Tutkimuksen kohdejoukko   | Tutkimusmenetelmät   | Tulokset   | Johtopäätökset   |
|---|---|---|--|--|--|
| <p><b>Lau ym. 2006.</b><br/>An analysis of sport identity as a predictor of children's participation in sport.</p>                      | <p>Tavoitteena selvittää urheiluidentiteetin roolia lasten urheiluun osallistumisessa.</p>                    | <p>n= 469 (238 poikaa ja 231 tyttöä) 12-13-vuotiaita Hong Kongissa asuvia.</p>  | <p>Kyselytutkimus, jossa selvitettiin urheiluidentiteetin eri osa-alueita (esim. motivaatio-orientaatio, urheilullinen pätevyys, kavereiden vaikutus) sekä urheiluun osallistumista.</p>   | <p>Korrelaatiokertoimien perusteella urheiluidentiteetti on positiivisesti yhteydessä urheiluun osallistumiseen. myös kavereilla ja perheellä vaikutusta. Urheiluidentiteettiä ennusti parhaiten urheilullinen pätevyys. Myös motivaatio-orientaatiolla sekä kavereilla ja perheellä vaikutus urheiluidentiteettiin.</p> | <p>Psykososiaaliset ja ympäristötekijät vaikuttavat epäsuorasti urheiluun osallistumiseen urheiluidentiteetin kautta.</p>  |
| <p><b>Turman 2007.</b><br/>Parental Sport Involvement: Parental Influence to Encourage Young Athlete Continued Sport Participation.</p> | <p>Kaksi tutkimusta, joissa selvitettiin vanhempien ja perheen roolia nuorten urheiluun osallistumisessa.</p> | <p>Tutkimus 1: n=276 (103 miestä ja 173 naista) ka. 19v. Midwesternin yliopistossa Yhdysvalloissa.<br/><br/>Tutkimus 2: n= 30 vanhempaa, joiden lapsi 12-18v. osallistuu urheiluseuratoimintaan Yhdysvaltain Keskilännessä.</p> | <p>Tutkimus 1: Kyselytutkimus, jossa selvitettiin, millä tavoin vanhemmat käyttäisivät eri tekniikoita siihen, että lapsi jatkaisi urheiluharrastustaan. Kyselyssä 16 aihetta, joita mitattiin Likertin asteikolla.<br/><br/>Tutkimus 2: Haastattelututkimus, jossa käsiteltiin vanhempien roolia lapsen urheiluun osallistumisessa.</p> | <p>Tutkimus 1: Tuloksena 2 erilaista tyyppiä perheen orientaatiosta urheiluun: ulkopuolinen tuki ja perheen osallistuminen urheiluun. Aktiivisimmat vanhemmat käyttivät eniten ko. tekniikoita.<br/><br/>Tutkimus 2: Vanhemmillä kaksi merkittävää roolia: kannustaja ja opettaja. Kannustajat mm. kuljetti-</p>         | <p>Tutkimus 1: Vanhemmat luottivat paljon omaan asiantuntijuuteensa saadakseen lapsen jatkamaan urheilua. Tärkeänä osallistumisen tukemisessa lapsen vakuuttaminen eri tavoin siitä, että lapsen osallistuminen on vanhemmalle tärkeää.<br/><br/>Tutkimus 2: Vanhempien osallistumisella keskeinen merkitys urheiluharrastuksen tukemisessa.</p> |

