

PAREMPI PELATA KUIN PYSYÄ PAIKOILLAAN

- **Liikunnan merkitys swahilin kielisten maahanmuuttajien kotoutumisessa**

Miika Takala

Pro gradu -tutkielma

Sosiaalityö

Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2014

En tiedä mistä johtuu, mutta suomalaiset eivät juurikaan paljoa puhu. Eilen tapahtui ihme kun olin bussissa ja siirsin laukkuani niin, että viereen mahtui istumaan toinen.

Suomalainen kiitti ja tuli lähelleni istumaan. Aiemmin saattoi olla niin, että kuukauden päivät matkustin bussilla eikä kukaan tullut viereeni istumaan. Mutta kun nostin laukun penkiltä syliini ihmisiä tuli heti viereen istumaan. Se, että toinen tuli viereen istumaan oli ihmeellinen asia. Lähestyimme pysäkkiä missä tuli jäädä pois bussista. Keskustelimme siitä asiasta hetken sillä huonolla Suomella jota osasin ja tulinkin iloiseksi. Kaikki ihmiset eivät ole samanlaisia. On niitä jotka puhuvat ja niitä haluavat olla hiljaa.

(afrikkalainen nainen)

Wafini hawapendi kusema sana, sijui ni nini. Jana nilingia kwenye busi na nikakaa. Nilisogeza begi yangu na mfini akasema asante na akaketi karibu na mimi. Zamani iliwahi kuchukua mwezi mzima bila Mfini kuketi karibu yangu. Wakati nilipo nyangua tu begi yangu watu wakaketi karibu yangu. Tulikaribia karibu na sehemu ya kushuka. Tulisimulia na tuliongea na kile Kifini nilioweza na nilifurahia. Watu wote hawako sawa. Kuna wale amabyo wanataka kuongea na wale ambayo wanataka kuwa kimya.

(mama kutoka Afrika)

TIIVISTELMÄ

PAREMPI PELATA KUIN PYSYÄ PAIKOILLAAN

- Liikunnan merkitys swahilin kielisten maahanmuuttajien kotoutumisessa

Miika Takala

Sosiaalityön pro gradu -tutkielma 84 s., liitteet 1 kpl

Jyväskylän yliopisto

Ohjaaja: Tuija Kotiranta

Kevät 2014

Tutkielmassa tarkastellaan maahanmuuttajien kokemuksia liikunnan kotouttavasta vaikutuksesta uudessa kotimaassa. Seitsemän haastateltavaa kertoivat omalla kotikielellään swahiliksi ajatuksiaan urheilusta ja liikunnasta. Joukossa oli sekä miehiä että naisia, he olivat eri-ikäisiä ja asuneet Suomessa yhdestä kolmeen vuotta. Haastateltavat tulivat itäisestä Afrikasta, missä puhutaan swahilin kieltä. Olen työskennellyt kyseisen kielen asioimistulkkina vuosia ja huomannut puutteita maahanmuuttajien harrastusmahdollisuuksissa. Kuitenkin liikunnan uskotaan olevan yksi oivallinen keino kotoutumisessa, kielen oppimisessa ja ystävien saamisessa.

Teemahaastattelulla kerättyä aineistoa käsiteltiin sisällönanalyysin keinoin. Tavoitteena oli antaa haastateltavien oma ääni kuuluville. Omalla äidinkielellä puhuminen mahdollisti aiheesta keskustelemisen syvällisemmin. Teemat kotoutumisesta ja liikuntasuhteesta mahdollistivat myöhemmin aineiston analysoinnin. Tarkempi luokittelu tapahtui näiden alaluokkien kautta kuitenkin niin, että haastateltavien ääni ei peittynyt. Koin tärkeäksi tuoda esille myös mahdolliset toiveet ja pyynnöt maahanmuuttajien liikunta-mahdollisuuksien kehittämiseksi.

Tutkielman pohjalta voidaan tehdä johtopäätöksiä, jonka mukaan maahanmuuttajat itse pitävät liikuntaa ja urheilua tärkeänä kotoutumista edistävänä tekijänä. Puutteet tiedon saannissa ja uuden yhteiskunnan rakenteiden tuntemisessa hidastavat liikuntapalveluiden käyttöönottoa. Kehittämistoiveita esitettiin moneen suuntaan, joista yksi on vastaanottavaa työtä tekevä sosiaalitoimi. Liikuntakasvatukseen ja eri urheilulajien tuntemukseen liittyviä toiveita esitettiin liikuntatoimen suuntaan. Maahanmuuttajien opiskelupaikkoja kiitettiin hyvien liikuntapuitteiden mahdollistamisesta.

AVAINSANAT: maahanmuuttajasosiaalityö, kotoutuminen, akkulturaatio, liikuntasuhde

KIFUPISHO

SWAHILI

AFADHALI KUCHEZA KULIKO KUBAKI

- Maana ya mazoezi katika kuzoea nchini kwa wahamiaji waliongea Kiswahili

Miika Takala

Utafiti ya masomo ya huduma za jamii. Ukurasa 84, nyongezo 1

Chuo kikuu cha Jyväskylä

Mwalimu: Tuija Kotiranta

Mwaka 2014

Utafiti hii inapima uzoefu ya wahamiaji na mazoezi kusaidia katika kuzoea kwenye nchi mpya. Watu saba waliohojiwa walieleza kwa lugha yao Kiswahili mawazo kuhusu mazoezi na michezo. Waliohojiwa walikuwa wanaume, wanawake, walikuwa na umri tofauti na wamewahi kuishi Finland kuanzia mwaka moja mpaka miaka mitatu. Waliohojiwa wamefika kutoka Afrika mashariki, sehemu wapi Kiswahili inaongewa. Mimi nimewahi kufanya kazi ya mkalimani ya lugha hii na nimeona upungufu katika wahamiaji kupata kufanya mazoezi vizuri. Hata hivyo inafikiriwa kwamba mazoezi ni njia moja mzuri kusaidia katika kuzoea nchini, kujifunza lugha na kupata marafiki.

Kwa njia ya kufanya intavjuu na kupata data ilipimwa kwa njia ya mchanganuo fulani. Kusudio ilikuwa kwamba waliohojiwa wanapata sauti yao isikilizwe. Njia ya kutumia lugha ya mama iliwezesha kuongea na maana sana. Maneno kuhusu kuzoea na kuelewa michezo yaliwezesha baadaye kuchanganua data. Kuainisha kwa halisi iliwezekana kwa njia ya kutumia haya bila kupoteza sauti ya waliohojiwa. Nilisikia ni muhimu kwamba matakwa na maombi yatasikilizwa kwa ajili ya kuendeleza mazoezi ya wahamiaji.

Kutoka utafiti huu unaweza kufanya hitimisho ambayo inasema kwamba wahamiaji wenyewe wanafikiri mazoezi na michezo ni njia muhimu katika kusaidia kuzoea nchini. Upungufu katika kupata habari na kuelewa njia nchi ilivyojengwa yanapunguza kazi ya kuanza kutumia huduma za mazoezi. Maombi yaliombwa sehemu mbali mbali na moja ilikuwa huduma za jamii inayofanya kazi cha kupokea. Katika mafundisho ya maana ya mazoezi na kujua aina ya mazoezi ilielezwa huduma za mazoezi za mji waendeleze. Shule za wahamiaji walipokea shukrani kuhusu kuwezesha mazoezi.

MANENO MUHIMU: huduma za jamii kwa wahamiaji, kuzoea nchini, kuelewa michezo

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO	5
2. TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT	7
2.1 Maahanmuutto ajankohtaisena ilmiönä	8
2.2 Maahanmuuttajatyö osana sosiaalityötä.....	12
3. KESKEISET KÄSITTEET JA TEOREETTINEN TAUSTA	16
3.1 Assimilaatiosta akkulturaatioon ja sen kritiikki	16
3.2 Kotoutuminen liikunnan avulla.....	19
3.2.1 Kotoutuminen liikunnan avulla -hanke.....	21
3.2.2 Liikuntasuhde ja liikunnan merkitys teorialuotoina	23
3.2.3 Kandidaatin tutkielman tuloksia.....	25
4. TUTKIMUKSIA MAAHANMUUTOSTA JA LIIKUNNASTA.....	27
4.1 Kotimaisia tutkimuksia	27
4.1.1 Maahanmuuttajat liikkujina ja hyviä käytäntöjä.....	27
4.1.2 Viranomaisnäkökulma maahanmuuttoon	32
4.2 Pro gradu -tutkielmia monikulttuurisuudesta.....	34
4.3 Kansainvälisiä tutkimuksia	35
5. LIIKUNNALLE ANNETTUJEN MERKITYSTEN TUTKIMINEN	37
5.1 Sisällönanalyysi aineiston analyysimenetelmänä	37
5.2 Tutkimuksen toteutus teemahaastattelun keinoin.....	42
6. HAASTATTELUAINEISTON ANALYSOINTI JA TULOKSET TEEMOITTAIN	46
6.1 Liikuntasuhde ja sen merkitys kotoutumisessa	48
6.1.1 Harrastus- sekä kilpaurheilusanojen tuntemus	49
6.1.2 Urheilulajien tuntemus.....	51
6.1.3 Liikuntakulttuurin erot	52
6.1.4 Urheilun sukupuolisuus	53
6.1.5 Liikuntaa estäviä tekijöitä	54
6.1.6 Mikä asiassa voisi auttaa?.....	55
6.1.7 Mistä tietoa urheilumahdollisuuksista	57
6.2 Liikunnan hyöty kotoutumisessa	58
6.2.1 Mitä hyvää liikunnasta?.....	59
6.2.2 Urheilusta apua ystävien saamisessa	60
6.2.3 Urheilusta apua kielen, tapojen ja kellon oppimisessa.....	61
6.2.4 Urheilusta apua Suomeen sopeutumisessa	63
6.2.5 Maahanmuuttajat omissa ryhmissään?.....	64
6.2.6 Rasismikokemukset.....	66
6.2.7 Urheilumahdollisuudet Jyväskylässä	67
6.2.8 Ajatukset haastattelun lopussa	68
7. POHDINTA.....	70
7.1 Johtopäätökset tutkimustuloksista.....	71
7.2 Jatkoimenpide-ehdotuksia	73
LÄHDELUETTELO	75

LIITE 1. Haastattelurunko

1. JOHDANTO

Suomesta on puhuttu yhden kulttuurin yhteiskuntana. Todellisuudessa maassa ovat vaikuttaneet historian saatossa useat eri kansallisuudet ja kieliryhmät. Kauppaa on käyty yli maan rajojen ja vierasmaalaisia kauppiaita on saapunut maahan. Varsinkin rannikkokaupungit ovat olleet vilkkaita kaupankäynnin keskuksia. Etnisesti valtaväestö on puhunut yhtä kieltä, mutta pysyviä vähemmistöjä ovat edustaneet ruotsinkieliset, saamelaiset ja romanit. Emme ole siis koskaan asuneet umpioidussa lintukodossa vaan kansainvälisyys on leimannut tekemisiämme jo kauan, joskin pienemmässä mittakaavassa. (Itkonen 1997, 35.)

Sosiaalityön sanotaan olevan kriisissä siihen tällä hetkellä kohdistuvan voimakkaan kritiikin vuoksi. Viime aikojen epäonnistumiset lastensuojelussa sekä viranomaisten heikossa keskinäisessä kommunikoinnissa ovat olleet yksi syy tähän. Sosiaalialan toimikenttää tarkastellaan parhaillaan uudelleen esimerkiksi työn tuloksellisuuden näkökulmasta. Varhaisesta puuttumisesta ja ennaltaehkäisevästä sosiaalityöstä puhutaan myös paljon. Tämä johtuu siitä, että esimerkiksi lastensuojelun tarve on kasvanut voimakkaasti perheiden ongelmien monimutkaistuessa. (Kotiranta ym. 2011, Raunio 2004.)

Yksilön näkökulmasta ihmisellä on taipumus ja halu elää toisten kanssa vuorovaikutuksessa. Toisten ihmisten hyväksyntä on tärkeää oman toiminnan kannalta ja välineenä tässä on kieli. Sosiaalityö monikulttuuristuu maahanmuuton myötä ja muuttovirrat tulevat kasvamaan tulevaisuudessakin. Joustavamman kotoutumisen ja kantaväestön tutustumisen maahanmuuttajiin tulee olla päätöksentekijöiden yksi keskustelun aihe. Sosiaalisten suhteiden muodostaminen ja ylläpitäminen onnistuu esimerkiksi liikunnan ja urheilun avulla. Jalkapallo on samanlainen urheilumuoto maasta ja kulttuurista riippumatta. Tarve perinteiselle sosiaalityölle ei ole poistumassa. Se on vain saamassa uudenlaisia muotoja. Tästä esimerkkinä maahanmuuttajasosiaalityö, joka on maahanmuuttajien parissa tehtävää sosiaalityötä.

Pro gradu -tutkielmassani tutkin maahanmuuttajien kokemuksia ja ajatuksia liikunnan ja urheilun kotouttavasta roolista. Lähtökohtana on ajatus, että liikunnasta on hyötyä

moneen asiaan elämässä ja että myös maahanmuuttajat saavat siitä apua kotoutumisvaiheessa. Tutkielmassa tarkasteltavana ovat olosuhteet ja toimintatavat; missä liikuntaa harrastetaan ja mitä tekijöitä siihen liittyy. Oletuksena on, että monet maahanmuuttajat haluaisivat liikkua ja harrastaa urheilua, mutta kysyntä ja tarjonta eivät useinkaan kohtaa. Lisäksi liikunnan ja urheilun merkitystä terveydelle ei ehkä aina ymmärretä. Parhaimmillaan liikunta ja urheilu voisivat kuitenkin toimia sosiaalisena maailmana, jonka kautta maahanmuuttaja voi löytää reitin maan kulttuuriin ja sen eri tasoihin samaan aikaan kun työstää omaa identiteettiään ja urheilee.

Maahanmuuttajien kotoutumista käsittelevää tutkimusta on jo jonkin verran olemassa (Esim. Anis 2008, Fagerlund & Maijala 2011; 2012, Myren 1999 ja Zacheus 2010; 2011; 2012; 2013), mutta tarvetta jatkotutkimuksille edelleen on. Erityisesti maahanmuuttajien omien ajatusten ja liikunnalle annettujen merkitysten esille saaminen on mielestäni tärkeällä sijalla. Omien kokemusten kertominen ja sitä kautta maahanmuuttajien äänen kuuluville saaminen antavat tärkeää tietoa tutkijoille ja päätöksentekijöille. Kotoutumistutkimuksen tekeminen liikunnan ja urheilun näkökulmasta tarjoaa vaihtoehtoisia lähestymistapoja maahanmuuttajasosiaalityöllekin.

Tutkimuksen aihe nousee kandidaatin tutkielmastani sekä omasta kiinnostuksestani liikuntaa kohtaan. Kandidaatin tutkielmavaiheessa selvitin *Maahanmuuttajien kotoutuminen liikunnan avulla* -hankkeeseen Jyväskylässä mukaan lähteneiden urheiluseurojen ajatuksia monikulttuurisesta liikunnasta. Tavoitteena oli tuolloin saada urheiluseurat pohtimaan omaa suhdettaan maahanmuuttajien liikuttamiseen sekä selvittää mitä valmiuksia, mahdollisuuksia ja haasteita siihen liittyy. Työn valmistuttua aihe jäi vaivaamaan mieltäni ja halusin jatkaa siitä eteenpäin tutkimalla hankkeen kohteita eli maahanmuuttajia.

2. TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

Tässä pro gradu –tutkielmassa selvitän, mitä maahanmuuttajat ajattelevat liikunnasta ja sen kotouttavasta vaikutuksesta. Halusin tutkia haastateltavien liikunnalle antamia merkityksiä. Kimmokkeen tutkimusaiheelleni sain alun perin toimiessani asioimistulkin työssä. Jo vuosien ajan olen tulkannut swahilin kielellä ja usein juuri sosiaalityöntekijöitä. Esimerkiksi kotikäynneillä keskustelun aiheeksi ovat usein nousseet lasten harrastusasiat sekä vaikeus harrastamiseen Suomessa. Harrastusmahdollisuuksista on ollut vaikeaa saada selvää ja sosiaalityöntekijän avustuksesta huolimatta ongelmiksi ovat saattaneet paljastua esimerkiksi ikä, maksut tai harrastuksen sijainti. Yhteiskunnan tuntemisen puutteen lisäksi kielitaito on ollut usein esteenä. Lasten harrastusten lisäksi myös vanhempien ja aikuisten liikunta-asiat ovat olleet esillä kotikäynneillä.

Afrikasta tulleet maahanmuuttajat kokevat suuria muutoksia elämässään Suomeen muuton myötä. Koko elämä pitää saada uudelleen raiteilleen vieraassa kulttuurissa. Fyysinen liikunta saattaa auttaa stressin purkamisessa, mutta missä liikkua tai mistä löytää sopivat tilat? Maahanmuuttaja saattaa ajatella suomalaisten olevan hiljaisia, mutta puhuvatko he edes urheillessaan? Pro gradu -tutkielmani tuo esille uusia seikkoja siitä, *mitä maahanmuuttajat itse ajattelevat liikkumisesta sekä minkälaisia merkityksiä he sille antavat*. Teemahaastattelukysymyksissä keskityin kysymään haastateltavan omasta liikuntasuhteesta sekä tekijöistä, jotka mahdollisesti helpottavat kotoutumista. Kysyin myös asioista, jotka estävät liikkumasta sekä mitä asialle voisi tehdä.

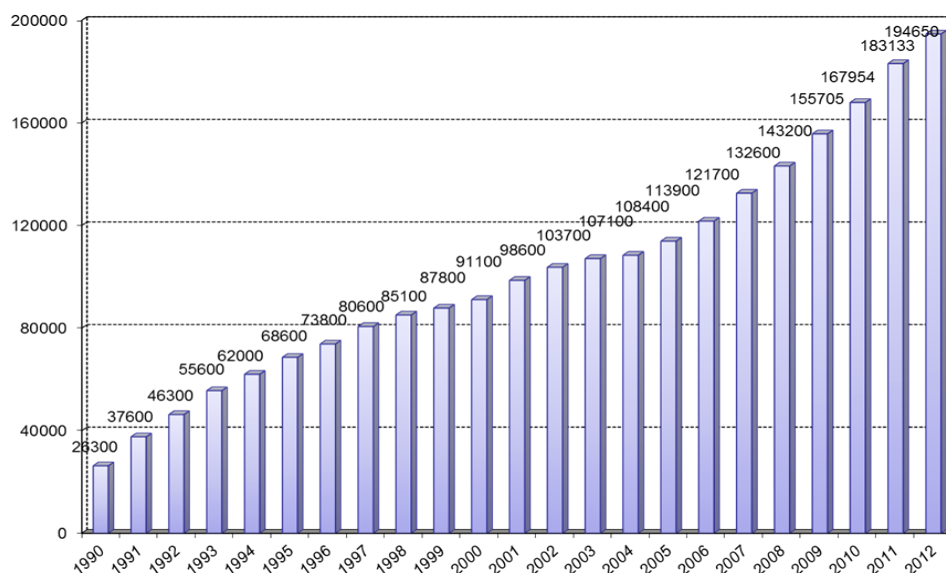
Tutkielman rakenne etenee niin, että luvun 1 johdannon jälkeen luvussa 2 kerrotaan tutkimuksen lähtökohdat sekä maahanmuuton ajankohtaisuus. Lisäksi käsitellään maahanmuuttoa sosiaalityön näkökulmasta. Luvussa 3 käsitellään tutkimuksen keskeiset käsitteet sekä teoreettinen tausta. Edellisen luvun lisäksi maahanmuuton peruskäsitteet, teoreettinen viitekehys sekä tutkielman kannalta olennainen liikuntasuhde -käsite tulevat lukijalle tutuiksi. Kotoutumisen eri vaihtoehtoja käydään läpi Berryn akkulturaatiostategian avulla. Tämän jälkeen siirrytään tutkimusaiheeseen liikunnan kotouttavasta vaikutuksesta. Aihe liikkuu aluksi maahanmuuttajia koskevassa keskustelussa ennen *Kotoutuminen liikunnan avulla* -hankkeen esittelyä. Esittelen myös kandidaatin tutkielmassa tekemiäni havaintoja.

Luku 4 käsittelee aiempia tutkimuksia ja tuo näin tutkielmaan syvyyttä. Luvun luettuaan lukija saa kokonaiskuvan eri tutkimuksista, jotka koskevat maahanmuuttoa ja liikuntaa. Mukana on kansainvälisiä tutkimuksia sekä pro gradu tason tutkielmia. Myös viranomaisnäkökulma maahanmuuttajasosiaalityöhön valottuu hieman. Luku 5 avaa metodiosion laadullisesta tutkimuksesta ja sisällönanalyysistä. Keskustelua käydään myös diskurssianalyysin mahdollisuudesta toimia teemahaastattelujen analysointimenetelmänä. Luvussa kuvataan tutkielman toteutusta, aineiston luonnetta sekä haastattelututkimuksen metodologiaa. Tutkimuksen toteutus ja aineiston käsittely tapahtuu luvussa 6, joka käsittelee empiiriset tulokset teemoittain. Näitä ovat teemahaastattelurungon (liite1) mukaisesti liikuntakäsitteen ja sen merkityksen ymmärtäminen, liikunnan hyödyllisyys kotoutumisen kannalta, liikuntaa estävät tekijät, liikuntakulttuurin erot kotimaassa ja Suomessa, maahanmuuttajien urheilumahdollisuudet Jyväskylässä, liikunta omassa ryhmässä tai yhdessä kantaväestön kanssa, kokemukset rasismista, mistä saada tietoa urheilumahdollisuuksista sekä haastateltujen omat toiveet. Myöhemmin nämä teemat jaettiin kahteen liikuntasuhdetta ja liikunnan hyötyä koskeviin päälukuihin analysoinnin helpottamiseksi. Luvun 7 pohdintaosiossa, käsitellään tutkielman johtopäätökset, analysoidaan tutkimustuloksia sekä tehdään niiden pohjalta johtopäätöksiä. Samassa luvussa käydään läpi myös jatkotutkimusehdotuksia.

2.1 Maahanmuutto ajankohtaisena ilmiönä

Maahanmuuton määrä Suomeen on viime vuosina lisääntynyt. Tilastokeskuksen mukaan ulkomailta Suomeen muutti vuoden 2012 aikana 31 280 henkeä, joista EU-maista muuttaneiden osuus oli 16 340 henkeä. Suomeen muuttaneiden määrä kokonaisuudessaan oli 1 800 edellisvuotta suurempi ja suurin luku itsenäisyyden aikana (Suomen virallinen tilasto SVT). Ulkomaan kansalaisten määrä tulee pian rikkomaan 200 000 henkilön rajan, kun se vuonna 2012 oli vielä 194 650. Maahanmuutto Suomeen on 2000-luvun ilmiö ja varsinkin pääkaupunkiseudulla maahanmuuttajien osuus on merkittävä. Vieraskielisten osuus väestöstä Suomessa on kuitenkin vain neljän prosentin luokkaa (Taskutieto 2013). Verrattuna esimerkiksi Ruotsiin (n. 20 %) on luku edelleen pieni. Suomi ottaa vastaan selkeästi vähemmän maahanmuuttajia kuin sen naapurivaltiot tai muut Euroopan maat (Fagerlund & Maijala 2012, 24).

Taulukko 1: Ulkomaalaiset Suomessa 1990-2012. Väestörekisterikeskus & Tilastokeskuksen väestön ennakkotilasto.



Yksi yhteiskuntaa monikulttuuristava seikka on pakolaisuus. Muuhun maailmaan verrattuna Suomi tulee tässäkin asiassa jälkijunassa. Pakolaisten vastaanottamisen määrissä Suomi tulee kaukana muiden Euroopan maiden perässä. Vuosittainen kiintiö ottaa 750 kalpenee Ruotsin 1900 hengen rinnalla sekä varsinkin sen tiedon varjossa, että YK:n pakolaisjärjestön alaisina on 15,4 miljoonaa henkilöä odottamassa uudelleen sijoitusta eri puolilla maailmaa (UNHCR Statistical Yearbook 2011, 23). Eniten turvapaikanhakijoita vuonna 2012 oli Afganistanissa, mutta myös muut kriisit maailmalla ajavat ihmiset kodeistaan pyrkimään turvaan toiseen maahan. Usein ajatellaan pakolaisia olevan eniten Euroopan maissa, mutta todellisuudessa heitä on usein eniten konfliktialueiden naapurimaissa. Myös turvapaikan hakijoiden määrissä Suomi jää kauas muista Pohjoismaista. Seuraavassa taulukossa näkyy tilanne Pohjoismaissa sekä eniten hakemuksia vastaanottavissa maista:

Taulukko 2: Turvapaikan hakijat Pohjoismaissa sekä eniten hakemuksia vastaanottavat maat vuonna 2012. Sisäasiainministeriö. Maahanmuuton vuosikatsaus 2012.

	2010	2011	2012
Ruotsi	31 819	29 710	43 887
Norja	10 064	9 050	9 785
Tanska	4 965	3 985	6 141
Suomi	4 018	3 086	3 129
Yhdysvallat			83 400
Saksa			64 500
Ranska			54 900
Iso-Britannia			27 400

Käsitteet maahanmuuttaja ja maastamuuttaja eivät riitä pelkästään kuvaamaan kaikkea kansainvälistä liikkuvuutta. Euroopan Unionin sisäpuolella käydään työssä eri maissa, mikä ei näy maahanmuuttotilastoissa. Tulevaisuudessa työperäinen, opiskelijoiden, kansainvälistä suojelua hakevien, perheen yhdistämistä hakevien ja paperittomien määrä tulevat kaikki lisääntymään. Yhteiskuntamme muuttuu siis monikulttuurisemmaksi vuosi vuodelta. Maahanmuuttajien määrä tulee Suomessa kasvamaan tulevaisuudessakin ja on siksi tärkeää panostaa tähän aiheeseen.

Uusi kotoutumislaki koskee kaikkia maahanmuuttajia, kun sitä edeltänyt koski ainoastaan henkilöitä, jotka saapuivat Suomeen pakolaisina tai paluumuuttajina. Sen mukaan kaikki Suomeen muuttavat henkilöt saavat perustietoa suomalaisesta yhteiskunnasta oleskeluluvan saamisen tai oleskeluoikeuden rekisteröitymisen yhteydessä. Uuden lain piiriin kuuluvassa alkukartoituksessa kunnan tai työ- ja elinkeinotoimiston viranomaiset määrittelevät yhdessä maahanmuuttajan kanssa minkälaisia kotouttamispalveluja- ja toimenpiteitä hän tarvitsee. Alkukartoitus koskee kuitenkin vain työttömiä maahanmuuttajia, toimeentulotukea saavia tai sitä hakevia. (Fagerlund & Maijala 2012, 25.)

Kotoutumislain tarkoituksena on tukea ja edistää kotoutumista ja maahanmuuttajan mahdollisuutta osallistua aktiivisesti suomalaisen yhteiskunnan toimintaan. Lisäksi lain tarkoituksena on edistää tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta sekä myönteistä vuorovaikutusta eri väestöryhmien kesken. Vuonna 2010 voimaan astunut kotoutumislaki edellyttää kuntia toimimaan yhteistyössä eri viranomaistahojen kanssa kotoutumista edistävien toimenpiteiden edistämiseksi. Kunnilta edellytetään myös suunnitelmaa lasten ja nuorten kotoutumisesta ja siitä miten sosiaalista vahvistamista edistetään. (Laki kotoutumisen edistämisestä 2010.)

