

**“EN OLISI VÄLTTÄMÄTTÄ TÄSSÄ HARRASTUKSESSA ILMAN VANHEMPIENI
TUKEA”**

Vanhempien rooli nuorten liikuntaharrastuksessa

Riikka Aalto & Aliina Alatalo

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Syksy 2017

TIIVISTELMÄ

Aalto, Riikka. & Alatalo, Aliina. 2017. "En olisi välttämättä tässä harrastuksessa ilman vanhempieni tukea": Vanhempien rooli nuorten liikuntaharrastuksessa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma, 101 s., 3 liitettä.

Lapsen liikuntaharrastus vaatii tänä päivänä paljon aikaa ja uhrauksia myös vanhemmilta. Harrastusmaksut ovat nousseet ja harjoituksia on yhä nuoremmilla lapsilla useana päivänä viikossa. Vanhempien rooli on väistämättä suuri. Kentän reunalla ja katsomoissa kannustavat vanhemmat ovat kuitenkin viime aikoina joutuneet negatiiviseen valokeilaan huonon käytöksen vuoksi. Tuomareita ja muita pelaajia haukutaan ja usein herää kysymys, onko harrastaminen lapsen oma valinta vai vanhemman tapa elää uudelleen lapsuuttaan. Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena oli selvittää, miten nuoret kokevat vanhempiensa mukanaolon liikuntaharrastuksessaan. Tarkastelun kohteena oli liikuntaharrastuksen aloittaminen ja siihen vaikuttaneet tahot, omien ja muiden vanhempien rooli harrastuksessa, keskustelu harrastuksesta vanhempien kanssa ja nuorten kokemukset vanhempien mukana olosta. Lisäksi tavoitteena oli kuvata, selittää ja ymmärtää nuorten kokemuksia ja merkityksellisiä pitämiä asioita.

Tässä tutkimuksessa käytettiin laadullista tutkimusmenetelmää ja sen tieteenfilosofisena lähtökohtana oli fenomenologis-hermeneuttinen tutkimusote. Tutkimuksen kohderyhmänä olivat erään suomalaisen yläkoulun kahdeksannen luokan oppilaat. Kyseessä oli liikuntaluokka, jolla opiskeli 13 tyttöä ja 13 poikaa eli yhteensä 26 oppilasta. Aineisto koostui oppilaiden kirjoittamista ainekirjoituksista, jotka kerättiin äidinkielen oppitunnilla keväällä 2016. Ainekirjoitus oli valmiiksi otsikoitu "Vanhemmat liikuntaharrastuksessani". Oppilaat saivat halutessaan käyttää apuna tutkijoiden tekemiä apukysymyksiä. Aineisto analysoitiin laadullisella sisältölähtöisellä sisällönanalyysillä ja teemoittelulla.

Tutkimus osoitti vanhempien olevan tärkeässä roolissa harrastuksen mahdollistajana. Nuoret olivat vanhemmilleen kiitollisia saamastaan tuesta ja he arvostivat vanhempien tekemiä uhrauksia harrastuksen mahdollistamiseksi. Omista vanhemmista kirjoitettiin positiiviseen sävyyn ja muista vanhemmista nousi esiin vain muutama negatiivinen kokemus. Vanhempien rooli oli maksaa, kuljettaa, tehdä talkootöitä, pestä pyykkiä ja olla tukena. Tutkimuksessa nousi esiin lapsen oman kiinnostuksen merkitys lajia valittaessa. Harrastuksesta juttelu vanhemman kanssa koettiin tärkeäksi ja se oli nuorten mielestä vanhempien tapa osoittaa kiinnostusta ja välittämistä. Nuorille oli tärkeää, että vanhemmat osasivat olla sopivasti mukana harrastuksessa eli he antoivat rauhan harjoitella ja olivat tukena ja kannustamassa silloin, kun nuori sitä tarvitsi. Liiallinen osallistuminen harrastukseen koettiin häiritsevänä, kuten myös se, että vanhemmat eivät seuranneet harrastusta lainkaan. Oma vanhempi valmentajana tai joukkueenjohtajana nähtiin negatiivisena asiana.

Tämä tutkimus toi esiin nuorten näkemykset ja kokemukset vanhempien roolista liikuntaharrastuksessa. Johtopäätöksenä voidaan todeta, että organisoitu liikuntaharrastus ei olisi nuorten mielestä mahdollista ilman vanhempien tukea. Nuoret tiedostavat vanhempien tuen merkityksen ja osaavat arvostaa sitä.

Asiasanat: liikuntaharrastus, vanhemman rooli, nuoret urheilijat, kokemukset

ABSTRACT

Aalto, Riikka. & Alatalo, Aliina. 2017. "I don't think I would be in this sports activity without my parents' support": Parents' role in adolescents' sports participation. University of Jyväskylä. Master's thesis in sport pedagogy, 101 p., 3 attachments.

Adolescents' sports participation today requires a lot of time and sacrifice from their parents mostly due to the increased training intensity and costs. Parents' role supporting their young athletes is without doubt significant. However, in recent years parents' inappropriate sideline behavior has increased negative media attention. Referees and other players are being insulted by parents and it is often questioned whose hobby is it: children's or their parents'?

The objectives of this Master's thesis were to study how young athletes' experience their parents' presence in their sports participation, what led them to start certain sport, what is the parent's role, and do athletes often discuss about the sport with parents?

The research was carried out using a qualitative method, where a hermeneutic phenomenological approach was used as its scientific philosophic basis. The subjects were 13 girls and 13 boys from secondary school in Finland. The subjects were the age of 14 to 15. The data was gathered in spring 2016 during a Finnish literature class. Students wrote an essay headlined "Parents in my sports hobby." Researchers had prepared questions related to the topic which the students were allowed to use if needed. The data was analyzed using content-based content analysis and thematising.

The results pointed out parents' importance enabling adolescents' sports participation. Young athletes were thankful for their parents' support and appreciated the sacrifices they had to make to enable their children to participate sports. The subjects wrote about their parents in a very positive way and the comments related to teammates parents were mostly positive. Based on the results, parents' role could be divided in to different areas. Parents' role was to pay, transport, and do the voluntary work for club, to do laundry and to support. Athletes own interest was the most important factor when deciding to start to do sports. Conversations related to hobby with parents were seen as important and as a way for parents to show that they were interested and that they cared. It was important that parents let their children practice without disturbing and involving too much. Simultaneously, parents' availability when needed was considered significant. Too much involvement in their children's sport was seen as annoying but yet on the other hand parents who never showed up were seen in a negative way. Own parent as a coach or team leader was seen as a negative factor.