|   |  |  |  |   |   |
|---|--|--|--|---|---|
|   |  |  |  | <p>vat harrastuksiin, osallistuivat peleihin, verbaalinen tuki + taloudellinen tuki. Opettajat kokivat, että roolina myös auttaa kehittymään taidollisesti. Lisäksi vanhemmat kokivat, että tärkeää korostaa urheilun merkitystä myös muuhun elämään.</p>   |   |
| <p><b>Eime ym. 2008.</b> Transition in participation in sport and unstructured physical activity for rural living adolescent girls.</p> | <p>Tutkimuksen tarkoituksena selvittää sosioekologisen mallin kautta tekijöitä, jotka vaikuttavat urheiluun osallistumiseen.</p> | <p>n=27, 16-17-vuotiaita maaseudulla asuvia tyttöjä Victorian osavaltiosta</p> | <p>Haastattelututkimus, jossa käsiteltiin urheiluun osallistumiseen vaikuttavia tekijöitä.</p> | <p>Yksilöllisistä tekijöistä osallistumiseen vaikuttivat esimerkiksi mieltymykset sekä motivaatioon liittyvät tekijät. Ajan puute koettiin keskeiseksi esteeksi organisoituun urheiluun osallistumiseen. Perheellä keskeinen rooli urheiluun osallistumisessa. Tuki esim. katsominen, yleinen kiinnostus, rohkaisu, taitojen opettaminen, kuljettaminen. Etenkin maaseudulla kuljettaminen tärkeässä roolissa. Liiallinen osallistuminen ja painostus voi kuitenkin haitata osallistumista. Kaverit tärkeä syy urheiluseuratoimintaan osallistumiselle.</p> | <p>Urheiluun osallistumiseen vaikuttavat sekä yksilölliset, sosiaaliset sekä ympäristöön liittyvät tekijät.</p> |



|   |   |   |   |  |   |
|---|---|---|---|--|---|
| <b>Dorsch ym. 2016.</b> Individual, relationship, and context factors associated with parent support and pressure in organized youth sport.             | Selvitettiin vanhempien ja lasten välistä ”positiivista” ja negatiivista suhtautumista sekä vanhempien tukea ja painostusta urheiluharrastusta koskien.     | n= 226 perhettä Pohjois-Amerikassa. Lapset 11-13-vuotiaita.   | Kyselytutkimus  | Suurin osa vastanneista koki positiivista suhtautumista sekä tukea vanhemmilta. Äideiltä enemmän kehua ja ymmärrystä ja isien taholta enemmän suoraa osallistumista, negatiivista suhtautumista sekä painostusta.  | Vanhempien ”lämpö” ja positiivisuus positiivisesti yhteydessä lasten käsityksiin tuesta.  |
| <b>Vandermeerschen ym. 2015.</b> Who's joining the club? Participation of socially vulnerable children and adolescents in club-organised sports.        | Tarkoituksena selvittää määrittävätkö perheeseen liittyvät, sosiaalisen toiminnan ulkopuolelle jäämisen riskitekijät urheiluseuratoimintaan osallistumista. | n=3005 6-18-vuotiasta lasta ja nuorta Belgiassa.  | Kyselytutkimus urheiluun osallistumisesta ja siihen vaikuttavista tekijöistä. | Perheen köyhyys sekä matala koulutustaso vähensivät urheiluseuratoimintaan osallistumisen todennäköisyyttä. Yksinhooltajuudella ei ollut vaikutusta.   | Ne, jotka ovat muutenkin riskiryhmässä sosiaaliselle eksklusiolle, eivät saa mahdollisuutta sosiaaliselle inklusiolle urheilun kautta.  |
| <b>Kwon ym. 2016.</b> Parental characteristic patterns associated with maintaining healthy physical activity behavior during childhood and adolescence. | Selvitettiin urheiluseuratoimintaan osallistumiseen vaikuttavia tekijöitä.  | n=408 Iowa Bone Development-kohorttitutkimukseen osallistunutta perhettä. Perheiden lapset iältään 5-19 vuotta. | Kyselytutkimus ja askelmittarit   | Vähempi tuki vanhemmilta oli yhteydessä urheiluseurojen drop-outiin sekä yleisen kohtalaisella-rasittavalla tasolla tapahtuvan fyysisen aktiivisuuden vähentymiseen. Urheiluun sitoutuminen oli yhteydessä korkeampaan tulotasoon sekä vanhempien sitoutumiseen. | Positiivisella perhekulttuurilla ja vanhempien tuella tärkeä merkitys sekä yleisen fyysisen aktiivisuuden että urheiluseuratoimintaan osallistumisen kannalta. Isillä mahdollisesti keskeisempi rooli lasten sitouttamisessa urheiluun erityisesti matalan tulotason perheissä. |
| <b>Seabra ym. 2007.</b> Associations between sport participation, demographic and socio-cultural  | Tutkimuksessa selvitettiin demografisten ja sosiokulttuuristen tekijöiden yhteyttä lasten ja  | n=3352 10-18v. lasta ja nuorta Portugalissa.  | Kyselytutkimus  | Sosioekonomisella asemalla, vanhempien ja sisarusten osallistumisella ja   | Yksilöllisten tekijöiden lisäksi myös sosiaalisella ympäristöllä merkitys urheiluun osallistumiseen.  |

