

Jussi Mäkitervo & Aleks Niemi

LAPSIPERHEIDEN LIIKUNTA NYT JA LÄHITULEVAISUUDESSA

Delfoi-tutkimus lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavan yksityisen sektorin sisäliikuntapaikan kysynnästä ja rakenteesta

Jyväskylän yliopisto
Liikuntatieteiden laitos
Pro gradu -tutkimus
Kevät 2010

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Liikuntatieteiden laitos

MÄKITERVO, JUSSI & NIEMI, ALEKSI:

Lapsiperheiden liikunta nyt ja lähitulevaisuudessa - Delfoi-tutkimus lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavan yksityisen sektorin sisäliikuntapaikan kysynnästä ja rakenteesta

Pro gradu -tutkimus, 155 s, 18 liitesivua

Liikuntasuunnittelu ja -hallinto

2010

TIIVISTELMÄ

Tutkimuksessa syvennyttiin liikuntasuunnittelun näkökulmasta tutkimuksen kohderyhmään eli suomalaisiin lapsiperheisiin, tarkemmin ottaen pienyhteisöihin, joihin kuuluvat yhdestä kahteen aikuista ja heidän vastuullaan olevat 3–9 -vuotiaat lapset. Tutkimus käsittelee sekä lapsiperheiden liikuntaa että lapsiperheiden asemaa liikuntasuunnittelun kentässä. Tutkimuksen tarkoituksena on herättää keskustelua nykyisin vallalla olevasta lapsiperheiden liikuntatoiminnan ja liikuntasuunnittelun toimivuudesta lapsiperheen jokaisen yksilön liikunta-aktiivisuuden sekä perheiden yhteisöllisyyden edistämiseksi.

Tutkimuksen tavoitteena on selvittää onko uudelleenlapsiperheiden jokaisen yksilön motivaatio- ja liikuntatarpeet huomioivalla sisäliikuntapaikalla kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa. Edelleen tutkimuksessa selvitetään liikuntasuunnittelun suurta viitekystä mukailen, millainen liikuntapaikan rakenteen tulisi olla. Tutkimus suoritetaan osana markkinavetoisen LAPE-hankkeen (lapsiperheet) tuotteistusta. Hankkeen tarkoituksena on konseptoida lapsiperheiden arkeen sijoittuva sisäliikuntapaikka, joka vastaa perheen kaikkien yksilöiden liikuntatarpeisiin ja tukee perheen sosiaalista yhdessäoloa.

Tutkimuksessa käytetään tutkimusmenetelmänä Delfoi-metodia. Se on tulevaisuuden tutkimiseen kehitetty asiantuntijamenetelmä, jossa eri alojen asiantuntijat kertovat näkemyksensä tulevaisuuden kehityssuunnista. Tähän tutkimukseen osallistui yhteensä seitsemän asiantuntijaa kolmelta eri alalta. Tutkimus toteutettiin Optima-virtuaaliympäristössä.

Tutkimuksen tulokset osoittavat, ettei lapsiperheille ole riittävästi tarjolla kokonaisvaltaisesti koko perheen liikuntamotivaatiopohjaan sekä liikuntatarpeisiin vastaavia sisäliikuntapaikkoja ja -ryhmiä. Tästä syystä vanhemmat keskittyvät usein lastensa liikkumisen turvaamiseen jättäen omasta kunnostaan huolehtimisen taka-alalle. Lapsiperheiden jokaisen yksilön motivaatio- ja liikuntatarpeet huomioonottavaksi rakennetulle sisäliikuntapaikalle olisi siis kysyntää nyt ja tulevaisuudessa. Kyseisen paikan oikeanlaiseen rakenteeseen ei ole olemassa yhtä yleispätevää vastausta. Rakenteessa on kuitenkin huomioitava liikuntasuunnittelun suuren viitekehyksen mukaisesti niin *fyysinen, sosiaalis-organisatorinen, toiminnallinen, hallinnollinen* kuin *taloudellinen* ympäristö.

Asiasanat: liikuntasuunnittelu, lapsiperheet, perheliikunta, vapaa-aika, ajankäyttö, delfoi-menetelmä

SISÄLLYS

1 JOHDATUS TUTKIMUKSEEN	6
1.1 Lapsiperheiden liikunta-aktiivisuuden edistämisen perustelu.....	9
1.2 Tutkimuksen tausta.....	13
2 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT	15
2 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT	16
2.1 Tutkimuksen tavoitteet.....	16
2.2 Tutkimusongelmat.....	17
3 LAPSIPERHE JA VAPAA-AIKA	18
3.1 Perhe ja lapsiperhe käsitteinä.....	19
3.1.1 Perhe.....	19
3.1.2 Lapsiperhe.....	21
3.2 Perhekulttuurin muutos.....	23
3.3 Aika ja vapaa-aika käsitteinä.....	26
3.3.1 Aika.....	26
3.3.2 Vapaa-aika.....	27
3.4 Ajankäytön muutos.....	28
3.5 Lapsiperheen arki – tasapainoilua ajankäytön ja arvojen ristitulessa.....	32
3.5.1 Lasten ajankäyttö.....	32
3.5.2 Vanhempien ajankäyttö.....	34
3.5.3 Aikaa perheelle – vanhempien arvot.....	36
4 LAPSIPERHEIDEN LIIKUNTA	39
4.1 Lapsiperheiden liikunnan perusteluja.....	40
4.2 Lapsiperheiden liikunnan muotoja.....	41
4.3 Lapsiperheiden liikunnan sisältö lapsen näkökulmasta.....	44
4.3.1 1–3 -vuotiaat lapset.....	45
4.3.2 4–6 -vuotiaat lapset.....	46
4.3.3 7–9 -vuotiaat lapset.....	47
4.3.4 10–12 -vuotiaat lapset.....	47
4.3.5 LAPE-konseptin soveltuvuus eri ikäryhmille.....	48
5 LIIKUNTASUUNNITTELU JA LAPSIPERHEET	50
5.1 Liikuntasuunnittelu käsitteenä.....	50
5.2 Tarkastelussa liikuntasuunnittelun lyhyt historia – näkökulmana lapsiperheiden asema liikuntasuunnittelun kehityksessä 1900-luvulta lähtien.....	53
5.2.1 Liikuntasuunnittelun ensiaskeleet.....	53

5.2.2 Liikuntapaikkarakentamisen ja kilpaurheilun suhde voimistuu	54
5.2.3 Kuntourheilun merkitys tunnustetaan	55
5.2.4 Siirtyminen keskushallintojohtoisen suunnittelun aikaan	56
5.2.5 Kohti koko kansan liikuntakulttuuria	57
5.3 Yksityisen sektorin murtautuminen liikuntasuunnittelun ja -rakentamisen julkiseen perinnepohjaan	61
5.4 Suomalaisen liikuntakulttuurin nykytoimijakentän jäljillä	64
5.5 Liikuntapaikkojen soveltuvuus lapsiperheille	69
5.6 Lähiliikuntapaikoista helpotusta ongelmaan	72
5.7 Liikuntasuunnittelun suuri viitekehys	78
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS JA MENETELMÄN KUVAUS	82
6.1 Mikä on Delfoi?	82
6.1.1 Delfoin kehittyminen	85
6.1.2 Delfoin keskeiset ominaisuudet ja toteutusvaiheet	85
6.1.3 Delfoin heikkoudet ja vahvuudet	88
6.2. Delfoi tässä tutkimuksessa	90
6.2.1 Argumentoiva Delfoi-metodi	90
6.2.2 Tutkimuksen toteutus	91
6.2.3 Delfoin keskeisten ominaisuuksien toteutuminen tässä tutkimuksessa	94
6.2.4 Delfoi-metodin heikkouksien välttäminen tässä tutkimuksessa	95
6.2.5 Delfoi -menetelmän vahvuuksien hyväksikäyttö tässä tutkimuksessa	96
7 TULOKSET	97
7.1 Onko LAPEn kaltaiselle sisäliikuntapaikalla kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa? ...	97
7.1.1 Liikunta-aktiivisuus ja polarisaatio	98
7.1.2 Liikunta-aktiivisuus ja ajankäyttöongelmat	100
7.1.3 Perheiden ajankäytön tehostaminen	101
7.1.4 Perheiden liikunta ja yhdessäolo	102
7.1.5 Ulko- vs. sisäliikunta	104
7.2 Keskeiset fyysisen ympäristön ominaisuudet LAPEssa	106
7.2.1 Turvallisuus	106
7.2.2 Saavutettavuus	108
7.2.3 Rakenne ja käytettävyys	109
7.3 Keskeiset toiminnallisen ympäristön ominaisuudet LAPEssa	111
7.4 Keskeiset sosiaalis-organisatorisen ympäristön ominaisuudet LAPEssa	113
7.5 Keskeiset hallinnollisen ympäristön ominaisuudet LAPEssa	115
7.6 Keskeiset taloudellisen ympäristön ominaisuudet LAPEssa	116
8 POHDINTA	120
8.1 Lapsiperheiden liikunnan ongelma nykypäivänä	121
8.2 Liikuntasuunnittelun suuri viitekehys ja LAPE	126
8.3 Tutkimuksen onnistuminen	131

8.4 Jatkotutkimustarpeet	133
8.5 Delfoi-menetelmä	134
LÄHTEET	137
LIITTEET	155
LIITE 1: Lähestymiskirje	156
LIITE 2: Vastausohjeet	157
LIITE 3: Ensimmäisen Delfoi-kierroksen kysymyspatteristo	160
LIITE 4: Toisen Delfoi-kierroksen kysymyspatteristo	169

1 JOHDATUS TUTKIMUKSEEN

Elinympäristössämme viimeisen sadan vuoden aikana tapahtuneiden muutosten seurauksena liikumme vähemmän kuin koskaan. Fyysinen passiivisuus on arkipäivää myös lapsiperheissä. Lapsiperheen yhteistä liikuntaa – varsinkin harrastuksenomaista – vaikeuttaa erityisesti yhteiskunnan yksilöllistymiskehitys sekä se, että vanhempien suuren työtaakan vuoksi perheellä on vain vähän yhteistä aikaa käytössään. Perheen yhteisen ajan vähentymisen lisäksi myös arkiliikunnan määrä on viimeisten vuosikymmenten saatossa laskenut entisestään. (esim. Valtion liikuntaneuvosto 2008, 18; 2005, 4; Hirvensalo & Häyrynen 2003, 47; Laakso 2003, 17; Lintunen 2003, 25.) Arjen fyysisen aktiivisuuden väheneminen ja ajan puute asettavatkin suuria haasteita lapsiperheiden vapaa-aikaan sijoittuvalle liikunnalle.

Suuriin, koko väestön läpi leikkaaviin liikunnallisen inaktiivisuuden ongelmiin havahduttiin valtionhallinnon tasolla viimeistään 2000-luvulle tultaessa, jolloin liikunta-aktiivisuuden edistämistoimenpiteitä alettiin suunnata yhä voimakkaammin ”tavallisiin liikkujiin”. 2000-luvulla liikuntapoliittinen painopistealue onkin asettunut selkeäsanaisesti lasten ja nuorten sekä terveyttä edistävien liikkumisympäristöjen ja liikuntaolosuhteiden kehittämiseen ja edistämiseen (Valtion liikuntaneuvosto 2008 27; 2005, 11; Hallitusohjelma 2007, 32). Painopistealueet antavat vankan poliittisen alustan myös kohdennettumille lapsiperheiden liikunta-aktiivisuuden edistämisyhdistämisille. Jotta liikuntaan aktivoimistehtävässä onnistuttaisiin, tarvitaan liikuntasuunnittelua sekä liikuntasuunnittelun keinoin luotuja tarkoituksenmukaisia ja liikuntaan kannustavia liikkumisympäristöjä, joiden määrittelemiseen myös tässä pro gradu -tutkimuksessa pyritään.

Sekä liikuntasuunnittelua että lapsiperheiden liikuntaa on tutkittu Suomessa suhteellisen laajasti, mutta toisistaan erillisinä ilmiöinä. Tutkimuksen tekijät näkevätkin, että tulevaisuudessa olisi tärkeä tutkia tarkemmin liikuntasuunnittelun mahdollisuuksia

lapsiperheiden yhteisen liikunta-aktiivisuuden edistäjänä. Myös liikuntasuunnittelun käytännön tasolla on paljon opeteltavaa, sillä lapsiperheiden asema liikuntasuunnittelun kentässä on ollut aina näihin päiviin asti varsin heikko.

Tutkimuksen teoriaosiossa kuvataan lapsiperheiden liikuntaa nyky-yhteiskunnassa, selvitetään lapsiperheiden ajan puutteen vaikutusta perheen liikunta-aktiivisuuteen sekä valaistaan, minkälaisessa toimijakentässä ja rakenteissa lapsiperheiden liikunta nykyisellään toteutuu. Koska kaikkien tutkimuskohteiden monisäikeinen ymmärtäminen vaatii myös menneisyyden suhteuttamista nykyiseen, tutkimuksen teoriaosuudessa on peilattu tutkimuksen kohteiden – liikuntasuunnittelun ja lapsiperheiden – nykyisyyttä niiden historiaan. Tutkijoiden mielestä myöskään tulevaisuutta ei voi ennustaa ilman tietämystä siitä, miten tähän hetkeen on tultu.

Tutkimuksessa sovelletaan Olavi Parosen ja Ritva Nupposen (2005, 213–214) yhdyskuntasuunnittelun tasolle luomaa liikkumisympäristöihin pureutuvaa liikuntasuunnittelun mallia, jota Kimmo Suomi (2006) on edelleen muokannut liikuntasuunnittelun suureksi viitekehyyksi. Liikuntasuunnittelun suuren viitekehyyksen mukaisesti liikkumista rajoittavia ja tukevia tekijöitä tarkastellaan moniulotteisesti fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen, toiminnallisen sekä hallinnollisen ja taloudellisen ympäristön näkökulmista. Tutkimuksen tekijät ovat muokanneet kysymysasetteluillaan *liikkumisympäristön* suunnitteluun luotua mallia siten, että se soveltuu paremmin yksittäistä sisäliikuntapaikkaa käsittelevään pro gradu -tutkimukseen.

Tutkimuksen tutkimusosuudessa selvitetään lapsiperheiden jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavan sisäliikuntapaikan kysyntää ja keskeisiä ominaisuuksia. Tutkimuksen aineiston keruu on toteutettu Delfoi-metodilla, joka on tulevaisuuden ennustamiseen kehitetty asiantuntijamenetelmä.

1.1 Lapsiperheiden liikunta-aktiivisuuden edistämisen perustelu

Liikunnan kansanterveydellinen ja -taloudellinen merkitys on kiistaton. Viime vuosina tieteellinen näyttö liikunnan terveellisyydestä on edelleen vahvistunut ja tarkentunut. (Fogelholm & Vuori 2005; Vuori, Taimela & Kujala 2005; Vuori 2003 & 2002.)¹ Terveytensä kannalta liian vähän liikkuvien aiheuttaman kansantaloudellisen menetyksen arvioidaan olevan jopa 300–400 miljoonaa euroa vuodessa. Yli puolet kustannuksista aiheutuu sairauspoissaoloista ja työn tuottavuuden heikentymisestä. Loput kustannukset muodostuvat suorista terveydenhuolto- ja sosiaalimenoista. (Fogelholm, Paronen & Miettinen 2007, 4.)

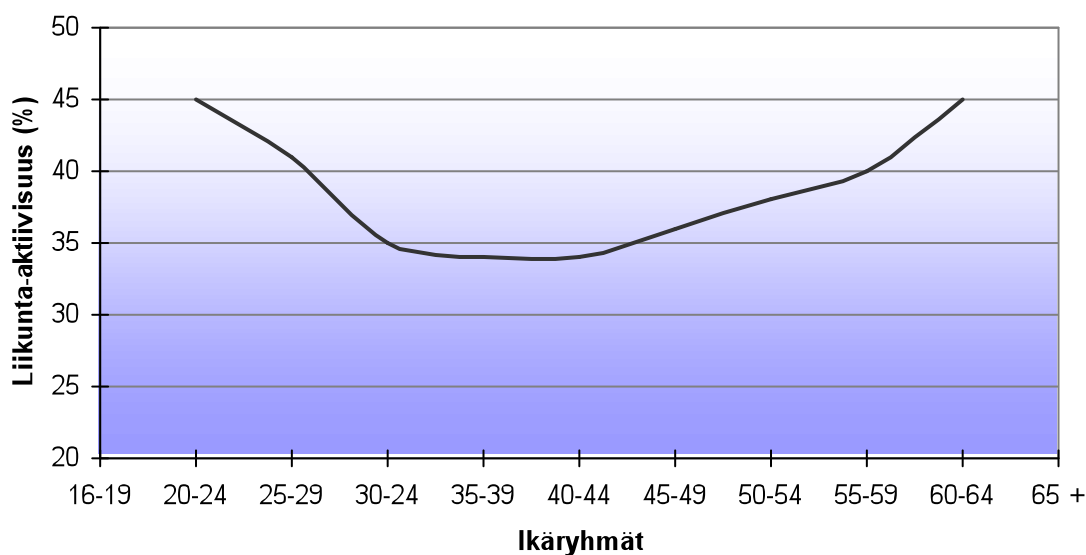
Liikunnan² edistämistoimenpiteet pyritään kohdistamaan mahdollisimman laajoja käyttäjäryhmiä koskettaviksi. Tämän hetkiseksi painopistealueeksi on asetettu lasten ja nuorten sekä terveyttä edistävien liikkumisympäristöjen ja liikuntaolosuhteiden kehittäminen ja edistäminen (Valtion liikuntaneuvosto 2008 27; 2005, 11; Hallitusohjelma 2007, 32, 34).

¹ Tutkimustiedon vahvistuessa on pystytty antamaan aikuisille terveyttä edistävän liikunnan suosituksia, joista viimeisimmät perustuvat kansainväliseen konsensukseen (Nelson ym. 2007; Haskell ym. 2007; Pate, Pratt & Blair 1995; ACSM 1978). Myös lapsille ja nuorille on annettu liikunnan suosituksia, vaikkakin tietoa lasten ja nuorten liikunnan tarpeista terveyden kannalta ei ole vielä riittävästi (esim. Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä 2008, 2008; Fogelholm ym. 2007, 24; Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2005; Cavill, Biddle & Sallis 2001).

² Liikunta voidaan määritellä monilla eri tavoilla lähtökohtien ja painotuksien mukaan. Liikuntaan liittyikin runsaasti eri käsitteitä ja nimikkeitä. Vuoren ym. (2005, 18) mukaan laajimmassa merkityksessään liikunta tarkoittaa ”*tahtoon perustuvaa, hermoston ohjaamaa lihasten toimintaa, joka aiheuttaa energiankulutuksen kasvua, ennalta harkittuihin tavoitteisiin tähtäviä ja niitä palvelevia liikesuorituksia ja koko toimintaan liittyviä elämyksiä*” (myös Laakso 2003, 15). Fogelholm, Paronen ja Miettinen (2007, 21) ovat Vuoren kanssa samoilla linjoilla, mutta lisäävät vielä, että liikunta on *tarkoituksella tehtyä* ja lisäksi myös *säännöllistä toimintaa*. Perinteisimmin liikunta on ollut osa jonkin tehtävän suorittamista, esimerkiksi töihin kävelyä tai metsän hoitoa. Tämänkaltaista liikuntaa kutsutaan nykyään yleisesti arki- tai hyötyliikunnaksi. Sitä harrastetaan monesti huomaamatta esimerkiksi pyöräiltäessä töihin tai siivotessa kotia. Varsinkin yhteiskunnan teknistymisen myötä ihmisten arki on muuttunut siten, että esimerkiksi liikkuminen paikasta toiseen ei enää vaadi liikunnallisia suoritteita. Siten liikuntaan liitetään nykyään voimakkaasti oma tahto, harrastaminen ja vapaa-aika. Nimenomaan harrasteliikunnassa liikunta on keskeinen syy toimintaan, mutta myös sen välttämätön osa. (Vuori 2003, 12–15.) Liikuntaa käytetään yleisesti fyysisen aktiivisuuden synonyyminä. Fyysinen aktiivisuus eroaa liikunnasta kuitenkin siten, että fyysisellä aktiivisuudella tarkoitetaan *kaikkea* lihastyötä, joka suurentaa energiankulutusta lepotasosta (Fogelholm ym. 2007, 21). Tässä tutkimuksessa liikunnalla ja fyysisellä aktiivisuudella tarkoitetaan yleisesti puhuttaessa Vuoren (2005) sekä Fogelholmin, Parosen ja Miettisen (2007) esittämää laajempaa määritelmää. Puolestaan tutkimuksessa mallinnetun lapsiperheille suunnatun pistemäisen rakennetun liikuntapaikan kohdalla pysytään rajoitetummin Vuoren (2003) kuvaamaan harrasteliikunnan parissa.

Lapsiperheiden liikunta-aktiivisuuden edistäminen tukee molempia yllä esitettyjä liikuntapoliittisia painopistealueita. Erityisen tärkeänä tutkimuksen tekijät näkevät lapsiperheiden liikunta-aktiivisuuden kokonaisvaltaisen edistämisen, jolloin edistämistoimenpiteet pyritään kohdistamaan sekä lapsiin että aikuisiin, ei spesifimmin vain osaan perhettä. Yhteiskunnallisen perustelun tarkastelunäkökulmaksi on valittu elämänkaaren varrella tapahtuvan liikunta-aktiivisuuden vaihtelun laajamittaisempien merkitysten esittäminen (Kuvio 1.).

Lähtökohtana voidaan todeta liikunta-aktiivisuuden vaihtelevan elämänkaarella. Suomalaisten fyysinen aktiivisuus on korkeimmillaan varhaislapsuudessa ja alkaa laskea voimakkaasti murrosiässä. Liikunnan määrä laskee edelleen varhaisaikuisuudessa ja stabiloituu normaalisti keski-iässä. Noin 45-vuotiailla suomalaisilla liikunnan määrä alkaa jälleen lisääntyä. (Compass 1999; Zacheus, Tähtinen, Koski, Rinne & Heinonen 2003, 33–35; Nupponen, Halme & Parkkisenniemi 2005, 6–7; Hämäläinen, Nupponen, Rimpelä & Rimpelä 2000, 6–7; Kannas & Tynjälä 1998, 7; Nupponen & Telama 1998, 45–47; Telama, Laakso & Yang 1994, 67.)



KUVIO 1. Aktiivista liikuntaa vähintään kolmesti viikossa harrastavien määrä ikäryhmittäin (%) Suomessa (mukauteltu Compass-tutkimus 1999 & Vuolle 2000).

Kuten kuvio 1. osoittaa, liikunta-aktiivisuus laskee kaikkein voimakkaimmin elämänkaaren keskivaiheilla, 26–45 -vuotiaiden keskuudessa. Tätä joukkoa voi Zacheuksen ym. (2003, 43–35) sanoa kutsua elämänrakentajiksi, jotka ”rakentavat” tärkeitä kulmakiviä loppuelämänsä varten. Elämäntaparakentajien elämäntilanteeseen liittyy monesti muun muassa kokopäiväisen opiskelun lopettaminen ja työuran luonnin aloittaminen sekä pariutuminen tai avioituminen, perheen perustaminen ja lapsien hankkiminen. Lukuisissa tutkimuksissa on todettu, että työelämän lisäksi nimenomaan lapset hillitsevät aikuisten liikunnan harrastamista. Muun muassa SLU:n 1990-luvun lopussa julkaiseman Liikuntagallupin mukaan 25–34 -vuotiailla naisilla juuri pienet lapset rajoittavat kaikista eniten omakohtaista liikkumista. Miehillä liikunta-aktiivisuuden on todettu olevan alhaisimmillaan puolestaan 35–44 -vuoden iässä, jolloin etenkin työ rajoittaa liikkumista. (Zacheus ym. 2003, 35; Hirvensalo & Häyrynen 2003, 49; Yang, Telama, Leino & Viikari 1999, 122–124). Valtion liikuntaneuvoston (2008, 18) mukaan tämän päivän suomalaisten aikuisten arkipäivä entistä aikataulutetumpaa ja vähäisestä vapaa-ajasta kilpailevat monet tahot – myös ne tahot, jotka lisäävät liikuntapassiivisuutta. Etenkin korkeasti koulutetut ja lapsiperheiden vanhemmat kärsivät aikapulasta ja vapaa ajan puutteesta (emt. 2008, 18).

Tilastokeskuksen keräämien tietojen mukaan vuonna 2007 ensisynnyttäjän keski-ikä Suomessa oli 28 vuotta (Stakes 2008). Tämä vahvistaakin kuviossa 1. esitettyä liikunta-aktiivisuuden vaihtelua elämänkaaren varrella. Kaiken kaikkiaan aikuisista yli puolet liikkuu suositusten/ terveytensä kannalta riittävästi. (esim. Hirvensalo ym. 2003, 47; Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06; Aikuisliikunta, 15.)³

Enää ei kuitenkaan olla huolissaan pelkästään aikuisten liikunnallisesta passiivisuudesta ja huonosta fyysisestä kunnosta, vaan yhteiskunnallinen keskustelu on kääntynyt yhä useammin koskettamaan myös lapsia ja nuoria. Vaikka monella mittarilla tarkasteltuna

³ Viimeisten suositusten mukaan jokaisen tulisi liikkua kohtalaisesti rasittavalla teholla (”kävelyteholla”) vähintään 30 minuuttia useimpina päivinä viikossa, mieluiten päivittäin. Puolen tunnin päivittäisen fyysisen aktiivisuuden voi kerätä myös kolmesta 10 minuutin pätkästä. Uudet suositukset korostavat monipuolisen liikunnan tärkeyttä. (Nelson ym. 2007; Haskell ym. 2007.) Oleellista on se, että uusien suositusten mukaan esimerkiksi kolmena päivänä viikossa toistettu juoksulenkki ei ole terveyden kannalta riittävä määrä, jos elämäntavat ovat muuten liikunnallisesti passiivisia.

suomalaisten lasten hyvinvointi on kohentunut (Moisio ym. 2008), liikunnan näkökulmasta lasten ja nuorten tilanne on huolestuttava. Noin viidennes nuorista pojista ja neljännes tytöistä liikkuu erittäin vähän ja elintapasairaudet ovat yleistyneet viime vuosina myös lasten ja nuorten keskuudessa. (Valtion liikuntaneuvosto 2008. 18.) Runsaan fyysisen aktiivisuuden on osoitettu olevan kiistatta välttämätöntä lapsen kasvulle, kehitykselle ja terveydelle. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005; Stakes 2005; Telama ym. 2001, 1382; Numminen 2000, 49.)

Pienten lasten vanhempien fyysinen passiivisuus ei ole ongelma ainoastaan heille itselleen, vaan inaktiivisuuden ”roolimallista” on todistettusti välillistä haittaa myös jälkikasvulle. Karvisen (2008, 42) mukaan vanhempien kiinnostuksen lisäksi nimenomaan vanhempien konkreettinen malli fyysisesti aktiivisesta elämäntavasta kannustaa ja motivoi lasta liikkumaan (myös Telama ym. 1994, 70). Koski (2004, 195) huomauttaa, että vanhemmilla on keskeinen rooli lapsen liikuntasuhteen rakentumisessa, sillä lapsi aistii hyvin nopeasti liikunnan merkityksen vanhemmilleen.

Yang (1997, 67–68) on väitöskirjassaan osoittanut, että vanhempien fyysisellä aktiivisuudella on yhteys lasten liikunta-aktiivisuuden määrään ja liikuntaharrastuneisuuden pysyvyyteen; fyysisesti aktiivisten vanhempien lapset harrastavat enemmän liikuntaa ja myös pitäytyvät liikunnassa fyysisesti passiivisten vanhempien lapsia todennäköisemmin. Vanhempien merkitys lasten ja nuorten liikuntaan sosiaalistumisessa ja liikunnan toteuttamisessa on hyvin merkittävä etenkin lapsen varhaisvuosina, mutta myös myöhemmin nuoruudessa (Tammelin 2008, 48–49; Rautava, Laakso & Nupponen 2003, 31). Fogelholm ym. (2005, 165) muistuttavat, että vanhemmilta saadun tuen lisäksi lasten ja nuorten liikuntaa voidaan edistää myös vanhempien omaa arkipäiväistä fyysistä aktiivisuutta edistämällä.

Vanhempien liikuntamyönteisyyden ja konkreettisen liikuntamallin tärkeä merkitys korostuu myös sen vuoksi, että fyysisesti aktiiviseen elämäntapaan olisi hyvä sosiaalistua jo varhaislapsuudessa. Lapsuudessa omaksutun liikunnallisen elämäntavan on todettu

olevan suhteellisen pysyvää; liikunnan harrastaminen lapsena ja nuorena lisää todennäköisyyttä, että yksilö harrastaa liikuntaa myös aikuisiällä. Sama pätee fyysiseen kuntoon. (Telama, Yang & Hirvensalo 2006, 76–86; Hirvensalo, Lintunen & Rantanen 2000, 37; Yang ym. 1999, 120, 124–125; Barnekow-Bergvist, Hedberg, Janlert & Jansson 1998, 299–300; Yang 1997, 67–68.)

1.2 Tutkimuksen tausta

Tutkimuksen kohde – lapsiperheille suunnattu sisäliikuntapaikka, joka vastaa sekä vanhempien että lasten erilaisiin yksilöllisiin motivaatio- ja tarveperusteisiin rikkomatta kuitenkaan lapsiperheen sosiaalista yksikköä – sai ensisysäyksensä jo vuonna 2006. Tällöin jyvaskyläläisessä liikuntasuunnitteluun ja toimialan konsultointiin erikoistuneessa asiantuntija- ja kehitysyhtiö Primo Health Finland Oy:ssä⁴ havahduttiin työkentältä nousseiden empiiristen havaintojen pohjalta pohtimaan sitä, miksi lapsiperheille ei ole tähän päivään mennessä mallinnettu kohderyhmän ehdoilla rakennettua liikuntapaikkapalvelua. Liikuntasuunnittelussa on erotettu vanhempien ja lasten liikunta voimakkaasti toisistaan ja tämänhetkiset liikunnan rakenteet eivät tue lapsiperheen kokonaisvaltaista liikuntaa. Lapsiperheiden vapaa-aika ei yksinkertaisesti riitä siihen, että jokainen perheenjäsen liikkuisi omissa harrastuksissaan. Tästä seuraa käytännössä se, että vanhemmat usein leikittävät lapsia tai vievät lapsia harrastuksiin ja passivoituvat itse. ”Hyvän vanhemmuuden” puristuksessa lapset asetetaan aina etusijalle ja omasta liikunnasta tingitään.

Automatkalla ilmoille heitetty ajatus lapsiperheiden liikunta- ja elämysympäristöstä jäi muhimaan mieliin ja odottelemaan jatkojalostusta. Pienen porukan kesken orastavaa liikeideaa alettiin kehittää aluksi epävirallisemmissa ja dokumentoimattomissa keskusteluissa. Ajan kuluessa ajatusmallit kirkastuvat ja moniin epäselviin ongelmiin

⁴ Primo Health Finland Oy mallintaa, omistaa ja levittää monistuskelpoisia liikuntapaikka- ja liikuntapalvelukonsepteja ja organisoii edelleen toimijat konseptien operatiivisten toimintojen hoitamiseksi.

onnistuttiin kehittämään toimivalta tuntuvia ratkaisuja, jolloin konseptin perusratkaisujen toimivuus alkoi tuntua yhä vahvemmalta.

Vuonna 2007 Primo Health Finland Oy:ssä päätettiin alkaa resursoida konseptin mallintamiseen ja hankkeesta aloitettiin oma projektityönsä työnimellä LAPE (= lapsiperheet). Teknologioiden ja innovaatioiden kehittämissyhtiö TEKES myönsi yhtiölle 2007 kesällä hanketta koskevan valmistelurahoituksen ja esityksen jälkeen Jyväskylän seudun kehittämissyhtiö JYKES lähti tukemaan hanketta. Alkusyksystä 2008 Primo Health Finland Oy aloitti EU:n aluekehitysrahaston tuella laajan konseptin mallinnustyön.

Primo Health Finland Oy:ssä haluttiin lähteä kehittämään palvelukonseptin sisältöä myös liikuntatieteellisestä näkökulmasta, mikä avasi tutkijoille mielenkiintoisen mahdollisuuden valmistaa aiheesta liikuntasuunnittelun pro gradu -tutkimus. Selvennykseksi ja epäselvyyksien välttämiseksi todettakoon jo tässä vaiheessa, että toinen tutkimuksen tekijöistä on Primo Health Finland Oy:n perustaja ja johtava osakas.

LAPE-konseptin peruseriaatteiden kuvaus

Jotta lukijalle muodostuisi kuva siitä, mitä tässä tutkimuksessa tarkoitetaan käytännössä LAPE-konseptista puhuttaessa, tutkijat ovat kuvanneet alle LAPEn tärkeimmät peruseriaatteet.

LAPE on lapsiperheen arkeen kiinnittyviin haasteisiin ja ongelmiin ratkaisuja tarjoava, monistettava sisäliikuntapaikkakonsepti. LAPEn tavoitteena on yhdistää saman palvelun piiriin aikuisten tasokas liikunta ja lasten leikki sekä perheen sosiaalinen kanssakäyminen. Uutta ja yllättävää on se, että LAPE pyrkii tyydyttämään perheen yksilöiden liikunta-, leikki- ja motivaatiotarpeet ja tarjoamaan samalla ratkaisuja perheen sosiaalisen yhdessäolon vaatimukseen.

Vanhemmilla on tarve huolehtia sekä omasta että lastensa fyysisestä aktiivisuudesta ja vastata samalla perheen riittävästä ja laadukkaasta yhdessäolosta. Perheen ja työelämän yhdistämisen aiheuttama ajan puute pakottaa vanhempia perhekeskeisen ilmapiiriin paineessa karsimaan omista vapaa-ajan harrastuksistaan. Päivittäisten valintojen yhdistäminen saman palvelun piiriin tarjoaa merkittäviä etuja lapsiperheiden arjen ajankäyttöön haasteisiin sekä fyysiseen ja psyykkiseen jaksamiseen.

LAPEssa korostuu lapsiperheen sosiaalisena yksikkönä toimimisen mahdollistuminen. Lapsista vastuussa olevilla vanhemmilla on koko ajan kontakti lapsiinsa. LAPE kasvattaa perheen yhteistä sosiaalista pääomaa ja opettaa innostavassa ympäristössä liikunnan ja yhdessä tekemisen tärkeyttä.

Fyysisesti LAPE sijoittuu lapsiperheiden päivän- ja kaupunkipiiriin alueelle. LAPEn saavutettavuuden tulee siis olla hyvä, sillä perheet ovat valmiita matkustamaan liikuntapaikalle arkena noin 8-12 minuuttia. LAPEn pyrkimyksenä on sijoittua saumattomasti lapsiperheiden arkeen palveluna, jota perheet voivat käyttää jopa useita kertoja viikossa, lyhyitä aikoja kerralla (vrt. esim. kylpylät tai hivi- ja seikkailupuistot).

LAPE on suunnattu lähtökohtaisesti 3–9 -vuotiaille lapsille ja heidän vanhemmilleen. Alle 3-vuotiaat ovat LAPEn perusideaa ajatellen yleisesti ottaen vielä liian nuoria, sillä vaikka 1-3 -vuotias lapsi leikkii paljon itsekseen, hän ei viihdy yksin pitkiä aikoja, jolloin vanhempien oma liikkuminen ”kärsii”. Yli 9-vuotiaille LAPE ei välttämättä kykene tarjoamaan tarpeeksi haastavaa, monipuolista ja laajaa liikkumisympäristöä.

Kohderyhmän tarpeet, joihin LAPE pyrkii vastaamaan ovat:

- Lapsiperheen ajan puute, liikuntatilan helppo saavutettavuus
- Vanhempien oma henkilökohtainen liikuntamotivaatio; heidän kunto- ja terveysliikuntansa
- ”Hyvän vanhemmuuden” vaatimukset
 - Vanhempien perhelähtöisistä arvoista kumpuava tarve huolehtia lapsesta ja olla ”hyvä äiti tai isä”
 - Lapsiperheen yhteinen aika ja perheen sosiaalisena yksikkönä toimimisen tärkeys

Tärkeää on huomata, että LAPE on tarkoitus konkretisoida yksityisen sektorin palveluna, minkä vuoksi sen olisi oltava myös osakkeenomistajilleen taloudellisesti kannattava.

2 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT

2.1 Tutkimuksen tavoitteet

Tutkimuksessa syvennyttään liikuntasuunnittelun näkökulmasta tutkimuksen kohderyhmään eli suomalaisiin lapsiperheisiin, tarkemmin ottaen pienyhteisöihin, joihin kuuluvat yhdestä kahteen aikuista ja heidän vastuullaan olevat 3–9 -vuotiaat lapset. Tutkimuksessa tarkastellaan sitä, miten perhekulttuurin muutos ja vanhempien ajan puute ovat vaikuttaneet ajan saatossa ja vaikuttavat tänä päivänä lapsiperheiden liikuntaan. Edelleen tutkimuksen teoriaosuudessa otetaan selville, miten lapsiperheet ovat asemoituneet Suomessa liikuntasuunnittelun kenttään sen lyhyen historian aikana ja minkälaisin keinoin liikuntasuunnittelussa pyritään nykyään edistämään lapsiperheiden liikunta-aktiivisuutta.

Tutkimusaineiston keruun avulla tutkijoiden tavoitteena on selvittää, onko uudelleenlaiselle lapsiperheiden jokaisen yksilön motivaatio- ja liikuntatarpeet huomioonottavalle rakennetulle sisäliikuntapaikalle kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa. Lisäksi tutkimuksessa selvitetään, mitä fyysisen, toiminnallisen, sosiaalis-organisatorisen, hallinnollisen ja taloudellisen ympäristön näkökulmia tulee ottaa huomioon uudentyypistä lapsiperheiden sisäliikuntapaikkaa rakentaessa.

Tutkimuksen tekijöiden tavoitteena on ajatuksillaan ja kannanotoillaan herättää keskustelua nykyisin vallalla olevasta lapsiperheiden liikuntatoiminnan ja liikuntasuunnittelun toimivuudesta lapsiperheen vanhempien liikunta-aktiivisuuden ja perheiden yhteisöllisyyden näkökulmista.

Tutkimuksessa käytettävä tutkimusmenetelmä on Delfoi-metodi. Metodia käytetään ensimmäistä kertaa Jyväskylän yliopiston liikuntatieteiden laitoksella tutkimusmenetelmänä. Metodivalinta tarjoaa tutkijoille paitsi mielenkiintoisen

lisähaasteen myös mahdollisuuden testata uudenlaisen metodin soveltuvuutta liikuntasuunnittelun tutkimuskenttään.

Sekä tutkimuksen toimeksiantajan että sen tekijöiden intresseistä johtuen tutkimuksessa on vahva sidos yksityiseen sektoriin. Tutkimuksen yhtenä käytännön tavoitteena on osaltaan auttaa toimeksiantajaa liiketoiminnallisesti menestyvän lapsiperheille suunnatun liikuntakeskuskonseptin mallintamisessa.

2.2 Tutkimusongelmat

Tutkimuksen tutkimusongelmat jakaantuvat seuraavasti:

Teoriaosuus:

1. Miten nykyiset perheliikuntamuodot vastaavat lapsiperheiden liikuntatarpeisiin?
2. Miten liikuntasuunnittelussa otetaan ja on ajan saatossa otettu huomioon lapsiperheiden liikunta?

Tutkimusosuus:

3. Onko lapsiperheiden jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavalla sisäliikuntapaikalla kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa⁵?
4. Mistä keskeisistä a) *fyysisen*, b) *sosiaalis-organisatorisen*, c) *toiminnallisen*, d) *hallinnollisen* ja e) *taloudellisen* ympäristön ominaisuuksista lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaava sisäliikuntapaikka muodostuu?

Pohdinta:

5. Miten Delfoi-metodi soveltuu liikuntasuunnittelun ja -hallinnon tutkimukseen?

⁵ Tutkimuksen aikajänne 2009–2015.

3 LAPSIPERHE JA VAPAA-AIKA

Työstä aiheutuvat paineet, venyvät työajat sekä fyysinen ja psyykinen jaksaminen ovat olleet viime vuosien keskeisimpiä työelämän ongelmia. Korkeasti koulutetun keskiluokan ongelmaksi on muodostunut se, että kaikesta muusta ajasta paitsi työajasta on pulaa. Työnpaljouden varjopuoliksi on julkisuudessa esitetty sekä lasten joutumista yleisesti laiminlyödyiksi että työuupumuksen lisääntymistä. Ajan niukkuus on tänä päivänä koko yhteiskunnan yhteinen kokemus. Tämän kokemuksen vastapainoksi on viime vuosina syntynyt pitkien työaikojen ja työn hallitseman elämän vastainen ”*elämässä pitää olla muutakin*” -normi. (Julkunen ym. 2004, 219–246.)

Kiireestä huolimatta sekä liikunta että yhdessä vietetty aika ovat perheelle tärkeitä arvoja. Vapaa-aika asettuu yhtenä teemana tutkimuksen keskiöön, koska perheiden yhdessä harrastamat aktiviteetit ja yhdessä vietetty aika sijoittuvat lähes poikkeuksetta vapaa-ajalle⁶. Erityisesti harrastettuun liikuntaan liittyy nykyään voimakkaasti oma tahto, tietoinen valinta ja vapaa-aika (Vuori 2003, 12–15).

Määrittelemällä käsite vapaa-aika ja kartoittamalla perheiden vapaa-ajan määrää ja sille asetettuja odotuksia, kyetään selvittämään, millaisia vapaa-ajan aktiviteetteja perheille tulisi tarjota ja vastaako nykyisen kaltainen lapsiperheiden liikunta tähän kysyntään. Lisäksi saadaan selville se, onko perheillä yleensäkin aikaa harrastaa vapaa-ajallaan haluamiaan asioita yhtenä perheyksikkönä.

⁶ Viimeisten vuosikymmenten aikana suomalaisten liikunnan harrastamisessa on tapahtunut olennainen muutos. Liikunnan harrastaminen kertaluontoisena on lisääntynyt (= harrasteliikunta) samalla, kuin arkiliikunnan määrä on vähentynyt (Valtion liikuntaneuvosto 2008 18; 2005, 4; Hirvensalo ym. 2003, 47).

3.1 Perhe ja lapsiperhe käsitteinä

Perheen ja lapsiperheen määrittely voi aluksi tuntua helpolta tehtävältä, mutta todellisuudessa ihmiset ymmärtävät ne hyvin eri tavoilla. Jäljessä perhe- ja lapsiperhekäsitteet määritellään rakenteellisesti niihin kuuluvien jäsenten perusteella. Näitä keskeisiä käsitteitä avataan myös tilastollisesta näkökulmasta ja annetaan kuva siitä, millaiselle kohderyhmälle LAPE-konsepti on tarkoitettu.

3.1.1 Perhe

Suomessa oli vuoden 2006 lopussa kaikkiaan 1 431 000 perhettä ja perheiden määrä kasvoi viidellä tuhannella edellisestä vuodesta. Perheisiin kuului vuonna 2006 77 % väestöstä. Avioparit muodostivat perheistä 65 % ja avoparit 21 %. Yhden vanhemman perheitä oli hieman alle 13 %. Saman sukupuolen rekisteröityjen parien perheitä oli ainoastaan 0,06 % eli 948 kappaletta.⁷ (Kartovaara 2007a, 33–38; Kartovaara 2007b, 49–51; Perheet 2006.)

Viime vuosikymmeninä perhe on instituutioina kokenut kovaa myllerrystä. Silti perhe on yksilön elämässä edelleen ensimmäinen hänen suhdettaan yhteiskuntaan välittävä instituutio. (Antikainen 1993, 109–110; Durkin 1995, 14.) Perheen ja perhemuotojen monimerkitykselliset määritelmät kertovat osaltaan yhteiskunnan muutoksesta. Tutkimuksen kannalta on tarpeellista määritellä, mitä perheellä tarkoitetaan. Perheen määrittelyt vaihtelevat suuresti eri lähteiden välillä. Seuraavat eri lähteiden määritelmät antavat hyvän kuvan käsitteen monimuotoisuudesta.

”Perhe on keskenään liitossa olevien vanhempien ja heidän lastensa muodostama yhteisö. Perheeseen kuuluu isä, äiti ja lapset.” (MOT Suomi 1.0a.)

⁷ Perheiden määrä on tilastokeskuksen tutkimuksiin perustuva. Tilastokeskuksen määritelmän mukaan perhe muodostuu avioliitossa, avoliitossa tai rekisteröidyssä parisuhteessa olevista vanhemmista ja heidän lapsistaan tai yhdestä vanhemmasta ja lapsista tai avioparista tai avoparista, joiden luona ei vakituisesti asu lapsia. Tilastokeskus siis määrittelee perheen sen koostumuksen perusteella, joten tilastokeskuksen mukaan perhe voi koostua vain yhdessä asuvista ihmisistä.

”Perhe on yhdessä asuvien ihmisten ryhmä, jonka tavallisesti muodostavat kaksi keskenään avio-, avoliitossa tai rekisteröidyssä parisuhteessa olevaa henkilöä ja heidän lapsensa tai yksinhuoltaja lapsineen tai lapseton pariskunta” (MOT Kielitoimiston sanakirja 1.0).

”Perheen muodostavat yhdessä asuvat avio- tai avoliitossa olevat tai parisuhteensa rekisteröineet henkilöt ja heidän lapsensa tai jompikumpi vanhemmista lapsineen. Perheen muodostavat myös avio- ja avopuolisot sekä parisuhteensa rekisteröineet henkilöt, joilla ei ole lapsia”. (Kartovaara 2007a, 32.) Arvosen (2004c, 16) mukaan perhe on vuorovaikutusyksikkö, johon perheenjäsenet kuuluvat yksilöinä. Jaraston ja Sinervon (1997, 125) mielestä perhe on puolestaan yhteisö, jonka sen jäsenet itse mieltävät perheeksi.

Edellä esitetyt perheen määritelmät eroavat toisistaan monessa mielessä. Joidenkin määritelmien mukaan perheeseen kuuluu isä, äiti ja lapset, kun taas toiset määrittelevät perheeksi myös lapsettomat puolisot. Toisaalta perheeksi voidaan ymmärtää myös yhteisö, jonka jäsenet yhdessä mieltävät perheeksi.

Perhekäsitteen eroavaisuus tulee esille myös yksilöiden subjektiivisista mielipiteistä. Suurin osa suomalaisista pitää avioparia ja avoparia lapsineen perheenä. Lisäksi yhdessä asuvat isovanhemmat sekä vanhemmat ja lapset koetaan perheyksiköksi, mutta muuten mielipiteet jakaantuvat selvemmin. Esimerkiksi lapsetonta avioparia pitää perheenä 65 % suomalaisista, kun taas samaa sukupuolta olevat vanhemmat lapsineen edustavat perhettä 60 %:lle suomalaisista.⁸ (Pajaanen 2007, 26–27.)

Perhekäsitteen monimerkityksellisyyttä ilmentää myös kesällä 2009 Suomen mediassa esiin noussut keskustelu egyptiläisen isoäidin maastakarkotuspäätöksestä. Isovanhemmalle ei myönnetty oleskelulupaa, koska häntä ei määritellä Suomessa

⁸ Kun sama tutkimus toteutettiin sekä vuonna 1997 että 2007, ihmiset määrittivät perheen molempina ajankohtina hyvin samalla tavalla. Mielenkiintoinen muutos oli kuitenkin se, että vuonna 2007 vastaajista entistä pienempi osa piti lapsetonta avioparia perheenä. Samaa sukupuolta olevan lapsettoman parin näki perheenä vuonna 2007 puolestaan hieman useampi kuin vuonna 1997.

perheenjäseneksi. Kansa taas oli asiasta eri mieltä ja puolsi isoäidin oikeutta jäädä maahan perheensä pariin. (Helsingin Sanomat 2009.)

Kartovaaran (2007b, 56) mukaan Suomesta löytyy kaikkiaan 24 vaihtoehtoista perherakennetta. Tutkijat olettavatkin, että juuri tästä syystä perhekäsitteen ympärille on luotu uusia tarkentavia termejä, kuten uusperhe, lapsiperhe, yksinhuoltajaperhe ja sateenkaariperhe. Tarkentavien termien avulla voidaan kuvata jotain tiettyä osa-aluetta tai yksityiskohtaa käsitteestä, joka on aikojen saatossa saanut monia uusia määritelmiä ja määrittelytasoja. Perhekäsitteen laajeneminen vaatii lisääntyntä tarkkuutta termin käytössä. Siksi onkin ensisijaisen tärkeää tuoda täsmällisesti esille se, mitä perhe tarkoittaa tieteellisessä viitekehyksessä.

Tässä tutkimuksessa LAPEn yhteydessä perheellä tarkoitetaan pienyhteisöä, johon kuuluu yhdestä kahteen aikuista (yleisimmin isä ja/tai äiti) sekä heidän vastuullaan olevat yksi tai useampi 3–9 -vuotias lapsi. Perheen käsite on rajattu tutkimuksessa näin, sillä LAPE-konsepti soveltuu parhaiten juuri tämän kaltaisille perheille (ks. sivu 48–49). Selvennykseksi todettakoon, että käsitteiden määrittelyn jälkeen termejä perhe ja lapsiperhe käytetään tutkimuksessa toistensa synonyymeinä. Tutkijat päätyivät tällaiseen ratkaisuun kieliteknisistä syistä, jotta tutkimuksen teksti olisi helpolukuisempaa.

3.1.2 Lapsiperhe

Lapsiperheeksi luokitellaan perhe, jossa on vähintään yksi alle 18-vuotias lapsi. Vuonna 2006 Suomessa oli 589 000 lapsiperhettä, joka on 24,5 % kaikista suomalaisista kotitalouksista ja 41 % kaikista suomalaisista perheistä. Lapsiperheissä oli vuonna 2006 yhteensä noin 1 100 000 lasta. Lapsiperheiden osuus maamme perheistä on ollut 1960-luvulta lähtien laskussa. Nykyisten lapsiperheiden lopullinen lapsiluku on keskimäärin 2,3 lasta. (Kartovaara 2007a, 33–43; Perheet 2006; Lapsiperheet tyypeittäin 1950–2006.) Vuonna 2006 tilastoitiin 277 000 perhettä, joissa on alle 7-vuotiaita lapsia. (Kartovaara 2007a, 43; Sauli 2007, 273–278.) Voidaan siis olettaa, että LAPE-konseptin

kohderyhmään kuuluvia perheitä (lapset 3–9 -vuotiaita) on noin puolet suomalaisista lapsiperheistä.

Ydinperheet ja uusperheet muodostavat valtaosan suomalaisista lapsiperheistä, joissa on 3–9 -vuotiaita lapsia. Tästä syystä ne ovat tämän pro gradu -tutkimuksen kannalta mielenkiintoisimmat perhemuodot. Määrällisesti merkittävimpien lapsiperhetyyppien esittely ja määrittely auttaa rajaamaan tutkimuksen kohderyhmän ja luo selkeyttä eri perhemuotojen käsittelyyn sekä antaa suuntaviivoja LAPE-konseptin sisällön suunnitteluun.

Ydinperhe on niin sanottu ihanneperhemalli. Ydinperhekäsite on muodostunut 1800-luvun teollistuneessa yhteiskunnassa ja on edelleen voimissaan. (Hirsjärvi ym. 1998, 14.) Ydinperheeseen kuuluu ainoastaan kahden peräkkäisen sukupolven edustajia. Siten se muodostuu isästä ja/tai äidistä ja heidän lapsesta/lapsistaan. (Jallinoja 1985, 7–8.) Ydinperheen määritelmä on siten hyvin lähellä yleistä lapsiperheen määritelmää. Erona on kuitenkin se, että lapsiperheessä voi asua useampia sukupolvia samassa taloudessa. Lisäksi lapsiperheen määritelmä pitää sisällään uusperheet ja sateenkaariperheet, jotka taas eivät kuulu ydinperheen määritelmän alle.

Muun muassa individualisoinnin vuoksi perinteinen ydinperhe on saanut rinnalleen nyttemmin myös uusperheen. Uusperhekäsite on vakiintunut kielenkäyttöömme 1980-luvulla kuvaamaan eronneiden uusia liittoja, joissa on mukana puolisoitten lapsia aiemmista parisuhteista. Vielä 1950-luvulla uuteen suhteeseen siirryttiin lähinnä vain puolison kuoleman jälkeen ja avioerot olivat hyvin harvinaisia. Nykyään tilanne on toinen. Eronneiden solmimat uudet suhteet yleistyvät jatkuvasti, kun taas leskien solmimien uusien liittojen määrä on pysynyt vakiona – marginaalisen pienenä. (Ritala-Koskinen 1993, 1–2.)

3.2 Perhekulttuurin muutos

Esiteollisessa yhteiskunnassa perhe toimi tuotantoyksikkönä, jonka tarkoituksena oli tuottaa riittävästi ravintoa. Koti, työ ja vapaa-aika kulkivat tiiviisti käsi kädessä ja kaikki toiminnot tapahtuivat kodin välittömässä läheisyydessä. Elämän pyöriminen yhdessä pihapiirissä suuren suvun keskellä ei luonnollisesti jättänyt tilaa yksityisyydelle. Tämä johti voimakkaaseen yhdenmukaisuuden paineeseen, jossa kaiken toiminnan oli palveltava yhteistä hyvää ihmisten henkilökohtaisten tarpeiden sijaan. (Itkonen ym. 1992, 24–25.)