This research brings up the young athletes' perceptions and experiences. As a conclusion can be stated that adolescents' organized sports participation would not be possible without parents' support. Young athletes are aware of the importance of their parents' involvement and appreciate it a lot.

Key words: sports activity, parents' role, young athletes, experiences

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

JOHDANTO.....	1
1 LASTEN LIIKUNTA-AKTIIVISUUTEEN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ.....	3
1.1 Biologiset tekijät.....	3
1.2 Psykologiset tekijät.....	4
1.3 Sosiaaliset tekijät.....	5
1.4 Ympäristölliset tekijät.....	7
1.5 Urheiluseura liikuttajana.....	8
2 VANHEMPIEN ROOLI LASTEN URHEILUSSA.....	11
2.1 Vanhempien odotukset.....	11
2.2 Liikuntaharrastuksen periytyvyys ja harrastuksen aloittaminen.....	12
2.3 Perheen tuki.....	13
2.4 Perheen sosioekonominen asema.....	16
3 TUTKIMUSTEHTÄVÄ.....	18
4 TUTKIMUSMENETELMÄT.....	19
4.1 Tutkimuksen luonne.....	19
4.2 Tutkimuksemme kohderyhmä.....	20
4.3 Tutkimuksen kulku ja aineiston keruu.....	21
4.4 Aineiston analyysi ja tulkinta.....	23
4.5 Tutkimuksen eettisyys.....	27
4.6 Tutkimuksen luotettavuus.....	28
5 TULOKSET.....	31
5.1 Liikuntaharrastuksen aloittaminen.....	31
5.2 Vanhempien rooli harjoitus- tai kilpailutilanteessa.....	36
5.3 Vanhempien rooli liikuntaharrastuksessa.....	38
5.4 Muiden vanhempien rooli harrastuksessa.....	46
5.5 Keskustelu vanhempien kanssa harrastuksesta.....	47
5.6 Nuorten kokemukset vanhempien osallisuudesta harrastuksessa.....	51
6 POHDINTA.....	57
6.1 Miten nuoret kuvaavat liikuntaharrastuksen aloittamista.....	57
6.2 Miten nuoret kuvaavat omien tai muiden vanhempien roolia.....	59
6.3 Mitä nuoret ja vanhemmat keskustelevat harrastuksesta.....	63

6.4	Miten nuoret kokevat vanhempiensa osallistumisen urheiluharrastuksessa	64
6.5	Tutkimuksen vahvuudet ja heikkoudet	66
6.6	Jatkotutkimusehdotuksia	67
LÄHTEET		69
LIITTEET		

JOHDANTO

Lapsista ja nuorista tehtyjä tutkimuksia löytyy paljon. Harva näistä tutkimuksista kuitenkaan on tehty heidän näkökulmastaan. Karlssonin (2001) mukaan yksi yhteiskuntamme ongelmakohdista onkin se, että lapset eivät pääse tuomaan esille omia ajatuksiaan ja näkökulmiaan, vaikka se Clarkin ja Mossin (2001) mukaan on lisääntynyt uusimmissa tutkimuksissa. Myös Bergin ja Piirtolan (2014) mukaan lasten ja nuorten osallisuutta ja osallistamista liikunnan kontekstissa tarvitaan lisää. Heidän mukaan tärkeää olisi nimenomaan kuulla lapsia ja nuoria itseään (Berg & Piirtola 2014). Tässä tutkimuksessa pyrimme saamaan nuorten äänen kuuluviin. Tutkimuksen tarkoituksena on saada mahdollisimman realistinen kuva siitä, mitä “vanhempien rooli harrastuksessa” tarkoittaa 15-vuotiaalle urheilijanuorelle. Nuorten näkökulman avulla on tarkoitus täydentää ja muuttaa ajatusta siitä, mitä urheilijan vanhemmuuteen kuuluu.

Vanhempien käytös lapsen harrastustoiminnassa on puhututtanut viime aikoina niin mediassa, kuin tutkimuksissakin. Etenkään mediassa sävy ei ole ollut kovin positiivinen. Keskisuomalainen kirjoitti 26.3.2016 karuja esimerkkejä kiroilevista, uhkailevista ja vähättelevistä vanhemmista katsomoissa. Iltasanomat uutisoi 10.4.2016 samasta aiheesta ja asiantuntijat puhuivat vanhempien muuttuneista odotuksista seuratoimintaa kohtaan. Vanhemmat saattavat esimerkiksi kellottaa katsomossa, kuinka paljon heidän lapsensa saa peliaikaa tai valmentajan huomiota verrattuna muihin lapsiin. Syksyllä 2016 nuorimmista juniorisarjoista poistettiin tilastot. Taustalla oli huoli vanhempien tosikkomaisesta suhtautumisesta tilastoihin. Urheiluseurat ovatkin alkaneet puuttua kentän ulkopuolella tapahtuvaan toimintaan koko ajan enemmän ja nykyään seurojen nettisivuilta löytyy pelisäännöt usein myös vanhemmille. Englannin jalkapalloliitto huomasi vuonna 2008 tuomareiden määrän vähentyneen rajusti. Suurin syy tähän oli kentältä ja sen ulkopuolelta tuleva häirintä. (English FA, 2017.)

Tutkimuksemme kirjallisuusosuudessa tarkastelemme tekijöitä, jotka vaikuttavat lasten fyysiseen aktiivisuuteen. Näitä tekijöitä ovat biologiset tekijät, psykologiset tekijät, sosiaaliset tekijät ja ympäristölliset tekijät. Biologisista tekijöistä esimerkiksi ikä ja sukupuoli yhdistetään usein lapsen fyysiseen aktiivisuuteen (Laakso ym. 2007; Sallis ym. 2012; Aira ym. 2013). Psykologisista tekijöistä fyysiseen aktiivisuuteen voi vaikuttaa lapsen kokema minäpystyvyys

(Van der Horst ym. 2007; Bauman ym. 2012). Tutkimuksemme keskeisenä tekijänä ovat sosiaaliset tekijät, jotka vaikuttavat lapsen fyysiseen aktiivisuuteen. Tässä tutkimuksessa keskitymme etenkin vanhempien rooliin. On kuitenkin huomioitava, että vanhempien lisäksi monet muutkin henkilöt voivat olla vaikuttamassa lapsen liikunta-aktiivisuuteen, kuten isovanhemmat, sisarukset, ohjaajat ja valmentajat (Tammelin ym. 2014). Kaverit ovat mukana vaikuttamassa joko lisäämällä tai vähentämällä liikunta-aktiivisuutta (Hietanen & Kauppila 2007; Maturo & Cunningham 2013).