Kotouttavan työn määrä on Suomessa lisääntynyt kuluneen 20 vuoden aikana samaa tahtia maahanmuuttajien määrän lisääntyessä. Tilanne Suomessa on kuitenkin se, mitä se muissa Euroopan maissa oli vuosikymmen sitten (Talvinen & Nylund 2008, 124). Maahanmuuttajien määrän lisääntyminen on kansainvälinen ilmiö ja Suomen kohdalla sitä ovat lisänneet 1990-luvun sodat ja kriisit maailmalla sekä inkerinsuomalaisten paluumuutto (OPM 2010, 9). Kulttuurien kohtaamisessa juuri pakolaisuus on mielenkiintoinen tekijä, sillä siinä kuntapaikan saanut pakolainen muuttaa asumaan aivan kantasuomalaisen naapuriin. Suomen vuosittainen kiintiö 750 pakolaisen vastaanotosta tulee siis näkymään katukuvassa monessa suomalaisessa pikkukaupungissakin. Vuonna 2013 otetuista pakolaisryhmistä olivat edustettuna seuraavat kansallisuudet: 1. Irak 819, 2. Venäjä 246, 3. Somalia 217, 4. Nigeria 206, 5. Afganistan 199, 6. Iran 167, 7. Syyria 149, 8. Algeria 82, 9. Marokko 76, 10. Kosovo 70 (Maahanmuuttovirasto).

Vuonna 2013 tehtiin päätös yhteensä 4055 turvapaikanhakijalle. Myönteisen päätöksen eli turvapaikan tai oleskeluluvan jollain perusteella sai 1827 henkilöä. Heistä 1200 oli miehiä ja 627 naisia. Kielteisen päätöksen sai 1390 miestä ja 513 naista. Myönteisen päätöksen saaneille syinä olivat turvapaikka (556), toissijainen suojelu (780), humanitääriin suojelu (11), oleskelulupa tai muu peruste (480). Yksin tulleista alaikäisistä turvapaikan sai 98 kun hakijoita oli 123. Ilman huoltajaa saapuvien alaikäisten turvapaikanhakijoiden määrä läski hieman edellisvuodesta. (Maahanmuuttovirasto.)

Suomessa kotoutumisen käsitteeseen sisältyy tavoite maahanmuuttajasta tasavertaisena osallistujana yhteiskunnan toimintaan sekä oikeus säilyttää omaa kulttuuria (Anis 2006, 110). Monikulttuurisuuden lisääntyminen näkyy myös liikunta- ja urheiluharrastuksissa.

Kysymykset rasismista ja suvaitsevaisuudesta ovatkin olleet viime aikoina esillä julkisuudessa. Erilaiset rasismiin vastaiset kampanjat ovat olleet vastaveto maahanmuuttokriittisyydelle. Yhteiskunnan on muututtava myös niin, että maahanmuuttajat kotoutuvat paremmin. Ajankohtaisten tutkimusten mukaan liikunnalla ja urheilulla on positiivisia vaikutuksia sopeutumisen kannalta. Tästä syystä monikulttuurinen liikunta on otettu vakavasti päätöksentekijöiden tasolla. Maahanmuuttajien osallistuminen koko kantaväestölle tarkoitettuun liikuntaan rakentaa avointa liikuntakulttuuria ja yhdenvertaisuutta liikuntapalveluiden saatavuudessa sekä lisää kantaväestön ja maahanmuuttajien vuorovaikutusta (OPM 2010, 1).

2.2 Maahanmuuttajatyö osana sosiaalityötä

Maahanmuuttaja on yleiskäsite, joka kuvaa kaikkia ulkomailla syntyneitä ja maahanmuuttaneita henkilöitä, joiden äidinkieli on muu kuin suomi, ruotsi tai saame. Maahanmuuttajataustaisia ovat muun muassa pakolaiset, siirtolaiset, paluumuuttajat ja muut ulkomaalaiset sekä turvapaikanhakijat. Maahanmuuttajataustaisia ovat myös henkilöt, jotka ovat syntyneet Suomessa, mutta joiden molemmat vanhemmat ovat syntyneet muualla. Toisen sukupolven maahanmuuttaja on henkilö, joka on syntynyt uudessa maassa ja joiden vanhemmista ainakin toinen on maahanmuuttaja. Rajanveto, milloin ihminen lakkaa olemasta maahanmuuttaja ei ole kovin helppo, sillä on kyseenalaista kutsua henkilöä maahanmuuttajaksi, jos vain toinen vanhemmista on syntynyt ulkomailla. Maahanmuuttaja-käsitettä on arvosteltu muun muassa siitä, että se niputtaa kaikki maahanmuuttajat yhdeksi ryhmäksi ja ylläpitää jakoa ”meihin” suomalaisiin ja ”muihin” ulkomaalaisiin. Toisaalta termi tarjoaa edes jonkinlaisen tavan kuvata maahanmuuttaneita eri taustan omaavia henkilöitä. (Zacheus 2013, 4.)

Kotouttava sosiaalityö on osa maahanmuuttajasosiaalityötä, mitä Suomessa on tehty parisenkymmentä vuotta kotouttamispalveluiden alusta saakka. Kehitykseen vaikutti maahanmuuttajien määrän lisääntyminen 1990-luvulla, vaikka pakolaisten vastaanoton alkuajat ovat Suomessa 1980-luvun lopulla. Vasta 2000-luvun alussa kotoutumista koskevan lainsäädännön kehityksen myötä aihe on tullut mukaan kuntien palvelurakenteeseen ja yleisiin toimintatapoihin. (Talvinen & Nylund 2008, 111.)

Oli Suomeen muuton syynä pakolaisuus tai jotain muuta, on kyseessä aina henkilökohtainen matka, jonka tavoitteena on uuden elämän aloittaminen uudessa maassa. Maahanmuuttajien näkemistä yhtenä ryhmänä on kritisoitu jo paljon, vaikka yhteisiä ongelmiakin heillä on. Yksi tällainen seikka on Polina Kopylovan (2011, 121) mukaan yksinäisyys. Kotoutumiseen vaikuttaa mahdollisuus valmistautua muuttoon sekä se onko muutto vapaaehtoinen vai pakon sanelema. Osa muuttaa Suomeen sitä muistuttavasta kulttuurista ja osa taas täysin erilaisesta. Myös samasta maasta muuttaneiden sisäiset erot voivat olla suuria. (Zacheus 2013, 5.) Maahanmuuton eri vaiheita kuvataan usein käyrällä, jossa vaihtelevat hyvä ja huonot vaiheet. Se alkaa jyrkällä nousulla ja kuvaa suurta optimismia, mitä henkilö kokee Suomeen saavuttuaan. Alkuihastuksen jälkeen vaihtelevat olotilat viihtymisen ja pois haluamisen välillä kunnes käyrä tasaantuu pikku hiljaa. Punainen Risti on käyttänyt *Kotoutumiskaari* nimellä tunnettua kuvaajaa apuna koulutuksessa ja maahanmuuttajien itsetutkiskelun apuvälineenä (Kotoutumiskaari).

Yksi maahanmuuttajan uudessa kotimaassaan kokema tekijä on rasismi. Siinä on kyse erojen osoittamisesta ja tuottamisesta sekä näiden tekijöiden arvottamisesta ja merkityksellistämisestä (Zacheus 2012, 56). Tästä seuraa eriarvoisuutta ja rasismien kokemisella voi olla vakaviakin seurauksia. Asenteet maahanmuuttajia kohtaan ovat viime aikoina koventuneet poliittisen taantuman ja perussuomalaisten kannatuksen kasvun myötä. Julkisuudessa etnisuutta ja maahanmuuttoa käsitellään pääosin asiallisesti. Ongelmana usein on, että poliitikot ja toimittajat eivät tunne riittävän hyvin faktoja. Yleistä myös on ollut, että suomalaiset vähäosaiset ja turvapaikanhakijat rinnastetaan toisiinsa. Haitallista mediassa käytävä keskustelu on maahanmuuttajaperheen lapsille, jotka kuulevat kuinka heidän vanhemmistaan puhutaan sosiaalipummeina. (emt. 57-59).

Suomalaisessa viranomaistyöskentelyssä ja varsinkin sosiaalityössä käytetään hieman eri termejä kuvaamaan maahanmuuttaja-asiakkaiden kanssa tehtävää työtä. Yleisesti käytössä on *monikulttuurinen sosiaalityö*, joka Merja Aniksen (2006, 110) mukaan ei ole aivan yksiselitteinen. Monikulttuurisuus käsite kun pitää sisällään tieteellisessä ja poliitisessa keskustelussa erilaisia merkityksiä. Sillä voidaan viitata asiakkaiden monenlaisiin kulttuurisiin taustoihin ja siihen liittyy myös arvolataus suhteessa toteutuvaan sosiaalityöhön. Jotta sosiaalityö olisi monikulttuurista tulee sen toimia niin, että sekä työntekijöiden että asiakkaiden omat kulttuuriset taustat otetaan huomioon. *Maahanmuuttajasosiaalityö* sen sijaan kuvaa asiakasryhmää, jonka kokemuksiin liittyy

maasta toiseen muuttaminen. Käsite on tarpeeksi neutraali, koska se ei pidä sisällään oletuksia minkälaisista maahanmuuttajien kanssa tehtävän sosiaalityön tulisi olla. (emt. 110)

Suomessa maahanmuuttajien sopeutumista on viime vuosina lähestytty kotoutumisen - käsitteen kautta. Kotoutumislain (1999) mukaan kotoutumisella tarkoitetaan ”*maahanmuuttajan yksilöllistä kehitystä tavoitteena osallistua työelämään ja yhteiskunnan toimintaan samalla omaa kieltään ja kulttuuriaan säilyttäen*”. Uuden päivitetymmän vuoden 2010 Laki kotoutumisen edistämisestä -mukaan kotoutuminen on ”*maahanmuuttajan ja yhteiskunnan vuorovaikutteista kehitystä, jonka tavoitteena on antaa maahanmuuttajalle yhteiskunnassa ja työelämässä tarvittavia tietoja ja taitoja samalla kun tuetaan hänen mahdollisuuksiaan oman kielen ja kulttuurin ylläpitämiseen*”. Molemmissa määritelmässä korostuu yhteiskunnan toimintaan osallistuminen oman kulttuuriperinnön ylläpitämisen ohessa. Sana *kotouttaminen* tarkoittaa niitä toimenpiteitä, mitä yhteiskunta tarjoaa maahanmuuttajan sopeutumisen edesauttamiseksi. (Kotouttamislaki 1999, Laki kotoutumisen edistämisestä 2010.)

Vuonna 2010 voimaan astunut kotoutumislaki edellyttää kuntia tekemään yhteistyötä eri viranomaistahojen kanssa kotoutumista edistävien toimenpiteiden järjestämiseksi. Kunta voi myös laatia kotouttamisohjelman. *Pakolaissosiaalityöksi* nimetty käsite määrittelee tarkemmin mitä viranomaiset tekevät kotoutumisen edistämiseksi. Käsitteenä se on osa laajempaa kotouttamistyötä, mitä Suomen kunnissa suoritetaan. Työ on hyvin moninaista, mutta pitää sisällään samoja elementtejä kuin yleinen sosiaalityö. Yhteisösosiaalityön näkökulmasta monikulttuurinen sosiaalityö edellyttää kulttuurisensitiivisyyttä ja ylemmällä tasolla yhteistyötä eri viranomaistahojen välillä.

Suomessa maahanmuuttoasioiden valtionhallinnon järjestämistapojen muutokset ovat vaikuttaneet kotouttamis- ja vastaanottotyöhön. Asioita on Talvisen ja Nylundin (2008, 114) mukaan hoidettu kaikkien ministeriöiden yhteistyönä ja kunnissa hallintokuntien sekä yhdistysten yhteistyönä. Yleinen kehittäisvastuu on ollut työministeriöllä ja kunnilla on paikallinen yleis- ja yhteensovittamisvastuu. Eri toimijoiden välinen työnjako, painopistealueet, toimintojen priorisointi ja resursointi ovat vaihdelleet. Toimintojen toteutus perustuu edelleen monilta osin erilaisiin projekteihin ja hankkeisiin. Myös kolmannen sektorin toimijat ovat olleet kasvavassa määrin osallisina. Kotoutumislain

yhteensopivuutta muun lainsäädännön kanssa on paranneltu, mutta silti siihen liittyy ongelmia yhteensovittamis- ja vastuukysymyksissä (emt. 114).

Maahanmuuttajille tarkoitetut palvelut ovat Zacheuksen (2013, 5) mukaan suurimmissa kaupungeissa suhteellisen hyvin kehittyneitä. Tarjolla on eritasoisia kielikursseja ja kunnat laativat kotouttamislain velvoittamia kotoutumissuunitelmia. Sen sijaan monikulttuurisuusstrategiat ovat melko harvinaisia ja tiedonkulussa on puutteita. Tähän Zacheus arvioi olevan syynä sen, että maahanmuuttajataustaisia ei asu juuri muualla kuin suurimmissa asutuskeskuksissa tai niiden lähetyvillä.

3. KESKEISET KÄSITTEET JA TEOREETTINEN TAUSTA

Tässä pro gradu -tutkielmassa kysyin maahanmuuttajilta, *mitä mieltä he ovat liikunnasta ja sen merkityksestä*. Tarkasteltavana olivat liikuntasuhde ja liikunnan merkitys kotoutumisprosessissa. Suoritin haastattelut swahilin kielellä, koska osaan sitä erinomaisesti. Olen asunut lapsuudessani Tansaniassa kahdeksan vuotta ja toiminut Suomeen saavuttuani swahilin kielen asioimistulkkina seitsemän vuoden ajan. Uskon tämän kielivalinnan kautta liikuntasuhteen sekä tutkimuskysymysten käsittelyn onnistuneen paremmin. Omalla äidinkielellä puhuminen auttoi mielestäni haastateltavia jäsentämään ajatuksiaan paremmin sekä tuomaan sitä kautta esille myös omia toiveitaan. Ajatuksena on ollut tuoda paremmin maahanmuuttajien omaa ääntä kuuluville. Aiheesta on olemassa jonkin verran tutkittua tietoa, mutta tämä tutkielma täydentää sitä ja voi osaltaan auttaa esimerkiksi liikuntapalveluiden järjestäjiä. Viime syksynä ilmestynyt tutkimus Turun seudulta maahanmuuttajien kotoutumisesta sekä liikuntapalveluiden toimivuudesta paikkaa myös tutkimuksellista aukkoa (Zacheus ym. 2013).

Tutkimustehtävän ja haastateltavien määrän rajasin swahilin kieltä puhuviin ja vähintään vuoden Suomessa asuviin afrikkalaisiin. Kotimaalla ei ollut niinkään väliä, sillä swahilia puhutaan eri maissa laajasti Itä-Afrikan alueella. Kielivalinnan kautta uskoin saavani selville erityispiirteitä, jotka koskevat erityisesti juuri afrikkalaisia. Samalla sain yleistettävää tietoa maahanmuuttajista Suomessa. Alkuperäinen idea haastatella esimerkiksi vain pakolaisina tietystä Afrikan maasta tulleita ei tuntunut mielekkäältä pienen pohdinnan jälkeen. Maalla tai Suomeen tulon syyllä ei tuntunut olevan niinkään suurta merkitystä tutkimusongelman kannalta. Mielekkäältä tuntui sen sijaan haastatella hieman eri-ikäisiä miehiä ja naisia eri näkökulman omaavina informantteina sekä saada näin mahdollisimman laaja näkökulma tutkimusaiheeseen maahanmuuttajien liikunnasta.

3.1 Assimilaatiosta akkulturaatioon ja sen kritiikki

Maahanmuuttotutkimuksissa esiintyvä *akkulturaatio*-käsite kuvaa eri kulttuureista tulevien ihmisten ja ryhmien kohtaamista ja tämän tuloksena syntyviä muutoksia. Akkulturaatiota tapahtuu, kun ihmiset eri kulttuuritaustoista ovat tekemisissä toistensa kanssa. John Berry (2006) käsittelee tätä artikkelissaan ja mainitsee, että akkulturaatiota

voi esiintyä yhteiskunnassa, jossa elää ihmisiä vähintään kahdesta eri kulttuurista, kielestä ja uskonnosta. Akkulturaatiota ei tapahdu ilman molemminpuolista sopeutumista. Edellytys tälle tapahtumalle on, että kantaväestö ja esimerkiksi maahanmuuttaja hyväksyvät sen, että erilaiset ihmiset voivat elää samassa yhteiskunnassa. Käytännön tasolla tämä näkyy siinä, että vähemmistön edustaja omaksuu yhteiskunnan perusarvot ja valtaväestö rakentaa yhteiskunnan niin, että se mahdollistaa monikulttuurisen yhteiskunnan. Zacheuksen mukaan akkulturaatioon liittyvä virhepäätelmä liittyy usein ajatukseen, että muutosta tapahtuisi vain yhden kulttuurin edustajalla vuorovaikutuksessa (2012, 28). Sitä tapahtuu myös kantaväestön parissa, mutta yleensä muutokset kantaväestölle ovat vain pienempiä kuin vähemmistöryhmälle.

Akkulturaatiosta voidaan erottaa ryhmä- ja yksilötaso. Berry (1997) jaottelee sopeutumisen neljään eri muotoon; integraatioon, assimilaatioon, separaatioon, ja marginalisaatioon. *Integraatiostrategiaa* kuvaa tilannetta, jossa maahanmuuttaja on löytänyt myönteisen asenteen oman identiteetin ja kulttuurin sekä valtakulttuurin välillä. Tällön maahanmuuttajan oma kulttuuri ja valtakulttuuri elävät molemmat positiivisest hänen sisällään. Henkilö, joka ei halua ylläpitää alkuperäistä kulttuurista identiteettiään, mutta pyrkii aktiivisesti omaksumaan uuden kulttuurin piirteitä edustaa *assimilaatiostrategiaa*. Henkilö taas, joka haluaa vaalia ja ylläpitää alkuperäistä kulttuurista identiteettiä, mutta ei halua olla tekemisissä muiden kulttuurien kanssa omaa *separaatiostragian*. Viimeisimpänä vaihtoehtona on, että henkilöä ei kiinnosta oman kulttuurin ylläpitäminen eikä hän myöskään halua omaksua uutta kulttuuria. Tällöin hän edustaa *marginalisaatiostrategiaa*.

Taulukko 3: Neljä akkulturaatiovaihtoehtoa. Berry 1997, 10.

		SUUNTAUTUMINEN VALTAKULTTUURIIN	
		KYLLÄ	EI
SUUNTAUTUMINEN OMAAN KULTTUURIIN	KYLLÄ	INTEGRAATIO (kotoutuminen)	SEPARAATIO (eristäytyminen)
	EI	ASSIMILAATIO (sulautuminen)	MARGINALISAATIO (syrjäytyminen)

Nämä eri neljä eri vaihtoehtoa ovat vakiintuneet tutkimuskirjallisuudessa kuvaamaan henkilön kotoutumisvaihtoehtoja uuteen yhteiskuntaan. Akkulturaatioon vaikuttavat kuitenkin monet tekijät ja yksi näistä on kohtaavien kulttuurien väliset eroavuudet. Liikunnan kotouttavasta vaikutuksesta puhuttaessa suuret erot liikuntakulttuurissa lähtömaan ja uuden välillä saattaa vähentää liikuntainnostusta. Vaatii suuria ponnisteluja ottaa selvää eri liikuntapaikoista ja mahdollisuuksista kun tavallinen arjen pyörittäminenkin vie energiaa. Akkulturaatioon vaikuttaa myös yhteiskunnan tasa-arvoisuus. Tämän tutkielman kannalta mielenkiintoista on lisäksi sukupuolen vaikutus liikunnan harrastamiseen. Laajempi konteksti aiheelle on yhteiskunnan rakenne ja kuinka tiukasti ihmiset ovat sidoksissa tiettyihin toimintamalleihin. Myös yhteiskunnan varallisuudella on merkitystä moniin asioihin. Lisäksi Berry (2006, 31) luettelee ihmisen välisellä etäisyydellä olevan myös merkitystä akkulturaatioprosessissa. Näiden lisäksi hän vielä mainitsee aikakäsityksen olevan tärkeä seikka. Berryn mukaan kaksi kulttuuria voisivat vaikuttaa myös tasapuolisesti toisiinsa, mutta käytännössä valtakulttuuri on useinmiten hallitsevampi. Tällöin valtakulttuuri vaikuttaa yksilöön ja muuttaa tämän kulttuurisia piirteitä.

Bhatia ja Ram (2009) kritisoivat Berryn akkulturaatioluokittelua. Heidän mukaansa akkulturaatiota tapahtuu eri elämän alueilla samanaikaisesti ja hieman eri tahdissa.

Sopeutumista ei siis voida selkeästi Berryn esittämällä tavalla kuvata käsitteillä assimilaatio, separaatio, integraatio ja marginalisaatio, joista kukin on akkulturaation päätepiiste. Avoimeksi jää se kehitys, joka näihin strategioihin on johtanut ja mitkä asiat niihin ovat vaikuttaneet. Bhatia ja Ram (2009, 147) puhuisivatkin mieluummin pysähdyspaikoista tapahtumasarjassa, joka liikkuu eri suuntiin. Esimerkkinä he mainitsevat intialaisen kokemukset Yhdysvalloissa syyskuun yhdennentoista 2001 jälkeisinä päivinä. Henkilöt kokivat sitä ennen olevansa selkeämmin osa yhteiskuntaa ja sen toimintoja. Terrori-iskun jälkeen väestön enemmistön suhtautumisen muualta muuttaneisiin kuitenkin muuttui. Ei siis riittänyt, että oli pitkään asunut maassa ja omaksunut kulttuurin, ulkonäkö paljasti edelleen, että oli muualta muuttanut.

Kotoutumisen eriaikaisuudesta kirjoittavat myös Portes ja Rumbaut (2001). Heidän mukaansa jopa perheenjäsenet yhden perheen sisällä kotoutuvat eriaikaisesti. Sopeutuminen on myös lohkoutunutta siinä mielessä, että henkilö sopeutuu yhteiskunnan eri toimintoihin eri tahtiin. Näistä esimerkkeinä kielelliset, kulttuurilliset tai työelämään liittyvät tekijät. Käytännön elämässä kotoutuminen usein eteneekin eriaikaisesti perheenjäsenten sisällä ja jopa yhden henkilön sisällä. Tällöin esimerkiksi mielensisäisen, kulttuurisen ja työelämän suhde kotoutumisprosessiin etenee eri tahtiin. Yhdellä elämänalueella henkilö saattaa näyttäytyä pärjäävän vallan mainiosti, mutta toisella asia ei olekaan näin. Liikunta yhtenä sektorina elämässä on tässä mielessä hyvin kapea-alainen alue. Koin kuitenkin tärkeäksi tutkia sitä, koska liikunta ja urheilu nähdään niin positiivisena asiana. Usein sen nähdään juuri auttavan ihmistä elämän eri osa-alueilla.

3.2 Kotoutuminen liikunnan avulla

Liikunnalla on yhteiskunnassa merkittävä rooli. Se on yksi harvoista elämänalueista, josta ihmiset ovat laajasti kiinnostuneita ja johon myös yhteiskunta panostaa. Maahanmuuttajien kohdalla liikuntatoiminnassa mukana olemisen on toivottu edistävän kielen oppimista sekä auttavan tutustumista suomalaisiin ja tätä kautta luovan sosiaalisia verkostoja. Liikunnalla on todettu myös olevan positiivisia vaikutuksia kielitaidon kehittämisessä, kontaktien luomisessa, ahdistuksen lievityksessä sekä yhteenkuuluvuuden lisäämisessä (Zacheus 2011b, 64).

Liikuntaan suhtautuminen on lähes pelkästään myönteistä ja siihen liittyvät merkitykset myös. Myös maahanmuuttajatyössä usko liikunnan ja urheilun hyvää tekevään vaikutukseen on laaja. Ihmisten kohtaamisten edistäjänä se toimii kuten pienoisyhteiskunta eikä sen toimintaan osallistuminen ole ison kynnyksen takana. (Zacheus 2012, 66.) Myös poliittisten päättäjien taholta liikunta nähdään neutraalina ja arvovapaana keinona parantaa yhtenäisyyttä ihmisten välillä. Monilla periaatepäätöksillä on vaikutuksensa myös liikuntakulttuuriin, mutta keskeisimmät liikunaelämään koskevat päätökset tulevat kulttuuripuolelta. Suomessa Opetus- ja kulttuuriministeriöllä on päävastuu valtion liikuntapolitiikasta, mihin myös monikulttuurinen liikunta kuuluu. Avustusten myöntämisellä ne pyrkivät edistämään esimerkiksi suvaitsevaisuutta. (Itkonen 1997, 69).

Eri elämäntilanteet vaikuttavat liikuntasuhteeseemme. Elämän perusasioiden tulisi olla järjestyksessä ja vakiintuneita, jotta liikuntatoimintaan voi osallistua (Koski 2004, 199). Kotoutuminen onkin asteittain tapahtuvaa ja maahan muuttavalla on tarve olla myös tekemisissä oman maan edustajien kanssa. Lehtosaaren (2010, 29) mukaan liikuntaa voidaan käyttää kotoutumisen välineenä kunhan ymmärretään kulttuurien erityisyydet ja eriytyvyydet. Eri tutkimukset osoittavat liikuntaharrastuksen olevan maahanmuuttajille tärkeä ajanviettotapa sekä mielekästä tekemistä (esim. Lehtosaari 2010, Myren 1999). Kaikkiin yhteiskunnallisiin toimintoihin ei kuitenkaan voida olettaa maahanmuuttajan osallistuvan saman tien. Zacheuksen (2012, 66) mukaan liikunta saattaa astua maahanmuuttajan elämässä kuvaan vasta kun perustarpeet on tyydytetty. Täytyy kuitenkin muistaa, kuinka maahanmuuttajan elämä aina joutuu ison mullistuksen kohteeksi kulttuurista toiseen siirryttäessä.

Urheilun ja liikunnan asema saattaa tulla osaksi maahanmuuttajan arkea myös kotoutumisprosessin edetessä. Kosken (2008, 156) mukaan liikunnan tärkeys yksilötasolla näkyy siinä, kuinka paljon siihen ollaan valmiita panostamaan aikaa tai muita resursseja. Liikunnan merkitys voi olla yhdelle erittäinkin korkealla ja toiselle muut elämän asiat menevät syystä taikka toisesta sen edelle. Loukkaantuminen tai panostaminen esimerkiksi koulunkäyntiin tai työntekoon saattavat vähentää liikunta-aktiivisuutta. Voi olla myös hyvinkin mahdollista, että maahanmuuttajalle liikunnan ja urheilun sosiaalisesta maailmasta tulee hänelle niin tärkeä löytäessään keinon tutustua sitä kautta maan

kulttuuriin ja sen eritasoihin. Fyysisen toiminnan ohella saattaa olla myös mahdollisuus työstää omaa identiteettiä (Zacheus 2012, 66).

Osallistuminen liikuntatoimintaan ei kuitenkaan automaattisesti saa aikaan toivottuja asioita. Fagerlundin ja Maijalan (2012, 8) mukaan positiivisiin vaikutuksiin päästään suotuisten olosuhteiden vallitessa ja onnistuneiden prosessien toteutuessa. Tällöin puhutaan liikunnan hyvistä käytännöistä, mitkä kertovat niistä olosuhteista ja toimintaperiaatteista, jotka tukevat monikulttuurisen liikunnan järjestämistä.

Eri tahojen väliselle yhteistyölle on tarvetta maahanmuuttajien tavoittamiseksi ja liikuntatoiminnasta tiedottamiseksi. Puutteet kuntien monikulttuurisuustoiminnassa on huomattu ja uusia hankkeita asian kehittämiseksi on perustettu. (Zacheus 2013, 10.) Liikuntapalveluiden kohdentaminen maahanmuuttajille onkin tärkeää, sillä asteittainen siirtyminen kantaväestön harrastamiin ryhmiin on suositeltavaa (Myren 1999, 120). Liikkumisen osa tulisi olla elämää eikä erillään siitä. Tämä tarkoittaa sitä, että ollaan vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa koulussa, työpaikalla tai vapaa-ajalla.