Teollisen yhteiskunnan myötä ihmisten toiminnot eriytyivät sekä työn ja vapaa-ajan että eri ikäryhmien suhteen. Työt siirtyivät kodin ulkopuolelle, mikä mahdollisti yksityisyyden lisääntymisen. Toimintojen eriytyminen lievensi yhdenmukaisuuden painetta ja ihmiset alkoivat ajatella asioita omasta näkökulmastaan. (Itkonen ym. 1992, 25; Shivers & deLisle 1997, 171–173.)

Edelleen jälkimodernissa yhteiskunnassa on havaittavissa kehitystä, jossa julkisen ja yksityisen tilan raja on hämärtyvässä. Tämä ilmenee muun muassa siinä, että työtä ja vapaa-aikaa on entistä vaikeampi erottaa toisistaan eli työt seuraavat yhä useammin tekijäänsä kotiin. Myös vapaa-ajan harrastukset muuttuvat tällöin työtehtävien kaltaisiksi ja lopulta on yhdentekevää työskenteleekö ihminen tietokoneensa ääressä kotona vai työpaikalla. (Itkonen ym. 1992, 25–26; Shivers ym. 1997, 171–173.)

Perhe ja perheihanne ovat nykyisessä muodossaan lähtöisin esiteollisen ja teollisen ajan taitekohdasta 1800-luvulta. Tuolloin äiti kohtasi uuden vastuullisen roolin lasten kasvattajana ja isän rooli piiskanantajana keveni. Näistä elementeistä lähti kasvamaan nykyinen perhemalli, jossa korostuu tasa-arvo, puolison valitsemisen vapaus ja kasvatuksen merkitys. (Häggman 1992, 4–9; Häggman 1994, 16–24; Hirsjärvi ym. 1998, 14–20.)

Vanhempien muuttuneiden roolien lisäksi perheiden rakenteet ja toimintatavat ovat saaneet uusia muotoja. Muun muassa siirryttäessä esiteollisesta teolliseen ja edelleen jälkiteolliseen yhteiskuntaan perheiden koko on pienentynyt huomattavasti. Tämä johtuu siitä, että esiteollisessa yhteiskunnassa suuri perhe tarkoitti suurta työvoimaa. Lisäksi saman katon alla saattoi asua useita sukupolvia, joten perheet olivat paikoitellen hyvinkin suuria. (Antikainen 1993, 110; Itkonen ym.1992, 26.) Myös perheiden hajoaminen on muuttanut perheiden rakenteita merkittävästi. Perheen jäsenten yksilöllistyminen eli individualisoituminen⁹ on mahdollistanut avioerot ja lisäksi naisten työssäkäynti sekä koulutus ovat lisänneet naisten mahdollisuuksia taloudelliseen itsenäisyyteen. (Beck & Beck-Gernsheim 2002, 54–74; Itkonen ym.1992, 27; Jallinoja 1985, 115.)

Yksilöllistymiskehityksestä huolimatta perhe koetaan nykyään yhä tärkeämmäksi (Liikkanen 2004, 2–3). Vuoden 2007 perhebarometrin mukaan perhe merkitsee suomalaisille ennen kaikkea läheisyyttä, vastuuta muista ihmisistä, yhdessä olemista ja henkistä tukea. (Paajanen 2007, 23–24.) Erityisesti nuoret näkevät perheen roolin kasvattajana tärkeäksi. Nuorten mielestä perheen tehtävä on arvomaailman, perinteiden ja arvostuksien välittäminen sekä vastuullisuuden ja huolenpidon opettaminen. (Aittola 1998, 183–185; Aittola ym. 1997.) Yleisesti voidaankin todeta, että perheen merkitys ei ole viimeisten vuosikymmenten aikana suuresti muuttunut (Paajanen 2007, 26).

Vaikka perheen merkitys ei ole suomalaisille viimeisten vuosikymmenten aikana juurikaan muuttunut, perheen sisällä vanhempien roolit ovat kuitenkin sekoittuneet. Perinteisen roolikäsityksen mukaan isä toi leivän pöytään ja äiti hoiti kotia sekä lapsia (Julkunen ym. 2004, 155). Tämä käsitys on kuitenkin murtunut lähinnä ammatillisen rakennemuutoksen ja naisten emansipaation myötä. Muun muassa työpaikkojen syntyminen kaupunkeihin on mahdollistanut naisten siirtymisen työelämään. Myös

⁹ Individualisoitumisen perusajatus on se, että ihminen on oman itsensä hallitsija. Tämä näkemys on noussut esiin yhteiskunnan teollistumisen myötä, kun vapaus oman elämän hallintaan parani. Individualisoitumisen mukana perheenjäsenistä on tullut yksilöitä, jotka tekevät monenlaisia asioita perheestään riippumatta, omilla ehdoillaan. (Beck ym. 2002, 1–3; Itkonen ym. 1992, 25–26; Jallinoja 1985, 116.) Tämä kehitys on johtanut siihen, että perhe ei vietä enää juurikaan aikaa yhdessä. Yksilöitymisen myötä myös parisuhteiden koossapitäminen on usein ongelmallista, sillä puoliset viihtyvät yhdessä keskimäärin vain 20 minuuttia päivässä. (Daly 1996, 37.)

syntyvyyden säännöstely, teknologian kehitys sekä valinnanvapauden ja vapaa-ajan lisääntyminen ovat lisänneet länsimaissa isän osallistumista kodin- ja lastenhoitoon. Nykyään puhutaankin uudesta isyydestä, joka tarkoittaa erityisesti miesten osallistumista ja vanhempien välistä tasa-arvoa perheen hoidossa. (Huttunen 1998, 36–39; Salmi 2004, 4–5.)

Isien odotetaan touhuavan lastensa kanssa ja muun muassa kuljettavan heitä harrastuksista toiseen. (Pääkkönen ym. 2002; Aalto ym. 2005, 33–36.) Uuden isyyden kautta myös LAPE-konseptin kohderyhmää tulee tarkastella uudessa valossa, sillä isien vastuulle on siirtynyt yhä enemmän lasten kanssa leikkiminen ja harrastaminen. Nykyään on tyypillistä, että isä harrastaa lasten kanssa esimerkiksi erilaisia liikunnallisia aktiviteetteja samaan aikaan, kun äidit hoitavat omia tarpeitaan ja antavat aikaa itselleen. Myös isien tekemä kotitöiden määrä on kasvussa, mikä vähentää äidin työtaakkaa kotona - tosin äidit käyttävät edelleen isiä enemmän aika kodinhoitoon (Niemi & Pääkkönen 2001, 23–25).

Perheen rinnalle on muodostunut myös uusi kasvattaja – yhteiskunta. Se puuttuu monella tapaa lasten kasvatukseen. Perheiden arkea ohjaavat esimerkiksi monet eri velvollisuudet, kuten päiväkodin, koulun, työn ja harrastusten aikataulut. Kuitenkin edelleen ollaan yleisesti sitä mieltä, että perhe on se yksikkö, joka rakentaa puitteet lapsen kasvu- ja kehitykselle. Isän ja äidin vaikutuksen merkitystä jälkeläisiinsä ei voikaan kiistää. On kuitenkin tärkeää huomata, että nykyään myös muilla tahoilla, kuten koululaitoksella, medialla, ystäväpiirillä tai harrastuksilla on itsessään yhä voimakkaampi sosiaalistava vaikutus. Perheen ja sen yksilöiden toiminta on siirtynyt vahvasti kodin ulkopuolelle ja toimintaa ohjataan entistä enemmän myös korkeammalta tasolta. Olemmekin nyky-yhteiskunnassa täysin riippuvaisia erilaisista instituutioista. (Beck ym. 2002, 22–23, 91; Holloway & Valentine 2000, 10–11; Hurme 1995, 150–151; Koski 2004, 195; Itkonen ym. 1992, 24; Jarasto ym. 1998, 80–83.)

3.3 Aika ja vapaa-aika käsitteinä

3.3.1 Aika

”Aika on sitä, mitä mitataan kellolla ja minkä etenemistä seurataan kalenterista”. Edellisen lauseen allekirjoittaa moni, mutta sen syvemmälle ei useimpien pohdinta ajan merkityksestä yllä. Sosiologeille aika on kuitenkin mielenkiintoinen tutkimuskohde, sillä sen merkitys vaihtelee siirryttäessä kulttuurista ja ajanjaksosta toiseen. (Itkonen & Pirttilä 1992, 9; Horelli & Wallin 2006, 11.)

Sosiologinen tutkimus jaottelee ajan kolmeen päätyyppiin:

1. sykliseen aikaan (esiteollinen yhteiskunta)
2. lineaariseen aikaan (teollinen yhteiskunta)
3. subjektiiviseen aikaan (jälkiteollinen yhteiskunta)

Syklinen aika määräytyy luonnonrytmin sekä vuoden- ja vuorokauden aikojen mukaan. Tällainen ajantaju oli ominaista keräily-, pyynti- ja viljely-yhteiskunnissa, joissa ruoan hankinta oli ensisijaista. Ajan syklisyys oli ominaista Suomessakin vielä 1900-luvun taitteessa. (Itkonen ym. 1992, 10; Niemi, Horelli, Kiiskilä & Haverinen 2006, 26; Daly 1996, 5–8; Beck ym. 2002, 88.)

Lineaarinen aika sijoittuu historiallisesti teollistumisen alkuun. Tuolloin aika oli suoraviivaisesti etenevää ja tarkasti mitattavaa; ”tehtaan pilli” määritti ajankulun ja elämänrytmin. Teollistumisen alkuvaiheessa kodin ulkopuolinen työ kosketti lähinnä miehiä ja naiset hoitivat edelleen kotia. (Itkonen ym. 1992, 10; Daly 1996, 6–8; Beck ym. 2002, 89.)

Subjektiivinen aika on ominaista jälkiteolliselle yhteiskunnalle. Subjektiivisen aikamääritelmän mukaan aika muuttuu henkilökohtaiseksi. Tämä tarkoittaa sitä, että jokainen pystyy nykyään säätämään omaa aikaansa. Esimerkiksi työajat ovat muuttuneet liukuviksi, jolloin työn ja vapaa-ajan erottelu vaikeutuu. Työtä ei enää ajatella

kahdeksantuntisena suorituksena, joka päättyy joka arkipäivä kello 16, vaan työnteko vaatii suunnitelmallista ja pitkäjänteistä ajankäyttöä. Vaikka työn ja vapaa-ajan raja hämärtyy, voidaan olettaa, että jälkiteollisessa yhteiskunnassa vapaa-aika olisi lisääntynyt. (Itkonen ym. 1992, 10; Daly 1996, 83.)

3.3.2 Vapaa-aika

Vapaa-aikatermin määrittelemisen on yksilöllistä ja tarkoittaa siksi eri asioita eri henkilöille. Tästä syystä on tärkeä tutustua vapaa-ajan yleisimpiin merkityksiin ja määritellä, mitä vapaa-ajalla tarkoitetaan tässä tutkimuksessa. Vapaa-ajan määrittelyä vaikeuttaa englannin kielessä käytetyt rinnakkaistermit, kuten *”leisure”*, *”free time”*, *”recreation”* ja *”play”*, jotka kaikki tarkoittavat vapaa-aikaa. Niitä käytetään kuitenkin hieman eri yhteyksissä, eivätkä ne ole täydellisiä synonyymejä toisilleen.

Sosiologisesta näkökulmasta katsottuna vapaa-aika voidaan määritellä karkeasti kolmella eri tavalla. Ensimmäisessä tavassa vuorokauden 24 tunnista vähennetään kaikki aika, mikä ei ole vapaa-aikaa: työ, kotiaskareet ja fysiologiset tarpeet. Näin jäljelle jäänyt aika on vapaa-aikaa. (Niemi ym. 2006, 27–28; Parker 1976, 17; Parker 1983, 3.) Tämä vapaa-ajan määrittelytapa on ominaista tilastotieteille, mutta se voidaan kyseenalaistaa monesta eri näkökulmasta. Esimerkiksi liikunta on lapsille fysiologinen tarve, jolloin herää kysymys, voiko lasten pihapelejä tällöin pitää vapaa-aikana? Entä onko pyöräily tai kävelty työmatka vapaa-aikaa, sillä se voidaan laskea esimerkiksi velvollisuudeksi tai työajaksi? Nämä kysymykset koskevat meitä kaikkia ja vastaukset ovat hyvin subjektiivisia.

Toisessa vapaa-ajan määrittelytavassa nähdään, ettei vapaa-aika ole mikään erityinen hetki päivästä tai viikosta, vaan se määritellään toiminnan laadun perusteella ja sen mukaan, minkä yksilö itse kokee vapaa-ajaksi ja mielekkääksi toiminnaksi. Keskeistä on oma asenne ja tunne siitä, että viettää vapaa-aikaa. (Parker 1976, 17–18; Parker 1983, 3–5.)

Kolmas ja tarkin tapa määritellä vapaa-aikaa on eräänlainen sekoitus kahdesta edellisestä. Siinä niin sanottu jäännösaika yhdistetään yksilön omaan näkemykseen siitä, mitä vapaa-ajalta halutaan. Esimerkiksi vapaa-aika on aikaa, jolloin yksilöllä on vapaata töistä tai muista velvollisuuksista ja jonka hän käyttää rentoutumiseen, huvituksiin tai itsensä kehittämiseen. Tässä määritelmässä vapaa-aika voi olla mitä tahansa toimintaa, mihin yksilö osallistuu vapaaehtoisesti pakollisten velvollisuuksiensa jälkeen. (Parker 1978, 18; Parker 1983, 3–5.)

Kahta ensimmäistä määrittelytapaa käytetään tässä tutkimuksessa rinnakkain seuraavasti: puhuttaessa vapaa-ajasta tilastoina, käytetään ensimmäistä määrittelyä, ja puhuttaessa henkilöiden omista kokemuksista käytetään viimeistä määrittelyä. Jatkossa esitettävät tilastot vapaa-ajan määrästä ja perheiden ajankäytöstä perustuvat Tilastokeskuksen tietoihin, jotka on kerätty ajankäyttöpäiväkirjoilla. Näissä tilastoissa vapaa-aika määritellään puhtaasti jäännösajan perusteella. Yksilöiden henkilökohtaiset mielipiteet on taas kerätty haastatteluin ja niissä vapaa-aika on aikaa, jonka haastateltavat itse kokevat vapaa-ajaksi. Perheen vapaa-aikaan voi siis kuulua pienet yhteiset askareet, kuten lumen luonti, nurmen leikkuu tai käynti kauppakeskuksessa. Tärkeintä on yhdessä vietetty aika ja tunne siitä, ettei kyse ole velvollisuudesta. Tämä erottelu on tärkeä huomata, jotta kuva perheiden vapaa-ajasta ei vääristy.

3.4 Ajankäytön muutos

Työajan lyheneminen ja normalisoituminen kahdeksan tunnin työpäiviksi on ollut yleinen kehityssuunta sadan vuoden ajan kaikissa teollisissa yhteiskunnissa. Monien tutkijoiden mielestä vapaa-ajan lisääntyminen on kuitenkin hidastunut 1980-luvulta lähtien. Työajan sääntelyn väljentymisen ja joustavien työaikojen yleistymisen myötä on syntynyt uusi jälkiteollinen aikajärjestys, jonka mukaan työajat näyttävät todellisuudessa venyneen ja perheen kanssa vietetty aika sekä vapaa-aika vähentyneen. (Julkunen, Nätti & Anttila 2004, 12–13.)

Vapaa-aikatutkimukset ovatkin luoneet ajankäyttöön liittyvän paradoksin, sillä tutkimusten mukaan kiireen ja ajan riittämättömyyden kokemukset ovat yleistyneet samaa tahtia vapaa-ajan lisääntymisen kanssa. (Gershuny 2003; Takala 2002, 10–15; Julkunen ym. 2004, 21.) Ajankäyttötutkimuksilla on runsaasti näyttöä siitä, että vapaa-aika on todellisuudessa kuitenkin lisääntynyt¹⁰ (Gershuny 2003; Vaage 2002, 38–40; Niemi ym. 2001, 8, 33). Tästä huolimatta ihmiset kokevat, että vapaa-aikaa on käytettävissä entistä vähemmän. Robinsonin & Godbeyn (1997) mielestä kiireen ja aikapulana lisääntyminen ei ole todellista, vaan kokemus aikapulasta on illuusio. Takalan (2004, 15) mukaan se voi myös kertoa aikaan kohdistuvien asenteiden muuttumisesta.

Asiasta voi olla tietenkin montaa mieltä. Ehkä vapaa-ajan lisääntyminen ei olekaan todellista, vaan aika on oikeasti entistä rajallisempaa? Ehkä ajankäyttötutkimukset eivät ole kyenneet mittaamaan yhteiskunnan uusimpia kehityssuuntia? Voidaan kyseenalaistaa, kykenevätkö ajankäyttötutkimukset edes luotettavasti mittaamaan työ- ja vapaa-ajan määrää, sillä niiden välinen raja on jälkiteollisessa yhteiskunnassa hämärtynyt.

Takala esittää paradoksin ratkaisemiseksi mahdollisuuden, jossa kiire ja vapaa-aika ovat lisääntyneet samanaikaisesti. Ajankäytössä tapahtuneet muutokset ovat vain koskeneet eri väestöryhmiä eri tavoin. Takalan mukaan jälkiteolliseen aikajärjestykseen kuuluu se, että yhtä aikaa lisääntyy niiden määrä, jotka tekevät ylipitkiä työviikkoja, jotka toisaalta tekevät osa-aikatyötä tai eivät tee työtä ollenkaan. Edellistä näkemystä ajankäytön polarisoitumisesta tukevat tutkimustulokset, joissa todetaan kiireettömien ja paljon vapaa-aikaa omaavien väestöryhmien lisääntyneen ja kasvaneen. Näitä väestöryhmiä edustavat työttömät, eläkeläiset ja opiskelijat. Asteikon toisessa päässä on taas ne väestöryhmät, joilla ei ole aikaa ”tuhlattavaksi”. He ovat pääasiassa työuralla edenneitä keski-ikäisiä ja

¹⁰ Useimmissa tutkimuksissa vapaa-aika on määritelty edellä esitellyn, niin sanotun jäännösajan perusteella.

pienien lasten vanhempia, jotka ovat huomattavasti muita väestöryhmiä sitoutuneempia työ- ja huolenpitotehtäviin. (Takala 2004, 16, Julkunen ym. 2004, 206.)¹¹

Yleisen individualisoitumisen mukana myös ihmisten ajankäyttö on yksilöllistynyt. Tämän vuoksi perinteet eivät ohjaa toimintaamme enää entiseen tapaan. Olemme vapaita valitsemaan omat toimintatapamme ja seuraamaan omia unelmiamme. Yksilöllistymisen perusajatuksena on näkemys yksilöstä oman itsensä hallitsijana. (Beck ym. 2002, 22–23.)¹² Yksilöllistymiskehitys on ollut viimeisten vuosikymmenten aikana voimakasta ja näkyy varsinkin perheiden ajankäytössä. (Daly 1996, 70–76, 211; Anttila ym. 2007, 245–260; Beck ym. 2002, 91.) Paajanen esittää, että yhteiskunnan individualisoitumiskehityksen myötä perheen arki hajaantuu. Kiireen keskellä vanhemmat kaipaavat yhteistä aikaa ja yhteisiä harrastuksia lastensa kanssa, mutta aika ei yksinkertaisesti riitä kaikkeen. (Paajanen 2001, 57.) Vaajakallio (2002, 72–77) toteaaakin, että nyky-yhteiskunnassa vanhempien suuren työtaakan takia perheellä on vain vähän yhteistä aikaa.

Seija Sihvola (2000, 13) on huolestunut lapsiperheiden nykyelämän raadollisuudesta, minkä vuoksi lapset siirretään helposti vain ”sivuun”. Tänä päivänä lapsen maailmassa on

¹¹ Aikapulan ja liikunnan välisen yhteyden tarkastelussa ilmenee mielenkiintoinen ristiriitaisuus, sillä hyvin koulutetut liikkuvat vapaa-ajallaan enemmän kuin vähemmän kouluja käyneet, vaikka hyvin koulutetuilla on tutkimusten mukaan muuta väestöä vähemmän vapaa-aikaa käytössään. Ruuskasen väitöskirja tarjoaa edelliseen ristiriitaiselta tuntuvaan tutkimustulokseen yhden mielenkiintoisen näkökulman. Jos vapaa-aika jaetaan aktiiviseen ja passiiviseen vapaa-aikaan, Ruuskasen mukaan käy ilmi, että hyvin koulutetut viettävät enemmän aktiivista, eli muun muassa liikunnallista vapaa-aikaa kuin muu väestö. Korkeakoulutetut myös tekevät useammin monia asioita yhtä aikaa, kuten valmistavat ruokaa ja keskustelevat lastensa kanssa tai hoitavat omaa kuntoaan samalla kun lapset ovat harrastamassa. (Ruuskanen 2004, 165–166, 197, 223–225.)

¹² Kaupungistuminen ja individualisoituminen ovat avanneet toimivan kasvualustan vapaa-ajan kaupallistumiselle. Nykyään vapaa-aikateollisuus ulottuu elämän jokaiselle osa-alueelle. Vapaa-ajan kulutus kasvaa eksponentiaalisesti ja siten ruokii kiihtyvää palveluiden myynnin kilpailua. Ihmiset ovat valmiita sijoittamaan myös omaan hyvinvointiinsa entistä enemmän rahaa. (Tomlinson 2005, 167–170; Puronaho ym. 2000, 326–327.) Vapaa-ajan kulutuskeskeisyyden lisääntyminen voidaan liittää Thorstein Veblenin (1899) teoriaan joutilaasta luokasta (eng. ”leisure class”). Teoriassaan Veblen näkee yksilön toisten arvostusta metsästäväksi joutilaisuuden kuluttajaksi, jonka arkipäiväisten kulutustottumusten takaa paljastuu raadollinen näyttämisen ja sävähdyttämisen halu. Veblenin mukaan näyttävä kuluttaminen ja oman varallisuuden esittely ovat ihmisen ominaisia luonteenpiirteitä. (Veblen 1975.) Veblenin (1975) teorian pohjalta voidaankin päätellä, että kilpailu vapaa-ajasta tulee kasvamaan niin kauan kuin vapaa-aikapalveluiden kautta voidaan sävähdyttää kanssaeläjiä ja erottautua joukosta.

hyvin tavallista, että vanhemmat ovat jatkuvasti tulossa tai menossa Yhdessäolo jää tällöin helposti tarvittua niukemmaksi. Sihvolan (2000) näkemyksen mukaan kiireyksiä on monia, mutta keskeisimpänä esiin nousee työ. Työaika on ylityökulttuurin voimistumisen myötä salakavalasti hivuttautunut pidemmäksi. Vapaa-ajasta tulee näin ollen helposti suorittamista ja pakkopullaa, kun lyhyessä ajassa on pyrittävä hoitamaan monia kotiaskareita ja samalla on yritettävä viettää mahdollisimman laadukasta aikaa perheen parissa.

Suomalaiset asiantuntijoiden¹³ mukaan kiire tulee tulevaisuudessa entisestään lisääntymään ja työtehtävät seuraavat yhä voimakkaammin kotiin nakertaen perhe-elämälle varattua aikaa. Uuden teknologian avulla työtä voidaan tehdä ajasta ja paikasta riippumatta, mistä seuraa työn ja vapaa-ajan rajan yhä voimistuva hämärtyminen. Myöskään työtahti ei tule asiantuntijoiden mukaan hidastumaan, päinvastoin. Moisio ja Huuhtasen tekemässä tutkimuksessa arjen hallinta nousee työn, vapaa-ajan ja perhe-elämän yhteensovittamisen onnistumisen keskiöön. Arjen hallintaan liittyy kokonaisuutena työn ja kodin lisäksi myös lähiympäristön rakentaminen. Lähiympäristössä korostuu palvelujen saatavuus, liikennejärjestelyjen sujuvuus sekä ympäristön viihtyisyys. Asiantuntijoiden mielestä kodin lähelle tulisi rakentaa lähiympäristö, joka tukee työn ja perheen yhteensovittamista. Hallittu arki syntyy monen asian summasta. Viihtyisä asuinympäristö hyvine palveluineen ja liikenneyhteyksineen luo perustan asukkaiden, yritysten ja yhteisöjen hyvinvoinnille. Hyvinvointi taas edistää arjen ajan hallintaa. (Moisio & Huuhtanen 2007, 9–10, 14, 79; Wallin 2006, 42; Kyttyä 2004, 60; Daly 1996, 204.) Myös liikuntapaikkojen ja -palveluiden saavutettavuudella on suuri merkitys väestön hyvinvoinnin ja liikunta-aktiivisuuden kannalta.

¹³ Moisio ja Huuhtanen (2007) tekemässä tutkimuksessa haastateltiin 32 suomalaista asiantuntijaa käyttäen hyväksi Delfoi-metodia. Kutsutut asiantuntijat olivat tarkastelleet työn ja perheen yhteensovittamista eri näkökulmista. Tutkimuksessa heidän tarkoituksensa oli vastata kysymykseen ”Miten työn, perheen ja vapaa-ajan merkitykset ihmisen elämän osina muuttuvat ja miten työn ja perheen yhteensovittamisen tavoitteen käy tulevaisuudessa?”. Tulevaisuusperspektiivi rajattiin vuoteen 2015.

Shiversin ja deLislen (1997) näkemys ajankäytön tulevaisuudesta on hieman erilainen kuin suomalaisten asiantuntijoiden. Heidän mielestään on mahdollista, että teknologia syrjäyttää ihmisen teollisuus- ja maataloustuotannon toteuttajana. Tällainen kehitys johtaisi siihen, vapaa-ajasta tulisi ajankäytön keskeisin osa, mikä taas voisi parantaa yksilöiden ja perheiden elämänlaatua – ja mahdollisuutta liikunnan harrastamiseen – tuntuvasti. Shivers ja deLislen lisäävät, että vaikka emme saavuttaisikaan tilaa, jossa teknologia syrjäyttää ihmisen työntekijänä, on silti tarpeellista muuttaa ihmisten asennetta työntekoa kohtaan. Vapaa-aika on välttämätöntä hyvinvoinnille ja se ei saa olla pahe, jota tulisi välttää. (Shivers ym. 1997, 106.)

Tutkijoiden mielestä Takalan (2004) näkemys ajankäytön polarisoitumisesta on uskottava. Lapsiperheiden vapaa-aika on kiireistä ja yhteisille harrastuksille on vaikea löytää aikaa. Juuri tähän yhteiskunnallisen ongelman ympärille tutkimus rakentuu ja tavoitteena on löytää pulmaan uusia ratkaisumalleja lapsiperheiden arkeen kiinnittyvän yhteisen sisäliikuntapaikan näkökulmasta.

3.5 Lapsiperheen arki – tasapainoilua ajankäytön ja arvojen ristitulesa

Edellä todettiin, että aikakäsitys ja perheiden ajankäyttö ovat muuttaneet muotoaan. Lapsiperheiden arki on muuttunut kiireisemmäksi ja perheen yhteisen ajan löytäminen on vaikeaa. Tutkijoiden hypoteesina kuitenkin on, että perheen yhteiselle ajalle olisi tilausta. Jos tämä pitää paikkaansa, on tärkeä selvittää, millaista eri perheenjäsenten ajankäyttö on tällä hetkellä ja miten he haluavat viettää vapaa-aikaansa. Näin kyetään analysoimaan sitä, onko lapsiperheen yhteiselle, fyysistä ja sosiaalista pääomaa kasvattavalle toiminnalle tilausta Suomessa.

3.5.1 Lasten ajankäyttö

Vanhemmat vaikuttavat luonnollisesti hyvin voimakkaasti lastensa ajankäyttöön. Mitä pienemmästä lapsesta on kyse, sitä enemmän vanhemmat määräävät lapsen ajankäytöstä.

Koska vanhemmat määräävät perheen ajankäytön suuntaviivat ja ovat vastuussa perheen ajankäytön priorisoinnista, lasten liikunta-aktiivisuuden määrä on eittämättä riippuvainen aikuisten halukkuudesta ja mahdollisuudesta järjestää lapsillensa ja perheellensä liikuntaa. Lasten ajankäytön voidaan siten katsoa olevan alisteista suhteessa vanhempien ajankäyttöön sekä heidän arvoihinsa.

län karttuessa kaverit ja omat intressit selättävät vanhempien kontrollin ja valvonnan. (Paajanen 2001, 18.) Lasten arkipäivä rakentuu pääosin koulun, kodin ja harrastusten ympärille. 5–11 -vuotiaiden iltapäivät kuluvat vanhempien kanssa kotona taikka vaihtoehtoisesti kolmannen sektorin organisoimassa ohjatussa toiminnassa tai kavereiden kanssa touhutessa. Harrastusten ja kotoa poisolon määrä lisääntyy luonnollisesti huomattavasti lapsen kasvaessa ja itsenäistyessä. Iltapäiväaktiiviteeteistä yleisimpiä ovat TV:n katselu, leikkiminen ja liikunta kavereiden kanssa sekä askartelu ja musiikin kuuntelu. Edellä mainittuja asioita harrastaa arki-iltapäiväisin lähes jokainen 5–11 -vuotias lapsi. (Paajanen 2001, 17–37.) Lapset harrastavatkin mielellään paljon ja monia eri asioita. Ohjattuun harrastustoimintaan osallistuu 77 % 5–11 -vuotiaista lapsista. Vanhemmat pitävät tärkeänä sitä, että heidän lapsensa saavat harrastaa monipuolisesti. Lasten harrastusten käänköpuolina vanhemmat näkevät kalliiden maksujen lisäksi myös sen, että harrastukset vievät perheen yhteistä sekä vanhempien omaa aikaa. (Paajanen 2001, 41–50.)

Lasten liikkumaan saaminen ei ole sinänsä ongelma, sillä lapsilla on luontainen tarve ja halu liikkua. Lasten liikunta voi kuitenkin tuottaa ongelmia perheen ajankäytölle. Harrastukset ovat aikaavieviä ja sitovat usein myös vanhempia erilaisiin kuljetus-, huolto- sekä valmennus- ja ohjaustehtäviin. Tämän vuoksi ajan riittämättömyys nousee luonnollisesti siis vanhempien suurimmaksi ongelmaksi myös lasten harrastusten kohdalla.

3.5.2 Vanhempien ajankäyttö

Ajankäyttö on yleisesti priorisointia. Raivaamme tilaa työltä muulle elämälle ja päinvastoin. Julkusen ym. (2004) tutkimuksessa kysyttiin, mistä ihmiset tinkivät työn vuoksi. Vastaukset eivät olleet yllättäviä: kotityöt, liikunta, lapset ja lähipiiri olivat yleisimmät laiminlyönnin kohteet. Kun kysyttiin, mistä ei haluttaisi tinkiä, lapset ja perheen yhteinen aika nousivat keskiöön. Lisää aikaa haluttaisiin yleisesti liikuntaan, matkustamiseen ja perhe-elämään. Vuonna 2001 julkaistussa Väestöliiton perhebarometrissä selvisi, että jos vanhemmilla olisi enemmän yhteistä aikaa lastensa kanssa, niin ylivoimaisesti eniten sitä haluttaisiin suunnata yhteiseen urheiluun ja ulkoiluun. Hiukan ironista on se, että vaikka työajat näyttävät työn ja vapaa-ajan välisen rajan hämärtyvän mukana jatkuvasti venyvän, vain murto-osa haluaisi lisää aikaa työlle. (Julkunen ym. 2004, 199–201, 209; Pääkkönen & Niemi 2002, 41; Paajanen 2001, 57.)¹⁴

Vaikka monet kokevat tekevänsä liikaa töitä, keskeinen ongelma vapaa-ajan vähyydelle ei vaikuttaisi olevan nykyinen normaalityöaika. Julkusen, Nätin ja Anttilan (2002, 212) tutkimuksen mukaan työn paineisuus ja venyminen ovat työajan pituutta suurempia ongelmia. Tämä tulos saa vahvistusta Richard Sennettin näkemyksestä, jonka mukaan joustavuus ei ole yhtä kuin vapaus. Nyky-yhteiskunnassa vapaus saattaa olla pettävää. Yksilöiden käyttämä aika on vapautettu perinteisestä tulkinnasta, mutta samalla sitä kuitenkin kontrolloidaan ja valvotaan eri tavoilla. (Sennett 1998, 59.) Tutkijat ymmärtävät Sennettin näkemyksellä muun muassa työsuhdepuhelimet ja kotipäivystysvuorot, jotka varmistavat sen, että yksilö on tavoitettavissa myös vapaa-ajallaan.

¹⁴ Liikkasen (2004) mukaan perheen merkitys suomalaisille on viimeisten vuosien aikana kasvanut työn merkityksen kustannuksella. Vuonna 2002 88 % suomalaisista koki perheen hyvin tärkeäksi. Vuonna 1991 perheen koki hyvin tärkeäksi ainoastaan 76 % suomalaisista. Työn merkitys on sitä vastoin laskenut: vuonna 2002 työn koki hyvin tärkeäksi 39 % suomalaisista, kun vuonna 1991 vastaava luku oli 48 %. (Liikkanen 2004, 2–6.)

Perheenjäsenten ajankäytön individualisoitumisesta johtuen perheissä tarvitaan ajankäytön hallintaa. Perheen yhteiset menot on sovittava kunkin yksilöllisiin menoihin, oli sitten kyse lasten harrastuksista tai vaikkapa ruokaostoksista. Ajanhallinta vie myös itsessään aikaa ja energiaa. (Beck ym. 2002, 91.) Uudenlainen kodin arjen hallinta on usein moniulotteista kokonaisvastuun kantamista perheen arjen sujumisesta, mikä ei läheskään aina kirjaudu tutkimusten ajankäyttöpäiväkirjoihin¹⁵. Koska naiset kantavat pääasiallisen vastuun arjen sujuvuudesta, heidän vapaa-aikansa on sidotumpaa kuin miesten. Bittmanin & Walchmanin (1999) Australiassa tekemästä tutkimuksesta käy ilmi, että äitien vapaa-aika on hajautuneempaa ja muodostuu lyhyemmistä jaksoista kuin isien. Yksilöllisten tarpeiden sijasta äidit hoitavat vapaa-ajallaan isiä enemmän muita perheen asioita, minkä vuoksi myös henkilökohtaisten tarpeiden tyydyttäminen jää äideillä isiä vähäisemmäksi. (Takala 2004. 16.) Nytemmin uuden isyyden myötä miesten vastuu esimerkiksi kodin hoitajana ja lasten kasvattajana on kuitenkin kasvanut.

Lapsiperheiden kohdalla erityisesti kahden ansaitsijan perheet kärsivät aikapulasta ja vähäisestä vapaa-ajasta. Bittmanin (2004) tekemästä tutkimuksessa ilmeni, että kokonaistyön¹⁶ määrä oli selvästi suurin perheissä, joissa molemmat vanhemmat tekivät kokopäivätyötä. Perheissä, joissa mies kävi töissä ja vaimo oli kotona, viikoittainen kokonaistyöpanos oli kymmenen tuntia pienempi. Suomalaisissa ajankäyttötutkimuksissa¹⁷ (esim. Pääkkönen ym. 2002) on saatu samansuuntaisia tuloksia Bittmanin kanssa (Taulukko 1).

¹⁵ Ajankäyttöpäiväkirjoja käytetään ajankäyttötutkimuksissa. Tutkittavat täyttävät tutkimusjaksolta päiväkirjaa, johon määritellään ja kategorisoidaan tarkasti omaa ajankäyttöä.

¹⁶ Kokonaistyöllä tarkoitetaan ansiotyöhön, opiskeluun ja kotityöhön käytettyä aikaa.

¹⁷ Tilastokeskuksen ajankäyttötutkimus 1999–2000 on rajattu työikäisiin (18–64 -vuotiaisiin) avio- tai avoliitossa eläviin pariskuntiin; mukana ovat sekä lapsiperheet, että lapsettomat pariskunnat. Lapsiperheitä tutkittaessa ei ole havainnoitu erikseen alle kouluikäisten ja kouluikäisten lasten perheitä.

TAULUKKO 1. Naimisissa tai avioliitossa olevien miesten ja naisten ajankäytön rakenne työllisyyden ja perhetyypin mukaan vuosina 1999–2000 (Pääkkönen ym. 2002).

	Lapsiperhe Puolisoiden yhteenlaskettu aika (tuntia/viikko)	Naisen osuus N/(M+N) (%)	Lapseton pari Puolisoiden yhteenlaskettu aika (tuntia/viikko)	Naisen osuus N/(M+N) (%)
Molemmat työllisiä	N = 942		N = 796	
Kokonaistyöaika	125	52	114	52
Kokonaistyöajasta kotitöitä	53	64	38	64
Vapaa-aika	67	49	76	49
Mies työssä, vaimo ei	N = 236		N = 200	
Kokonaistyöaika	119	48	99	46
Kokonaistyöajasta kotitöitä	71	76	51	71
Vapaa-aika	69	56	83	55

Kahden ansaitsijan perheiden yleistymisen siis osaltaan selittää kiireen ja vapaa-ajan yhtäaikaisen lisääntymisen paradoksin. Työssäkäyvillä perheillä yhteinen vapaa-aika on vähäistä. Se osin selittääkin vanhempien liikunta-aktiivisuuden laskun lasten syntymisen myötä. Vapaa-aikaa on vähän ja se vähäininkin aika halutaan viettää perheen parissa. Kuten taulukosta 1. näkyy, lapsiperheiden vanhemmilla on huomattavasti vähemmän vapaa-aikaa käytössään verrattuna lapsettomiin perheisiin. (Pääkkönen ym. 2002, 41.)

3.5.3 Aikaa perheelle – vanhempien arvot

Perheen merkitys lasten sosiaalistajana on muuttunut muun muassa perheen jäsenten individualisoitumiskehityksen mukana ja arkisten toimintojen hajautuessa yhä pidempien maantieteellisten välimatkojen päähän. Perheen kasvatustoimintaa ei voidakaan enää nähdä pelkästään lasten ja vanhempien välisenä vuorovaikutussuhteena, vaan se on monimutkaisempaa toimintaa, joka ulottuu myös perheen ulkopuolelle. (Antikainen 1993,

82–83.) Vaikka perheen tehtäviä nykyään jaetaan eri instituutioille, kuten päiväkodeille ja kouluille, koti ja perhe koetaan silti edelleen tärkeimmäksi lapselle elämänsisältöä tarjoavaksi ponnistuslaudaksi.

20–35 -vuotiaiden suomalaisten elämänarvot ovat hyvin perhekeskeisiä. Kaikkein tärkeimpinä asioina perheelliset aikuiset pitävät elämässään sitä, että on aikaa yhdessäoloon perheen kanssa ja sitä, että on hyvä isä tai äiti lapselle. Edellä mainittuihin arvoihin samaistuu yli 95 % aikuisista. (Paajanen 2005, 33; myös Liikkanen 2005, 5–30.) Tutkimukset osoittavatkin, että koti, perhe ja sosiaaliset suhteet ovat tärkeitä onnellisuuden osatekijöitä, minkä takia jokaisella on tärkeää saada viettää riittävästi aikaa perheensä kanssa. (Moisio & Huuhtanen 2007, 36; Daly 1996, 205; Antila 2005, 14.)¹⁸

Suomalaiset vanhemmat ovat suhteellisen tyytyväisiä lastensa kanssa vietetyn ajan määrään: miehistä 70 % ja naisista 85 % sanoo viettävänsä lastensa kanssa riittävästi aikaa. Yleinen suuntaus vaikuttaa kuitenkin olevan se, että lasten kanssa vietetyn ajan lisääminen vähentää vanhempien tyytyväisyyttä henkilökohtaisiin harrastuksiin ja niihin käytettävissä olevan ajan määrään. Ainoastaan 25 % vanhemmista saa mielestään harrastaa vapaa-ajallaan riittävästi. Huomionarvoista on myös se, että ainoastaan 40 % perheellisistä aikuisista on tyytyväinen omaan fyysiseen kuntoonsa. (Paajanen 2005, 56–57; Niemi 1994, 166–167.)

Vaikka suomalaiset 25–45 -vuotiaat elämäntietäjät tietävät liikunnan olevan terveellistä ja liian vähäisen liikunnan aiheuttavan terveyshaittoja (Vuori 2003, 43), alle puolet elämäntietäjistä liikkuu terveytensä kannalta riittävästi (Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06, Aikuisliikunta 2006, 13–16). Perheen perustamisvaiheessa olevien nuorehkojen suomalaisten (24–35 -vuotiaiden) mielestä liikunta ja urheilu eivät ole hyvin tärkeitä asioita (Hirvensalo & Häyrynen 2003, 49). Ongelma on siinä, että liikunnalla on tässä elämäntietäjien erityisesti preventiivinen vaikutus terveyteen eikä fyysinen passiivisuus

¹⁸ Eurooppalaisessa elämänlaatututkimuksessa ilmeni, että yleinen tyytyväisyys elämään riippuu siitä, kuinka tyytyväisiä yksilöt ovat aikabudjettiinsa ja mahdollisuuteensa jakaa aikaansa haluamallaan tavalla eri elämäntietäjien kesken. Siis kuinka hyvin he onnistuvat työn ja muun elämän yhteensovittamisessa. (Böhnke 2005, 77.)

näy välittömästi terveydessä. Tässä tilanteessa on inhimillistä, että liikunta helposti ”unohtuu” kiireen keskellä. Muun muassa Denk (1997, 395–399) lähtee siitä, että subjektiivinen kokemus omasta terveydestä on erittäin merkittävä fyysistä passiivisuutta aiheuttava tekijä, vaikka toisaalta tieto liikunnan terveellisyydestä motivoikin meitä tutkitusti liikkumaan. Tutkimuksen tekijöiden mielestä onkin ymmärrettävää, että vanhemmat valitsevat helposti fyysisesti passiivisen tavan viettää perheen kanssa yhteistä aikaa varsinkin silloin, jos liikunnan fyysiset ja organisatoriset rakenteet eivät mahdollista tai tue perheen yhteistä liikuntaa.

Vaikuttaa siltä, että vanhemmat haluavat viettää perheensä kanssa yhteistä laatuaikaa, joka koostuu sosiaalisesta kontaktista ja fyysisestä aktiivisuudesta. Aikapulan vuoksi perheet joutuvat kuitenkin valitsemaan näiden kahden intressin väliltä – molempien toiveiden täyttymiseen ei aika tunnu riittävän. Tämä johtuu osin perheenjäsenten individualisoitumisesta, eli yksilöiden intressit ohjaavat heidän toimintaansa. Yhteisen liikuntamuodon löytäminen on vaikeaa, sillä liikuntamotivaatiot kumpuavat aikuisilla ja lapsilla eri lähteistä.

4 LAPSIPERHEIDEN LIIKUNTA

Lapsiperheiden liikunnasta käytetään yleisesti nimitystä perheliikunta. Perheliikuntaa ei ole terminä kuitenkaan tieteellisesti määritelty ja siksi se on myös käsitteenä hyvin häilyvä. Eräs syy siihen, miksi käsitettä ei ole määritelty on se, että perheliikunta järjestettynä liikuntamuotona on pitkälti suomalainen ilmiö. (Laakso 2009.)

Yleisesti perheliikunnalla tarkoitetaan perheiden omaehtoista koti- ja arkiliikuntaa, perheliikuntaryhmiä, eri liikuntajärjestöjen järjestämää toimintaa, päiväkotien ja koulujen perheliikuntatoimintaa, työyhteisöjen ja järjestöjen perheliikuntaa sekä perheiden lomaliikuntaa. Perheiden keskuudessa perheliikunta mielletään toiminnaksi, jota perhe harrastaa yhdessä ja joka sellaisenaan vastaa perheen jokaisen jäsenen liikuntatarpeisiin. (Zimmer 2001, 93–94; Perheliikunnan muodot 2008.) Perheliikunnan määrittelemättömyyden vuoksi tutkijat käyttävät perheliikunnasta jatkossa nimitystä lapsiperheiden liikunta, ellei kirjallisuudessa ole nimenomaisesti käytetty sanaa perheliikunta.

Tutkimuksen tekijöiden mielestä lapsiperheiden liikunta voisi oikein toteutettuna helpottaa myös perheiden ajankäyttöongelmaa. Tällöin liikunta tulee toteuttaa osittain individualisointumiskehityksen vastaisesti yhdistämällä perheen jäsenten yksilölliset tarpeet saman palvelun piiriin. Tämän luvun tarkoituksena on analysoida nykyisiä lapsiperheiden liikunnan muotoja, arvioida miten ne vastaavat eri perheenjäsenten fyysisiin liikuntatarpeisiin ja selvittää edistävätkö lapsiperheiden erilaiset liikuntamuodot laajassa mittakaavassa perheiden liikunta-aktiivisuutta.

4.1 Lapsiperheiden liikunnan perusteluja

Perheliikunta on terveyttä edistävää liikuntaa, jota perhe ja lähipiiri, lapsista vanhuksiin ja ystäviin, voivat harrastaa yhdessä. Sen tavoitteena on ylläpitää ja kehittää sekä aikuisten että lasten terveyskuntoa, vaalia lasten kokonaisvaltaista kehitystä, parantaa perheen sosiaalista vuorovaikutusta ja tukea lasten kasvatustyötä. (Karvonen ym. 2003, 293.) Lapsiperheiden liikunnan tarve on lisääntynyt perheen arkiliikunnan ja yhteisen ajan vähennyttyä. Lapsiperheiden liikuntaa lisäämällä voidaan myös ehkäistä muun muassa perheiden syrjäytymistä. (Zimmer 2001, 88–89; Arvonen 2004c, 10.)

Lapsiperheiden liikunnan merkityksiksi nähdään muun muassa iloinen ja mielekäs yhdessäolo, yhteiset kokemukset, liikunnalliseen elämäntapaan totuttaminen, fyysinen kontakti aikuisen ja lapsen välillä sekä sosiaaliset kontaktit muihin perheisiin (Karvonen ym. 2003, 295). Lapsiperheiden liikunnassa jokaisella lapsella on oma ohjaaja eli aikuinen neuvomassa, tukemassa ja kannustamassa. Tämä mahdollistaa sen, että lapsen kanssa kyetään harjoittamaan hänen kehitystasonsa mukaisia toimintoja ja taitoja. Tämän vuoksi liikuntataitojen kehittyminen on usein nopeampaa perheliikuntaryhmissä kuin pelkissä lasten ryhmissä. (Zimmer 2001, 95–96; Karvonen ym. 2003, 22; Arvonen 2004c, 31.)

Lapsiperheiden liikunta on parhaimmillaan perheen yhteinen liikkumishetki, jossa liikunnan sijaan keskeistä on nimenomaan yhdessä liikkuminen. Liikkumassa voi olla mukana samaan aikaan monta eri sukupolvea vauvasta vaariin. Tärkeää on yhdessäolo, yhdessä tekeminen, porukkahenki ja liikkumisen ilo sekä perheliikunnasta saatavat yhteiset kokemukset ja onnistumisen elämykset. Yhteisissä liikuntaleikeissä vanhemmat näkevät lapsensa uudesta näkökulmasta: he näkevät jälkeläisensä leikkivän muiden lasten kanssa, ja vanhemmille syntyy mahdollisuus valaa lapseensa luottamusta uusien tilojen valloittamisesta. (Zimmer 2001, 94.)

Hyvin järjestetyn perheliikunnan kautta voidaan lapsille saada aikaan läpi elämän kestävä ja terveeltä pohjalta ponnistava leikki- ja pelikeskeinen liikuntasuhde. Tämä on lapsiperheiden liikunnan vahvuus, jota ei kuitenkaan aina tiedosteta.

Lapsiperheiden liikunnan kautta lapset omaksuvat helpommin terveitä arvoja niin liikunnan kuin muidenkin elämän osa-alueiden suhteen. Nykyään monet suomalaiset urheiluseurat järjestävät kilpailutoiminnan lisäksi myös perheliikuntaa. Esimerkiksi Suomen Latu ry ja Suomen Voimisteluliitto ry (SVOLI) ovat innokkaita perheliikunnan järjestäjiä ja kuuluvat myös suomalaiseen perheliikuntaverkoston¹⁹. (Perheliikunta 2008; SVOLI Perheliikunta 2008.)

4.2 Lapsiperheiden liikunnan muotoja

Lapsiperheiden liikuntaa voidaan harrastaa joko itsenäisesti tai järjestetysti. Nykykäsityksen mukaan sen muotoja ovat perheiden omaehtoinen koti- ja arkiliikunta, perheliikuntaryhmät, eri liikuntajärjestöjen järjestämä toiminta, päiväkotien ja koulujen perheliikuntatoiminta, työyhteisöjen ja järjestöjen perheliikunta sekä perheiden lomaliikunta. (Zimmer 2001, 93–94; Perheliikunnan muodot 2008.)

Perheliikuntaryhmiä järjestävät erityisesti kolmas sektori, mutta myös julkinen sektori. Erilaista perheliikuntatoimintaa organisoivat muun muassa liikuntaseurat, kunnat, seurakunnat, järjestöt ja asukasyhdistykset. Ryhmät kokoontuvat säännöllisin väliajoin liikuntasaleissa, päiväkodeissa, neuvoloissa ja puistoissa. Toistaiseksi ryhmiä on kuitenkin liian vähän ja monille paikkakunnille kaivataan lisää perheliikuntatoimintaa. Perheliikuntaryhmien kokoonpano jaotellaan useimmiten lasten iän mukaan, jolloin lapset

¹⁹ Perheliikuntaverkosto on terveyttä edistävän liikunnan neuvottelukunnan (TELI-perheliikuntatyöryhmän) luoma verkosto. Verkosto suunnittelee ja järjestää perheliikuntakoulutusta. Perheliikuntaverkoston tavoitteena on edistää perheliikunnan edunvalvontaa, olosuhteiden ja resurssien kehitystoimenpiteitä, koulutusta sekä viestintää. Se tiedottaa perheliikunnasta ja tuottaa materiaalia. Perheliikuntaverkoston kuuluvat Sosiaali- ja terveysministeriö, Suomen Latu ry, Nuori Suomi ry, Suomen Kuntoliikuntaliitto ry, Suomen Voimisteluliitto ry, Mannerheimin Lastensuojeluliitto, Hengitysliitto Heli ry, Suomen Liikunta ja Urheilu ry, Suomen Sydänliitto, Kisakallion urheiluopisto, Urheiluopisto Kisakeskus, Jyväskylän yliopisto, Urheiluopistoyhdistys, Liikunta kaikille lapsille -hanke, Suomen Mielenterveysseura, Kirkkohallitus/kasvatus ja nuorisotyö sekä SoveLi ry. Verkoston koordinoijana toimii Suomen Latu ry. (Perheliikuntaverkosto 2008; Karvonen ym. 2003, 294.)

ja vanhemmat saavat vertailukohtia toisten samanikäisten lasten taidoista. Perheliikuntaryhmät voivat myös toimia vertaisryhminä, joissa vanhemmat voivat vaihtaa ajatuksiaan ja mielipiteitään maailman menosta. (Zimmer 2001, 93–96; Karvonen ym. 2003, 293–294.)

Perheiden omaehtoinen koti- ja arkiliikunta voi sisältää yhteisiä rutiininomaisia arkiaskareita, kuten pihatöitä, siivousta sekä lumen luontia. Arkipuuhailuun voi sisällyttää myös pihapiirissä suoritettuja kisailuja, leikkejä ja pelejä, unohtamatta retkiä esimerkiksi lähimetsään tai uimahalliin. Arkeen ja lähiympäristöön sijoittuva perheliikunta on nopeasti saavutettavaa ja edullista, mikä tekee siitä myös houkuttelevan vaihtoehdon lapsiperheille. Myös ympäristöllä, kuten pihapiirin rakenteella ja asunnon koolla, on vaikutusta perheen arkiliikunnan toteuttamismahdollisuuksiin ja ympäristö luo rajat yhteiselle pihaliikunta- ja olohuonejumppahetkille. (Zimmer 2001, 90–93; Karvonen ym. 2003, 113–304; Arvonen 2004c, 19.)

Lomaliikunta on perinteinen lapsiperheiden liikuntamuoto. Perheille on järjestetty liikunnallista lomatoimintaa 1970-luvulta asti eri yhteisöjen, yhdistysten ja urheiluopistojen toimesta. (Arvonen 2004b, 49.) Lomalla perheen yhteiselle ajalle kohdistetaan paljon odotuksia, jotka liittyvät erityisesti rentoutumiseen ja liikkumiseen. Perhelomien lisääntyvään kysyntään ovat vastanneet muun muassa kaupunkialueiden matkailun kehittäjät sekä matkanjärjestäjät sekä puuha- ja seikkailumaiden perustajat. Lomamatkalla perheliikunta on toimiva ja monipuolinen mahdollisuus viettää kaikkia motivoivaa perheen yhteistä laatu-aikaa. Valitettavan usein järjestäjän tai perheen omasta aloitteesta toiminnat eriytetään siten, että lapset ja aikuiset jaetaan omiin ryhmiinsä ja perheliikunta sen varsinaisessa merkityksessä jää toteutumatta. (Arvonen 2004c, 20–21.) Esimerkiksi vanhemmat lähtevät yhdessä laskettelurinteeseen ja jättävät perheen jälkikasvun hiihtokouluun.