Aikaisemmissa tutkimuksissa on käsitelty esimerkiksi vanhempien odotuksia harrastukselle, harrastuksen periytyvyyttä, harrastuksen aloittamista, perheen tuen sekä perheen sosioekonomisen aseman merkitystä. Konttisen ja Aarresolan (2012) mukaan jopa 95% vanhemmista osallistuu lapsen harrastukseen jollain tavalla. Joissakin tutkimuksissa on myös löydetty yhteys vanhempien fyysisen aktiivisuuden ja lapsen fyysisen aktiivisuuden välillä (Rautava 2003; Palomäki ym. 2016; Aarresola & Konttinen 2012). Perheen tuki on todettu merkittäväksi myös Takalon (2016) ja Piispan (2013) tutkimuksissa.

Varton mukaan (2005, 35) jokaiseen tutkimukseen kuuluu mielenkiinto, jota tutkija tuntee aiheitaan kohtaan. Meillä yhtenä kiinnostuksen syyttäjänä toimivat lukuisat lehtiartikkelit, joita jopa vaarallisen (“Juniorikiekkoilijan isä iski tuomarin kanveesiin” [Keskisuomalainen 13.9.2015]) yli-innokkaista vanhemmista kirjoitettiin. Olimme kiinnostuneita ovatko vanhemmat todella niin intensiivisesti lasten harrastuksessa mukana, kuten useiden tutkimusten ja median mukaan voi olettaa. Tutkimuksen avulla pyrimme selvittämään, millaisena nuoret kokevat vanhempiensa roolin. Tutkimus voi antaa urheiluseuroille ja vanhemmille uusia näkökulmia liittyen lasten ja nuorten liikuntaharrastukseen ja sen edistämiseen.

1 LASTEN LIIKUNTA-AKTIIVISUUTEEN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ

Liikunta on tärkeää lapsen ja nuoren fyysiselle, psyykkiselle sekä sosiaaliselle kasvamiselle (Laakso ym. 2007). Uusimman tutkimustiedon mukaan liikunta vaikuttaa positiivisesti myös oppimiseen (Tuloskortti 2016). Samaan aikaan saamme tutkimustuloksia siitä, miten fyysinen aktiivisuus on vähentynyt lasten keskuudessa ympäri maailman (Tremblay ym. 2014). Liikkumattomuus nuoruusvuosina voi aiheuttaa huomattavia terveyshaittoja aikuisiässä, kuten sydän- ja verisuonisairauksia sekä osteoporoosia. Kasvuikänsä liikunta onkin parasta aikaa esimerkiksi luuston lujittamiseen. Pelkkä lapsuudessa liikkuminen ei kuitenkaan riitä, vaan epäedullisten terveystilanteiden ehkäisy edellyttää liikunnallisen elämäntavan säilymistä läpi elämän. (Nuori Suomi ry & LIKES-tutkimuskeskus 2010.) Fyysisen aktiivisuuden suosituksen mukaan jokaisen 7–18 vuotiaan tulisi liikkua vähintään 1-2 tuntia päivässä omaan ikään sopivalla tavalla (Tuloskortti 2016). LIITU-tutkimustulosten (2016) mukaan vain kolmasosa suomalaisista lapsista ja nuorista saavuttaa suosituksen ja iän myötä fyysinen aktiivisuus vähenee entisestään. Tästä syystä on tärkeää ymmärtää, mitkä biologiset, psykologiset, sosiaaliset ja ympäristöön liittyvät tekijät vaikuttavat fyysiseen aktiivisuuteen.

1.1 Biologiset tekijät

Iän ja sukupuolen on havaittu olevan yhteydessä liikuntaan lähes kaikissa tutkimuksissa. Pojat ovat yleensä tyttöjä liikunnallisesti aktiivisempia, mutta tämä ero pienenee kouluiän aikana (Laakso ym. 2007). Lehdon ja Peltolan (2014) tutkimuksessa pojilla oli tyttöihin verrattuna 1,8-kertainen todennäköisyys harrastaa liikuntaa vähintään yhden tunnin ajan jokaisena päivänä viikossa. Myös esimerkiksi Bauman ym. (2012) huomasivat, että etenkin 4-9 vuoden ikäisenä sukupuoli oli vahvasti määrittävä tekijä fyysisessä aktiivisuudessa. Sallis ym. (2000) review-tutkimuksessa todettiin, että pojat olivat tyttöjä fyysisesti aktiivisempia 81 %:ssa tutkimuksista. Samansuuntaisia lukuja löysivät Gustafson ja Rhodes (2006), joiden kokoomatutkimuksessa pojat olivat tyttöjä fyysisesti aktiivisempia 75 %:ssa tutkimuksista. Sama ilmiö on havaittu myös tutkittaessa nuoria, eli 27:ssä tutkimuksessa 28:sta tulos on ollut samankaltainen (Sallis ym. 2000). Myös alle kouluikäisistä tehdyissä tutkimuksissa huomattiin, että pojat olivat aktiivisempia kuin tytöt (Hinkley ym. 2008; Nupponen ym. 2010). Pojat nauttivat reippaasta (vigorous) fyysisestä aktiivisuudesta enemmän kuin tytöt (Bagley ym. 2006; Seabra ym. 2013). He pitävät usein nopeatempoisesta liikunnasta eli esimerkiksi peleistä,

kun taas tytöille ominaisempaa on rauhallinen liikunta kuten kävely tai tanssi. Murrosiässä fyysinen aktiivisuus vähenee molemmilla sukupuolilla reilusti (Aira ym. 2013). Myös Bagleyn ym. (2006) mukaan nuoremmat lapset ovatkin yleensä fyysisesti aktiivisempia kuin vanhemmat lapset.

Muita lasten liikuntaan yhteydessä olevia biologisia tekijöitä ovat painoindeksi (BMI) ja ihonalainen rasva määrä (Laakso ym. 2007). Tämän huomasi myös Seabra (2013), jonka mukaan normaalipainoinen lapsi harrastaa todennäköisemmin reipasta liikuntaa kuin samanikäinen ylipainoinen lapsi. Painoindeksin (BMI) sekä ihonalaisen rasvan määrän on todettu olevan lievästi negatiivisessa yhteydessä liikunta-aktiivisuuteen. (Laakso ym. 2007.) Tämä voi tarkoittaa sitä, että ylipainoisuus rajoittaa liikuntaan osallistumista (Telama ym. 2005). Seabran ym. (2013) tutkimuksessa huomattiin, että ylipainoiset pojat eivät tunteneet oloaan mukavaksi leikkiessään normaalipainoisten ystäviensä kanssa, mikä todennäköisesti vaikuttaa fyysisen aktiivisuuden määrään. Uudemmissa tutkimuksissa (Biddle ym. 2011; Bauman ym. 2012) on todettu, että painoindeksi ei ole yhteydessä fyysiseen aktiivisuuteen.