3.2.1 Kotoutuminen liikunnan avulla -hanke

Opetus- ja kulttuuriministeriö valtioneuvoston periaatepäätöksen mukaisesti laati vuonna 2010 kehittämisohjelman maahanmuuttajien kotouttamiseksi liikunnan avulla. Ministeriö katsoo, että liikunta on tärkeä työkalu kotouttamisessa ja esittelee kymmenen kehittämistoimenpidettä ohjelmassaan, joilla maahanmuuttajien liikuntaa ja kotoutumista tullaan kehittämään. (OPM 2010, 7.) Kunnille myönnetyn kehittämisavustuksen tavoitteena on viedä eteenpäin monikulttuurista liikuntaa. Sen keskeisiä ajatuksia ovat inklusioperiaate ja lisätuen tarkentaminen maahanmuuttajalasten ja –nuorten liikuntatoimintaan, aikuisten maahanmuuttajien terveyttä edistävään liikuntatoimintaan sekä urheilu- ja liikuntaseurojen maahanmuuttajajien liikuntatoimintaan (OKM 2011, 1). Hankekuvauksen mukaan tavoitteena on, että ”...*maahanmuuttajat voivat osallistua liikuntatoimintaan kuten muutkin maassa asuvat. Liikuntatoimintaan osallistuminen voi edistää maahanmuuttajien osallisuutta, työllisyyttä ja sosiaalisten suhteiden kehittymistä*” (OPM 2010, 3).

Valtakunnallisesti hankkeessa mukana on vuosien aikana ollut parisenkymmentä kaupunkia ympäri Suomea. Avustuksella on tuettu hankkeita, jotka edistävät maahanmuuttajien aktiivista osallistumista liikunnan harrastustoimintaan. Painotus on ollut alle 29-vuotiaissa maahanmuuttajataustaisissa lapsissa ja nuorissa. Kunnille myönnettyä kehittämisavustusta on käytetty yhteistyöhön liikunta- ja urheiluseurojen sekä muiden järjestöjen kanssa. Kehittämishankkeista tehdään ministeriön toimeksiannosta seurantaraportteja. (OKM 2011, 1.)

Kuntien asenteesta maahanmuuttajien liikuntaa kohtaa kertoo Zacheuksen (2013, 11) mukaan paljon se että, hakemuksia kehittämisavustusta hakeneisiin oli toivottua vähemmän ja hankkeisiin varattua kokonaissummaa jäi käyttämättä. Syitä tähän lienee se, että maahanmuuttajataustaisille suunnattu liikunta on monissa kunnissa uusi asia, eikä toimintatapoja ole vielä olemassa. Myös heikolla tiedottamisella oli vaikutusta kehittämisavustuksen laiskaan hakemiseen (Fagerlund 2012, 8).

Hannu Itkonen (1997, 86–91) katsoo vuosien työn johtaneen siihen, että valtionhallinnon taholta liikuntakulttuurin monipuolisuuden nähdään lisänneen moniarvoisuutta. Eri ikäisten mahdollisuus harrastaa liikuntaa ja osallistua sitä koskevaan päätöksentekoon katsottiin jo tuolloin edistävän tasa-arvoa. Liikuntajärjestöt olivatkin olleet yhteisellä suvaitsevaisuusasialla. Monikulttuurisuutta ja rasismin vastaisuutta oli pidetty esillä seurojen tasolla, mutta myös tiedotusvälineiden oli toivottu tarttuvan näihin aiheisiin. Melko pitkälle on siis tultu vajaassa parissa kymmenessä vuodessa. Aiemmin puhuttiin suvaitsevaisuustyöstä, mikä käsitteenä on aika negatiivissävytteinen. Suvaitsevaisuus-käsite on aika lähellä sietäminen-sanaa eikä siksi kovin neutraali. Itkosen tutkimus oli kuitenkin huomattava siinä mielessä, että se osoitti suvaitsevaisuustyön käynnistyneen liikuntakulttuurissa eri tasoilla. Itkonen toivoikin hyvin käynnistyneen työn johtavan siihen, että myös seuratoimintaväki edistää suvaitsevaisuutta ja erilaisuuden kohtaamista ruohonjuuritasolla mikä edelleen johtaa syvempään liikuntakulttuurin sosiaalistamistehtävään (emt. 125).

3.2.2 Liikuntasuhde ja liikunnan merkitys teorialmuotoina

Liikuntasuhde-käsitteellä voidaan selittää liikunnan ja urheilun sosiaalista maailmaa. Mikäli se ymmärretään kulttuuriseksi kokonaisuudeksi voidaan nojata ajatukseen kulttuurista kielenä. Liikuntaan ja urheiluun kulttuurisena ilmiönä on kaikilla ihmisillä jonkinlainen suhde. Se voidaan nähdä myös kulttuurisesti rakentuvana sosiaalisena maailmana. Tämä tarkoittaa sitä, että voimme käydä katsomassa miltä siellä näyttää, viettää sen parissa aikaa tai jopa rakentaa elämämme ja identiteettimme sen maailmaan. Suhtautuminen ja asennoituminen suhteessa liikunnan muodostamaan sosiaaliseen maailmaan vaihtelee. Muutosta tapahtuu iän myötä ja myös sen myötä miten tiedostamme sen olemassaolon. Maahanmuuttajalla on jokaisella omanlaisensa suhtautuminen tähän maailmaan, ja sen merkitys saattaa saada uusia muotoja elämisen jatkuessa uudessa kotimaassa. Liikuntaan suhtautumisensa tai liikuntasuhteensa kautta hän luo käsityksiä länsimaisesta liikunnasta ja sen merkityksistä ihmisille. Tätä kautta maahanmuuttaja ehkä oppii ymmärtämään liikunnan tärkeyttä, koska siitä puhutaan niin paljon. (Zacheus ym 2012, 67; Koski 2004, 190.)

Liikuntasuhde-käsite kuvaa yksittäisen ihmisen omia liikuntaharrastuksia, mutta myös sitä miten hän suhtautuu liikuntakulttuuriin ja sen eri osa-alueisiin. Liikuntasuhde kuvaa sitä, miten hyvin henkilö on sisällä liikunnan sosiaalisen maailman merkityksessä ja sen eri osa-alueissa. Kosken (2004, 191) mukaan mitä syvemmällä tässä on, sitä paremmin henkilö ymmärtää liikunnan kulttuurina muodostamaa kieltä ja sen merkityksiä. Yksittäinen maahanmuuttaja saattaa tuntea tätä alaa varsin hyvinkin ja olla mukana sen toiminnoissa. Mikäli hän kokee liikunnalla olevan merkitystä, sitä todennäköisemmin hän myös itse liikkuu.

Maahanmuuttajat ovat moni-ilmeinen ryhmä, jonka sisällä on suuria vaihteluja ja näkökulmia liikuntaan ja urheiluun. Jokaisella on omanlaisensa suhtautuminen liikuntaan. Tällöin puhutaan liikuntasuhteesta, jonka merkitys perustuu siihen mitä olemme kohdanneet elämämme aikana (Zacheus 2011a, 65.) Tuomas Zacheuksen tutkimus, missä hän hyödynsi maahanmuuttajien parissa työskentelevien asiantuntijoiden haastatteluja kertoo liikunnasta kotoutumisen välineenä akkulturaatiostrategioita hyödyntäen. Suurin osa haastatelluista kannatti assimilaatiostrategiaa, missä maahanmuuttajien tulee

harrastaa liikuntaa sekaryhmissä muiden kulttuurien edustajien kanssa ja erityisesti suomalaisten. Toinen lähes yhtä suuri määrä kannatti maahanmuuttajien omia liikuntaryhmiä, mutta näki tärkeiksi myös sekaryhmät. Tästä syystä heidän voisi katsoa edustavan integraatiostrategiaa. Vain omien etnisten liikuntaryhmien puolesta puhuvien ja separaatiostrategiaa edustavien määrä ei ollut suuri. Mielenkiintoinen peruste tälle näkemykselle oli oman urheiluseuran perustaminen osoituksena Suomeen kotoutumisesta. Se vaatii hyvää yhteiskunnan ja byrokratian tuntemusta. (Zacheus 2010a 436.) Akkulturaatiostrategioista on integraatio osoittautunut menestyksellisimmäksi. Siinä ihminen osallistuu tasapuolisesti molempien kulttuurien toimintaan ja tämän on nähty johtavan positiivisimpaan tulokseen akkulturaation kannalta. Tämä edellyttää kulttuurisesti erilaisten ihmisten elämistä samassa yhteiskunnassa. (Zacheus 2010b, 217.)

Maahanmuuttajan liikuntasuhteen muodostumisessa vaikuttavat hänen kotimaansa vaikutteet yhdistettynä uuden kotimaan liikuntakulttuuriin. Hän saattaa olla hyvinkin sisällä liikuntakulttuurin ja jonkin urheilulajin sisällössä tai vaihtoehtoisesti täysin ulkopuolella kaikesta liikuntaan ja urheiluun liittyvissä asioissa. Syvyysaste voi vaihdella David Unruhin (1979, 122) mukaan neljän eri ideaalityypin välillä, missä luokitus perustuu toimintojen tuttuuteen ja tietämykseen urheilun sosiaalisessa maailmassa. Näitä ovat: *Muukalainen*, jolle jäävät vieraiksi ja pinnallisiksi niin liikunnan merkitys kuin sen sisältökin. Tähän suhtaudutaan tällöin ennakkoluuloisesti ja käsitykset eri liikuntamuodoista tehdään pinnallisten ennakko-odotusten ja mielikuvien avulla. *Turisti*, joka on uteliaan kiinnostunut liikunnan sosiaalisesta maailmasta ja saattaa osallistua lyhytaikaisesti sen toimintoihin. Kuitenkin syvempi merkitys jää saavuttamatta ja vierailu uudessa maailmassa voi jäädä lyhytaikaiseksi. *Vakio-osallistuja* sen sijaan on jo sisällä sosiaalisessa maailmassa ja osallistuu sen toimintaan suhteellisen sitoutuneesti. Hän ymmärtää liikunnan kulttuurisia merkityksiä ja sen merkitys syvenee entisestään. Varsin sisällä oleva *sisäpiiriläinen* on jo rakentanut identiteettinsä ja elämänpiirinsä vahvasti liikunnan sosiaaliseen maailmaan ja sen merkitysten varaan. Mukana olon kautta hän on myös luomassa ja ylläpitämässä sen sosiaalisen maailman merkitystä.

Maahanmuuttajalle liikuntakulttuurin merkityksen ymmärtäminen vaati paljon vaikka hän olisikin jo melko sisällä sen sosiaalisessa merkityksessä. Suomalainen liikuntakulttuuri sisältää Zacheus ym. (2012, 69) mukaan joukon virallisia ja epävirallisia normeja joiden kanssa eläminen voi olla työlästä maahanmuuttajalle. Eroja voi olla eri lajien sisällä,

mutta myös paikkakuntien. Liikuntasuhde on eri tapojen kokonaisuus, joka määrittelee ympäristön missä toimimme. Liikuntaan osallistumista voi jaotella myös omakohtaisen liikkumisen lisäksi sen *seuraamisena*, *tuottamisena* tai *liikunnan merkitysten kuluttamisena*. Näistä ensimmäinen on yleisin ja siinä tutkitaan yleensä omaa liikuntaaktiivisuutta. *Liikunnan seuraaminen* ja siihen tutustuminen on kuitenkin myös osa liikuntasuhdetta. Tällöin puhutaan penkkiurheilun eri muodoista eli kilpaurheilun seuraamisesta eri välineiden (televisio, radio, internet, sanomalehti jne.) kautta. *Liikunnan tuottaminen* näyttäytyy aktiivisena urheiluseuratoimintaan vapaaehtoisena osallistumisena. Se ei edellytä välttämättä aktiivista omaa liikkumista, mutta voi tarjota tärkeitä elämyksiä ja yhdessä toimimisen merkityksiä. Neljäs liikuntasuhteen tapa on *liikunnan merkitysten kuluttaminen*, mikä voi näyttäytyä urheilullisena pukeutumisena. Siinä henkilö omaksuu liikunnan ilmenemismuotoja osaksi identiteettiään ja haluaa toimia sen mukaisesti. (Zacheus 2012, 70.)

Liikuntasuhde-käsitettä voidaan siis käyttää hyödyksi erilaisissa tutkimuksissa. Yhteiskuntatieteellisissä tutkimuksissa sitä voidaan käyttää esimerkiksi tutkittaessa identiteetin rakentumisessa liikunnan avulla, liikunnan sosiaalisia merkityksiä tai liikunnan roolia yksilön elämässä. Aihetta voidaan tarkastella niin yksilön, ryhmän kuin jonkin tietyn urheilulajinkin näkökulmasta. (Zacheus 2012, 71.)

3.2.3 Kandidaatin tutkielman tuloksia

Aiemmin tekemäni kandidaatin tutkielman aihe oli *jyväskyläisten urheiluseurojen valmiudet maahanmuuttajien kotouttamiseen liikunnan avulla*. Tutkielma paikantui yhteisöosiaalisuuden ja monikulttuurisen sosiaalisuuden alueelle. Tarkoituksena oli kartoittaa esteitä, mahdollisuuksia ja toiveita mitä maahanmuuttajan liikunnan harrastamiseen liittyy. Haastattelin neljää Maahanmuuttajien kotoutuminen liikunnan avulla – hankkeeseen mukaan lähtenyttä urheiluseuraa heidän toiveistaan ja ajatuksistaan hankkeen suhteen. Tarkoituksena oli saada seurat pohtimaan omaa suhdettaan maahanmuuttajien liikuttamiseen.

Tutkimustuloksen mukaan urheiluseuroilla oli jonkin verran kokemusta maahanmuuttajien kanssa työskentelystä ja maahanmuuttajia oltiin valmiita ottamaan

toimintaan mukaan. Seurat pyrkivät tarjoamaan eri tasoista toimintaa kaiken ikäisille ja toiminta oli avointa kaikille. Erillisiä ryhmiä vain maahanmuuttajille ei kannatettu. Vapaaehtoisuuteen perustuvat seurat kärsivät kuitenkin resurssipulasta ja myös maahanmuuttajien vanhempien toivottiin lasten urheillessa osallistuvan aktiivisemmin seuran toimintaan. Haasteita liittyi kulttuuriin, kieleen ja urheilijamaksuihin. Toiminta ei ole ilmaista, mutta edullisiakin harrastuksia löytyy. Kommunikointi, tiedotus sekä yhteistyö nähtiin myös hieman haastaviksi. Urheilevan lapsen tai nuoren oman motivaation ja käytöksen uskottiin kuitenkin vaikuttavan paljon asioiden kulkuun. Harjoituspaikan löytäminen oikeaan kellonaikaan uskottiin onnistuvan motivoituneelta. Parhaimmillaan urheiluseuran nähtiin olevan yhteisö, jossa jokaisella on roolinsa. Eri urheiluseurojen välinen yhteistyö nähtiin myös mahdolliseksi hankkeen kautta. Kasvava maahanmuuttajien määrä vaikuttaa myös siihen, että tilausta maahanmuuttajien liikuntaan keskittyvälle liikunnanohjaajalle olisi.

4. TUTKIMUKSIA MAAHANMUUTOSTA JA LIIKUNNASTA

Suomessa ja ulkomailla on tehty useita maahanmuuttajia käsitteleviä tutkimuksia. Pääosa näistä käsittelee kotoutumista, mutta myös liikuntaa ja vapaa-aikaa. Seuraavissa luvuissa käsittelen tärkeimpiä kotimaisia ja ulkomaisia maahanmuuttajien liikuntaa koskevia tutkimuksia sekä muutamia pro graduja, joiden avulla voi hahmottaa myös tutkielmani aihepiiriä.

4.1 Kotimaisia tutkimuksia

4.1.1 Maahanmuuttajat liikkujina ja hyviä käytäntöjä

Tuomas Zacheus on tutkimuksissaan tullut tulokseen, jonka mukaan kilpaileminen ei ole maahanmuuttajille kovin tärkeä elementti. Samaa mieltä ovat myös tutkijat Kati Myrén (1999) sekä Päivi Harinen (2005). Zacheuksen mukaan kilpailemisen sijaan terveys, hyvinvointi, sosiaaliset seikat sekä rentoutuminen ovat merkittäviä syitä harrastaa liikuntaa. Maahanmuuttajien liikuntaharrastuksia ja vapaa-ajanviettotapoja koskevassa tutkimuksessa Myrén tuli tulokseen, jonka mukaan maahanmuuttajien tärkein vapaa-ajan viettotapa oli seurustelu perheen ja ystävien kesken. Vasta kolmannelta sijalta löytyi liikunta, kun toisella sijalla oli lukeminen ja median seuraaminen. Syinä seurustelun ja sosiaalisten verkostojen merkitykselle on se, että alkuvaiheessa maahanmuuttajan on helpompi olla tekemisissä oman perheen kuin suomalaisten kanssa. (Myrén 1999, 113.) Zacheuksen tutkimuksessa maahanmuuttajamiehille kilpailullisuus ja tavoitteet korostuvat naisia enemmän, mutta edelleen sosiaalisuus ja yhdessä tekeminen ovat tärkeitä tekijöitä. Yleisesti ottaen maahanmuuttajat ovat liikunnallisesti passiivisempia kuin kantaväestö. Yksi suuri syy tähän ovat kulttuuriset tekijät, mutta myös se että urheilemisesta ei olla totuttu maksamaan (Zacheus 2011a, 63-68).

Kotimaan liikuntakulttuuri voi olla hyvinkin erilainen kuin Suomessa. Zacheuksen mukaan mitä lähempänä se on suomalaista liikuntakulttuuria sitä paremmat edellytykset maahanmuuttajalla on osallistua liikuntatoimintaan. Tästä johtuen tukea liikunta-toiminnassa tarvitsevat juuri he, jotka eivät ole tottuneet harrastamaan vapaa-ajan

liikuntaa. (Zacheus 2011a, 13). Muita liikuntaa estäviä tekijöitä ovat Zacheuksen tutkimuksen mukaan ajan puute, perheen tarpeet, laiskuus ja saamattomuus, ystävien puute sekä kielitaidottomuus. Maahanmuuttajien kolminkertainen työttömyys kantaväestöön verrattuna on myös merkittävä este liikkumiselle (emt. 12).

Liikunnan merkityksestä kotoutumiselle on Zacheuksen (2011a, 13) tutkimuksissa paljastunut, että lähes puolet maahanmuuttajista koki liikunnan ja urheilun tukeneen Suomeen sopeutumisessa. Lisäksi Zacheuksen ja Hakalan (2010a, 442) haastatteleminen maahanmuuttajataustaisten parissa työskentelevien asiantuntijoiden mielestä lähes kaikki kokivat, että liikunnalla on ainakin jonkinlaista merkitystä kotoutumiselle. Tutkimuksessa paljastui liikunnalla olevan merkitystä kielen ja yhteiskunnan toimintatapojen oppimisessa, sosiaalisten verkostojen laajentumisessa, itsetunnon kohentumisessa sekä yhteisön hyvinvoinnille. (emt. 432.)

Mielenkiintoinen akkulturaatioon liittyvä ajatus on, että ihminen sopeutuu todellisuudessa eri tasoilla ja usein vielä samanaikaisesti. Maahanmuuttajalla tilanne saattaa olla esimerkiksi niin, että kielitaito riittää arkiseen keskusteluun ihmisten kanssa, mutta hän kokee samanaikaisesti ulkopuolisuuden tunnetta. Tutkija Kati Myrén (1999) onkin tästä syystä sitä mieltä, että maahanmuuttajille tulisi jo alkuvaiheessa järjestää ainoastaan heille suunnattua toimintaa. Tämä mahdollistaisi oman kielen puhumisen samasta maasta tulevien kesken. Myrénin mukaan vasta hieman myöhemmin kannattaisi siirtyä sekaryhmiin harrastamaan. Tämä siksi, että sosiaalisten verkostojen rakentaminen uudessa kotimaassa kestää muutenkin vuosikausia ja hyvä olisi, että maahanmuuttajalla olisi sekä oman maalaisia että suomalaisia ystäviä. Harrastusten parissa omanmaalaisten kanssa maahanmuuttaja saa vertaistukea heistä erilaisissa kotoutumiseen liittyvissä asioissa. Uudessa maassa toimiminen kun muutenkin on melko stressaavaa. Myrénin mukaan siirtyminen liikkumaan yhdessä suomalaisten kanssa tapahtuu asteittain kotoutumisprosessin edetessä. Kaikki ihmiset eivät kuitenkaan ole samanlaisia ja osa maahanmuuttajista ei ehkä koskaan halua tai ole valmis harrastamaan liikuntaa suomalaisten kanssa kun taas toiselle tämä voi olla luonnollinen vaihtoehto. (Myrén 1999, 37.)

Tutkimuksensa pohjalta Myrén jakaa kotoutumisen neljään eri askeleeseen. Näistä ensimmäinen on yhteiskunnan taholta tapahtuva *tunnustus* monikulttuurisuudesta ja sen

oikea ymmärtäminen. Toinen askel on *suvaitsevaisuus* ja sen periaatteiden noudattaminen. Kolmannessa vaiheessa maahanmuuttaja tuntee olevansa hyväksytty uuteen yhteiskuntaan ja voi aloittaa uuden askeleen – *sopeutumisen*. Sopeutumisen kannalta ei ole yhdentekevää mikä on ollut syy lähteä kotimaasta. Jos maahanmuuttaja on joutunut jättämään kotimaansa esimerkiksi vainon vuoksi on sopeutuminen tällöin vaikeampaa. Identiteetin muodostumisessa liikuntaharrastuksesta voi olla apua mikäli työtä ei ole tarjolla. Samalla myös kantaväestö voi määritellä maahanmuuttajaa liikuntaharrastuksen eikä vain ulkomaalaistatuksen kautta. Neljäs askel – *integraatio* käännetään joidenkin suomalaisten mielestä sopeutumiseksi. Heidän mielestään sopeutuminen on suomenkielinen vastine vierasperäiselle sanalle. Myrén mieltää integraatio sanan sopeutumisen syvemmäksi vaiheeksi. Se on todellista yhteiskuntaan kuulumista, päätöksentekoa ja osallistumista. Tämän saavuttaakseen maahanmuuttajan on tehtävä paljon töitä ja kaadettava useita raja-aitoja. (Myrén 1999, 27–35.)

Myrénin tutkimuksessa haastateltavat maahanmuuttajat mainitsivat yksilölajit suosituimmiksi liikkumismuodoiksi. Selityksiä etsittäessä Myrén löysi tälle viisi eri tekijää, mistä merkittävin oli ehkä tarjonnan puute. Maahanmuuttajia ei juurikaan huomioida kunnallisia liikuntapalveluita järjestettäessä. Lisäksi kulttuuriset erot vapaa-ajan viettämisessä ja liikunnan harrastamisessa toimivat yhtenä selittävänä tekijänä. Maahanmuuttajien omat kokemukset, mihin saattoi liittyä suomalaisten ennakkoluuloinen asenne, selittivät myös yksilölajien suosiota. Neljäs este liikuntaryhmiin osallistumisessa oli uskonto silloin, kun asuinpaikkakunnalla ei ole pelkästään miehille tai naisille suunnattua liikuntatoimintaa. Viides este oli liikuntaryhmiin liittymiselle oli tiedon puute. Kielitaito ei sinänsä ole ongelma. (Myrén 1999, 115–116). Parhaimmiksi informaatiokanaviksi haastatellut mainitsivat erilaiset kotiin jaettavat lehdet sekä monikulttuuriset kohtaamispaikat. Tutkimuksen mukaan parhaiten tietoa erilaisista liikuntaryhmistä ja vapaa-ajanviettoryhmistä haastateltavat olivat saaneet koulusta tai työpaikalta (emt. 89).

Liikunnan harrastaminen voi Myrénin mukaan toimia kohtaamispaikkana eri kulttuureista tulevien välillä. Maahanmuuttajalle oman paikan löytäminen uudessa yhteiskunnassa mahdollistuu olemalla tekemisissä ihmisten kanssa. Myrénin tutkimustulokset osoittavat, että maahanmuuttajat haluavat osallistua suomalaiseen liikuntakulttuuriin yhdessä suomalaisten kanssa. He eivät halua vain istua kotona, vaan osallistua ja olla mukana

toiminnoissa. Tästä tulee myös Myrénin tutkimuksen nimi Pois paitsiosta – maahanmuuttajien liikuntaharrastukset ja vapaa-ajan vietto Suomessa. (Myrén, 1999 117.)

Päivi Harisen (2005, 53) mukaan järjestötoiminnan muodoista urheiluseurat vetävät puoleensa erilaisia taustoja omaavia nuoria. Itse urheiluseuraharrastaminen suosi hänen tutkimuksensa mukaan kuitenkin kantasuomalaisia ja suomen kielen hyvin hallitsevia. Maahanmuuttajataustaisten nuorten parissa suosituimpia urheilulajeja olivat, samoin kuten Myrenin (1999) ja Zacheuksen (2011a) tutkimuksissa, sosiaalisuutta korostavat lajit urheilu- ja suorituspainotteisuuden sijaan. Tarkempaa tutkittua tietoa siitä, miten moni maahanmuuttajanuori harrastaa liikuntaa joko ohjatusti tai omaehtoisesti, ei Suomessa ole saatavilla. Ruotsissa ja Norjassa tehtyjen selvitysten perusteella maahanmuuttajataustaisten nuorten osallistuminen urheiluseuratoimintaan on kuitenkin vähäisempää kantaväestöön verrattuna. (Fagerlund & Maijala 2011, 17.)

Harisen (2005) tutkimustulosten perusteella erilaisten ”hengailupaikkojen” merkitys monikulttuuristen nuorten vapaa-ajan viettopaikkoina korostui. Omia kulttuuriperinteitä vaaliva toiminta sen sijaan kiinnosti yllättävän vähän. Monikulttuurisissa kohtaamispaikoissa ei erityisen usein käydä, mutta niissä käytäisiin, jos niitä olisi. Tutkimuksen mukaan järjestötoimintaan osallistuvista nuorista suurin osa kävi urheiluseuran toiminnoissa. Tämä tutkimustulos oli samansuuntainen suomalaistaustaisiin nuoriin verrattuna. Sen sijaan kiinnostus osallistua muuhun järjestötoimintaan oli suurempaa. Erityisesti luonnon ja ihmisoikeuksien suojeluun liittyvä toiminta sekä monikulttuurinen nuorisotoiminta kiinnostivat. Harisen tutkimus paljastaa, kuinka monikulttuurisissa nuorissa on paljon potentiaalia ja kiinnostusta aktiiviseen nuorisotoimintaan ja yhteiskuntakriittisyyteen. Mahdollistavia ja estäviä tekijöitä etsittäessä kielitaito nousi yhdeksi vaikuttavaksi tekijäksi. Vierauden tunne ja ystäväkontaktien vähäisyys johtui usein juuri heikosta suomen kielen taidosta. Myös suomalaisiin tutustumisen vaikeus tuli esille.