Kaikkia edellä mainittuja lapsiperheiden liikuntamuotoja yhdistää eräs keskeinen seikka: ne vaativat aikuisilta innostuvaa asennetta (Zimmer 2001, 95, Arvonen 2004c, 19).

Kärjistäen voi siis sanoa, että lapsiperheiden liikunnassa aikuisten on turvattava lasten viihtyminen ja kehitys jättäen omat liikuntatarpeensa taka-alalle. Esimerkiksi monissa perhejumpissa aikuisen tehtävä on tukea ja neuvoa lasta seikkailuradalla. Tällöin aikuisen on puhtaasti varmistaa lapsen viihtyminen ja hoitaa oma kuntoilu muulla ajalla, vaikkakin lapsiperheiden liikunnassa aikuisen aktiivisuustaso nousee toki suhteessa lepotasoon.

Arvonen (2004c, 2004b) näkee, että perheliikunnassa tulisi kehittää nimenomaan jo olemassa olevia suuntauksia. Hänen mukaansa esimerkiksi lähiliikuntapaikkojen suunnittelussa tulisi huomioida enemmän iltakäyttöä, kuntopolkujen yhteyteen tulisi rakentaa reittejä myös perheen pienimmille ja lomajärjestäjien olisi syytä ottaa voimakkaammin koko perhe huomioon lomaohjelmia suunniteltaessa. (Arvonen 2004c, 19–22; Arvonen 2004b, 41–50.)

Tässä tutkimuksessa tuodaan esiin aivan uudenlainen malli lapsiperheiden liikunnan kehittämiseen. Sen sijaan, että olemassa olevaa perheliikunnan ”valtatietä levennettäisiin”, olisi kenties aika alkaa rakentaa sen rinnalle aivan uutta polkua. Lapsiperheiden liikuntaan voitaisiin ottaa mukaan tuore näkökulma, jossa vanhempien ”väkinäisestä” innostumisesta ja lasten liikuttamisesta siirryttäisiin niin sanotusti yksilölliseen yhdessä tekemiseen. Tällä tutkijat tarkoittavat sitä, että jokainen perheen jäsen saisi toteuttaa omia liikunnallisia tarpeitaan, mutta perhe toimisi edelleen yhteisessä tilassa ja ajassa säilyttäen jatkuvan katse- ja puhekontaktin toisiinsa. Tutkimuksen tarkoitus ei ole ensisijaisesti haastaa jo olemassa olevia perheliikuntakäsityksiä, vaan luoda niiden rinnalle uusi tapa lapsiperheiden liikunnan toteuttamiseksi.

Tutkijat arvelevat, että uuden lähestymistavan avulla voitaisiin päästä kohti toiminnallisempaa ja laajempia käyttäjäryhmiä palvelevaa lapsiperheiden liikuntaa. LAPEn kaltainen liikuntapaikkapalvelu luo uusia liikkumismahdollisuuksia erityisesti lapsiperheille, joiden lapset ovat liian nuoria liikkumaan itsenäisesti. Esimerkiksi kylpylät tarjoavat aktiviteettejä koko perheelle ja siellä 7–8 -vuotiaat lapset pärjäävät jo yksin, mutta sitä nuoremmat eivät voi liikkua ilman vanhempien jatkuvaa valvontaa. Tämä taas

vaikeuttaa vanhempien omaa liikkumista. Lisäksi kylpyläpäivät ovat erittäin aikaa vieviä ja sijoittuvat yleisesti perheen loma-aikaan. LAPE-konseptin tarkoitus on sijoittua saumattomasti perheen arkeen mihin aikaan päivästä tahansa. Lisäksi tutkijat uskovat LAPEn lisäävän lapsiperheiden liikunnan toiminnallisuutta, sillä sekä lapset että aikuiset voivat liikkua haluamallaan tavalla omaan tahtiinsa.

Saatavilla olevia lapsiperheiden liikuntaa käsitteleviä teoksia analysoidessa tutkijat tekivät huomion, että teokset on kirjoitettu selvästi seurojen ja järjestöjen järjestämää perheliikuntaa silmällä pitäen. Toisin sanoen yksityisen sektorin on sovellettava perheliikuntaa käsittelevien teosten sisältöä luodessaan lapsiperheille suunnattuja liikuntapalvelukonsepteja. Asiaa selittänee ainakin se, että yksityisen sektorin järjestämät lapsiperheiden liikuntapaikkapalvelut ovat vielä (Suomessa) harvinaisia.

4.3 Lapsiperheiden liikunnan sisältö lapsen näkökulmasta

Lapsiperheiden liikunnan sisällön – liikkumistavan ja -muodon – lapsen näkökulmasta määräävät erityisesti lapsen motoriset taidot ja kyvyt. Näitä taitoja olisi hyvä harjoittaa harrastamalla monipuolisesti perusliikuntamuotoja, joita ovat kävely, astuminen, juokseminen, hyppääminen, kiipeäminen, lyöminen, heittäminen, kiinniotto, riippuminen, heiluminen, kieriminen, työntäminen ja vetäminen. (Sääkslahti 2003, 30–38; Numminen 1996, 44.)

Yksilölliset erot lasten perusliikuntataidoissa ovat suuria. Yksin lapsen ikä ei määrää taitotasoa sen paremmin liikunnan kuin minkään muunkaan elämän osa-alueen saralla. Jokaisen lapsen liikunnalliset taidot tulee arvioida yksilöllisesti, sillä nimenomaan yksilölliset taidot määräävät, millaista liikuntaa kunkin lapsen kanssa olisi hyvä harrastaa. Lasten motoristen taitojen kehittyminen on kouluiässä nopeaa, jolloin on tärkeää tarjota heille oikeanlaisia sekä oikeantasoisia virikkeitä. Näin saadaan lasten liikuntamotivaatio ja itsetunto säilymään korkealla. (Karvonen ym. 2003, 35–64.)

Vaikka lasten liikunnallinen taitotaso ei ole suoraan verrannollinen ikään, tarjoaa ikäsuuntaviivat ja peruskäsityksen lasten liikunnallisista kyvyistä. Gallahue & Ozmun (2002, 4) ovatkin todenneet hyvin, että jokaisen yksilön kehitys on ikään liittyvää, muttei iästä riippuvaa. Lasten taitotasojen tiedostaminen on erittäin tärkeää myös LAPE-konseptia ajatellen, sillä motivoivan ja sopivan haastavan liikuntaympäristön luominen on konseptin kehittämiseksi suuri haaste. Seuraavissa alaluvuissa tyypitellään eri ikäryhmien motorisia taitoja ja psyykkisiä kykyjä sekä liikuntakasvatuksen sisältöjä. Näin kyetään paremmin hahmottamaan kehys, jonka sisällä eri-ikäisten lasten optimaalinen ja motivoiva liikuntaan kasvaminen todennäköisimmin tapahtuu.

4.3.1 1–3 -vuotiaat lapset

Vanhempien rooli korostuu 1–3 -vuotiaiden liikunnassa. Tämän ikäisten lasten leikit ovat useimmiten yhteisleikkejä, joihin myös vanhemmat ottavat yleisesti osaa. Esimerkiksi piiloleikit kiinnostavat tähän ikäryhmään kuuluvia lapsia. Lapset pitävät toistoista, minkä vuoksi leikkejä kerrataan useaan otteeseen. Vanhemman tulisi olla leikeissä itse aktiivisesti mukana, sillä lapset oppivat paljon jäljittelemällä aikuisia. (Numminen 1996, 93, 97; Karvonen ym. 2003, 139–140; Sääkslahti 2003, 33–35.) 1–3 -vuotiaiden ikävaihe on itsenäisen liikkumisen ja perusliikuntataitojen alkeiden opetteluun aikaa (Garcia 2002, 168–170).

Lapsi leikkii paljon myös itsekseen, koska hän opettelee tunnistamaan suhdettaan omaan fyysiseen ja psyykkiseen minäänsä. Sosiaalisessa kehityksessä tunteiden säätelyn oppimisella on suuri rooli, sillä lapsen temperamentti ohjaa tunteiden säätelyä ja minäkuvan kehittymistä. (Numminen 1996, 82–90.) Lapsen normaalin kehityksen kannalta monipuoliset leikit, kuten kiipeily, juoksu, hyppäminen ja tasapainoilu, ovat tärkeitä. Edellä mainittuja leikkejä pääsee normaalisti harjoittamaan kaikista parhaiten ulkona. Onkin todettu, että paljon monipuolisessa ulkoympäristössä leikkivien lasten motoriset taidot ovat parempia kuin vähän ulkona leikkivien. (Sääkslahti 2003, 37.) 1–3 -vuotiaiden liikunta voi koostua esimerkiksi kantamisesta, työntämisestä ja vetämisestä,

kierimisestä, kävelemisestä, heittämisestä ja kiinniotosta, piirileikeistä, juoksusta, potkaisemisesta, tasapainoharjoitteista ja kuperkeikan harjoittelusta. (Karvonen ym. 2003, 45; Arvonen 2004a, 69.)

4.3.2 4–6 -vuotiaat lapset

4–6 -vuoden ikäiset lapset ymmärtävät jo liikuntaleikkien sisällöt. Myös useimmat perusliikuntamuodot, kuten juokseminen, hyppääminen, heittäminen, kiinniottaminen, riippuminen ja kiipeäminen alkavat onnistua, joten liikunta voi olla jo hyvinkin monipuolista. Rytmitaju ja rytmisissä kulkemisen hahmottaminen ovat myös kehittyneet. Tässä ikävaiheessa lapset kykenevät noudattamaan ja ymmärtävät jo myös yksinkertaisia sääntöjä ja kilpailun alkeita. (Numminen 1996, 93; Arvonen 2004c, 32–34.) Ikävaihe 4–6 vuotta onkin yleisten liikkumistaitojen kehittymisen huippuaikaa, jolloin luodaan myös vahva pohja urheilijan perustaidoille. Myös eri taitojen yhdisteleminen (esimerkiksi juoksu ja heitto) alkaa sujua. (Puonti 1999, 117.)

Neljästä ikävuodesta eteenpäin lapsen sosiaaliset taidot ovat kehittyneet siihen pisteeseen, että hän kykenee osallistumaan toimintaan ryhmässä ja ottamaan muut ryhmän jäsenet huomioon. Myös ohjeiden kuunteleminen alkaa pikkuhiljaa onnistua, eikä oman vuoron odottelu ole enää ylitsepääsemätöntä. Oppimisen kannalta odottelu-aika on kuitenkin järkevää minimoida. Lapsen keräämät monipuoliset kokemukset ruokkivat hänen mielikuvitustaan ja sille on hyvä jättää tilaa liikkumisen yhteydessä. Tällöin lapsella on mahdollisuus jäsentää oppimaansa edelleen. Lapselle ei kannata tarjota asioita valmiina, vaan antaa hänen itse luoda ja kehittää omaa liikkumisympäristöään ja omia liikkumistapojaan. (Sääkslahti 2003, 35–37.) Tärkeintä on jättää lapsen mielikuvitukselle tilaa ja luoda tilanteita, joissa lapsi kokee paljon erilaisia ärsykeitä. Hyviä liikuntamuotoja ovat erilaiset seikkailuradat, pallopelit, hippa- ja suunnistusleikit sekä musiikkiliikunta. (Karvonen ym. 2003, 141; Puonti 1999, 117; Arvonen 2004c, 34.)

4.3.3 7–9 -vuotiaat lapset

Tähän ikäryhmään kuuluvat omaavat edellytykset jo lajinomaiseen harjoitteluun. Näitä edellytyksiä ovat hermoston kypsyys, suurempi psyko-sosiaalinen järjestyneisyys sekä verenkierron ja hengityselinten rasitusvasteen lisääntyminen. Tämän ikäluokan kohdalla puhutaankin ensimmäisestä liikunnallisesta herkkyykskaudesta. Sopivaa liikuntaa ovat leikit ja pelit, joissa rasitus ja lepo vaihtelevat luonnollisella tavalla. 7–9 -vuotiaan perustaidot kehittyvät yleisiksi liikemalleiksi ja perusliikkeiden yhdisteleminen muuttuu joustavaksi kokonaisuudeksi. Kuitenkin hienomotoriset kyvyt, kehon tuntemus rentouden ja jännityksen vaihtelussa sekä ojennuksissa ovat vielä puutteellisia. Tästä syystä onkin tärkeä teettää lapselle tehtäviä, joissa oman kehon hallinta ja tuntemus lisääntyvät. (Sääkslahti 2003, 37–38.)

7–9 -vuotiailla on erinomainen oppimiskyky ja he nauttivat onnistumisistaan, mutta ovat usein lyhytjänteisiä. Oppiminen tapahtuu pääasiassa leikkien avulla sekä vanhempiin samaistumalla. Toiminnan tulisi olla vaihtelevaa ja sisältää vapaita liikevalintoja. Mielikuvituksella on merkittävä rooli lapsen elämässä, mutta mielikuvitusleikit vähenevät sääntöleikkeihin siirryttäessä. (Miettinen 1999, 14–16.) 7–9 -vuotiaille suunnatun liikunnan tulisi sisältää tasapainoa, liikenopeutta, yleiskestävyyttä ja lihasvoimaa sekä liikkuvuutta kehittäviä harjoitteita. Myös lasten ajattelukyvyille olisi syytä tarjota haasteita esimerkiksi sääntöjen ja niiden kyseenalaistamisen muodossa. Tässä iässä lasten liikuntataidoissa alkaa olla havaittavissa suuria yksilöllisiä eroja. (Arvonen 2004a, 70.)

4.3.4 10–12 -vuotiaat lapset

Toinen liikunnallinen herkkyykskausi ajoittuu ikävaiheeseen 10–12 vuotta, jolloin myös kyky oppia erilaisia liikuntamuotoja on parhaimmillaan. Jotta keho saa vaihtelevia ärsykeitä, lapselle tulee tarjota monipuolisesti lajikohtaisia taitoja kehittäviä harjoitteita. Liikuntaelimestö ja hienomotoriikka alkavat olla jo hyvin kehittyneitä, joten monimutkaisten liikesarjojen oppiminen on mahdollista. Lisääntyneen suorituskyvyn

myötä myös liikunnan rasittavuutta voi lisätä. Tässä iässä monet lapset harjoittelevat mielellään tosissaan ja hakevat liikunnasta jännitystä sekä vauhtia. (Miettinen 1999, 16–17.)

Kaikelle lasten liikuntakasvatukselle on ominaista se, että lapsella on suuri sisäinen halu liikkua. Jotta lasten motivaatio liikkumiseen säilyy, heille tulee tarjota asteittain vaikeutuvia tehtäviä. Tosin lapsilla on myös fysiologinen tarve liikkua, joten erityinen motivointi ei ole aina välttämätöntä (Numminen 1996, 91; Sääkslahti 2003, 38; Zimmer 2001, 78). Koska lapsilla ei välttämättä ole aiempaa kokemusta liikunnasta, luovien ja mielikuvituksellisten opetusmenetelmien käyttö on tärkeää. Aikuisen rooli esimerkin näyttäjänä on kiistaton. Lasten voimavarana on ennakkoluuloton kokeileminen, jota aikuiset voivat ylläpitää omalla esimerkillään. Vanhempien ohjaus luo turvallisuuden tunnetta, jolloin lapsi kokee, että hänestä välitetään. Se, että lapsi samaistuu helposti vanhempien näkemyksiin liikunnasta, ei ole kuitenkaan välttämättä aina pelkästään hyväksi. Vanhemmat voivat olla nimittäin itse liikunnallisesti passiivisia ja viestiä negatiivisia käsityksiä liikunnasta. Myös tämä heijastuu lapsiin ja vaikuttaa lasten liikuntasuhteen rakentumiseen.

4.3.5 LAPE-konseptin soveltuvuus eri ikäryhmille

Yllä esitetyn tyypittelyn perusteella voidaan todeta, että LAPE-konseptin ideaa toteuttava sisäliikuntapaikka sopii parhaiten perheille, joissa on 3–9 -vuotiaita lapsia. Alle 3-vuotiaat ovat vielä liian nuoria, sillä vaikka 1–3 -vuotias lapsi leikkii paljon itsekseen, hän ei viihdy yksin pitkiä aikoja, jolloin vanhemmat eivät voi suorittaa omaa liikuntaansa rauhassa. Yli 9-vuotiaille LAPE ei puolestaan välttämättä kykene tarjoamaan tarpeeksi haastavaa, monipuolista ja laajaa liikkumisympäristöä. LAPE-konsepti ei myöskään tarjoa lajikohtaista harjoittelua, mikä on kirjallisuuden mukaan keskeinen osa yli 9-vuotiaan liikuntaharrastusta. Bergin (2005, 162) mukaan tässä ikävaiheessa myös kavereiden merkitys kasvaa ja liikuntaa harrastetaan mieluiten heidän kanssaan. Tutkimuksen tekijät uskovat, että LAPE-konseptin säännöllinen käyttö loppuu yksilöstä

riippuen viimeistään noin 12 ikävuoden tienoilla. Edelleen tekijöiden omat empiiriset havainnot osoittavat, että pääsääntöisesti 9-vuotiaat vielä innostuvat LAPE-konseptin mukaisesta liikuntapaikasta, mutta kaverit, seuraliikunta ja urheilulajit astuvat voimakkaammin tässä vaiheessa lapsen arkeen mukaan.

Tutkimuksen teoriaosuudessa ei käsitellä lapsiperheiden liikunnan sisältöä aikuisten näkökulmasta, koska tutkijat halusivat ensisijaisesti löytää oikean lasten ikäkohderyhmän ja varmistaa palvelukonseptin oikea kehitys lasten näkökulmasta. Vaikka LAPEn kaltaisen liikuntapaikkapalvelun tulee palvella perheen fyysisiä tarpeita kokonaisvaltaisesti, lasten liikunta nostetaan muutamasta eri syystä etusijalle. Ensinnäkin aikuisille soveltuvien liikuntapaikkapalvelun sisällöstä on huomattavasti enemmän tutkimuksellista ja empiiristä tietoa. Toiseksi tutkijat ja asiantuntijat näkevät LAPEn haasteeksi nimenomaan lasten liikuntaympäristön kehittämisen. Kolmanneksi kirjallisuus ja asiantuntijoiden vastaukset tutkimusosiossa osoittavat, että vanhemmille kaikista tärkeintä on lapsen oppiminen, viihtyminen ja turvallinen liikkuminen liikuntapaikassa.

5 LIIKUNTASUUNNITTELU JA LAPSIPERHEET

Tässä luvussa tarkastellaan liikuntasuunnittelun käsitteenmäärittelyn lisäksi sitä, miten liikuntasuunnittelussa on sen lyhyen historiansa aikana otettu huomioon lapsiperheet ja niiden liikunta sekä kuinka nykyiset liikuntapaikat soveltuvat lapsiperheiden liikuntaan. Luvussa punnitaan myös, miten lähiliikuntapaikoista on alettu etsiä 2000-luvulla helpotusta lasten ja nuorten, mutta myös lapsiperheiden liikunta-aktiivisuuden lisäämiseen. Koska LAPE-konsepti on suunniteltu ensisijassa yksityisen sektorin tuottamaksi liikuntapalveluksi, on tärkeää tunnistaa, miten yksityinen ja julkinen liikuntapaikkaverkosto suhteutuu toisiinsa ja mikä on yksityisten liikuntapaikkojen asema suomalaisessa liikuntakulttuurissa. Edelleen luvussa tarkastellaan sitä, minkälaisessa sosiaalisessa toimintaympäristössä lapsiperheiden liikuntaa toteutetaan ja miten lapsiperheet sijoittuvat liikunnan toimijakenttään. Luvun lopussa luodaan katsaus niin sanottuun liikuntasuunnittelun suureen viitekehykseen, jota muokkaamalla tutkijat ovat lähteneet tarkastelemaan sitä, miten LAPEn kaltainen lapsiperheiden sisäliikuntapaikka olisi syytä toteuttaa.

5.1 Liikuntasuunnittelu käsitteenä

Liikuntasuunnittelu on yhteis- ja yhdyskuntasuunnittelun²⁰ erityissovellusalue, joka kohdistuu yhteiskunnassa harjoitettavan liikuntatoiminnan ja sen aikaansaannosten kokonaisuuteen. Liikuntasuunnittelun tavoitteena on luoda laajat käyttäjäryhmät huomioiden mahdollisimman tarkoituksenmukaiset edellytykset liikunnan

²⁰ Yhteiskuntasuunnittelu tarkoittaa valtion keskushallinnon toimesta tehtävää koko maata koskevaa suunnittelua, jota harjoittavat muun muassa eri ministeriöt ja keskusvirastot. Yhdyskuntasuunnittelu liittyy sen sijaan läheisemmin rakentamissuunnitteluun, sillä se ymmärretään alueellisesti rajatun kokonaisuuden, kuten kylän, kunnan, maakunnan tai niiden osan suunnitteluna. Yhdyskuntasuunnittelu toimii näin ollen pohjana konkreettiselle maankäytön suunnittelulle. Yhdyskuntasuunnittelun merkitys on viimeisten vuosien aikana korostunut yhdyskuntarakenteen muutosten, maan sisäisen muuttoliikkeen, syrjäseutujen poismuuton, kaupungistumisen ja alueellisten kasvukeskusten syntyminen myötä. Nykyisin yhdyskuntarakenteen suunnittelussa painotetaan aiempaa enemmän suunnittelun monipuolisuutta sekä kansalaisten vaikuttamis- ja osallistumismahdollisuuksia. (Rajaniemi 2007; Valtion liikuntaneuvosto 2005, 6; Ojala 1981, 12.)

harrastamiselle. (Valtion liikuntaneuvosto 2005.) Laadukas liikuntasuunnittelu seuraa yhteiskunnassa tapahtuvia muutoksia ja on muuntautumiskykyinen. Karimäki (2001, 12) täsmentääkin, että liikuntasuunnittelu voidaan nähdä pyrkimykseksi löytää yhä parempia tapoja vastata ihmisten alati muuttuvaan liikuntatarpeeseen.

Suomi (1998, 42) luonnehtii liikuntasuunnittelua seuraavin sanoin:

”Liikuntasuunnittelu on yhdyskuntasuunnittelun osa-alue, jossa suunnittelun eri keinoin kehitetään kaikille sosiaalisille (liikuntasuunnittelun sosiaalinen ulottuvuus) ryhmille ja yksilöille sopivia liikuntatoimintoja (funktionaalinen ulottuvuus) oikeanlaatuisissa ja kokoisissa liikuntapaikoissa (fyysinen ulottuvuus).”

Rajaniemi (2005, 15) toteaa yllä esitetyn Suomen (1998, 42) määritelmän pohjalta, että liikuntapaikkasuunnittelu

”...voidaan määritellä toiminnaksi, jonka avulla luodaan ulkoiset puitteet liikunnan harrastamiselle ottaen samalla huomioon liikuntasuunnittelun funktionaalinen ja sosiaalinen ulottuvuus.”

Liikunnan funktionaalisen ympäristön suunnittelu voidaan Suomen (1989a, 18; 1989b, 18) mukaan nähdä ihmisten päivittäisen tekemisen suunnitteluna; liikuntasuunnittelun näkökulmasta erilaisten liikuntatehtävien suorittamisena ja liikkumisena. Tällöin suunnittelussa tulisi ottaa huomioon liikuntatoimintojen aika, paikka, kesto ja sisältö.

Liikuntasuunnittelun sosiaalista ulottuvuutta tulisi tarkastella monisäikeisesti, jolloin kehittämistoimenpiteet kohdistetaan Heikkalan (2007, 17) sanoin liikuntakentän *rakenteisiin* eli tilaan, vuorovaikutussuhteisiin ja toimijakentän käsityksiin. Suomi (1989a, 18; 1989b, 18) tarkoittaa liikunnan sosiaalisen ympäristön suunnittelulla fyysis-toiminnallisessa liikkumisympäristössä tapahtuvan ihmisten keskinäisen toiminnan huomioonottamista. Tavoitteena tulee olla monipuolisen ympäristön muodostaminen, jossa on otettu huomioon niin yksilölliset, yhteisölliset kuin yhteiskunnallisetkin funktiot. (ks. myös Karimäki 2001.)

Liikunnan fyysisen ympäristön suunnittelu tarkoittaa liikuntaa varten rakennettujen rakennusten ja toimipaikkojen sekä liikuntapaikan yhteyksien ja liikenteen suunnittelua (Suomi 1989a, 17; 1989b, 18). Liikunnan fyysiset olosuhteet muodostuvat rakennettujen, pistemäisten liikuntapaikkojen lisäksi erilaisten reitistöjen ja muiden liikkumiseen soveltuvien ympäristöjen kokonaisuudesta (Hentilä & Joki-Korpela 2004, 11). Reitistöihin lasketaan kuuluviksi esimerkiksi kevyenliikenteen väylät ja maantiet. Muilla liikkumiseen soveltuvilla paikoilla tarkoitetaan esimerkiksi rakentamattomia luonnonolosuhteita, leikkipuistoja ja asuinalueiden pihoja. Näin ollen liikunnaksi sen laajassa merkityksessä luokiteltavat toiminnot eivät rajoitu ainoastaan rakennettuihin liikuntapaikkoihin²¹.

Yhdyskuntasuunnittelu korostuu liikunnan fyysinen ympäristön suunnittelussa. Sanotaankin, että liikuntasuunnittelu tulisi olla kiinteä osa kokonaisvaltaista yhdyskuntasuunnittelua. Liikunnan näkökulmasta kokonaisvaltainen liikuntasuunnittelu tarkoittaa sitä, että liikuntapaikkaverkosto tulisi suunnitella siten, että se loisi harrastetun liikunnan ohella samalla mahdollisimman toimivat ja kannustavat olosuhteet myös arki- ja hyötyliikunnalle. Toisin sanoen liikuntaa suosivassa yhdyskuntarakenteessa liikunnan harrastamisen mahdollisuudet ovat riittävät, mutta myös liikuntapaikkojen etäisyyteen kotoa on kiinnitetty huomiota. (Valtion liikuntaneuvosto 2005, 6.) Maankäytön suunnittelun asiantuntija Vesa Rajaniemi (2005, 14) toteaaakin väitöskirjassaan, että liikuntapaikkasuunnittelun kytkeminen yleiseen maankäytön suunnitteluun on välttämätöntä, jotta liikuntamyönteisen ympäristön rakentaminen olisi mahdollista.

Liikuntasuunnittelun riippuvuussuhdetta yleiseen yhdyskuntasuunnitteluun kuvaa lisäksi se tosiasia, että liikuntasuunnittelu on aina nojautunut yleisiin suunnittelumetodeihin ja -käytäntöihin, eikä liikuntasuunnittelulle ole siten pyritty luomaan omaa teoriaansa (Suomi 1998, 11; 1989b, 50). Oman teorian puuttuminen korostaa liikuntasuunnittelun kiinteää yhteyttä sitä ympäröivään yhteiskuntaan, vaikka Heinilän (2001, 60) mukaan perinteinen

²¹ Suomalainen aikuisväestö liikkuu aktiivisimmin kevyenliikenteenväylillä, ulkoilureiteillä ja maanteillä (esim. Suomi 2000).

käsitys liikuntakulttuurista²² on pyrkinyt korostamaan sen riippumattomuutta ja autonomista asemaa. Liikuntakulttuuri on kuitenkin aina ollut ja tulee olemaan kiinteä osa yhteiskuntaa. Tämä tarkoittaa sitä, että yhteiskunnan muutokset vaikuttavat erilaisiin liikuntasuunnittelussa kulloinkin vallitseviin tavoitteisiin ja painopisteisiin – mikä kyllä sinänsä on pääsääntöisesti hyvä asia. Liikunnan ja urheilun kehitys on nivoutunut osaksi yleistä yhteiskuntakehitystä sekä yhteiskunnassa vallitsevia arvoja, arvostuksia ja ihanteita. (ks. liikunnan yhteiskunnallisesta suhteesta esim. Vasara 2004; Heinilä 2001; Itkonen 1996; Pyykkönen 1992.)

5.2 Tarkastelussa liikuntasuunnittelun lyhyt historia – näkökulmana lapsiperheiden asema liikuntasuunnittelun kehityksessä 1900-luvulta lähtien

Suomessa vallinneiden liikuntasuunnittelun suuntauksien tarkastelu lapsiperheiden näkökulmasta antaa hyvän kuvan siitä, kuinka tärkeäksi yhteiskuntamme liikuntasuunnittelutoimijat ovat nähneet perheen liikuttamisen eri aikakausina ja miten hyvin lapsiperheet on otettu liikuntasuunnittelussa ajan saatossa huomioon. Lyhyen aikavälin historian tarkastelu auttaa meitä myös ymmärtämään, minkälaisen suunnittelusuuntausten vallitessa liikuntapaikkoja on rakennettu ja miksi suurin osa julkisista liikuntapaikoistamme on sellaisia kuin ne nyt ovat.

5.2.1 Liikuntasuunnittelun ensiaskeleet

Julkisen liikuntasuunnittelun ensiaskeleet Suomessa otettiin modernin urheiluliikkeen kehittymisen aikaan 1900-luvun alkupuolella (Suomi 1998, 11). Tällöin liikuntasuunnittelu tarkoitti pääasiassa suurten kaupunkien ja yksittäisten liikuntalaitosten rakennusteknistä suunnittelua. Liikuntasuunnittelun katsotaan yleisesti alkaneen kuitenkin vasta 1930-luvulla valtion tullessa voimakkaammin mukaan urheilun tukijaksi. 1920-luvulta aina toiseen maailmansotaan saakka liikuntasuunnittelua hallitsi keskittämisen

²² ...eli ”kohteesta”, johon liikuntasuunnittelu pyrkii vaikuttamaan

teoria, mikä ilmeni erityisten urheilu- ja yleisurheilukenttien keskitettynä rakentamisena. (Vasara 2004, 92–102; Suomi 1989a, 9, 43–44; 1989b 11, 44; 1986, 409–410; Juppi & Aunesluoma 1995, 49.)²³

Kilpaurheilusuuntautunut teknokraattispainotteinen liikuntapaikkarakentaminen tuotti maahamme ensimmäiset urheilunormistoihin perustuvat standardoidut liikuntapaikat, jotka palvelivat erityisesti miehistä tulosurheilua. Liikuntapaikoilla nähtiin olevan myös tärkeä merkitys suomalaisten sotilaskunnan kehittämisessä. Lapsille suunnattuja liikuntapaikkoja ei ollut, vaan lapset liikkuivat pitkälti itse rakennetuissa ympäristöissä. 1900-luvun alun liikuntasuunnittelun ei voida nähdä vielä edistäneen lapsiperheiden liikunta-aktiivisuutta millään tavoin.

5.2.2 Liikuntapaikkarakentamisen ja kilpaurheilun suhde voimistuu

1940- ja 1950-lukujen liikuntasuunnittelulle oli tyypillistä se, että liikuntapaikkoja hajasijoitettiin lähinnä urheiluseurojen toiminta-alueille, jolloin liikuntapaikat palvelivat lähinnä kilpaurheilun tarpeita. Urheiluseurat osallistuivat myös itse aktiivisesti liikuntapaikkojen rakentamis- ja peruskorjaustöihin, mikä korosti entisestään liikuntapaikkojen kilpailullisia intressilatauksia. 1950-luvulla suunnittelu painottui edelleen urheilukenttien rakentamiseen, mutta myös laajamittaisempi sisäliikuntatilojen rakentaminen alkoi. Laitosrakentamisen toiminnallinen liikuntasuunnittelu tähtäsi edelleen organisoidun kilpaurheilutoiminnan kehittämiseen. Sodan jälkeen liikuntasuunnittelu laajeni koskettamaan vähitellen myös maaseutua. (Suomi 1998, 11; 1989b, 44, 49; 1986, 410.)

²³ Ensimmäisiä liikuntapaikkojen suunnittelukirjasia alettiin laatia pääasiassa voimisteluopettajien toimesta 1920- ja 1930-luvuilla (Suomi 1989b, 44). Diplomi-insinööri Heikki Valjakan yleinen liikuntapaikkojen tekninen suunnittelu-, rakennus- ja mitoitusopas julkaistiin vuonna 1948. Valjakan teos kuvasti hyvin liikuntasuunnittelun voimakasta teknistä ja kilpaurheilusuuntautunutta linjaa. Liikuntasuunnittelun sosiaalista, funktionaalista ja fyysistä näkökulmaa ei nykykäsityksen valossa tunnistettu Valjakan teoksessa vielä lainkaan.

Kilpaurheilupainotteinen liikuntapaikkarakentaminen tarkoitti käytännössä sitä, että rakennetut liikuntapaikat eivät soveltuneet juurikaan tavallisten kuntourheilijoiden tai lasten liikkumiseen.

5.2.3 Kuntourheilun merkitys tunnustetaan

Nykyaikaisen liikuntasuunnittelun voidaan katsoa alkaneen hyvinvointivaltion voimakkaan kasvukauden aikaan 1960-luvulla. Kuntourheilun suosion kasvaessa väestön laatuvaatimukset urheilulaitoksia kohtaan lisääntyivät, minkä takia myös kunnan rooli laitosten suunnittelijana, rakennuttajana ja ylläpitäjänä tuli tärkeämmäksi. (Karimäki 2001, 11; Suomi 1989b, 45.) Elintason nousuun liittyi läheisesti voimakas kaupungistuminen, jonka myötä liikuntapaikkapalveluita alettiin suunnitella lähemmäksi ihmisten asuttamia alueita. (Suomi 1998, 11; 1989b, 43–44; 1986, 410–411.)

Liikuntasuunnittelun arvostuksen ja kehittymisen kannalta tärkeitä tapahtumia olivat vuonna 1967 järjestetyt ensimmäiset liikuntapoliittiset neuvottelupäivät, vuonna 1968 valmistunut niin sanottu Niemen kuntourheilutoimikunnan mietintö, vuonna 1969 julkaistu liikuntapoliittinen mietintö ja vuonna 1970 järjestetty valtakunnallinen liikuntasuunnitteluseminaari (Vasara 2004, 254–261; Juppi ym. 1995, 86–91).²⁴ Edellisten mietintöjen ja tapaamisten seurauksena urheiluseuroista, keskusjärjestöistä ja kansainvälisestä kilpaurheilusta voimansa ammentanut urheilukulttuuri alkoi saada rinnalleen uusia näkökulmia (esim. Karimäki 2001, 45; Suomi 1989b, 46–47). Muun muassa seuratoiminnasta riippumattoman itseorganisoidun liikunnan määrä alkoi kasvaa nopeasti. Syy liikunnan harjoittamiseen kumpusi yhä useammin terveydellisistä perusteista ja samalla myös vapaa-aika kiinnittyi läheisesti koko kansan liikkumiseen teollistumisen ja kaupungistumisen muuttaessa ihmisten elinolosuhteita ratkaisevasti.

²⁴ Yhteiskunnallinen keskustelu liikuntasuunnittelun tarpeellisuudesta mahdollisti myös liikuntasuunnittelun teoreettisen kehittämistyön (Suomi 1989b, 47). Vuonna 1971 perustettiin Jyväskylän yliopiston liikunta- ja terveystieteelliseen tiedekuntaan liikuntasuunnittelun laitos.

Liikuntasuunnittelun ja lapsiperheiden liikunnan välisen merkityksenannon perusteita alettiin rakentaa 1960-luvulla, jolloin liikuntasuunnittelu nähtiin ensimmäistä kertaa tärkeäksi välineeksi *koko* kansan liikuttamisessa. Tuohon aikaan rakennetut liikuntapaikat eivät kuitenkaan vielä palvelleet perheen yhteistä liikkumista. Nimenomaan vapaa-ajan kiinnittyminen merkittäväksi osaksi liikunnan harrastamista antoi kuitenkin rakennuspuita lapsiperheiden liikunnan kehittymiselle, sillä nyt lasten kanssa harrastetut erilaiset vapaa-ajan fyysiset aktiviteetit tulivat ensimmäisen kerran laajamittaisemmin mahdolliseksi suurelle osalle väestöä.

5.2.4 Siirtyminen keskushallintojohtoisen suunnittelun aikaan

1980-luvulle tultaessa keskushallintojohtoinen standardisuunnittelu voimistui. Tätä varten luotiin myös erityinen normijärjestelmä, jossa määriteltiin kuntien, läänien ja valtion roolijako suunnittelun kentässä. Järjestelmä perustui väestönormeihin, joiden avulla pyrittiin liikuntapaikkapalveluiden standardointiin. Voimakkaan valtiollisen ohjauksen, kontrollin ja seurannan vuoksi liikuntapaikkarakentaminen oli 1980-luvulla varsin keskitettyä. (Karimäki 2001, 11, 46; Suomi 1998, 11–12; 1989b, 43; 1986, 411; Klemola 1995, 192.)

Kaikkein selvimmin valtion harjoittamaa normiohjauspolitiikkaa kuvasti vuoden 1980 alusta voimaan astunut liikuntalaki (984/1979), joka saattoi liikuntakulttuurin ensimmäistä kertaa laaja-alaisesti lainsäädännön piiriin. Laissa määrättiin ensisijaisesti liikuntakulttuuria koskevien yhteiskunnallisten resurssien jaosta. Laki loi myös perustan liikuntakentän periaatteelliselle työnjaolle, jonka mukaan liikuntatoiminnan yleisten edellytysten luominen kuuluu valtiolle ja kunnille (julkiselle sektorille), kun taas liikuntatoiminnan järjestämisestä vastaavat ensisijassa liikuntajärjestöt ja urheiluseurat (kolmas sektori). (Pekkanen & Aarnio 1981.)

1980-luku voidaan nähdä perheen yhteisen liikunnan harrastamisen näkökulmasta kaksijakoisena. Keskushallintojohtoisen liikuntasuunnittelun seurauksena perheet eivät

saaneet ääntänsä riittävästi esille, eivätkä liikuntaolosuhteet siten vieläkään alkaneet puhutella lapsiperheiden perimmäisiä liikuntatarpeita. Liikuntakentän työnjako-oppi auttoi liikuntatoiminnan yleistä organisoimista, mutta se antoi myös arvo-orientaatiopohjaltaan varsin kilpaurheilu-suuntautuneille urheilujärjestöille tilaa vahvistaa entisestään asemiaan (esim. Koski & Heikkala 1998). Urheilujärjestöjen vaikutusvallan vuoksi liikuntapaikkarakentaminen oli vielä varsin lajikeskeistä, eikä normeihin ja standardeihin perustunut suunnittelu mahdollistanut liikuntapalvelujen käyttäjien mukanaoloa suunnittelussa tai päätöksenteossa.

Toisaalta liikuntalaki valoi perustan laajoja käyttäjäryhmiä huomioivalle liikuntasuunnittelulle, mistä on ollut myöhemmin paljon apua myös lapsiperheille suunnattujen liikuntaolosuhteiden edistämistyössä. Lisäksi kuntourheilun suosion voimakkaan kasvun ja liikunnan terveyttä edistävän tieteellisen tiedon lisääntymisen avustuksella liikuntakulttuuri alkoi innostaa mukaansa yhä suurempaa osaa väestöstä. Liikunta tavoitti ensikertaa nyt siis myös ihmisiä, jotka eivät tunteneet perinteistä kilpaurheilua omakseen. 1980-luvulla ”ylhäältä alas” harjoitettu normeihin perustunut standardisuunnittelu sekä urheilujärjestöjen vahva asema vaikuttavat yhä tänäkin päivänä merkittävästi maamme liikuntakulttuuriin. Näin on tutkimuksen tekijöiden mielestä perusteltua todeta esimerkiksi rakennettujen liikuntapaikkojen suhteen siksi, että keskimäärin joka kolmas liikuntapaikkamme on rakennettu juuri 1980-luvulla (Suomi 2006).

5.2.5 Kohti koko kansan liikuntakulttuuria

Keskushallinnon harjoittama ohjauspolitiikka alkoi menettää otettaan erityisesti talouslaman seurauksena 1990-luvun alun tienoilla. Pienentyneet taloudelliset voimavarat söivät liikunta- ja vapaa-aikatoimen palvelu- ja henkilöstöresursseja. Leikkaukset eivät kohdistuneet kuitenkaan ainoastaan henkilöstöön ja palveluntuotantoon, vaan myös

liikuntapaikkarakentaminen vähentyi merkittävästi²⁵. Taloudellinen matalasuhdanne vähensi liikuntapolitiikan yhdenmukaisuutta ja läänien merkitys liikuntarakentamisen ohjaamisessa muuttui, kun keskitetty suunnittelu sai rinnalleen yhä enemmän alueellisuuteen ja paikallisuuteen perustuvia itseohjautuvia prosesseja. (Suomi 2006; Karimäki 2001, 12, 46.)

Alueellisuuden ja paikallisuuden nouseminen uudella tavoin esille hyvinvointivaltion muutoksen seurauksena on tarkoittanut Karimäen (2001, 47) mukaan sitä, että kunnat ovat saaneet edellytysten luomisen ja ylläpitämisen rinnalle myös paikallisen liikuntatoiminnan kehittämisen ja koordinoimisen tehtävän. Tässä tehtävässä kunnat korostavat yhteistyön merkitystä liikunnan kansalaistoimijoiden ja liikelaitosten kanssa.²⁶ Esimerkiksi Helsingin kaupungin liikuntapoliittisesta ohjelmasta ilmenee, että yksin Helsingin liikuntatoimen resurssit eivät enää riitä siihen, että kaikki harrastettava liikunta tapahtuisi liikuntaviraston liikuntapaikoilla tai kunnan tukemana. Monipuolisen harrastusvalikoiman säilyttäminen vaatiikin muun muassa Helsingissä runsaasti yksityisiä liikuntapaikkoja. (Helsingin kaupungin liikuntapoliittinen ohjelma 2001–2010, 21.)

Talouden kiristyminen ei ollut kuitenkaan ainoa keskushallintojohtoisen standardeihin ja normeihin perustuneen teknokraattisen liikuntasuunnittelun syrjäyttäjä. Suomen (1998, 16) mukaan osallistuva suunnittelu voidaan liittää 1970-luvulla syntyneeseen kriittiseen kaupunkitutkimukseen. Liikunnan kentällä etenkin Kalevi Heinilä (1971, 12–17) vaati jo 1970-luvun alussa siirtymistä ”teknologisesta” liikuntasuunnittelusta kohti

²⁵ Vielä 1980-luvulla Suomeen rakennettiin kaikkiaan noin 10 000 uutta liikuntapaikkaa. Vuodesta 1990 tähän päivään uusia liikuntapaikkoja on rakennettu enää muutama tuhat (Suomi 2006). Toisaalta täytyy muistaa, että kysymys ei ole pelkästään voimavarojen vähentymisestä, vaan nykyään taloudellisia voimavaroja täytyy suunnata yhä enemmän jo olemassa olevan laajan liikuntapaikkaverkoston ylläpitoon ja peruskorjaukseen. Valtion liikuntaneuvoston viimeisimmän liikuntapaikkarakentamisen suunta -asiakirjan (2008) mukaan suomalaisten liikuntapaikkojen uushankinta-arvo on arviolta noin 11,5–12,5 miljardia euroa. Kun liikuntapaikkojen peruskorjaustarpeen arvioidaan vuositasolla olevan yleisesti noin 2 % luokkaa, voidaan olettaa, että vuosittain liikuntapaikkojen peruskorjaukseen tulisi investoida 230–250 miljoonaa euroa.

²⁶ Kuntien laajentunut tehtäväkuva ilmenee vuonna 1998 uudistetun liikuntalain (1054/1998) toisesta pykälästä: ”Kunnan tulee luoda edellytyksiä kuntalaisten liikunnalle kehittämällä paikallista ja alueellista yhteistyötä sekä terveyttä edistävää liikuntaa, tukemalla kansalaistoimintaa, tarjoamalla liikuntapaikkoja sekä järjestämällä liikuntaa ottaen huomioon myös erityisryhmät.”

”ihmisystävällisempää” suunnittelua. Osallistuva suunnittelu valtasi liikunnan toimijakentän kuitenkin vasta 1990-luvulla, sillä 1980-luvulla vallinneen postmodernismin korostaman individuaalisuuskeskeisyyden vuoksi suunnittelun arvostus oli varsin alhaista (Suomi 1998, 16).

Osallistuvan suunnittelun ohella lapsiperheiden näkökulmasta on ollut merkittävää se, että liikuntakulttuuri on yleisen yhteiskuntakehityksen mukana ajan mittaan hajaantunut ja eriytynyt. Tämä näkyy muun muassa liikunnan lajikirjon valtavana kasvuna²⁷ sekä yleisen suuntauksen muuttumisena perinteisestä kilpa- ja huippu-urheilupainotteisesta toiminnasta kuntoilun ja terveyden kautta kohti elämyksellisyyttä, virkistystä ja hyvinvointia (esim. Zacheus, Tähtinen, Koski, Rinne, & Heinonen 2003, 33–34; Tähtinen, Rinne, Nupponen & Heinonen 2002, 47; Ilmanen 1996, 157–158; Itkonen 1996, 226–230). Liikuntakulttuurin nykymuutoksen voidaan nähdä toisaalta sekä edistävän, mutta joltain osin myös heikentävän lapsiperheiden asemaan liikuntakulttuurissamme.

Aikaisemmasta urheiluperinteeseen nojanneesta liikuntakulttuurista on tullut tärkeä osa koko väestön terveydestä ja hyvinvoinnista huolehtivaa toimintaa. Tämä on antanut mahdollisuuden myös lapsiperheiden liikunnan merkityksen tunnustamiselle ja kehittymiselle. Liikuntakulttuurin pirstoutuminen ja toimialoittuminen ovat kuitenkin tuoneet liikuntasuunnittelukenttään tukun uusia haasteita. Muun muassa niukoista julkisista resursseista käytävän kilpailun kiristyminen tuottaa ongelmia. Liikuntakulttuuria voikin kuvata ranskalaisen kulttuurisosiologi Pierre Bourdieu’n esittämäksi sosiaaliseksi tilaksi ja vallan kentäksi, jossa eri intressiperusteiset toimijat ilmentävät erilaisten merkityssisältöjen saattelemana omia katsontakantojaan ja taistelevat samalla myös olemassaolostaan sekä legitiimiin joukkoon pääsemisestä. (Bourdieu 1998,

²⁷ Liikuntakulttuurin muutosta liikuntalajien kirjon kasvun näkökulmasta auttaa ymmärtämään se, että 1970-luvun lopussa suomalaisilta nuorilta kysyttiin heidän harrastamiaan liikuntamuotoja, saatiin vastaukseksi noin 70 lajin luettelo. Kun sama kysymys toistettiin 1990-luvulla, oli lajeja jo toista sataa. (Laakso 2003, 19.) Liikunnan lajikirjon voimakas lisääntymisen ja uusien toimialojen muodostumisen myötä yksilön valinta-avaruus on huomattavasti kasvanut. Tuoreempaa peilauspintaa tarjoaa kansallinen aikuisliikuntatutkimus, josta ilmenee, että yli 5000 harrastajan liikuntalajeja Suomessa vuosina 2005–2006 oli jo viitisenkymmentä (Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06, Aikuisliikunta 2006, 25).

43–46; 1993, 127–131; 1987, 105–110.) Kilpailu vallasta ja pääsystä osalliseksi rajallisiin julkisiin resursseihin niin liikuntapaikkojen suunnittelun, rakentamisen kuin toiminnan avustamisenkin saralla käy liikuntakentällä jatkuvasti yhä kovemmaksi.

Rajallisten voimavarojen vuoksi entistä tärkeämmäksi kysymykseksi nousee se, kuinka voimavarat liikuntakentän sisällä jaetaan. Vuolteen (1981, 26) mukaan liikuntasuunnittelun *tulisi* perustua demokraattiseen järjestelmään, jossa kansalaisten pitäisi voida itse vaikuttaa päätöksentekoon ja suunnitteluun. Rajallisten resurssien vallitessa kaikkien etupiirien tavoitteiden mukaisia vaihtoehtoja ei kuitenkaan ole luonnollisesti mahdollista lähteä tukemaan. Demokraattinen järjestelmän tulisi tässä tapauksessa pyrkiä osapuolten väliseen kompromissiin, joka olisi mahdollisimman tasapuolinen kaikille. (Emt, 26.) Tämä herättää kysymyksen, ovatko liikuntakentällä tapahtuneet kompromissit todellisuudessa olleet tasapuolisia? Yleisesti ottaen voi varmasti otaksua, että vahvimmat etupiirit pystyvät tuomaan asiansa muita paremmin esille ja saavuttamaan näin etulyöntiaseman resurssien jakoa silmälläpitäen.

Vahvimpia toimijoita suomalaisessa liikuntakulttuurissa edustavat urheilujärjestöt, jotka ovat edelleen (medialle viestittämästään toisenlaisesta käsityksestä huolimatta) arvo-orientaatiopohjaltaan varsin kilpa- ja huippu-urheilusuuntautuneita. Vaikka liikuntaorganisaatioiden toiminnan painopiste on siirtynyt nuoriso- ja harrasteliikunnan suuntaan, varsinkin nuorisoliikunta on edelleen monin paikoin varsin alisteisessa asemassa suhteessa kilpa- ja huippu-urheiluun. Lasten ja nuorten liikunnan sekä harrasteliikunnan on todettu painottuvan urheilujärjestöjen toiminnassa lähinnä sen takia, että julkinen tuki on tulosohjauksen ja uusien kriteeristöjen mukana sidottu niihin. Urheiluorganisaatioissa vallitseekin monesti pyramidin kaltainen ajatusmalli, jonka kärkeä edustaa huippu-urheilu. Lapset ja nuoret muodostavat pyramidille vahvasti alisteisen kivijalan, jonka suurista harrastajamääristä huiput seuloutuvat. (esim. Koski ym. 1998, 141, 144, 205, 208.) Myöskään lapsiperheiden asema ei varmasti ole nykyisessä toimijakentässä kovinkaan hyvä.

Liikuntalain mukainen julkisen ja kolmannen sektorin välinen työnjako-oppi ei ole pelkkää retoriikkaa, vaan toteutuu myös käytännössä. Tämän vuoksi ei ole yhdentekevää toteuttavatko seuraturat vahvana elävää kilpa- ja huippu-urheilun perinnettä. Lapsiperheet eivät muodosta liikunnan kentällä minkäänlaista omaa etupiiriään. Ongelmana ei ole varmastikaan lapsiperheiden pieni lukumäärä, vaan se, ettei lapsiperheillä ole organisoitua edunvalvojaa liikunta-asioissa. Yksittäisen lapsiperheen on vaikea saada ääntään kuuluville vahvasti organisoitujen toimijoiden perinteitä kunnioittavassa liikuntakentässä.

5.3 Yksityisen sektorin murtautuminen liikuntasuunnittelun ja -rakentamisen julkiseen perinnepohjaan

Liikuntapaikkarakentaminen on Suomessa ollut perinteisesti vahvasti kunnallista rakentamista. Liikuntakulttuurimme tehtäväjako-opin mukaisesti liikunnan edellytysten luonti kuuluu julkiselle hallinnolle eli valtiolle ja kunnille. Kunnallista liikuntapaikkarakentamista vahvistaa liikuntakulttuuriamme ohjaava liikuntalain (1054/1998) kahdeksas pykälä, jossa sanotaan, että avustusta liikuntapaikkarakentamiseen

”...myönnetään ensisijaisesti kunnalle tai kuntayhtymälle sekä kunnan tai kuntayhtymän määräämisvallassa olevalle yhteisölle.”

2000-luvulle tultaessa liikuntaolosuhteiden luominen ei kuitenkaan enää yksin ole ollut julkishallinnon varassa, vaan liikunnan kentälle on ilmestynyt yhä enemmän valtiovallan hankerahoituksesta riippumattomia suunnittelu- ja rakentamisprojekteja. Kuvaavaa on se, että vielä 1980-luvulla lähes kaikki liikuntapaikat olivat kuntien rakennuttamia ja ylläpitämiä, mutta vastaava luku on tänä päivänä Opetusministeriön (2006, 18) mukaan enää noin 70 %. Yksityisen sektorin invaasiosta puhuttaessa on muistettava kuitenkin edelleen se seikka, että osaa ”yksityisistä liikuntapaikoista” hallitaan yhä kuntien määräysvallassa olevien yhtymien tai osakeyhtiöiden kautta. Näin ollen kunnat hallitsevat

todellisuudessa yhä yli 75 %:ia Suomen liikuntapaikoista. Julkisesta rahoituksesta riippumattomia liikuntapaikkoja on alettu rakentaa kuitenkin yhä kiihtyvällä tahdilla lähinnä suuriin kaupunkeihin ja taajamiin. (Opetusministeriö 2004, 18.)