1.2 Psykologiset tekijät

Psykologiset tekijät ovat usein voimakkaasti yhteydessä liikuntamotivaatioon ja liikunta-aktiivisuuteen (Laakso ym. 2007). Fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttaa se, onko ihmisellä halua eli motivaatiota liikkua. Motivaatio saa meidät toimimaan tietyllä innokkuudella ja sen lisäksi se suuntaa käyttäytymistämme. Sisäinen motivaatio edustaa autonomista motivaatiota, jolloin toimintaan osallistutaan vain toiminnan itsensä takia. Ulkoisella motivaatiolla tarkoitetaan toimintaa, johon osallistutaan palkkioiden vuoksi tai rangaistusten pelossa. Lapsi voi esimerkiksi liikkua, koska hän saa tällöin arvostusta muilta lapsilta tai koska hän pelkää, että hän menettää kasvonsa toisten silmissä. (Liukkonen & Jaakkola 2013.)

Van Der Horstin ym. (2007) ja Baumanin ym. (2012) tutkimuksissa yhdeksi merkittäväksi fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttavaksi tekijäksi nousi minäpystyvyys. Minäpystyvyys on itsevarmuutta toimia fyysisesti aktiivisesti tietyissä tilanteissa (Bauman ym. 2012). Tutkimuksen mukaan minäpystyvyyden positiivinen vaikutus fyysiseen aktiivisuuteen päti sekä lapsiin että aikuisiin. Suomalaisessa LIITU-tutkimuksessa huomattiin, että myös lapsen tai nuoren kokema liikunnallinen pätevyys vaikuttaa liikunta-aktiivisuuteen (Hirvensalo ym.

2015). Sen sijaan Sallis ym. (2000) eivät löytäneet yhteyttä minäpystyvyyden ja lasten fyysisen aktiivisuuden välillä. Liikuntaan yhteydessä olevista tekijöistä tehdyt tutkimukset koskevat usein juuri liikuntamotivaatiota (Berg & Piirtola 2014). Esimerkiksi Jaakkola ja Liukkonen (2006) huomasivat liikuntainterventiossaan, että opettaja kykeni lisäämään sekä tyttöjen että poikien motivaatiota korostamalla tehtäväsuuntautuneisuutta. Myös Biddle ym. (2003) tutkimuksessa tehtäväsuuntautuneisuuden korostaminen lisäsi motivaatioita ja hyvinvointia etenkin nuorilla.

Koetut esteet kuvaavat lasten fyysisen aktiivisuuden vähenemisen syitä (Sallis ym. 2000; Biddle ym. 2011). Esteitä ovat esimerkiksi ajanpuute, muut aktiviteetit (kotiläksyt) sekä kiinnostuksen tai motivaation puute (Biddle ym. 2011). Myös LIITU-tutkimuksessa lapset kertoivat ajanpuutteen ja viitseliäisyyden olevan esteenä liikunnan harrastamiselle. Tutkimuksessa huomattiin myös, että esteiden raportointi lisääntyi lasten iän lisääntyessä. (Hirvensalo ym. 2015.) Lasten painostaminen fyysiseen aktiivisuuteen tai syyllistäminen inaktiivisuudesta eivät lisää lapsen fyysistä aktiivisuutta (Chatzisarantis ym. 2007). Puolestaan aikomus ja mieltymys harrastaa liikuntaa lisäävät fyysistä aktiivisuutta (Biddle & Mutriél 2008). Myös Sallis ym. (2000) toteavat, että aikomuksella olla fyysisesti aktiivinen on positiivinen yhteys liikunnan harrastamiseen.

1.3 Sosiaaliset tekijät

Pienillä lapsilla perheen merkitys liikuntaan sosiaalistajana on suuri. Vanhempien rooli on kannustaa ja toimia esimerkkinä sekä mahdollistaa lapsen liikkuminen. Iän myötä kavereiden vaikutus liikuntaan suhtautumisessa kasvaa, vaikutus voi olla positiivinen tai negatiivinen. (Tuloskortti 2016.) Erityistä huomiota liikuntaharrastukseen yhteydessä olevista sosiaalisista tekijöistä on saanut juuri vanhempien merkitys lapsen fyysiseen aktiivisuuteen (Trost & Loprinzi 2011). Oletetaan, että aktiivisilla vanhemmilla on aktiivisia lapsia. Tulokset ovat kuitenkin olleet ristiriitaisia. Tutkimukset voidaan jakaa niihin, jotka tutkivat vanhempien tuen yhteyttä lapsen aktiivisuuteen ja niihin, joissa tutkitaan vanhempien oman fyysisen aktiivisuuden vaikutusta lapsen fyysiseen aktiivisuuteen. (Biddle ym. 2011.) Vanhempien asenteen liikuntaa kohtaan on todettu olevan lapsen liikkumiseen käytettyyn aikaan vaikuttava tekijä. Tuoreessa tutkimuksessa ne lapset, joiden vanhemmat kokivat liikunnan tärkeäksi, liikkuvat päivittäin kuusi minuuttia enemmän. Viikossa tämä tuo lisää aktiivisuutta 42

minuuttia. Ne lapset, joiden vanhemmat liikkivat ulkoiselta taholta tulevan määräyksen tai palkinnon motivoivana, liikkivat kolme minuuttia vähemmän päivittäin. (Solomon-Moore ym. 2016.)