Emilia Fagerlund ja Hanna-Mari Maijala ovat tutkineet suomalaista liikuntakulttuuria maahanmuuttajien kotoutumista edesauttavana. Vuonna 2011 heiltä ilmestyi LIKES:n vuonna 2011 toteuttama tutkimus, missä kartoitettiin monikulttuurisen liikunnan tarpeita. Samalla selvitettiin myös millaista liikuntatoimintaa maahanmuuttajataustaisille lapsille ja nuorille järjestetään (Fagerlund & Maijala 2011). Seuraavaksi Fagerlund teki

seurantatutkimuksen Opetus- ja kulttuuriministeriön kehittämisohjelmaan maahanmuuttajien kotoutumisesta liikunnan avulla vuoden 2011 osalta. Väliraportin avulla saatiin tuotettua ajankohtaista tietoa hankkeen etenemisestä sekä tutkittua tietoa sen onnistumisesta. Julkaistusta tutkimuksesta (Fagerlund 2012) ilmenee, että maahanmuuttajataustaisille liikuntatoimintaa järjestävät tahot ovat keskenään hyvin erilaisia ja liikunnan rooli vaihtelee niiden toiminnassa suuresti. Parhaiten maahanmuuttajataustaisia kohderyhmiä tavoitti matalan kynnyksen toiminta. Suosituksena oli, että ei riitä kun sanotaan toiminnan olevan avointa kaikille. Tästä syystä liikuntatoiminnan järjestäjien tulisi parantaa maahanmuuttajataustaisten toimintaan mukaan lähtemistä luomalla matalan kynnyksen toimintaa sekä luoda toimenpiteitä, jotka edesauttavat siihen. Onnistuneen toiminnan luominen edellyttää yhteistyötä maahanmuuttajataustaisten kanssa yhteisten pelisääntöjen sopimiseksi. (Fagerlund 2011, 8.)

Tutkijakaksikon vuonna 2012 julkaisema tutkimus tarkastelee olosuhteita ja toimintaperiaatteita Suomessa ja Norjassa, jotka tukevat maahanmuuttajataustaisten osallistumista organisoituun liikuntatoimintaan. Tarkastelun kohteena olivat hyvät käytännöt, jotka tukevat monikulttuurisen liikuntatoiminnan järjestämistä. Tutkimustuloksissa selvisi, kuinka suvaitsevainen ja avoin asenne erilaisia ihmisiä kohtaan on keskeisellä sijalla. Liikuntatoiminnan tulisi perustua matalan kynnyksen periaatteelle, jossa toimitaan avoimesti sekä verkostoidutaan yhteistyöhön eri toimijoiden kanssa. Monipuolisen toiminnan tulisi olla edullista ja lähellä arkiympäristöä. Kohderyhmä tavoitetaan parhaiten omien yhteisöjen ja kokoontumispaikkojen kautta. Säännöllisen osallistumisen takaamiseksi osallistujien ja järjestäjien välillä tulisi vallita keskinäinen luottamus. Toiminnalla tulisi olla sosiaalisia tavoitteita liikunnallisten taitojen ja tietojen kehittämisen lisäksi. Tässä liikunnan välinearvon ymmärtäminen on keskeistä. Maahanmuuttajille tuntemattomiin toiminta- ja vuorovaikutustapoihin tulisi kiinnittää huomiota sekä toimia kulttuurisensitiivisesti. Maahanmuuttajataustaisilla tytöillä ja naisilla on erityistarpeita, mutta myös ikääntyvien osallistuminen tarvitsee tukea. Erityisesti kotoutumisen alkuvaiheessa tulisi olla mahdollisuus harrastaa liikuntaa omissa ryhmissä (Fagerlund & Maijala 2012, 6–9).

4.1.2 Viranomaisnäkökulma maahanmuuttoon

Merja Anis (2006 ja 2008) on tutkinut maahanmuuttajien erityiskysymyksiä sekä sosiaalityöntekijöiden tulkintoja maahanmuuttajasosiaalityöstä kehysanalyysin avulla. Lastensuojelun ammattilaisten tulkinnat paikantuvat kuuteen eri kehykseen, joita ovat *vieraannuttava, sopeuttava, tasa-arvoistava, kulttuuri- ja rasimitietoinen sekä osallistava* (Anis 2006, 109). Tulkinnat ovat muuntuvia ja liikkuvat kehyksestä toiseen, mutta osoittavat kuitenkin säännönmukaisuutta. Maahanmuuttajien erilaisten lähtökohtien ja olosuhteiden huomioimatta jättäminen tasa-arvoisen kohtelun perusteella saattaa Aniksen mukaan johtaa hyvistä tarkoituksista huolimatta epätasa-arvoisiin seurauksiin asiakkaiden elämässä. Kulttuuritietoinen näkemys taas saattaa johtaa siihen, että liiallisen yleistämisen seurauksena eroja ei huomioida ja ongelmat jäävät hoitamatta. Ongelmana voi olla, että hyvinvoinnin puutteet hyväksytään kulttuuriin kuuluvana. Kulttuurin käsitettä voidaan Aniksen mukaan kuitenkin käyttää myös työvälineenä avattaessa asiakkaan omaa näkökulmaa. (Anis 2006, 123.)

Maahanmuuttajien erityiskysymyksiä ovat Aniksen mukaan kieleen, kulttuuriin ja valtayhteiskunnan toimintaan liittyvät ymmärtämisvaikeudet, kokemukset arkipäivän rasismista sekä perheen ja yhteisön merkittävä, osin ristiriitainen rooli. Lisäksi lapsilla ja nuorilla kulttuuri on muuntuvaa ja jatkuvien neuvottelujen kohteena. Sosiaalityössä perheen ja kulttuurisen yhteisön merkitys lapsen hyvinvoinnin ja kulttuurisen identiteetin näkökulmasta on Aniksen mukaan merkittävä seikka. Tässä sosiaalityöntekijällä on merkittävä välittäjän rooli. Hän on valtayhteiskunnan ja maahanmuuttaja-asiakkaiden sekä vanhempien, yhteisöjen ja lasten välillä toimiva aktiivinen tiedostaja. Tämä välittäjäroolissa oleminen on Aniksen mukaan sosiaalityöntekijän yksi merkittävä tehtävä. Välittäjänä toimiminen edellyttää keskustelevaa ja kuuntelevaa työtettä sosiaalityöntekijältä sekä tilannekohtaista hienosäätöä. Tämä sosiaalityön ammattilaisen perinteeseen kuuluva asiakkaan ja ympäristön ristiriidan selvittäminen ja sillanrakentajana toimiminen ovat ammattikunnan yksi perustehtävä. (Anis 2006, 101).

Kati Turtiaisen väitöskirjassa (2012) puhutaan *luottamuksen, tunnustamisen, riippuvuuden ja sosiaalisen itsearvostuksen* teemoista. Turtiainen on näistä tutkinut luottamusta ensimmäisenä ja jatkanut sen jälkeen aiheesta muilla käsitteillä, jotka täydentävät tutkimusta. Luottamus viranomaisiin lähtee pakolaisilla rakentumaan maahan

muutettaessa. Turtiainen on päätenyt viiteen eri kategoriaan sen mukaan minkälaisia kertomuksia maahanmuuttaneet ovat tuottaneet. Näitä ovat kertomukset *luottamuksesta, taistelusta, vetäytymisestä, liittoutumisesta ja riippuvaisuudesta*. Kertomukset luottamuksesta ovat ehkä kiinnostavimpia maahanmuuttajien erityiskysymyksiä pohdittaessa. Luottamusta ei synny vain maahantulohetkessä, vaan on se ollut olemassa jo pidempään. Yhdessä sosiaalisen, inhimillisen ja symbolisen pääoman kanssa sitä pyritään kartuttamaan uudessa maassa. Pakolaisilla on usein halu kuulua ja olla osa yhteiskuntaa. Viranomaisten kanssa työskentely on osa tätä, mutta aikaisemmat kokemukset kotimaassa voivat olla esteenä. Pakolaisuuden syy saattaa olla juuri siinä, että henkilöä on vainottu yhteiskunnan taholta. Tällöin luottamuksen syntyminen uudessakin kotimaassa saattaa olla haastavaa.

Turtiainen ehdottaa, että viranomaisten tulisi tunnistaa ja tunnustaa pakolaiset sekä ottaa heidät mukaan yhteiskunnan toimintoihin. Avun antaminen arkisissa asioissa ja sen rakentamisessa sekä perheen yhteiselämän mahdollistaminen ovat Turtiaisen mukaan asioita, jotka poistavat esteitä ja mahdollistavat resurssien käyttöönoton. Hän näkee myös, maahanmuuttajien omaehtoisten verkostojen ja yhdistysten tukemisen olevan tärkeä osa luottamuksen syntymistä, sillä usein ne auttavat ja tukevat vasta maahantullutta erilaisissa asioissa. Yhdistysten jäsenillä on omakohtaista kokemusta sopeutumisprosessista ja sitä kautta arvokasta käytännön tietoa yhteisen kieli- ja kulttuuritaustan lisäksi. Varsinkin yhteiskunnallisessa osallistumisessa he ovat jo melko pitkällä ja siihen on uusien maahanmuuttajien luontevaa lähteä mukaan. (Turtiainen 2009, 343.)

Turtiaisen väitöskirja on erittäin ajankohtainen ja tarjoaa viranomaisille välineitä ja keinoja toimia. Juuri luottamuksen käsitteen esiin tuominen kertoo siitä, mitä työskentely asiakkaan kanssa pohjimmiltaan on. Se on vuorovaikutusta ja muutosta johonkin suuntaan yhdessä asiakkaan kanssa. Riippuvuutta käsitellessä Turtiainen tuo esiin myös hyvin konkreettisia haasteita maahanmuuttajatyössä. Näitä voi olla esimerkiksi sosiaalityöntekijän toimiminen tiedon jakajana uudesta yhteiskunnasta. He etsivät usein koulu- tai harrastuspaikkoja vanhemmille ja lapsille yhteistyössä työvoimaviranomaisten kanssa. Turtiainen (2012, 156) puhuu myös kontaktin ohuudesta, millä ymmärtäisin sen että asiakkaasta ei juurikaan tiedetä mitään hänen saapuessaan Suomeen. Tulkin kautta toimiminen on välttämätöntä ja ehdoton edellytys onkin, että he ovat ammattitaitoisia.

Kati Turtiainen toteaa sosiaalityön tavoitteena olla välivaihe pakolaisen elämässä. Tämän toteuttamiseksi tarvitaan kaikille yhteiskunnan osa-alueille ulottuvaa monimuotoisuuden ymmärtämistä ja hyödyntämistä. Tällöin luodaan edellytyksiä myös yhdenvertaisuudelle ja autonomialle. Keskinäiselle kunnioittamiselle perustuvassa sosiaalityössä arvioidaan myös sitä, minkälaisia olemassa olevia lähestymistapoja eri tilanteissa käytetään ja mitä uusia kehitetään (Turtiainen 2009, 159).

4.2 Pro gradu -tutkielmia monikulttuurisuudesta

Sosiaalityöntekijöiden suhtautumista monikulttuuriin asiakkaisiin on tutkittu myös gradutasolla. Aili Myllärinen (2011) tutki sosiaalityöntekijöiden kokemuksia ja käsityksiä monikulttuurisesta sosiaalityöstä ja siinä tarvittavasta osaamisesta – kompetenssista. Näitä olivat ammatilliset tiedot, kokemukset sekä asenteet. Teemahaastattelumenetelmällä koottu aineisto koostui kymmenestä Helsingin kaupungin sosiaalivirastossa työskentelevästä sosiaalityöntekijästä. Aineisto analysoitiin sisällönanalyysiä käyttäen ja monikulttuurinen sosiaalityö tuli esille kuvauksissa työn arjesta ja sen tarkoituksesta. Tutkimuksessa sosiaalityö näyttäytyi useammin ongelmina ja haasteina kuin positiivisina kokemuksina. Keskeisimmät ongelmat liittyivät kieliongelmiin ja kulttuurieroihin. Monikulttuurisen osaamisen perusteella sosiaalityöntekijät jakautuivat kahteen ryhmään: kulttuuritietoiset sosiaalityöntekijät sekä tasa-arvoisuutta korostavat sosiaalityöntekijät. Näistä ensimmäiset käyttivät työtapoja, jotka olivat kulttuuria huomioivia sekä jälkimmäiset halusivat tarjota kaikille asiakkaille samat palvelut. Suhtautuminen maahanmuuttajiin oli suurimmalla osalla haastatelluista myönteinen, mutta joidenkin sosiaalityöntekijöiden kohdalla se oli muuttunut kielteisemmäksi ammatillisen kokemuksen myötä. Valmiudet monikulttuurisuuden kohtaamiseen olivat kuitenkin kehittyneet koulutuksen ja työkokemuksen myötä, koska koulutusvaiheessa ei ole ollut monikulttuurisuusopintoja.

Maahanmuuttajien kokemuksia Suomeen sopeutumisesta tutkinut Marju Salmela (2012) tuli tulokseen, jonka mukaan omien perinteiden säilyttämisen lisäksi maahanmuuttajat myös luovat uusia toimintamalleja. Nämä auttavat Suomessa selviytymisessä sekä elämän hallittavuudessa ja järjestymisessä. Tutkimuksen mukaan oman kulttuurin ylläpitämisen lisäksi maahanmuuttajat halusivat lisäksi pitää yhteyttä kotimaassa oleviin sukulaisiin.

Kaikki tutkimuksen haastateltavat halusivat saada töitä sekä oppia suomen kieli. He kokivat viranomaisten palveluhalukkuudella sekä yhteiskunnan oppimisella olevan apua kotoutumisessa. Yllättäen kotoutumisen kannalta ei ollut merkittävää suomalaisen ja oman kulttuurin välinen prosessi vaan sitä tukee vuorovaikutus toisten maahanmuuttajien kanssa. Tarvittava ymmärrys ja suvaitsevaisuus tulee Marju Salmelan mukaan eri maista tulevien maahanmuuttajien kohtaamisissa kotoutumiskoulutuksessa. Haastattelujen pohjalta löytyi kehittämistarpeita viranomaisten sekä palvelusektorin suuntaan niin että maahanmuuttajat huomoidaan kokonaisvaltaisesti.

4.3 Kansainvälisiä tutkimuksia

Englannin kielellä tuotetuista tutkimuksista esimerkiksi Krouwel ym. (2006) toteaa Hollannissa maahanmuuttajien liikunnan aiheuttavan riitoja ja erimielisyyksiä enemmän kuin kansojen välistä ystävyyttä. Tutkimuksessaan hän selvitti Hollannin vuoden 2002 oikeistopopulistisen liikkeen vaikutusta maahanmuuttajien urheiluun. Tuolloin liike kritisoi maata epäonnistuneesta maahanmuuttopolitiikasta ja tämä sai aikaan laajan yhteiskunnallisen keskustelun. Krouwelin tutkimuksen tuloksena oli, että urheilu voi jopa lisätä eri väestöryhmien välistä jännitettä sen sijaan että se toimisi yhdistävänä tekijänä. Omassa ”porukassa” urheileminen saattoi auttaa pääsemään hetkeksi eroon stressaavasta arjesta ja tässä mielessä poistaa stressiä. (Krouwel ym. 2006, 165–180.)

Kansainvälisissä tutkimuksissa on saatu myös positiivisia kokemuksia urheilusta koutoutumista edesauttavana tekijänä. Esimerkiksi Walseth (2006, 447–464) tutki Norjassa joukkueurheilua harrastavia musliminaisia, joille urheilu oli varsinainen henkireikä ja toimi eräänlaisena pakopaikkana kodin ja perheen velvoitteista. He tukivat toisiaan pelikentän ulkopuolellakin ja jotkin pelaajat kokivat saavansa kunnioitusta pelaajataitojensa vuoksi. Urheilu saattoi olla monelle myös tärkeä minäkuvan ja identiteetin kehittäjä. Tässäkin tutkimuksessa oli tapauksia, missä liikunta ei lisännyt yhteenkuuluvuuden tunnetta vaan päinvastoin.

Müller ym. (2008, 387–401) tutkimuksen havainnot liittyvät Amsterdamin kaupungissa vuosittain järjestettävään suureen monikulttuuriseen jalkapalloturnaukseen. Sen sijaan, että jalkapallo yhdistäisi eri maista tulevia joukkueita tapahtuikin päinvastaista toimintaa

kuin oli toivottu. Turnauksen aikana esiintyi vihanpitoa eri joukkueiden välillä. Joukkueiden sisällä urheilu ja kansallisuus lisäsi yhteenkuuluvuutta, mutta joukkueiden välillä ei tapahtunut toivottua yhteisymmärrystä. Urheilu siis samaan aikaan yhdisti, mutta myös eristi. Tämänkaltaista voi tapahtua, kun jalkapalloseurat on muodostettu maittäin ja turnauksessa maat pelaavat toisiaan vastaan. Turnauksessa virallisena retoriikkana oli amsterdamilaisuuden ja kansojen välisen ystävyyden lisääminen. Näyttää siis siltä, että vaikka urheilun integroivaan ja kotouttavaan vaikutukseen uskotaan laajasti ei varsinaista tutkimustietoa tästä ole paljoa saatavilla. Vaikka urheilu integraatiota edistävänä olisikin pätevä väite, ei se välttämättä ole sitä urheilumaailman ulkopuolella.

Maahanmuuttajanaisten liikuntaan osallistumattomuudelle pidetään isoimpana syynä uskontoa ja erityisesti Islamia. Englannissa (Kay 2006, 357–373) tehty tutkimus osoittaa, kuinka osa nuorista musliminaisista vietti suurimman osan ajastaan kotona ja liikkui vain vähän kodin ulkopuolella. Kotona oleminen liittyi kulttuuriseen seikkaan, jonka mukaan naisten on pidettävä huolta kodista ja oltava tekemisissä vain vähän kodin ulkopuolisissa asioissa. Perhekeskeinen elämäntapa tässä tutkimuksessa vaikutti siihen, että nuoret naiset olivat liikunnallisesti passiivisia.

5. LIKUNNALLE ANNETTujen MERKITYSTEN TUTKIMINEN

Tutkimuksen metodi kertoo siitä, miten jotain välineitä on käytetty tietyn päämäärän saavuttamiseksi. Tarkemmin sanottuna tieteellisen tuloksen aikaansaamiseksi tarvitaan metodi, jolla perustella tutkimuksessa syntynyt tieto. Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan tulee olla myös tietoinen siitä, mitä tekee ja mitä eettisiä kysymyksiä tutkimukseen liittyy. Tutkimuksen teko on aina oma prosessinsa ja usein melko työläs. Laadullisella tutkimuksella on mahdollisuus pyrkiä ymmärtämään toista. Aivan yksinkertaista tämä ei silti ole, sillä jokainen elää omassa maailmassaan ja toinen ihminen voi korkeintaan yrittää tulkita sitä. Filosofisella tasolla kysymys jää kuitenkin ratkaisematta. Tutkija voi silti kerätä aineistoa ja ryhtyä tulkitsemaan sitä. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 69.)

Tutkimusaiheena maahanmuuttajien kotoutumisen liikunnan avulla tarjoaa mahdollisuuden tutkia haastateltavien kokemuksia ja ajatuksia liikunnasta. Samalla kirkastuu kuva liikuntasuhteesta ja liikunnan merkityksestä kunkin maahanmuuttajan kohdalla. Aiheeseen liittyy positiivisia mielikuvia ja urheileminen koetaan tärkeäksi kulttuurista riippumatta. Jokaisella on jonkinlaisia kokemuksia liikunnasta. Myös sen terveysvaikutukset tunnetaan useinmiten. Tutkittaessa haastateltavien kokemuksia liikunnasta ja sen mahdollisia vaikutuksia kotoutumiseen voidaan tutkimusmetodeina käyttää eri menetelmiä. Vaihtoehtoina voivat olla esimerkiksi diskurssianalyysi, sisällönanalyysi ja kehysanalyysi. Myös tutkijan asemaa tutkimuksessa voidaan lähestyä useasta eri näkökulmasta. Varsinaisena analysoinnin kohteena voivat olla esimerkiksi kielen käyttö, vuorovaikutus tai sosiaalisen todellisuuden rakentuminen. Näiden kaikkien eri seikkojen huomioiminen tai etukäteen päättäminen ennen haastattelujen suorittamista ei välttämättä onnistu. Tärkeää onkin tutustua ennakkoon tutkimus- ja metodikirjallisuuteen, mutta usein varsinainen tutkimusongelma kirkastuu vasta tutkimuksen edetessä.

5.1 Sisällönanalyysi aineiston analyysimenetelmänä

Sisällönanalyysiä voidaan käyttää inhimillisen vuorovaikutuksen tutkimiseen, kokemusten tai käsitysten tutkimiseen. Yleisesti ottaen sisällönanalyysiksi voidaan

nimittää kaikkea tutkimusaineiston tiivistämistä ja luokkiin järjestämistä. Kuitenkin siitäkin on erotettavissa eri analyysin muotoja kuten aineistolähtöinen, teoriaohjaava ja teorialähtöinen sisällönanalyysi. *Aineistolähtöinen analyysi* on yksi sisällönanalyysin muodoista ja siinä pyritään luomaan tutkimusaineistosta teoreettinen kokonaisuus. Toinen vaihtoehto on *teoriaohjaava analyysi*, missä tutkimus ei pohjautu suoraan mihinkään tiettyyn teoriaan, vaan ne voivat toimia apuna analyysivaiheessa. *Teorialähtöinen analyysi* ei anna enää varaa tulkinnoille vaan se nojaa johonkin tiettyyn teoriaan, jonka pohjalta aineiston analyysiä suoritetaan. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 95–97.)

Lyhyesti sanottuna sisällönanalyysissä pyritään saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvaus tiivistetyssä ja yleisessä muodossa. Siinä kerätty aineisto saadaan järjestetyksi johtopäätösten tekemistä varten. Tämän tekee tutkija, joka tuntee aineistonsa hyvin ja pystyy tätä kautta tekemään johtopäätöksiä tutkitusta aiheesta. Yksi tapa tehdä analyysiä aineistolähtöisesti on nostaa siitä esiin tutkimuskysymyksen kannalta olennaisia asioita. Tämän jälkeen on mahdollista antaa eri merkityksiä eri aineiston kokonaisuuksille. Samankaltaiset asiat muodostavat yhden kokonaisuuden omien erityispiirteiden perusteella. Myöhemmässä analysointivaiheessa aineisto jaotellaan merkityskokonaisuuksien mukaan ja siitä pyritään luomaan yhtenäinen kokonaisuus. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 97.)

Tuomen ja Sarajärven (1999, 102) mukaan tutkimuksen aineistoa analysoitaessa valitaan siitä asiat, mistä ollaan kiinnostuneita. Tässä pro gradu -tutkielmassa niitä ovat liikuntasuhteeseen, akkulturaatioon sekä kotoutumiseen liittyvät ilmaukset. Nämä kuvaavat sitä, minkälaisia merkityksiä haastateltavat antavat liikunnalle kotoutumisprosessissa. Kyseessä on siis teorialähtöinen analyysi, missä aikaisempi tieto ohjaa ja auttaa analysoitaessa kerättyä aineistoa. Tällöin analyysistä on tunnistettavissa aikaisemman tiedon vaikutus, mutta se ei puhtaasti kokeile minkään teorian toimivuutta. Lähinnä ne toimivat ajatusten tukena ja ohjaavat analyysivaiheessa.

Tutkimusaineistoa voidaan analysoida myös esimerkiksi luokittelun, teemoittelun ja tyypittelun keinoin. *Luokittelu* voi olla esimerkiksi sitä, että määritellään aineistosta luokkia ja lasketaan kuinka monta kertaa jokainen luokka esiintyy aineistossa. Toinen vaihtoehto on *teemoitella* aineistoa. Tämä keino erottuu luokittelusta siinä, että teemoittelussa painottuu se, mitä teemasta on sanottu. Lukumäärillä voi olla tai olla

olematta merkitystä, mutta enemmän kyse on aineiston pilkkomisesta, ryhmittelystä erilaisten aihepiirien mukaan. Tämä mahdollistaa aineistossa esiintyvien eri teemojen vertailun myöhemmässä vaiheessa. Teemoittelun ideana on etsiä aineistosta tiettyjä teemoja kuvaavia näkemyksiä. Tämä on Tuomen ja Sarajärven (2012, 93) mukaan melko helppoa, mikäli haastattelut on tehty teemahaastattelun muodossa. Tällöin teemat on jo valmiiksi muotoiltu ja tehtäväksi jää vain sijoitella haastateltavien vastauksia eri teemojen alle.

Tässä tutkielmassa alaluokkiin määrittyvät teemat, joiden avulla tutkimusongelmaa lähestytään. Näitä ovat: liikunnan hyödyllisyys kotoutumisen kannalta, liikuntaa estävät tekijät ja liikuntakulttuurin erot omassa kotimaassa ja Suomessa, maahanmuuttajien urheilumahdollisuuksista Jyväskylässä, liikunta omassa ryhmässä tai yhdessä kantaväestön kanssa, kokemukset rasismista, mistä saada tietoa urheilumahdollisuuksista sekä omat toiveet. Alaluokkien teemat määrittyivät teemahaastattelurungon (Liite 1.) pohjalta. Siinä esimerkiksi liikuntasuhteen käsitteen selvittäminen onnistui kysymällä eri urheilulajien tuntemuksesta ja omasta liikuntaharrastuneisuudesta. Näiden lisäksi kysymykset kilpaurheilusta ja eri urheilulajien tuntemisesta syvensivät kuvaa haastateltavan liikuntasuhteesta.

Tutkija voi Tuomen ja Sarajärven (2013, 97) mukaan yhdistellä eri teorioita teoriaohjaavassa analyysissä. Tämä voi tapahtua vaihtelevasti joko pakolla, puolipakolla tai välillä luovastikin. Tämän yhdistelyn tuloksena voi syntyä jopa jotain aivan uutta ja toimivaakin. Olennaista teoriaohjaavassa analyysissä on, että tutkittavaa ilmiötä määritellään ja käsitellään melko vapaasti eri teorioita sovitellen.

Sisällönanalyysi, joka on lähellä diskurssianalyysiä eroaa siitä, että siinä pyritään löytämään tekstistä merkityksiä sen sijaan että analysoitaisiin kuinka näitä merkityksiä tuotetaan. Jako vaikuttaa pieneltä, mutta Tuomen ja Sarajärven (2013, 104) mukaan kyse on olennaisesta jaosta, sillä nämä kaksi analyysitapaa eivät tuota tietoa mikä olisi helposti yhteen sovitettavista. Kysymys sisällönanalyysin ja diskurssianalyysin käytön eroista on mielenkiintoinen varsinkin, kun molempien sisällä esiintyviä tutkimuksellisia ideoita voidaan lainailla ja soveltaa joustavasti (emt. 104.)

Alun perin ajattelin tehdä tutkielmaani diskurssianalyysin keinoin, missä tutkitaan esimerkiksi *puheen tuottamista*. Tämä oli mielestäni erityisen sopivaa toimittaessa maahanmuuttajien kanssa ja varsinkin kun kyseessä on monille hieman vieraampia käsitteitä kuten harrastaminen ja liikunta. Myös *vuorovaikutus* on diskurssianalyysissä keskeisellä sijalla ja sitähan haastattelutilanne mitä suurimmassa määrin on. Vielä kun haastattelut suoritettiin haastateltavan kotikielellä, swahiliksi, nousee kielen erityisyys korkeaan asemaan. Kuitenkaan mielenkiinnon kohteena tutkielmassa ei ollut haastattelutilanteen analysoiminen tai puheen tuottaminen. Kiinnostus kohdistui enemmän haastateltavien liikuntasuhteen tutkimiseen ja varsinkin siihen, millaisia merkityksiä he antavat liikunnalle kotoutumisen näkökulmasta.