Yksityinen sektori rakentaa ja ylläpitää ennen kaikkea kylpylöitä, laskettelukeskuksia ja golfkenttiä (Vasara 2004, 377). Yksityiset liikuntapaikat ovat keskittyneet erityisesti lajeihin, joiden kasvu on viimeisen 10–15 -vuoden aikana ollut vahvaa, joilla jokseenkin elitistisen liikuntalajin maine ja joita ei harrasteta yleisesti liikuntaseuroissa (Helsingin kaupungin liikuntapoliittinen ohjelma 2001–2010, 22). Liikuntakulttuurin yleistä yksityistämiskehitystä kuvaa erityisen hyvin myös liikunta- ja kuntokeskukset, jotka liikuttavat tänä päivänä yli puolta miljoonaa suomalaista (McNeil 2006, 53).²⁸ Viime vuosikymmenten aikana liikuntapaikkarakentamiseen ovat tulleet uutena ilmiönä lisäksi osin yksityisellä pääomalla rakennetut suuret ja erityisesti merkittäviin huippu-urheilutapahtumiin suunnatut monitoimihallit ja stadionit, kuten Hartwall-areena tai Finnair-stadion (Vasara 2004, 377).

Yksityisen sektorin liikuntarakentaminen ei kuitenkaan tähän päivään mennessä ole juuri pyrkinyt puhuttelemaan lapsiperheiden tarpeita, vaan on keskittynyt voimakkaasti aikuisten henkilökohtaisiin harrastuksiin ja nyttemmin myös lapsille suunnattuihin liikunnallisiin leikki- ja seikkailuhalleihin.

Liikuntakentän yksityistymisen voimistumiseen on olemassa monia syitä. Yksi merkittävimmistä on julkisen talouden kiristyminen, minkä myötä liikunnan peruspalveluihin on jouduttu tekemään huomattavia leikkauksia. Samaan aikaan julkisten liikuntapaikkapalvelujen yksityistämispaineet ovat luonnollisesti kasvaneet. Julkisen talouden kiristymisen mukana kunnille on sysätty yhä suurempi vastuu liikuntapaikkapalveluiden tuottamisessa. Alueellisuuden merkitykset ovat nousseet

²⁸ Kuntokeskukset ovat yksi nopeimmin kasvaneista liikuntakulttuurin liiketoimintahaaroista Suomessa. Vuonna 2006 Suomessa oli enää 170 julkista kuntokeskusta ("kuntosalia"), kun kaupallisia keskuksia oli jo 400. Kuntokeskusten markkinoiden arvo Suomessa on yli 130 milj. €. (McNeil ym. 2006.) Toimialan kasvumahdollisuuksien niin Suomessa kuin Euroopassakin uskotaan olevan vieläkin valtavat.

liikuntapaikkarakentamisessa ja liikuntapaikkojen ylläpidossa arvoon arvaamattomaan. Ongelmaksi on muodostunut kuitenkin muun muassa se, että kuntien liikuntatoiminnan käyttökustannuksiin saama valtionosuus kattaa nykyisyydessään ainoastaan kolme ja puoli prosenttia kuntien liikuntatoiminnan käyttökustannuksista²⁹ (Opetusministeriö 2006, 18). Yli kolmannes kuntien liikuntatoimen viranhaltijoista arvioikin liikuntaan käytettävissä olevien taloudellisten voimavarojen jatkossa edelleen supistuvan (Suomi ym. 2004, 89).

Kunnallisen liikuntahallinnon muutosta suomalaisessa yhteiskunnassa väitöskirjassaan tutkineen Kalervo Ilmasen (1996, 231) sanoin 1980-luvulla – liikuntapalvelujen ja liikuntapaikkarakentamisen loiston aikaan – näytti vielä siltä, että ”*kunnallisten liikuntapalveluiden tarjonnassa oltiin siirtymässä yhteiskuntaan, jossa ei mitään tulisi puuttumaan*”. Nytemmin 1980-luvun lopun aikaa onkin alettu kutsua liikuntapaikkarakentamisen ”hulluiksi vuosiksi”. Tuolloin liikuntapaikkarakentamisen osuus kaikesta rakentamisesta oli Suomessa huimat 5 % (Suomi 2006). Todellisuus iski vasten kasvoja 1990-luvun alun taloudellisen laman mukana. Kaikkialle ulottunut säästöpolitiikka johti siihen, että kunnallisia liikuntapalveluja alettiin karsia rankalla kädellä. Liikuntapaikkarakentamisen kehityksestä antaa oivan kuvan se, että 1980-luvulla Suomeen rakennettiin kaikkiaan noin 10 000 uutta liikuntapaikkaa, kun vuodesta 1990 tähän päivään uusia liikuntapaikkoja on rakennettu muutama tuhat. (Suomi 2006.)

Liikuntapaikkarakentamista voidaan peilata myös lapsiperheen näkökulmasta liikuntasuunnittelun historian kehitykseen, sillä rakentamista on edeltänyt aina jonkintasoinen suunnittelu; rakennetut liikuntapaikat ilmentävät ja konkretisoivat oman aikakautensa liikuntasuunnittelun kentässä vallitsevia suuntauksia ja arvoja. Yleisesti ottaen voidaan todeta, että lapsiperheiden asema liikuntapaikkarakentamisessa on ollut läpi historian varsin heikko. Kuitenkin viimeistään 2000-luvulle tultaessa liikunnan tärkeä merkitys lapsiperheille on vihdoinkin laajasti tunnustettu. Ongelmaksi on monin paikoin

²⁹ Kunnat saavat valtionosuutta liikunnan käyttökustannuksiin asukasluvun perusteella. Vuonna 2004 liikunnan yksikköhinta oli 10,80 euroa asukasta kohden, kun esimerkiksi vuonna 1996 vastaa osuus oli vielä noin neljännes enemmän eli 14,3 euroa. (Opetusministeriö 2006, 11, 18–19.)

muodostunut kuitenkin taloudellisten resurssien puute. Tähän ongelmaan muun muassa yksityinen sektori voi osaltaan tarjota helpotusta.

5.4 Suomalaisen liikuntakulttuurin nykytoimijakentän jäljillä

Koska liikuntaa toteutetaan aina sosiaalisissa toimintaympäristöissä, laadukkaassa liikuntasuunnittelussa tulee fyysisten rakenteiden ohella ottaa huomioon myös sosiaalinen aspekti. Liikunnan rakenteiden tuleekin tukea kokonaisuudessaan lapsiperheen liikkumista ja liikunnan harrastamista. Tämän vuoksi suunnittelun kohteen – tässä tapauksessa suomalaisen (liikunta)kulttuurin ja siinä spesifimmin lapsiperheen – sosiaalisen toiminnan rakenteet tulee olla selvillä.

Yleisesti liikuntakulttuuri kanavoituu länsimaissa toteutettavaksi erilaisin painotuksin seuraavien sosiaalisten toimijaverkostojen kautta: 1) perheet, 2) koulut, 3) yliopistot, 4) liikeyritykset, 5) puolustusvoimat, 6) valtio, 7) kunnat tai 8) vapaaehtoiset kansalaisjärjestöt. Tämän lisäksi huomionarvoista on myös yksilöiden itseorganisoiman liikunnan tiedostaminen ja huomioonottaminen.

Suomalaisessa liikuntakulttuurissa erityisesti perheillä ja kouluilla katsotaan olevan liikuntaan sosiaalistava tehtävä. Liikuntakulttuurin selkäranka rakentuu Suomessa kuitenkin vahvasti vapaaehtoistoiminnasta voimansa ammentavan liikuntaseuratoiminnan ympärille. Suomessa on arviolta 9000 liikuntaseuraa, joissa toimii yli puoli miljoonaa vapaaehtoista. Kolmannen sektorin liikuntaseuratoiminnassa tärkeimmäksi tehtäväksi onkin muodostunut kansallisen (ja yhä enemmän myös kansainvälisen) liikuntatoiminnan laajamittainen organisointi. Perheillä, kouluilla ja liikuntaseuroilla on liikuntaan sosiaalistamistehtävän lisäksi tärkeä rooli sosiaalistaa liikunnan avulla myös yhteiskuntaan. (esim. Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06. 2006, Aikuisliikunta; Koski ym. 1995; Itkonen ym. 2000.) Liikuntaseurat eivät tarjoa laajamittaisesti liikuntapalveluita lapsiperheille, vaan toiminta on painottunut enemmän erilaisten liikuntalajien organisoituun harraste- ja kilpailutoimintaan, vaikkakin erilaisten

”vanhempi-taapero” -kerhojen ja perheliikuntaryhmien määrä tuntuu jatkuvasti lisääntyvän.

Jos kolmas sektori järjestää liikuntatoimintaa, niin julkisen hallinnon, valtion ja kuntien, tehtäviin kuuluu puolestaan edellytysten luonti liikunnan harrastamiselle ja liikunnallisesti aktiiviselle elämäntavalle. Tämä tarkoittaa käytännössä liikuntapaikkojen rakentamista sekä liikunta- ja urheiluseurojen taloudellista avustamista (Opetusministeriö 2004, 18). Liikunnasta vastaava ministeriö on Opetusministeriö, jossa liikunta-asiat kuuluvat kulttuuriministerin toimialaan. Opetusministeriö ja sen liikuntayksikön tehtäväalueeseen kuuluu liikuntatoimen yleinen johto, kehittäminen ja yhteensovittaminen valtionhallinnossa. Opetusministeriön asiantuntijaelimenä toimii valtioneuvoston asettama valtion liikuntaneuvosto jaostoineen. Liikuntalakia mukaillen opetusministeriön tehtävä liikuntapaikkarakentamisen kentässä on:

”Opetusministeriö johtaa ja koordinoi valtionhallinnon kentässä liikunnan sekä kilpa- ja huippu-urheilun olosuhteiden kehittämistä. Tavoitteena on tukea liikunnan kansalaistoimintaa, edistää väestön hyvinvointia ja terveyttä sekä tukea lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä liikunnan avulla.”

Aluehallinnossa liikunta-asioita hoidetaan lääninhallituksissa, joiden asiantuntijaeliminä ovat puolestaan läänien alueelliset liikuntaneuvostot. Paikallistasolla liikuntatehtäviä hoitavat kunnat.

Karimäki, Risku ja Kallisolahti (2008, 7) täsmentävät osuvasti julkisen ja kolmannen sektorin kumppanuussuhteen merkitystä suomalaisen liikuntakulttuurin muodostumisessa:

”Sodan jälkeisen suomalaisen liikuntakulttuurin muotoutumiseen on vaikuttanut keskeisesti julkisen liikuntahallinnon ja liikuntajärjestöjen keskinäinen vuoropuhelu ja yhteistoiminta. Kunnan liikuntatoimi ja seurat ovat perinteisesti yhdessä vastanneet liikunta-asioista ja muodostaneet paikallisen ’liikuntaväen’.”

Yliopistot eivät ole suomalaisessa liikunnan organisaatiokentässä kokonaisuutena tarkasteltuna kovin merkittävässä asemassa, toisin kuin esimerkiksi Yhdysvalloissa. Myös puolustusvoimien rooli liikuntakulttuurissamme on vähäinen. Puolustusvoimien vaikutusalueelle asettuvat lähinnä vain palveluksessa olevat varusmiehet ja oman organisaation henkilökunta sekä muutama yksittäinen liikuntalaji. (Koski ym. 1998, 15.) Yliopistoilla ja puolustusvoimilla ei voida katsoa olevan minkäänlaista asemaa lapsiperheiden liikuntapalveluiden tuottamisessa.

Työpaikkaliikunnan suosion kasvusta huolimatta Suomeen ei ole myöskään syntynyt työpaikoille perustuvaa liikuntajärjestelmää. Viime aikoina on kuitenkin alettu keskustella yhä voimakkaammin työpaikkaliikunnan tärkeästä merkityksestä aikuisväestön liikuttajana. Työyhteisön tarjoamalla liikuntapalveluilla nähdään olevan suuri mahdollisuus etenkin aikuisväestön liikuntakipinän sytyttäjänä, terveyden vaalijana ja säännölliseen liikuntaan aktivoijana (Aura & Sahi 2006). Työnantajat ovatkin suunnanneet työpaikkaliikuntaan yhä enenevässä määrin taloudellisia resursseja ja työpaikkaliikunnan järjestäminen on lisääntynyt (esim. Työpaikkaliikunnan barometri 2007). Aikuisille suunnatun kansallisen liikuntatutkimuksen (2006) mukaan työpaikan järjestämään liikuntaan osallistuu 9 % 19–65 -vuotiaista suomalaisista. Työpaikkaliikunnan rooli lapsiperheiden liikuntaharrastuksen näkökulmasta on luonnollisesti olematon. Kuitenkin erilaisia työyhteisön perheiden yhteisiä liikunta- ja elämystapahtumia on alettu jonkin verran järjestää lähinnä yksityisten liikuntapalvelutuottajien puolelta.

Liikuntaseurat liikuttavat etenkin lapsia ja nuoria. Nurmelan (1998) tutkimus osoitti, että noin 50 % 10–14 -vuotiaista ja noin 35 % 15–18 -vuotiaista on urheiluseuran jäsenenä (myös Kannas 2004, 126–127). Liikuntaseuratoiminta onkin yksi harvoista organisoiduista toimintamuodoista, joka on kyennyt säilyttämään kiinnostuksensa lasten ja nuorten keskuudessa (Koski 2000, 221). Nuorten liikunta urheiluseuroissa on kokonaisuudessaan yleistynyt viimeisen 30 vuoden aikana (Fogelholm, Paronen &

Miettinen 2007, 3).³⁰ Aikuiset eivät liiku urheiluseuroissa yhtä aktiivisesti kuin lapset ja nuoret: 19–65 -vuotiaista suomalaisista enää vain 13 % käyttää varsinaisten urheiluseurojen palveluita (Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06 2006, Aikuisliikunta, 38–39, 41).

Lisäksi tulee huomioida vielä erilaiset kaveriporukoista koostuvat liikuntatoimintaa harjoittavat epäviralliset ryhmittymät, jotka aktivoivat suuria ihmismääriä, vaikkakin käytettävissä olevat tiedot antavat vain vähän mahdollisuuksia tarkkaan arvioon. Koski (2000, 217) uskoo enemmän tai vähemmän säännöllisesti liikkuvia, noin 10 hengen kaveriporukoita olevan Suomessa jopa 100 000–200 000 (myös Koski 1994, 88–91).

Kaupungistumisen myötä nopeasti kasvanut palveluliiketoimintasektori ja yleinen yhteiskunnan yksityistymiskehitys ovat avanneet oman paikkansa liikuntakenttään myös markkinavetoisille toimijoille. Yksityinen sektori tarjoaakin tänä päivänä liikuntapaikkojen rakentamisen ja ylläpitämisen ohella yhä enemmän myös erilaisia liikuttamispalveluita, joiden käyttö on viimeisten vuosien aikana lisääntynyt tuntuvasti (Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06. 2006, Aikuisliikunta, 38)³¹.

Kulutuksen noustessa yksilöiden elämisen keskiöön myös liikuntapalveluja on alettu tarkastella uudesta viitekehyksestä. Liikunnasta on tullut kulutustuote muiden palveluiden tapaan. Markkinavetoiseen kulutustuotteeseen liittyy välittömästi myös laadukkuuden arvioimisen periaate. Enää mikä tahansa ei kelpaa, vaan kuluttajat ovat hyvin tietoisia siitä, mitä he erilaisilta liikuntapalvelutuotteilta odottavat. Tämä on tarjonnut lisää mahdollisuuksia yksityiselle sektorille, joka on alkanut tuottaa liikuntapalveluja myös lapsiperheille.

³⁰ Olinin ja Rannon (1986) mukaan vuonna 1985 7–14 -vuotiaista 37 % ja 15–24 -vuotiaista 24 % oli jäsenenä urheiluseurassa. Vuonna 1980 urheiluseurajäsenyyden aste oli 7–14 -vuotiailla yhtä suurta, mutta 15–24 -vuotiaiden kohdalla noin viisi prosenttia yleisempää (Seppänen 1983).

³¹ Yksityisten liikuntapalveluiden käytön lisääntyminen johtuu erityisesti yksityisen sektorin organisoiman kuntosaliliikunnan suosion voimakkaasta lisääntymisestä 2000-luvulla, erityisesti viimeisen neljän viimeisen vuoden aikana (McNeil 2006, 53; Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06 2006, 24, 38).

Kuluttajien asema liikuntakentän rahoittajana on sikäli mielenkiintoinen, että kotitaloudet ovat merkittävin suomalaisen liikuntatalouden rahoittaja. Timo Ala-Vähälän (2008) selvityksestä ilmenee, että Suomen liikuntatalouden koko vuonna 2005 oli noin 2,6 miljardia euroa, josta kotitaloudet kattoivat kokonaisuudessaan noin 70 %:ia (Opetusministeriö 2008a, 52–53). Kotitaloudet kuluttivat liikuntapalveluihin rahaa vuodessa yli 500 miljoonaa euroa, mikä oli noin 20 % liikuntatalouden kokonaispotista (emt, 53). Lapsiperheiden rooli liikuntatalouden kokonaiskuvassa ei ole vähämerkityksinen, sillä suhteellisesti ja määrällisesti eniten yksityisen sektorin liikuntapalveluja käyttävät 26–34 -vuotiaat³² aikuiset (Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06. 2006. Aikuisliikunta, 40).

³² Suomessa ensisynnyttäjien keski-ikä oli vuonna 2007 Tilastokeskuksen mukaan 28 vuotta (Stakes 2008).

TAULUKKO 2. Tiivistelmä eri toimijoista ja niiden tehtävistä suomalaisessa liikuntajärjestelmässä (mukauteltu teoksesta Koski ym. 1998, 16). Tutkimuksen tekijöiden omat lisäykset on ilmaistu taulukossa kursiviteillä.

Toimijataho	Tehtävä
Perheet ja koulut	Sosiaalistaminen liikuntaan ja liikunnan avulla
Liikuntaseurat, yksilöt, ihmisryhmät, työpaikkaporukat	Toiminnan organisointi
Liikkeyritykset	Toiminnan organisointi, <i>liikuntapaikkarakentaminen</i> sekä <i>liikuntapaikkojen ylläpitoja peruskorjaus</i>
Kunnat	Liikuntapaikkarakentaminen, liikuntapaikkojen ylläpito ja <i>rahoitus*</i>
Valtio	Liikuntapolitiikka, rahoitus*, koordinointi, projektit
Lajiliitot	Lajikulttuurin edistäminen
SLU	Palvelu ja edunvalvonta, yhteistyöverkon kutoja
Toimialaliitot	Toimialan edistäminen
Alueorganisaatiot	Alueellinen liikuntakulttuurin edistäminen, alueellisen yhteistyöverkon kutoja

* Tutkimuksen tekijöiden lisähuomio: Valtion roolia liikuntakulttuurin rahoittajana tulee tarkastella kriittisesti, sillä valtion liikuntamäärärahojen merkitys kuntien liikuntahallinnossa on keskimäärin suhteellisen pieni. Valtionosuudet muodostavat vain noin 4 % kuntien liikuntatoiminnan käyttökustannuksista ja liikuntainvestoinneissa valtion osuus on keskimäärin ollut noin 10 % (Opetusministeriö 2008, 17–19). Käytännössä tämä siis tarkoittaa sitä, että pääasiallisen vastuun liikunnan käyttökustannuksista ja investoinneista kantaa kunta itse. Tämän vuoksi taulukkoa onkin syytä täydentää lisäämällä kuntien tehtäväksi myös toiminnan rahoitus.

5.5 Liikuntapaikkojen soveltuvuus lapsiperheille

Taloudellisten resurssien rajallisuudesta huolimatta Suomeen on rakennettu viimeisten vuosikymmenien aikana koko maan kattava liikuntapaikkojen verkosto, jonka tehtävänä on pyrkiä tyydyttämään mahdollisimman monen lajin ja harrastajan tarpeita. Suomessa on

kaiken kaikkiaan noin 30 000 liikuntapaikkaa (Suomalaisen liikunnan tietopankki 2008). Maamme liikuntapaikkatiheys on asukaslukuun suhteutettuna maailman tihein: meillä on suurin piirtein yksi liikuntapaikka 176 asukasta kohden, kun Keski-Euroopan asukastiheimmillä alueilla vastaava ”per capita -luku” on 220–240 (esim. Suomi & Vuolle 2001, 18; Suomi 2000, 30). Määrä ei kuitenkaan automaattisesti takaa laatua.

Etenkään läpi historian korostunut lajikeskeinen liikuntasuunnittelu ei ole voinut olla näkymättä suomalaisessa liikuntapaikkarakentamisessa. Vaikka urheilukentät, hiihtoladut ja muut liikuntapaikat ovat olleet jo pitkään suuren yleisön käytössä, niiden perusta on aina tukeutunut urheiluperusteiseen ajatteluun. Heikkalan (2007, 16–19) mukaan perinteisesti rakennetut liikuntapaikat – ennen kaikkea liikuntasalit ja vastaavat – palvelevat lähinnä organisoitua kilpa- ja huippu-urheilua. Samaa vahvistaa myös Landströmin (1999, 20–21) noin kymmenen vuotta sitten tekemä selvitys, jossa ilmeni, että liikunnan harrastamisolosuhteet olivat parhaita kilpa- ja huippu-urheilun harjoittamiseen. Heikoimmalta tilanne näytti lasten ja nuorten kohdalla, mutta myös kunto- ja terveystoiminnan harrastamisen näkökulmasta liikuntapaikkoja voitiin pitää puutteellisina (emt, 21–22).

Lajistandardien mukaan rakennetut liikuntapaikat ovat ongelmallisia sekä aikuisille että lapsille. Heikkalan (2007, 16–19) mielestä liikuntapaikkojen fyysiset rakenteet palvelevat hyvin perinteistä urheilua ja liikuntaa, mutta lasten ja nuorten sekä hyvinvointinsa vuoksi liikkuvien aikuisten toimintaan ne eivät välttämättä istu. Heikkala huomauttaa myös, että liikuntakulttuurin yleinen toimintaympäristö ei ole kovinkaan houkutteleva eikä kilpailulliselle liikuntatoiminnalle (vrt. Kokko 2006, 14–17; Koski ym. 1998). Yksi syy kilpa- ja huippu-urheiluperinteeseen nojaavien liikuntaympäristöjen suureen määrään on eittämättä se, että keskimäärin joka kolmas liikuntapaikkamme on rakennettu 1980-luvulla (Suomi 2006). Tuolloin liikuntapaikkarakentaminen oli vielä varsin lajikeskeistä, eikä normeihin ja standardeihin perustunut suunnittelu mahdollistanut liikuntapalvelujen käyttäjien mukanaoloa suunnittelussa ja päätöksenteossa.

Liikuntakentän rakennetta tarkasteltaessa tulisikin ottaa huomioon liikuntapaikkojen, toimintatapojen sekä urheilusta ja liikunnasta vallitsevien käsitysten muodostama kokonaisuus (Heikkala 2007, 19). Koska fyysinen ympäristö pitää sisällään aina myös sosiaalisen aspektin, liikunnan rakenteiden tulee kokonaisuudessaan tukea yksilön liikunnan harrastusta. Olennaisinta on se, kuinka liikunnan fyysiset ja sosiaaliset rakenteet tukevat liikkumista ja miten hyvin ne pystyvät saamaan mukaan uusia harrastajia. Tällä hetkellä rakenteet ovat tehokkaita, mutta varsin valikoivia. Houkuttelevalta tuntuva liikuntaharrastus voi kariutua nopeasti, jos liikuntapaikan tarjonta ei vastaa liikkujan tarpeita ja/tai seuratoimijoiden tapa toimia tuntuu torjuvalta ja omasta näkökulmasta vieraalta. (Heikkala 2007, 17, 19.)

Lapsiperheiden yhteisen liikunta-aktiivisuuden kannalta tutkimuksen tekijät katsovat ongelmalliseksi liikuntapaikkojen yleisen soveltumattomuuden ohella sen, että liikuntapaikat erottelevat käyttäjäryhmiä harrasteliikunnan ja kilpaurheilun sekä liikuntalajien lisäksi muun muassa sukupuolen ja -polven mukaan. Liikuntapaikkojen miehiä ja naisia erotteleva vaikutus perustuu pitkälti miesten ja naisten perinteisesti suosimien liikuntalajien luontaiseen vaihteluun (”lajierottelu”) sekä naisten liikuntapaikkoja kohtaan asettamiin korkeampiin laatuvaatimuksiin (esim. Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06, Aikuisliikunta 2006, 18, 22; Suomi 2000, 69, 186). Lajistandardien mukaan rakennettujen perinteisten liikuntapaikkojen soveltumattomuus lasten liikunnalle käy selväksi tarkasteltaessa Kytän ja Horellin (2002, 14–18) lapsiystävälliselle liikuntaympäristölle esittämiä vaatimuksia. Heidän mukaansa lasten liikuntaympäristön tulisi olla turvallinen, hallittava, muokattava, salaperäinen, mittakaavaltaan inhimillinen, paljon tarjoumia sisältävä sekä koko alueeltaan leikittävä.

Vaikka erottelu on jossain määrin perusteltua³³, tutkimuksen tekijöiden mielestä huolestuttavaa on se, että lapsiperheille soveltuvien liikuntapaikkapalvelujen tarjonta ja

³³ Asiantuntijat suosittelvat ikäspesifien liikuntapaikkojen rakentamista lapsille (lähiliikuntapaikat) ja ikääntyneille (liikuntasalit ja kuntoliikuntasalit). Perusteluna voidaan pitää erityisesti liikuntarajoitteisille suunnattujen liikuntapaikkojen rakentamista. (esim. Suomi 2000, 187; Valtion liikuntaneuvosto 2005, 14.) Toisaalta esimerkiksi pelkästään lasten tarpeisiin rakennettu liikuntapaikka ei innosta lapsen vanhempia mukaan liikkumaan.

kysyntä eivät korreloi tällä hetkellä keskenään. Tämä on perusteltavissa sillä, että lasten ja nuorten eniten käyttämät liikuntapaikat eroavat merkittävästi aikuisten suosimista liikuntapaikoista (Valtion liikuntaneuvosto 2005, 5; vrt. Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06, Lapset ja nuoret; Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06, Aikuisliikunta; Karvinen & Norra 2002, 19–20; Suomi 2000, 41–57, 144). Lapsiperheiden on siis vaikea löytää nykyisen tarjonnan joukosta rakennettua liikuntaympäristöä, joka soveltuisi kokonaisvaltaisesti perheen yhteiseen liikuntaan.

5.6 Lähiliikuntapaikoista helpotusta ongelmaan

Lasten ja nuorten, mutta myös laajemmin lapsiperheiden liikuttamisen ongelmiin on alettu etsiä uudenlaista lähestymiskulmaa muun muassa lähiliikuntapaikkojen kautta. Yhdyskuntasuunnittelussa lähiliikuntapaikka on ollut käsitteentasolla jo pidempään käytössä, mutta liikuntasuunnittelun kentässä lähiliikuntapaikat nousivat merkittävään asemaan vasta 1990-luvun lopussa valtiohallinnon strategialinjausten myötä. (Karvinen & Norra 2002, 43.) Liikuntasuunnittelupiireissä lähiliikuntapaikkarakentamiseen on haettu mallia ja suuntaviivoja ministeriöiden välisen tiedonvaihdon avulla erityisesti Norjasta, jossa toteutettiin valtion taloudellisen tuen vauhdittamana 1990-luvun alussa yli 200 lähiliikuntapaikkahanketta (Norra 2008, 12).

Valtionhallinnon ohjauspolitiikassa otettiin lähiliikuntapaikkojen rakentamisen edistämisen näkökulmasta merkittävä askel vuonna 2001 valmistuneessa valtion liikuntapaikkarakentamista ohjaavassa strategia-asiakirjassa (*Valtion liikuntapaikkarakentamisen suunta 2004*). Asiakirjassa valittiin lasten ja nuorten liikunnan edistäminen sekä terveyttä edistävien liikuntaolosuhteiden luominen nelivuotisen strategikauden painopistealueeksi. Painopisteasema merkitsi käytännössä käynnistyville lähiliikuntapaikkahankkeille niin ensisijaisuutta valtionavustuksen alaisissa liikuntapaikkarakentamisen tukirahoituspäätöksissä kuin myös mahdollisuutta korotettuun valtionavustukseen. Vuonna 2005 valtion liikuntaneuvosto uudisti strategia-

asiakirjan, jossa samat painopistealueet vahvistettiin uudelleen. Samat painopisteet vahvistettiin edelleen viimeisessä, vuonna 2008 uudistetussa strategia-asiakirjassa.

Käsitteenä lähiliikuntapaikka ei ole selväpiirteinen, eikä sille ole itse asiassa edes pyritty asettamaan tiukkojen määritelmäkehysten sisään. Valtion liikuntaneuvoston rakentamisjaoston (2001) mukaan käsitteen tarkempaan määrittelemättömyyteen on päädytty sen vuoksi, että lähiliikuntapaikkojen toteutuksessa halutaan suosia luovuutta, osallistuvaa suunnittelua ja poikkihallinnollista yhteistyötä. Yleisellä tasolla valtion liikuntaneuvoston rakentamisjaosto määrittelee lähiliikuntapaikkakäsitteen *Valtion liikuntapaikkarakentamisen suunta 2004 -asiakirjassa* (2001, 7) seuraavasti:

”Lähiliikuntapaikat ovat lasten ja nuorten liikuntaan sekä yleiseen kunto- ja terveysliikuntaan tarkoitettuja liikuntapaikkoja tai -alueita, jotka sijaitsevat asuinalueilla tai niiden välittömässä läheisyydessä.”

Lähiliikuntapaikoissa korostetaan lisäksi lähiliikuntapaikan monikäyttöisyyttä, ympärivuotisuutta, vapaata käytettävyyttä, maksuttomuutta, soveltuvuutta kaikille ikäryhmille sekä kustannustehokkuutta niin rakentamis- kuin käyttövaiheessakin. Valtion liikuntaneuvosto (2001, 7) lisää listaan myös lähiliikuntapaikkojen turvallisuuden, kestävyuden ja ympäristöystävällisyyden tärkeän merkityksen.

Kimmo Suomen (2000) liikuntapaikkapalveluja ja kansalaisten tasa-arvoa selvittävässä tutkimuksessa ilmeni, että pitkät välimatkat liikuntapaikoille vaikeuttavat oleellisesti lasten ja nuorten päivittäistä liikuntaa (myös Nuori Suomi 2008). Liikuntapaikan saavutettavuuden ongelmaan lähiliikuntapaikka tarjoaa rutkasti helpotusta, sillä hyvä lähiliikuntapaikka sijoittuu sinne, missä lapset ja nuoret viettävät suurimman osan ajastaan. Tämän vuoksi lähiliikuntapaikat pyritään sijoittamaan kotien välittömään

läheisyyteen taikka osaksi koulujen ja päiväkotien toimintaympäristöjä (Fogelholm 2006, 14; Norra 2000)³⁴.

Valtion liikuntaneuvosto (2001, 7) huomauttaa, että saavutettavuuteen liittyy myös se, että erityisiä pukeutumis-, peseytymis- ja huoltotiloja ei lähiliikuntapaikkojen yhteydessä yleensä tarvita, ja että kevyen liikenteen väylät lähiliikuntapaikoille ovat luontevia ja turvallisia. Helppo ja turvallinen saavutettavuus takaa myös sen, ettei vanhempien tarvitse kuljettaa lapsia liikuntapaikalle ja sieltä kotiin (Fogelholm 2006, 14).

Lähiliikuntapaikan hyvä maantieteellinen sijainti ei ole itsestäänselvyys, vaan kukin lähiliikuntapaikkahanke tulee ottaa mukaan osaksi yleistä yhteiskuntasuunnittelua. Maankäytön suunnittelun asiantuntija Vesa Rajaniemi toteaa väitöskirjassaan (2005, 14), että liikuntapaikkasuunnittelun integroiminen yleiseen maankäytön suunnitteluun on välttämätöntä, jotta liikuntamyönteisen ympäristön rakentaminen mahdollistuisi. Rajaniemi painottaa, että kaavoituksesta erillään oleva liikuntasuunnittelu ei pysty yksin riittävällä tavalla vastaamaan erilaisten maankäyttöä koskevien kilpailevien intressien haasteisiin. Tätä vaatimusta tarkentaa oivallisesti Nuori Suomi (2008):

”...Lähiliikuntapaikkojen toteuttaminen on nähtävä osana yhdyskuntasuunnittelua ja ne on otettava huomioon jo kaavoituksessa; lähiliikuntapaikat ovat osa alueiden käyttöpolitiikkaa. Tällöin onnistuneiden lähiliikuntaratkaisujen etsimistä ja löytämistä ei saa nähdä pelkästään rahapanos -ajatteluna, vaan on annettava arvoa myös ns. henkisten resurssien hyötykäytölle... Kävelytiet ja kevyen liikenteen väylät on nähtävä osana lähiliikuntaolosuhteita. Kulkureitit muille lähiliikuntapaikoille, kouluihin ja työpaikoille on tehtävä turvallisiksi.”

³⁴ Yksittäisistä liikuntapaikoista lapset käyttävät eniten koulun piha-alueita, johon lasten kaikista liikunta-aktiivisuudesta jopa 35 % keskittyy. Erityisesti välituntikäyttö selittää koulupihojen korkeaa käyttöastetta. Koulupihaa käytetään edellisestä johtuen varsin vähän kouluaikeiden ulkopuolella. Kouluajan ulkopuolella tapahtuva päivittäinen liikunta sitä vastoin keskittyy lasten kotiympäristöön. Kaikesta lasten liikunta-aktiivisuudesta keskimäärin 40 % tapahtuu kotiympäristössä, jossa lapset käyttävät liikkumisympäristöinä erityisesti kotikatuja ja piha-alueita. Talvella lapset liikkuvat kodin ulkoympäristössä vähemmän kuin kesäaikana. Talvella liikunta siirtyy rakennettuihin sisätiloihin, joihin keskittyy talvisaikaa noin 20 % lasten liikunta-aktiivisuudesta. (Virta 2000.)

Onnistuneesti toteutettu lähiliikuntapaikka ei siis ole ympäröivästä yhteiskunnasta irrallinen yksikkö, vaan osa laajempaa liikunnallista elämäntapaa suosivaa yhdyskuntarakennetta. Nimenomaan arkiliikunnan näkökulmasta aktiivisella tavalla saavutetut liikuntapaikat ovat avainasemassa.

Lähiliikuntapaikan sijainti ei ole merkityksetön myöskään lapsiperheiden vanhemmille, sillä aikuiset käyttävät lähiliikuntapaikkoja yleisimmin yhdessä lastensa kanssa. Perheliikuntaan liittyvät syyt ovatkin lähiliikuntapaikkojen arviointitutkimuksen (2008, 29) mukaan selvästi sekä naisten että miesten lähiliikuntapaikan käytön tärkein kannuste.

Koska aikuisten eniten käyttämä liikuntapaikka on kevyenliikenteen väylä (esim. Hentilä ym. 2004, 12; Suomi 2000, 184), voi olettaa, että järkevästi sijoittuvaan lähiliikuntapaikkaan lähdetään normaalia helpommin fyysisesti aktiivisin menetelmin, kuten kävellen tai pyöräillen.³⁵ Parosen (2005, 7) mukaan yhteiskuntasuunnittelun tavoitteena tulisikin olla yleisesti esteettömien, virikkeellisten ja turvallisten ympäristön luominen, joka suosisi aktiivisen kulkutavan käyttöä kaikissa ikäryhmissä. Lapsiperheen yhteisen arkiliikunnan näkökulmasta aktiivisen liikkumistavan mahdollistava ja siihen kannustava yhdyskuntarakenne on elinehto.

Taulukossa 3. on tiivistetysti määritelty lähiliikuntapaikkojen rakentamisen tärkeimmät tavoitteet ja ulottuvuudet, jotka erottavat lähiliikuntapaikan yleisesti ottaen ”tavallisesta” liikuntapaikasta.

³⁵ Suomessa kevyenliikenteen väylät ovat keskimäärin hyvin saavutettavissa aktiivisella kulkutavalla, mutta rakennetut liikuntapaikat tuottavat ongelmia (pl. lähiliikuntapaikat). Etenkin rakennettujen liikuntapalveluiden terminaalimainen keskittäminen aiheuttaa riippuvuutta motorisoitujen ajoneuvojen käyttöön, vaikeuttaa liikuntapaikalle kulkemista sekä lisää matkoihin käytettyä aikaa, joka jo muutenkin on lapsiperheissä tiukassa. Liikuntapaikkarakentamisessa tulisikin noudattaa entistä suurempaa hajauttamista ja hajakeskittämistä lähelle ihmisiä. (Suomi 2000, 62–63, 191.)

TAULUKKO 3. Tiivistetty lähiliikuntapaikan määrittely liikuntapaikan ominaisuusulottuvuuksia vertailemalla (Norra 2008, 13; Karvinen ym. 2002, 43).

Lähiliikuntapaikka on:			
Enemmän...		kuin...	Lajikohtainen
	Monikäyttöinen		
	Vapaasti käytettävissä	>>	Käyttövuoroihin perustuva
	Ympärivuotinen	>>	Käytettävissä vain osan vuotta
	Pienimuotoinen	>>	Laitostyyppinen
	Mitoitukseltaan vapaa	>>	Sääntöjen mukaan mitoitettu
	Rakennusteknisesti yksinkertainen	>>	Rakennusteknisesti vaativa
	Huoltovapaa	>>	Henkilöstöä sitova
	Luovasti toteutettu	>>	Perinteinen
	Osallistuvaan suunnitteluun perustuva	>>	Määräyksiin perustuva
	Saavutettavissa kotiovelta	>>	Liikenneyhteyksien takana
	Puku- ja pesutiloja ei tarvita	>>	Puku- ja pesutiloja tarvitaan
	Käyttäjille maksuton	>>	Maksullinen
	Ympäristöön sulautuva	>>	Ympäristöstä erottuva
	Kaikille ikäryhmille sopiva	>>	Ikäryhmittäin rajaava

Lähiliikuntapaikkoja rakennetaan siis erityisesti lasten ja nuorten arkiliikunnan edistämiseksi, mikä voidaan nähdä perheen yhteisen liikunnan kannalta myös niiden puutteeksi. Lähiliikuntapaikat soveltuvat perheen yhteiseen liikuntaan joka tapauksessa

paremmin kuin lajistandardien mukaan rakennetut liikuntapaikat. Tutkimuksen tekijöiden mielestä lähiliikuntapaikat eivät kuitenkaan palvele pidemmän päälle aikuisten liikuntaa, vaikkakin hyvin suunniteltu lähiliikuntapaikka soveltuu esimerkiksi Fogelholmin (2006, 14) mukaan myös aikuisten terveysliikuntaan. Muun muassa lähiliikuntapaikkojen arviointitutkimuksessa (Nuori Suomi 2008, 30) ilmenee, että vanhemmista sekä naisten että miesten kohdalla lähiliikuntapaikan käyttöön liittyvä suurin este on ”lajitarjonnan” soveltumattomuus omaan liikunnan harrastamiseen.

Vuonna 2007 valmistuneen lähiliikuntapaikkojen arviointitutkimuksen (Nuori Suomi 2007) perusteella lähiliikuntapaikkoihin uudenlaisena liikuntapaikkatyypinä ollaan kauttaaltaan hyvin tyytyväisiä. Samaisessa tutkimuksessa ilmeni, että lähiliikuntapaikat ovat löytäneet käyttäjänsä etenkin 9–12 -vuotiaiden alakouluikäisten keskuudesta. Ei ollut yllättävää, että lasten vanhemmilla lähiliikuntapaikkojen käyttö ei ollut läheskään yhtä yleistä. (Emt, 52.) Laadukkaita lähiliikuntapaikkoja rakentamalla edistääkin nimenomaan lasten ja nuorten päivittäistä, omaehtoisen liikunnan toteuttamisedellytyksiä.

Yllä olevassa kappaleessa esitetystä herää painava kysymys: Missä liikkuvat alle 9-vuotiaat lapset? Nyky-yhteiskunnan urbaanit ympäristöt ovat ongelmallisia pienille lapsille monessakin mielessä. Tiiviiden kaupunkiyhdyskuntien betonilähiöt³⁶ autoteineen ja asfalttipintoineen ovat ensinnäkin virikkeettömiä, mutta myös turvattomia leikkipaikkoja. Jo välittömästi pihapiirin ulkopuolelle sijoittuva lähiliikuntapaikka on turvalliseen itsenäiseen liikkumiseen kykenemättömälle pienelle lapselle monesti liian kaukana. Tämän vuoksi monin paikoin lasten ainoaksi vaihtoehdoksi jää se, että vanhemmat kuljettavat heitä rakennettuihin liikunta- ja leikkipaikkoihin. Mikäli liikuntapaikat eivät kuitenkaan sovellu aikuisten liikuntaan tai lapsiperheen yhteiseen liikkumiseen (miltä tällä hetkellä vaikuttaa), aikuisten liikunnan harrastaminen vaikeutuu, lapset eivät todennäköisesti pääse liikunta- ja leikkipaikkaan riittävän usein ja perheen yhteinen liikuntaharrastus ei voi kiinnittyä osaksi sen arkea. Pelkästään lapsille

³⁶ Virran (2000) tutkimuksen mukaan nimenomaan kotiympäristön lähikadut ja piha-alueet olivat kouluajan ulkopuolisen liikunnan ja leikin tärkein toteutuspaikka!

soveltuvien liikuntapaikkojen yksi ongelma on siinä, että ne passivoivat helposti aikuisia ja aikuisten liikunnan harrastamista. Tällä on negatiivinen vaikutus aikuisten terveyteen niin suoraan kuin kokemuksellisestikin. Lisäksi aikuisten roolimalli inaktiivisesta elämäntavasta heikentää liikunnan kiinnittymistä osaksi lapsen jokapäiväistä elämää.

5.7 Liikuntasuunnittelun suuri viitekehys

Yllä on käsitelty nykyisen liikuntapaikkatarjonnan ja spesifimmin lähiliikuntapaikkojen soveltuvuutta lapsiperheiden liikuntaan. Aktiivista elämäntapaa ja liikunnan harrastamista tukevaa liikuntaympäristöä voi lähteä tarkastelemaan monesta eri näkökulmasta. Yksi toimiva tapa on kategorisoida liikuntaympäristöön liittyviä liikkumista rajoittavia ja tukevia tekijöitä. Paronen ja Nupponen (2005, 213–214) ovat luoneet Korpelan ym.³⁷ ympäristöterveyden ulottuvuuksia koskevaa tutkimusta soveltaen yhdyskuntasuunnittelun tasolle liikuntasuunnittelun mallin (Taulukko 4.), joka tarkastelee liikkumista rajoittavia ja tukevia tekijöitä:

- fyysisen (fysikaalis-kemiallinen),
- psyykkisen,
- sosiaalisen ja
- toiminnallisen ympäristön näkökulmista.

³⁷ Korpela, Päivänen, Sairinen, Tienari, Wallenius & Wiik 2001.

TAULUKKO 4. Terveyttä ja *liikkumista* heikentäviä ja tukevia ympäristötekijöitä (Paronen & Nupponen 2005, 213).

Näkökulma ympäristöön	Liikkumista rajoittavat ympäristötekijät	Liikkumista tukevat ympäristötekijät
1. Fyysinen ympäristö (fysikaalis-kemiallinen)	Päästöt, ilmansaasteet Melu Maaperän ja vesien epäpuhtaudet	Ympäristön puhtaus Miellyttävä äänimaisema Puhdas vesi ja ilma
2. Psykkinen ympäristö	Koettu ympäristön epämääräisyys Hoitamattomuus, ankeus Paikkojen pelottavuus	Koettu ympäristön kauneus Luonnonläheisyys Myönteinen ”paikan henki” ”Mielipaikat”
3. Sosiaalinen ympäristö	Sosiaalinen eriarvoisuus Epäluottamus Väkivalta ja sen uhka Suvaitsemattomuus	Tasa-arvoiset sosiaaliset suhteet Naapurisopu ja keskinäinen luottamus Alueellinen yhteishenki Suvaitsevaisuus
4. Toiminnallinen ympäristö	Palveluiden puute Vaikeasti saavutettavat virkistysmahdollisuudet Liikenneyhteyksien puutteet Omatoimisen liikkumisen esteet	Hyvät virkistys- ja liikuntamahdollisuudet Toimivat palvelut Alueen hyvä saavutettavuus eri kulkumuodoilla Ympäristön esteettömyys

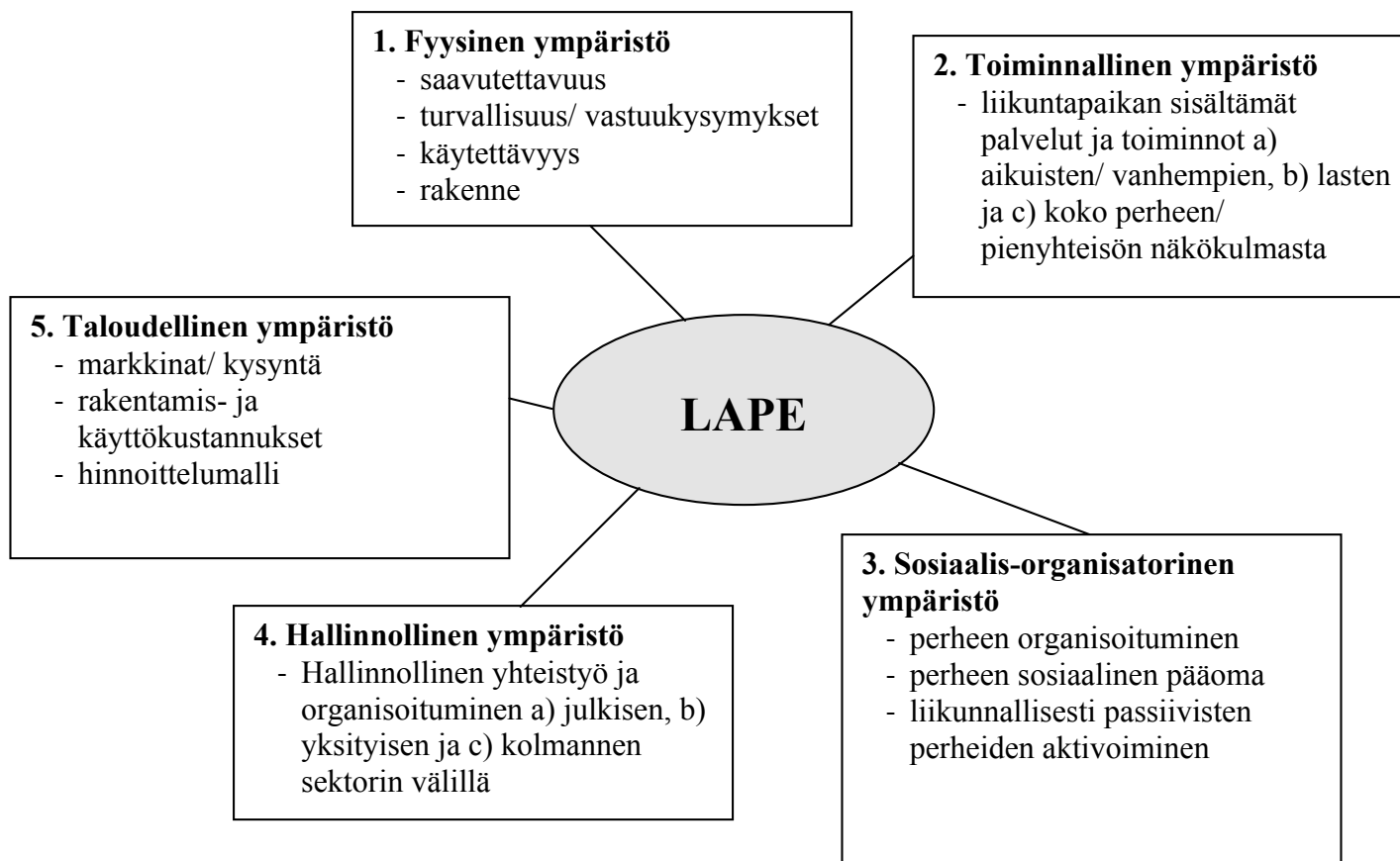
Suomi (2006; 2009) on luonut liikuntasuunnittelun suuren viitekehyksen laajentamalla Parosen ja Nupposen näkemystä vielä hallinnollisella ja taloudellisella ympäristötekijällä. Parosen ja Nupposen (2005) ja edelleen Suomen (2006) näkökulmat tarkastelevat liikunta- ja liikkumisympäristöä laajemmin yhdyskuntasuunnittelun välityksellä, eikä spesifimmin yksittäistä liikuntapaikkaa. Parosen (2005, 7) mukaan yhdyskuntasuunnitteluun perustuva liikuntaedistämistö keskittyy nimenomaan *ympäristöön* kiinnittyviin liikunta-aktiivisuutta edistäviin taikka haittaaviin tekijöihin.

Elämisen tarpeiden monimuotoistuessa ja liikkuvuuden lisääntyessä liikunnan ja liikkumisen eri muodot sijoittuvat useaan erilaiseen ympäristöön. Ihmisten arkeen kiinnittyvät toimet, kuten työ, koulut ja päiväkodit eivät välttämättä sijaitse kodin lähellä,

vaan edellyttävät paikasta toiseen liikkumista. Vapaa-aikaan yhä voimakkaammin kiinnittyvää liikuntaharrastusta varten luodaan puolestaan tavallisesti omat rakennetut liikuntapaikkansa. (Paronen 2005, 6.)

Tässä tutkimuksessa on sovellettu Parosen ja Nupposen (2005) sekä Suomen (2006; 2009) laajempaan liikkumisympäristöön kiinnittyvää tarkastelutapaa rajaamalla liikuntasuunnittelun suuren viitekehysten liikkumista rajoittavat ja tukevat näkökulmat pistemäiseen/ rakennettuun lapsiperheiden jokaisen yksilön liikuntatarpeet ja -motivaatiotekijät huomioonottavaan sisäliikuntapaikkaan (Suomi 2009; Itkonen 2009). Lähestymiskulmaa on siis rajattu ja sovellettu tarkastelemalla tutkimuskohteena olevan lapsiperheille suunnatun liikuntapaikan – LAPEn – elementtejä spesifimmin (Kuvio 2.):

- fyysisestä,
- toiminnallisesta,
- sosiaalis-organisatorisesta,
- hallinnollisesta ja
- taloudellisesta näkökulmasta.



KUVIO 2. LAPEn tarkastelunäkökulma tutkimuksessa (muokattu pro gradu -ohjauksista Suomi 2009; Itkonen 2009).

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS JA MENETELMÄN KUVAUS

Tulevaisuudentutkimuksen keskeisenä tutkimuskohteena on nykyisyys, sillä kaikki havaintomme perustuvat nykyisyyteen ja siihen, miten tähän päivään on tultu. Tulevaisuudelle on taas luonteenomaista vaihtoehtoisuus eli mahdollisuus erilaisiin tulevaisuuksiin. (Metsämuuronen 2005, 256.) Erilaisin tieteellisin menetelmin kyetään ennustamaan erilaisia vaihtoehtoisia tulevaisuuksia. Tässä luvussa esitellään tämän tutkimuksen tulevaisuuden ennustamisen metodi – Delfoi.

6.1 Mikä on Delfoi?

Alkeellisin ennustamisen menetelmä on arvaaminen. Se ei ole huono menetelmä, jos arvaaja tuntee hyvin asiansa. Teemahaastattelu on yleisin menetelmä kerätä asiantuntijoiden arvauksia. Asiantuntijoiden vaikea saavutettavuus ja kiireelliset aikataulut voivat tehdä teemahaastattelusta kuitenkin liian vaativan ja kalliin tutkimusmenetelmän, jolloin on syytä käyttää vaihtoehtoisia tutkimusmetodeja.

Delfoi-tutkimusmenetelmä on tulevaisuuden vaihtoehtoja peilaava ja kartoittava asiantuntijamenetelmä³⁸, jonka avulla kerätään asiantuntijoiden näkemyksiä tulevaisuuden kehityskulusta. Menetelmässä asiantuntijoiksi luokitellut henkilöt toimivat tulevan kehityksen ennustajina. Delfoi-metodi perustuu ajatukseen, jonka mukaan asiantuntijat kykenevät ennakoimaan oman alansa tapahtumia luotettavammin kuin maallikot. Delfoi-kysely suunnataan alan tunnetuille asiantuntijoille yleensä postin tai Internetin välityksellä. Delfoissa manageriryhmä (= tutkimuksen suunnittelija/ toteuttaja) esittää kaikille asiantuntijoille samat kysymykset siten, että se kykenee itse muodostamaan myöhemmin vastauksista yhteenvedon. (Kuusi 2002, 205; Moisio ym. 2007, 20.)

³⁸ Asiantuntijamenetelmällä tarkoitetaan tässä sellaista menetelmää, joka ei perustu ensisijaisesti laskennallisiin elementteihin, vaan jossa hyödynnetään asiantuntijoiden tietämystä, intuitiota tai havaitsemiskykyä tulevaisuuden kartoittamiseen. Keskeistä on, että asiantuntijat omaavat luovia kykyjä havaita sellaista, jota ei vielä kyetä pukemaan numeroiksi. (Metsämuuronen 2005, 281.)