|  |  |  |   |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| factors in Portuguese children and adolescents.  | nuorten urheiluun osallistumiseen.   |  |   | kavereilla merkitys urheiluun osallistumisessa. Pojat osallistuivat enemmän urheiluharrastuksiin kuin tytöt. Iällä ei ollut vaikutusta urheiluun osallistumiseen.  |  |
| <b>Toftegaard-Stöckel ym. 2011.</b> Parental, socio and cultural factors associated with adolescents' sports participation in four Danish municipalities.  | Tutkimuksen tavoitteena selvittää sosiaalisia ja kulttuurisia tekijöitä, jotka ovat yhteydessä urheiluun osallistumiseen.                                    | n= 6356 12-16v. tanskalaisista.  | Kyselytutkimus  | Ikä ja asuinpaikka olivat yhteydessä urheiluun osallistumiseen. Vanhempien työttömyys vaikutti lasten urheiluun osallistumiseen. Jos vanhemmat osallistuivat urheilutoimintaan, myös lapset osallistuivat todennäköisemmin. Isän osallistuminen molemmille tärkeää, äitien osallistuminen tytöille tärkeämpää. | Demografiset tekijät, sosioekonominen asema sekä sosiokulttuuriset tekijät olivat keskeisiä nuorten urheiluun osallistumista määrittäviä tekijöitä.  |
| <b>Timperio ym. 2013.</b> Direct and indirect associations between the family physical activity environment and sports participation among 10–12 year-old European children: testing the EnRG framework in the ENERGY project. | Tutkimuksen tavoitteena selvittää suorasti ja epäsuorasti vaikuttavia kognitiivisia tekijöitä perheen ympäristön ja lapsen urheiluun osallistumisen välillä. | n= 7234 10-12-vuotiaat eurooppalaiset lapset sekä heidän vanhempansa n=6002. | Aineistona European energy balance-tutkimus. Kyselytutkimus lapsille ja vanhemmille sekä antropologiset mittaukset. | Välineet, taloudellinen tuki, kuljettaminen, emotionaalinen tuki ja vanhempien oma osallistuminen yhteydessä urheiluun osallistumiseen. Perheen ympäristön muutokset olivat positiivisesti yhteydessä urheilun iloon sekä käyttäytymisen kontrolliin.  | Löydökset vahvistavat perheympäristön merkitystä lapsen urheiluun osallistumiseen. Yhteyksiin vaikutti välillisesti myös kognitiiviset tekijät. Taloudellisella tuella, kuljettamisella ja kannustamisella vahvin yhteys osallistumiseen. Positiiviset kognitiot urheiluun liittyen mahdollisesti tärkeässä roolissa |