Pro gradu -tutkielmani kannalta mielenkiintoinen näkökulma oli tutkijapositio ja se miten tutkija toimii. Kirsi Juhila (1999, 201–212) jaottelee tutkijan vaihtoehdot roolit analyytikkoon, asianajajaan ja tulkitsijaan. Näistä *analytikko* eli tutkija pyrkii pysymään mahdollisimman pienenä ja kontrolloituna suhteessa analysoitavaan aineistoon. *Asianajaja*, mikä itse kokisin jossain määrin olevani, pyrkii tutkimuksellaan ajamaan ja edesauttamaan jotain asiaa ja on sitoutunut siihen. Kiinnostukseni ja luottamukseni liikunnan auttavaan rooliin lähes kaikessa elämän osa-alueissa näkyy siinä, että uskon mielekkään liikuntaharrastuksen edesauttavan myös kotoutumisessa Suomeen. Puutteenä usein vain on sopivan harrastuksen löytäminen ja siitä tiedon saaminen. Kolmas tutkijapositio on *tulkitsija*, missä hän tulkitsee puheita ja tekstiä mahdollisuuksien maailmana. Tässä keskeistä on tutkijan ja tutkittavan eli analyysin ja aineiston välinen vuorovaikutussuhde. Uskoisin, että toimin jossain määrin myös tulkitsijan roolissa, sillä tieteellisen tutkimuksen ensisijainen tavoite ei ole tuottaa tutkimusta johonkin tarkoitukseen, vaan tutkia valittua aihetta. Tutkija voi tosin Juhilan mukaan (1999, 227) liikkua positiosta toiseen ja niitä voidaan myös yhdistellä. Tätä tapahtuu tutkimuksen eri vaiheissa, mutta enemmän tutkimuksista toiseen siirryttäessä.

Juhila erottaa lopuksi vielä yhden tutkijaposition, *keskustelijan*, joka tulee esille tutkimuksen loppuvaiheessa. Siinä tutkija tuo julkiseen keskusteluun tutkimustuloksensa ja antaa mahdollisuuden keskustella siitä. Keskusteluareenat voivat vaihdella ja tutkija voi valita, mistä näkökulmasta hän haluaa osallistua keskusteluun. Hän voi myös olla ottamatta kantaa ja tyytyä vain katsomaan minkälaista keskustelua tutkimus herättää.

Tutkimustulokset tulevat kuitenkin osaksi tieteellistä keskustelua ja jatkavat elämäänsä sitä kautta. (Juhila 1999, 230.)

Olen mielestäni liikkunut tässä pro gradu -tutkielmassa sekä asianajajan että tulkitsijan rooleissa. Pyrkimyksinäni on ollut tuoda esille maahanmuuttajien liikuntaan liittyviä haasteita ja toivomuksia. Olen myös toiminut tulkitsijana siinä kohdassa kun olen kysynyt mitä haastateltava ajattelee liikunnasta ja sen merkityksestä. Asianajajana toimin silloin kun pyrin tuomaan esille ongelmakohtia ja puutteita maahanmuuttajien liikuntamahdollisuuksissa. Sosiaalityön opiskelijan roolissa toimin haastattelutilanteissa. Tätä korostinkin haastattelutilanteissa niille, jotka olivat tottuneet näkemään minut aiemmin tulkin roolissa. Jokaista haastattelua edeltäneen lyhyen esittelyn aikana kerroin tutkivani sosiaalityön opiskelijana maahanmuuttajien ajatuksia liikunnasta ja siitä, kuinka se mahdollisesti auttaa kotoutumisessa.

Maahanmuuttajien kohdalla tieto uudesta kotimaasta muuttuu elämän jatkuessa ja kokemuksen karttuessa. Haastatteluajankohtana se on tietynlainen, mutta tuskin pysyvä ja lopullinen. Käyttämämme termit liikunnasta, vapaa-ajasta ja sen merkityksestä muuttuvat kotoutumisen edistyessä. Käsityksen muuttuessa myös puheen tuottaminen aiheesta vaihtelee, mutta aihe on edelleen sama. Tässä mielessäkin oli hyvä, että haastattelin jo vähintään vuoden verran Suomessa asuneita.

Sisällönanalyysin avulla pyrin analysoimaan tuotettua puhetta ennalta määritellyistä teemoista, joita olivat liikunnan merkitys, toimintatavat ja olosuhteet kotoutumisen kannalta. Merja Anis (2008, 72) puhuu kehyksistä, jotka haastattelutilanteissa saattavat nousta esiin. Käsitykseen kehyksestä voi vielä liittää ajatuksen, että maahanmuuttaja vasta monia vuosia Suomessa asuttuaan ymmärtää vapaa-ajan kuuluvan yhdeksi tärkeäksi osaksi ihmisen elämää ja arkea. Vaikka tein tutkielman maahanmuuttajien kotoutumisesta liikunnan avulla, tutkin sitä tietyllä tapaa myös maahanmuuttajien ja viranomaisten tai haastattelijan käymän vuorovaikutuksen avulla. Asiakkaalla, tässä tapauksessa maahanmuuttajalla, oli käsitys liikunta-asiasta sekä siitä, millä tavalla sitä voitiin parhaiten järjestää. Hänellä oli tästä vuorovaikutuksesta kokemuksia, joista hän puhui haastattelutilanteessa. Tutkijan eli minun tehtäväksi jäi tehdä analyysiä aineiston, haastattelun sekä vuorovaikutuksen perusteella nojautuen aiempiin tutkimukseen.

Hyvän tutkijan tulee huomioda myös eettiset kysymykset. Usein ne liittyvät tutkimuslupaan, aineiston keräämiseen ja tutkimukseen osallistumiseen. Tutkittavan ja tutkijan välillä ei tulisi vallita riippuvuussuhdetta, joka vaikuttaisi tutkimuksen kulkuun ja esimerkiksi tietojen antamisen vapaaehtoisuuteen. Yksityisyyden suojaaminen kuuluu tutkijan perustehtäviin eikä tutkimuksesta tule tunnistaa haastateltavia. (Eskola & Suoranta 2001, 52–56.) Anonyymiteetin ja luottamuksellisuuden varmistaminen olivat tämän tutkielman peruselementtejä. En halunnut haastateltavieni olevan tunnistettavissa ja pitkään mietin myös kaupungin salassa pitämistä, missä haastattelut oli suoritettu. Pidín tiedon julkisena, mutta päätin pitää salassa haastateltavien kansalaisuudet sekä tarkemmat syyt Suomeen muutolle. En myöskään halunnut mainita haastateltavien tarkkaa ikää. Kerroin asiasta jo haastatteluvaiheessa ja ilmoitin toimittavani valmiin työn luettavaksi sen valmistuttua.

5.2 Tutkimuksen toteutus teemahaastattelun keinoin

Teemahaastattelulla tarkoitetaan haastatteluja, missä haastattelijalla on valmiiksi mietittynä sopivia teemoja, joita hän aikoo kysyä haastateltavalta. Keskustelu etenee melko vapaamuotoisesti, mutta kuitenkin niin että haastatteliija ohjaa keskustelua teemojen pohjalta. Hän myös huolehtii kaikkien aiheiden läpikäymisestä haastatteluprosessin aikana. Kysymysten järjestys voi vaihdella ja jotain teemaa voidaan käsitellä pidempään mikäli aiheesta riittää keskusteltavaa. Teemahaastattelu menetelmänä on yleinen ja varsin käyttökelpoinen, mutta siinäkin on työstettävää. Parhaimmillaan teemahaastatteluaineisto tarjoaa kuitenkin analyysin pohjaksi selkeät teemat, joiden avulla aineistoa on mahdollista hallita ja analysoida. Haastattelu on muutenkin järkevä tapa tutkia jotain ilmiötä. (Eskola 2007, 33–35).

Tuomi ja Sarajärvi (2013, 75) luonnehtivat haastattelun eduiksi joustavuutta. Tällä he tarkoittavat esimerkiksi mahdollisuutta toistaa kysymys, oikaista väärinkäsitys, selventää ilmaisun sananmuotoa tai käydä keskustelua haastateltavan kanssa. Haastattelun etuihin kuuluu myös se mahdollisuus, että tutkija voi tehdä havaintoja haastattelun edetessä. Näitä hän voi kirjoittaa ylös tai esimerkiksi miettiä myöhemmin mitä haastateltava mahtoi tarkoittaa tietyllä sananvalinnalla. Minulle oli tästä apua varsinkin haastattelujen purkuvaiheessa ja sen jälkeisessä aineiston analyysissä.

Omassa tutkielmassani halusin tietää, *mitä maahanmuuttajat ajattelevat liikunnasta ja sen sopeuttavasta vaikutuksesta*. Siksi päätin kysyä asiaa suoraan maahanmuuttajilta, enkä vain tukeutua aikaisempiin tutkimuksiin. Haastattelin teemahaastattelun keinoin seitsemää Jyväskylässä asuvaa swahilin kieltä puhuvaa miestä ja naista. Heistä miehiä oli neljä ja naisia kolme. Asuminen suomessa oli kestänyt yhdestä neljään vuoteen. Haastateltavien ikähaarukka oli 25 ja 60 vuoden välillä. Yhtä haastateltavaa lukuunottamatta kaikki olivat iältään 25 ja 30 ikävuoden välillä. Kotoisin he olivat eri puolilta itäistä Afrikkaa. Syyt muuttaa Suomeen vaihtelivat pakolaisuuden ja perhesyiden kuten avioliiton välillä. Haastatteluaineistosta kertyi litteroitua tekstiä yhteensä 45 sivua fontilla 12 sekä rivivälillä 1,5.

Ensimmäiset haastattelut suoritin keväällä 2013 ja sain haastattelut viimeiset valmiiksi loppuvuodesta. Haastateltavia sain omien verkostojeni kautta sekä niin sanotulla lumipalloilmiöllä, jossa yksi haastateltava suosittelee toista henkilöä. Jonkin verran töitä teetätti haastatteluista sopiminen ja niiden toteutuminen. Esimerkiksi kulttuuri- ja aikakäsityseroista johtuen muutama haastattelu ei toteutunut. Haastattelupaikat vaihtelivat kodeista kirjastoon sekä Jyväskylän kaupungin maahanmuuttajapalveluista keskustan kahvilaan. Toteutuneisiin haastatteluihin suhtauduttiin myönteisesti ja tutkimusaihetta pidettiin tärkeänä. Niiden kesto vaihteli puolesta tunnista tuntiin. Haastattelun jälkeen annoin haastateltaville swahilin kielelle käännetyn esitteen, missä kerrottiin yleisluontoisesti liikunnan tärkeydestä. Toivoin tätä kautta haastateltavan mielenkiinnon pysyvän yllä liikunta-aiheeseen sekä omakohtaisen liikuntasuhteen jatkavan kehittymistään.

Nauhoitin kaikki haastattelut kännykälläni, mistä litteroin ne myöhemmin tekstimuotoon tietokoneellani. Ennen haastatteluja olin kertonut, että haastateltavien nimet eivät näy valmiissa työssä. Haastattelurunko oli teemahaastattelun muotoinen, joskin olin valmistellut tarkempia kysymyksiä siltä varalta, että keskusteltavaa ei riitä. Välillä keskustelut rönsyilivät erilaisissa kotoutumiseen liittyvissä asioissa. En kuitenkaan pysäyttänyt haastateltavan puhevirtaa, koska päätin hänen pohtivan kotoutumisprosessia muusta kuin vain liikunnan näkökulmasta. Tätä kautta uskoin myös puhumisen helpottuvan tutkimusaiheestani. Näin kävikin muutamassa tapauksessa ja välillä tuntui, että haastateltavat arvostivat sitä, että heitä kuunneltiin. Ennen

haastattelujen suorittamista mietin, miten urheilu ja liikuntakäsitteet avautuvat swahiliksi. Haastattelutilanteissa ei kuitenkaan esiintynyt mitään ongelmia, vaan kaikilla haastateltavilla oli ajatuksia ja mielipiteitä liikunnan kotouttavasta vaikutuksesta.

Käytin tutkimukseni pohjana aiempia maahanmuuttajista ja liikunnasta kertovia tutkimuksia. Vertailemalla niitä omaan aineistooni pyrin löytämään yhtäläisyyksiä ja eriäviä huomioita. Aiemmin valmistunut kandidaatin tutkielmani antoi tutkimuksellisia ideoita pro gradua suunnitellessani. Teemahaastattelun muodossa kerättyä aineistoa analysoin teemoittelemalla. Tässä tutkielmassa se tarkoitti niiden aiheiden esiin nostamista, jotka liittyivät liikuntasuhteeseen ja kotoutumiseen liikunnan avulla. Analysointivaiheessa olin päättänyt nostaa esille teemoja, jotka kuvaavat liikunnan merkitystä kotoutumisessa. Myös Eskola (2007, 43) on sitä mieltä, että teemahaastattelujen yksi erityisvahvuus on sen mahdollisuus pilkkoa aineisto teemoihin. Se on samalla myös keskeisten ilmiöiden pelkistämistä ja esiin nostamista. Eskola (emt. 44) varoittaa sitaattien liian löysästä käytöstä ja niiden ympärille kirjoitetusta tekstistä. Mitään tiukkaa rajaa sitaattien määrälliselle käytölle ei kuitenkaan ole olemassa, mutta kannattaa silti miettiä miksi niitä käyttää. Yksi pätevä peruste niiden käytölle on tutkijan yritys todistaa esitetty oletamus oikeaksi. Sitaatti voi myös toimia tutkijan oman tulkinnan pohjana.

Pidin kesällä 2013 taukoa gradun teosta ja palasin työstämään sitä jälleen syksyllä opintojen alettua. Haastattelujen suorittamisen ja litterointivaiheen jälkeen jätin aineiston hetkeksi syrjään ja siirryin kirjoittamaan teoriaa ja metodiosiota. Kului monta kuukautta ennen kuin ryhdyin analysoimaan sitä. Välillä luin tutkimuskirjallisuutta laadullisesta tutkimuksesta sekä sisällönanalyysistä. Sain vinkkejä siitä, kuinka teemahaastattelun muotoon tehdyn aineiston voi jakaa pääluokkaan, yläluokkaan sekä alaluokkaan. Tässä vaiheessa haastatteluaineistoni alkoi saada muotonsa, missä liikunnan merkitys kotoutumisessa ilmeni eri teemoissa kuten akkulturaatiossa, liikuntakäsitteen ymmärtämisessä sekä liikunnan hyödyn kokemisena kotoutumisprosessissa. Jako erilaisiin alaluokkiin tapahtui teemahaastattelulomakkeen kysymysten avulla. Niitä tuli yhteensä useita kymmeniä, joita myöhemmin yhdistelin koskemaan yläluokan liikuntasuhdetta ja kotoutumista. Alaluokkien kautta kuitenkin mahdollistui aineistoon käsiksi pääseminen. Alun pienen epäilyn jälkeen huomasin kysyneeni oikeita kysymyksiä haastateltavilta, jotka liittyvät tutkimusongelman kannalta keskeisiin kysymyksiin.

Taustakysymysten kautta avautui esimerkiksi haastateltavien oma suhde liikuntaan. Pidän tätä tärkeänä seikkana, sillä silloin myös haastateltavien oma ääni tuli tutkimuksessa esille. Tätä kautta uskon tutkimuksellani olevan jotain käytännön hyötyä esimerkiksi liikuntapalveluiden järjestäjille. Mielestäni aiemmissa kotoutumista koskevissa tutkimuksissa on puutteena ollut maahanmuuttajien oman näkökulman sivuuttaminen ja varsinkin käytännön toimenpiteitä suunniteltaessa ei aina olla toimittu käyttäjälähtöisesti.

Ennen tutkielman analyysiosioon siirtymistä kokosin alla olevaan taulukkoon pro gradussa käyttämiäni erilaisia kotoutumiseen liittyviä teorioita. Tarkoituksena oli helpottaa lukijaa hahmottamaan sitä aihealuetta, missä tässä tutkielmassa liikutaan. Samalla se auttoi myös tutkielman tekijää siirryttäessä aineiston analysointi vaiheeseen. Taulukko tiivistää kotoutumisen teorial, eri liikuntasuhteen tyypit sekä sosiaalityön näkökulman maahanmuuttajatyöhön.

Taulukko 4: Pro gradussa käytetyt eri teorial tiivistettynä. Kotoutumisen teorioita, liikuntasuhteen tyyppejä sekä sosiaalityön näkökulmia maahanmuuttajatyöstä.

Kotoutumisen teorioita	Eri vaihtoehtoja
Berry: Akkulturaatiovaihtoehdot Myren: Kotoutumisen neljä askelta	Marginalisaatio-separaatio-assimilaatio-integraatio Tunnustus-suvaitsevaisuus-sopeutuminen/ integraatio
Liikuntasuhde	Eri tyyppejä
Unruch: Neljä ideaalityyppiä Zacheus: Liikuntaan osallistumisen jaottelua	Muukalainen-turisti-vakio-osallistuja Liikkuja-seuraaja-tuottaja-kuluttaja
Sosiaalityö	Eri vaihtehtoja
Anis: Viranomaisten tulkintoja maahanmuuttajista asiakkaina Turtiainen: kertomuksia maahanmuutosta	Vieraannuttava-sopeuttava-tasa-arvoistava-kulttuuritietoinen-rasismitietoinen-osallistava Luottamus-tunnustaminen-riippuvuus-sosiaalinen itsearvostus

6. HAASTATTELUAINEISTON ANALYSOINTI JA TULOKSET TEEMOITTAIN

Pro gradu -tutkielmaani varten haastatelluista maahanmuuttajista jokainen liikkui jollain tapaa. He myös vaikuttivat ymmärtävän liikunnan merkityksen ainakin jossain määrin. Liikkuminen saattoi olla kevyttä arkiliikuntaa tai totisempaa kilpaurheilua. Liikuntaa harrastettiin yksin, ystävien, koulun tai urheiluseuran kanssa. Erilaisia esteitä liikkumiselle kuitenkin oli. Näistä yleisin oli suomalainen talvi, joka esti monien haastateltujen ulkona liikkumisen. Jalkapallon pelaaminen ulkona ei tällöin enää onnistu ja sopivan tilan löytäminen sisätiloista koettiin ongelmaksi. Joukkueena pelaaminen oli muutamalle haastateltavalle tärkeää. Liikuntamaksut ja toimintaympäristön ymmärtämisen puute saattoivat toimia estävinä tekijöitä. Myös sellaiset seikat kuten sairastumiset ja kielitaidon puute estivät liikkumasta.

Alun taustatyön jälkeen, mihin liittyi kartoitusta haastateltavien omasta liikunta-aktiivisuudesta, mahdollistui eteneminen tutkimuskysymyksissä. Tutustuin aineistoon paremmin lukemalla haastatteluja läpi sekä luomalla tyypittelyjä, joissa annoin jokaiselle haastateltavalle häntä kuvaavan henkilökohtaisen ominaispiirteen. Näitä olivat *ystävien kanssa urheileva nuori mies (M1)*, *terveysasioita ymmärtävä ja sitä opiskelemaan haluava nuori äiti (N1)*, *liikunnan merkityksen ymmärtävä vanhus (N2)*, *satunnaisesti liikkuva nuori äiti (N3)*, *liikunta-asioihin hyvin perehtynyt isä (M2)*, *entinen aktiiviurheilija ja kuntosalin ystävä (M3)* sekä *urheilua taiteen kautta tunteva mies (M4)*. Käytin näitä kuvailevia tunnuspiirteitä koko tutkielmani ajan käyttäessäni haastateltavien suoria lainauksia. Tätä kautta lukija pystyy paremmin seuraamaan eri henkilöhahmojen ajatuksia tutkimusteemoista, mikä tekee lukukokemuksesta toivottavasti mielekkäämmän. Eskolan (2001, 154) mukaan usein onkin mukavaa tietää vastaajista jotain enemmän kuin mitä aineiston esittelyssä on jo kerrottu.

Seuraavaksi poimin haastateltavien teemahaastattelukysymyksiin antamat vastaukset Excel-taulukkoon, joka oli Tuomen ja Sarajärven (2006, 103) teoksen pohjalta laadittu. Taulukko sisälsi alun taustatietojen lisäksi toisella välilehdellä ilmauksia jokaisesta haastattelykysymyksestä. Ne oli koottu niin, että yhdellä rivillä olivat ilmaukset yhdestä kysymyksestä kaikilta haastatelluilta. Tämä mahdollisti aineiston tiiviin tarkastelun

myöhemmässä analysointivaiheessa. Ilmaukset liittyivät johonkin tutkimuskysymykseen, joka taas edelleen liittyi johonkin ylempään tutkimusteemaan. Näitä olivat ajatukset liikuntasuhteesta ja kotoutumisesta. Luokkien muodostaminen oli analyysin kriittisin vaihe, koska siinä tutkielman tekijä päätti millä perusteella eri ilmaisut kuuluvat mihinkin luokkaan.

Analyysin jatkovaihe sisälsi samansisältöisten luokkien yhdistämisen yhdeksi kaikkia kuvaavaksi luokaksi. Koko prosessin tarkoituksena oli vastata esitettyihin tutkimuskysymyksiin siitä, minkä merkityksen maahanmuuttaja antaa liikunnalle kotoutumisprosessissa ja miten liikunta voi siinä auttaa. Merkitys-kokonaisuuksien muodostaminen näennäisesti hajanaisista teemoista vaati työtä ja jossain vaiheessa oli vain luotettava, että olin kysynyt haastateltaviltani oikeita kysymyksiä. Teoriat akkulturaatiosta ja liikuntasuhteesta auttoivat käsitteellistämään maahanmuuttajan ajatuksia liikunnan kotouttavasta vaikutuksesta.

Etukäteen laadittu teemahaastattelurunko käsitteli haastatteluteemoja seitsemällä kysymyskokonaisuudella. Näitä olivat:

1. Liikuntakäsitteen ja sen merkityksen ymmärtäminen.
2. Liikunnan hyödyllisyys kotoutumisen kannalta.
3. Liikuntaa estävät tekijät ja liikuntakulttuurin erot kotimaassa ja Suomessa.
4. Maahanmuuttajien urheilumahdollisuudet Jyväskylässä.
5. Liikunnan harrastaminen omassa ryhmässä tai yhdessä kantaväestön kanssa.
6. Kokemukset rasismista.
7. Mistä saada tietoa urheilumahdollisuuksista sekä omat toiveet.

Näiden teemojen pohjalta ryhdyin tekemään sisällönanalyysiä, joka eteni askel askeleelta. Tuomen ja Sarajärven (2006, 103) ohjeiden mukaisesti tunnistin aineistosta asioita, joista olin kiinnostunut. Poimin ne Excel-taulukkoon pelkistetyiksi ilmaisuiksi tutkimuskysymysten alle. Tämän jälkeen pelkistetyt ilmaukset ryhmittelin yhtäläisten ilmaisujen joukoiksi. Samaa tarkoittavat ilmaisut yhdistin samaan luokkaan ja annoin sille nimen. Excel-taulukkoon sijoitetuttujen teemojen avulla, joita oli yhteensä 22 kappaletta, lähdin muokkaamaan kuvaa tutkimusongelmasta. Haastavaksi osoittautui päättäminen, liittyikö teemahaastattelun kysymys enemmän kotoutumiseen vaiko liikuntasuhteeseen.

Valinta kuitenkin oli tehtävä ja jälkikäteen ero osoittautui hieman keinotekoiseksi. Päätin kuitenkin pitäytyä jaottelussa, sillä muuta mahdollisuutta ei tuntunut olevan. Näiden kahden tutkimusteeman avulla pystyin kuitenkin käsittelemään koko aineistoa.

Seuraavassa melko työläässä vaiheessa kokosin yhteen etukäteen päättämäni *kotoutumista* käsittelevät haastatteluteemat ja niitä kuvaavat alkuperäisilmaukset. Näitä olivat jo aiemmin mainittujen kahdenkymmenen kahden teeman kokonaisjoukosta kymmenen: Liikunnan hyödyllisyys, mitä hyvää liikunnasta, urheilusta apua ystävien saamisessa, urheilusta apua kielen, tapojen ja kellon oppimisessa, urheilusta apua Suomeen sopeutumisessa, maahanmuuttajat omissa ryhmissään, rasismikokemukset, urheilumahdollisuudet Jyväskylässä sekä muuta lisättävää.

Seuraavassa tutkielmani luvussa käsittelen aineiston teemoja jokaista erikseen omassa alaluvussaan, jonka jälkeen muodostan niistä merkityskokonaisuuksia kuvaamaan liikuntasuhdetta ja kotoutumista. *Liikuntasuhdetta* kuvaavat haastatteluteemat (7 kpl) olin myös päättänyt etukäteen kotoutumisen tavoin ja näitä olivat: harrastus ja kilpaurheilu sanan tuntemus, urheilulajien tuntemus, liikuntakulttuurin erot, urheilun sukupuoliuus, liikuntaa estäviä tekijöitä, mikä asiassa voisi auttaa sekä mistä tietoa urheilumahdollisuuksista.

Tutkielman raportointi etenee teemoittain siten, että kokoan yhteen haastateltavien ajatuksia ja teen sen pohjalta analyysiä. Tärkeänä apuna olivat aikaisemmat tutkimukset, joita pystyin hyödyntämään analyysivaiheessa. Siltä pohjalta saatoinkin löytää yhteneväisyyksiä tai eroavaisuuksia. Mielestäni tärkeää oli kuitenkin antaa haastateltavien oma ääni kuuluville. Kyseessä kun on pro gradu –tutkielma, joka tutkii swahilin kieltä puhuvien maahanmuuttajien liikunnalle antamien merkitystä kotoutumisessa. Tämä tapahtui analysoimalla haastateltavien kommentteja sekä käyttämällä suoria sitaatteja.

6.1 Liikuntasuhde ja sen merkitys kotoutumisessa

Liikuntasuhde kuvaa yksittäisen ihmisen omia liikuntaharrastuksia, mutta myös sitä miten hän suhtautuu liikuntakulttuuriin ja sen eri osa-alueisiin. Liikuntasuhde kuvaa myös sitä, miten hyvin henkilö on sisällä liikunnan sosiaalisen maailman merkityksessä. Mitä

syvemmillä henkilö on, sitä paremmin hän ymmärtää liikunnan kulttuuria ja sen kieltä. Maahanmuuttaja uudessa kotimaassaan tutustuu sen liikuntakulttuuriin ja vie pitkän aikaa, ennen kuin hän täysin oppii ymmärtämään sitä. Henkilöstä riippuen hän saattaa olla jo kotimaan vaikutteiden ansiosta hyvinkin sisällä jossain uhreilulajissa. Mahdollista on myös, että hän on täysin ulkopuolinen suhteessa liikuntakulttuuriin. David Unruchin (1979) liikunnan syvyysasteet *muukalaisesta turistiin ja vakio-osallistujasta sisäpiiriläiseen* soveltuvat myös maahanmuuttajan kohdalla. Mahdollista on myös jaotella Zacheuksen ym. (2012) mukaan liikuntaan osallistuja *seuraaajaksi, tuottajaksi* tai liikunnan merkityksen *kuluttajaksi*.

Lähestyn liikuntasuhteen käsitettä tässä pro gradu –tutkielmassa seitsemällä eri teemalla. Liikunnan aiheen tuntemusta lähestyin kysymyksillä, jotka liittyivät harrastus sekä kilpaurheilu -sanatuntemukseen. Kysyin haastateltavilla, mitkä ovat tekijöitä, jotka mahdollisesti estävät liikkumasta. Tämän jälkeen kysyin eri urheilulajien tuntemisesta, siitä onko urheilu tarkoitettu mahdollisesti vain yhdelle sukupuolelle. Samassa yhteydessä teemahaastattelussa keskustelimme liikuntakulttuurin eroista Afrikassa ja Suomessa. Lopuksi kysyin vielä, mikä asia voisi auttaa maahanmuuttajien liikunta-asiassa ja mistä olisi tietoa saatavilla, mikäli harrastusasioista haluaisi kuulla lisää. Tarkoituksena oli haastaa haastateltava pohtimaan omaa tilannettaan sekä tekemään ehdotuksia, mitä asian hyväksi voisi tehdä. Mikäli liikunta teema oli haastateltavalle entuudestaan tuttu oli hänellä myös parannusehdotuksia valmiiksi mietittynä.