Tutkimuskysymys voisi olla esimerkiksi *"Miten ja kuinka paljon suomalaiset liikkuvat 15 vuoden kuluttua?"*

Alun perin Delfoi-metodi kehitettiin 1950-luvulla sodankäynnin strategioiden suunnitteluun. Suomessa Delfoi-metodin rinnakkaisina niminä on käytetty Delphi- ja Delfi -menetelmiä. Delfoi-metodin nimi juontaa juurensa muinaisen Kreikan myytistä, jossa tulevaisuuden ennustamisen kyvystään kuuluisa Apollo karkottaa maan jumalatar Gaian Delfoin kaupungista. (Kuusi 1993, 132; Masini 1993, 107; Linstone & Turoff 1975, 10–11.)

Delfoi-metodi on vuosien saatossa määritelty monin eri tavoin. Linstone ja Turoff (1975, 3) määrittelevät Delfoi-menetelmän laajassa kokoomateoksessaan seuraavalla tavalla:

"Delfoi-tekniikka voidaan luonnehtia ryhmän kommunikaatioprosessin strukturointimenetelmäksi, jonka tarkoituksena on auttaa yksilöiden muodostamaa ryhmää käsittelemään kokonaisuutena mutkikasta ongelmaa."

Linstonen ja Turoffin huomauttavat kuitenkin, että Delfoi-metodin käyttöä voidaan pitää ennemminkin taiteena kuin tieteenä (Linstone ym. 1975, 3). Tämä antaa tutkijoille jokseenkin vapaat kädet metodin käyttöä ajatellen ja mahdollistaa samaten sen laaja-alaisen soveltamisen.

Delfoi-metodia käytetään usein haluttaessa tuottaa uusia arvoja, näkemyksiä ja ideoita suunnittelun ja päätöksenteon tueksi. Metodien luonteesta johtuen se on osoittautunut käyttökelpoiseksi erityisesti silloin, kun tutkittavan ongelma-alueen asiantuntijoita ei ajan puutteen tai muiden syiden takia saada saman pöydän ääreen, tai kun halutaan eliminoida ryhmässä esiintyvä vahvojen persoonallisuuksien tai heidän sidosryhmiensä dominoiva vaikutus. Menetelmänä Delfoi yhdistää kvantitatiivisen ja kvalitatiivisen lähestymistavan. (Linturi 2007; 2003a; Kuusi 2002, 206–212, 216.)

Delfoi-tutkimuksessa on mukana kolme toimijaosapuolta: tutkimuksen toimeksiantaja/tilaaja, tutkimuksen suunnittelija/ toteuttaja (manageri tai manageriryhmä) sekä

asiantuntijaryhmä (Palsio 1984, 3). Tutkimusta organisoitaessa pyritään luomaan edellytykset eri toimijaryhmien väliselle yhteistyölle ja selkeälle roolijaolle. Tutkimuseettisesti on varmistettava, ettei tutkimuksen tilaaja määrittele eikä edes pyri määrittelemään ”oikeaa” tutkimustulosta etukäteen. (Linturi 2003a.)

Tutkimusprosessin avaintoimija on manageri tai manageriryhmä, joka lopullisesti määrittelee tutkimuskohteen, suunnittelee kyselyn, valitsee asiantuntijapaneelin, johtaa eri tutkimusvaiheita ja raportoi lopulliset tutkimustulokset. Manageritiimi tekee paneelin kokoonpanon ja kyselyiden kierrätyksen suhteen valintoja, joilla on vaikutusta tutkimusprosessin kulkuun. Rohkeatkin tavat motivoida ja kuljettaa paneelia ovat hyväksyttäviä, kunhan manageri(ryhmä) ei manipuloi tuloksia tai asiantuntijoiden argumentteja. Kuten kaikessa tutkimuksessa, myös Delfoissa on ratkaisevaa löytää toimiva ja hyvin muotoiltu tutkimusongelma, joka on tulevaisuuden suhteen riittävän avoin. (Linturi 2003a; Linturi 2007.)

Asiantuntijoiden valinta on eräs tutkimuksen kriittisimmistä vaiheista, sillä heidän mielipiteidensä ja näkemyksiensä pohjalta tuotetaan tutkimuksen lopulliset tulokset. Asiantuntijat on hyvä valita siten, että he edustavat erilaisia toimialoja ja toisistaan poikkeavia katsontakantoja. Näin saadaan varmistettua puolueettomuus ja monipuoliset näkemykset tutkittavasta kohteesta. (Kuusi 2002, 216–217.)

Delfoi-kelpoisen asiantuntijan tulee olla

1. oman tiedonalansa kärjessä,
2. olla kiinnostunut eri tiedonaloista,
3. pystyä näkemään yhteyksiä kansallisen ja kansainvälisen sekä nykyisen ja tulevan kehityksen välillä,
4. kyetä tarkastelemaan ongelmia myös epätavanomaisesta näkökulmasta ja
5. olla kiinnostunut tekemään jotain uutta. (Hurwood, Grossman & Bailey 1978, 13; Kuusi 2002, 216–227.)

6.1.1 Delfoin kehittyminen

Aina 1990-luvun loppupuolelle asti Delfoi-tutkimukset toteutettiin kirjepostina, jolloin tutkimuskierrosten väliset tehtävät ja erot olivat selkeät. Myöhemmin käyttöön otetussa sähköpostivälitteisessä Delfoissa tutkimusprosessia on voitu olennaisesti nopeuttaa, vaikkakin kommentointikäytäntö on säilynyt entisenlaisena. Molemmissa edellä mainituissa tavoissa manageri(ryhmä) kokoaa kierrosten välillä kommentit, eikä kommentointi missään vaiheessa kehity suoraksi dialogiksi, jossa panelistit olisivat reaaliaikaisessa kontaktissa keskenään. (Linturi 2007.)

Tietotekniikka ja erityisesti Internetin kehittyminen on avannut uusia polkuja myös Delfoi-metodin kehittymiselle. Tutkimuksen kulku on nopeutunut, kun panelistikutsut kulkevat sähköpostitse ja kyselyihin vastataan Internetpohjaisesti. (Turoff & Hiltz 1995, 56–88.) Internetpohjaisessa Delfoissa on myös mahdollisuus synkroniseen vuoropuheluun asiantuntijoiden kesken. Tämä vähentää tutkimuksen välivaiheita ja pienentää managerin omien näkemysten ja pohjatiedon vaikutusta tutkimuksen lopputulokseen. Internetpohjaisessa Delfoissa perinteiset kierrokset voivat linkittyä toisiinsa myös taaksepäin. Mikään tekninen syy ei estä paluuta aikaisempaan. Olennaista on edesauttaa paneelin ryhmäkommunikointia ja mahdollisuutta ongelmanratkaisuihin. (Linturi 2007.)

6.1.2 Delfoin keskeiset ominaisuudet ja toteutusvaiheet

Delfoi-menetelmällä on kolme keskeistä piirrettä, jotka kuvataan seuraavaksi (Kuusi, Loikkanen & Turkulainen 2001, 19–20; Kuusi 2002, 206–211; Linturi 2007; Woudenberg 1991, 131–150).

1. Anonyymiyys

Asiantuntijoiden kommentit pysyvät tutkimuksen ensimmäisessä ja toisessa vaiheessa anonyymeinä. Vaikka asiantuntijat ovat mukana tutkimuksessa omalla nimellään, heidän

ajatuksensa ja argumenttinsa ovat irrotettu henkilöstä kahdella ensimmäisellä Delfoi-kierroksella. Anonyymiyys antaa asiantuntijalle mahdollisuuden irtautua viiteryhmästä ja esittää ajatuksiaan ilman pelkoa kasvojen menetyksestä tai oman asiantuntija-aseman vaarantumisesta. Myöskään asiantuntijapanelistin asema tai auktoriteetti ei anonyymeissa prosesseissa pääse vaikuttamaan muiden mielipiteisiin, mikä on koettu ongelmaksi esimerkiksi komiteatyöskentelyssä. Anonyymiyysvaatimusta vastaan on esitetty myös kritiikkiä. Sen suojassa asiantuntija voi nimittäin esittää näkemyksiä, jotka muokkaavat yleistä mielipidettä hänen haluamaansa suuntaan, vaikka näkemykset eivät välttämättä edusta asiantuntijan parasta tietoa. (Kuusi 2002, 211.)

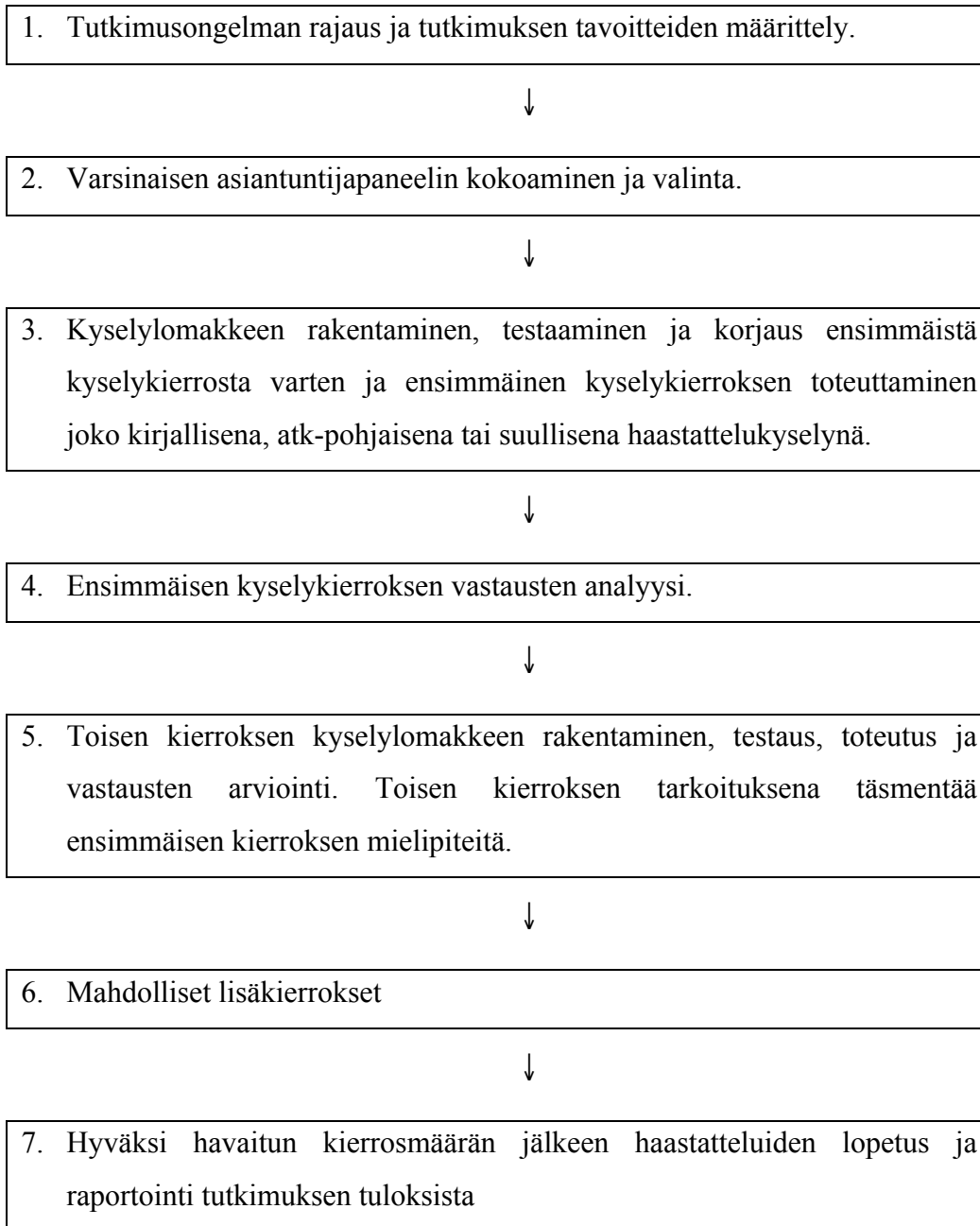
2. Monivaiheinen tutkimus

Asiantuntijat saavat usean tutkimusvaiheen aikana mahdollisuuden kommentoida muiden asiantuntijoiden näkemyksiä. Tämä antaa asiantuntijoille mahdollisuuden muuttaa omaa mielipidettään sekä täsmentää näkemyksiään. Monivaiheisuus nähdään tutkimuksen rikkaudeksi. (Kuusi 2002, 211–213.)

3. Palautteen antamisen mahdollisuus

Asiantuntijat saavat tutkimuksen aikana palautetta muilta asiantuntijoilta ja voivat halutessaan muuttaa kannanottojaan. Aikaisemmin Delfoi-metodissa annettiin enemmän painoarvoa vastausten hajontatiedolle eli kvantitatiiviselle tiedolle. Nykyään painotetaan asiantuntijoiden tekstikommentteja eli kvalitatiivista tutkimustietoa. (Kuusi 2002, 211–213.)

Keskeisiä piirteitä noudattaen Delfoi-tutkimus rakentuu seuraavien vaiheiden pohjalle (Linturi 2003a; Metsämuuronen 2005, 283):



Klassisessa Delfoissa manageri eli tutkimuksen tekijä/ vetäjä muodostaa ensimmäisen kierroksen kyselylomakkeen, johon asiantuntijaneeli vastaa. Toisen kyselykierroksen alussa vastaukset luokitellaan sisältönsä mukaan ja panelisteja pyydetään perustelevaan

antamansa vastaukset – eritoten ne, jotka poikkeavat muiden vastauksista. Tässä vaiheessa asiantuntijat voivat halutessaan myös korjata omia mielipiteitään ja ennusteitaan. Lopuksi manageri tekee vastauksista yhteenvedon eli etsityn ennusteen. (Metsämuuronen 1997, 68–69.)

6.1.3 Delfoin heikkoudet ja vahvuudet

Alun perin Delfoi-metodin avulla pyrittiin saavuttamaan asiantuntijoiden mielipiteiden yksimielisyys. Yksimielisyyteen yritettiin päästä peräkkäisten kyselyjen ja kontrolloidun palautteen avulla. Tätä Delfoi-metodin piirrettä kuitenkin alettiin kritisoida voimakkaasti. (Kuusi 2002, 207–210.) Saadun kritiikin pohjalta Linstone ja Turoff (1975, 6) muunsivat menetelmää siten, että asiantuntijoiden yksimielisyyden sijaan pyrittiin tuomaan esiin toisistaan poikkeavat mielipiteet.

Toisistaan poikkeavien mielipiteiden hakemin Delfoi-tutkimuksessa on nykyaikaisen kvalitatiivisen Delfoin tyypillinen lähestymistapa, jota käytetään myös tässä tutkimuksessa. Pyrkimyksenä laadullisessa Delfoissa on nostaa esiin erilaisia tulevaisuudenkuvia, jotka ovat asiantuntijavastausten nojalla perusteltavissa. Tällöin on mahdollista saada tietoa tulevaisuuden kehityskulusta sekä kehityskulun toteutumiseen johtavista tekijöistä, joihin on olemassa mahdollisuutensa. (Delfoi menee metsään 2007).

Delfoi-metodista on esitetty myös muunlaista kritiikkiä. Sitä pidetään muun muassa kalliina ja aikaa vievänä sekä tuloksiltaan usein epäoleellisena. On esitetty, että asiantuntijoiden yksimielisyys ei takaisi sitä, että tulokset osuisivat oikeaan. Lisäksi kritiikkiä on saanut osakseen asiantuntijoiden valinta: jos asiantuntijajaneeli on rakenteeltaan yksipuolinen, myös mielipiteiden keskiarvo on sitä. Ensimmäistä Delfoi-kierrosta ja tutkimustuloksia on kritisoitu siitä näkökulmasta, että ensimmäisen kierroksen kysymysten laadinta on avainasemassa tutkimuksen onnistumisen kannalta. Postikyselyinä suoritettu ensimmäinen Delfoi-kierros sisältää lisäksi yleensä suuren vastauskadon. Lopullisia tutkimustuloksia on kritisoitu puolestaan niiden toistettavuuden

epämääräisyydestä. Esiin on noussut muun muassa kysymys, että olisivatko toiset asiantuntijat antaneet toisenlaisen lopputuloksen? Aiheesta tehdyt tutkimukset kuitenkin osoittavat, että erilaiset asiantuntijapaneelit ovat olleet varsin yksimielisiä tutkimuskohdetta koskevista keskeisimmistä asioista. (Metsämuuronen 2000, 36–37.)

Kritiikkiin voidaan antaa myös tukevalla pohjalla olevia vasta-argumentteja. Ensinnäkin asiantuntijapaneeli tulisi koostua toisistaan riippumattomista asiantuntijoista, jotka edustavat monipuolisesti käsiteltävää aihepiiriä. Tärkeää on myös asiantuntijoiden vuorovaikutteinen prosessi ja heidän osallistumismotivaationsa. (Kuusi 2002, 210; Masini 1993, 110.) Tietotekniikan nopean kehityksen ansiosta Delfoi-menetelmän toteuttaminen on nopeutunut ja halventunut huomattavasti. Tutkimuksen kulku on nopeutunut, kun kutsut kulkevat sähköpostitse ja kyselyihin vastataan Internet-lomakkeen kautta. Muun muassa tietotekniikan kehitys pystyy ainakin osin kumoamaan Delfoita vastaan nostetun kritiikin. Tietotekniikka on tehnyt Delfoi-metodista alkuperäistä mallia luotettavamman, halvemman ja tarkemman tutkimusmenetelmän. On tietenkin syytä muistaa, ettei tietotekniikka itsessään tee Delfoi-metodista aukotonta, vaan jokaiseen tutkimusmenetelmään sisältyy aina omat ongelmansa. Tutkimuksen tekijät pyrkivät huomioimaan tämän avoimesti, jotta mahdollisimman relevantti tutkimus olisi mahdollinen.

Delfoi-metodin vahvuuksia ovat sen hyvä soveltuvuus sellaisten taite- ja käänne pisteiden löytämiseen ja ajoittamiseen, jotka on vaikea päätellä analyttisesti. Tällä tarkoitetaan sitä, että analyttisillä tutkimusmenetelmillä, kuten aikasarja-analyysillä, ei kyetä havaitsemaan ihmisen luovia ja tavoitteellisia ratkaisuja. Delfoi taas mahdollistaa edellisen. Lisäksi hyvässä Delfoi-tutkimuksessa on mahdollista nostaa esiin yksittäisen asiantuntijan havaitsemat ”heikot signaalit” tulevaisuuden kehityskulusta suuremman joukon arvioitaviksi. Delfoi-tutkimuksen kolmas vahvuus on siinä, että hyvin suoritettuna se ehkäisee arvovalta- ja intressiristiriitoja vaikuttamasta tutkimuksen tuloksiin. Tämä on mahdollista siksi, että jokaisella asiantuntijalla on käytössään yksi ääni ja kaikkien mielipiteet ovat yhtä arvokkaita. (Metsämuuronen 2000, 34.)

Tässä tutkimuksessa käytettävän argumentoivan Delfoi-metodin yksi suurimmista vahvuuksista verrattuna esimerkiksi survey-tutkimukseen on väitteiden ”perustelupakko”. Tarkoituksena on systemaattisesti tutkia, löytyykö asiantuntijoiden mielipiteiden takaa pitäviä perusteluita, vai onko heidän väitteissään kyse ainoastaan toiveajattelusta, yleisestä pessimismistä tai ääritapauksessa jopa pyrkimyksestä harhauttaa tutkijoita. Mielipiteitä ei kerätä vain analysoitavaksi, vaan vastaustieto kierrätetään takaisin asiantuntijoille. Palautetiedon avulla vastaajia ohjataan täydentämään ensimmäisen kierroksen perustelujansa. (Kuusi 2002, 215; Linturi 2007.) Tutkimuksen tekijät näkevätkin, että tässä tutkimuksessa argumentoivan Delfoi-metodin avulla pystytään tehokkaaseen, kannattavaan ja relevanttiin tutkimukseen.

6.2. Delfoi tässä tutkimuksessa

Osmo Kuusen (1996, 15) mukaan Delfoi-metodi on ensisijaisesti tulevaisuuden tekemisen, eikä niinkään ennakoinnin väline. Tämä pätee myös tässä tutkimuksessa, sillä tutkijat pyrkivät mallintamaan lapsiperheiden, lapsiperheiden liikunnan ja liikuntasuunnittelun asiantuntijoiden avulla kuvan lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavanrakennetun sisäliikuntapaikan rakenteesta ja selvittävät sen kysyntää markkinoilla aikajänteellä 2009–2015. Delfoi-tutkimuksen pohjana toimii perheen jokaisen yksilön motivaatio- ja tarveperustan parhaalla mahdollisella tavalla huomioivan lapsiperheystävällisen sisäliikuntapaikan lisäksi perheiden ajankäyttö ja vapaa-aika.

Tutkimuksen toteutustavaksi valittiin argumentoiva Delfoi-metodi, koska se on tulevaisuuden vaihtoehtoja tutkiva ja peilaava tutkimusmenetelmä (Kuusi 2002, 213).

6.2.1 Argumentoiva Delfoi-metodi

Osmo Kuusi on yhtenä Delfoi-tutkimuksen tiennäyttäjänä ansiokkaasti selvittänyt Delfoin tieto-oppia väitöskirjassaan. Kuusen argumentoiva Delfoi kuuluu Linturin (2007) mukaan yhteiskunnallisten Delfoi-konseptien kategoriaan, mutta on esikuvaansa vapaamuotoisempi ja argumentatiivisempi.

Kuusi esittää, että argumentoivalla Delfoi-metodilla pyritään erityisesti mahdollisimman monipuoliseen ja realistiseen kuvaan selvitettävästä ongelmasta. Tärkeää on valita panelisteja, jotka täydentävät toistensa asiantuntemusta. Lisäksi argumentoivalla Delfoilla pyritään mielekkäiden uusien kysymysasettelujen löytämiseen ja anonyymin argumentoinnin vahvistamiseen. Näillä keinoilla pyritään uusien näkökulma-avauksien löytämiseen ja esillä olevien aihealueiden laajaan kommentointiin. Argumentoivan Delfoin keskeisenä ajatuksena on nimenomaan toisistaan eriävien asiantuntijamielipiteiden tuottaminen. Näistä eriävistä mielipiteistä on tarkoitus kerätä vaihtoehtoisia tulevaisuudenkuvia tai luoda yksi todennäköinen malli tulevaisuuden kehityskulusta yhdistelemällä asiantuntijoiden näkemyksiä. (Kuusi 2002, 213–225.)

6.2.2 Tutkimuksen toteutus

Tutkimus sisälsi kaksi vastaus- ja argumentointikierrosta. Tutkimus päätettiin rajata kahteen kierrokseen, koska kahdesta kolmeen kierrosta on todettu yleisesti sopivaksi kierrosmääräksi. Metsämuuronen (2005, 285) toteaa, että jos kierroksia on enemmän kuin kolme, tutkimuksesta tulee liian aikaa vievä ja kallis. Lisäksi hän näkee, ettei kolmannen tutkimuskierroksen jälkeen asiantuntijoiden mielipiteisiin tule enää juurikaan muutoksia.

Tutkijat valitsivat tutkimusmenetelmäksi argumentoivan Delfoi-metodin, koska sitä on hyödynnetty Suomessa tuloksellisesti tulevaisuuden kartoittamiseen ja ennakoimiseen erilaisissa tutkimuskysymyksissä. Se on nykyään myös yksi käytetyimmistä asiantuntijamenetelmistä. (Moisio ym. 2007, 20.) Argumentoivaa Delfoi-menetelmää soveltaen tämä tutkimus jaetaan seuraaviin vaiheisiin (Kuusi 2002, 213–216):

1. Huhtikuussa 2009 tutkimuksen tekijät lähettivät tutkimuksen asiantuntijajanelisteille sähköpostitse saatekirjeen (Liite 1), muotoilivat asiantuntijoille keräämänsä teoria-aineiston pohjalta ensimmäisellä kierroksella käytetyn kysymyspatteriston (Liite 3) sekä Delfoi-tutkimuksen ohjeistuksen ja LAPE-konseptin ydinkohtien kuvauksen (Liite 2). Ajatuksena tutkimuskysymysten muotoilussa ei ollut saavuttaa asiantuntijoiden yksimielisyyttä, vaan pikemminkin luoda ratkaisuja ja näkökohtia, jotka eroavat toisistaan. Ennen ensimmäisen ja toisen kierrosten toteuttamista kysymyspatteristo testattiin ja korjattiin työn ohjaajien avustuksella.
2. Seuraavaksi luodun kysymyspatteriston pohjalta aloitettiin tutkimuksen ensimmäinen Delfoi-kierros 29.4.2009 klo 12:00. Tutkimuskierros suljettiin sunnuntaina 17.5.2009 klo 23:59. Internetissä Optima-virtuaaliympäristössä suoritetulla kierroksella asiantuntijat vastasivat anonyymisti tutkijoille eli manageriryhmälle sen esittämiin kysymyksiin ja perustelivat antamansa vastaukset. Tutkimuksen ensimmäinen kierroksen tarkoitus oli yleisesti kartoittaa tutkimuksen aihealueita ja kerätä asiantuntijoiden näkemyksiä tutkimusongelmista. Vastausaikaa jouduttiin jatkamaan viikolla alkuperäisestä aikataulusta, sillä osa asiantuntijoista ei ehtinyt vastata kysymyksiin annetun ajan puitteissa. Viikko ennen ensimmäisen kierroksen vastausajan päättymistä asiantuntijoille lähetettiin sähköpostin välityksellä muistutus- ja motivointiviesti vastausaktiivisuuden kohottamiseksi. Ensimmäiseltä kierrokselta saatiinkin kiitettävä määrä laadukkaita vastauksia – yli 25 A4-liuskallista.
3. Tutkimuksen toisella ja viimeisellä kierroksella asiantuntijoille esitettiin avoimia jatkokysymyksiä, joihin he antoivat edelleen anonyymeja vastauksia. Tutkimuskierros aloitettiin tiistaina 26.5.2009 klo 12:00 ja suljettiin sunnuntaina 21.6.2009 klo 23:59. Toisen kierroksen vastaukset eivät tulleet ainoastaan manageriryhmän nähtäväksi, vaan vastaukset julkistettiin anonyymeina kaikkien asiantuntijoille. Omien vastaustensa ohessa asiantuntijoiden tehtävänä oli edelleen

arvioida toistensa tuottamia väitteitä ja perusteluita. Lisäksi asiantuntijat esittivät lisänäkökohtia omien väitteidensä tueksi. Toisen kierroksen tarkoituksena oli herättää keskustelua ja yleistä debattia tutkimusaiheesta. Toisen kierroksen kysymykset (Liite 4) johdettiin manageriryhmän toimesta asiantuntijoiden ensimmäisen kierroksen vastausten pohjalta. Viikko ennen toisen kierroksen vastausajan päättymistä asiantuntijoille lähetettiin sähköpostin välityksellä muistutus- ja motivointiviesti vastausaktiivisuuden kohottamiseksi. Myös toisella kierroksella saadut vastaukset olivat laadukkaita, mutta asiantuntijakato oli prosentuaalisesti suhteellisen suurta, sillä viisi asiantuntijaa seitsemästä pääsi vastaamaan toisen kierroksen kysymyksiin.

Koska Delfoi-metodia on yleisesti kritisoitu siitä, että se ei ota tarpeeksi vakavasti huomioon eriäviä mielipiteitä, ja että se vähättelee erimielisyyksiä (Linstone & Turoff 1975, 6), tutkijat päättivät lähteä hakemaan asiantuntijoiden yksimielisyyden sijaan monia vaihtoehtoisia ratkaisuja tutkimusongelmiinsa. Tutkimuksen toteuttamisessa käytettiin kvalitatiivista tutkimusotetta, jota ilmensi sekä asiantuntijaryhmän pieni koko että määrällisen aineiston puuttuminen.

Tutkimukseen valittiin seitsemän suomalaista asiantuntijaa huhtikuussa 2009. Heistä kolme oli liikuntasuunnittelun, kaksi lapsiperheiden ja kaksi lapsiperheiden liikunnan asiantuntijoita. Kutsutut asiantuntijat ovat tarkastelleet ja tutkineet liikuntakulttuuria lukuisista eri näkökulmista. Osa heistä on tehnyt työtä konkreettisten liikuntaympäristöjen kehittämisen parissa, osa ihmisten liikuntakäyttäytymisen tutkimuksessa ja muutamat lapsiperheiden liikunnan kenttätyössä. Mukaan haluttiin erilaisia näkemyksiä edustavia asiantuntijoita ja asiantuntijaryhmiä, jotta tutkimusongelmaan saataisiin näkökulmia laajalta rintamalta.

Tutkimukseen osallistuivat seuraavat asiantuntijajanelistit: liikuntasuunnittelun professori Kimmo Suomi Jyväskylän yliopistosta, vastuualuejohtaja Ari Karimäki Jyväskylän kaupungista, lasten ja nuorten liikuntaolosuhteiden kehityspäällikkö Jan Norra

Nuori Suomi ry:stä, liikuntapedagogiikan professori Lauri Laakso Jyväskylän yliopistosta, perhetutkimuksen professori Kimmo Jokinen perhetutkimuskeskuksesta, liikuntasosiologian professori Hannu Itkonen Jyväskylän yliopistosta ja perheliikunnan suunnittelija Maire Jäntti Keski-Suomen liikunnasta.

Tutkimusta toteutettaessa käytettiin avuksi teknologian suomia mahdollisuuksia. Haastattelut suoritettiin Internetissä Optima-virtuaaliympäristössä, mikä mahdollisti asiantuntijapanelistien osallistumisen keskusteluun verkon yli ajasta ja paikasta riippumatta.

6.2.3 Delfoin keskeisten ominaisuuksien toteutuminen tässä tutkimuksessa

Delfoin keskeiset ominaisuudet anonyymiys, monivaiheisuus ja palautteen antamisen mahdollisuus toteutuivat tässä tutkimuksessa seuraavan arvion mukaisesti.

Anonyymiys toteutui tutkijoiden mielestä vaatimusten mukaisesti. Ensimmäisen kierroksen asiantuntijavastaukset tulivat tarkoituksenmukaisesti ainoastaan manageriryhmän nähtäväksi. Asiantuntijoille ilmoitettiin ennen tutkimusaineiston keruun aloittamista, ketkä asiantuntijat tulevat osallistumaan tutkimukseen. Toisen kierroksen anonyymiys taattiin jokaiselle asiantuntijalle annetun yksilöllisen nimimerkin (Delfoi 1, Delfoi 2, Delfoi 3 jne.) avulla. Anonyymiydellä varmistettiin se, että vahvat persoonat eivät päässeet vaikuttamaan toisten asiantuntijoiden mielipiteisiin.

Monivaiheisen tutkimuksen tarkoituksena oli antaa asiantuntijoille mahdollisuus kommentoida toisten asiantuntijoiden mielipiteitä sekä perustella ja (halutessa) muuttaa omia näkemyksiä keskusteltavista aiheista. Tämä vaatimus toteutui tutkimuksen toisella kierroksella ja asiantuntijat käyttivät mahdollisuuden hyväkseen kommentoimalla toistensa näkemyksiä. Tosin yksikään asiantuntija ei luopunut omasta alkuperäisestä näkemyksestään toisten mielipiteiden pohjalta. Kolmas Delfoi-tutkimuksen keskeinen

ominaisuus varmistettiin tutkimuksen toisella kierroksella nimimerkein käydyssä anonyymissä keskustelussa.

6.2.4 Delfoi-metodin heikkouksien välttäminen tässä tutkimuksessa

Alun perin (1950-luvulla) Delfoi-metodin avulla pyrittiin saavuttamaan asiantuntijoiden mielipiteiden yksimielisyys. Tätä Delfoi-metodin piirrettä alettiin myöhemmin kuitenkin kritisoida voimakkaasti, minkä pohjalta Delfoita on kehitetty ja nykyään toisistaan poikkeavien mielipiteiden hakeminen on tyypillinen laadullisen Delfoin lähestymistapa. Myös tässä laadullisessa ja argumentoivassa Delfoi-tutkimuksessa pyrittiin löytämään monia eri lähestymiskulmia tutkimusongelmiin.

Internetissä Optima-ympäristössä toteutettuna tutkimus pystyi myös nujertamaan Delfoihin monesti liitettävän kalleuden ja ajallisen hitauden kritiikin. Ainoastaan Internet-ympäristö tarjosi mahdollisuuden Delfoi-metodin käytön tässä tutkimuksessa, koska se tarjosi ainoana vaihtoehtona kiireisille asiantuntijoille mahdollisuuden osallistua aikaa vievään tutkimukseen.

Toisaalta essee-tyyppisten, kirjallisten vastausten antaminen ja argumentoivan kvalitatiivisen keskustelun aikaintensiivisyys saattoi ainakin jonkin verran laskea asiantuntijoiden antamien vastauksia. Aikapulasta johtuen manageriryhmä joutui myös pidentämään kumpaakin vastauskierrosta viikolla ennalta ilmoitetusta. Kaksi asiantuntijaa ei ehtinyt osallistua toisen kierroksen keskusteluun lainkaan.

Asiantuntijoiden valintaan liittyvä kritiikki otettiin tutkimuksessa huomioon valitsemalla paneeliin toisistaan riippumattomia asiantuntijoita, jotka edustivat monipuolisesti käsiteltävää aihepiiriä.

Delfoi-tutkimuksen ensimmäisen kierroksen tutkimuspatteriston laadintaan liittyvä kritiikki pyrittiin ottamaan tutkimuksessa huomioon valmistelemalla kysymykset huolella

ja testaamalla ne tutkimuksen ohjaajalla ja ulkopuolisella asiantuntijalla ennen kyselykierroksen toteutusta. Tutkijoiden mielestä on vaikea arvioida, olisiko toisenlainen kysymysten asettelu tuonut erilaiset tutkimustulokset. Toisaalta pro gradu -tutkimuksen laajuusvaatimus ei antanut mahdollisuutta toteuttaa tutkimusta kaikista halutuista näkökulmista.

Tutkijat saivat mielestään tutkimusongelmiinsa vähintäänkin riittävät vastaukset. Vastauskato ei ollut niinkään tämän tutkimuksen ongelma. Kuitenkin yhteensä kolmen asiantuntijan vastaukset jäivät osin saavuttamatta: ensimmäisellä kierroksella yksi ja toisella kaksi asiantuntijaa jätti vastaamatta kyselyyn. Vastauskatoa ei saa kuitenkaan vähätellä, sillä kyseiset kolme vastauspatteristoa olisivat edustaneet noin 20 % koko vastausmäärästä.

6.2.5 Delfoi -menetelmän vahvuuksien hyväksikäyttö tässä tutkimuksessa

Delfoi-tutkimuksen vahvuus on muun muassa siinä, että hyvin suoritettuna se ehkäisee arvovalta- ja intressiristiriitoja vaikuttamasta tutkimuksen tuloksiin. Tämä on mahdollista siksi, että jokaisella asiantuntijalla on käytössään yksi ääni ja kaikkien mielipiteet ovat yhtä arvokkaita. Juuri tätä vahvuutta käytettiin tutkimuksessa hyväksi toteuttamalla keskustelu anonymisti. Asiantuntijoiden persoonat eivät päässeet vaikuttamaan tutkimuksen lopputulokseen ja muiden asiantuntijoiden mielipiteisiin.

Tutkimuksessa käytetyn argumentoivan Delfoi-metodin suuri vahvuus verrattuna esimerkiksi survey-tutkimukseen on väitteiden ”perustelupakko”. Tarkoituksena oli systemaattisesti tutkia, löytyykö asiantuntijoiden mielipiteiden takaa pitäviä perusteluita. Monet asiantuntijoiden vastauksista jäivät valitettavan lyhyiksi ja osin myös perustelemattomiksi. Jälkeenpäin tarkastellen paremmalla kysymysten muotoilulla olisi voitu saada laajempia ja perustellumpia vastauksia. Monet asiantuntijat tosin ilmoittivat lyhyenpuoleisten vastausten johtuneen kiireellisistä vastausaikatauluista. Pääpiirteittäin asiantuntijoiden vastaukset olivat kuitenkin perusteltuja.

7 TULOKSET

Tutkimus toteutettiin argumentoivalla Delfoi-menetelmällä, jota ei ole toistaiseksi käytetty Jyväskylän yliopiston liikuntatieteiden laitoksella pro gradu -tutkimuksissa. Delfoi-paneeliin osallistui seitsemän asiantuntijaa liikuntasuunnittelun, lapsiperheiden ja lapsiperheiden liikunnan osaamisalueilta. Massasta poikkeavan tutkimusmetodin valintaan vaikutti menetelmän sopivuus tutkimusongelman ratkaisemiseen sekä tutkijoiden halu kokeilla uudenlaisen menetelmän toimivuutta tutkimusaineiston keräyksessä.

Tutkimuksen tutkimusosion kautta selvittävät tutkimusongelmat olivat:

1. Onko lapsiperheiden jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavalla sisäliikuntapaikalla kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa³⁹?
2. Mistä keskeisistä a) *fyysisen*, b) *sosiaalis-organisatorisen*, c) *toiminnallisen*, d) *hallinnollisen* ja e) *taloudellisen* ympäristön ominaisuuksista lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaava sisäliikuntapaikka muodostuu?

Molempia tutkimusongelmia lähdettiin purkamaan omilla kysymyspatteristoillaan. Jälkimmäisen tutkimusongelman eri osioita (fyysinen, toiminnallinen, sosiaalis-organisatorinen, hallinnollinen ja taloudellinen) pohdittiin omina kokonaisuuksinaan, jotta tutkimuksen tuloksista saataisiin mahdollisimman relevantteja ja edustavia.

7.1 Onko LAPEn kaltaiselle sisäliikuntapaikalla kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa?

Ensimmäisen tutkimusongelman puitteissa tutkijat lähtivät keskustelemaan asiantuntijoiden kanssa siitä, onko lapsiperheiden jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin

³⁹ Tutkimuksen aikajänne 2009–2015.

vastaavalla sisäliikuntapaikalla kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa. Ajatustenvaihtoa käytiin perheiden ajankäytön ja yhdessäolon sekä perheiden liikunta-aktiivisuuden ja liikunta-aktiivisuuden polarisaation toimiessa aihealueen keskustelun kärkenä. Aihepiiri herätti asiantuntijoiden keskuudessa paljon keskustelua ja myös asiantuntijoiden vastaukset erosivat hieman toisistaan.

7.1.1 Liikunta-aktiivisuus ja polarisaatio

Keskusteltaessa asiantuntijoiden kanssa LAPEn kaltaisten konseptien kysynnästä, yksi keskeinen esiin noussut keskustelunaihe oli polarisaatio vähän ja paljon liikkuvien välillä. Asiantuntijoiden mukaan polarisaatio lapsiperheiden liikunta-aktiivisuudessa – niin kuin liikuntakulttuurissa yleensä – tulee lisääntymään.

”Liikunnalliseen elämäntapaan orientoituneet löytävät aina aikaa liikunnalle. Polarisoituminen tulee voimistumaan, vaikkakin LAPEn kaltaiset ratkaisut madaltavat arkiliikunnan kynnyksiä”.

Toisin sanoen terveytensä kannalta liian vähän liikkuvat passivoituvat entisestään, kun taas paljon liikkuvien liikunta-aktiivisuus pysyy ennallaan tai tulee edelleen vain kasvamaan. Muun muassa liikuntapalveluiden maksullisuuden nähtiin lisäävän polarisaatiota entisestään, koska liikunnallisesti passiiviset eivät ole valmiita maksamaan liikuntapalveluiden käytöstä. Asiantuntijoiden mukaan olisikin erityisen tärkeää, että tulevaisuudessa panostettaisiin nykyistä enemmän erityisesti liikunnallisesti passiivisten aktivoimiseen.

Polarisaatiokehityksen nähtiin johtuvan monesta eri tekijästä. Asiantuntijoiden keskustelussa nousi esille muun muassa mielenkiintoinen pointti siitä, miten esimerkiksi LAPEn kaltainen liikuntakonsepti (muiden liikuntapaikkapalvelujen tavoin) tulee pärjäämään ”kilpailussa” muiden vapaa-aikaan sijoittuvien toimintojen rinnalla.

”Liikunta joutuu kilpailemaan muiden toimintojen kanssa. Todennäköisesti tapahtuu polarisaatiota runsaasti ja niukemmin liikkuviin.”

”Olemme menossa kohti yksilöllistyvää ja differentioituvaa yhteiskuntaa, jossa tarpeet moninaistuvat, myös perheen sisällä, ja ehkä tarjontakin moninaistuu. Kilpailu kiristyy täten koko ajan. LAPE on kyllä perusteltu vaihtoehto, tarjonnan muoto lapsiperheille. Se varmasti kerää käyttäjiä, mutta on vaikea sanoa, kuinka paljon ja mitkä tulevat olemaan sen pahimmat kilpailijat (muut liikuntatavat, kulttuuri, muut harrastukset, media, oleilu, lemmikit jne.).”

Asiantuntijat kuitenkin näkivät, että jokaisella perheellä itsellään on vastuu löytää kaikkien perheenjäsenten tarpeisiin vastaavia yhdessä harrastettavia ulkoliikuntamuotoja. Monipuolisia ulkoliikuntamahdollisuuksia on runsaasti tarjolla ja näiden mahdollisuuksien hyväksikäyttö on pitkälti kiinni perheen omasta aktiivisuudesta. Eräs asiantuntija totesikin nasevasti, että:

”...luonnossa liikkuminen on vain omasta viitseliäisyydestä ja ajankäytöstä kiinni. Ajankäyttö saattaa olla perheliikunnan suurempi este kuin se, että täsmäsuunnattuja palveluja ei ole riittävästi.”

Muunlaisten perheen kesken yhdessä harrastettavien liikuntamuotojen – erityisesti sisäliikunnan – löytäminen on puolestaan asiantuntijoiden mielestä jo haastavampaa.

”Kuntien sisäliikuntatilojen rakentaminen keskittyy jatkossakin perinteisten sisäliikuntatilojen (esim. koulujen liikuntasalit ja liikuntahallit) peruskorjaamiseen ja rakentamiseen. Nämä tilat ovat eri-ikäisten käytettävissä, mutta eivät kovin hyvin perheiden jäsenten yhtäaikaan hyödynnettävissä. Varsinkin kaupungeissa kysyntä ylittää tarjonnan ja sisäliikuntatilat ovat iltaisin täynnä.”

Varsinkin liikunnallisesti passiivisilla perheillä on vaikea löytää nykyisestä tarjonnasta yhteisiä liikuntamuotoja. Ongelmaksi muodostuu muun muassa monien aikuisten liikunnallinen kokemattomuus. Säännöllisen liikunnan aloittaminen nähdään nyky-yhteiskunnassa haastavaksi, jos yksilö ei ole koskaan ollut elämässään liikunnallisesti aktiivinen tai säännöllisen liikunnan harrastamisesta on kulunut jo pitkä aika. Tämän takia

myös monet lapsiperheet valitsevat ”helpomman tien” ja jäävät yhteisten liikuntaharrastusten sijaan viettämään liikunnallisesti passiivista aikaa perheen kesken kotiin esimerkiksi vanhempien tullessa töistä.

7.1.2 Liikunta-aktiivisuus ja ajankäyttöongelmat

Keskusteltaessa LAPEn kaltaisten liikuntapalveluiden tulevaisuuden kysynnästä eniten asiantuntijoiden mielipiteitä erotteleva aihepiiri oli perheiden ajankäyttöongelmat ja ajankäyttöongelmien lisääntyminen. Asiantuntijat, joiden mielestä perheiden ajankäyttöongelmat kasvavat tulevaisuudessa olivat sitä mieltä, että perheiden yhdessäolo kanavoituu tulevaisuudessa entistä voimakkaammin lomiin ja viikonloppuihin. Edellinen selittyy erityisesti yhteiskunnan työkuulttuurin muutoksena, jossa työt seuraavat tekijäänsä yhä useimmin myös kotiin. Vanhempien työtaakan ja työn haasteellisuuden lisääntyminen nähdään nakertavan lapsiperheiden yhteistä ajankäyttöä.

”Ajankäyttöongelmat tulevat varmaankin lisääntymään muun muassa työ- ja vapaa-ajan rajan hämärtyessä...”

”...Työelämä kehittyy kuitenkin yhä kilpailevampaan suuntaan ja työn sisällön moninaistuvat sillä tavalla, että työ ottaa henkisesti ihmiset aiempaa kokonaisvaltaisemmin haltuunsa ja lisäksi modernit virtuaaliympäristöt mahdollistavat työn tekemisen muuallakin kuin työpaikalla, mikä hämärtaa työn ja ei-työn rajaa...”

”Kiire ja ajankäyttöongelmat näkyvät ennen kaikkea yhdessä tekemisen vähyytinä ja aikataulujen yhteensovittamisen hankaluutena.”

Kiirettä tulee entisestään lisäämään eri sukupuolille ja ikäryhmille kohdennettu toiminta. Työn ja vapaa-ajan raja hämärtyy ja lasten aika kuluu entistä tiiviimmin koulussa ja harrastuksissa.

...Koulu ja harrastukset taas vienevät entistä tarkempaan lasten ajan. Ajasta siis kilpaillaan.”

”...Lisäksi eri sukupuolille ja ikäryhmille markkinoidaan ja tuotetaan sangen kohdennettuja toimintoja.”

Asiantuntijat, joiden mielestä ajankäyttöongelmat eivät lisäänty tulevaisuudessa, näkivät, että lapsiperheillä on jo nykyään niin paljon ajankäyttöongelmia, ettei niiden lisääntyminen ole todennäköistä. Lapsiperheiden ajankäyttöongelmien nähdään johtuvan siitä, että lapsiperheissä eletään jatkuvasti isojen muutosten aikaa. Tällöin lasten kanssa toimimisessa korostuu asiantuntijoiden mukaan vanhempien omat arvovalinnat. Yksi asiantuntijoista tiivistä edellisen osuvasti.

”En usko, että tulevaisuudessa olisi enemmän ajankäyttöongelmia, mutta lapsiperheillä on aina aika isoja ajankäyttöongelmia, koska ollaan siinä ikävaiheessa, jossa samanaikaisesti perustetaan perhettä, hankitaan asuntoa ja ’luodaan uraa’, jolloin lasten kanssa toimiminen on arvovalinta, jolloin em. mainitut muut asiat saattavat ’kärsiä’.”

Vaikka kaikki asiantuntijat näkivät perheiden arjen kiireiseksi, he olivat pääsääntöisesti sitä mieltä, että vanhempien arvot tulevat siirtymään entistä enemmän perheeseen ja lasten kanssa vietetyn ajan lisäämiseen. Tätä asiantuntijoiden näkemystä tukevat myös monet tutkimustulokset, joiden mukaan vanhempien arvomaailma perustuu lasten ja perheen kanssa vietetyn laatuajan ja yhteisten liikuntahetkien lisäämiseen.

7.1.3 Perheiden ajankäytön tehostaminen

Asiantuntijat keskustelivat myös siitä, onko LAPEn kaltaiselle, lapsiperheiden jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavalla sisäliikuntapaikalle kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa, jos perheet haluavat lisääntyvän kiireen vuoksi tehostaa ajankäyttöään. Yleisesti asiantuntijat vastasivat edelliseen myöntävästi.

Yksi asiantuntijoista huomautti osuvasti sisäliikuntatilaan liittyvän ongelman LAPEn kohderyhmälle:

”Tietysti se, että lähtökohtana on sisäliikuntatila, tarkoittaa sitä, että varsin laajaa aikuisjoukkoa (= lapsiperheitä) eivät tätä kautta syntyvät palvelut kiinnosta tulevaisuudessakaan! Suurin osa aikuisväestön suosimista liikuntaharrastuksista on kuitenkin lähtökohtaisesti luonteeltaan ulkoliikuntaa (kävely, lenkkeily, pyöräily, hiihto).”

Yllä olevassa lainauksessa mainitut ulkoliikuntamuodot keräävät asiantuntijoiden mielestä suurimmat käyttäjäryhmät myös tulevaisuudessa. Toisaalta kun ihmiset tulevat tietoisiksi lapsien kanssa toimimisen hyödyllisyydestä, myös yhteinen liikuntainnostus lisääntyy.

Toisaalta monet asiantuntijoista eivät kuitenkaan usko, että perheet haluavat nykyisessä kiireellisessä maailmassa välttämättä enää tehostaa ajankäyttöään.

”...Kokonaan toinen kysymys on, haluavatko perheet tehostaa ajankäyttöään. On myös merkkejä siitä, että aktiivisesti haetaan jouto- ja loppoaikaa.”

”...En sen sijaan usko tehostettuun ajankäyttöön, koska perheen yhteisen ajan pitää olla kiireetöntä, jolle pitää antaa aikaa yhteisiin toimiin tai olla tekemättä mitään - oleillaan vaan yhdessä.”

”...kiire on pitkälti opittua ja varsin yksilöllistä. Löytyy myös aikuisia, jotka ovat jo oivaltaneet jatkuvan kiireen johtavan ennenaikaiseen väsähtämiseen, loppuun palamiseen ja perhe-elämän ongelmiin”.

7.1.4 Perheiden liikunta ja yhdessäolo

Asiantuntijoilta kysyttiin myös, onko heidän mielestään LAPEn kaltaiselle, lapsiperheiden jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavalla sisäliikuntapaikalla kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa, jos lapsiperheissä halutaan panostaa entistä enemmän

liikuntaan ja yhdessäoloon. Tiivistäen voi sanoa, että asiantuntijat näkivät yksimielisesti, että liikunnan ja yhdessäolon näkökulmasta kysyntää LAPElle ehdottomasti on.

”Jos perheet haluavat panostaa enemmän sekä liikuntaan että yhdessäoloon, mikä on varmasti totta monessa - ei tietenkään kaikissa - perheissä, LAPE on varmasti yksi mahdollisuus.”

Liikunta-aktiivisuuden vähyys niin aikuisten kuin lasten keskuudessa on iso yhteiskunnallinen ongelma, joka myös tiedostetaan laaja-alaisesti. Asiantuntijat näkivät, että tämän vuoksi perheissä etsitäänkin tänä päivänä uudenlaisia ratkaisumalleja ongelman ratkaisemiseksi.

”Riittävän liikunta-aktiivisuuden puute sekä merkittäväällä osalla lapsia ja nuoria että aikuisväestössä on iso yhteiskunnallinen ongelma, joka edellyttää perheissä uudenlaisten ratkaisumallien hakemista. Ja jos samalla pystytään positiivisella ja mukavalla tavalla löytämään ratkaisuja perheiden yhdessäolon problematiikkaan, niin sekin tietysti puoltaa hahmoteltua LAPE konseptia!”

”Liikunnan tarve on yleisesti tiedostettu ja yhdessäolon tiedetään lisäävän hyvinvointia ja muita ihmiselolle suotuisia asioita.”

LAPEn kaltaisen sisäliikuntapaikan puolesta puhuu asiantuntijoiden mielestä myös se, että jos uudenlaisten liikuntamahdollisuuksien lisäksi pystytään positiivisella ja mukavalla tavalla löytämään ratkaisuja perheiden yhdessäolon problematiikkaan, niin perheiden kiinnostus palvelua kohtaan tulee nousemaan.

Asiantuntijat kuitenkin muistuttivat, että liikuntapaikkapalveluiden käyttö on monesti myös suoraan verrannollinen liikuntapalvelun käyttökustannuksiin. Raha korostuu eittämättä pienituloisilla ja huonommassa taloudellisessa tilanteessa olevilla lapsiperheillä. Lisäksi maksullisten palveluiden välttely korostuu erityisesti liikunnallisesti passiivissa perheissä.

”Täytyy tietenkin muistaa, että käyttöaktiivisuus liittyy myös kustannuksiin, eli huonossa taloudellisessa tilanteessa olevat perheet (aikuisen työttömyys, pahat velat, pienituloisuus...) eivät kovin aktiivisesti valitse maksullisia palveluita.

Asiantuntijat olivat kuitenkin myös sitä mieltä, että ihmiset ovat valmiita panostamaan rahallisesti myös liikuntaan, jos he sen avulla saavuttavat liikunnallisia kokemuksia ja "tehokkuutta" arkeen.

”Edellä mainitun ajanpuutteen vuoksi LAPEn kaltaiselle liikuntapaikalle on kysyntää. Ihmiset ovat valmiita panostamaan rahallisesti tähänkin, jos sen avulla saavutetaan "tehokkuutta"

Asiantuntijat näkevät LAPEn olevan nimenomaan koko perheen liikuntapaikka. Nyky-yhteiskunnan erilaiset perhekombinaatiot kuitenkin vaikeuttavat analysointia ja siksi ei ole järkevää rakentaa liikuntapaikkaa kovin rajoitetusti. Aikuisten näkökulmasta liikuntapaikkaa ei siis tule rakentaa erityisesti isille tai äideille, vaan tasapuolisesti koko perhettä palvelevaksi kokonaisuudeksi.

”Arvoin, että LAPE olisi ensisijaisesti perheen yhteinen harrastuspaikka, koska näitä äiti-lapsi- ja isä-poika-liikuntamuotoja on jo tarjolla kyllästymiseen saakka.”