Vanhemmat voivat lisätä lastensa fyysistä aktiivisuutta esimerkiksi leikkimällä lasten kanssa, seuraamalla lasten liikkumista, ilmoittamalla lapsensa liikuntakerhoon, järjestämällä kuljetuksia liikuntapaikoille tai opettamalla itse lapsille kuinka leikkiä tai pelata (Trost & Loprinzi 2011). Tämän huomasivat myös Palomäki, Huotari ja Kokko (2015), joiden mukaan vanhemmat tukevat lastensa liikuntaharrastusta useimmiten liikkumaan kannustamalla ja maksamalla liikuntakuluja. Vähiten merkittävä tuen muoto on liikkuminen yhdessä lapsen kanssa (Palomäki ym. 2015). Heitzlerin ym. (2006) mukaan vanhempien tuella on vaikutusta etenkin järjestettyyn liikuntaan osallistumisella. Vanhempien antama tuki kuitenkin väheni sen mukaan mitä vanhemmaksi lapsi kasvoi (Palomäki ym. 2015). Gustafson ja Rhodes (2006) selvittivät kokonaatutkimuksen avulla vanhempien fyysistä aktiivisuutta ja sen yhteyttä lasten fyysiseen aktiivisuuteen. Kuudessa tutkimuksessa todettiin, että vanhempien fyysinen aktiivisuus ennusti myös lapsille aktiivista elämäntapaa. Seitsemässä tutkimuksessa sen sijaan ei löydetty yhteyttä näiden asioiden välille. (Gustafson & Rhodes 2006.) Rautavan (2003) pro gradu -tutkielmassa fyysisesti aktiivisten vanhempien lapset harrastivat liikuntaa usein urheiluseuroissa.

On muistettava, että lapsen aktiivisuuteen vaikuttavat myös muut tahot, jotka ovat lapsen arjessa mukana kuten isovanhemmat, kaverit, koulun henkilökunta, terveydenhuollon asiantuntijat, urheiluseurat ja muut yhdistykset (Tammelin ym. 2014; Tulokortti 2016). Esimerkiksi isovanhemmat ovat usein mukana tukemassa lapsen liikunnallisuutta. Isovanhemmat soittelevat ja kyselevät lapsen harrastuksesta ja ovat mukana myös kannustamassa (Nieminen & Räsänen 2000). Bagleyn ym. (2006) tutkimuksessa huomattiin, että sisarusten merkitys on huomattava fyysisestä aktiivisuudesta puhuttaessa. Tytöt, joilla oli sisaruksia, olivat jopa 17 minuuttia fyysisesti aktiivisempia päivässä kuin ainoat lapset. Samassa tutkimuksessa huomattiin myös, että ainoat lapset viettivät enemmän aikaa television ääressä (eli olivat inaktiivisia) kuin lapset, joilla on sisaruksia. (Bagley ym. 2006.) Takalon (2016) tutkimuksessa isovelji nähtiin merkittävänä liikunnan mallina, opettajana ja auktoriteettina, jonka kanssa pelattiin ja kilpailtiin.

Lapset ja nuoret viettävät ison osan ajastaan koulussa, joten koululla on merkittävä rooli liikunta-aktiivisuuden lisääjänä. Tulokortin (2016) mukaan lasten ja nuorten paikallaanoloista 47 % ja reippaasta liikkunnasta 34 % kertyy koulupäivän aikana. Koulun henkilökunnan tulisi kannustaa oppilaita liikkumiseen välitunneilla ja pitkiä istumisjaksoja oppituntien aikana olisi perusteltua tauottaa toiminnallisilla opetusmenetelmin. Lisäksi oppilaat tulisi ottaa mukaan esimerkiksi liikuntavälitunnin ja liikkuvampien koulupäivien suunnitteluun ja toteutukseen. (Tulokortti 2016.) Zacheus ja Järvinen (2007) huomasivat, että liikunnanopettajan epäeettinen toiminta saattaa vaikuttaa siihen, että suhde liikuntaan muodostuu kielteiseksi. Siksi liikunnanopetuksen laatu on turvattava kaikilla kouluasteilla lisäämällä erityisesti alakoulunopettajien liikuntapedagogista koulutusta ja keskittämällä liikunnanopetus pääsääntöisesti siihen erikoistuneille aineenopettajille (Tulokortti 2016).

Perheen lisäksi lapsen ja nuoren liikunta-aktiivisuuteen vaikuttaa kaveripiiri (Hietanen & Kauppila 2007; Maturo & Cunningham 2013). Lehmuskallion (2011) tutkimuksen mukaan kavereilla näyttää olevan eniten vaikutusvaltaa liikuntaharrastukseen. Tämä asia todettiin sekä 11- että 15-vuotiailla tytöillä ja pojilla. Toisaalta voidaan kysyä, onko lapsi löytänyt kavereita harrastuksesta vai ovatko kaverit innostaneet hänet lajiin. (Lehmuskallio 2011.) On myös huomioitava, että kavereiden passiivisuus saattaa näkyä nuoren vähäisenä liikkumisena (Coleman ym. 2008). Ystävien positiivinen suhtautuminen fyysiseen aktiivisuuteen, ystävien liikuntaharrastuneisuus ja ystävien mukanaolo liikkuesssa vaikuttivat kaikki positiivisesti liikunta-aktiivisuuteen (Maturo & Cunningham 2013). LIITU-tutkimuksessa 5-, 7- ja 9 -luokkalaiset pitivät yhdessäoloa kavereiden kanssa oman liikuntaharrastuksen kannalta tärkeänä (Palomäki ym. 2015). Kansallisen liikuntatutkimuksen (SLU 2010) mukaan suomalaisista 3–18-vuotiaista lapsista ja nuorista noin puolet harrastaa liikuntaa yhdessä kavereiden kanssa. Ystävien merkitys fyysiseen aktiivisuuteen on siis syytä ottaa huomioon esimerkiksi interventioita suunniteltaessa (Maturo & Cunningham 2013).

1.4 Ympäristölliset tekijät

Lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuteen vaikuttaa yksittäisenä merkittävänä tekijänä asuinpaikka (Laakso 2007). Tämän huomasivat myös Yang ym. (2003), joiden tutkimuksessa urheiluseurojen toimintaan osallistuivat vähiten haja-asutusalueiden nuoret. Suositut liikuntalajit vaihtelevat paikkakunnittain, esimerkiksi Pohjanmaalla on perinteisesti painittu ja

pelattu pesäpalloa (Laakso ym. 2007). Asuinpaikan lisäksi liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavat lähiympäristö, johon kuuluu esimerkiksi kevyen liikenteen väylät, puistot ja lenkkeilyt (Sääkslahti ym. 2000). Kevyen liikenteen väylä on lasten ja nuorten suosituin liikuntapaikka. Se ei kuitenkaan kehitä riittävästi motorisia perustaitoja, joten parempana vaihtoehtona pidetään monimuotoisia liikkumisympäristöjä, joiden sijainti ja toteutus tulisi ottaa huomioon kaupunkien kaavoituksessa. Lisäksi kotien ja koulujen pihat oikein varustettuina edistävät lasten ja nuorten fyysistä aktiivisuutta. (LIITU 2016). Vaivaton pääsy urheilupaikoille on positiivisesti yhteydessä fyysiseen aktiivisuuteen (Sallis ym. 2000).