6.1.1 Harrastus- sekä kilpaurheilusanojen tuntemus

Harrastus on asia, mitä ihminen tykkää tehdä omassa elämässään. Ihminen voi harrastaa sitä lajia, mitä hän on tehnyt pienestä pitäen.

Ystävien kanssa urheileva nuori mies (M1)

Suomen kielen liikunta ja urheilu -sanat mielletään usein toistensa synonyymeiksi. Samaa asiaa tarkoittavilla sanoilla on kuitenkin pieni vivahde-ero, joista ensimmäinen liitetään usein kuntoiluun ja jälkimmäinen kilpaurheiluun viittaavaan toimintaan. Harrastus-sana taas viittaa lähes kaikkeen toimintaan, mitä ihminen voi tehdä vapaa-ajallaan ja mistä hän nauttii. Se voi olla lähes mitä tahansa eikä sen tarvitse liittyä urheilemiseen. Sanan

kääntäminen swahilin kielelle on vaikeaa, sillä yksi sana pitää sisällään niin monta asiaa. Usein tämä tapahtuikin selittämisen kautta, jossa kerroin lyhyesti mitä me länsimaissa ymmärrämme harrastuksella.

Tässä pro gradu -tutkielmassa harrastus-sana oli jokaiselle haastateltavalle jossain määrin tuttu. Se ymmärrettiin vapaa-ajalla ja koulun ulkopuolella tapahtuvaksi toiminnaksi. Sen katsottiin liittyvän usein urheilutoimintaan ja useimmat haastateltavat mainitsivatkin liikkuvansa omatoimisesti. Se saattoi olla jalkapallon pelaamista kaveriporukalla, reipasta kävelyä tai pyöräilyä kesäaikaan, kuntosalilla käyntiä tai tanssia. Liikkumisen muodot vaihtelivat, mutta sain sellaisen kokonaiskuvan, jonka mukaan maassa asumisen myötä myös harrastuksen merkitys oli avautunut tai avautumassa haastateltaville. Kaikkiin uuden yhteiskunnan toimintoihin ei maahanmuuttajan voida odottaa liittyvän saman tien ja merkittävämpää on saada elämän perustarpeet ensin tyydytetyiksi. Mielessä tulee pitää, kuinka suuri muutos elämässä tapahtuu kulttuurista toiseen siirryttäessä.

Kilpaurheileminen ymmärrettiin käsitteeksi, missä henkilö on pidemmän aikaa harrastanut lajiaan ja edennyt siinä pitkälle. Muutamalla miespuolisella haastateltavalla oli kilpaurheilutausta, mutta treenaaminen oli jäänyt vähemmälle Suomeen muuton jälkeen. Liikkumisen merkitys hyvinvoinnin kannalta kuitenkin ymmärrettiin esimerkiksi sen vuoksi, että se vähentää stressiä ja auttaa tutustumaan uusiin ihmisiin. Myös haastattelun naispuoliset henkilöt kokivat liikunnan merkityksen tärkeäksi terveyden kannalta. Yksi miespuolinen haastateltava vertasi kilpailemista koetilanteeseen. Siinä arvioidaan oma taso ja molemmissa pärjää mitä enemmän sitä on tehnyt. Molemmat edellyttävät harjoittelemista ja se on työlästä. Kaikki eivät kuitenkaan halua kilpailla. Kilpailemisen kautta on kuitenkin mahdollista tutustua uusiin ihmisiin.

Pelaamme jalkapalloa toisesta kaupungista tulevien eri kansallisuuksien kanssa. Teemme näin, että tutustuisimme ja ystävyystyisimme. Että oppisimme tuntemaan toisiamme. On esimerkiksi XX (kansalaisuus), jotka asuvat XX (kaupunki) eivätkä tunne minua. Kun pelaamme jalkapalloa yhdessä opimme tuntemaan toisemme.

Ystävien kanssa urheileva nuori mies (M1)

6.1.2 Urheilulajien tuntemus

Moni ei tiedä missä on kuntosali ja sen vuoksi ettei osaa lukea tai ei tiedä mikä se on.

Entinen aktiiviurheilija ja kuntosalin ystävä (M3)

Yksi tapa lähestyä liikuntasuhde-käsitettä on kysyä eri urheilulajien tuntemisesta. Jalkapallo kansainvälisyytensä vuoksi on tunnettu ympäri maapallon. Sitä pelataan lähes jokaisessa maassa eikä se vaadi harrastusvälineiksi muuta kuin pallon. Senkin voi tehdä itse kuten monet pikkupojat Afrikassa tekevät: rätipallo valmistuu käden käänteessä narua kietomalla muovipussimytyn päälle. Suomessa eri urheilulajien kirjo on kuitenkin suuri ja voi viedä hetken aikaan ennen kuin maahanmuutaja oppii esimerkiksi tietämään mitä yleisurheilu on. Ongelmaksi voi myös osoittautua myös sijainti, jos ei tiedä missä päin urheilulajia harrastetaan. Koululiikunnan kautta avautuu monelle maahanmuuttajalle mahdollisuus tutustua suomalaiseen liikuntakulttuuriin ja urheilulajeihin.

Liikunnan maksullisuus on monelle maahanmuuttajalle uusi asia. Siitä ei ehkä olla totuttu maksamaan ja jotkin urheilulajit ovat kalliita. Harrastusmaksut isossa perheessä voivat nousta niin korkeiksi, että kaikilla lapsilla ei ole mahdollisuutta harrastaa toivomaansa liikuntamuotoa. Monella aikuisella maahanmuuttajalla vie kauan aikaa ennen kuin oppii tietämään mitä urheilulajeja on olemassa ja missä niitä harrastetaan. Yksi haastateltava mainitsi paikan, missä voi juosta. Tällä hän mahdollisesti tarkoitti urheilukenttää. Hieman avoimeksi kuitenkin jäi ajatteliko hän, että vain siellä voi juosta vai onko se mahdollista myös muualla.

Muutamit haastateltavat mainitsivat, kuinka oma halu oppia ja tietää asioista vaikuttavat myös eri urheilulajien tuntemiseen. He mainitsivat, kuinka kiinnostus tiettyä asiaa kohtaan näkyy myös siinä, että ihminen ottaa asioista selvää. Esimerkkinä kuntosali, missä miehet mielellään käyvät. Sopivan paikan löytämiseen voi mennä aikaa. Hyvässä tapauksessa sellainen löytyy maahanmuuttajan koulusta eikä sen käyttö maksa. Yksi haastateltava mainitsi jääkiekon ja sen, että on maahanmuuttajia jotka haluaisivat pelata sitä, koska lajia arvostetaan.

6.1.3 Liikuntakulttuurin erot

Aikuisille treenaaminen (Afrikassa) on kuokan varten tarttumista. Työnteko esimerkiksi maanviljely tai puunkaato on aikuisille urheilua siellä. Työtä on paljon ja se on raskasta... Täällä Suomessa koulun jälkeen jos on vielä jotain tehtävää tekee sen ja vanhemmat antavat luvan lähteä urheilemaan... Eri vaihtoehtoja on paljon.

Ystävien kanssa urheileva nuori mies (M1)

Kysymyksellä liikuntakulttuurin eroista Suomen ja Afrikan välillä avautui mielenkiintoinen maailma. Siinä haastateltava sai tilaisuuden kertoa minkälaista elämä kotimaassa oli ollut. Liikunnan kotouttavasta vaikutuksesta puhuttaessa on tässä kohtaa huomattava, että mitä suuremmat erot lähtömaan ja uuden kotimaan liikuntakulttuureissa on, sitä vähemmän liikuntainnostusta saattaa esiintyä. Tämä johtuu siitä, että vaatii suuren työn ottaa selvää eri liikuntapaikoista ja niiden harrastusmahdollisuuksista. Tavallisen arjen pyörittäminen vie usein niin paljon voimavaroja, että aikaa tai energiaa muulle tekemiselle ei enää ole. Toisaalta tärkeää olisi olla tekemisissä varsinkin kotoutumisen alkuvaiheessa myös omanmaalaisten kanssa. Tähän omatoimisesti kokoontuva jalkapalloporukka voi tarjota tilaisuuden kokoontua ja viettää yhdessä aikaa.

Me XX voimme kokoontua yhteen ja pelailla hieman. Meille sanottiin, että se ei ole sallittua (mennä ilman varattua vuoroa). Siellä Afrikassa saatoimme pelata ilman sääntöjä. Täällä olen kuullut, että se on vaikeampaa. Pitää varata aika tiettyyn paikkaan ja niin edelleen.

Satunnaisesti liikkuva nuori äiti (N3)

Suomessa on ryhmät kaiken ikäisille. Ei meillä siellä Afrikassa, missä lapset ovat mukana. He voivat vähän pelailla, mutta eivät ymmärrä enempää urheilusta. Vanhusten tehtävä on siellä Afrikassa levätä ja katsoa lasten perään.

Liikunta-asioihin hyvin perehtynyt isä (M2)

Voi olla maahanmuuttaja, joka on asunut pakolaisleirillä kymmeniä vuosia eikä ole koskaan käynyt salilla. Hän ei ymmärrä liikunnan merkitystä ja voi mennä vuosi ilman että hän käy punttisalilla.

Entinen aktiiviurheilija ja kuntosalin ystävä (M3)

Kysymys liikuntakulttuurien eroista Suomen ja Afrikan välillä toi värikkäitä vastauksia haastattelutilanteissa. Tämä osoittaa mielestäni, että haastateltavat ovat tehneet paljon havaintoja entisen ja nykyisen kotimaansa välillä myös liikunta-asioissa. Maahanmuuttajien suomen kielen kurseilla on mahdollisesti annettu liikuntakasvatusta, missä on puhuttu liikunnan merkityksestä ja sen tärkeydestä. Erityisen mielekkäitä olivat vanhemman afrikkalaisen naisen havainnot ympärillä olevasta maailmasta:

Siellä Afrikassa teimme paljon töitä käsillä, mutta täällä (Suomessa) sitä tulee oltua vain paikoillaan. Se ei sovi keholle vaan voi tuoda jopa uusia sairauksia. Afrikassa oli siis pakko käyttää paljon kehoa, mikä ei kuitenkaan ollut urheilua. Se oli tavallista elämää eikä paino päässyt nousemaan.

Liikunnan merkityksen ymmärtävä vanhus (N2)

6.1.4 Urheilun sukupuolisuus

On jotain harrastuksia, mikä sopii vain naisille. Esimerkiksi jalkapallo ei ehkä sovi niin hyvin, koska he eivät useinkaan pidä jalkapallon pelaamisesta. Luulen, että moni pitää esimerkiksi pyörällä ajamisesta.

Ystävien kanssa urheileva nuori mies (M1)

Liikuntasuhde-käsitteen määrittelyyn otin mukaan myös kysymyksen urheilun sukupuolisuudesta. Ajattelin, että on tärkeää kysyä haastateltavilla, ketkä voivat urheilla. Oletin, että saisin vastauksia missä se nähtäisiin vain miehille kuuluvaksi. Olin kuitenkin väärässä, sillä haastattelemani naiset ilmoittivat kaikki liikkuvansa sekä urheilleensa myös kotimaassa koulua käydessään. Jonkin verran sain kuitenkin konservatiivisia vastauksia, missä esimerkiksi katsottiin jalkapallon pelaamisen kuuluvan vain miehille. Yhtä mieltä oltiin kuitenkin siitä, että urheilu rentouttaa kehoa ja vähentää stressiä. Tästä syystä on tärkeää, että sekä miehet ja naiset liikkuvat. Yksi miespuolinen haastateltava oli jopa sitä mieltä, että urheileminen on sisäinen tarve. Toinen mies ajatteli, että on urheilulajeja, jotka sopivat paremmin miehille kuin naisille. Kolmas mies taas oli sitä mieltä, että Jumala on luonut sekä miehen että naisen ja molempien kehot ovat samanlaisia. Tästä

syystä urheilu hyödyntää molempia ja ei ole oikein, että vain mies urheilisi. Kulttuurieroja kuitenkin on olemassa ja esimerkiksi Afrikassa vanhukset eivät saa urheilla.

Meillä Afrikassa vanhusta pidetään kuten munaa kämmenellä, joka menee rikki jos urheilee. Täällä Suomessa kuitenkin nainen, joka on raskaana voi mennä kuntosalille. Meillä tämä olisi kiellettyä. Sen vuoksi meillä siellä ihmiset kuolevat usein synnytystilanteessa.

Liikunnan merkityksen ymmärtävä vanhus (N2)

6.1.5 Liikuntaa estäviä tekijöitä

Maahanmuuttajien haastatteluissa liikkumista estäviksi tekijöiksi nousi ylivoimaisesti korkeimmalle talvi ja kylmyys. Sen mainitsi jokainen haastateltavista. Toinen yleinen este oli tietämättämyys sopivista urheilupaikoista ja se, ettei löydä paikkaa. Maksullisuuden mainitsi neljä haastateltavaa sekä sen, ettei pysty maksamaan kalliita harrastusmaksuja. Muita yleisiä syitä olivat sairastuminen tai elämän kiireellisyys. Mielestäni hieman yllättävä tieto oli, että sopivan paikan löytäminen sekä erilaiset säännöt toimivat liikkumista estävinä tekijöinä. Tämä tieto sopii aika hyvin yhteen sen tutkimustiedon kanssa, jonka mukaan mitä lähempänä maahanmuuttajan liikuntakulttuuri on hänen omaansa, sitä paremmat edellytykset hänellä on osallistua liikuntatoimintaan ja päinvastoin (Zacheus 2011a, 13). Kulttuurien väliset erot Afrikan ja Suomen välillä ovat melko suuret ja tästä syystä voi kestää jonkin aikaa ennen kuin oppii tuntemaan liikuntapaikkoja ja niiden ohjeita.

Seuraavassa haastattelupätkässä kuvataan mielestäni hyvin estäviä tekijöitä liikkumiselle. Siinä haastateltava on perehtynyt melko tarkkaan niihin tekijöihin, jotka voivat estää maahanmuuttajaa urheilemasta. Tärkeimpänä syynä hän pitää ihmisen mielen sisäisiä tekijöitä.

Mikä asia mielestäsi voi estää maahanmuuttajan urheilemisen? Yksi asia ovat säännöt. Esimerkiksi jos ei ymmärrä hyvin Suomen lakia se voi estää urheilemasta ja voi nähdä liikkumisen vaikeaksi. Se on hieman myös psykologinen este sellaiselle joka urheilee. Yhden tärkeän asian esteeksi näen säännöt.

Eli laki estää vai ihminen ei vain tiedä kuinka toimia? *Kuten sanoin se on myös psykologinen asia. Ei voi tietää ellei kysy. Siinä mielessä siis psykologinen, että ei ota asioista selvää jos ei tiedä tai osaa.*

Tarkoittaako tämä sitä, että maahanmuuttajan täytyy yrittää todella paljon? *Kyllä joo, pitää olla sinnikäs ja kysyä ja yrittää, jotta asia olisi helpompi.*

Miten näet kielen esteeksi kotoutumiselle? *Kyllä joo kieli voi olla yksi este.*

Entä raha ja erilaiset maksut? *Maksut riippuvat paljon, kun katsotaan sääntöjä, niihin liittyy aina maksuja. Esimerkiksi seuroilla on omat tietyt säännöt. Voi olla esimerkiksi niin, että ensin pitää maksaa ennen kuin seuraan voi liittyä.*

Liikunta-asioihin hyvin perehtynyt isä (M2)

Sitaatti kuvaa yhden henkilön näkemystä liikkumista estävistä tekijöistä. Hänen mielestään maahanmuuttajalla voi olla psykologinen este urheilemiselle. Tulkitsisin asian niin, että vaatii suuria ponnisteluja mikäli haluaa ottaa liikunta-asioista selvää ja mennä esimerkiksi urheiluseuran toimintaan mukaan. Helpompaa olisi varmasti jäädä koulun jälkeen kotiin lepäämään ja televisiota katsomaan. Tässä mielessä akkulturaatiostategian eristäytyminen astuu voimaan, jos valtakulttuurin toiminnat eivät kiinnosta vaan ainoastaan oman kulttuurin asiat. Myös liikuntasuhde jää hyvin pinnalliseksi ja muukalaiselle vieraksi jäävät niin liikunnan merkitys kuin sen sisältökin.

6.1.6 Mikä asiassa voisi auttaa?

Se on vain yksi ovi, mistä mennä sisälle. Maahanmuuttaja saattaa olla hieman ujo avaamaan sitä eikä siksi tiedä asiasta. Täällä Suomessa ihmisillä on omat tavat. Minä tulen XX (maa) ja minulla on omat tapani suomalaisuuden lisäksi. Tänne tullessa on tärkeää kertoa, miten jokin asia toimii. Minä itse olen oppinut paljon kysymällä. Se auttaa todella paljon ja sitä kautta opin.

Urheilua taiteen kautta tunteva mies (M4)

Haastatelluilta maahanmuuttajilta löytyi runsaasti kehittämisideoita liikunta-asiaissa. Toivomuksia esitettiin suuntaan, jossa heti Suomeen tultua kerrottaisiin eri urheilumahdollisuuksista. Tehtävää tarjottiin sosiaalityöntekijälle, joka usein on tekemisissä maahanmuuttajan kanssa alkuvaiheessa. Toiveita esitettiin myös urheiluseurojen suuntaan, jotka ottaisivat yhteyttä kaupunkiin muuttavaan.

Mahdollisuuksien mukaan myös opettaja voi auttaa urheiluharrastusasiassa. Myös ihmiset ja tuttavat, jotka liikkuvat paljon voisivat opastaa uutta maahanmuuttajaa. Toivomuksena oli myös, että joku henkilö saattelisi ja veisi liikunnasta kiinnostuneen ensimmäisinä kertoina harrastuspaikalle. Samalla hän voisi kysyä maksuasioista sekä kellonajoista, jolloin ne tulisivat selviksi heti ensimmäisellä kerralla. Mahdollisuutena on myös, että ryhmä maahanmuuttajia ilmoittautuu liikuntapaikalla ja esittää yhdessä toiveen liikuntavuoron saamisesta. Tämä kuitenkin edellyttää jo hyvää suomen kielen taitoa ja ymmärrystä järjestelmän toimivuudesta. Olennaista olisi tietää, että Suomessa annetaan käyttövuoroja niitä varanneille ja tämä on tehtävä hyvissä ajoin tiettyyn aikaan vuodesta. Ongelmana on, että talven ajaksi on vaikeaa saada esimerkiksi omaa jalkapallovuoroa. Liikuntavuorot tulivat esille myös muissa haastatteluissa. Yhdelle haastateltavalle sosiaalitoimisto oli järjestänyt suomalaisen ystävän, jonka kanssa he kävivät myös harrastamassa.

Kysyin haastateltavilta aivan konkreettisia asioita kuten, olisiko kartasta apua löytämään harrastuspaikalle. Siitä saattaisi olla, mutta on myös maahanmuuttajia, jotka eivät osaa lukea. Moni haastateltava tunsi erään yksityisen kuntosalin, mikä kertoo tiedon kulkeutumisesta maahanmuuttajien parissa ja että joku henkilö auttaa esimerkiksi jäsenyysasiassa. Ongelmaksi saattaa muodostua ymmärrys siitä, että kuukausittainen jäsenmaksu tulee maksaa kävi kuntosalilla tai ei. Siellä voi kuitenkin tavata ihmisiä ja saada ystäviäkin, joilta voi kysyä apua arkisista asioista. Kuntosalilla käynti opettaa samalla suomalaisesta kulttuurista paljon. Siellä maahanmuuttaja näkee, mitä harjoituksia eri laitteilla voi tehdä, miten tiettyinä kellonaikoina kuntosali on auki ja miten tärkeää kuntoileminen suomalaisille näyttää olevan.

Suomessa punttisali on tiettyinä kellonaikoina auki ja silloin ihmiset käyvät siellä. Kävimme maahanmuuttajaystävien kanssa paikassa ja sovimme kello neljä. Kaikki tiesivät, että se oli se kellonaika eikä jokin muu kuten ihmiset Afrikassa helposti ajattelisivat. Täällä urheilussa jokin asia tapahtuu tiettyinä kellonaikoina ja kaikki tietävät sen.

Entinen aktiiviurheilija ja kuntosalin ystävä (M3)

6.1.7 Mistä tietoa urheilumahdollisuuksista

Yksi olennainen seikka liikkumiselle on se, että henkilö itse kokee sen tärkeäksi. Liikuntakasvatusta antamalla maahanmuuttajakin oppii tiedostamaan liikunnan merkityksen terveyden kannalta. Liikuntasuhde alkaa vahvistumaan tätä kautta ja sen syvyys vaihtelee ajan kuluessa. David Unruchin (1979) kehittämät syvyysasteet *muukalaisen, turistin, vakio-osallistujan ja sisäpiiriläisen* välillä vaihtelevat sen mukaan, kuinka tuttua toiminta on ja mitä siitä tiedetään. Menee mahdollisesti vuosia ennen kuin maahanmuuttaja ymmärtää liikuntakulttuurin merkitystä. Vaikeutta voi vielä lisätä suomalaisen liikuntakulttuurin viralliset ja epäviralliset käytänteet. Tulee kuitenkin muistaa, että maahanmuuttajat eivät ole yhtenäinen ryhmä vaan jokaisella on oma elämäntarinansa.

Maahanmuuttaja voi alkaa haluta saamaan tietoa urheilumahdollisuuksista kotoutumisen edetessä. Oma aktiivisuus tässäkin asiassa auttaa kuten yksi haastateltava mainitsi:

Itse en tiennyt, mutta menin yhdelle kuntosalille ja näin seinällä mainoksen. Sen pohjalta menin harjoituksiin, jotka olivat ilmaisia ja käyn edelleen siellä. Eli sitä kautta sain tietoa.

Aktiiviurheilija ja kuntosalin ystävä (M3)

Kysyin haastateltavilta, mitä kautta lähetetty tieto liikuntamahdollisuuksista parhaiten saavuttaisi maahanmuuttajia. Vastauksiksi sain kotiin tulevan postin kautta, netistä hakusanoja käyttämällä sekä ihmisiltä apua kysymällä. Toivomukset olivat aika paljon samoja kuin edellisessä luvussa, missä kysyttiin kuka voisi auttaa liikunta-asiassa.

Maahanmuuttajille tulisi "myydä" liikkumisen hyviä asioita. Urheilu on parempi vaihtoehto monelle muulle. Parempi mennä treeneihin kuin hengata kaupungilla ja polttaa tupakkaa tai käyttää alkoholia. Kun on väsynyt treeneistä ei tule sellaisia ajatuksia mieleen. Pelkästään se, että ajatukset vaihtuvat ja kroppa väsy on hyvä asia. Sama suomalaisille ja maahanmuuttajille.

Liikunta-asioihin hyvin perehtynyt isä (M2)

Liikuntakasvatuksen antaminen vahvistaa ihmisen liikuntasuhdetta. Poliittisten päättäjäjienkin taholta ollaan huomattu, kuinka liikunnalla on monia hyviä vaikutuksia. Meneillään oleva hanke kotoutumisesta liikunnan avulla vastaa tähän tarpeeseen, mutta ruohonjuuritasolla toimivat ihmiset edelleen omatoimisesti. Hanke ei ehkä ole saavuttanut kaikkia mahdollisia asiakkaita. Tieto ei ole mennyt perille asti ja moni maahanmuuttaja ei ole osannut hakea apua sieltä, mistä sitä ehkä saisi. Ongelmien kanssa painitaan edelleen pienellä porukalla ystävien kesken.

6.2 Liikunnan hyöty kotoutumisessa

Liikunnasta uskotaan olevan hyötyä moneen eri asiaan kotoutumisessa. Sen uskotaan auttavan esimerkiksi suomen kielen oppimisessa ja ystävien saamisessa. Yksilöstä riippuen liikunnalla voi olla merkittäväkin rooli hänen elämässään. Urheilemisesta voi tulla tärkeäkin osa maahanmuuttajan arkea. Parhaimmillaan urheilemisen sosiaalisesta maailmasta tulee tärkeä keino tutustua suomalaisiin tai työstää omaa identiteettiä samaan aikaan kun liikkuu yksin tai toisten ihmisten kanssa. Mahdollista on liikkua kantasuomalaisten tai omanmaalaisten kanssa. Hieman tilanteesta riippuen molemmat voivat olla tärkeitä asioita. Jokaisen maahanmuuttaja taustat ovat hieman erilaiset ja joskus voi olla tärkeää olla yhdessä omasta maasta tulevien kanssa. Tällöin voi saada hetken hengähdysrauhaa ja vertaistukea kotoutumiseen liittyvissä asioissa.

Kati Myrénin (1999, 27) mukaan kotoutumisen eri syvyysasteet voivat vaihdella *tunnustuksen, suvaitsevaisuuden, sopeutumisen ja integraation* välillä. Tämä malli on ehkä toimivampi kuin John Berryn (1997, 10) neljä akkulturaatiovaihtoehtoa (*integraatio, assimilaatio, separaatio sekä marginalisaatio*). Vaikka siitä voidaankin erottaa yksilö ja ryhmätaso oman identiteetin ja valtakulttuurin välisessä vertailussa voi olla vaikeaa lokeroida ihmistä yhteen neljästä vaihtoehdosta. Akkulturaatioon vaikuttavat vahvasti kulttuurien väliset erot ja suuret erot eri maiden liikuntakulttuureissa saattaa vähentää liikuntainnostusta. Kuten edellisessä *liikuntasuhdetta* käsittelevässä alaluvuissa todettiin vaatii kovia ponnistuksia ottaa selville mahdollisia liikuntapaikkoja. Selvitettävänä oli myös sukupuolen vaikutus liikunnan harrastamiseen ja sekä liikuntakulttuurien erot Afrikan ja Suomen välillä. Tarkasteltavana oli myös urheilulajien tuntemus sekä harrastus-käsitteen ymmärtäminen. Näiden kautta lähestyttiin liikuntaa estäviä tekijöitä ja sitä mitä

asian hyväksi voisi tehdä. Haastateltavilla oli lukuisia kehittämissideoita, joita käsitellään lisää seuraavassa luvussa.

6.2.1 Mitä hyvää liikunnasta?

Seuraavassa kappaleessa käydään keskustelua teemasta, joka koskee niitä hyvä asioita, mitä liikkuminen voi saada aikaan. Erityyppiset liikkumisen muodot olivat haastateltaville tärkeitä asioita ja jokainen tuntui ymmärtävän hyvin haastattelukysymyksen. Annan haastatteluotteiden puhua seuraavassa puolestaan ja jätän analysoinnin vähemmälle.

Voisin sanoa, että asia joka minua on auttanut täällä Suomessa on polkupyörä, sillä se on autanut minua oppimaan tuntemaan uusia paikkoja. Esimerkiksi keskustaa ja sen avulla olen päässyt joka paikkaan kotikaupungissa.

Ystävien kanssa urheileva nuori mies (M1)

Käveleminen on hyvää liikuntaa. Afrikassa kaikilla ei ole autoja tai rahaa ostaa sitä. Kaikki käveleminen on sen vuoksi harjoittelua. Jos käy vaikka torilla ostoksilla niin se on sitä.

Terveysasioita ymmärtävä ja sitä opiskelemaan haluava nuori äiti (N1)

Urheileminen on asia, joka tuo terveyttä kehoon. Sinulle itsellesi ja kaikille muille joiden kanssa urheilut yhdessä... Afrikassa teimme paljon töitä käsillä, mutta täällä sitä ei ole ja tulee helposti oltua vain paikoillaan. Se ei sovi keholle ja voi tuoda jopa uusia sairauksia.