”Kaikki em. (osallistuja)kombinaatiot ovat nähdäkseni yhtä lailla mahdollisia. Isän roolia voi hieman painottaa se, että heillä saattaa olla yleisesti ottaen hieman suurempi rooli lasten liikuntaharrastuksissa. Äitien roolia voisi siten vastaavasti LAPE konseptissa korostaa se seikka, että sisätiloihin liittyvään liikuntaan on kenties helpoiten kytkettävissä naisliikkuja kiinnostavia liikuntamuotoja...”

7.1.5 Ulko- vs. sisäliikunta

Ulko- ja sisäliikunnan vastakkainasettelu perheen liikkumismuotona herätti asiantuntijoiden keskuudessa keskustelua. Yleisesti oltiin sitä mieltä, että ulkoliikunta tulee säilyttämään vahvan asemansa perheiden liikunnassa myös tulevaisuudessa.

Sisäliikunta nähdään kuitenkin hyvin ulkoliikuntaa täydentävänä liikuntaympäristönä, joka tarjoaa uusia mahdollisuuksia arjen liikkumiseen.

”Suomalaisten liikunnanharrastamista ohjaavat tottumukset tulevat pysymään suhteellisen vakaina. Ulkoliikunnan tarve ja kysyntä on vahvaa, vaikka ilmastonmuutos eteneekin. Ympäristötietoisuuden kasvaessa, tulee yhä useampia lapsiperheitä, jotka haluavat säilyttää kytkentänsä luontoon osana tietoisesti valittua elämäntapaa.”

”Erityyppisen ulkoilun osuus pysynee tulevaisuudessakin perheiden keskeisimpinä liikunnallisina yhdessäolon muotoina...”

”...Uudet sisätilakonseptit voivat toki tuoda hyvää ja kaivattua täydennystä perheiden liikuntamahdollisuuksiin.”

”...mieluummin näen ne toisiaan täydentävinä/ tukevina kuin toisiaan syövinä vaihtoehtoina” (sisä- ja ulkoliikunta)

Sisäliikunnan asemaa tulevaisuudessa parantaa suurten kaupunkikeskittymien niukka tarjonta isoissa luontoalueissa. Pienet puistoalueet tulevat olemaan jatkossa myös isoilla kaupunkialueilla hyvin saavutettavissa, mutta isot luontoalueet ovat etenkin pääkaupunkiseudulla helposti yli tunnin ajomatkan päässä.

”En usko luonnon saavutettavuuden merkittävästi heikkenevän Suomessa lähitulevaisuudessakaan.”

”Tulevaisuudessakin uusilla kaava-alueilla ja jo kaavoitetuilla / rakennetuilla alueilla tullaan jättämään riittävästi lähiluontoa pienimutoisen perheliikunnan tarpeisiin sekä laajempia luontoalueita laajamittaisemman luontoliikunnan tarpeisiin.”

”Suomihan on kokonaisuudessaan erittäin väljästi asutettu maa - ei täältä luontoympäristöt loppu!”

”...isoista kaupungeista ei ole aivan yksinkertaista lähteä luontoon liikkumaan, varsinkin jos ymmärtää luonnolla kunnan luontoa eikä jotain pikku puistoa.”

Toisaalta lapsiperheiden luontoliikunta ei välttämättä tarvitse isoja luontoalueita. Erään asiantuntijan sanoin: *”Pienemmille lapsille jo pienet lähimetsät ovat luontoa.”* Tästä näkökulmasta pienet lähimetsät käyvät hyvin luontoliikunnasta ja näin myös sen saavutettavuus on hyvällä tasolla myös tulevaisuudessa.

7.2 Keskeiset fyysisen ympäristön ominaisuudet LAPeSsa

Asiantuntijat keskustelivat Delfoi-paneelissa myös siitä, mistä keskeisistä fyysisen ympäristön ominaisuuksista lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaava sisäliikuntapaikka muodostuu. Keskustelu rajoitettiin koskemaan sisäliikuntapaikan saavutettavuutta, turvallisuutta, käytettävyyttä ja rakennetta.

7.2.1 Turvallisuus

Asiantuntijat olivat yleisesti sitä mieltä, että vanhemmat ovat aina viime kädessä vastuussa lastensa turvallisuudesta liikuntapaikalla, vaikka myös sitä mieltä vahvasti oltiin, että vastuu painottuu palveluntarjoajalle. Vanhempien vastuulle nähtiin erityisesti lasten konkreettinen liikkuminen tilassa.

”Huoltajilla on aina vastuu lasten turvallisuudesta, myös silloin kun eivät ole paikalla (päästävätkö lapset uimahalliin jne.), mutta tietenkin vastuuta voidaan ja pitääkin jakaa huolehtimalla liikuntapaikan yleisestä turvallisuudesta ja hoitamalla asiat niin, että paikalla on asiantuntevaa henkilökuntaa neuvomassa ja valvomassa turvallisuuteenkin liittyvissä kysymyksissä.”

”En tiedä, miten asia juridisesti menee, mutta käytännössä vanhemmat ovat aina viime kädessä vastuussa omien lastensa turvallisuudesta, jos ovat näiden mukana liikuttaessa.”

Palveluntarjoajan vastuuna nähtiin puolestaan olevan erityisesti se, että laitteet ja ympäristö ovat turvallisia ja niitä huolletaan ja ylläpidetään asianmukaisesti. Lisäksi asiantuntijat näkivät palveluntarjoajan kontolla olevan erityisesti toiminnan yleinen organisointi siten, että liikuntapaikassa on kaikilla turvallista liikkua.

”Erityinen haaste on lasten ja aikuisten toimintojen yhteensovittaminen, jotteivät lapset tullaantuisi innokkaidn vanhempien jalkoihin.”

”Yleinen valvontavastuu varmastikin korostuu...”

”Yleisvalvonta sekä huolehtiminen siitä, että paikat ovat turvallisia...”

Asiantuntijat korostivat järjestään myös liikuntapaikan henkilökunnan ammattitaitoisuuden merkitystä erityisesti lasten kanssa toimimisesta.

”En tiedä onko se erityisvastuu, mutta pienet lapset vaativat tietenkin aina turvallisuusasioissa erityistä huomiota ja ehkä myös työntekijöiltä kohtuullista lasten maailman ja käyttäytymisen tuntemista...”

”Tulee olla kokemusta lasten parissa toimimisesta...”

Yhtenäistä kaikissa vastauksissa oli se, että yksikään asiantuntija ei korostanut aikuisten ”valvomisen” tärkeyttä, mikä sinänsä oli melko ennalta arvattavaa. Yksi asiantuntija kommentoi osuvasti, että

”Mikäli vastuu lasten turvallisuudesta jää vanhemmille, on vaikea nähdä mitä lisäarvoa konsepti tuo.”

Lisäksi asiantuntijat peräänkuuluttivat henkilökunnan yleisvalvonnan merkitystä. Yksi asiantuntija totesi, että ylihuolehtivaisuus voi jopa johtaa lasten passivoitumiseen.

7.2.2 Saavutettavuus

Liikuntapaikkojen saavutettavuus on liikunnan kentässä yksi nykypäivän yleisimmistä puheenaiheista. Liikuntapaikan saavutettavuutta voidaan tarkastella monelta eri kantilta, kuten lapsiperheiden liikunta-aktiivisuuden, talouden tai hallinnon näkökulmasta. Tutkimuksen asiantuntijat olivat jokseenkin yksimielisiä siitä, että lapsiperheiden liikunta-aktiivisuuden näkökulmasta LAPEn kaltaisia liikuntapaikkoja olisi syytä olla 100 000 asukkaan kaupungeissa useita.

”Usea pienempi yksikkö olisi paremmin kuntalaisten saavutettavissa.”

”...lapsiperheen liikunnallisesta näkökulmasta pidän ”lähiliikuntapaikkaperiaatetta isossa kaupungissa ensisijaisena eli useita.”

Etukäteisoletuksen mukaisesti kuitenkin suurin osa asiantuntijoista myönsi keskitetyn rakentamisen olevan taloudellisesti kannattavampaa ainakin lyhyellä tähtäimellä. Tosin muutama asiantuntija nosti esille myös sen, että hajautetun mallin avulla liikuntapaikka saadaan lähemmäs lapsiperheitä ja näin palvelun käyttö voisi olla suositumpaa. Tämän näkökulman perusteella asiantuntijat uskoivat, että myös hajautettu malli voisi olla taloudellisesti mahdollinen, jopa kannattava. Hallinnollisesta näkökulmasta tarkasteltuna niin keskitetty kuin hajautettukin malli olivat asiantuntijoiden mielestä toteutettavissa.

”Taloudellisesti lienee järkevää ensin keskittää toimintaa ja sitten ajan kanssa pyrkiä hajauttamaan, mikäli kysyntä kasvaa.”

”Varmaan voi olla taloudellisempaa rakentaa yksi ja ylläpitää sitä, mutta kaikki käyttäjänäkökohdat puoltavat useampien rakentamista.”

”...taloudellisesta näkökulmasta uskon myös hajautettuun malliin, koska lasten kanssa lähdetään miehuummin helposti lähelle kuin kauas.”

Muutama asiantuntija nosti esiin myös ympäristönäkökulman. Ympäristö liitettiin erityisesti siihen, että liikuntapaikan saavutettavuuden tulisi tukea aktiivista kulkutapaa ja autotonta liikkumista. Ympäristönäkökulma liikuntapaikkarakentamisessa on hyvin ajankohtainen ja sen merkityksen voidaan nähdä jopa korostuvan lähitulevaisuudessa.

7.2.3 Rakenne ja käytettävyys

Tutkijat kysyivät asiantuntijoilta, mitä rakenteellisia seikkoja tulisi ottaa huomioon, jotta lapsiperheille suunnattu sisäliikuntapaikka tarjoaisi motivoivia ja käytännöllisiä liikuntamahdollisuuksia samanaikaisesti sekä lapsille että aikuisille?

Asiantuntijoiden mielestä aikuisten liikuntapaikan tulee olla rakenteeltaan monipuolinen ja laadukas, sillä aikuiset ovat nykypäivänä jo tottuneet kuluttamaan yksilöllisesti skaalautuvia ja laadukkaita palveluja. Tilan monikäyttöisyyden ja muunneltavuuden nähtiin olevan tärkeitä seikkoja suunniteltaessa rakenteellisesti toimivaa liikuntatilaa.

”...yleisesti lapsiperheet ovat kuten ketkä tahansa käyttäjät, ja kyllähän nykyään ihmiset ovat tottuneet siihen, että palvelut ovat monipuolisia ja laadukkaita...”

”Välineet, laitteet ja lajit suunniteltava myös aikuisille sopiviksi. Monikäyttöisyys ja muunneltavuus ovat tärkeitä elementtejä.”

Suunniteltaessa lapsiperheen jokaisen yksilön tarpeet huomioivaa liikuntapaikkaa on tärkeää huomioida rakenteiden ja käytettävyyden suunnittelussa luonnollisesti kaikki käyttäjäryhmät. Tämä on haaste, sillä perinteisesti liikuntasuunnittelussa on rajattu hyvin selkeästi käyttäjäryhmät erilleen.

Paneelissa nousi myös esille, että kaikkien palveluiden olisi syytä olla samassa tasossa, jotta liikkuminen ja siirtyminen paikasta toiseen olisi mahdollisimman helppoa. Samalla myös turvallisuus ja näkyvyys paranevat. Rakenteiden suunnittelussa ja toteutuksessa tulisi ottaa huomioon myös perheiden välinen sosiaalisuus. Asiantuntijoiden mielestä

sosiaalista kohtaamista tilassa voitaisiin edistää esimerkiksi tyhjillä alueilla; eli tilaa ei ole järkevää pakata täyteen pelkillä laitteilla. Myös tilan monikäyttöisyys edistää aikuisten ja lasten yhteistä liikkumista.

”...tulisi olla mahdollisuuksia yhdessä lasten kanssa liikuntaan, mikä edellyttää lähinnä muunneltavuutta.”

Asiantuntijoiden mielestä lasten liikuntapaikan rakenteessa on huomioitava ennen kaikkea se, että paikka tarjoaisi toimivat puitteet leikille, seikkailulle, vauhdille ja kiperille tilanteille. Lasten liikunnassa olisi syytä korostaa erityisesti juoksu- ja taitoliikkumista. Lasten mielikuvituksen kannalta olisi hyvä yhdistää liikuntamahdollisuudet yllätyksellisyyteen, salaperäisyyteen ja jännittävyyyteen. Liikuntapaikan rakenteiden puolesta paneelissa korostettiin myös lasten turvallisuuden panostamista. Yksi asiantuntija totesi, että rakentaessa liikunta- ja leikkipaikkoja pienille lapsille, tulisi tila jättää riittävän väljäksi, jotta lapsilla olisi käytettävissään kaatumiseen ja ylösnousuun tarpeeksi tilaa.

”Pienille lapsille pitää olla aina esim. laitteen yhteydessä kaatumista ja ylösnousemista varten isompi tila kuin isommilla lapsilla. Usein ajatellaan, että pienet lapset tarvitsevat vähemmän tilaa kuin isommat lapset, mutta asia on juuri päinvastoin...”

Asiantuntijoiden mielipiteet aikuisille ja lapsille rakenteellisesti soveltuvista liikuntapaikoista pitivät sisällään myös paljon yhtäläisyyksiä. Erityisesti tilan monikäyttöisyys ja muunneltavuus nousivat monen asiantuntijan vastauksessa keskiöön. Lisäksi asiantuntijat näkivät tärkeäksi sekä aikuisten että lasten näkökulmasta, että samalla, kun tila motivoi liikkumaan, tulee myös turvallisuuden kiinnittää erityistä huomiota.

LAPEn kaltaisen liikuntapaikan rakennetta koskevassa keskustelussa nousi keskiöön se, miten varmistetaan, että myös aikuiset saavat liikkua omien tarpeidensa mukaisesti. LAPEn perusajatukseenhan kuuluu, että perheenjäsenet ovat pääsääntöisesti

näköyhteyden päässä toisistaan toteuttaessaan omaa liikuntaansa. Keskustelua käytiin muun muassa siitä, miten vältetään se, ettei vanhempien kokemaa vastuuta ja huolta lastensa turvallisuudesta vaikeuta heidän omaa liikunnan harrastamista.

Asiantuntijoiden mielestä turvallinen ja monipuolinen ympäristö sekä osaavat ohjaajat ovat keskeisiä onnistumisen elementtejä. Myös lasten ja vanhempien liikuntaympäristöjen selvä jakaminen (esim. lasiseinällä) voi auttaa asiassa. Lisäksi asiantuntijat näkivät, että tilannetta helpottaa se, jos vanhempien kokevat heidän lastensa liikkuvan turvallisessa ympäristössä ja toisaalta lapset kokevat kykenevänsä liikkumaan myös ilman vanhemman opastusta. Toisin sanoen rakenteellisilla (ja organisatorisilla) ratkaisuilla tulisi kyetä luomaan liikuntapaikasta samanaikaisesti turvallinen ja lapsia omaehtoiseen liikuntaan ja leikkiin inspiroiva. Asiantuntijat korostivat kuitenkin, että käyttäjien eri intressiperusteet ja tulkinnat voi olla vaikea ellei mahdoton tyydyttää yhden ratkaisun avulla.

”...ihmisten orientaatio ja turvallisuustulkinnat ovat koko lailla kirjavia...”

”Ongelma on erityisesti ihmisten erilaisten intressien yhteensovittaminen.”

Asiantuntijat korostivat LAPEn käytettävyyden kannalta myös yhteisöllisen ja sosiaalisen toiminnan sekä vuorovaikutteisuuden teemoja. Sosiaalisuus ja vuorovaikutteisuus nähtiin tärkeäksi sekä oman perheen sisällä, mutta toisaalta myös perheiden välillä.

7.3 Keskeiset toiminnallisen ympäristön ominaisuudet LAPEssa

Asiantuntijoiden kanssa keskusteltiin myös siitä, mistä keskeisistä toiminnallisen ympäristön ominaisuuksista lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaava sisäliikuntapaikka muodostuu. Rajaamiseksi toiminnallisella ympäristöllä tarkoitettiin tässä tutkimuksessa ensisijassa liikuntapaikan tarjoamia konkreettisia liikunta- ja oheispalveluja.

Asiantuntijoiden mielestä lapsiperheille suunnatun sisäliikuntapaikan tulisi lapsen näkökulmasta pitää sisällään perusmotoriikkaa kehittäviä liikunta- ja leikkimahdollisuuksia ja -tehtäviä, kuten pienpelejä ja ”peuhamaailmoja”.

”Tulisi olla perusmotoriikkaa kehittäviä liikuntamuotoja lapsille: kävely, juoksu, hyppy, heitto, syöksyminen, potkiminen, eri mailoilla lyöminen yhdellä ja kahdella kädellä.”

”Mahdollisuus yleiseen ”hontsaan” ja telmimiseen on tärkeää.”

Lisäksi omatoimisemman liikkumisen lisäksi erilaisten liikuntakerhomallien luominen olisi asiantuntijoiden mielestä kannattavaa. Lähtökohtaisesti liikuntapalvelujen suunnittelussa lapset ovat etusijalla ja heidän toimintojaan tulee ohjata monipuolisuuden ja joustavuuden teemojen mukaisesti. Aikuisia ei kuitenkaan saa unohtaa, vaan asiantuntijoiden mielestä myös lasten ympäristössä tulisi ottaa myös aikuiset huomioon. Ohjatut toimintamuodot ovat oleellisia erityisesti alle kouluikäisille, joiden osalta omatoiminen liikunta ei varsinkaan turvallisuussyistä ole mahdollista.

Vanhempien näkökulmasta liikuntapaikan tulisi tarjota mahdollisuuksia kuntosaliharjoitteluun ja ryhmäliikuntaan. Lapsiperheen yhteisestä näkökulmasta liikuntapaikan tulee pitää sisällään yhteisiä tehtäviä ja yhteistä pelailua, joita voidaan höystää esimerkiksi tietotekniikalla.

”Yhteisen liikkumisen näkökulmasta uskoisin perheitä kiinnostavien palveluiden olevan LAPE -konseptissa erilaisia perheiden yhteiseen liikkumiseen suunnattuja ohjattuja tuokioita.”

Laadukkaiden liikuntatilojen lisäksi asiantuntijat painottavat erityisesti hyvien saniteettitilojen merkitystä. Pukeutumistilojen suunnittelussa tulisi huomioida erilaiset perhekombinaatiot. Liikuntapaikka voisi tarjota myös terveellistä välipalatarjontaa sekä vinkkejä vaatetukseen ja liikkumiseen yleisesti. Näin paikka voisi kiinnittyä lähemmäs perheen arkea ja olla samalla paikka, joka myös kasvattaa terveellisiin elämäntapoihin.

7.4 Keskeiset sosiaalis-organisatorisen ympäristön ominaisuudet LAPEssa

Asiantuntijoiden kanssa keskusteltiin myös liikuntapaikan sosiaalis-organisatorisesta ympäristöstä. Keskustelua käytiin siitä, minkälaisia perheen sosiaalista pääomaa kehittäviä tavoitteita asiantuntijat näkevät perheen asettavan LAPEssa vietetylle yhteiselle, arkeen sijoittuvalle vapaa-ajalle. Lisäksi asiantuntijat vastasivat kysymykseen siitä, millaisilla sosiaalis-organisatorisilla keinoilla myös liikunnallisesti passiivisia perheitä saataisiin viettämään liikunnallista aikaa LAPEn kaltaisessa liikuntapaikassa.

Sosiaalisen pääoman rakentaminen pohjautuu perheen yhteiselle laatuajalle, jossa liikutaan ja ollaan yhdessä. Toinen ulottuvuus sosiaalisen pääoman rakentamisessa on vertaisryhmän kohtaaminen ja ajanvietto heidän kanssaan. Asiantuntijat korostivat, että perheen sosiaalisen pääoman vahvistaminen tapahtuu sitä kautta, että liikkuesssa ollaan tekemisissä toisten toimintaan osallistuvien kanssa. Kun paikalla on myös muita perheitä, aikuisia ja lapsia, tämä avaa mahdollisuuden uusien sosiaalisten ulottuvuuksien luomiseen, mikä kasvattaa samalla myös sosiaalista pääomaa. Sosiaalista pääomaa on asiantuntijoiden mielestä myös se, että perhe tekee jotain yhdessä. Perheen yhteinen liikunta auttaa myös lasten sosiaalistamisessa liikunnallisesti aktiiviseen elämäntapaan.

”Sosiaalisen pääoman vahvistaminen voisi tapahtua sitä kautta, että liikkuesssa ollaan tekemisissä myös muiden perheiden kanssa.”

”Sosiaalista pääomaa on jo se, että perhe tekee jotain yhdessä...jos paikalla on paljon muita perheitä, aikuisia ja lapsia, niin siitähän avautuu mahdollisuus luoda uusia sosiaalisia maailmoja...”

”Oleellisimpina perheiden tavoitteina sosiaalisen pääoman näkökulmasta uskoisin olevan sen, että LAPE -tilassa syntyy hauskoja yhdessä olemisen ja tekemisen kokemuksia...”

”Perheet tavoittelevat lämmintä sosiaalista suhdetta ja koko perheen yhteisöllisyyttä vahvistavia tavoitteita. Samalla voidaan opettaa toisia perheenjäseniä liikunnalliseen elämäntapaan yhdessä liikuttaessa.”

Asiantuntijat painottivat hieman eri asioita keskusteltaessa eri keinoista liikunnallisesti passiivisten perheiden aktivoimiseen. Liikunnallisesti passiivisia perheitä olisi syytä aktivoida panostamalla erilaisten konkreettisten liikuntapalvelujen ja -rakenteiden ohella erityisesti liikuntapaikan yleiseen viihtyvyyteen, hauskaan yhdessä olemisen mahdollistamiseen sekä perheen sisäiseen että perheiden väliseen yhteisöllisyyteen.

Toiset asiantuntijat näkivät matalan osallistumiskynnykset (eli helppokäyttöiset laitteet) ja yleisen viihtyvyyden olevan avaimia passiivisten perheiden aktivoimiseen. Liikunnallisesti passiivisten aktivoimisessa nousi esiin myös ajankäytön tehostamisen näkökulma.

”...mainitut näkökulmat (yleinen viihtyvyys, hauska yhdessä oleminen ja yhteisöllisyys) ovat varmaankin juuri niitä, joilla tätä ongelmaryhmää (liikunnallisesti passiivisia) kenties saataisiin houkuteltua LAPEN käyttäjäkuntaan.”

”...liikunnallisesti passiivisten vanhempien osalta erityisen tärkeätä olisi, että heille olisi LAPESSA tarjolla helppoja, matalan kynnyksen liikuntamahdollisuuksia, jotka eivät edellytä aikaisempaa liikuntataustaa tai erityistä liikunnallista osaamista...”

”...sellaiset perheet, joissa vanhemmat ovat olleet liikunnallisesti aktiivisia, mutta uudessa tilanteessa eivät enää kerkiä liikkua, voisivat olla kohderyhmänä.”

Toisten mielestä taas panostus hauskaan yhdessä olemiseen sekä perheen sisäiseen ja perheiden väliseen yhteisöllisyyteen voi olla toimiva ratkaisu, mutta itsessään tuskin riittää laajamittaiseen passiivisten aktivoimiseen. Erään asiantuntijan mukaan kyse onkin enemmän myös siitä, kuinka paljon resursseja (aikaa ja rahaa) palveluntarjoajalla on sijoittaa siihen, että joku tietty ryhmä saadaan mukaan palvelun kuluttajaksi. Tämän takia

yksityinen sektori haluaa tuskin olla ”ladun avaaja” ja ongelma jääkin julkisen sektorin ja vapaaehtoistoiminnan harteille.

”... jos toiminnan pitää tuottaa voittoa, eikö olisi helpointa suunnata tarjontaa sinne jossa on jo kysyntää kuin luoda kysyntää sinne missä sitä on vähän ja mihin sitä voi olla työlästä luoda.”

7.5 Keskeiset hallinnollisen ympäristön ominaisuudet LAPEssa

Asiantuntijoiden kanssa keskusteltiin myös siitä, miten eri hallinnollinen yhteistyö ja organisoituminen julkisen, kolmannen ja yksityisen sektorin välillä tulisi järjestää tilanteessa, jossa lapsiperheiden sisäliikuntapaikka on yksityisessä omistuksessa?

Asiantuntijat kannattivat yleisesti ajan hengen mukaisesti eri sektoreiden yhteistyön lisäämistä. Yleisellä tasolla asiantuntijat myös totesivat, että kaikkia osapuolia hyödyttävää yhteistyötä on mahdollista tehdä ja tästä on hyviä esimerkkejä olemassa. Valitettavasti yhteistyötä eri liikuntatoimijoiden välillä ei tehdä riittävästi.

Asiantuntijat ehdottivat myös erilaisia yhteistyömuotoja. Esimerkiksi julkinen ja kolmas sektori voisivat mahdollisuuksien mukaan "ostaa" liikuntavuoroja tai tapahtuma-aikaa LAPEn kaltaisesta sisäliikuntapaikasta. Sisäliikuntapaikasta riippuen julkinen sektori voisi osallistua osittain myös markkinointiin. Lisäksi järjestöt voisivat järjestää toimintaa tiloissa. Järjestöissä on ohjaajakapasiteettia, jota yksityinen taho voisi myös hyödyntää. Tällainen liikuntapaikka täydentäisi julkisen tahon ylläpitämiä liikuntaedellytyksiä. Tiivistetysti voidaankin todeta kolmen eri sektorin täydentävän toisiaan klassisen mallin mukaan, jossa julkinen luo edellytykset, yksityinen rahoittaa ja kolmas sektori voi olla käytännön toteuttaja.

7.6 Keskeiset taloudellisen ympäristön ominaisuudet LAPEssa

Asiantuntijoiden viimeinen keskustelun aihe oli liikuntapaikan taloudellisen ympäristön muodostuminen. Keskustelun keskiöön oli nostettu kolme taloudellisen ympäristön teemaa. Ensiksi keskusteltiin siitä, voiko LAPEn kaltainen yksityisen sektorin liikuntapaikka saada rakentamisvaiheen kustannuksiin valtion avustusta ja toisaalta onko julkisin varoin mahdollista tukea LAPEn käyttökustannuksia. Lopuksi keskusteltiin liikuntapaikan hinnoittelumallista, joka palvelisi parhaiten lapsiperheiden tarpeita ja kysyntää.

Asiantuntijat eivät näe rakentamiskustannusavustusten hakemiselle estettä, jos rakentamis- ja suunnitteluvaiheessa osataan panostaa oikeisiin asioihin. Tällä asiantuntijat tarkoittavat muun muassa panostusta liikuntapaikan turvallisuuteen ja saavutettavuuteen. Lisäksi hanke täytyy suunnitella ja perustella oikealla tavalla, jotta avustusten myöntäminen on mahdollista. Asiantuntijat näkevät LAPE-konseptin myös osaltaan yleishyödyllisenä palveluna siitä huolimatta, että liikuntapaikka olisikin yksityisen yrityksen omistuksessa. Terveyttä edistäessään ja yleishyödyllisyyttä tukiessaan LAPElla tulisi olla mahdollisuus rakentamisvaiheen valtionavustuksiin.

”Valtionavustukset ovat harkinnanvaraisia ja yksityistenkin liikuntatilojen toteuttamiseen on valtionavustuksia myönnetty. Eli mitään periaatteellista estettä asiassa ei ole.”

”Keskustelemisen arvoinen asia (valtion avun hakeminen rakentamiskustannuksiin), eli koska palvelu on mielestäni jollain tapaa ”yleishyödyllistä” ja liittyy terveyteen ja perheiden hyvinvointiin, niin ainakin mahdollisuus valtionapuun pitäisi olla.”

”Ajatushan on sinällään hyvä (valtion avun hakeminen rakentamiskustannuksiin) ja jos liikuntapaikan voidaan osoittaa edistävän liikkumisen tasa-arvoa, niin miksei mahdollisuuksien rajoissa voisi jonkinlaista julkistakin tukea kohteeseen osoittaa.”

”Valtionapua saa normaalisti (yksityiset liikuntapaikat) vaikka kunnalliset paikat ovat etusijalla nykyisessä liikuntalaissa. Nykyisessä taloudellisessa tilanteessa puolestaan kuntien ensisijaisuudella ei ole merkitystä, kunhan vain saadaan hyviä hakemuksia, joita voidaan tukea.”

Asiantuntijoiden mielestä LAPEn kaltainen liikuntapaikka voisi periaatteellisella tasolla saada tukea myös käyttökustannuksiin. Tämä ei ole kuitenkaan mahdollista nykyisessä taloustilanteessa ja toisaalta myös liikuntakulttuurissamme vallitsevat nykyiset käytänteet romuttavat käyttökustannusten tukemisen.

”Ei, koska mikään mukaan liikuntapaikka ei saa ainakaan valtionavustusta käyttökustannuksiin. Valtio tukee vain perustamiskustannuksia - ei käyttökustannuksia.”

”Vain harvat kunnat tukevat yksityisten liikuntapaikkojen käyttökustannuksia - ennemmin kuntatasolla tuetaan yksityisten liikuntapaikkojen käyttäjiä. Esim. jos kunnassa on juniorikäyttäjille maksuttomat liikuntapaikat, voidaan yksityisten liikuntapaikkojen käyttöä tukea - esim. Helsingissä tehdään näin.”

”Julkiset varat eivät tähän riittäne.”

”Mielestäni tulisi siis saada perustamiskustannuksiin (valtion apua), mutta ei käyttökustannuksiin, jolloin esim. kalliissa jäähallissa tai ratsastusmaneesissa ei juuri köyhien lapsia ole, mutta ei ole köyhiä aikuisiakaan.”

Asiantuntijoille esitetty jatkokysymys käsitteli liikuntapaikan taloudellista saavutettavuutta ja kuului näin: Mikäli olet sitä mieltä, että LAPEn ei tulisi saada yksityisenä liikuntapaikkana avustusta julkisista varoista, onko mielestäsi hyväksyttävää, että palvelu on ainoastaan ylempien tuloluokkien saavutettavissa?

Osa asiantuntijoista totesi, että markkinat toimivat tällä hetkellä juurikin kysymyksessä esitetyllä tavalla. Eli LAPE ei tässä mielessä tekisi kaavaan poikkeusta. Kokonaan toinen kysymys asiantuntijoiden mielestä on se, onko tämä yleisesti ottaen hyväksyttävää tasa-

arvon näkökulmasta. Myös toisenlaisia mielipiteitä kuultiin, sillä yksityisen sektorin palveluiden käyttöä tuetaan (ns. sosiaalisesti tuettu käyttö) muilla sektoreilla.

”Saan yhteiskunnan tukea, kun käyn yksityisessä hammaslääkärissä, joten en kategorisesti sulkisi tätä tukea pois myöskään LAPElta. Ja saahan oopperakin tukea, ja on varmasti elitistinen harrastus.”

Yksi asiantuntija totesi osuvasti, ettei LAPEn kaltaisen liikuntapaikan taloudellista saavutettavuutta tulisi tarkastella suoralta kädeltä niin ”mustavalkoisesti”, sillä suomalainen liikuntakulttuuri tarjoaa hyviä liikuntamahdollisuuksia, mikäli vain kiinnostusta ja halukkuutta löytyy.

”...esim. kalliissa jäähallissa tai ratsastusmaneesissa ei juuri köyhien lapsia ole, mutta ei ole köyhiä aikuisiakaan. En kuitenkaan näkisi asiaa niin mustavalkoisena - yleensä suomalainen valitsee kukkarolleen sopivan liikuntamuodon, mikä on suomalaisen liikuntakulttuurin eräs erityispiirre - sitä tapahtuu siis enemmän kuin esim. muissa pohjoismaissa. Maksut eivät kuitenkaan nouse niin korkeaksi LAPE:n tyyppisessä paikassa, etteikö kaikki, joilla on vain mielenkiintoa perheliikuntaan, sinne voisi taloudellisesti mennä.”

Usean asiantuntijan vastauksissa nousi esiin kuitenkin huoli yksityisten liikuntapaikkojen taloudellisen saavutettavuuden eriarvoistumisen voimistumisesta. Sama eriarvoistumisen trendi pätee yksityisiin liikuntapalveluihin siinä missä muihinkin markkinavetoisiin palveluihin. Yksityisen sektorin palvelut koettiin usein liian kalliiksi ja näin kapeaa väestönosaa palveleviksi. Yksityinen sektori on pyrkinyt jäsenyyshinnoittelumallin kautta sekä vakauttamaan taloudellista toimintaansa ja tuomaan siihen ennakoitavuutta, mutta samalla muun muassa laskemaan aktiivisten liikkujien kertakäynnin hintaa ja näin mahdollistamaan liikuntapaikan säännöllisen käytön.

Edellisen huomion pohjalta asiantuntijoiden kanssa keskusteltiin siitä, millaista hinnoittelumallia he kannattaisivat LAPEn kaltaisessa yksityisessä liikuntapaikassa? Asiantuntijat olivat kuitenkin hyvin yksimielisiä siitä, että liikuntapaikassa ei tulisi olla

jäsenyyspakkoa. Näin ollen vaihtoehtoisia hinnoittelumalleja olisi myös syytä käyttää; vaihtoehtoiksi esitettiin esimerkiksi sarja- ja kertalippuja.

”Jos itse olisin LAPEn käyttäjä perheeni kera, niin jäsenyyspakko tuntuisi luotaantyöntävimmältä vaihtoehdolta. Miksei sellaistaikin voi tarjota, mutta uskoisin monien pitävän kerta- ja sarjalippumahdollisuutta parhaimpana ratkaisuna.”

8 POHDINTA

Tutkimuksessa syvennyttiin liikuntasuunnittelun näkökulmasta tutkimuksen kohderyhmään eli suomalaisiin lapsiperheisiin, tarkemmin ottaen pienyhteisöihin, joihin kuuluvat yhdestä kahteen aikuista ja heidän vastuullaan olevat 3–9 -vuotiaat lapset. Tutkimuksessa tarkasteltiin sitä, miten perhekulttuurin muutos ja vanhempien ajan puute on ajan saatossa vaikuttanut ja vaikuttaa tänä päivänä lapsiperheiden liikuntaan. Edelleen tutkimuksen teoriaosuudessa otettiin selville, miten lapsiperheet ovat asemoituneet liikuntasuunnittelun kenttään sen lyhyen historian aikana ja minkälaisin keinoin nykypäivänä liikuntasuunnittelussa pyritään edistämään lapsiperheiden liikuntaaktiivisuutta.

Tutkimuksen tekijöiden tavoitteena oli ajatuksillaan ja kannanotoillaan herättää lukijansa pohtimaan ja keskustelemaan siitä, miten nykyisin vallalla oleva lapsiperheiden liikuntakulttuuri ja liikuntasuunnittelu vaikuttavat lapsiperheen vanhempien liikuntaaktiivisuuden ja toisaalta perheiden yhteisöllisyyteen.

Tutkimusosuuden tavoitteena oli lisäksi selvittää, onko uudelle, lapsiperheiden jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavalla yksityisen sektorin sisäliikuntapaikalla kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa⁴⁰. Tutkimuksessa lähdettiin hakemaan vastausta myös siihen, mistä keskeisistä a) *fyysisen*, b) *sosiaalis-organisatorisen*, c) *toiminnallisen*, d) *hallinnollisen* ja e) *taloudellisen* ympäristön ominaisuuksista lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavan sisäliikuntapaikan tulisi muodostua. Edellä mainitut liikuntaympäristön ominaisuuksien tarkastelukulmat sovellettiin Parosen ja Nupposen (2005) laajemmasta ihmisten liikkumisympäristöön kiinnittyvästä tarkastelutavasta sekä Suomen (2006; 2009) luomasta liikuntasuunnittelun suuresta viitekehystä, joita rajaamalla muodostettiin tutkimuksen Delfoi -paneelin kysymyspatteristo.

⁴⁰ Tutkimuksen aikajänne 2009–2015.

Oman lisämausteensa tutkimukseen toi käytetty tutkimusmenetelmä eli Delfoi-metodi, sillä sitä ei ole aiemmin käytetty liikuntasuunnittelun tutkimuksessa Suomessa.

8.1 Lapsiperheiden liikunnan ongelma nykypäivänä

Lapsiperheiden liikunnan ongelmaa voidaan tämän tutkimuksen valossa lähteä tarkastelemaan kahdesta eri näkökulmasta. Ensinnäkään lapsiperheiden liikunnan nykyiset toiminnan käytänteet eivät ota yleisesti ottaen riittävästi huomioon lapsiperheiden muuttuneita tarpeita. Nykyisin lapsiperheiden liikuntaa leimaakin lapsilähtöisyys, mikä sinänsä on luonnollinen asia. Tutkijoiden mielestä lapsiperheiden liikuntaa tulisi kuitenkin kehittää ensisijassa perheen kaikkia yksilöitä tyydyttävään ja motivoivaan suuntaan. Tieteellisin tutkimuksin on todettu se tosiasia, että lapsiperheiden vanhempien liikuntaa vaikeuttaa erityisesti työn ja perhe-elämän yhteensovittamisesta aiheutuva ajan puute, minkä on todettu olevan yksi merkittävimmistä liikunta-aktiivisuutta vähentävistä tekijöistä. On myös hyvä huomioida se, että liikuntamahdollisuuksien tarjoaminen lapsille ja lasten liikunta eivät saisi olla ainoita aikuisia lapsiperheiden liikuntaan innostavia tekijöitä. Toisaalta lapsiperheiden on vaikea löytää nykyisen tarjonnan joukosta rakennettua liikuntaympäristöä, joka soveltuisi kokonaisvaltaisesti perheen yhteiseen liikuntaan. Näin ollen myös liikuntasuunnittelun kentässä tarvitaan muutoksia, vaikkakin 2000-luvun alusta tilanne on kääntynyt myös lapsiperheiden näkökulmasta parempaan suuntaan.

Suomessa toimiva kansallinen perheliikuntatyöryhmä näkee erääksi perheliikuntatoiminnan ydinarvoksi perhelähtöisyyden, jossa puolestaan korostuu *yksilöiden* erilaisten liikuntatarpeiden tyydyttäminen (Perheliikuntatoiminnan arvot 2008). Tutkimuksen tekijät haluavat haastaa tämän arvon toteutumisen nykyisenkaltaisessa perheliikuntatoiminnassa. Tutkimuksen tekijät uskovatkin, että erityisesti nykyinen järjestetty perheliikunta ei pysty vastaamaan vanhempien henkilökohtaisiin liikuntatarpeisiin. Näin ollen aikuisten yksilöllisten liikuntatarpeiden tyydyttäminen ei nykyisellään ainakaan suuressa mittakaavassa toteudu. Vallalla olevan

perheliikuntakäsityksen mukaan aikuisten tehtävänä onkin liikuttaa lapsia ja perheliikuntaa toteutetaan lasten ehdoilla. Näin lapset ovat perheliikunnan keskiössä, jolloin aikuisten liikuntatarpeet jäävät luonnollisesti taka-alalle.

Voidaan nähdä, että lapsiperheiden liikunta tarjoaa vanhemmille ennemminkin yhteistä aikaa ja yhteisiä muistoja jälkikasvun seurassa kuin tyydyttää heidän liikunnallisia tarpeitaan. Näin ollen nykyisen kaltainen perheliikuntatoiminta tarjoaa aikuisille enemmän psyykkistä kuin fyysistä arvoa. Tutkimuksen tekijät eivät kiistä sitä, ettei perheliikunnan vanhemmille tarjoama psyykinen pääoma sekä vanhempien vastuu lasten liikunnan toteuttamisedellytysten luojana ja toiminnan hienovaraisena ohjaajana olisi erittäin tärkeää – päinvastoin. Ongelmia muodostuu kuitenkin silloin, jos lapsi on ainoa aikuista perheliikuntaan motivoiva tekijä. Mikäli perheliikunta ei vastaa aikuisten henkilökohtaisiin liikuntatarpeisiin, liikunnan kiinnittyminen osaksi arkea varmasti vaikeutuu. Tällöin perheliikunta jää helposti vähemmälle, millä on negatiivisia vaikutuksia varsinkin lapselle, mutta myös aikuiselle.

Lapsiperheiden liikunta-aktiivisuuden edistämistyön tulisi saada keskeinen asema suomalaisessa liikuntakulttuurissa. Liikunnan suorat ja epäsuorat vaikutukset lapsiperheen yksilöiden fyysiseen ja henkiseen hyvinvointiin sekä perheen yhteiseen sosiaaliseen pääomaan ovat merkittäviä. Perheen yhdessä harjoittamalla liikunnalla on myös tutkitusti suuri vaikutus lapsen liikuntaan sosiaalistumisessa. Vanhempien esimerkki ja myönteinen suhtautuminen liikuntaan edistävät lapsen liikunnallisen elämäntavan rakentumista, mikä taas ennustaa liikuntaa aikuisiällä. Perheliikunnalla on myös tärkeä merkitys pienten lasten vanhemmille, jotka ovat liikunnallisesti keskimäärin kaikkein passiivisimpia. Määrällisesti tarkasteltuna lapsiperheiden liikunta-aktiivisuuden ja perheen sisäisen liikuntamyönteisyyden vaikutukset kansanterveyteen ja -talouteen ovat ainakin pitkällä aikavälillä tarkasteltuna merkittävät, sillä Suomessa on tällä hetkellä lähes 300 000 lapsiperhettä, joissa on alle 9-vuotiaita lapsia.

Lapsiperheiden liikunnan nykykäsitksissä ja -käytänteissä on kuitenkin havaittavissa piirteitä, jotka eivät ota huomioon lapsiperheiden ajan saatossa muuttuneita tarpeita. Tähän ongelmaan olisikin kyettävä muun muassa vastaamaan liikuntasuunnittelun keinoin. Lapsiperheiden liikunnan lähtökohdaksi tulisi ottaa perheen yksilöiden erilaisten liikuntatarpeiden ja motivaatiotekijöiden kokonaisvaltainen tyydyttäminen. Nykyisiä perheliikuntatoiminteita ja liikuntapaikkoja olisi kehitettävä enemmän lasten vanhempien näkökulmasta unohtamatta kuitenkin toiminnassa mukana olevia lapsia.

Yksi vaihtoehto voisi olla pyrkimys, jossa sekä vanhempien että lasten toisistaan poikkeavat liikuntamotivaatiot pyrittäisiin yhdistämään samaan sosiaaliseen ja fyysiseen tilaan. Olisi löydettävä keinoja, joilla lasten leikki- ja pelikeskeinen liikuntamotivaatio saataisiin yhdistettyä aikuisten terveystuikunnasta kumpuavan liikuntamotivaation kanssa. Tilanne on haastava, muttei mahdoton. Ajatusta voisi pilotoida liikuntaympäristössä, jossa vanhempia ja lapsia tarkastellaan yksilöinä, ja jossa kaikille perheen jäsenille olisi tarjolla heidän yksilöllisiin liikkumistarpeisiinsa suunniteltuja ratkaisuja. Tällöin koko perhe saisi liikkua oman liikuntamotivaationsa pohjalta. Oleellista on kuitenkin se, että perhe kulkee matkat yhdessä sekä säilyttää liikkussa ja leikkiessä jatkuvasti jonkin tasoisen kontaktin toisiinsa. Kunnallisissa lähiliikuntapaikoissa ideaa on jo päästy kokeilemaan ja hankkeet ovat tietävästi olleet onnistuneita.

Ajankäyttötutkimukset ovat osoittaneet vapaa-ajan lisääntyneen viime vuosikymmeninä, vaikka käytössä olevan vapaa-ajan koetaan vähentyvän jatkuvasti. Mistä tämä ristiriitainen vastakkainasettelu voi johtua? Syitä näihin tuntemuksiin on monia. Ensinnäkin vapaa-aika on hajautunutta ja sille ladataan paljon odotuksia. Toiseksi ihmisten kulkemat välimatkat ovat kasvanut. Kolmanneksi vapaa-ajan aktiviteettien valinta-avaruus on kasvanut. Neljänneksi yhdessä tekeminen on yleisesti vähentynyt ja viidenneksi arjesta puuttuu rytmi vuorotöiden ja liukuvan työajan takia. Kaikella edellä mainitulla on varmasti negatiivinen vaikutus lapsiperheiden liikuntaan.

Erityisesti erilaisiin matkoihin (esim. työ- tai kauppamatka) käytetty aika on kiristänyt perheiden tiukkaa aikataulua entisestään. Liikenteessä matkustaminen vie suomalaisen aikaa jopa yli 75 minuuttia vuorokaudessa; tämä on yli 10 % hereillä oloajasta. Aikapaineesta kärsivien lapsiperheiden liikkuminen tulisi olla nopeaa, sujuvaa ja joustavaa. Tutkimusten mukaan lapsiperheiden suurin liikkumisongelmien aiheuttaja on lasten harrastematkat. Ongelma on siinä, että lapsille halutaan antaa mahdollisuus harrastaa, mutta samalla perhe taistelee ajan riittävyuden kanssa. (Niemi ym. 2006, 34–35; Niemi ym. 2001, 38; Paajanen 2001, 41–42.) Näin myös erilaisiin liikuntaharrastuksiin matkaaminen lisää perheen ajankäytöllisiä ongelmia. Perhekeskeisyyden puristuksessa vanhemmat ovat valmiita muun muassa kuljettamaan lapsiaan harrastuksista toiseen ja näin ollen karsimaan omista vapaa-ajalle sijoittuvista harrastuksistaan ja askareistaan. Edellä kuvattuun ongelmaan tulisi LAPEn kaltaisessa liikuntapaikassa pyrkiä vastaamaan ideaalilanteessa siten, että liikuntapaikat sijoitettaisiin yksittäisten isojen terminaalimaisten rakennelmien sijaan lähelle lapsiperheitä. Ja vielä sellaisten liikenneyhteyksien päähän, joka kannustaa perheitä käyttämään aktiivisia kulkutapoja. Rakentamisen hajautettu malli – kuten lähiliikuntapaikoissa – on siis tavoiteltavaa; tosin liikuntapaikkapalvelun taloudellinen saavutettavuus tulee ottaa myös huomioon. Suuri osa tämän tutkimuksen Delfoi-paneeliin osallistuneista asiantuntijoista arveli, että keskitetty rakentaminen lienee taloudellisesti kannattavampaa ainakin lyhyellä aikavälillä. Kuitenkin hallinnollisesta näkökulmasta hajautettua rakentamista ei nähty ongelmalliseksi.

Takala (2004, 15) esittää, että toimintojen nopeuttaminen, nopeasti toimitettavien asioiden suosiminen sekä useiden asioiden tekeminen yhtä aikaa helpottaa aikapulassa. Lapsiperheiden liikunta, jossa koko perhe pystyisi liikkumaan yhtenä yksikkönä, on hyvä esimerkki ajankäytön tihentämisestä ja tehostamisesta. Tietenkin on selvää, että nykyisessä aikataloudessa ei voida viedä loputtomiin ajankäytön tehostamisen trendiä, koska jatkuva aikataulujen tiukentaminen ja asioiden päällekkäinen tekeminen lisää helposti jälleen kiireen kokemuksia, mistä nykypäivänä haluttaisiin nimenomaan päästä eroon. Tämä nousi myös esille asiantuntijoiden Delfoi-paneelissa antamissa vastauksissa.

Edellisestä on kuitenkin pääteltävissä, että perheen yhteisille harrastuksille olisi todellakin nykyistä enemmän kysyntää. Perheliikunnan kaltaisen harrastustoiminnassa lapsiperhe saisi yhdistettyä aikataulujaan ja yhdessäololle jäisi enemmän aikaa. Juuri tähän perheet tutkimusten mukaan kaipaavat, vaikkakin yhteiskunnan yksilöllistymiskehitys on viime vuosikymmenten aikana voimistunut.

Toisaalta on myös tärkeä pohtia sitä, onko kiire perimmäinen syy nykyihmisten fyysiseen passiivisuuteen. Monet liikunta-alan asiantuntijat nimittäin esittävät, että ajan puute on ainoastaan tekosyy olla fyysisesti passiivinen. Tätä näkökulmaa tukee osaltaan muun muassa Ruuskasen tutkimustulokset, joista ilmenee, että vaikka korkeasti koulutetuilla on muita väestöryhmiä vähemmän vapaa-aikaa, he harrastavat kuitenkin vapaa-ajallaan muita väestöryhmiä enemmän liikuntaa (Ruuskanen 2004, 165–166, 197, 223–225). Voisiko siis olla niin, että vaikka liikunnan tiedetään olevan terveellistä, itse luotu illuusio kiireestä tarjoaa ”hyväksyttävän” syyn harrastaa liikuntaa vähemmän.

Lisämausteensa ajan puutteen ja ajankäytön tehostamisen dilemmaan toivat tämän tutkimuksen asiantuntijat, jotka olivat laajalti sitä mieltä, että perheiden arjen kiireellisyydestä huolimatta, vain harvat perheet haluavat tehostaa ajankäyttöään. Tämä on mielenkiintoinen näkökulma, joka tulee ottaa huomioon pohdittaessa perheiden ajankäytön ja liikunta-aktiivisuuden välisiä yhteyksiä. On myös syytä huomata että liikunta ei ole itse arvoisesti ainoa, eikä aina edes paras tapa viettää perheen yhteistä vapaa-aikaa. Koska vapaa-ajalta haetaan muun muassa vastapainoa työelämään, ihmiset välttävät vapaa-ajan monesti asioita, jotka vaativat ”suorittamista”. Muun muassa tämän takia suuri osa tutkimuksen asiantuntijoista varmasti korosti LAPEn toiminnallista ympäristöä käsitellessä ”yleisen höntsän” ja mukavan yhdessäolon merkitystä suorituskeskeisen liikunnan sijaan.

Lapsiperheiden ajan puutteen helpottamiseksi liikuntasuunnittelussa tulisi siis pyrkiä edistämään erityisesti perheen arkeen ja lähiympäristöön sijoittuvaa lapsiperheen yhteistä liikuntaa. Perheen yhteisen arkiliikunnan näkökulmasta etenkin aktiivisen liikkumistavan

mahdollistava ja siihen kannustava yhdyskuntarakenne on elinehto. Kevyenliikenteen väylien hyödyntämisessä perheliikuntaan on runsaasti haasteita, mutta samalla paljon potentiaalia.

Vapaa-aikaan sijoittuvan perheliikunnan harrastamiselle tulisi olla riittävästi rakennettuja liikuntaympäristöjä. Erityisesti lähiliikuntapaikkojen rakentaminen ja jatkokehittäminen perheiden kokonaisvaltaiseen liikuntaan soveltuvaksi olisi tärkeää. Jotta vapaa-aikaan sijoittuvasta perheliikunnasta tulisi osa perheen arkea, olisi toimintojen asetettava saumattomasti lapsiperheen jokapäiväiseen elämään. Tällöin ratkaisevat muun muassa liikuntapaikan sijainnin lisäksi myös taloudellinen saavutettavuus sekä liikuntapaikan tarjoamien palvelujen soveltuminen lapsiperheiden liikuntaan. Oleellista on huomata, että fyysinen ympäristö ei yksi määrää liikuntakäyttäytymistä, vaan liikuntasuunnittelun keinoin olisi tärkeää luoda lapsiperheille ympäristöjä, jotka tarjoisivat mahdollisuuksia liikuntaan sekä toisaalta myös suuntaisivat toimintaa ja valintoja.

8.2 Liikuntasuunnittelun suuri viitekehys ja LAPE

Tutkimuksessa mukana olleet asiantuntijat korostivat, että perheen yhteisten sisäliikuntamuotojen löytäminen on vaikeaa varsinkin liikunnallisesti kokemattomille perheille. Arjen kiireen keskellä valitaan monesti ”helpompi tie” ja jäädään kotiin viettämään perheen kanssa yhteistä aikaa esimerkiksi televisiota katsellen; varsinkin, kun nykyisestä liikuntapaikkapalvelutarjonnasta on vaikeaa löytää jokaista perheenjäsentä kiinnostavaa toimintaa.

Tutkijat yhtyvät asiantuntijoiden näkemykseen, jonka mukaan liikunnallisesti kokemattomilla on vaikeuksia löytää nykytarjonnasta koko perheelle sopivia yhteisiä sisäliikuntamuotoja. Toki esimerkiksi yhteistä luontoliikuntaa on helpompi toteuttaa, mutta kaupunkiympäristössä luonto ei kaikille helposti saavutettavissa, minkä takia perheen yhteinen luontoliikunta sijoittuikin yleisesti viikonloppuihin ja yhteisiin lomiin. Säännölliseksi arkiliikunnaksi luontoliikunnasta ei siis yleisesti ottaen ole.

Liikunta-aktiivisuuden laskiessa pysyvästi pidemmäksi aikaa on eittämättä selvää, että suurien elämänmuutosten keskellä säännöllisen liikunnan löytäminen uudestaan on haastava prosessi. Epävarmuus omasta osaamisesta ja kenties huonot muistot liikunnasta nostavat aloituskynnystä entisestään. Tästä syystä aloittamisen kynnyks tulee pitää mahdollisimman matalana. LAPEssakin on syytä muistaa, että monet aikuiset tarvitsevat ohjausta uuden harrastuksen alkuvaiheessa ja toimintaan on päästävä helposti mukaan ilman ehtoja erityisestä kunto- tai taitotasosta.