Suomessa sääolosuhteilla on vaikutusta liikunta-aktiivisuuteen. Esimerkiksi 12-vuotiaat liikkuvat eniten keväällä ja kesällä, mutta liikkuminen vähenee talvella ja syksyllä. (Nupponen ym. 2005.) Liikuntakulttuurin muutos on johtanut siihen, että liikuntaa harrastetaan yhä enemmän sisätiloissa eikä niinkään luonnossa (Laakso ym. 2007). Nämä tutkimustulokset ovat harmillisia, sillä useissa tutkimuksissa (Sallis ym. 2000; Ferreira ym. 2007) on todettu, että ulkona vietetty aika on positiivisesti yhteydessä lapsen fyysiseen aktiivisuuteen. Myös alle kouluikäisillä huomattiin, että lapset, jotka viettävät enemmän aikaa ulkona ovat aktiivisempia (Hinkley ym. 2008).

1.5 Urheiluseura liikuttajana

Lapset ja nuoret harrastavat liikuntaa organisoidusti ja omaehtoisesti. Omaehtoinen liikunta käsittää kaiken sen liikunnan, jota koulu, seura tai muu organisaatio ei ole järjestänyt. Organisoidulla liikunnalla tarkoitetaan liikkumista urheiluseurassa tai kuntien, yhdistysten, yritysten ja muiden vastaavien tahojen järjestämissä liikuntaharrastuksissa. (Tuloskortti 2016.) Urheiluseurat ovat merkittävässä asemassa lasten ja nuorten organisoidun liikunnan järjestäjinä (Blomqvist ym. 2015). Seuratoiminnassa mukana olevilla ohjaajilla ja valmentajilla on tärkeä rooli lasten ja nuorten liikuntakasvattajina (Kokko 2013) etenkin siitä syystä, että nykyisin seuratoiminta aloitetaan valtaosin jo ennen alakouluun menoa (Kokko ym. 2010; Blomqvist ym. 2015).

Urheiluseuratoiminnan kiistatta positiivisimpia vaikutuksia on se, että sen on todettu ennustavan aikuisiän aktiivista liikunnan harrastamista (Tammelin 2005). Lisäksi urheiluseuratoimintaan osallistuvat nuoret ovat fyysisesti aktiivisempia verrattuna nuoriin,

jotka eivät liiku seuroissa (Aira ym. 2013; Telford ym. 2016). Australialaisen tutkimuksen mukaan urheiluseurassa harrastavilla tytöillä oli alhaisempi kehon rasvamäärä verrattuna harrastamattoman ryhmän tyttöihin. Erot fyysisessä aktiivisuudessa urheiluseurassa harrastavan ryhmän ja harrastamattoman ryhmän välillä pienenevät nuoruusiän jälkeen. Samassa tutkimuksessa selvisi myös, että seurassa harrastavista vain 20 % täytti päivittäisen liikunnan suosituksen eli harrasti kohtalaista tai raskasta liikuntaa 60 minuuttia päivässä. (Telford ym. 2016.) Vaikka viime vuosina seuratoimintaan osallistuminen on lisääntynyt, on arkiliikunta vähentynyt (SLU 2010). Onkin muistettava, että pelkkä seuratoimintaan osallistuminen ei riitä täyttämään liikuntasuosituksia, vaan myös arkiliikuntaa on oltava mukana, jotta fyysinen kokonaisaktiivisuus täyttyy (Aira ym. 2013; Lasten ja nuorten liikunta 2015). Rautavan (2003) mukaan urheiluseurassa harrastaminen lisää vapaa-ajan liikuntaaktiivisuutta, sillä urheiluseurassa liikkuvat lapset ovat usein aktiivisia myös omaehtoisessa liikunnassa.

Suomalaisista lapsista ja nuorista noin puolet osallistuu liikunta- ja urheiluseuratoimintaan (Aira ym. 2013; Blomqvist ym. 2015; Lasten ja nuorten liikunta 2015; Tulokortti 2016) ja neljä viidestä lapsesta kokeilee urheiluseurassa mukana oloa jossain vaiheessa lapsuuttaan (Koski & Tähtinen 2005). LIITU-tutkimuksen mukaan (Blomqvist ym. 2015) kaksi kolmasosaa lapsista ja nuorista harrastaa vain yhtä lajia ja taas neljäsosa harrastaa kahta eri lajia. Urheiluseurassa harrastavista valtaosa (75 %) osallistuu myös kilpailutoimintaan (Blomqvist 2015). Kilpaileminen on siis merkittävä osa liikuntaharrastusta. Kolmasosa lapsista ja nuorista kuitenkin osallistui seuratoimintaan ilman kilpailullisia tavoitteita tai liikunnallinen kehitys mielessä. Urheiluseurassa harrastaminen on lähes yhtä yleistä tytöillä ja pojilla. (Blomqvist ym. 2015.) Aktiivisimpia urheiluseuratoimintaan osallistujia ovat 11-vuotiaat pojat ja passiivisimpia 15-vuotiaat tytöt (Lasten ja nuorten liikunta 2015). Se, että puolet suomalaisista lapsista ja nuorista liikkuu urheiluseuroissa, tarkoittaa myös sitä, että toinen puolikas jää kokonaan urheiluseuratoiminnan ulkopuolelle. (Lasten ja nuorten liikunta 2015.) Tuoreen LIITU-tutkimuksen (2016) mukaan 62 prosenttia 9 - 15-vuotiaista lapsista ja nuorista osallistui urheiluseuratoimintaan ja 13 prosenttia ei ollut koskaan osallistunut seurojen toimintaan. Korkeat harrastusmaksut saattavat olla esteenä seuratoimintaan osallistumiselle, joten osallistumismaksuja ja kustannusrakennetta tulee arvioida kriittisesti. Lisäksi on tarpeellista selvittää, mitkä tekijät motivoivat lapsia ja nuoria osallistumaan seuratoimintaan ja mitkä syyt johtavat harrastuksen lopettamiseen. Urheiluseuratoimintaan osallistuminen vähenee iän

myötä, sillä 7 - 14-vuotiaista pojista 61 % ja tytöistä 49 % liikkuu vähintään kerran viikossa urheiluseurassa, 15 - 19-vuotiaiden ikäryhmässä puolestaan enää noin kolmannes on mukana seuratoiminnassa. (Tuloskortti 2016.) Seurojen ja tulevaisuuden tutkimusten haasteena onkin keksiä vastalääke murrosikäisten urheiluharrastuksen lopettamiselle (Aira ym. 2013). Yksi ratkaisu on kehittää harrastusmahdollisuuksia niille, jotka haluavat jatkaa lajia vain hauskana harrastuksena eivätkä kilpaurheiluna. Lisäksi seurojen tulisi suunnata toimintaansa niille, jotka eivät ole vielä urheiluharrastuksen parissa. Urheiluseuratoiminnan kustannukset tulisi pitää kohtuullisina, jotta harrastaminen olisi mahdollista kaikille. (Lasten ja nuorten liikunta 2015.)