|   |  |   |   |  |   |
|---|--|---|---|--|---|
|   |  |   |   | Asenteet, terveysuskemukset, ilo ja käyttäytymisen kontrolli olivat positiivisesti yhteydessä urheiluun osallistumiseen.   | myöhemmän osallistumisen kannalta, kun lapset tekevät itsenäisiä valintoja.   |
| <b>Eime ym. 2013.</b><br>Family support and ease of access link socioeconomic status and sports club membership in adolescent girls: a mediation study. | Tutkimuksen tarkoituksena selvittää miten sosioekonominen status, pääsy liikuntapaikoille sekä vanhempien ja kavereiden sosiaalinen tuki ovat yhteydessä urheiluseuratoimintaan osallistumiseen. | n= 732 11-20-vuotiasta tyttöä Victorian osavaltiota Australiasta. | Kyselytutkimus                                | Urheiluseuratoimintaan osallistuminen oli vahvasti yhteydessä sosioekonomiseen statukseen, hyvään pääsyyn liikuntapaikoille sekä vahvaan sosiaaliseen tukeen (vanhemmat ja kaverit). Erityisesti vanhempien tuki myös välittävänä tekijänä sosioekonomisen statuksen ja urheiluseuratoimintaan osallistumisen välillä. Tärkeitä tuen muotoja olivat kuljettaminen, kannustaminen, osallistuminen yhdessä sekä kehuminen. | Urheiluseuratoimintaan osallistumisen lisäämiseksi, etenkin huonommassa asemassa olevien kannalta, pitäisi kiinnittää huomiota liikuntapaikoille pääsyyn sekä vanhempien sosiaaliseen tukeen. |
| <b>Vella ym. 2014.</b><br>Socio-ecological predictors of participation and dropout in organised sports during childhood.                                | Tutkimuksen tarkoituksena selvittää sosioekologisia määrittäjiä urheiluseuratoimintaan osallistumiselle ja drop outille.   | n=4042 8-10-vuotiasta lasta Australiassa.                         | Kohorttitutkimus, jossa toteutettiin kyselyt. | Urheiluseuratoiminnan 8-10.ikävuoden välillä lopettaneet useammin tytöjä, alemmassa sosioekonomisessa asemassa ja liikkunnallisesti passiivisempia. Urheiluseuratoimintaan osallistuvat lapset useammin hyvän tulotason per-   | Toimenpiteet urheiluseuratoimintaan osallistumisen edistämiseksi tulisi kohdistaa ns. riskiryhmään (yksilölliset, sosiaaliset ja ympäristötekijät).   |

|   |   |   |  |   |   |
|---|---|---|--|---|---|
|   |   |   |  | <p>heistä, vanhemmat korkeasti koulutettuja ja lapsia kuljetettiin harrastuksiin. Vanhemman oma aktiivisuus ja vanhemmuuden tapa eivät ennustaneet urheiluun osallistumista. Niillä lapsilla, joita ei viety harrastuksiin ja joiden vanhemmat alemmassa sosioekonomisessa asemassa oli suurempi todennäköisyys drop outille.</p> |   |
| <p><b>Duncan ym. 2015.</b> Personal, family, and peer correlates of general and sport physical activity among African American, Latino, and White girls.</p>                    | <p>Tutkimuksen tarkoituksena selvittää miten yksilölliset sekä perheeseen ja kavereihin liittyvät tekijät ovat yhteydessä tyttöjen urheiluun osallistumiseen.</p> | <p>n=372 10-14v tyttöä North-westernissä Yhdysvalloissa.</p>  | <p>Kyselytutkimus ja askelmittarit.</p>              | <p>Vanhempien tuki oli positiivisesti yhteydessä urheiluseuratoimintaan osallistumiseen sekä yleiseen liikunta-aktiivisuuteen. Osalla myös kavereiden tuella oli merkitystä. Lisäksi perheen tulotaso vaikutti urheiluun osallistumiseen ja vanhempien tukeen.</p>  | <p>Urheiluun osallistuminen vaatii usein monipuolista tukea vanhemmilta. Taloudelliset resurssit vaikuttavat mahdollisuuksien tarjota myös muuta tukea.</p> |
| <p><b>Basterfield ym. 2016.</b> Can't play, won't play: longitudinal changes in perceived barriers to participation in sports clubs across the child-adolescent transition.</p> | <p>Tutkimuksen tavoitteena selvittää miten koetut esteet vaikuttavat urheiluseuratoimintaan osallistumiseen.</p>  | <p>n&gt; 500 9-12v. lasta Gateshead Millenium kohortista.</p> | <p>Kohorttitutkimus, jossa toteutettiin kyselyt.</p> | <p>Aiemmassa ikävaiheessa fyysinen ympäristö osallistumista rajoittavana tekijänä. Myöhemmässä ikävaiheessa yksilölliset tekijät ja muut kiinnostuksen kohteet enemmän. Molemmissa ryhmissä ajanpuutteella merkitys osallistumisen esteenä.</p>   | <p>Urheiluseuratoimintaan osallistumiseen vaikuttavat koetut esteet muuttuvat lapsuudesta nuoruuteen siirryttäessä.</p>                                     |