Liikunnan merkityksen ymmärtävä vanhus (N2)

Näen, että se on hyvä asia. Meillä siellä kotimaassa työssä tuli paljon liikuntaa. Täällä istutaan vain koulun penkillä mikä väsyttää.

Satunnaisesti liikkuva nuori äiti (N3)

Ihmisten välinen vuorovaikutus on hyvä urheilussa ja lisäksi se lepuuttaa aivoja.

Liikunta-asioihin hyvin perehtynyt isä (M2)

Punttisalilla tapaa väistämättä ystäviä. Suomalaiseen törmää väistämättä harrastuksissa.

Entinen aktiiviturheilija ja kuntosalin ystävä (M3)

Urheilu Suomessa on tärkeää. Olen ajatellut myös, että jos urheilen pärjään paremmin myös koulussa.

Urheilua taiteen kautta tunteva mies (M4)

Aineiston perusteella voi päätellä, että liikunta koettiin hyödylliseksi asiaksi. Se auttaa eri paikkoihin tutustumisessa, kunnon ylläpitämisessä, terveysasiassa, stressin lievittämisessä sekä ystävien saamisessa. Liikuntaan liittyvät mielikuvat olivat ainoastaan positiivisia ja voisi sanoa liikunnalla olevan merkitystä kaikkien haastateltavien elämässä. Vaikuttaisi myös siltä, että siitä on myös hyötyä kotoutumisprosessissa.

Kysyttäessä vielä toisella kysymyksellä, mitä positiivisia vaikutuksia urheilemisesta on, liikkuivat vastaukset terveysasioissa, painonhallinnassa ja yksinkertaisesti siinä, että urheillessa kehossa tuntuu hyvältä. Myös liikunnan sosiaalisia vaikutuksia korostettiin. Ystävyysuhde voi saada alkunsa urheiluharrastuksessa ja suomalaisen on helpompi urheillessa mennä jututtamaan maahanmuuttajaa. Yksi haastateltava korosti urheilun opettavan täsmällisyyttä. Urheilun psykologisia vaikutuksia korostettiin myös. Se nähtiin tärkeäksi vastapainoksi koulunkäynnille.

Urheilu vähentää ajatuksia ja pesee aivoja. Koulussa ymmärtää paremmin kuin urheilee. Tässä mielessä urheilu pesee aivoja vastaanottamaan opetusta... Koska pidän urheilusta oppimiskyky palaa takaisin. Pää ikään kuin rauhoittuu urheilemalla.

Urheilua taiteen kautta tunteva mies (M4)

6.2.2 Urheilusta apua ystävien saamisessa

Teemahaastattelun kaikki haastateltavat olivat sitä mieltä, että urheilu auttaa ystävien saamisessa. Liikuntaharrastuksessa kokoontuvat yhteen ihmiset, jotka pitävät liikunnasta. Yhteinen mielenkiinnon kohde ehkä nopeuttaa toisiin tutustumista, jolloin myös suomalaiset muuttuvat hieman puheliaammiksi. Suomalaisiin tutustuminen on muuten

hidasta ja vaikeaa, mutta yhdessä urheillessa keskustelu luistaa paremmin. Jopa harjoitusten jälkeen saatetaan olla tekemisissä.

Jos löydän paikan, missä voin alkaa käymään tapaan siellä suomalaisia, joita en ennestään tunne. He voivat tulla kyselemään kuka olen ja mistä maasta tulen. Voimme keskustella ja ystävyyskin voi alkaa sitä kautta.

Terveyssasioita ymmärtävä ja sitä opiskelemaan haluava nuori äiti (N1)

Suomalainen muuttuu puheliaammaksi liikkuaan. Aluksi ei ehkä uskalleta tulla juttusille, mutta pian jo keskustelu luonnistuu.

Kävimme koulun kautta (urheilemassa) ja palasimme takaisin. Palumatalla yhdessä suomalaisen kanssa hän opetti minulle puiden nimiä suomeksi. Koska olen hidaskävelijä yllätyin kun tuo suomalainen tuli jutuille ja opetti suomea. Ensimmäisellä kerralla tuo henkilö ei vielä tullut juttelemaan vaan vasta seuraavalla kerralla huomattessaan minun olevan samanlainen ihminen.

Liikunnan merkityksen ymmärtävä vanhus (N2)

6.2.3 Urheilusta apua kielen, tapojen ja kellon oppimisessa

Kysyin haastateltavilta käytännön esimerkkejä, missä liikunnasta voi olla apua kotoutumisprosessissa. Listasin tekijöitä, jotka mielestäni kuvaavat kotoutumisen eri osaluokkia. Valitsemani esimerkit kuvaavat enemmän kotoutumisprosessia siihen suuntaan, missä ainoastaan maahanmuuttaja oppii ja muokkaa itseään sopivammaksi ja hyväksyttävämmäksi. Todellisuudessa onnistuneessa integraatiossa sopeutumista tapahtuu kuitenkin molemmilla puolilla, joskin muutokset valtaväestön puolelta ovat pienempiä.

Kieli on tärkeä kun pitää sanoa kääntäkö oikealle tai vasemmalle. Kielen opiskelu on helpottunut ihmisten kanssa tekemisissä ollessa. Myös yleensäkin koulun käynnistä minulle joka en ole paljoa kouluja käynyt.

Liikunnan merkityksen ymmärtävä vanhus (N2)

Suomen kielen oppiminen on yksi olennainen osa kotoutumisprosessia. Maahanmuuttaja opiskelee sitä ei vain koulussa, mutta myös sen ulkopuolella. Kaikki kohtaamiset suomalaisen kanssa ovat oppimisprosesseja. Näitä tilanteita ei välttämättä tule helposti vastaan vaan niihin tulee hakeutua. Yhden tilaisuuden antaa liikuntaharrastus yhdessä suomalaisten kanssa.

Suomalaiset ovat hiljaisia, mutta urheillessa puhuvat paljon.

Terveysasioita ymmärtävä ja sitä opiskelemaan haluava nuori äiti (N1)

Kotoutumisen yksi muoto on oppia tuntemaan uuden kotimaan tapoja. Tarkkailemalla ihmisten toimintaa oppii jo melko paljon, mutta osallistumalla vuorovaikutustilanteisiin tulee asioiden syvämpi merkitys paremmin esille.

Kun pelaamme suomalaisten kanssa niin opimme tuntemaan hänet, minkälaiset tavat hänellä on, joko hyvät tai huonot.

Ystävien kanssa urheileva nuori mies (M1)

Yhden haastattelun mukaan urheilussa esiintyvien sääntöjen noudattaminen opettaa myös ymmärtämään ihmisiä. Toisen mukaan urheillessa voi kysyä miten jokin asia on. Liikkumistilanne vaikuttaisi olevan arvokas tilaisuus, jolloin keskustella ja kysyä erilaisia asioita. Pinnalliset ennakko-odotukset puolin ja toisin ehkä myös murenevat.

Urheillessa voi alkaa juttelemaan toiselle ja sitäkin kautta tuntee Suomen historiaa. Eivät kaikki välttämättä pidä maahanmuuttajista, mutta urheillessa ihmiset ovat ystävällisempiä. Voi olla, että ryhmässä ollessaan voi ajatella, että XX (kansallisuus) ovat sellaisia ja sellaisia, mutta yksin kohdatessaan XX (kansallisuus) huomaakin, että eivät kaikki jutut pidä paikkaansa. Urheilu vahvistaa myös identiteettiä.

Terveysasioita ymmärtävä ja sitä opiskelemaan haluava nuori äiti (N1)

Kellon tarkka seuraaminen ja länsimaisen aikakäsityksen opettelu vie maahanmuuttajalta hetken aikaa. Tietyt asiat tapahtuvat tiettyyn kellonaikaan ja myös urheiluharrastukselle on oma aikansa. Koulun jälkeen ehtii ehkä käydä kotona syömässä ja lepäämässä ennen treenejä.

Tärkeää on tietää mihin aikaan harrastus alkaa ja päättyy. Voin pyytää, että äitini katso lasten perään hetkeksi aikaa.

Satunnaisesti liikkuva nuori äiti (N3)

Syvemmillä urheilun merkitysmaailmassa oleva henkilö osallistuu sen toimintaan ja on sitoutunut. Hän ymmärtää liikunnan kulttuurisia merkityksiä ja rakentaa niitä myös itse.

Treenit alkavat ja päättyvät tiettyinä kellonaikana. Jos tulet myöhässä toisten treenivuoro on jo alkanut. Juuri näin. Täällä ihmiset sanovat, että olemme varanneet oman vuoron tähän ja tähän kellonaikaan. Senkin vuoksi on tärkeää, että ihmiset ovat täsmällisiä. Urheilun kauttakkin oppii siis asioita. Sitä urheilu itse asiassa on – kellonajasta kiinni pitämistä. Pitää olla täsmällinen. Esimerkiksi nyrkkeilyssä sovitaan, milloin aloitetaan treenit. Jos tulet myöhässä sanotaan vain, että matsi on päättynyt. Siinä mielessä urheilussa on paljon yllätyksiä – joku on tullut tyrmätyksi!

Entinen aktiiviurheilija ja kuntosalin ystävä (M3)

6.2.4 Urheilusta apua Suomeen sopeutumisessa

Kotoutumista voi tapahtua eri elämänalueilla eriaikaisesti. Perheenjäsenet voivat kotoutua eri aikaan, mutta myös yhden henkilön sisällä prosessit vaihtelevat. Liikunta ja urheilu on elämässä vain yksi kapea osa-alue, mutta silti siitä voi olla apua moneen elämän osa-alueeseen. Haastateltavilta suoraan kysyminen, miten he kokevat urheilun auttavan sopeutumisessa sain seuraavia vastauksia:

Talvi ei tunnu niin kylmältä kun liikkuu. Urheileminen estää sen ettei ajattele vain kylmyyttä. Lisäksi liikkuminen vähentää stressiä. Se vähentää ajatuksia kotimaasta sekä täällä asumiseen liittyviä asioita.

Urheilua taiteen kautta tunteva mies (M4)

Täällä Suomessa on oikeastaan pakko urheilla. Se vähentää stressiä ja sairauksia.

Aktiiviurheilija ja kuntosalin ystävä (M3)

Jos ajattelee, että tulet toisesta maasta niin urheilu on tärkeää. Voison jopa sanoa, että ensimmäinen asia. Urheilu helpottaa sitä kotoutumista... Esimerkiksi urheilukentällä keskustelu niiden kanssa, jotka puhuvat yhtä kieltä ja ei vie montaa päivää niin jo ymmärrät heitä. Ja esimerkiksi urheilun sääntöjen opettelu opettaa ymmärtämään myös ihmisiä.

Liikunta-asioihin hyvin perehtynyt isä (M2)

Teemahaastattelun naiset arvioivat liikunnan kotouttavaa vaikutusta lähinnä terveysnäkökulmasta ja sitä mitä hyötyä liikkumisesta on yksilön kannalta.

Kun tulemme maahan huomaamme, että täällä on kylmä. Ruuassa on paljon sokeria ja se voi aiheuttaa sairauksia. Lämpimästä maasta tulevalle maahanmuuttajalle voisin antaa ohjeen, että kannattaa urheilla.

Terveysasioita ymmärtävä ja sitä opiskelemaan haluava nuori äiti (N1)

Liikunta on tärkeää keholle... Kotona paikallaan oleminen ja television katsominen ei ole hyvä asia. Ruoka jää mahaan ja sitä lihoo. Henkisesti on myös tärkeää liikua.

Liikunnan merkityksen ymmärtävä vanhus (N2)

Vastaukset pro gradu –tutkielmani kannalta ehkä olennaisimpaan kysymykseen liikunnan kotouttavasta vaikutuksesta jäivät hieman vaillinaisiksi. Usein on vaikea saada suoraa vastausta kysymykseen ja tutkijan tulee osata kysyä kysymyksiä, jotka liittyvät tutkittavaan aiheeseen. Selkeiden vastausten vaikeus oli toisaalta etukäteen tiedossa, sillä painotin teemahaastattelun kysymyksissä enemmän osatekijöitä, jotka vaikuttavat kotoutumiseen. Näitä olivat erilaiset olosuhteet ja toimintatavat, jotka joko helpottavat tai hidastavat kotoutumista. Seuraavaksi kysyin siitä, tulisiko maahanmuuttajien urheilla omissa ryhmissään vai yhdessä suomalaisten kanssa. Tämä kysymys on herättänyt monen tutkijan mielenkiinnon (esim. Myrén 1999, Harinen 2005, Fagerlund & Majjala 2012).

6.2.5 Maahanmuuttajat omissa ryhmissään?

Teemahaastatteluun osallistuneet maahanmuuttajat kannattivat kaikki liikuntaa, missä urheillaan yhdessä suomalaisten kanssa. Liikkuminen oman kieliryhmän kanssa ei siis

ollut ensisijainen tavoite. Haastateltavien mielestä jo kielitaidon ja suomalaisiin tutustumisen kannalta oli tärkeää kohdata heitä yhdessä liikkuen.

Hyvä olisi sekoittua eri ihmisten kanssa, koska maahanmuuttajalle tärkeää on oppia kieltä ja tavata erilaisia ihmisiä. Eri kieliä ja niin edelleen. Kuuntelemalla oppii paljon. Eli sekaryhmät ovat tärkeitä.

Urheilua taiteen kautta tunteva mies (M4)

Eräs haastateltava totesi hieman humoristisesti, kuinka ei ole nähnyt missään kylttiä, jossa lukisi liikuntaryhmän olevan tarkoitettu ainoastaan ulkomaalaisille. Hän totesi urheilun kuuluvan niin suomalaisille kuin ulkomaalaisillekin ja että jo kielitaidon kannalta olisi hyvä sekoittua keskenään. Mielenkiintoisen havainnon teki vanhempi afrikkalaisnainen, jonka mukaan maahanmuuttajat eivät ole Suomessa vain käymässä vaan tällä pysyvästi asumassa.

Olemme täällä Suomessa emmekä palaa kotimaahan. Siksi on tärkeää, että maahanmuuttajat urheilevat yhdessä suomalaisten kanssa ja oppivat kieltä.

Liikunnan merkityksen ymmärtävä vanhus (N2)

Nuori mies totesi kuinka on tärkeää, että yhdessä ollessaan erilaiset ihmiset oppivat toisiltaan. Afrikkalaisilla on tarve olla suomalaisten kanssa. He kuten muutkin maahanmuuttajat haluavat kotoutua ja tulla osaksi yhteiskuntaa.

Näen asian, että on hyvä jos ihmiset sekoittuvat ja oppivat ymmärtämään toistensa tapoja ja kieltä. Meillä afrikkalaisilla on tarve oppia kieltä ja suomalaisten kanssa pelaaminen on hyvä asia, koska sitä kautta oppii nopeammin.

Ystävien kanssa urheileva nuori mies (M1)

Teemahaastatteluiden perusteella kaikki seitsemän haastateltavaa halusivat olla tekemisissä valtaväestön kanssa ja tätä kautta integroitua yhteiskuntaan. Yhden kysymyksen perusteella ei voida sanoa, edustavatko he integraatio- vai assimilaationäkökulmaa kotoutumisessa. Vahva positiivinen näkemys valtakulttuurista ja siihen sopeutumisesta antaisi viitteitä, että myöskään omaa kulttuuria ei väheksytä.

Tällöin oma identiteetti ja valtakulttuuri eivät ole ristiriidassa vaan täydentävät toisiaan sopivassa suhteessa.

6.2.6 Rasismikokemukset

Akkulturaatioon vaikuttavat monet tekijät kuten kulttuurien väliset eroavaisuudet. Ne voidaan joko hyväksyä tai jättää hyväksymättä. Yhteiskunnan tasa-arvoisuus vaikuttaa siihen, miten maahanmuuttaja kokee olevansa hyväksytty asumassaan maassa. Kokemukset rasismista voivat olla vaihtelevia ja esimerkiksi tutkielmani haastateltavat eivät henkilökohtaisesti maininneet kokeneensa sitä. Aihe on sellainen, että siihen voi olla vaikeaa saada suoria vastauksia. Jokainen kuitenkin mainitsi rasismin olemassaolon sekä esimerkkejä, missä sitä voi ilmetä. Paikkoja voivat olla esimerkiksi bussiasema tai koulu, missä ihmiset kohtaavat. Haastatellut mainitsivat myös, kuinka rasismia voi esiintyä maahanmuuttajienkin kesken. Urheilupaikoilla kuten kuntosalilla ilmapiiri vaikuttaisi olevan suvaitsevaisempi joskaan rasismivapaata aluetta sekään ei ole.

Punttisalilla, missä käyn on myös suomalaisia ja yhdistävä tekijä on kuntoilu. Voin jopa pyytää apua jossain asiassa kuntosalilla ja sitä saa.

Aktiiviurheilija ja kuntosalin ystävä (M3)

Urheilusektori ei kuitenkaan ole muusta yhteiskunnasta irrallaan oleva saareke. Samat ihmiset käyvät kuntoilemassa ja kohtaavat maahanmuuttajia myös muualla.

Urheilua estävä asia voi olla, jos harrastuspaikassa joku ihminen sanoo, että ei halua minua ihon värin vuoksi. Silloin en palaa enää siihen paikkaan urheilemaan. Jos vastaanotto on hyvä palaan varmasti.

Liikunnan merkityksen ymmärtävä vanhus (N2)

Monilla suomalaisilla on ennakkoluuloja esimerkiksi pakolaisia kohtaan. Ne voivat kuitenkin karista, kun oppii tuntemaan jonkun maahanmuuttajan. Hyvä asia joskus voi olla, ettei maahanmuuttaja ymmärrä aivan kaikkea mitä ihmiset heistä puhuvat.

En ole kokenut syrjintää urheilupaikoilla, mutta kaikki suomalaiset eivät pidä pakolaisista. Sitä voi olla, mutta emme kuule asiasta koska emme osaa kieltä. En ole kokenut, mutta olen kyllä kuullut että sitä on. Mutta ihmisten kanssa oleminen on hyvä asia. Se että tapaa ihmisiä ja sitä kautta tottuu ihmisiin.

Satunnaisesti liikkuva nuori äiti (N3)

6.2.7 Urheilumahdollisuudet Jyväskylässä

Yksi pro graduni tavoite oli antaa maahanmuuttajille mahdollisuus kertoa, mitä he itse toivovat tai mitä ajatuksia heillä on kotoutumisesta ja liikunnasta. Tarkoituksena oli myös selvittää, mitä estäviä tekijöitä liikunnan harrastukselle on ja miten asiaa mahdollisesti voisi korjata. Teemahaastattelun muodossa kerätty aineisto mahdollisti avointen kysymysten esittämisen, missä haastateltaville tarjoutui mahdollisuus esittää kehittämisideoita. Aiemmissa kysymyksissä on jo käsitelty teemoja liikuntaa estävistä tekijöistä sekä siitä, mitkä asiassa voisivat auttaa. Seuraavassa kuitenkin vielä muutama kommentti aiheesta.

Voisin sanoa, että ei kovin hyvät. Ehkä 40 % eli ei hyvät eikä huonot. Maahanmuuttajilla on vaikeuksia harrastaa talvella, mutta kesällä mahdollisuudet ovat paremmat.

Ystävien kanssa urheileva nuori mies (M1)

Voisi olla hyvä, jos Jyväskylä auttaisi meitä maahanmuuttajia eri urheilu ja kuntosaliryhmiin. Paikkoihin missä urheillaan ja että meitä pyydetäisiin kysymällä haluatko urheilla? Haluatko fyysistä harjoittelua? Hän joka ei halua voi kieltäytyä ja jäädä kotiin. Hän joka hyväksyy lähtee mukaan. Eli olisi hyvä asia että asiaa kysyttäisiin jokaiselta.

Liikunnan merkityksen ymmärtävä vanhus (N2)

Ensimmäinen asia, mitä näen, on että sosiaalityöntekijä kertoisi urheilumahdollisuuksista. Kuten kerroin, on ihmisiä jotka eivät opiskele ja ovat kotona. Siksi kontakti sosiaalityöntekijään on tärkeä ja hän voisi kertoa mitä tehdä.. He voisivat myös etsiä vapaaehtoisia, jotka auttavat maahanmuuttajia. He tarvitsevat vain tietämystä asiasta.

Aktiiviurheilija ja kuntosalin ystävä (M3)

Toisaalta oma kiinnostus nähtiin myös keskeiseksi tekijäksi.

Jos on omaa halua ja kiinnostusta niin paikkoja kyllä löytyy.

Liikunta-asioihin hyvin perehtynyt isä (M2)

6.2.8 Ajatukset haastattelun lopussa

Teemahaastattelun viimeinen kysymys oli luonteeltaan avoin. Siinä mahdollistui vajaan tunnin haastattelun jälkeen paluu vielä kerran mieltä askarruttaviin asioihin. Koin tärkeäksi, että oli mahdollista tehdä yhteenvetoa juuri keskustellusta aiheesta. Kaikki haastatelluista palasivat aiheeseen maahanmuuttajien vaikeudesta löytää sopiva urheiluharrastus. Heillä oli myös valmiiksi mietittynä kehitysehdotuksia sekä syvällisempää analyysiä liikunnan merkityksestä kotoutumisprosessissa.

Se että kun maahanmuuttajia tuodaan Suomeen olisi hyvä, että heille näytettäisiin myös urheiluasioita heti. Sitäkin kautta sopeutuminen olisi mahdollisimman helppoa.

Terveysasioita ymmärtävä ja sitä opiskelemaan haluava nuori äiti (N1)

Voisin lisätä, että jos vain löytyisi keino tai tapa miten omat sosiaalityöntekijät voisivat auttaa meitä pelaamaan yhdessä joukkueena. Se auttaisi siinä, että voimme jatkaa urheiluharrastuksiamme. Myös talvella, sillä kesällä kyllä löydämme paikkoja.

Ystävien kanssa urheileva nuori mies (M1)

On heitä, jotka haluavat harrastaa. Jos häntä pyydettäisiin hän ei varmasti kieltäytyisi. Urheilussa on asioita, jotka ovat hyödyllisiä ihmiselle itselleen.

Liikunnan merkityksen ymmärtävä vanhus (N2)

Se että liikkuminen ja urheilu ovat hyviä asioita. Tärkeää on, että asiaa voidaan myydä maahanmuuttajillekin. Puhutaan, että yksi maahanmuuttaja tuli poliisiin kiinniottamaksi. Hän oli sankari monelle, mutta vääränlainen esimerkki. Parempi treenata kuin hengata kaupungilla ja polttaa tupakkaa tai käyttää alkoholia. Koska kun on väsynyt treeneistä ei enää tule sellaisia ajatuksia mieleen. Pelkästään se, että

ajatukset vaihtuvat kropan väsyessä on hyvä asia. Asia on suomalaisille ja maahanmuuttajille sama. Siinä ei ole eroa.

Liikunta-asioihin hyvin perehtynyt isä (M2)

Se että sosiaalityöntekijät työllistäisivät ihmisiä, jotka voisivat kertoa ja tiedottaa urheilu mahdollisuuksista. Koulussa on yksi naistryöntekijä, joka opettaa liikuntaa maahanmuuttajille. Hän on kuitenkin koko koulun yhteinen eikä hänellä ole resursseja kaikkeen.

Aktiiviurheilija ja kuntosalin ystävä (M3)

Teille (haastattelija), jotka tunnette asioita sanoisin ohjeistakaa maahanmuuttajia. Sen lisäksi voi myös näyttää paikkoja missä voi urheilla. Hänelle voi olla siitä paljon hyötyä varsinkin jos on paljon stressiä. Ohjeistaa siis maahanmuuttajia ei suomalaisia, jotka jo tuntevat asioita.

Urheilua taiteen kautta tunteva mies (M4)

7. POHDINTA

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena on ollut tutkia maahanmuuttajien liikunnalle antamia merkityksiä sekä sen vaikutuksia kotoutumiselle. Aiempien tutkimusten, eri teorioiden sekä teemahaastatteluiden pohjalta sain muodostettua kokonaiskuvan liikunnan merkityksestä kotoutumisesprosessissa. Analysoinnin kohteena olleet seitsemän maahanmuuttajaa suhtautuivat kaikki myönteisesti liikuntaan ja omasivat siitä omakohtaisia kokemuksia. Suomeen muutto oli haastateltavilla tapahtunut 1–3 vuotta sitten, joten jokaisella oli jonkinasteisia kokemuksia myös liikunta-asiassa uudessa kotimaassaan. Myönteisesti liikuntaan suhtautuvat kertovat usein mielellään kokemuksistaan. Heitä valikoitui suoritetulla otantamenetelmälläni tutkimukseeni, mutta olisi ollut mielenkiintoista haastatella myös negatiivisesti liikkumiseen suhtautuvia maahanmuuttajia.

Tutkimusongelmaa lähestyttiin kotoutumiseen liittyvän akkulturaatio-teorian sekä liikuntasuhde-käsitteen avulla. Nämä määrittyivät useisiin eri alaluokkiin, joiden avulla mahdollistui tutkimusongelman pilkkominen osiin. Teoria ohjasi analyysivaihetta, mutta myös aineistolle annettiin mahdollisuus puhua. Sisällönanalyysin keinoin tekstistä pyrittiin löytämään merkityksiä, joita haastateltavat antoivat liikunnalle. Sillä näytti olevan merkittävä asema haastateltavien elämässä, joskin puutteita ilmeni useita. Yleisimpänä näistä olivat eri tekijät, jotka estävät liikkumasta. Urheileminen nähtiin kuitenkin seikaksi, joka auttaa kotoutujaa useassa eri asiassa kuten ystävien saamisessa ja kielen oppimisessa.

Jokaisella ihmisellä, niin myös tutkielman haastateltavilla, on henkilökohtainen suhde liikuntaan. Tätä kutsutaan liikuntasuhteeksi, joka määrittelee sitä kuinka tunnemme ja suhtaudumme liikunnan muodostamaan sosiaaliseen maailmaan. Tila ei ole pysyvä, vaan se vaihtelee iän myötä ja ajan kuluessa. Koin tärkeäksi selvittää haastateltavieni liikuntasuhdetta, koska sitä kautta pystyin paremmin määrittelemään liikunnan merkitystä kotoutumisesprosessissa. Kaikki haastattelemani vaikuttivat olevan perillä liikunnan merkityksestä ainakin jossain määrin ja jokaisella oli oma suhde liikkumiseen. Selkeästi näki, että tutkimusaihetta oli pohdittu jo ennen haastattelua ja haastattelun aikana tuli esille useita kehittämissideoita maahanmuuttajien liikunta-asiassa.

7.1 Johtopäätökset tutkimustuloksista

Maahanmuuttajien liikunnalle antamien merkitysten tutkiminen heidän omalla äidinkielellään oli mielenkiintoinen matka. Pääsin pro gradu -tutkielmassani lähelle sitä maailmaa, missä maahanmuuttaja Suomessa elää. Kuulin heidän ajatuksiaan ja toiveitaan siitä, mitä liikunta kullekin haastateltavalle merkitsee. Tutkijana ja sosiaalityön opiskelijana minulla oli tutkielmani kautta mahdollisuus parantaa ja kehittää monikulttuurista liikuntaa Suomessa. Tästä syystä toimin tutkimusprosessin aikana jossain määrin asianajan roolissa tulkitsijan roolin ohella.