2 VANHEMPIEN ROOLI LASTEN URHEILUSSA

2.1 Vanhempien odotukset

Vanhemmista lähes 90 % kohdistaa jonkinasteisia odotuksia lapsen urheiluharrastukseen (Rautava 2003). Tyypillisiä odotuksia, joita lasten urheilemisesta toivotaan, ovat taitojen oppiminen, parhaansa yrittäminen ja ryhmässä toimiminen (Nieminen & Räsänen 2000). Vanhemmat toivovat, että lapsi oppisi terveellisen elämäntavan ja viihtyisi lajin parissa mahdollisimman pitkään. Vanhemmat pitävät tärkeänä, että lasten urheilussa kisaillaan ja leikitään paljon, jotta lapsi innostuisi taitojen oppimisesta. Myös harjoittelumäärien lisääntyminen edistää taitojen oppimista vanhempien mielestä. (Soini 2011.) Telinevoimistelijoiden vanhemmille tehdyssä tutkimuksessa vanhemmat listasivat tärkeysjärjestykseen odotuksiaan lapsensa harrastuksesta. Listan kärkeen nousivat motoristen taitojen kehittyminen, uusien ystävien saaminen sekä kunnollisen työmoraalin ja ajanhallinnan kehittyminen. Vähiten tärkeäksi vanhemmat kokivat kilpailuihin tähtäämisen ja kansainvälisellä tasolla kilpailemisen. Vanhemman sukupuolella ei ollut merkitystä odotusten suhteen. (Kunješić 2012.) Myös Trussellin & Shawn (2012) tutkimuksessa vanhemmat olivat valmiita maksamaan suuria summia lapsen organisoidusta urheiluseuraharrastuksesta, koska he uskoivat harrastuksen antavan heidän lapselleen hyvät elämän taidot.

Joillekin vanhemmille lapsen harrastus saattaa kuitenkin olla tärkeämpi, kuin lapselle itselleen (Nieminen & Räsänen 2000). Tällaisia ovat autoritaarisen (authoritarian) kasvatusajattelun omaavat vanhemmat, joilla on korkeat odotukset lapsensa harrastukselle ja siinä menestymiselle. He ovat tiukkoja ja omistautuneita lapsensa harrastukselle. Auktoritatiiviset (authoritative) vanhemmat puolestaan luovat odotuksia kohdistuen lapsen käyttäytymiseen urheilussa. He osaavat antaa sopivasti tilaa, eivätkä ole liikaa mukana harrastuksessa. Auktoritatiiviset vanhemmat antavat lapselleen vastuuta päätöksenteossa harrastukseen liittyvissä asioissa. He pystyvät käymään rakentavia palautekeskusteluja lapsensa kanssa pelin tai kilpailun jälkeen, mihin puolestaan autoritaariset vanhemmat eivät pysty. (Holt & Black 2007.) Joskus vanhemmat panostavat lapsensa harrastukseen, koska uskovat sen kuuluvan hyvään vanhemmuuteen ja lapsen harrastuksessa mukana oleminen on tilaisuus osoittaa muille vanhemmille paremmuuttaan (Trussell & Shawn 2012).

2.2 Liikuntaharrastuksen periytyvyys ja harrastuksen aloittaminen

Vanhempien entinen tai nykyinen harrastuneisuus on usein yhteydessä lapsen liikuntaharrastukseen (Rautava 2003). Ne lapset, joiden vanhemmat harrastavat aktiivisesti liikuntaa, ovat fyysisesti kaikkein aktiivisimpia yläkouluikässä (Palomäki ym. 2016). Lapset, joiden vanhemmat ovat aikaisemmin harrastaneet aktiivista liikuntaa, harrastavat liikuntaa urheiluseuroissa ja useimmiten he myös kilpailevat. Vanhempien oma kilpaurheilutausta oli yhdistettävissä siihen, että lapsi liikkui monta kertaa viikossa (4-7 kertaa). Mikäli vanhemmat eivät olleet kilpailleet itse nuorena, alle puolet heidän lapsistaan harrasti liikuntaa seuroissa. (Rautava 2003.) Takalon (2016) tutkimuksessa saatiin samankaltaisia tuloksia. Lapsena aktiivisesti liikkuvilla oli paljon liikkuvat vanhemmat, jotka hyötyliikunnan lisäksi liikkuvat aktiivisesti organisoidusti tai omaehtoisesti. Vähän liikkuvan vanhemman lapsi puolestaan uskoi, että jos hän olisi nuorena saanut kotoa liikkumisen mallin, olisi hän todennäköisesti nyt aikuisena liikunnallisempi. (Takalo 2016.) Aarresolan ja Konttisen (2012) tutkimuksessa todettiin, että vanhempien harrastustausta oli selvästi yhteydessä kilpaurheilua harrastavan lapsen harrastamisen tasoon. Tutkimuksessa harrastavat nuoret oli jaoteltu ”tosikisaajiin” ja ”harrastekisaajiin”. Esimerkiksi tosikisaajien isistä 24,5 % oli nuoruudessaan harrastanut kilpaurheilua SM-tasolla. Sen sijaan harrastekisaajien vanhemmista löytyi enemmän niitä, joiden vanhemmat olivat harrastaneet urheilua vain vähän. (Aarresola & Konttinen 2012.) Van der Horst ym. (2007) löysivät tutkimuksessaan yhteyden vain poikien harrastuksen ja vanhempien fyysisen aktiivisuuden välillä. Tyttöjen fyysiseen aktiivisuuteen vanhempien toiminta ei vaikuttanut. Liikunnallisen kipinän sytyttämisessä olennaista on yhteinen tekeminen liikunnan parissa. Takalon (2016) tutkimuksessa lapsuuden yhteisiä harrastuksia vanhempien kanssa, kuten tanssia, hiihtoretkiä ja lentopalloa harrastettiin vielä nuoruudessakin.