Vaikka jokaisella perheellä onkin asiantuntijoiden sanoin ”*vastuu itsellensä löytää kaikkien perheenjäsenten tarpeisiin vastaava yhdessä harrastettava liikuntamuoto*”, liikuntapalvelutarjonnan keinoin tulee kuitenkin pyrkiä madaltamaan perheiden kynnystä yhteisen säännöllisen liikunnan aloittamiseen. Liikaksi perheiden omalle kontolle asiaa ei kannata jättää, sillä polarisaatio paljon ja vähän liikkuvien välillä tulee tulevaisuudessa entisestään kasvamaan. Tarvitaan oikeanlaista interventiota liikuntasuunnittelun keinoin, jotta liikunnallisesti passiiviset perheet saadaan toimintaan mukaan. Muun muassa LAPEn toiminnassa olisi varmasti syytä korostaa entistä voimakkaasti esimerkiksi perheen yhteistä huoletona ”höntsäämistä” ja mukavaa yhdessäoloa suorittamisen ja tiukan ohjelmoinnin sijaan.

Keskusteltaessa LAPEn kaltaisen liikuntapaikan fyysisistä ominaisuuksista nousi turvallisuus saavutettavuuden ohella asiantuntijaneelin keskiöön. Yleisesti voidaan todeta, että liikuntapaikan turvallisuus on yksi keskeisimmistä tekijöistä suunniteltaessa uutta liikuntapaikkaa. Haastetta suunnitteluun tuo nimenomaan se, että turvallisuuteen panostamisen lisäksi liikuntapaikasta pitäisi luoda kustannustehokkuus huomioiden monipuolinen ja muunneltava sekä niin aikuisia kuin lapsia motivoiva ja inspiroiva. Kompromisseja joudutaan varmasti tekemään – turvallisuuden ehdoilla.

Varsinkin lasten kanssa toimiessa tulee ottaa turvallisuusnäkökulmat erityisen tarkasti huomioon. Liikuntapaikan henkilökunnalla on suuri rooli turvallisuuden takaamisessa palvelun tuottamisen vaiheessa, mutta jo liikuntapaikan suunnittelu- ja

rakentamisvaiheessa on tärkeää pitää turvallisuusnäkökulmat jatkuvasti tapetilla. Vaikka vanhempien vastuu korostuu itse toiminnassa, olisi tärkeää, että vanhemmilla olisi LAPEssa mahdollisuuksia harjoittaa omaa liikuntaansa siten, ettei heidän tarvitsi jatkuvasti olla valvomassa oman jälkikasvunsa tekemisiä. On myös tärkeä huomata, että vanhemmille ja ohjaajille on tehtävä jo etukäteen selväksi, kuka huolehtii lasten turvallisuudesta ja missä määrin.

LAPEn rakenteesta keskusteltaessa oli ennalta arvattavaa, että asiantuntija tulisivat korostamaan liikuntapaikan monipuolisuuden ja muunneltavuuden tärkeyttä. Suurin haaste lapsiperheen jokaista yksilöä puhuttelevan ja perheen yhteisöllisyyttä tukevan liikuntapaikan suunnittelussa tulee olemaan hyvin erityyppisten käyttäjäryhmien huomioiminen samanaikaisesti. Tämä on haaste sikälikin, että perinteisesti liikuntapaikkarakentamisessa on rajattu liikuntapaikan eri käyttäjäryhmät erilleen. Näin ollen suunnittelijoille ei vastaavanlaisista hankkeista ole ennalta paljoa kokemusta. Vaikka lasten ja aikuisten ”liikunta-alueet” onkin varmasti eroteltava konkreettisesti toisistaan, tulisi liikuntapaikassa olla myös alueita, joissa lasten ja aikuisten olisi mahdollisuus leikkiä yhteisesti. Lisäksi tutkijoiden mielestä liikuntapaikan rakenne- ja käytettävyyssuunnittelussa pitäisi huomioida vuorovaikutteisuuden ja aitojen kontaktien mahdollistaminen palvelua käyttävien perheiden välillä.

Toiminnallisesta ympäristöstä puhuttaessa asiantuntijat olivat sitä mieltä, että aikuisille olisi kaikista kannattavinta lähteä tarjoamaan mahdollisuutta kuntosaliharjoitteluun ja ryhmäliikuntaan. Tutkijoiden mielestä kuitenkin ryhmäliikunnan järjestäminen LAPEn kaltaisessa liikuntaympäristössä on ainakin jokseenkin ongelmallista. Ryhmäliikunta vaatii yleisesti ottaen vanhempien täydellistä keskittymistä omaan liikkumiseen, jolloin perheen vuorovaikutteisuus heikkenee ja lasten ”valvominen” vaikeutuu. Myös ryhmäliikunnan keskeytyminen vaikeuttaa varmasti liikunnasta nauttimista. Toisaalta mikäli aikuisten ryhmäliikunta eriytettäisiin toiseen tilaan lasten ympäristöstä, ei ratkaisussa olisi tutkijoiden mielestä ainakaan palvelukokemuksen tasolla suurta eroa nykyisten kuntokeskusten lapsiparkki yms. toimintaan.

Lapsille LAPEn tulisi tarjota perusmotoriikkaa kehittäviä tehtäviä, kuten pienpelejä ja ”peuhamaailmoita”. Tutkijat vetivät asiantuntijoiden vastauksista johtopäätöksen, että lasten leikkipaikat rakennetaan nykyisin monesti liian valmiiksi ja lasten kehittymisen kannalta olisi enemmän tarvetta mielikuvitusta vai motoriikkaa ruokkivalle ympäristölle. Varsinkin lajistandardien mukaa rakennetut liikuntapaikat eivät parhaalla mahdollisella tavalla sovellu lasten liikuntaan. 2000-luvulla rakennetut lähiliikuntapaikat ja luonto tarjoavat lapsille tietysti aivan erilaisia mahdollisuuksia toteuttaa itseään. Lasten tulisi päästä muokkaamaan ympäristöään itse ja kokemaan ympäristö oman mielikuvituksensa kautta. Tätä näkemystä tukee myös muut alan muut asiantuntijat (esim. Holloway & Valentine 2000, 11–12; Zimmer 2001, 19; Karvonen ym. 2003, 13–14).

Tutkimuksessa esitelty LAPEn kaltainen liikuntapaikka nähdään olevan parhaiten toteutettavissa yksityisen sektorin toimesta. Kuitenkin laajamittainenkin hallinnollinen yhteistyö julkisen ja kolmannen sektorin kanssa olisi kannattavaa. LAPE täydentää julkisin voimavaroin tuotettua liikuntapaikkapalvelutarjontaa ja se tarjoaa varmasti myös seuroille oivan liikuntaympäristön ohjatun toiminnan järjestämiseen.

Asiantuntijoiden kanssa keskusteltiin myös yksityisen liikuntapaikkatarjonnan yhteydessä luonnollisesti myös käyttökustannusten muodostumisesta ja siitä, rajautuuko LAPE ainoastaan ylemmän tuloluokan palveluksi. On selvää, että LAPEssa käyttömaksut ovat korkeammat kuin julkisissa palveluissa, mikäli liikuntapaikka ei saa käyttökustannuksiinsa julkista tukea. Myöskään sosiaalisesti tuettu yksityisen liikuntapalvelun käyttö ei liene realismia ainakaan tämän hetken yhteiskunnallisessa taloustilanteessa. Tulee siis tehdä kompromisseja edellä kuvatun ongelman ratkaisemiseksi. Seuraavassa joitakin tutkijoiden ajatuksia. Ensinnäkin osakkeenomistajien tuottovaatimukset tulisivat olla maltillisia. Toiseksi palvelun suunnittelussa tulisi korostaa kustannustehokkuuden näkökulmia esimerkiksi keskitettyjen ostojen suhteen sekä tila- ja rakennevalinnoissa. Kolmanneksi henkilöstön määrää ei saisi ylimitoittaa ja vanhemmille tulisi olla myös vastuuta toimintaan ja toiminnan turvallisuuteen liittyvissä kysymyksissä. Neljänneksi LAPEn rakentamista

hyvin pienille paikkakunnille tulisi puntaroida tarkasti ja alkuvaiheessa keskitettyjen yksiköiden rakentaminen olisi varmasti järkevää, minkä jälkeen alettaisiin toteutuneen perusteella hajauttaa palvelua.

Asiantuntijoiden mielestä liikuntapaikassa ei saisi olla niin sanottua jäsenyyspakkoa, vaan olisi syytä käyttää vaihtoehtoisia hinnoittelumalleja, kuten sarja- ja kertalippuja. Sekä kerta-/ sarjalipuissa että jäsenperusteisessa hinnoittelumallissa on omat ongelmansa. Jollakin tasolla kertamaksut eivät välttämättä ”sido” kävijää palveluun ja täten LAPEn kiinnittyminen arkeen voi heikentyä. Muun muassa Yhdysvalloissa tehtyjen tutkimusten mukaan jäsenperusteinen toiminta auttaa paikallista aikuisväestöä pitämään liikuntaaktiivisuutta yllä läpi vuoden paremmin kuin kertamaksutyypinen palvelun hinnoittelumalli. Toisaalta täytyy muistaa, että jäsenperusteinen hinnoittelu saattaa tuntua joidenkin perheiden näkökulmasta jopa poistyvänä pakkona. Palvelun tuottajan näkökulmasta jäsenperusteinen hinnoittelu mahdollistaa toiminnan paremman ennustettavuuden ja näin ollen järkevämmän liiketoimintamallin ja tätä kautta vakaamman palvelutuotteen. Joka tapauksessa hinnoittelu ja hinnoittelumalli ovat tärkeitä kysymyksiä niin asiakkaalle kuin palvelun tuottajalle ja järkevän ”win-win” -ratkaisun löytäminen on ehdotonta palvelun menestymisen kannalta.

On tärkeä huomata, että saavutetut tutkimustulokset ovat yleistettävissä ainoastaan kansallisesti Suomessa. Tutkijoiden mielestä saavutetuilla tuloksilla voi olla merkitystä suomalaiselle liikuntasuunnittelulle, sillä jos jatkotutkimukset ja pilottitoiminta osoittavat, että uudenaikaiselle lapsiperheiden liikuntapaikalle löytyy selkeästi kysyntää, niin sanottuja hyviä liikuntasuunnittelun käytäntöjä voidaan siirtää jossain määrin myös julkisen liikuntasuunnittelun piiriin. Tutkimustulokset antavat uskoa pilottikeskuksen ja jatkotutkimusten tarpeellisuudesta. Tutkijoiden mielestä saatua tuloksia voidaan hyödyntää jo nyt käytännön työssä, kuten pilottitoiminnan suunnittelussa.

8.3 Tutkimuksen onnistuminen

Tutkijoiden mielestä tutkimus oli validi, eli käytetty tutkimusmenetelmä mittasi juuri niitä asioita, joita sen kuuluikin mitata. Tutkimuksen validiuden tärkein mittari oli se, ymmärsivätkö tutkijat ja asiantuntijat väitteet ja kysymykset samalla tavalla. Tutkijat kykenivät selvittämään asiantuntijoiden vastausten perusteluista, että he ovat pääsääntöisesti ymmärtäneet tutkijoiden kysymykset ja väitteet oikealla tavalla. Tosin vastauksiin mahtuu myös muutama poikkeus, sillä osa asiantuntijoista ei perustellut vastauksiaan lainkaan. Pääsääntöisesti vastaukset olivat kuitenkin hyvin perusteltuja, joka johtuu osin myös siitä, että Delfoi-tutkimuksessa on yleinen vastausten perustelupakko.

Tutkimuksen validiuteen liittyen tutkijoiden olikin tärkeä tiedostaa oman kielenkäyttönsä ja ilmaisutapansa vaikutukset tutkimustuloksiin. Tässä tutkimuksessa tutkijat pyrkivät minimoimaan oman kielenkäyttönsä negatiivisen vaikutuksen testaamalla ja tarkastuttamalla kysymyspatteriston ennen tutkimuksen toteuttamista. Kysymysten testaaminen onnistui hyvin ja se auttoi suuressa kysymysten ja väitteiden muotoilussa.

Reliabiliteetilla tarkoitetaan tutkimuksen luotettavuutta. Reliabiliteetti voidaan todeta analysoimalla, onko asiantuntijoiden vastauksissa eroavaisuuksia. Delfoi-tutkimuksessa reliabiliteetin mittaaminen ei ole täysin yksioikoista, koska Delfoissa nimenomaan pyritään usein erilaisten tulevaisuudenkuvien löytämiseen. Tämä tarkoittaa sitä, ettei asiantuntijoilta edes odoteta samansuuntaisia mielipiteitä jokaiseen kysymykseen, vaan päinvastoin. Tietyissä kysymyksissä asiantuntijoiden vastaukset olivat täysin samansisältöisiä ja näitä vastauksia voidaan pitää täysin reliabeleina. Vastaukset, joissa asiantuntijoiden vastaukset erosivat toisistaan, on tuotu esiin tutkimustuloksissa. Näihin vastauksiin täytyy suhtautua tietyllä varauksella. Tosin aina kun kysymykset koskevat tulevaisuutta, ei minkäänlaisia tutkimustuloksia voida pitää absoluuttisina totuuksina, vaan arvioina ja skenaarioina tulevasta.

Tutkimuksen heikkoudeksi voidaan nähdä toimeksiantaja-tutkija-suhde. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkimuksen toimeksiantaja ja tutkimuksen tekijä ovat sama taho. Pahimmassa tapauksessa tällainen suhde voi johtaa subjektiivisiin ja johdatteleviin näkemyksiin tutkimuksen toteuttamisesta ja myös tutkimuksen sisällöstä. Tutkijat tiedostivat tämän asetelman vaarat jo tutkimuksen alkuvaiheessa ja tästä syystä he ovatkin pyrkineet kuuntelemaan ulkopuolisia näkemyksiä ja järjestämään ulkopuolista ohjausta, jotta toimeksiantajan ”kädenjälki” ei näkyisi tutkimuksen toteuttamisessa. Myös kysymyspatteriston testauksen avulla pyrittiin minimoimaan toimeksiantajan subjektiivinen näkökulma.

Tutkimuksen toiseksi heikkoudeksi voidaan nähdä tutkimusaikataulun venyminen. Alkuperäisen aikataulun mukaan tutkimuksen piti valmistua keväällä 2009, mutta tutkimus valmistui lopulta vasta keväällä 2010. Tästä aiheutunut suurin heikkous on se, että kaikki käytetyt lähteet eivät enää edusta alansa uusinta tutkimustietoa. Toisaalta venynyt aikataulu antoi tutkijoille aikaa tutkimusrakenteen kypsyttämiseen ja rakenne muuttuikin radikaalisti kevään 2009 aikana. Tutkijat olivat onnekkaita myös siinä, että venynyt aikataulu ei vaikuttanut myöskään merkittävässä määrin asiantuntijoiden sitoutumiseen.

Tutkimuksen aineiston keruun aikataulu oli tutkimuksen kolmas heikkous. Asiantuntijat eivät ehtineet vastata laadukkaasti kaikkiin esitettyihin kysymyksiin ja väittämiin. Tämä laski osaltaan tutkimustulosten tasoa. Ongelma olisi kenties ollut vältettävissä siten, että kysymyspatteristo olisi jaoteltu useampaan osaan ja tutkimus olisi toteutettu esimerkiksi kolmena kierroksena. Tällöin myös tutkimusaikataulua olisi venytetty noin kuukaudella. Kenties näin asiantuntijoita olisi saatu aktivoitua paremmin ja tulokset olisivat olleet laadukkaampia. Edellä kuvatun muutoksen vaikutuksia tutkimustuloksiin on kuitenkin vaikea arvioida.

Tutkimuksen vahvuudeksi voidaan nähdä tutkimusmenetelmä eli Delfoi-metodi, jota sovellettiin ensimmäistä kertaa liikuntasuunnittelun tutkimukseen Suomessa. Uuden

tutkimusmenetelmän käyttö onnistui tutkijoiden mielestä kohtuullisen hyvin; tosin aiemman tutkimuksen puutteen johdosta tutkijat joutuivat toimimaan ”tienraivaajana” ja tämä varmasti osaltaan näkyy tutkimuksen toteuttamisessa. Tutkimus kuitenkin sujui ennakkokaavailujen mukaisesti lukuun ottamatta venynyttä aikataulua. Tutkimuksesta saadut vastaukset olivat laadukkaita ja asiantuntijoiden välinen verkkopohjainen keskusteluympäristö toimi hyvin. Kaiken lisäksi aineoston keruu saatiin toteutettua tietotekniikan avulla nopeasti ja kustannustehokkaasti.

Tutkimuksen toiseksi vahvuudeksi voidaan laskea se, että kokonaisuutta oli toteuttamassa kaksi tutkijaa. Tutkimusongelmiin saatiin selkeät vastaukset ja kokonaisuus säilyi ehjänä siitä huolimatta, että tutkimuksella oli kaksi tekijää. Molemmilla tutkijoilla oli omat selkeät kokonaisuutensa, joiden parissa he työskentelivät. Jatkuva sparraus ja toiselta saatu palaute varmasti nostivat tutkimuksen kokonaislaatua.

Tutkimus oli pro gradu -työksi suhteellisen laaja niin sisällöllisesti kuin käytettyjen lähteidenkin näkökulmasta. Tämä voidaan nähdä tutkimuksen vahvuudeksi. Lisäksi tutkijat onnistuivat linkittämään teoriaosuuden ja tutkimusosuuden hyvin toisiaan tukeviksi kokonaisuuksiksi.

8.4 Jatkotutkimustarpeet

Tutkijoiden mielestä tutkimus avasi uusia näkökulmia liikuntasuunnittelun toteuttamiseen. Liikuntasuunnittelussa tulisikin voimakkaammin huomioida muun muassa sukupolviajattelu. Lapsiperheiden näkökulmasta edellinen tarkoittaa sitä, että liikuntapaikkoja tulisi tarkastella kokonaisuuksina, joiden tulisi tarjota liikuntamahdollisuuksia koko perheelle yksilölliset tarpeet huomioiden. Aihepiiri vaatii jatkotutkimusta muun muassa liittyen lapsiperheen todelliseen tahtotilaan harrastaa liikuntaa yhdessä sekä liikuntapaikan taloudelliseen kannattavuuteen erikokoisilla talousalueilla.

Toinen jatkotutkimusaihe liittyy LAPEn kaltaisen liikuntapaikan toteuttamiseen julkisen sektorin toimesta. Tässä tutkimuksessa LAPEa käsiteltiin yksityisen sektorin liikuntapaikkana ja yleisen liikuntapaikkasuunnittelun ja -rakentamisen kehityksen kannalta on tärkeä pohtia erilaisten konseptien soveltuvuutta eri sektoreiden toteutettavaksi. Jatkotutkimuksen kysymys kuuluukin, onko LAPEn kaltainen konsepti toteutettavissa kuntasektorilla? Jos on, niin miten ja minkälaisena?

Tutkimuksessa kävi ilmi, että vanhemmat haluaisivat viettää lastensa kanssa enemmän aktiivista ja liikunnallista vapaa-aikaa. Toisaalta muutamat liikunta-alan tutkimukset esittävät, että ajanpuute on ainoastaan tekosyy liikunta-aktiivisuuden vähenemiseen. Lapsiperheiden liikuntasuhdetta olisi siis tutkittava edelleen ja pohdittava, onko LAPEn kaltaisella konseptilla todella vaikutusta lapsiperheiden liikuntakäyttäytymiseen ja -motivaatioon?

Jatkotutkimuksen aihetta ilmenee myös liikuntapaikan sijoittamisessa. Tässä on hyvä käyttää apuna esimerkiksi Kimmo Suomen elinpiirimallia (Suomi 1989b) liikuntapaikan sijoittamisen analysoimiseksi. On tärkeä tietää, millaisia matkoja lapsiperheet ovat valmiita käyttämään arkeen sijoittuvan liikuntapaikan saavuttamiseksi.

8.5 Delfoi-menetelmä

Delfoi-menetelmä soveltuu liikuntatieteiden tutkimukseen hyvin. Tutkimusongelmien pohdinta eri alojen asiantuntijoiden toimesta on antoisaa ja palkitsevaa. Asioiden tarkasteleminen osin muusta kuin liikunnan näkökulmasta osoittautui silmiä avaavaksi kokemukseksi, joka antaa ajatuksia myös jatkotutkimustarpeiden laajentamiseen liikunnan ulkopuolelle.

Delfoi sopi tutkijoiden tarpeisiin hyvin tässä tutkimuksessa. Sen tarjoama suurin haaste tässä ja varmasti muissakin pro gradu -tasoisissa tutkimuksissa on kiireisten asiantuntijoiden motivointi ja sitouttaminen viikkoja, jopa kuukausia kestäväan

tutkimukseen. Tämä voi nousta myös suureksi ongelmaksi, jos asiantuntijat eivät etukäteen tiedä, mihin ovat sitoutumassa. Tästä näkökulmasta yleisesti käytetty parin tunnin teemahaastattelu on helpompi organisoida ja toteuttaa, mutta esimerkiksi teemahaastattelun avulla saadut tulokset voivat olla monesti kapea-alaisempia, koska tuloksista puuttuu asiantuntijoiden välinen keskusteleva ote.

Tässäkin tutkimuksessa asiantuntijoiden tutkimuksen aikainen motivointi olisi voinut olla tehokkaampaa, sillä vastausten anto jäi kierrosten viime metreille ja tästä syystä asiantuntijoiden välinen keskustelu jäi ajallisesti ja määrällisesti odotettua vähemmälle. Ennen tutkimusta kaikki asiantuntijat osoittivat olevansa innokkaasti mukana tutkimuksessa, mutta kenties kevään kiireiset aikataulut vaikeuttivat heidän aktiivista osallistumisestaan keskusteluun.

Mielenkiintoinen huomio oli myös se, että uuden keskustelun avaaminen vaikutti olevan suuri kynnyks. Kukaan ei niin sanotusti halunnut olla ensimmäinen. Kun keskustelu saatiin avattua, alkoi vastauksia tulla useita päivässä. Valitettavasti ”pelin avaus” jäi suhteellisen viime tinkaun.

Delfoi-menetelmällä suoritettuna tutkimuksen onnistumisen yksi keskeisimmistä tekijöistä on asiantuntijavalinnan onnistuminen. Tässä tutkimuksessa oli mukana yhteensä seitsemän asiantuntijaa. He edustivat liikuntasuunnittelun, lapsiperheiden ja lapsiperheiden liikunnan asiantuntijuutta. Asiantuntijoiden osaamisalueet istuivat tutkijoiden mielestä tutkimuksen aihepiiriin ja tutkimusongelmiin hyvin. Tutkijoiden pyrkimys koostaa asiantuntijapaneeli sekä teoriaosaajista että käytännön spesialisteista onnistui vain kohtuullisesti. Paneelistakin hieman ”teoriapainotteinen” ja kenttäkokemusta omaavien asiantuntijoiden määrä oli ehkä alimitoitettu. Tämä näkyi muun muassa siinä, että konkreettiset käytännön esimerkit jäivät asiantuntijoiden kommentteissa suhteellisen vähälle.

Tutkimus kuitenkin osoitti, että vaihtoehtoisten tutkimusmenetelmien käyttö esimerkiksi Survey- ja postikyselyn rinnalla on palkitsevaa ja jopa suotavaa liikuntasuunnittelun tutkimuskentässä. Vaihtoehtoiset menetelmät tuovat myös uudenlaisia ratkaisuja ja näkökulmia tutkimuksen toteuttamiseen ja tutkimuksen tuloksiin. Laadullisesti Delfoista saadut tutkimustulokset vastaavat tutkijoiden mielestä vähintäänkin perinteisempien tutkimusmenetelmien tarjoamia tutkimustuloksia, joten uuden menetelmän valinta kannatti myös tässä suhteessa.

LÄHTEET

- Aalto, K. & Varjonen, J. 2005.** Hoituuko kaksi lasta samalla kuin yksi? Kotityöaika erikokoisissa perheissä. Teoksessa: (toim.) H. Pääkkönen. Perheiden ajankäyttö. Helsinki: Tilastokeskus, 19–40.
- ACSM, American College of Sport Medicine. 1978.** Position statement on the recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining fitness in healthy adults. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 10, viii–x.
- Aittola, T. 1998.** Nuorten arkipäivän oppimisympäristöt. Teoksessa: (toim.) L. Laurinen. Koti kasvattajana, elämä opettajana. Kasvatus- ja oppimiskulttuurit tutkimuskohteina. Juva: Atena kustannus, 172–189.
- Aittola, T., Koikkalainen, R. & Vaherva, T. 1997.** Aikuisten oppiminen arkielämän ympäristössä. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitoksen julkaisuja 6/1997.
- Ala-Vähälä, T. 2008.** Liikunnan rahavirrat Suomessa 2005. Julkaisematon käsikirjoitus 26.2.2008. Ks. Opetusministeriö 2008a.
- Antikainen, A. 1993.** Kasvatus, koulutus ja yhteiskunta. Porvoo: WSOY.
- Antila, J. 2005.** Veteen piirretty viiva? Työn ja yksityiselämän välisen rajapinnan tarkastelua. Työpoliittinen tutkimus 272. Helsinki: Työministeriö.
- Anttila, T., Näppi, J. & Väisänen, M. 2007.** Työ, perhe ja aikapulan hallinta. *Janus. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti* 3/2007, 245–260.
- Arvonen, S. 2007.** Meidän perhe liikkuu. Saarijärvi: WSOYpro.
- Arvonen, S. 2004a.** Liikkuva lapsi ja nuori. Teoksessa: (toim.) S. Arvonen. Porukalla. Perheliikuntaohjaajan käsikirja. Helsinki: Edita Prima Oy, 65–70.
- Arvonen, S. 2004b.** Perheliikunnan eri muodot. Teoksessa: (toim.) S. Arvonen. Porukalla. Perheliikuntaohjaajan käsikirja. Helsinki: Edita Prima Oy., 41–50.
- Arvonen, S. (toim.). 2004c.** Perheliikunnan ohjaajan opas. Helsinki: Suomen Latu.

- Aura, O. & Sahi, T. 2006.** Työpaikkaliikunnan hyvät käytännöt. Helsinki: Edita.
- Auvinen, R. 1995.** Lapsiperhe Suomessa. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D, nro 28/1995. Vammala: Väestöliitto.
- Barnekow-Bergvist, M., Hedberd, G., Janlert, U. & Jansson, E. 1998.** Prediction of physical fitness and physical level in adulthood by physical performance and physical activity in adolescence – an 18-year follow up study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 8 (5), 299–308.
- Beck, U. & Beck-Gernsheim, E. 2002.** Individualization. Institutionalized Individualism and its Social and Political Consequences. Great Britain: SAGE.
- Berg, P. 2005.** Miten se meitä liikuttaa? Suomalaisten liikunta- ja urheiluharrastukset 1981–2002. Teoksessa: (toim.) M. Liikkanen, R. Hanifi & U. Hannula. Yksilöllisiä valintoja, kulttuurin pysyvyyttä. Vapaa-ajan muutokset 1981–2002. Helsinki: Tilastokeskus, 135–168.
- Bourdieu, P. 1998.** Järjen käytännöllisyys. Tampere: Vastapaino.
- Bourdieu, P. 1993.** How can one be a sportsman? Teoksessa: (toim.) P. Bourdieu. *Sociology in Question*. London: Sage, 117–131.
- Bourdieu, P. 1987.** Sosiologian kysymyksiä. Tampere: Vastapaino.
- Böhnke, P. 2005.** First European Quality of Life Survey: Life Satisfaction, happiness and sense of belonging. European Foundation for the Improvements of Living and Working Conditions. 2005.
- Cavill, N., Biddle, S. & Sallis, J. 2001.** Health enhancing physical activity for young people. Statement of the UK expert consensus conference. *Pediatric Exercise Science* 13 (1), 12–25.
- Compass. 1999.** A project seeking the co-ordinated monitoring of participation in sports in Europe. London: UK Sport, Walkden House.
- Daly, K. J. 1996.** Families & Time. Keeping Pace in a Hurried Culture. USA: Sage Publications.

- Denk, H. 1997.** Health – the Main Motivation for Physical Activities of Elderly? Teoksessa: (toim.) G. Huber. Healthy Aging, Activity and Sports. Proceedings: Hamburg: Health Promotion Publications, 394–399.
- Durkin, K. 1995.** Developmental Social Psychology from infancy to old age. Great Britain: Blackwell Publishers.
- Fogelholm, M. 2006.** Liikettä koulupihoille! Keravan lähiliikuntaprojekti. Terveysliikunnan tutkimukset 2006. Lasten liikunta. Tampere: UKK-instituutti, 13–15.
- Fogelholm, M., Paronen, O. & Miettinen, M. 2007.** Liikunta – hyvinvointipoliittinen mahdollisuus. Suomalaisten terveystilanteen tila ja kehittyminen 2006. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2007:1. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, UKK-instituutti.
- Fogelholm, M. & Vuori, I. (toim.). 2005.** Terveystilanteen tila. Helsinki: Duodecim ja UKK-instituutti.
- Gallahue, D. L. & Ozmun, J. C. 2002.** Background. Teoksessa: (toim.) D. L. Gallahue & J. C. Ozmun. Understanding motor development: Infants, Children, Adolescents, Adults. USA: McGraw-Hill, 1–78.
- Garcia, C. 2002.** Childhood. Teoksessa: (toim.) D. L. Gallahue & J. C. Ozmun. Understanding motor development: Infants, Children, Adolescents, Adults. USA: McGraw-Hill, 161–286.
- Gershuny, J. 2003.** Changing times. Work and leisure in postindustrial society. Oxford: Oxford University Press.
- Hallitusohjelma. 2007.** Pääministeri Matti Vanhasen II hallituksen ohjelma. Helsinki: Edita.
- Haskell, W.L., Lee, I-M., Pate, R.R., Powell, K.E., Blair, S.N., Franklin, B.A., Macera, C.A., Heath, G.W., Thompson, P.D. & Bauman, A. 2007.** Physical activity and public health. Updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. Circulation 116, 1081–1093.
- Heikkala, J. 2007.** Liikunta laajenee hyvinvoinnin suuntaan – entä rakenteet? Liikunta & Tiede 44 (3–4), 16–19.

- Heinilä, K. 2001.** Terve sielu terveessä ruumiissa? Jyväskylä: Kopijyvä.
- Heinilä, K. 1971.** Urheilukeskeisestä ihmiskeskeiseen liikuntasuunnitteluun. Yhdyskunnan liikuntasuunnittelu: Seminaariraportti 6.–8.11.1970. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu no:24, 17–24.
- Helsingin liikuntapoliittinen ohjelma vuosiksi 2001–2010.** Helsingin kaupungin liikuntaviraston julkaisuja, sarja A. Helsingin kaupungin liikuntavirasto.
- Hentilä, H-L. & Joki-Korpela, L. 2004.** Liikunnan olosuhteet yhdyskuntasuunnittelussa ja kaavoitusprosessissa. Esiselvitys. Julkaisu AO B 25. Oulun yliopisto, Arkkitehtuurin osasto, Yhdyskuntasuunnittelun laboratorio.
- Hirsjärvi, S., Laurinen, L. & tutkijaryhmä. 1998.** Kasvatustraditiot ja niiden muuttuminen. Teoksessa: (toim.) L. Laurinen. Koti kasvattajana, elämä opettajana. Kasvatus- ja oppimiskulttuurit tutkimuskohteina. Juva: Atena kustannus, 12–35.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004.** Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hirvensalo, M. & Häyrynen, T. 2003.** Aikuisten liikunta. Teoksessa: (toim.) P. Heikinaro-Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 47–60.
- Hirvensalo, M., Lintunen, T. & Rantanen, T. 2000.** Liikkuvasta lapsesta liikunnalliseksi aikuiseksi ja vanhukseksi. Liikunta & Tiede 37 (2), 37–38.
- Holloway, S. L. & Valentine, G. 2000.** Children's Geographies. Playing, living, learning. Great Britain: Routledge.
- Horelli, L. & Wallin, S. 2006.** Aikasuunnittelun lähtökohdat. Teoksessa: (toim.) L. Horelli & S. Wallin. Arjen ajan hallintaa. Kokemuksia suomalaisesta aikasuunnittelusta. Tutkimuksia 9/2006. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus, 10–15.
- Hurme, H. 1995.** Perhe kehityksen kontekstina. Teoksessa: (toim.) P. Lyytinen, M. Korhokangas, H. Lyytinen. Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. Porvoo. WSOY, 139–156.
- Hurwood, D., Grossman, E. & Bailey, E. 1978.** Sales Forecasting. The Conference Board Report No. 730.

- Huttunen, J. 1998.** Isästäkö äidin kaltainen vanhempi? Kasvatustraditiot ja niiden muuttuminen. Teoksessa: (toim.) L. Laurinen. Koti kasvattajana, elämä opettajana. Kasvatus- ja oppimiskulttuurit tutkimuskohteina. Juva: Atena kustannus, 36–66.
- Häggman, K. 1994.** Perheen vuosisata. Perheen ihanne ja sivistyneistön elämäntapa 1800-luvun Suomessa. Helsinki: Historiallisia tutkimuksia 179.
- Häggman, K. 1992.** 1800-luvun perhe: murros ihanteissa ja käsitteissä. Teoksessa: (toim.) L. Alanen & P. Kähkönen. Arki, perhe ja politiikka. Näkökulmia perheeseen ja perhetutkimukseen. Jyväskylän yliopiston perhetutkimusyksikön julkaisuja 3/92.
- Hämäläinen, P., Nupponen, H., Rimpelä, A. & Rimpelä, M. 2000.** Nuorten liikunnan harrastaminen 1977–1999. Liikunta & Tiede 37 (6), 4–11.
- Hämäläinen, T. 2006.** Kohti hyvinvoivaa ja kilpailukykyistä yhteiskuntaa. Kansallisen ennakkointiverkoston näkemyksiä Suomen tulevaisuudesta. Helsinki: Sitra.
- Ilmanen, K. 1996.** Kunnat liikkeellä. Kunnallinen liikuntahallinto suomalaisen yhteiskunnan muutoksessa 1919–1994. Jyväskylän yliopisto. Studies in sport, physical education and health 49.
- Itkonen, H. 1996.** Kenttien kutsu. Tutkimus liikuntakulttuurin muutoksesta. Tampere: Gaudeamus.
- Itkonen, H., Heikkala, J., Ilmanen, K. & Koski, P. 2000.** Liikunnan kansalaistoiminta – muutokset, merkitykset ja reunaehdot. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu no:152. Tampere: Liikuntatieteellinen Seura.
- Itkonen, H. & Pirttilä, I. 1992.** Sosiologian palapeli. Jyväskylä: Kustannuskiila Oy.
- Jallinoja, R. 1985.** Johdatus perhesosiologiaan. Porvoo. WSOY.
- Jarasto, P. & Sinervo, N. 1998.** Kouluikäisen maailma. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Jarasto, P. & Sinervo, N. 1997.** Murrosikäisen ja nuoren maailma. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Julkunen, R., Nätti, J., Anttila, T. 2004.** Aikanyrjähdys. Keskiluokka tietotyön puristuksessa. Tampere: Vastapaino.

- Juntto, A. 1996.** Koti – ontologista turvaa vai riskinottoa. Teoksessa: (toim.) K. Ahlqvist & A. Ahola. Elämän riskit ja valinnat -Hyvinvointia lama-Suomessa? Helsinki: Tilastokeskus, 206–231.
- Juppi, J. & Aunesluoma, J. 1995.** Valtiovalta ja liikunta 1920–1994. Teoksessa: (toim.) J. Juppi, H. Klemola, K. Ilmanen & J. Aunesluoma. Liikuntaa kaikelle kansalle. Valtion läänien ja kuntien liikuntahallinto 1919–1994. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu no:142, 7–141.
- Kannas, L. (toim.). 2004.** Koululaisten terveys ja terveystyötön muutos. WHO-koululaistutkimus 20 vuotta. Terveystyön edistämisen tutkimuskeskuksen julkaisu no:3. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Kannas, L. & Tynjälä, J. 1998.** WHO:n koululaistutkimus 1986–1998: Liikunta myötätulessa nuorten arjessa. Liikunta & Tiede 35 (4), 4–10.
- Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06.** 2006, Aikuisliikunta. SLU:n julkaisusarja 4/06. Helsinki: Nuori Suomi.
- Kansallinen liikuntatutkimus 2005–06.** 2006, Lapset ja nuoret. SLU:n julkaisusarja 4/06. Helsinki: Nuori Suomi.
- Karimäki, A. 2001.** Sosiaalisten vaikutusten arviointi liikuntarakentamisessa. Esimerkkinä Äänekosken uimahalli. Jyväskylän yliopisto. Studies in sport, physical education and health 79. Liikuntasuunnittelun väitöskirja.
- Karimäki, A., Risku, M. & Kallistahti, V-P. 2008.** Helsingin kaupungin liikunta-avustusten uudistaminen. Julkaisematon lähde.
- Kartovaara, L. 2007a.** Lapsiperheen kehitys. Teoksessa: Suomalainen lapsi 2007. Helsinki: Tilastokeskus, 33–45.
- Kartovaara, L. 2007b.** Lasten perheet. Teoksessa: Suomalainen lapsi 2007. Helsinki: Tilastokeskus, 47–70.
- Karvinen, J. 2008.** Suositusten toteuttaminen. Teoksessa Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18 -vuotiaille. Helsinki: Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry, 32–42.
- Karvinen, J. & Norra, J. (toim.). 2002.** Lasten liikuntapaikkojen suunnittelu. Opas suunnittelun ammattilaisille, liikuntapaikkojen rakentajille, viherrakentajille ja

kaikille lasten kanssa toimiville. Opetusministeriön Liikuntapaikkajulkaisu 83. Helsinki: Rakennustieto Oy.

Karvonen, P., Siren-Tiusanen, H. & Vuorinen, R. 2003. Varhaisvuosien liikunta. Jyväskylä: VK-Kustannus Oy.

Klemola, H. 1995. Läänien liikunta ja urheilu 1946–1994. Teoksessa: (toim.) J. Juppi, H. Klemola, K. Ilmanen & J. Aunesluoma. Liikuntaa kaikella kansalle. Valtion läänien ja kuntien liikuntahallinto 1919–1994. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu no:142, 143–212.

Kokko, S. 2006. Urheilujärjestöjen terveystilapiirissä positiivista värinää. Liikunta & Tiede 43 (1), 14–17.

Korpela, K., Päivänen, J., Sairinen, R., Tienari, S., Wallenius, M. & Wiik, M. 2001. Melukylä vai mansikkapaikka? Asukkaiden ja asiantuntijoiden näkemyksiä asuinalueiden terveellisyydestä. Ympäristöministeriö, Suomen ympäristö 467. Helsinki: Edita.

Koski, P. 2004. Liikuntasuhde – liikunnan kohtaaminen kulttuurillisesti rakentuvana sosiaalisena maailmana. Teoksessa: (toim.) K. Ilmanen. Pelit ja kentät. Kirjoituksia liikunnasta ja urheilusta. Tutkimuksia 3/2004. Jyväskylän yliopisto: Liikunnan sosiaalitieteiden laitos, 189–208.

Koski, P. 2000. Millä tavoin kansalaisaktiivisuus toteutuu liikunnassa? Teoksessa: (toim.) M. Miettinen. Haasteena huomisen hyvinvointi: miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu II. Tutkimuskatsaus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 124. Jyväskylä: LIKES, 213–240.

Koski, P. 1994. Liikunta ja kansalaisaktiivisuus. Teoksessa Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu. Tieteellinen katsaus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 90. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden edistämissektori, 85–107.

Koski, P. & Heikkala, J. 1998. Suomalaisten urheiluorganisaatioiden muutos. Lajiliitot professionalistumisen prosessissa. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan sosiaalitieteiden laitos. Tutkimuksia no:63/1998.

Kuusi, O. 2002. Delfoi-menetelmä. Teoksessa: (toim.) M. Kamppinen, O. Kuusi, S. Söderlund. Tulevaisuuden tutkimus. Perusteet ja sovellukset. SKS:n toimituksia 896, 204–225.

Kuusi, O. 1996. Asiantuntijatiedon jalostaminen tulevaisuudentutkimuksessa. Futura 4/1996, 8–16.

Kuusi, O. 1993. Delfoi-tekniikka tulevaisuuden tekemisen välineenä. Teoksessa: (toim.) M. Vapaavuori. Miten tutkimme tulevaisuutta? Acta Futura Fennica. No. 5.

Kuusi, O., Loikkanen, T. & Turkulainen, T. 2001. Energia 2010 – teknologian arviointi. Delfoi-paneelitutkimus tulevaisuuden energiavalinnoista. Tulevaisuusvaliokunta teknologian arviointeja 10. Eduskunnan kanslian julkaisuja 8/2001. Helsinki.

Kyttä, M. 2004. Ihmisystävällinen elinympäristö. Tutkimustietoa ja käytännön ideoita rakennetun ympäristön suunnittelua varten. Helsinki: Rakennuspaino Oy.

Kyttä, M. & Horelli, L. 2002. Lasten kehitystä tukeva ympäristö. Teoksessa: (toim.) J. Karvinen & J. Norra. Lasten liikuntapaikkojen suunnittelu. Opas suunnittelun ammattilaisille, liikuntapaikkojen rakentajille, viherrakentajille ja kaikille lasten kanssa toimiville. Opetusministeriön Liikuntapaikkajulkaisu 83. Helsinki: Rakennustieto Oy, 14–18.

Laakso, L. 2003. Liikuntakasvatuksen ja liikuntapedagogiikan perusteet. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 14–23.

Landström, E. 1999. Liikuntapaikkarakentaminen Suomessa. Liikunta & Tiede 5, 20–21.

Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä 2008. 2008. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18 -vuotiaille. Helsinki: Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry.

Liikkanen, M. 2004. Vapaa-aika – työn vastakohta, harrastuksia vai vapautta? Hyvinvointikatsaus 2/2004. Tilastollinen aikakausilehti. Helsinki: Tilastokeskus, 2–12.

Liikkanen, M. 2005. Vapaa-aika muutoksessa – merkitykset, rajoitteet ja valinnat. Teoksessa: (toim.) M. Liikkanen, R. Hanifi & U. Hannula. Yksilöllisiä valintoja, kulttuurin pysyvyyttä. Vapaa-ajan muutokset 1981–2002. Helsinki: Tilastokeskus, 5–30.

Liikuntalaki 1998/1054.

Liikuntalaki 1979/984.

Linstone, H. A. & Turoff, M. (toim.). 1975. The Delphi Method. Techniques and Applications. London; Addison-Wesley Publishing Company.

Lintunen, T. 2003. Liikunta ihmisen elämänselämissä. Teoksessa: (toim.) P. Heikinaro-Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 24–29.

Masini, E. B. 1993. Why Futures Studies? London: Grey Seal.

McNeil, C.M., Ablondi, J.M., Rutgers, H.P., Hollasch, K., O’Kane, A. & Rollauer, K.H. 2006. The IHRSA European market report 2006. The size and scope of health club industry. Boston: IHRSA.

Melkas, T. 1996. Yksityiselämän ihmissuhteet 1986 ja 1994. Teoksessa: (toim.) K. Ahlqvist & A. Ahola. Elämän riskit ja valinnat -Hyvinvointia lama-Suomessa? Tilastokeskus. Helsinki, 182–205.

Metsämuuronen, J. 2005. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä: Methelp.

Metsämuuronen, J. 2000. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Metodologia -sarja 4. Viro: Methelp.

Metsämuuronen, J. 1997. Delfi-tekniikan kritiikistä. Futura 3/1997, 68–71.

Miettinen, P. 1999. Lapsen elimistön kasvu ja kehitys. Teoksessa: (toim.) P. Miettinen. Liikkuva lapsi ja nuori. Jyväskylä: VK-Kustannus Oy, 11–17.

Moisio, E & Huuhtanen, H. 2007. Arki hallussa? Suomalaisten asiantuntijoiden näkemyksiä työstä, perheestä ja vapaa-ajasta vuonna 2015. Delfoi-paneelin tuloksia. Tampere: Työterveyslaitos.

Moisio, P., Karvonen, S., Simpura, J. & Heikkilä, M. (toim.) 2008. Suomalaisten hyvinvointi 2008. Helsinki: Stakes.

Nelson, M.E., Rejeski, W.J., Blair, S.N., Duncan, P.W., Judge, J.O., King, A.C., Macera, C.A. & Castaneda-Sceppa, C. 2007. Physical activity and public health

in older adults. Recommendation from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Circulation* 116, 1094–1105.

Niemi, I. 1994. Perheiden ajankäyttö. Teoksessa: (toim.) L. Kaartovaara, H. Sauli. Suomalainen perhe. Helsinki: Tilastokeskus, 165–171.

Niemi, I., Horelli, L., Kiiskilä, K. & Haverinen, E. 2006. Perheiden aika ja liikkuminen – hallinnassa vai ei? Teoksessa: (toim.) L. Horelli & S. Wallin. Arjen ajan hallintaa. Kokemuksia suomalaisesta aikasuunnittelusta. Tutkimuksia 9/2006. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus, 26–41.

Niemi I. & Pääkkönen, H. 2001. Ajankäytön muutokset 1990-luvulla. Kulttuuri ja viestintä 2001:6. Helsinki: Tilastokeskus.

Norra, J. 2008. Lähiliikuntapaikka – mistä on kysymys. Teoksessa: (toim.) M. Fogelholm. Liikettä koulupihoille. Keravan lähiliikuntaprojektin loppuraportti. Tampere ja Helsinki: UKK-instituutti ja Nuori Suomi, 12–17.

Numminen, P. 2000. Millainen merkitys liikunnalla on varhaislapsuudessa? Teoksessa: (toim.) M. Miettinen. Haasteena huomisen hyvinvointi: miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu II. Tutkimuskatsaus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 124. Jyväskylä: LIKES, 49–53.

Numminen, P. 1996. Kuperkeikka varhaiskasvatuksen liikunnan didaktiikkaan. Saarijärvi: Nuori Suomi.

Nuori Suomi. 2007. Lähiliikuntapaikkojen arviointitutkimus. Nuori Suomi ry:n julkaisusarja. Helsinki: Nuori Suomi ry.

Nupponen, H., Halme, T. & Parkkisenniemi, S. 2005. Arjen oma liikunta lasten liikunnan perusta. *Liikunta & Tiede* 42 (4), 4–9.

Nupponen, H. & Telama, R. 1998. Liikunta ja liikunnallisuus osana 11–16 -vuotiaiden eurooppalaisten nuorten elämäntapaa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen julkaisuja 1998/1.

Nurmela, S. 1998. Nuorten järjestökiinnittyneisyys. Helsinki: Nuorisosiain neuvottelukunta.

- Nurmela, S. & Pehkonen, J. 1998a.** Liikuntagallup 1997–1998. Aikuisten liikuntatutkimus. SLU-julkaisusarja 1/98. Helsinki: Suomen Liikunta ja Urheilu, Suomen Kuntourheiluliitto.
- Olin, K. & Ranto, E. 1986.** Urheilujärjestöt suomalaisessa yhteiskunnassa. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan sosiaalitieteiden laitos, tutkimuksia no:36.
- Opetusministeriö. 2008a.** Liikkuva ja hyvinvoiva Suomi 2010-luvulla. Ehdotus kansalliseksi liikuntaohjelmaksi julkisen ohjauksen näkökulmasta. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2008:14. Opetusministeriö, kulttuuri-, liikunta- ja nuorisopolitiikan osasto.
- Opetusministeriö. 2008.** Liikuntatoimi tilastojen valossa. Perustiedot vuodelta 2006. Opetusministeriön julkaisuja 2008: 2. Opetusministeriö, kulttuuri-, liikunta- ja nuorisopolitiikan osasto.
- Opetusministeriö. 2006.** Liikuntatoimi tilastojen valossa. Perustiedot vuodelta 2005. Opetusministeriön julkaisuja 2006: 53. Opetusministeriö, kulttuuri-, liikunta- ja nuorisopolitiikan osasto.
- Opetusministeriö. 2004.** Liikuntapaikkarakentamisen avustusjärjestelmän kehittäminen. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2004: 12. Opetusministeriö, kulttuuri-, liikunta- ja nuorisopolitiikan osasto.
- Paajanen, P. (toim.). 2007.** Perhebarometri 2007. Mikä on minun perheeni? Suomalaisten käsityksiä perheestä vuosilta 2007 ja 1997. Väestöntutkimuslaitoksen Katsauksia E 30/2007. Helsinki: Väestöliitto.
- Paajanen, P. (toim.). 2005.** Perhebarometri 2005. Eri teitä vanhemmuuteen. Kaksikymppisenä ja kolmekymppisenä lapsen saaneiden näkemyksiä perheellistymisestä ja vanhemmuudesta. Väestöntutkimuslaitoksen Katsauksia E 21/2005. Helsinki: Väestöliitto.
- Paajanen, P. 2001.** Lapsen vapaa-aika huoltajan silmin. Perhebarometri 2001. Väestöntutkimuslaitos E 12/2001. Vantaa: Väestöliitto.
- Palsio, J. 1984.** Skenaarioiden laadinta ristivaikutusanalyysimallia käyttäen. Talous- ja tilastomatematiikan projektitutkielma. Turku: Turun kauppakorkeakoulu.
- Parker, S. 1983.** Leisure and Work. Leisure and Recreation studies 2. Great Britain: George Allen & Unwin.

- Parker, S. 1976.** The Sociology of Leisure. Studies in Sociology : 9. Great Britain: George Allen & Unwin.
- Paronen, O. 2005.** Liikkumiseen kannustava ympäristö rakentuu valinnoilla. Liikunta & Tiede 42 (1–2), 4–8.
- Paronen, O. & Nupponen, R. 2005.** Terveysten ja liikunnan edistäminen. Teoksessa: (toim.) M. Fogelholm & I. Vuori. Terveysliikunta. Helsinki: Duodecim & UKK-instituutti, 206–215.
- Pate, R. R., Pratt, M. & Blair, S. N. 1995.** Physical activity and public health: a recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. JAMA 273, 402–407.
- Pekkanen, P. & Aarnio, E. J. 1981.** Liikuntalaki selityksineen. Vantaa: Kunnallispaino.
- Persson, A. 2006.** Leisure in Adolescence: Youths' activity choices and why they are linked to problems for some and not others. Örebro Studies in Psychology 10. Frölunda.
- Puonti, P. 1999.** Kasvatus liikunnan avulla. Teoksessa: (toim.) P. Miettinen. Liikkuva lapsi ja nuori. Jyväskylä: VK-Kustannus Oy, 113–122.
- Puronaho, K., Sajasalo, P., Näsi, J., Pätsi, M., Lax, M., Glan, V. & Matilainen, P. 2000.** Mitä liikunta ja urheilu merkitsevät talouselämässä? Teoksessa: (toim.) M. Miettinen. Haasteena huomisen hyvinvointi - miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu II tutkimuskatsaus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 124. Jyväskylä: LIKES, 325–357.
- Pyykkönen, T. (toim.) 1992.** Suomi uskoi urheiluun. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu no:131. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura.
- Pääkkönen, H. & Niemi, I. 2002.** Suomalainen arki. Ajankäyttö vuosituhannen vaihteessa. Kulttuuri ja viestintä 2002:2. Helsinki: Tilastokeskus.
- Rajaniemi, V. 2007.** Liikuntapaikan suunnittelu 2. Ulkoliikuntapaikat ja maankäytön suunnittelu. Jyväskylän yliopisto. Luentomateriaali.
- Rajaniemi, V. 2005.** Liikuntapaikkarakentaminen ja maankäytön suunnittelu. Tutkimus eri väestöryhmät huomioon ottavasta liikuntapaikkasuunnittelusta ja sen kytkeisestä maankäyttö- ja rakennuslain mukaiseen kaavoitukseen. Jyväskylän

yliopisto. Studies in sport, physical education and health 109. Liikuntasuunnittelun väitöskirja.

Rautava, P., Laakso, L. & Nupponen, H. 2003. Vanhempien merkitys 5. luokan oppilaiden liikuntaharrastuksessa. *Liikunta & Tiede* 40 (5–6), 26–32.

Ritala-Koskinen, A. 1993. Onko uusperheestä perheeksi? Tutkimus uusperheen kulttuurisesta kuvasta suomalaisten naisten ja perhelehtien konstruoimana. *Jyväskylän yliopiston perhetutkimusyksikön julkaisuja* 4/93.

Ritala-Koskinen, A. 2001. Mikä on lapsen perhe? Tulkintoja lasten uusperhesuhteista. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 38/2001. Väestöliitto.

Ruuskanen, O-P. 2004. An Econometric Analysis of Time Use in Finnish Households. Helsingin yliopisto. *Acta Universitatis oeconomicae Helsingiensis* A-246.

Salmi, M. 2004. Työn ja perheen yhteensovittamisen kentät. Teoksessa: (toim.) M. Salmi & J. Lammi-Taskula. *Puhelin, mummo vai joustava työaika? Työn ja perheen yhdistämisen arkea*. Saarijärvi: Stakes, 1–10.

Sauli, H. 2007. Lasten ja lapsiperheiden toimeentulo. Teoksessa: *Suomalainen lapsi 2007*. Helsinki: Tilastokeskus, 269–286.