|  |  |   |                     |   |   |
|--|--|---|---------------------|---|---|
|  |  |   |                     | Nuorempana vanhemmilla tärkeä merkitys harrastuksen mahdollistajina. Vanhemmilla ikäryhmillä kavereilla merkitys osallistumisen kannalta ja kavereiden hyväksyntä koetaan tärkeäksi. Kaverit yhteydessä urheiluun sitoutumiseen ja iloon.   |   |
| <b>Stefansen ym. 2016.</b> Understanding the increase in parents' involvement in organized youth sports. | Tarkoituksena selvittää miten vanhempien osallistuminen urheiluseuratoimintaan on muuttunut vuosikymmenten aikana ja miksi vanhemmat osallistuvat yhä enemmän lastensa urheiluseuratoimintaan ja pysyvät mukana vielä, kun lapset ovat jo ”omatoimisia”. | n= 44 urheiluharrastukseen osallistuvien teini-ikäisten vanhempaa Norjassa. | Haastattelututkimus | Tuloksissa nousi esille 4 erilaista teemaa, joiden vuoksi vanhemmat osallistuvat lastensa urheiluharrastukseen:<br><u>Pakollinen osallistuminen</u> : vanhemmat vaativat, että lapsen tärkeä osallistua johonkin, ”aktiivisuuden normi”, joten itsekin osallistuivat.<br><u>Normalisoitu osallistuminen</u> : osallistuminen ja tuki ”normina”; seuraaminen, kulujen maksaminen, yleinen osallistuminen, ”kuuluu vastuullisen vanhemman rooliin”.<br><u>Emotionaalinen läheisyys</u> : ”olla läsnä ja apuna lapselle”, urheiluseurat mahdollisuutena ylläpitää läheisiä suhteita lapseen, yhdessä kokeminen ja jakaminen. | Urheilu nähdään itseltään selvänä osana lasten arkipäivää ja tärkeänä ympäristönä kasvatuskäytännöille kaikissa sosiaaliluokissa. Vanhempien osallistumisessa tapahtunut sukupolvien välillä muutos. Urheiluseuratoiminta nähdään tärkeänä osana lapsuutta, vanhempien rooli tukea tätä. Urheiluseuratoiminta areenana lapsi-vanhempi-suhteen säilyttämisessä. Lapset enemmän riippuvaisia vanhemmistaan, koska urheiluseuratoiminta vaatii paljon. |

|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  | <u>Kehittyminen urheiluun osallistumisen kautta:</u> taitojen ja pätevyyksien siirtyminen urheilusta myös muuhun elämään, vanhemmat itse kokeneet osallistumisen arvokkaana. |  |
|--|--|--|--|--|--|

Liite 3 Tutkimusten laadunarviointi (mukailtu Kmet ym. 2004)