Liikunnan merkitys kotoutumisessa ilmeni teemahaastattelurungossa, jossa oli kymmeniä kysymyksiä. Haastatteluiden jälkeisessä analyysivaiheessa sisällönanalyysi tarjosi metodisen keinon tiivistää haastateltavien ajatuksia kotoutumisesta liikunnan avulla. Jaottelu kotoutumista ja liikuntasuhdetta käsitteleviin kysymyksiin mahdollistui Excel-taulukon avulla, johon kirjoitin pelkistetyt vastaukset jokaisesta teemahaastattelun kysymyksestä.

Aineiston analyysissä huomiota saivat haastateltavien suorat lainaukset, jotka kertoivat kuvailevasti ja värikkäästi siitä mitä mieltä asioista oltiin. Oman liikuntasuhteen määrittelyn lisäksi käsiteltäviä aiheita olivat liikuntakulttuurin erot, urheilun sukupuolisuus sekä liikkumista estävät tekijät. Kotoutumista liikunnan avulla koskevissa kysymyksissä kysyin asioista, joiden katsoin auttavan sopeutumisprosessissa. Tämän lisäksi halusin myös selvittää mahdollisia rasismikokemuksia sekä millaisia liikuntamahdollisuuksia kotikaupunki tarjoaa maahanmuuttajille.

Tiivistetysti johtopäätöksistä voi todeta, että merkityskokonaisuuksien muodostaminen hieman laajasta kysymyskokonaisuudesta oli haastavaa. Maahanmuuttajan ajatusten käsitteellistäminen liikunnan merkityksestä kotoutumisessa voi kuitenkin tiivistää ajatukseen:

Näen, että urheilun harrastaminen on hyvä asia, sillä paikallaan oleminen ei ole hyvä asia. Se auttaa ihmisiä tietämään missä paikkoja on. Se maksaa. Ihminen haluaa kyllä harrastaa, mutta ei vain tiedä kaikkia juttuja. Niitä paikkoja

harrastaa, sillä koulusta tuleminen ja kotona istuminen ei ole hyvä asia. Jos meillä on lomaa kuten nyt olisi hyvä, kun olisi ryhmä missä harrastaa.

Satunnaisesti liikkuva nuori äiti (N3)

Tekstissä nuori äiti kertoo halustaan liikkua, mutta esteeksi tulee tiedon puute kun ei tiedä missä liikuntapaikkoja on olemassa ja mitä käytännön järjestelyjä siihen liittyy. Yksin kotona oleminen ei ole hyvä vaihtoehto kotoutumisen ja suomalaisiin tutustumisen kannalta. Kynnys lähteä liikkeelle ja ottaa asioista selvää voi kuitenkin olla korkea. Oma liikuntasuhde määrittelee sen, mitä asioista tietää ja mistä apua voisi hakea.

Tämän pro gradu -tutkielman haastateltavat näkivät liikunnasta olevan apua monella elämän osa-alueella. Liikkuminen yhdessä suomalaisten kanssa nähtiin kehittävän kielitaitoa sekä auttavan ystävien saannissa. Samalla lisääntyy ymmärrys yhteiskunnan toimimisesta, ihmisten tavoista toimia sekä esimerkiksi siitä miten tarkkaan kelloa maassa noudatetaan. Mielikuvat liikunnasta olivat positiivisia ja sitä oltiin valmiita harrastamaan enemmänkin. Estäviä tekijöitä ilmeni kuitenkin useita ja osa niistä liittyi kielivaikeuksiin, tiedon saantiin sekä liikuntapaikkojen puuttumiseen. Haastateltavien liikuntasuhteesta riippuen omatoimisuus vaihteli sekä se kuinka rohkeasti liikkeelle lähdettiin. Toiveita esitettiin useaan eri suuntaan avun saamiseksi. Urheiluharrastuksessa alkuun pääsemisen nähtiin auttavan se, jos joku asioista paremmin perillä oleva lähtee mukaan ensimmäisille kerroille, selvittää maksuasiat sekä kellonajat.

Ihmisen liikkuminen perustuu siihen, että hän kokee sen tärkeäksi. Liikuntakasvatusta antamalla maahanmuuttajakin oppii tiedostamaan liikunnan merkityksen terveytensä kannalta. Tätä kautta vahvistuu hänen liikuntasuhteensa ja ajan kuluessa siitä voi tulla merkittäväkin osa arkea. Liikkumiseen liittyvän toiminnan tullessa tutummaksi mukaan lähteminen helpottuu ja maahanmuuttajakin oppii ymmärtämään liikuntakulttuurin merkityksen. Tätä kautta hän oppii myös ymmärtämään suomalaista yhteiskuntaa ja sen ihmisiä. Tärkeää onkin, että maahanmuuttajien liikunnan edistämässä mukana ovat myös poliittiset päättäjät. Hanke maahanmuuttajien kotoutumisesta liikunnan avulla vastaa tähän kysyntään, mutta ainakaan yksikään haastateltavistani ei ollu tietoinen hankkeen olemassaolosta. He elivät sen tiedon varassa, mitä olivat kuulleet sosiaalityöntekijältä, koulusta tai ystävien kautta. Parasta ja uusinta tietoa ei ehkä ollut saatavilla ja ongelmia ratkotaan ystäväpiirin kesken.

7.2 Jatkotoimenpide-ehdotuksia

Monikulttuurisen liikunnan kehittäminen on Suomessa vielä alkuvaiheissaan. Suomen kaupungeista Turku on ehkä asian suhteen edelläkävijä, sillä se palkkasi jo 1990-luvun puolivälissä maahanmuuttajien liikuntaan keskittyvän liikunnanohjaajan. Liikunta on sisällytetty kaupungissa osaksi kotouttamistoimintaa ja se on ollut monipuolista eri ikäisille maahanmuuttajille. Toiminta on ollut kokeilevaa ja uusia keinoja etsivää. Tavoitteena on ollut saada maahanmuuttajat osallistumaan suomalaiseen yhteiskuntaan ja liikuntaan. Samalla liikunta saadaan osaksi arjen toimintoja, kielitaito kehittyy sekä uusia sosiaalisia kontakteja syntyy. (Zacheus 2013, 12.)

Maahanmuuttajien määrän lisääntyessä suomalainen yhteiskunta monikulttuuristuu. Se tulee näkymään joka puolella, myös urheilu- ja liikuntaharrastuksissa. Yhdenvertainen ja avoin liikuntakulttuuri helpottaa toimintaan mukaan lähtemistä sekä mahdollistaa maahanmuuttajien ja kantaväestön kohtaamisen. Käytännön tasolla tämä voisi näkyä myös maahanmuuttajataustaisten mukaan ottamisena erilaisiin hankkeisiin, missä tehdään heitä koskevia päätöksiä. Tällöin saataisiin paremmin tietoa siitä, mitä ajatuksia ja toivomuksia maahanmuuttajilla on eikä asiassa jäätäisi vain arvailujen varaan. Yhteistyö esimerkiksi maahanmuuttajayhdistysten kanssa voisi olla myös toimiva ratkaisu. He voisivat auttaa asioista tiedottamisessa, antaa mahdollisesti liikuntakasvatusta sekä auttaa käytännön asioissa. Turun mallin mukainen maahanmuuttajien liikuntaan keskittynyt työntekijä voisi toimia myös muualla Suomen kaupungeissa. Mielestäni myös liikuta-asioihin perehtynyt, maahanmuuttajien kanssa paljon tekemisissä oleva sosiaalityöntekijä, voisi käyttää työaikaansa harrastusasioiden selvittämiseen. Tarvetta ei ole vain harrastusten etsimisessä lapsille vaan myös vanhemmille ja aikuisille.

Tämän pro gradun -tutkielman kautta tulivat haastateltavien omat toiveet esille melko hyvin. Yhdessä he antoivat hyödyllistä tietoa siitä mitä maahanmuuttajien kotoutumisen edistämiseksi liikunnan avulla voitaisiin tehdä. Kokosin alle lyhyen tiivistelmän kehittämisen arvoisista asioista sekä liikunnan positiivisista vaikutuksista:

1. Liikuntakasvatuksen antaminen. Liikunnan merkityksen ymmärtäminen terveyden kannalta on opittu seikka. Länsimainen yhteiskunta ja talvi passivoi helposti maahanmuuttajan, jolloin arkiliikuntakin jää vähiin. Eri ikäisten ja molempien sukupuolten tasapuolista liikkumismahdollisuutta tulee korostaa. Myös eri urheilulajeja voi opetella kuten talvilajeja.

2. Harrastuasiassa auttaminen. Lähellä kotia oleva matalan kynnyksen toiminta tavoittaa maahanmuuttajan liikkumaan parhaiten. Sosiaaliset liikuntalajit, avoin toiminta sekä edulliset hinnat vaikuttavat myös. Ei riitä, että vain sanotaan toiminnan olevan kaikille avointa. Onnistunut toiminta edellyttää yhteistyötä.

3. Tiedottamisen kehittäminen. Eri liikuntalajeista, niiden suorittamispaikoista sekä ajankohdista tulisi tiedottaa maahan muuttavaa aikaisessa vaiheessa Suomeen saavuttaessa sekä myöhemmin uudelleen. Uuden yhteiskunnan tunteminen ja kielitaidon vahvistuminen madaltaa kynnystä lähteä urheilutoimintaan mukaan.

4. Edullisten liikkumisvaihtoehtojen tarjoaminen. Liikkuminen ei saisi olla rahasta kiinni. Yksityiset kuntosalit ovat aktiivisempia toiminnasta tiedottajia kuin julkinen sektori. Kaupungin tulisi tuoda maahanmuuttajille esille myös suomalaisille itsestään selvyysinä pitämien ilmaisten liikuntapaikkojen mahdollisuudet. Esimerkiksi, että kuntoradat ovat kaikkien käytettävissä ja talvellakin voi pyöräillä ulkona.

5. Jokainen ihminen on yksilö. Maahanmuuttajia ei voida yleistää yhdeksi joukoksi vaan jokainen on yksilö. Suomeen muuton syyt vaihtelevat suuresti samoin kuin koulutustaso sekä sosioekonominen asema. On pakolaisia, jotka ovat luku- ja kirjoitustaidottomia. Heidän kohdallaan liikkeelle tulee lähteä perusasioista, mutta liikunta ja kehon fyysinen käyttö saattaa olla hyvinkin tuttua.

6. Kulttuurien välinen ero. Kulttuurien välillä voi olla suuriakin eroja. Suomalaisen ei kuitenkaan kannata olla ottamatta kontaktia maahanmuuttajaan siksi, että pelkää loukkaavansa häntä jotenkin. Puhumalla selviää ja aina kommunikointiin ei tarvita edes yhteistä kieltä.

7. Urheilusta on apua kielen oppimisessa, ystävien saamisessa, eri paikkoihin tutustumisessa, kunnon ylläpitämisessä, terveysasiassa sekä stressin lievittämisessä. Urheilemisesta voi tulla tärkeä osa maahanmuuttajankin arkea!

LÄHDELUETTELO

Aaltola, Juhani & Valli, Raine. 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä. PS-kustannus.

Anis, Merja. 2006. Lastensuojelun ammattilaisten tulkintoja maahanmuuttaja-sosiaalityöstä. *Janus* 14 (2). 109–126.

Anis, Merja. 2008. Sosiaalityö ja maahanmuuttajat. Lastensuojelun ammattilaisten ja asiakkaiden vuorovaikutus ja tulkinnat. Helsinki. Väestöliitto. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 47/2008. Väitöskirja.

Bhatia, Sunil & Ram, Anjali. 2009. Theorizing identity in transnational and diaspora cultures: A critical approach to acculturation. *International Journal of Intercultural Relations* 33. 140–149.

Berry, John W. 2006. Contexts of acculturation. Teoksessa Sam, David, L. & Berry, John W. (toim.) *The Cambridge handbook of acculturation psychology*. Cambridge, New York, Melbourne, Madrid, Cape Town, Singapore, Sao Paolo: Cambridge University Press, 27–42.

Berry, John W. 1997. Immigration, Acculturation and Adaptation. *Applied Psychology: An International Review*. 46 (1), 5–68.

Elling, A. & Knoppers A. 2005. Sport, gender and ethnicity: Practises of symbolic inclusion/exclusion. *Journal of Youth and Adolescence* 34 (3), 257–268.

Eskola, Jari. 2001. Laadullisen tutkimuksen juhannustait. Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa: Aaltola, Juhani. Valli, Raine. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä. PS-kustannus. 179–203.

Eskola, Jari. 2007. 6-8? (Teema)haastattelututkimuksen toteuttamisesta. Teoksessa Viinamäki, Leena & Saari, Erkki (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki. Tammi. 32–45.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2001. Johdatus ladulliseen tutkimukseen. Tampere. Vastapaino.

Fagerlund, Emilia 2012A. Maahanmuuttajien kotoutuminen liikunnan avulla- vuoden 2011 kehittämisavustusten seuranta ja arviointi. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 265. Jyväskylä: LIKES.

Fagerlund, Emilia & Maijala, Hanna-Mari. 2012B. Monikulttuurisen liikunnan hyviä käytäntöjä Suomessa ja Norjassa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 257. Jyväskylä: LIKES.

Fagerlund, Emilia & Maijala, Hanna-Mari. 2011. Saa hengaa eri porukan kanssa. Maahanmuuttajataustaisten lasten ja nuorten liikuntaan osallistumisen tukeminen. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 248. Jyväskylä: LIKES.

Hallituksen maahanmuuttopoliittinen ohjelma 2006. Helsinki. Työministeriö.

Harinen, Päivi. 2005. Mitähän tekis? Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen- tutkimushankkeen väliraportti. Nuorisotutkimusverkoston verkkojulkaisusarja. Nuoristotutkimusseura ry. [viitattu 12.7.2012] Saatavilla [www-muodossa:](http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/mitahantekis.pdf)
<URL:<http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/mitahantekis.pdf>>.

Heiskanen, Tarja & Saaristo, Liisa (toim.) 2011. Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. Jyväskylä. PS-kustannus.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki. Yliopistopaino.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki.

Tammi.

IImanen, Kalervo (toim.) 2004. Pelit ja kentät. Kirjoituksia liikunnasta ja urheilusta. Tampere: Jyväskylän yliopisto, Liikunnan sosiaalitieteiden laitos, tutkimuksia 3/2004.

Itkonen, Hannu. 1997. Liikuttaako suvaitsevaisuus? Tutkimus liikuntakulttuurin suvaitsevaisuudesta. Joensuun yliopisto. Karjalan tutkimuslaitoksen julkaisuja nro 118.

Jokinen, Arja, Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero. 1999. Diskurssianalyysi liikkeessä: Vuorovaikutus, toimijuus ja kulttuuri empiirisen tutkimuksen haasteena. Tampere. Vastapaino.

Juhila, Kirsi. 1999. Tutkijan positiot. Teoksessa: Jokinen, Arja, Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero. 1999. Diskurssianalyysi liikkeessä: Vuorovaikutus, toimijuus ja kulttuuri empiirisen tutkimuksen haasteena. Tampere. Vastapaino. 201–232.

Kay, Tess. 2006. Daughters of Islam. *International Review for the Sociology of Sport* 41 (3), 357–373.

Kananoja, Aulikki, Lähteinen, Martti & Marjamäki, Pirjo (toim.) 2011. Sosiaalityön käsikirja. 3. uudistettu painos. Helsinki. Tietosanoma.

Keski-Suomen maahanmuutto-poliittinen ohjelma. Keski-Suomen elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskuksen julkaisuja 2/2010. Jyväskylä.

Krouwel, Andre, Boonstra, Nanne, Willem Duyvendak, Jan & Veldboer, Lex. 2006. A good sport? Research into the capacity of recreational sport to integrate Dutch minorities. *International Review for the Sociology of Sport* 41 (2), 165–180.

Kopylova, Polina. 2011. Yksinäisyys vieraassa maassa. Teoksessa: Heiskanen, Tarja & Saaristo, Liisa (toim.) Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. Jyväskylä. PS-kustannus. 121–131.

Koski, Pasi. 2004. Liikuntasuhde- liikunnan kohtaaminen kulttuurisesti rakentuvana

sosiaalisena maailmana. Teoksessa: Ilmanen, Kalervo (toim.): Pelit ja kentät. Kirjoituksia liikunnasta ja urheilusta. Tampere: Jyväskylän yliopisto, Liikunnan sosiaalitieteiden laitos, tutkimuksia 3/2004. 189–208.

Koskinen, Simo. 2003. Suomalaisen yhteisösoseaalityön kehitys ja nykysuuntaukset. Teoksessa: Laitinen, Merja & Pohjola, Anneli (toim.) Sosiaalisen vaihtuvat vastuut. Jyväskylä. PS-kustannus. 206–236.

Kotoutumiskaari. [viitattu 2.4.2014]. Saatavilla www-muodossa:
<URL:<http://rednet.punainenristi.fi/kotoutumiskaari>>.

Kotouttamislaki 1999. [viitattu 2.2.2013]. Saatavilla www-muodossa:
<URL:<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/1999/19990493>>.

Kotiranta, Tuija, Niemi, Petteri & Haaki, Raili (toim.) 2011. Sosiaalisen toiminnan perusta. Helsinki. Gaudeamus.

Laitinen, Merja & Pohjola, Anneli (toim.) 2003. Sosiaalisen vaihtuvat vastuut. Jyväskylä. PS-kustannus.

Laki kotoutumisen edistämisestä (2010). [viitattu 2.2.2013]. Saatavilla www-muodossa:
<URL:<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2010/20101386>>.

Lehtosaari, Rachel. 2010. Liikunta kansainvälisenä kielenä. Maahanmuuttajien liikuntasuhde ja näkemyksiä liikunnan vaikutuksesta kotoutumiseen. Pro gradu - tutkielma. Kasvatustieteiden laitos. Turun yliopisto.

Maahanmuuttovirasto. [viitattu 15.5.2013]. Saatavilla www-muodossa:
URL:http://www.migri.fi/tietoa_virastosta/tilastot/turvapaikka-_ja_pakolaistilastot/.

Müller, Floris, van Zoonen, Liesbet & de Roode, Laurens. 2008. The integrative power of sport: Imagined and real effects of sport events on multicultural integration. *Sociology of Sport Journal* 25 (3), 387–401.

Myllärinen, Aili. 2011. Monikulttuurisuus ja kulttuurinen kompetenssi sosiaalityössä. Pro gradu -tutkielma. Sosiaalityö. Jyväskylän yliopisto.

Myrén, Kati. 1999. Pois paitsiosta – maahanmuuttajien liikuntaharrastukset ja vapaa-ajanvietto Suomessa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 122. Jyväskylä: LIKES.

Myrén, Kati. 2003. Kohtaamisia liikunnan kentällä – liikunnan suvaitsevaisuushankkeiden arviointi 1996–2002. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 143. Jyväskylä: LIKES.

Nurminen, Johanna & Turtiainen, Kati (toim.) Jyväskylän kaupungin monikulttuurisuusohjelma. Jyväskylän kaupungin sosiaali- ja terveystalvelukeskuksen julkaisuja 1/2006.

OKM (Opetus- ja kulttuuriministeriö). 2011. Kehittämishjelma maahanmuuttajien kotouttamiseksi liikunnan avulla 2010:16.

OPM (Opetusministeriö). 2010. Kehittämishjelma maahanmuuttajien kotoutumiseksi liikunnan avulla. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2010:16.

Zacheus, Tuomas. 2013. Maahanmuuttajien kotoutuminen ja liikuntapalvelut Turussa ja sen lähialueilla. Web Reports 79. Turku. Siirtolaisinstituutti.

Zacheus, Tuomas, Koski, Pasi, Rinne, Risto & Tähtinen, Juhani. 2012. Maahanmuuttajat ja liikunta. Liikuntasuhteen merkitys kotoutumiseen Suomessa. Turun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan julkaisuja A: 212.

Zacheus, Tuomas. 2011a. Liikunta monen kulttuurin kohtauspaikaksi? Liikunta & Tiede 48 (4). 10–15.

Zacheus, Tuomas, Koski, Pasi & Mäkinen, Suvi. 2011b. Naiset paitsiossa? – maahanmuuttajanaisten liikunnan tunnuspiirteitä Suomessa. Liikunta & Tiede 48 (6), 63–70.

Zacheus, Tuomas & Hakala, Mari. 2010a. Liikunta kotoutumisen ja kulttuurien kohtaamisen välineenä – Maahanmuuttajien parissa työskentelevien näkökulmia. *Kasvatus* 41 (5), 432–444.

Zacheus, Tuomas. 2010b. Liikunnan ja urheilun merkitys maahanmuuttajien kotoutumiselle. *Kasvatus & Aika* 4 (2), 216–223.

Portes, Alejandro & Rumbaut, Ruben G. 2001. *The Story of the Immigrant Second Generation*. Berkeley. Russell Sage Foundation.

Raunio, Kyösti 2010. *Olellainen sosiaalityössä*. Gaudeamus. Helsinki.

Roivainen, Irene, Nylund, Marianne, Korkkiamäki, Riikka & Raitakari, Suvi (toim.) 2008. *Yhteisöt ja sosiaalityö. Kansalaisen vai asiakkaan asialla?* Jyväskylä. PS-kustannus.

Saaristo, Kimmo & Jokinen, Kimmo. 2004. *Sosiologia*. Helsinki. WSOY.

Salmela, Marjut. 2012. *Maahanmuuttajien kokemuksia sopeutumisesta Suomalaiseen yhteiskuntaan*. Pro gradu -tutkielma. Sosiaalityö. Jyväskylän yliopisto.

Sisäasiainministeriö. *Maahanmuuton vuosikatsaus 2012*. [viitattu 12.3.2013].

Saatavilla www.muodossa:

<URL:http://www.migri.fi/download/43811_43667_Maahanmuuton_tilastokatsaus2012_web.pdf?651d278892fbd088>.

Suokonautio, Jaana. 2008. *Palapelin palat paikoilleen. Maahanmuuttajien kokemuksia kotoutuskoulutuksesta ja ehdotuksia sen kehittämiseksi*. Marginaalisaatiokysymysten sosiaalityön erikoisala. Jyväskylän yliopisto. Lisensiaatintyö.

Suomen virallinen tilasto (SVT): *Muuttoliike*. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu 29.11.2013]. Saatavilla [www-muodossa](http://www.muodossa):

<URL:http://www.stat.fi/til/muutl/2012/muutl_2012_2013-04-26_tie_001_fi.htm>.

ISSN=1797-6766. 2012.

Takala, Miika. 2012. Jyväskyläläisten urheiluseurojen valmiudet maahanmuuttajien kotouttamiseen liikunnan avulla. Kandidaatin tutkielma. Sosiaalityö. Jyväskylän yliopisto.

Talvinen, Päivi & Nylund, Marianne. 2008. Kotouttavan yhteisösoisiaalityön yhteistoiminnallisuus. Teoksessa: Roivainen, Marianne Nylund, Korkeamäki, Riikka & Raitakari, Suvi (toim.): Yhteisöt ja sosiaalityö. Kansalaisen vai asiakkaan asialla? Jyväskylä, PS-kustannus. 111–125.

Taajamo, Matti & Puukari, Sauli (toim.) Monikulttuurisuus ja moniammatillisuus ohjaus- ja neuvontatyössä. Chances. Jyväskylä.

Turtiainen, Kati. 2012. Possibilities of Trust and Recognition between Refugees and Authorities. Resettlement as a Part of Durable Solutions of Forced Migration. Jyväskylä studies in education, psychology and social research. Nro 451.

Turtiainen, Kati. 2007. Katsaus monikulttuurisuuden opettelemisen lyhyeen historiaan Jyväskylässä. Teoksessa Taajamo, Matti & Puukari, Sauli (toim.) Monikulttuurisuus ja moniammatillisuus ohjaus- ja neuvontatyössä. Chances. Jyväskylä. 79–85.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki. Tammi.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli. 2006. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki. Tammi.

UNHCR Statistical Yearbook 2011, 11th edition. [Viitattu 29.11.2013]. Saatavilla www-muodossa: <URL:<http://www.unhcr.org/51628f589.html>>

Unruch, David 1979. Characteristics and types of participation on social worlds. Symbolic interaction 2 (2). 115–129.

Viinamäki, Leena & Saari, Erkki (toim.) 2007. Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki. Tammi.

Väestörekisterikeskus: Taskutieto 2013. [viitattu 12.3.2014]. Saatavilla [www.muodossa:](http://www.muodossa:<URL:http://www.vrk.fi/default.aspx?id=102>)
<URL:http://www.vrk.fi/default.aspx?id=102>

Väänänen, Ari ym. 2009. Maahanmuuttajien integroituminen suomalaiseen yhteiskuntaan elämän eri osa-alueilla. Esiselvitysraportti. Sektoritutkimuksen neuvottelukunta. Osaaminen, työ ja hyvinvointi 9-2009. Helsinki. Kansanterveyslaitos, Kuntoutussäätiö, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [viitattu 22.8.2012]. Saatavilla [www-muodossa:](http://www.muodossa:<URL:http://www.hare.vn.fi/mJulKaisujenSelailu.asp?h_iId=13135&ju_iId=4572.>)
<URL: http://www.hare.vn.fi/mJulKaisujenSelailu.asp?h_iId=13135&ju_iId=4572.>

Walseth, Kristin. 2006. Sport and belonging. *International Review for the Sociology of Sport* 41 (3), 447–464.

Liite 1. Haastattelurunko

Alkuperehdytys (5–10 min) kannattanee nähdä vaivaa? Olen yliopisto-opiskelija ja teen tutkimusta (näytä gradu). Nauhoitan haastattelun, mutta nimi tai tunnistettavia tietoja ei esiinny. Tavoitteena selvittää Jyväskylässä asuvien afrikkalaisten maahanmuuttajien mielteitä (käytännön tekijöitä esim. urheilukäsite) liikunnan harrastamisesta. Miten liikunta auttaa kotoutumisessa (miksi tulisi liikkua?). Miten liikunnan käsitteitä ymmärretään ja onko haastateltavilla liikuntaharrastuksia.

1. Taustatiedot:

- Minkä ikäinen olet
- Mistä maasta tulet/ missä maassa olet syntynyt?
- Kauanko olet asunut Suomessa?
- Mikä oli Suomeen tulon syy?
- Onko sinulla lapsia?

2. Oma liikunta-aktiivisuus:

- Mitä urheilua harrastat/ miten liikut?
- Missä/ milloin/ miten/ kenen kanssa?
- Mitä haluaisit tehdä/ harrastaa?

3. Harrastus käsitteen ymmärtäminen:

- Miksi pitäisi liikkua? (terveysvaikutus, sosiaalinen aspekti vai kilpatavoite)
- Minkä ikäiselle liikunta sopii?
- Sopiiko liikunta miehelle ja naiselle?

4. Mitä hyötyä liikunnasta on?

- Suomeen saapuessa
- kielen oppimisessa
- terveyden kannalta
- ystävien saamisessa
- kivaa tekemistä
- maan tapojen oppimisessa

5. Liikuntaa ja urheilua haittaavia tekijöitä:

- Mikä estää harrastamisen? (kieli, maksut, sijainti, kellonaika, pimeys, kiinnostus, ajan puute jne.)
- Miten hyvin tunnet eri urheilulajeja ja mahdollisuuksia? (yleisurheilu, jääkiekko jne.)
- Mikä voisi helpottaa tilannetta? (joku saattelee, näyttää kerran, selkeä kartta jne.)
- Keneltä voit pyytää apua? (opettaja, sosiaalityöntekijä, ystävä jne.)

6. Liikunnan ja urheilemisen erot kotimaassa ja Suomessa?

7. Pitäisikö maahanmuuttajien urheilla omissa ryhmissä vai suomalaisten kanssa? Miksi?

8. Mitkä ovat maahanmuuttajien urheilumahdollisuudet Jyväskylässä? Miten tilannetta voisi parantaa?

9. Oletko kokenut rasismia? missä?

10. Onko sinulla muuta sanottavaa?

Kiitos!