Sennett, R. 1998. *The Corrosion of Character. The Personal Consequences of Work in the New Capitalism*. New York: W.W. Norton & Company.

Seppänen, P. 1983. Suomen urheilujärjestöistä ja niiden toiminnasta 1980-luvun alkaessa. *Jyväskylän yliopisto. Liikuntasuunnittelun laitos, tutkimuksia no:28*.

Shivers, J. S. & deLisle, L. J. 1997. *The Story of Leisure. Context, Concepts, and Current Controversy*. USA: Human Kinetics.

Siekinen, M. 1999. Childcare Arrangements and Children`s Daily Activities in Belgium and Finland. *Joensuun yliopisto kasvatustieteellisiä julkaisuja N:o 48*. Joensuu: Joensuun Yliopistopaino.

Sihvola, S. 2000. 8 tuntia perhe-elämää. *Promo. Terveystiedon edistämisen lehti* 3/2000, 13.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2005. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. *Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita* 2005:17. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry.

- Stakes. 2005.** Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.
- Suomi, K. 2006.** Liikuntapaikan suunnittelu 1. Jyväskylän yliopisto. Luentomateriaali.
- Suomi, K. 2000.** Liikuntapaikkapalvelut ja kansalaisten tasa-arvo. Jyväskylän yliopiston Liikunnan kehittämiskeskuksen julkaisu no:1/2000.
- Suomi, K. 1998.** Liikunnan yhteissuunnittelumetodi. Metodien toimivuuden arviointi Jyväskylän Huhtasuon lähiössä. Jyväskylän yliopisto. *Studies in sport, physical education and health* 58. Liikuntasuunnittelun väitöskirja.
- Suomi, K. 1989a.** Liikuntasuunnittelun uudistaminen yhteissuunnittelulla. Yhdyskuntasuunnittelun täydennyskoulutuskeskuksen julkaisu B 58. Espoo: TKK-offset.
- Suomi, K. 1989b.** Yhdyskuntasuunnittelusta liikunnan elinpiirisuunnitteluun. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu no:121. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura.
- Suomi, K. 1986.** Suunnitteluteoriat ja liikuntasuunnittelu, Jyväskylän alueen mallikuntien liikkumisympäristöjen teoreettinen kehysmalli. *Liikunta & Tiede* 23 (7), 407–414.
- Suomi, K. & Vuolle, P. 2001.** Liikuntarakentaminen: Uusilla otteilla uusiin haasteisiin. *Liikunta & Tiede* 38 (5), 18–21.
- Sääkslahti, A. 2003.** Liikunta varhaiskasvatuksessa. Teoksessa: (toim.) P. Heikinaro-Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi. *Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan*. Porvoo: WSOY, 30–40.
- Takala, P. 2004.** Lisääntyneen vapaa-ajan ja kiireen paradoksi. Hyvinvointikatsaus 2/2004. Tilastollinen aikakausilehti. Helsinki: Tilastokeskus, 14–19.
- Takala, P. 2002.** Aikapula ja kiire lapsiperheissä. Hyvinvointikatsaus 4/2002. Tilastollinen aikakausilehti. Helsinki: Tilastokeskus, 10–15.
- Tammelin, T. 2008.** Koululaisten liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavat tekijät. Teoksessa *Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18 -vuotiaille*. Helsinki: Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry, 47–50.

- Telama, R., Laakso, L. & Yang, X. 1994.** Physical activity and participation in sports of young people in Finland. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 4 (1), 65–74.
- Telama, R., Välimäki, I., Nupponen, H., Numminen, P., Säakslahti, A. & Raitakari, O. 2001.** Suomalaisten lasten ja nuorten terveys tänään. *Duodecim*. 117, 1382–1388.
- Telama, R., Yang, X. & Hirvensalo, M. 2006.** Participation in organised sport as a predictor of adult physical activity: A 21-year longitudinal study. *Pediatric Exercise Science* 17, 76–88.
- Tomlinson, A. 2005.** *Sport and Leisure Cultures*. USA: University of Minnesota Press.
- Turoff, M. & Hiltz, S. R. 1995.** *Computer Based Delphi Processes*. Teoksessa: M. Adler & E. Ziglio (toim.). *Gazing Into the Oracle: The Delphi Method and Its Application to Social Policy and Public Health*, London: Kingsley Publishers, 56 – 88.
- Työpaikkaliikunnan barometri 2007.** 2008. Helsinki: Suomen Kuntoliikuntaliitto ry.
- Tähtinen, J., Rinne, R., Nupponen, H. & Heinonen, O.J. 2002.** Liikuntakulttuurin muutos ja elämäntyylien eriytyminen. *Liikunta & Tiede* 39 (1), 47–55.
- Vaage, O.F. 2002.** Tid alle døgnets tider. Tidsbruk 1971-2000. Statistiske analyser No. 52. Statistics Norway. Oslo.
- Vaajakallio, L. 2002.** Vanhempien työaikatarkaisut pikkulapsiperheissä. Hyvinvointikatsaus 1/2002. Tilastollinen aikakausilehti. Helsinki: Tilastokeskus, 72–77.
- Valjakka, H. 1948.** Ohjeita urheilukenttien suunnittelussa, rakentamisessa ja mitoituksessa. Helsinki: Valtion urheilulautakunta.
- Valtion liikuntaneuvosto. 2008.** Liikuntapaikkarakentamisen suunta 2011. Valtion liikuntaneuvosto, rakentamisjaosto.
- Valtion liikuntaneuvosto. 2005.** Liikuntapaikkarakentamisen suunta 2007. Valtion liikuntaneuvosto, rakentamisjaosto.
- Valtion liikuntaneuvosto. 2001.** Liikuntapaikkarakentamisen suunta 2004. Perusteluosa. Valtion liikuntaneuvosto, rakentamisjaosto.

- Vasara, E. 2004.** Valtion liikuntahallinnon historia. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu no:157. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura.
- Veblen, T. 1975.** The Theory of the Leisure Class. USA: Augustus M. Kelley.
- Virta, K. 2000.** Missä lapsi liikkuu? Ala-asteikäisen lapsen liikkumisympäristö ja liikunnan sisältö. Oulu: Oulun yliopisto, Käyttäytymistieteiden yksikkö.
- Vuori, I. 2003.** Lisää liikuntaa. Helsinki: Edita.
- Vuori, I. 2002.** Liikunnan puute on terveystriikki. Liikunta & Tiede 39 (2), 15–17.
- Vuori, I., Taimela, S. & Kujala, U. (toim.) 2005.** Liikuntalääketiede. Helsinki: Duodecim.
- Waksler, F. C. 1991.** Beyond Socialization. Teoksessa: (toim.) F.C. Waksler. Studying the Social Worlds of Children. Sociological readings. Great Britain: The Falmer Press, 12–22.
- Wallin, S. 2006.** Arjen ajan hallinta infrastuktuuria kohentamalla. Teoksessa: (toim.) L. Horelli & S. Wallin. Arjen ajan hallintaa. Kokemuksia suomalaisesta aikasuunnittelusta. Tutkimuksia 9/2006. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus, 42–55.
- Woudenberg, F. 1991.** An Evaluation of Delphi. Technological Forecasting and Social Change. No. 40, 131–150.
- Yang, X. 1997.** A multidisciplinary analysis of physical activity, sport participation and dropping out among young Finns. A 12-year follow-up study. Liikuntapedagogiikan väitöskirja. Jyväskylä: Likes.
- Yang, X., Telama, R., Leino, M. & Viikari, J. 1999.** Factors explaining the physical activity of young adults: the importance of early socialization. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports 9, 120–127.
- Zacheus, T., Tähtinen, J., Koski, P., Rinne, R. & Heinonen, O.J. 2003.** Miten elämäntapa muuttuu liikuntakäyttäytymistä? Liikunta & Tiede 40 (5–6), 33–38.
- Zimmer, R. 2001.** Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Käänt. E. Himanen. Hämeenlinna: LK-KIRJAT. Alkuperäisjulkaisu 1993.

ELEKTRONISET LÄHTEET

Delfoi menee metsään. 2007. Metodix. (Luettu 3.5.2008).
<http://www.metodix.com/fi/pajatus/news/0709metsa>

Helsingin Sanomat. 2009. (Luettu 16.7.2009).
<http://www.hs.fi/paakirjoitus/artikkeli/Perheen+yhdist%C3%A4minen+edist%C3%A4%C3%A4+pakolaisten+kotoutumista/1135247611003>

Lapsiperheet tyypeittäin 1950-2006. Tilastokeskus. (Luettu 16.1.2008).
http://stat.fi/til/perh/2006/perh_2006_2007-05-31_tau_001.html.

Linturi, H. 2007. Delfoin metamorfooseja. Otavanopisto. (Luettu 3.5.2008).
<http://www.otavanopisto.fi/fi/blogit/oraakkeli/apis/?res=entry&entry:ResourceNo=1263878>.

Linturi, H. 2003a. Delfoi-oraakkelin matkassa. NexusDelfix. (Luettu 3.5.2008).
http://nexusdelfix.internetix.fi/fi/materiaalit/delfoi/03_artikkelit/1_delfix?C:D=257058&selres=257058

Linturi, H. 2003b. Heikkoja signaaleja metsästämissä. Futurix. (Luettu 3.5.2008).
http://www.futunet.org/fi/materiaalit/metodit/2_metodit/3_signalix?C:D=347697&selres=347697.

MOT Kielitoimiston sanakirja 1.0. (Luettu 20.11.2007).
<http://mot.kielikone.fi/mot/jyu/netmot.exe>.

MOT Suomi 1.0a. (Luettu 20.11.2007). <http://mot.kielikone.fi/mot/jyu/netmot.exe>.

Norra, J. 2000. Koti- ja kouluympäristön liikuntamahdollisuuksien panostaminen edistää lasten päivittäistä liikkumista. (Luettu 22.7.2009). www.nuorisuomi.fi

Nuori Suomi. 2008. (Luettu 10.11.2008). <http://www.lahiliikuntapaikat.fi/>

Perheet 2006. Tilastokeskus. (Luettu 16.1.2008).
http://stat.fi/til/perh/2006/perh_2006_2007-05-31_tie_001.html .

Perheliikunta. 2008. (Luettu 3.1.2008). <http://www.perheliikunta.fi>.

Perheliikunnan muodot. 2008. (Luettu 3.1.2008). <http://www.perheliikunta.fi/cgi-bin/hilavitkutin/hilavitkutin.cgi?S0101>

Perheliikuntatoiminnan arvot. 2008. (Luettu 3.1.2008). <http://www.perheliikunta.fi/cgi-bin/hilavitkutin/hilavitkutin.cgi?S0102>

Perheliikuntaverkosto. 2008. (Luettu 3.1.2008). <http://www.perheliikunta.fi/cgi-bin/hilavitkutin/hilavitkutin.cgi?S01>

Stakes. 2008. (Luettu 12.11.2008). <http://www.stakes.fi/>

SVOLI Perheliikunta. 2008. (Luettu 3.1.2008). <http://www.svoli.fi>.

Suomalaisten liikuntapaikkojen tietopankki, LIPAS. 2008. (Luettu 7.4.2008). <http://www.liikuntapaikat.fi/>

HAASTATTELUT

Itkonen, Hannu, liikuntasosiologian professori, 17.4.2009.

Laakso, Lauri, liikuntapedagogiikan professori, 7.1.2009.

Suomi, Kimmo, liikuntasuunnittelun professori, 17.4.2009.

LIITTEET

Liite 1: Lähestymiskirje

Liite 2: Vastausohjeet

Liite 3: Ensimmäisen Delfoi-kierroksen kysymyspatteristo

Liite 4: Toisen Delfoi-kierroksen kysymyspatteristo

LIITE 1: Lähestymiskirje

KOHTI TULEVAISUUDEN LIKUNTAYMPÄRISTÖJÄ – Lapsiperheiden sisäliikuntapaikka liikunta-aktiivisuuden edistäjänä

Hyvä asiantuntija!

Olimme teihin aikaisemmin yhteydessä lapsiperheiden liikuntapaikkaa koskevan pro gradu - tutkimuksen merkeissä. Ilahtukseksenne ilmaisitte halukkuutenne tarjota asiantuntemustanne tutkimuksen onnistumiseksi. Tutkimusmetodina käytetään asiantuntijapaneelikeskusteluun perustuvaa argumentoivaa Delfoi-menetelmää (*Argument Delphi-method*). Tutkimus toteutetaan Internetiin perustetussa sähköisessä Optima-ympäristössä, jossa liikuntasuunnittelun ja lapsiperheiden liikunnan asiantuntijat arvioivat omista lähtökohdistaan tutkijakaksikon esittämiä väitteitä sekä antavat perusteltuja vastauksia heille esitettyihin kysymyksiin.

Tutkimuksen tarkoitus on Delfoi-haastattelun ja kirjallisuuden pohjalta kartoittaa, onko lapsiperheiden jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavalla sisäliikuntapaikalla kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa sekä selvittää, mistä keskeisistä a) *fyysisen*, b) *sosiaalis-organisatorisen*, c) *toiminnallisen*, d) *hallinnollisen* ja e) *taloudellisen* ympäristön ominaisuuksista lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaava sisäliikuntapaikka muodostuu.

Toivomme, että keskustelu keskittyisi niihin asioihin, joihin oma asiantuntemuksemme ensisijaisesti liittyy. Toivomme myös, että nostatte mielipiteissänne esiin ns. vilttejä kortteja ja heikkoja signaaleja, joiden toteutumisesta teillä ei ole varmaa tietoa, mutta jotka toteutuessaan voivat olla keskeisessä osassa lapsiperheille suunnatun liikuntapaikan rakenteen ja kysynnän muotoutumisessa.

Tutkimuksessa on kaikkiaan kaksi vastauskierrosta, joista molemmat järjestetään keväällä 2009. Kummatkin kierrokset toteutetaan Optima-ympäristössä, eli keskustelu käydään ajasta ja paikasta riippumatta verkon yli. Ensimmäisellä kierroksella asiantuntijoiden on tarkoitus vastata tutkimuksen tekijöiden esittämiin väitteisiin ja kysymyksiin. Kierroksen päätteeksi tutkimuksen tekijät vetävät asiantuntijoiden vastaukset yhteen. Toisella Delfoi-kierroksella asiantuntijat täsmentävät vapaasti ensimmäisen kierrolla esiin nousseita näkemyksiä ja väitteitä. Molempien kierrosten keskusteluun osallistuminen on toivottavaa. Kaikki vastaukset käsitellään luottamuksellisesti ja keskustelu käydään anonyymisti.

Kunniottavasti,

Jussi Mäkitervo
Liik. yo.
Jyväskylän yliopisto
045 674 7595
jussi.makitervo@jyu.fi

Aleksi Niemi
Liik. yo.
Jyväskylän yliopisto
044 320 8383
aleksi.niemi@jyu.fi

LIITE 2: Vastausohjeet

Liikuntapaikan ja -palvelun kuvaus

Lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavasta liikuntapaikasta käytetään tutkimuksessa työnimeä LAPE (= lapsiperhe).

LAPE on lapsiperheen arjen haasteisiin vastaava, monistettava sisäliikuntapaikkakonsepti. LAPEn tavoitteena on yhdistää saman palvelun piiriin aikuisten tasokas liikunta ja lasten liikunta/ leikki sekä perheen sosiaalinen kanssakäyminen. Uutta ja yllättävää on se, että LAPE pystyy tyydyttämään perheen yksilöiden liikunta-, leikki- ja motivaatiotarpeet, mutta kuitenkin samalla vastaamaan perheen sosiaalisen yhdessäolon vaatimuksiin.

Vanhemmilla on tarve huolehtia sekä omasta että lastensa fyysisestä aktiivisuudesta ja vastata samalla perheen riittävästä ja laadukkaasta yhdessäolosta. Perheen ja työelämän yhdistämisen aiheuttama ajan puute pakottaa vanhempia perhekeskeisen ilmapiirin paineessa karsimaan omista vapaa-ajan harrastuksistaan. Päivittäisten valintojen yhdistäminen saman palvelun piiriin tarjoaa merkittäviä etuja lapsiperheiden arjen ajankäyttöön haasteisiin sekä fyysiseen ja psyykkiseen jaksamiseen.

LAPEssa korostuu lapsiperheen sosiaalisena yksikkönä toimimisen mahdollistuminen. Lapsista vastuussa olevilla vanhemmilla on koko ajan kontakti lapsiinsa. LAPE kasvattaa perheen yhteistä sosiaalista pääomaa ja opettaa innostavassa ympäristössä liikunnan ja yhdessä tekemisen tärkeyttä.

Fyysisesti LAPE sijoittuu lapsiperheiden päivän- ja kaupunkipiiriin alueelle. LAPEn saavutettavuuden tulee siis olla hyvä, sillä perheet ovat valmiita matkustamaan liikuntapaikalle arkena noin 8-12 minuuttia. Tutkijat haluavat korostaa, että LAPEn pyrkimyksenä on sijoittua saumattomasti lapsiperheiden arkeen palveluna, jota perheet voivat käyttää jopa useita kertoja viikossa, lyhyitä aikoja kerralla (vrt. esim. kylpylät tai huvi- ja seikkailupuistot).

Kun tutkimuskysymyksissä puhutaan lapsiperheistä tai lapsista ja heidän huoltajistaan, tarkoitetaan pienyhteisöä, johon kuuluu yhdestä kahteen aikuista ja heidän vastuullaan olevat 3-9 -vuotiaat lapset. Alle 3-vuotiaat ovat LAPEn perusideaa ajatellen yleisesti ottaen vielä liian nuoria, sillä vaikka 1-3 -vuotias lapsi leikkii paljon itsekseen, hän ei viihdy yksin pitkiä aikoja, jolloin vanhempien oma liikkuminen ”kärssi”. Yli 9-vuotiaille LAPE ei välttämättä kykene tarjoamaan tarpeeksi haastavaa, monipuolista ja laajaa liikkumisympäristöä.

Tärkeää on huomata, että LAPE on tarkoitus konkretisoida yksityisen sektorin palveluna, minkä vuoksi sen olisi oltava myös osakkeenomistajilleen taloudellisesti kannattava.

Tutkimusongelmat

Kysymysten avulla tutkijat hakevat vastauksia tutkimusongelmiin:

Tutkimusongelma 1.

Onko lapsiperheiden jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavalla sisäliikuntapaikalla kysyntää nyt ja lähitulevaisuudessa?

Tutkimusongelma 2.

Mistä keskeisistä a) *fyysisen*, b) *sosiaalis-organisatorisen*, c) *toiminnallisen*, d) *hallinnollisen* ja e) *taloudellisen* ympäristön ominaisuuksista lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaava sisäliikuntapaikka muodostuu?

Tutkimusongelmien aikajänne

Tutkimusongelmien aikajänne on rajattu ajanjaksolle 2009–2015. Asiantuntijoiden on siis kommentoitava näkemyksiään lähitulevaisuuden muutossuunnista.

Vastausohjeet

Toivomme asiantuntijoiden painottavan vastauksissaan liikunnallisia, sosiaalisia ja yhteisöllisiä näkökulmia. Tutkimuksesta on suljettu pois liikuntapaikan teknologianäkökulma, sillä sen käsittely olisi ollut tutkimuksen ytimestä irrallinen kokonaisuus.

Jokaista kysymystä edeltää lyhyt johdanto, jonka tarkoituksena on johdattaa asiantuntijat kysymyksen aihepiiriin ja antaa heille ”ärsykeitä” näkemyksiensä aukikirjoittamiseen. Toivomme asiantuntijoiden perustelevan jokaisen vastauksensa vapaamuotoisella ja vapaan mittaisella vastauksella. Vastaukset tulee antaa kokonaisina virkkeinä ja vastausten analysoinnin helpottamiseksi toivomme luettelomuotoisten ja perustelemattomien vastausten laatimisen välttämistä.

Kysely toteutetaan Optima-virtuaaliympäristössä kahtena kyselykierroksena. Ensimmäisellä kyselykierroksella jokainen asiantuntija vastaa kysymyksiin omasta näkökulmastaan, eivätkä he näe muiden asiantuntijoiden antamia vastauksia. Ensimmäisen kierroksen vastaukset tulevat siis ainoastaan tutkijoiden nähtäviksi.

Toista kierrosta varten tutkijat kokoavat ensimmäisen kierroksen vastauksista koosteen ja nostavat sieltä mielenkiintoisimmat ja ristiriitaisimmat teemat uuteen keskusteluun. Toisella kierroksella asiantuntijat pääsevät kommentoimaan muiden antamia vastauksia sekä tarkentamaan omia näkemyksiään keskusteltavista teemoista.

Toisen kierroksen vastausten pohjalta tutkijat kokoavat tutkimustulokset yhteen. Tutkimuksessa ei pyritä yksiselitteisiin vastauksiin, vaan haetaan tulevaisuuden vaihtoehtoisia muutossuuntia. Jokaisen asiantuntijan antamat vastaukset ja kommentit pysyvät koko tutkimuksen anonyymeinä.

Ensimmäinen tutkimuskierros aloitetaan keskiviikkona 29.4.2009 klo 12:00. ja suljetaan sunnuntaina 17.5 klo 23:59. Toinen tutkimuskierros alkaa tiistaina 26.5.2009 klo 12:00 ja päättyy sunnuntaina 21.6.2009 klo 23:59. Tämän jälkeen on mahdollista jatkaa avointa, ilman anonymiteettiä tapahtuvaa keskustelua Optima-ympäristössä, mikäli asiantuntijat haluavat ruotia tutkimuksen aihepiirejä ja tuloksia.

Haluamme kiittää jo etukäteen, että annatte arvokasta aikaanne tutkimuksen onnistumiseksi ja toivomme tutkimusteemamme inspiroivan teitä rakentavaan keskusteluun!

LIITE 3: Ensimmäisen Delfoi-kierroksen kysymyspatteristo

JOHDANTO 1

Lapsiperheiden yhteisen liikunta-aktiivisuuden kannalta on ongelmallista, että liikuntapaikat erottelevat käyttäjäryhmiensä muun muassa harrasteliikunnan, kilpaurheilun ja liikuntalajien sekä sukupuolen ja -polven mukaan. Vaikka erottelu on jossain määrin perusteltua, huolestuttavaa lapsiperheiden näkökulmasta on se, että lapsiperheille soveltuvien liikuntapaikkapalvelujen tarjonta ja kysyntä eivät korreloi tällä hetkellä keskenään. Liikuntapaikkojen käyttäjäryhmiä differoivan vaikutuksen seurauksena lasten ja nuorten eniten käyttämät liikuntapaikat eroavat merkittävästi aikuisten suosimista liikuntapaikoista. Lapsiperheiden on siis nykyisen tarjonnan joukosta vaikea löytää tarpeeksi rakennettuja liikuntaympäristöjä, jotka soveltuisivat kokonaisvaltaisesti perheen yhteiseen liikuntaan ja jotka motivoisivat lapsiperheen kaikkia jäseniä liikkumaan.

KYSYMYS 1.1

Onko lapsiperheille tulevaisuudessa tarjolla riittävästi perheen jokaisen yksilön liikuntamotiivit ja –tarpeet huomioon ottavia rakennettuja sisäliikuntapaikkoja?

JOHDANTO 2

Nykykäsityksen mukaan lapsiperheiden liikunta voidaan nähdä myös pieniyhteisöliikuntana, jonka muotoja ovat perheiden omaehtoinen koti- ja arkiliikunta, perheliikuntaryhmät, liikuntajärjestöjen, päiväkotien, koulujen ja työyhteisöjen järjestämä toiminta sekä perheiden lomaliikunta. Kaikkia edellä mainittuja lapsiperheiden liikunnan muotoja yhdistää eräs keskeinen seikka: ne vaativat aikuisilta innostuvaa asennetta. Kärjistäen voi siis sanoa, että perinteisesti tarkastellen perheliikunnassa aikuisten on turvattava lasten viihtyminen ja kehitys, jolloin omat liikuntatarpeet ja motiivit pitää jättää taka-alalle. Esimerkiksi monissa perhejumpissa aikuisen tärkein tehtävä on tukea ja neuvoa lasta erilaisten liikunnallisten tehtävien parissa ja ”oma kuntoilu” pitää hoitaa muulla ajalla.

KYSYMYS 2.1

Onko lapsiperheillä vaikeuksia löytää liikuntamuotoja, joita koko perhe voisi harrastaa säännöllisesti yhdessä ja jotka samalla vastaisivat jokaisen perheenjäsenen liikuntatarpeisiin ja -motiveihin yksilöllisesti? Miksi?

JOHDANTO 3

Lapsiperheen elämä on nykyaikana kiireistä ja hätäistä, minkä seurauksena lapset siirretään helposti vain ”sivuun”. Lapsen maailmassa on hyvin tavallista, että vanhemmat ovat jatkuvasti tulossa tai menossa, jolloin yhdessäolo jää helposti tarvittua niukemmaksi. Alituinen kiire johtuu monista syistä, mutta keskeisimpänä esiin nousee työ. Työaika on ylityökulttuurin voimistumisen myötä salakavalasti hivuttautunut pidemmäksi. Vanhempien pitkä työpäivä on aina pois lapsilta ja sillä on vaikutuksia myös lasten pahoinvoinnin kasvuun.

Kiireen keskellä vanhempien on pyrittävä lyhyessä ajassa hoitamaan monia kotiaskareita ja muita velvollisuuksia, pitämään yllä kodin ulkopuolisia sosiaalisia verkostoja ja löytämään aikaa omille harrastuksille. Kaiken edellisen päälle halutaan yleisesti viettää mahdollisimman laadukasta aikaa perheen jäsenten kesken. Kun vapaa-aikaa on vähän, siitä tulee helposti suorittamista. Liian tarkoin aikataulutettu vapaa-aika voi myös tuntua pakottavalta, jolloin siitä ei pysty nauttimaan täysipainoisesti.

KYSYMYS 3.1

Onko lapsiperheillä tulevaisuudessa enemmän ajankäyttöongelmia? Miksi?

KYSYMYS 3.2

Jos vastasit kysymykseen 3.1 myöntävästi, oletko sitä mieltä, että lapsiperheiden ajankäyttöongelmat ja yhteisen ajan vähyys vähentävät lapsiperheiden liikunta-aktiivisuutta?

JOHDANTO 4

Ajankäyttö on yleisesti priorisointia. Raivaamme tilaa työltä muulle elämälle ja päinvastoin. Eräässä suomalaisessa tutkimuksessa kysyttiin, mistä vanhemmat tinkivät työn vuoksi. Vastaukset eivät olleet yllättäviä: kotityöt, liikunta, lapset ja lähipiiri olivat yleisimmät laiminlyönnin kohteet. Kuitenkin samaisessa tutkimuksessa lapset ja perheen yhteinen aika nousivat keskiöön, kun vanhemmilta kysyttiin, mistä he eivät haluaisi tinkiä. Lisää aikaa haluttaisiin erityisesti liikuntaan, matkustamiseen ja perhe-elämään. Ironista on se, että vaikka työajat näyttävät jatkuvasti venyvän, vain murto-osa haluaisi lisää aikaa työlle.

Miten sitten ehtiä kaikkeen vapaa-aikanaan? Eräs mahdollisuus on ajan tehostaminen, jossa toimintoja nopeutetaan, suositaan pikaisesti toimitettavia asioita tai tehdään useita asioita yhtä aikaa. Ajankäytön ja arvojen välinen dilemma on samalla sekä haastava että mielenkiintoinen: vanhemmat ja lapset haluaisivat liikkua enemmän yhdessä, mutta perheiden liikuntakysyntään ei ole tähän mennessä osattu tarjota sopivaa vaihtoehtoa.

KYSYMYS 4.1

Onko lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavalle yksityiselle sisäliikuntapaikalle (LAPE) kysyntää tulevaisuudessa, jos perheet haluavat lisääntyvän kiireen vuoksi tehostaa ajankäyttöään? Miksi?

KYSYMYS 4.2

Onko lapsiperheen jokaisen yksilön liikuntatarpeisiin vastaavalle yksityiselle sisäliikuntapaikalle (LAPE) tulevaisuudessa kysyntää, jos lapsiperheissä halutaan panostaa entistä enemmän liikuntaan ja yhdessäoloon? Miksi?

JOHDANTO 5

Perinteisen vanhempien roolijaon mukaan isä tuo leivän pöytään ja äiti hoitaa kotia sekä lapsia. Tämä käsitys on kuitenkin murtunut viimeisten vuosikymmenien aikana lähinnä ammatillisen rakennemuutoksen ja naisten emansipaation myötä. Muun muassa työpaikkojen siirtyminen maalta kaupunkeihin ja päivähoidon kehittyminen ovat mahdollistaneet naisten siirtymisen työelämään. Myös perheeseen pieneminen, teknologian kehitys sekä naisten valinnanvapauden ja vapaa-ajan kasvaminen ovat lisänneet isän osallistumista kodin- ja lastenhoitoon länsimaissa. Nykyään puhutaankin uudesta isyydestä, joka tarkoittaa erityisesti miesten osallistumista ja vanhempien välistä tasa-arvoa perheen ja kotitalouden hoidossa.

Uuden isyyden myötä isät ovat alkaneet osallistua myös lastensa harrastuksiin. Isien odotetaan touhuavan lastensa kanssa ja muun muassa kuljettavan heitä harrastuksista toiseen. Äidit voivat sillä aikaa tyydyttää omia harrastustarpeitaan ja antaa aikaa itselleen.

KYSYMYS 5.1

Arvioitko, että LAPE olisi enemmän

- a) lapsen/ lasten ja isien yhteinen harrastuspaikka,
- b) lapsen/ lasten ja äitien yhteinen harrastuspaikka vai
- c) koko perheen yhteinen harrastuspaikka (olettaen, että perheessä on kaksi vanhempaa)? Miksi

JOHDANTO 6

Liikuntapaikan turvallisuuden suunnittelu on tärkeä osa liikuntapaikkojen toiminnan ja rakenteiden suunnittelua. Turvallisuussuunnittelun tulisi varmistaa niin liikuntapaikan käyttäjien kuin työntekijöidenkin turvallisuus. Laadukas turvallisuussuunnitelma edistää myös liikuntapaikan viihtyvyyttä. Lapsiperheille suunnatussa liikuntapaikassa turvallisuudesta huomioiminen voidaan nähdä erityisen tärkeäksi ja myös vastuukysymykset herättävät paljon keskustelua.

KYSYMYS 6.1

Millainen vastuu huoltajilla on lastensa liikkumisen turvallisuudesta lapsiperheille suunnatussa sisäliikuntapaikassa (LAPE)?

KYSYMYS 6.2

Millaisia erityisvastuita lapsiperheille suunnatun liikuntapaikan (LAPE) työntekijöillä on turvallisuuden näkökulmasta?

JOHDANTO 7

Onnistuneesti toteutettu liikuntapaikka ei ole ympäröivästä yhteiskunnasta irrallinen yksikkö, vaan osa laajempaa liikunnallista elämäntapaa suosivaa yhdyskuntarakennetta. Tutkimusten mukaan liikuntapaikan huonolla saavutettavuudella on negatiivinen vaikutus väestön liikunta-aktiivisuuteen. Kansainväliset tutkimukset osoittavat, että ihmiset ovat valmiita käyttämään aikaa liikuntapaikalle matkustamiseen 8-12 minuuttia. Tästä huolimatta varsinkin isot liikunta- ja uimahallit ovat usein vaikeasti saavutettavissa ja niiden käyttö vaatii lähes poikkeuksetta motorisoidun ajoneuvon käyttöä. Liikuntapaikat ovat myös yhä useammin keskitettyjä terminaalirakenteita, joiden saavuttaminen on vaikeaa. Liikuntapaikkarakentamisessa olisikin syytä pyrkiä entistä suurempaan hajauttamiseen ja hajakeskittämiseen sinne, missä ihmiset (tässä tapauksessa lapsiperheet) asuvat, jotta liikuntapaikka kannustaisi sekä aktiivisen kulkutavan että liikuntapaikan käyttöön.

KYSYMYS 7.1

Olisiko sinusta kannattavaa rakentaa yhteen, noin 100 000 asukkaan kaupunkiin (esim. Jyväskylä) hajautetusti useita pienempiä LAPE-yksiköitä vai yksi suuri yksikkö (vrt. ”8-12 minuutin sääntö”)

- a) lapsiperheiden liikunta-aktiivisuuden näkökulmasta,
- b) taloudellisesta näkökulmasta,
- c) hallinnollisesta näkökulmasta?

JOHDANTO 8

Käytettävyys tarkastelee käyttäjän ja tuotteen/ palvelun välistä yhteistoimintaa, jonka tulisi olla joka tilanteessa mahdollisimman kitkatonta. Liikuntapalvelun käytettävyys kertoo, kuinka tehokkaasti ja miellyttävästi liikuntapaikan käyttäjät pystyvät käyttämään palvelua asetettujen tavoitteiden suunnassa. Käytettävyyttä tulee siis aina tarkastella käyttäjän näkökulmasta ja on tärkeä huomata, että käytettävyyskokemukset voivat vaihdella käyttäjäkohtaisesti.

KYSYMYS 8.1

Millaisia seikkoja LAPEn käytettävyyden kannalta tulisi ottaa huomioon?

Vastausten rajaamiseksi pyri tarkastelemaan käytettävyyttä erityisesti liikunnan, sosiaalisuuden ja yhteisöllisyyden näkökulmista. Tarvittaessa voit toki nostaa esille myös muita tärkeitä käytettävyyden teemoja.

JOHDANTO 9

Suomessa on 2000-luvulla alettu panostaa voimakkaasti lähiliikuntapaikkojen uudisrakentamiseen. Lähiliikuntapaikat ovat ”...*lasten ja nuorten liikuntaan sekä yleiseen kunto- ja terveysliikuntaan tarkoitettuja liikuntapaikkoja tai -alueita, jotka sijaitsevat asuinalueilla tai niiden välittömässä läheisyydessä.*”

Lähiliikuntapaikkoja rakennetaan siis erityisesti lasten ja nuorten arkiliikunnan edistämiseksi, mikä voidaan nähdä perheen yhteisen liikuntaharrastuksen kannalta myös niiden ”puutteeksi”. Lähiliikuntapaikat eivät palvele pidemmän päälle aikuisten liikuntaa, vaikkakin hyvin suunniteltu lähiliikuntapaikka tarjoaa mahdollisuuksia myös aikuisten terveysliikuntaan. Nuoren Suomen vuonna 2008 tekemästä tutkimuksesta ilmenee, että vanhemmista sekä naisten että miesten kohdalla lähiliikuntapaikan käyttöön liittyvä suurin este on kuitenkin ”lajitarjonnan” soveltumattomuus omaan liikunnan harrastamiseen.

KYSYMYS 9.1

Mitä rakenteellisia seikkoja tulisi ottaa huomioon, jotta lapsiperheille suunnattu sisäliikuntapaikka tarjoaisi motivoivia ja käytännöllisiä liikuntamahdollisuuksia aikuisille?

JOHDANTO 10

Suurin osa Suomeen rakennetuista liikuntapaikoista palvelevat fyysisten rakenteidensa puolesta jonkin tietyn urheilulajin suorittamista. Vaikka urheilukentät, hiihtoladut ja muut liikuntapaikat ovat olleet jo pitkään suuren yleisön käytössä, niiden perusta on aina tukeutunut urheiluperusteiseen ajatteluun.

Muun muassa ympäristöpsykologit lähtevät yleisesti siitä, että lapsiystävällinen ympäristön suunnittelussa tulisi välttää normeihin ja standardeihin nojautuvaa suunnittelua. Liikuntaympäristön tulisi pikemminkin olla turvallinen, hallittava, muokattava, salaperäinen, mittakaavaltaan inhimillinen, paljon tarjoutumia sisältävä sekä koko alueeltaan leikittävä.

KYSYMYS 10.1

Mitä rakenteellisia seikkoja tulisi ottaa huomioon, jotta lapsiperheille suunnattu sisäliikuntapaikka tarjoaisi motivoivia ja käytännöllisiä liikuntamahdollisuuksia lapsille?

JOHDANTO 11

Koti, perhe ja sosiaaliset suhteet ovat tärkeitä onnellisuuden osatekijöitä ja yksilölle onkin tärkeää saada viettää aikaa perheensä kanssa. Kuitenkin monet kokevat työstä johtuvaa aikapulaa ja tuntevat laiminlyövänsä perhettään. Yleinen tyytyväisyys elämään riippuu siitä, kuinka tyytyväisiä yksilöt ovat aikabudjettiinsa ja mahdollisuuteensa jakaa aikaansa haluamallaan tavalla eri elämänalueiden kesken. Subjekttiivisen hyvinvoinnin on todettu laskevan siten, että mitä vähemmän perheillä on aikaa yhdessäoloon, sitä suuremmaksi kasvaa tarve yhteisille hetkille.

KYSYMYS 11.1

Minkälaisia perheen sosiaalista pääomaa kehittäviä tavoitteita näet perheen asettavan LAPEssa vietetylle yhteiselle, arkeen sijoittuvalle vapaa-ajalle?

JOHDANTO 12

Lapsiperheille suunnatun liikuntapaikan palvelujen suunnittelun haasteellisuutta lisää se, että suunnittelussa tulee huomioida samanaikaisesti kaksi toisistaan voimakkaasti poikkeavaa kohderyhmää – lapset ja aikuiset. Liikuntapalveluilla tarkoitetaan paikan rakenteiden ja liikuntavälineistön tarjoamia liikuntamahdollisuuksia sekä liikunnan neuvonta- ja ohjauspalveluja. Oheispalveluilla tarkoitetaan esimerkiksi pukeutumis- ja peseytymistiloja, vessoja, kahvioita yms.

KYSYMYS 12.1

Mitä liikuntapalveluja lapsiperheille suunnatun sisäliikuntapaikan tulisi pitää sisällään:

- a) lapsen näkökulmasta,
- c) vanhempien/ huoltajien näkökulmasta,
- d) lapsiperheen yhteisestä näkökulmasta?

KYSYMYS 12.2

Mitä oheispalveluja lapsiperheille suunnatun sisäliikuntapaikan tulisi pitää sisällään:

- a) lapsen näkökulmasta,
- c) vanhempien/ huoltajien näkökulmasta,
- d) lapsiperheen yhteisestä näkökulmasta?

JOHDANTO 13

Liikuntapaikkarakentamisen suunta 2011 -asiakirjan mukaan: *”Eri käyttäjäryhmien liikkumisen edellytykset tulee turvata kiinnittämällä entistä enemmän huomiota liikuntapaikkojen esteettömyyteen... Esteettömyydessä on kyse mahdollisuuksien luomisesta, ihmisoikeuksista sekä laadusta ja turvallisuudesta... Liikuntaympäristö on esteetön silloin, kun se on kaikille käyttäjille turvallinen ja miellyttävä - ja kun kaikkiin tiloihin on helppo päästä. Lisäksi tilat ja niissä olevat toiminnot ovat mahdollisimman helpokäyttöisiä ja loogisia... Esteettömät liikuntapaikat soveltuvat kaikille.”*

KYSYMYS 13.1

Mitä oleellisia tekijöitä tulisi huomioida LAPEn suunnittelu- ja rakennusvaiheessa, jotta se olisi mahdollisimman esteetön sekä lasten että aikuisten näkökulmasta?

KYSYMYS 13.2

Miten varmistetaan, että LAPEn lapsille suunnattu liikunta- ja leikkipaikka pystyy tarjoamaan sopivia motorisia haasteita ja elämyksiä eri kehitysvaiheissa oleville lapsille?

JOHDANTO 14

Lapsiperheen harrastaessa yhdessä vanhemmat kokevat usein velvollisuudekseen olla lastensa tukena näiden liikuessa. Esimerkiksi yhteisellä hiihtolenkillä aikuinen neuvoo lasta ja pitää tätä usein konkreettisesti myös pystyssä.

KYSYMYS 14.1

Millaiseksi näet huoltajien velvollisuuden tinkiä omasta liikunnastaan lasten positiivisten liikuntaelämysten turvaamiseksi?

JOHDANTO 15

Liikuntapaikkarakentaminen on Suomessa ollut perinteisesti vahvasti kunnallista rakentamista. Liikuntakulttuurimme tehtäväjako-opin mukaisesti liikunnan edellytysten luonti kuuluu julkiselle hallinnolle eli valtiolle ja kunnille. Tänä päivänä liikuntaolosuhteiden luominen ei ole kuitenkaan enää yksin julkishallinnon varassa, vaan liikunnan kentälle on ilmestynyt yhä enemmän valtiovallan hankerahoituksesta riippumattomia yksityisiä rakentamishankkeita. Myös liikuntapaikkojen ylläpidon yksityistymiskehitys näyttää jatkuvasti vain kiihtyvän.

Liikuntapaikkarakentamista ohjaavan Suomen liikuntalain (1054/1998) mukaan taloudellista tukea liikuntapaikkarakentamiseen ”myönnetään ensisijaisesti kunnalle tai kuntayhtymälle sekä kunnan tai kuntayhtymän määräämisvallassa olevalle yhteisölle.”

Valtion liikuntaneuvosto on asettanut *Liikuntapaikkarakentamisen suunta 2011* -asiakirjassaan liikuntapaikkarakentamisen painopistealueiksi 1) lasten ja nuorten liikuntaolosuhteiden kehittämisen, 2) terveyttä edistävien liikuntaolosuhteiden lisäämisen, 3) liikuntapaikkojen laadun kehittämisen sekä 4) tarkoitustenmukaisten liikuntapaikkojen rakentamisen kaavoituksen ja yhdyskuntasuunnittelun keinoin.

KYSYMYS 15.1

Pitäisikö markkinavetoisten LAPEn saada valtion apua liikuntapaikan rakentamiskustannuksiin, koska palvelu vastaa samanaikaisesti sekä lasten, nuorten että aikuisten terveyttä edistävien liikuntaolosuhteiden kehittämiseen?

JOHDANTO 16

Osakeyhtiölain mukaan ”yhtiön toiminnan tarkoituksena on tuottaa voittoa osakkeenomistajille...”. On selvää, että yksityisen liikuntapaikan on jo edellä mainittu voiton tuottamisen perustehtävä varmistukseksi, perittävä asiakkailtaan usein kunnallisia liikuntapalveluja korkeampia käyttökorkvauksia.

KYSYMYS 16.1

Tulisiko LAPEn saada julkisista varoista avustusta liikuntapaikan käyttökustannuksiin, jotta tuetut käyttömaksut kuluttajille (sosiaalisesti tuettu käyttö) olisivat mahdollisia?

JOHDANTO 17

Suomessa tuloeroluokkien välinen kuilu syvenee tällä hetkellä. Tutkimukset osoittavat, että tulotasolla on selvä vaikutus liikunta-aktiivisuuteen. On edelleen oletettavaa, että parempituloiset käyttävät enemmän yksityisiä liikuntapaikkapalveluja kuin pienituloisemmat.

KYSYMYS 17.1

Mikäli olet sitä mieltä, että LAPEn ei tulisi saada yksityisenä liikuntapaikkana avustusta julkisista varoista, onko mielestäsi hyväksyttävää, että palvelu on ainoastaan ylempien tuloluokkien saavutettavissa?

JOHDANTO 18

Paikallistasolla liikuntatehtäviä ovat Suomessa hoitaneet perinteisesti yhteistyössä kunnat ja liikuntaseurat. Kunnat ovat vastanneet liikunnan edellytysten luonnista ja liikuntaseurat ovat huolehtineet liikunnan laajamittaisesta organisoinnista. Nyttemmin erityisesti liikuntapaikkarakentamisen saralla yksityinen sektori on sekoittanut toimialaa. Kaupunkien ja kuntien liikuntatoimissa myönnetäänkin avoimesti, että onnistunut ja avoin yhteistyö yksityisen sektorin toimijoiden kanssa muuttuu jatkuvasti yhä tärkeämmäksi.

Monissa julkisissa liikuntapaikoissa yksityiset yritykset vastaavat ulkoistetusti esimerkiksi liikuntapaikan ylläpidollisista tehtävistä. Toisaalta myös esimerkiksi suuret alueelliset yksityiset liikuntakeskukset, yksityiset matkailukeskukset (esim. hiihtokeskukset) ja yksityiset huippu-urheilusuorituspaikat (esim. Hartwall-areena), toimivat tiiviissä yhteistyössä julkisen sektorin kanssa. Monissa yksityisissä liikuntakeskuksissa järjestetään taasen liikuntaseuratoimintaa ja seurat tuottavat myös yksityiselle sektorille ohjauspalveluja.

KYSYMYS 18.1

Minkälaista hallinnollista yhteistyötä julkinen, yksityinen ja kolmas sektori voisivat tehdä, kun lapsiperheiden sisäliikuntapaikka on yksityisessä omistuksessa?

LIITE 4: Toisen Delfoi-kierroksen kysymyspatteristo

1. JOHDANTO

Useassa ensimmäisen kierroksen vastauksessa nousi esille mielenkiintoinen vastakkainasettelu sisä- ja ulkoliikunnan välillä. Vaikka LAPEn kaltaiselle sisäliikuntapaikalle uskottiin olevan kysyntää/ tarvetta, konseptin nähtiin mahdollisesti rajaavan ulos suuren joukon aikuisia, jotka suosivat erityisesti ulkoliikuntamuotoja, kuten kävelyä, lenkkeilyä, pyöräilyä tai hiihtoa.

1.1 KYSYMYS

Tulevatko rakennetut sisäliikuntapaikat lähitulevaisuudessa ”haastamaan” voimakkaammin lapsiperheiden ulkoilun ja ulkoliikuntapaikat?

2. JOHDANTO

Ensimmäisen kierroksen vastauksissa rakennettujen liikuntapaikkojen taloudellisen ja maantieteellisen eriarvoistumisen voimistuminen nousi vahvasti esille. Vastauksissa ulkoliikunta ja erityisesti luontoliikunta nähtiin kuitenkin olevan kaikkien sosiaaliluokkien ulottuvilla. Myös lapsiperheiden yhteisen liikunnan näkökulmasta luonto nähtiin suureksi mahdollisuudeksi, jonka käyttö lapsiperheiden liikuntaan on yhden asiantuntijan sanoin ”*vain omasta viitseliäisyydestä kiinni*”.

2.1 KYSYMYS

Millä tavalla luonnon saavutettavuus tulee lähitulevaisuudessa mahdollisesti vaikeutumaan yli 100 000 asukkaan kaupungeissa asuville lapsiperheille ja joutuvatko perheet kiireen keskellä keskittämään yhteisen luonnossa liikkumisen loma-aikoihin ja viikonloppuihin?

3. JOHDANTO

Suuri osa asiantuntijoista oli ensimmäisellä kierroksella sitä mieltä, että lapsiperheillä tulee olemaan tulevaisuudessa nykyistä enemmän ajankäyttöongelmia. Ajankäyttöongelmien lieventämiseksi joudutaan tekemään valintoja, jolloin myös oma ja perheen liikunta joutuvat puntariin. Nuoressa iässä liikunnalla on erityisesti preventiivinen vaikutus fyysiseen terveyteen, eikä fyysinen passiivisuus näy välittömästi terveydessä. Tässä tilanteessa on inhimillistä, että liikunta helposti ”unohtuu” kiireen keskellä. Subjekttiivinen kokemus omasta terveydestä voikin olla erittäin merkittävä

fyysistä passiivisuutta aiheuttava tekijä, vaikka samaan aikaan tieto liikunnan terveellisyydestä motivoikin meitä tutkitusti liikkumaan.

3.1 KYSYMYS

Jos lapsiperheiden ajankäyttöongelmat lisääntyvät:

a) laskeeko perheiden liikunta-aktiivisuus kauttaaltaan,

b) vai uskotko ennemminkin liikunta-aktiivisuuden polarisoitumistrendin voimistuvan enemmän ja vähemmän liikkuviin?

4. JOHDANTO

Ensimmäisellä kyselykierroksella yleisesti esiin nouseva teema oli, että tulevaisuudessa ei ole tarjolla riittävästi perheen jokaisen yksilön liikuntamotiivit ja -tarpeet huomioon ottavia rakennettuja sisäliikuntapaikkoja. Asiantuntijoiden mielestä yksityisellä sektorilla perheiden huomiointi on kasvamassa, mutta julkisella sektorilla liikuntapaikkarakentaminen keskittyy edelleen enemmän lajikohtaiseen rakentamiseen. Perheen jokaisen yksilön liikuntamotiivit ja -tarpeet huomioon ottavia rakennettuja sisäliikuntapaikkoja ovat asiantuntijoiden mielestä tällä hetkellä ainakin osittain mm. kuntosalit, jumppa- ja peuhupaikat sekä uimahallit ja vesiliikuntakeskukset/ kylpylät.

4.1 KYSYMYS

Millainen perustamisajankohta lähitulevaisuus* on LAPEn kaltaiselle, lapsiperheen arkeen sijoittuvalla sisäliikuntapaikalle, eli paikalle jossa kyetään ajankäytön ja saavutettavuuden puolesta vierailemaan jopa useita kertoja viikossa?

***Vrt. tutkimusongelmien ajanjakso 2009-2015.**

5. JOHDANTO

Virittelitte ensimmäisellä kierroksella mielenkiintoisia vastauksia liikunta-aktiivisuuden polarisoitumisesta. On oletettavaa, että LAPE tulee aktivoimaan jo ennestään liikunnallisesti aktiivisia perheitä ja vähemmän liikkuvat perheet eivät palvelua ainakaan samassa mittakaavassa tule käyttämään.

5.1 KYSYMYS

Voisitteko kuvitella, että LAPE puhuttelisi paremmin myös liikunnallisesti passiivisempia perheitä, jos erilaisten konkreettisten liikuntapalvelujen ja -rakenteiden ohella panostettaisiin erityisesti liikuntapaikan yleiseen viihtyvyyteen, hauskaan yhdessä olemisen mahdollistamiseen sekä perheen sisäiseen ja perheiden väliseen yhteisöllisyyteen.

6. JOHDANTO

Useat asiantuntijat näkivät LAPEn perheiden kohtaamispaikkana, jossa luodaan uusia sosiaalisia kontakteja perheiden välille. Erään asiantuntijan sanoin, ” *Jos paikalla on paljon muita perheitä, aikuisia ja lapsia, niin siitähän avautuu mahdollisuus luoda uusia sosiaalisia maailmoja, jotka kasvattavat myös sosiaalista pääomaa.*”

6.1 KYSYMYS

Näettekö, että liikuntakulttuurissamme olisin syytä panostaa entistä enemmän palveluihin, joiden yhtenä päämääränä olisi avata uusia sosiaalisia suhteita perheiden välille ja aktivoida perheitä tätä kautta liikunnan pariin, vai halutavatko perheet mieluummin liikkua ja sosiaalistua omina sisäisinä yksikköinään?

7. JOHDANTO

Yleisesti asiantuntijat olivat sitä mieltä, että vanhemmat ovat aina viime kädessä vastuussa lastensa turvallisuudesta, vaikka myös sitä mieltä vahvasti oltiin, että LAPEssa vastuukysymyksiä tulisi painottaa palveluntarjoajalle. Vanhempien vastuulle nähtiin erityisesti lasten konkreettinen liikkuminen tilassa. Palveluntarjoajan tulisi vastata puolestaan erityisesti laitteiden ja ympäristön turvallisuudesta sekä niiden asianmukaisesta huollosta ja ylläpidosta. Asiantuntijat korostivat järjestään myös liikuntapaikan henkilökunnan lasten parissa toimimisen ammattitaitoisuuden merkitystä.

7.1 KYSYMYS

LAPEn perusajatukseen kuuluu, että perheenjäsenet ovat näköyhteyden päässä toisistaan toteuttamassa oman näköistään liikuntaa. Onko tässä asetelmassa olemassa riski, että vanhempien kokema vastuu ja huoli lastensa turvallisuudesta vaikeuttaa heidän omien liikuntatarpeidensa tyydyttämistä? Jos kyllä, millaisilla rakenteellisilla ja valvonnallisilla keinoilla vanhemmille kyetään varmistamaan myös oma ”liikuntarauha”?

8. JOHDANTO

Ensimmäisellä kierroksella usean asiantuntijan vastauksissa nousi esiin huoli yksityisten liikuntapaikkojen taloudellisen saavutettavuuden eriarvoistumisen voimistumisesta. Yksityisen sektorin palvelut koettiin usein liian kalliiksi ja näin kapeaa väestönosaa palveleviksi. Yksityinen sektori on pyrkinyt jäsenyyshinnoittelumallin kautta mm. laskemaan aktiivisten liikkujien kertakäyntien hintaa yksityisissä liikuntapaikoissa ja näin mahdollistamaan liikuntapaikan säännöllisen käytön.

8.1 KYSYMYS

Jos LAPEn hinnoittelussa käytettäisiin kertakäyntimaksujen rinnalla kuukausi- ja vuosijäsennyshinnoittelua, mitä heikkouksia ja/tai vahvuuksia em. hinnoittelumalleihin liittyisi:

a) lapsiperheen liikunta-aktiivisuuden näkökulmasta

b) lapsiperheen ja LAPEa hallinnoivan liikeyrityksen talouden näkökulmasta?

8.2 KYSYMYS

Millaista hinnoittelumallia itse kannattaisit LAPEn kaltaisessa yksityisessä liikuntapaikassa?