| <b>Määrällisten tutkimusten arvioitavat osa-alueet</b>                         | <b>Lau ym. 2006</b> | <b>Turman 2007 (tutkimus 1)</b> | <b>Toftogaard-Stöckel ym. 2011</b> | <b>Dorsch ym. 2016</b> | <b>Vandermeerschen ym. 2015</b> | <b>Kwon ym. 2016</b> | <b>Seabra ym. 2007</b> | <b>Timperio ym. 2013</b> |
|--|---------------------|---------------------------------|------------------------------------|------------------------|---------------------------------|----------------------|------------------------|--------------------------|
| Tutkimuksen tarkoituksen kuvaus  | 2                   | 1                               | 2                                  | 2                      | 2                               | 2                    | 1                      | 2                        |
| Tutkimusasetelman sopivuus   | 2                   | 1                               | 2                                  | 2                      | 2                               | 2                    | 2                      | 2                        |
| Otoksen valinnan tai informaation lähteiden kuvaus ja sopivuus                 | 1                   | 2                               | 2                                  | 1                      | 2                               | 2                    | 1                      | 2                        |
| Tutkimukseen osallistuneiden kuvaus  | 2                   | 2                               | 2                                  | 2                      | 2                               | 2                    | 2                      | 1                        |
| Satunnaistaminen ja sen kuvaus   | N/A                 | N/A                             | N/A                                | N/A                    | N/A                             | N/A                  | N/A                    | N/A                      |
| Tutkijoiden sokkouttaminen ja sen raportointi                                  | N/A                 | N/A                             | N/A                                | N/A                    | N/A                             | N/A                  | N/A                    | N/A                      |
| Tutkittavien sokkouttaminen ja sen raportointi                                 | N/A                 | N/A                             | N/A                                | N/A                    | N/A                             | N/A                  | N/A                    | N/A                      |
| Tulosmuuttujien määrittely ja arviointiin käytettävien mittareiden raportointi | 2                   | 1                               | 1                                  | 2                      | 1                               | 2                    | 1                      | 2                        |
| Otoksen sopivuus ja riittävyys   | 2                   | 1                               | 2                                  | 1                      | 2                               | 2                    | 2                      | 2                        |
| Tilastollisten menetelmien kuvaus ja sopivuus                                  | 2                   | 2                               | 1                                  | 2                      | 2                               | 2                    | 2                      | 2                        |
| Päätulosmuuttujien varianssien raportointi                                     | 1                   | 2                               | 2                                  | 2                      | 0                               | 2                    | 2                      | 2                        |
| Sekoittavien tekijöiden kontrollointi  | N/A                 | N/A                             | N/A                                | N/A                    | N/A                             | N/A                  | N/A                    | N/A                      |
| Tulosten riittävän yksityiskohtainen raportointi                               | 2                   | 2                               | 2                                  | 2                      | 1                               | 2                    | 2                      | 2                        |
| Johtopäätökset tulosten perusteella  | 2                   | 2                               | 2                                  | 2                      | 2                               | 2                    | 2                      | 2                        |
| <b>Summa</b>   | 18                  | 16                              | 18                                 | 18                     | 17                              | 20                   | 17                     | 19                       |
| <b>Pistemäärä (max. 1.00) = summa/ (28 – (N/A määrä * 2))</b>                  | 0.90                | 0,80                            | 0.90                               | 0.90                   | 0.85                            | 1                    | 0.85                   | 0.95                     |

Kyllä = 2, Osittain = 1, Ei = 0, Ei sovellettavissa tässä tutkimuksessa = N/A





| <b>Laadullisten tutkimusten arvioitavat osa-alueet</b>          | <b>Stefan-<br/>sen ym.<br/>2016</b> | <b>Eime ym.<br/>2008</b> | <b>Turman<br/>ym. 2007<br/>(tutkimus<br/>2</b> |
|---|-------------------------------------|--------------------------|--|
| Tutkimuksen tarkoituksen kuvaus                                 | Kyllä                               | Kyllä                    | Osittain                                       |
| Tutkimusasetelman sopivuus                                      | Kyllä                               | Kyllä                    | Kyllä  |
| Tutkimuksen kontekstin kuvaus                                   | Kyllä                               | Osittain                 | Kyllä  |
| Tutkimuksen yhteys teoreettiseen taustaan                       | Kyllä                               | Kyllä                    | Kyllä  |
| Otannan strategian sopivuus                                     | Osittain                            | Kyllä                    | Kyllä  |
| Tiedonkeruumenetelmien kuvaus ja systemaattisuus                | Kyllä                               | Osittain                 | Osittain                                       |
| Tutkimuksen luotettavuutta lisäävien menetelmien käyttö         | Ei                                  | Kyllä                    | Kyllä  |
| Tiedon analysoinnin kuvaus ja systemaattisuus                   | Kyllä                               | Osittain                 | Kyllä  |
| Johtopäätökset tulosten perusteella                             | Kyllä                               | Kyllä                    | Kyllä  |
| Refleksiivisyys (esim. tutkijan oman vaikutuksen arviointi)     | Ei                                  | Ei                       | Ei   |
| <b>Summa = ("Kyllä" määrä * 2) + ("Osittain" määrä * 1)</b>     | 15                                  | 15                       | 16   |
| <b>Suurin mahdollinen summa = 20</b>                            |                                     |                          |  |
| <b>Pistemäärä (max. 1.00) = summa/ suurin mahdollinen summa</b> | 0.75                                | 0.75                     | 0.80   |

Vaihtoehdot: Kyllä/Osittain/Ei