Alun perin lapsia ohjataan liikunnan ja urheilun pariin, koska ajatellaan että liikunnallinen elämäntapa on ”hyvä” elämäntapa. Urheilun avulla halutaan tarjota lapselle terve tapa elää ja mahdollisuus hyvien ystävyysuhteiden luomiselle. (Soini 2011.) Vanhemmilta kysyttäessä lapsen harrastuksen syntyyn ovat vaikuttaneet eniten kaverit. Rautavan (2003) kyselytutkimuksessa lapsen oma kiinnostus harrastuksen aloittamiseen oli vasta loppupäässä. Rautavan pro gradu- tutkielmassa ei löydetty yhteyttä sille, että vanhemmat ja lapset harrastaisivat samaa lajia. Tutkimuksessa lapset saivat tehdä joko itse päätöksen

harrastamastaan lajista tai he päättivät sen vanhempien avustuksella. Tutkimuksessa vanhemmilta kysyttiin heidän lempilajiaan ja kävi ilmi, että puolet lapsista harrasti vanhempiensa lempilajia. Toki on voinut käydä niin, että lapsen harrastaessa lajia, siitä on muodostunut vanhemmille suosikkilaji. (Rautava 2003.)

Konttisen ja Aarresolan (2012) tutkimuksessa yli 50 % nuorista vastasi, että harrastuksen aloitushetkellä vanhemmilla oli ollut suuri vaikutus kiinnostukseen lajia kohtaan, ja odotetusti tosikisaajien vanhemmat olivat olleet enemmän mukana vaikuttamassa valintaan. Myös harrastuksen aloitusiällä oli merkitystä. Mitä nuorempina harrastus oli aloitettu, sitä varmemmin vanhemmat olivat siihen vaikuttamassa (Aarresola & Konttinen 2012). Samankaltaisen tuloksen sai myös Rautava (2003), hänen haastattelemansa vanhempi kommentoi seuraavasti: "Pienenä me vanhemmat ehdottelimme harrastuksia, nyt isompina lapset löytävät itse haluamansa harrastuksen - me vain maksamme ja kuljetamme". Harrastuksen syntyyn on siis usein vaikuttamassa useampikin tekijä kuten kaverit, vanhemmat tai sisarukset. Sen sijaan harrastamattomuuden syyksi todettiin useimmiten lapsen oma kiinnostuksen puute. (Rautava 2003.)

2.3 Perheen tuki

Vanhempien mielestä parhaita tukimuotoja lasten liikuntaharrastukseen ovat kannustaminen, tukeminen, osallistuminen lapsen harrastuksiin, välineiden hankkiminen ja harrastuksen kustantaminen (Rautava 2003). Vanhempien tuki mahdollistaa pitkälti harrastamista. Takalon (2016) tutkimuksessa vanhempien toiminnallinen tuki mahdollisti lapsille useamman lajin harrastamisen yhtä aikaa. Vanhemmat eivät painostaneet lapsia harrastamaan useaa lajia, vaan lapset olivat itse innokkaita ja vanhemmat halusivat omalla toiminnallaan mahdollistaa sen. Vanhemmat osallistuvat lapsen ja nuoren urheiluharrastukseen toimimalla tukijoukkoina, seuraamalla lajia tai organisoimalla itse urheilutoimintaa. Tukijoukkona toiminen tarkoittaa esimerkiksi kyyditsemistä harjoituksiin, peleihin tai kilpailuihin ja myös otteluiden/kilpailuiden seuraamista paikan päällä. Seurat ovat asettaneet vanhempien rooliksi kolme koota: kuljeta, kustanna ja kannusta. (Nieminen & Räsänen 2000.) Kirkin ym. (1997) tutkimuksessa 90 % vanhemmista kuljetti ja seurasi kilpailuja. Olennainen osa lasten harrastuksen tukemista onkin kuljettaminen harrastukseen ja sieltä pois. Kyyditykseen osallistuvat enimmäkseen vanhemmat, välillä isovanhemmat tai vaihtoehtoisesti kuljetaan kimppakyydeillä. Toisaalta osa

vanhemmista ajattelee, että kuljettaminen on mukava yhdessäolon hetki lapsen kanssa, eivätkä he siksi suosi kimpakyytejä. (Nieminen & Räsänen 2000). Takalon (2004) tutkimuksessa huomattiin, että lapsia kyyditettiin todennäköisemmin organisoituun liikuntaan kuin omaehtoiseen.

Vanhempien tuen määrässä on eroja perheiden välillä. Rautavan (2003) tutkimuksessa reilu neljännes (28 %) ei käynyt lainkaan seuraamassa lastensa liikuntaharrastusta paikan päällä ja 39 % vanhemmista kävi seuraamassa lastensa urheilua silloin tällöin. Sen sijaan yleisempää oli keskustella lapsen kanssa urheiluun liittyvistä asioista, tätä teki 55 % vanhemmista (Rautava 2003). Vanhempien tuella on positiivinen vaikutus lapsen liikunta-aktiivisuuteen. Tätä tukee Gustafsonin ja Rhodesin (2006) kokooma-artikkeli, jonka mukaan 19:ssä tutkimuksessa 20:sta vanhempien kannustus ja lapsen urheiluun osallistuminen vaikuttivat positiivisesti lapsen fyysiseen aktiivisuuteen. Kilpaurheiluun osallistuminen edellyttää usein vanhempien aktiivisuutta. Aarresola & Konttinen (2012) pohtivatkin: “Onko kilpaurheilu tarkoitettu vain niille, joiden vanhemmat ovat siitä kiinnostuneita, ja joilla on siihen aika- ja talousresursseja?”. Samanlaista ilmiötä on havaittu myös kansainvälisesti, mm. australialaisessa tutkimuksessa todettiin, että junioriurheilu olisi mahdotonta ilman vanhempia vapaaehtoisrooleissa (Kirk ym. 1997). Usein vanhemmat ovat niin vahvasti mukana lastensa harrastuksessa, että voidaan ajatella, että hekin ovat ryhtyneet harrastamaan kilpaurheilua, lastensa kilpaurheilua (Aarresola & Konttinen 2012).

Vanhempien tuki ja positiivinen painostus on tärkeää harrastuksen jatkuvuuden kannalta. Tämä käy ilmi Takalon (2016) tutkimuksessa, jossa lapset kaipasivat vanhemmiltaan tiukempia vaatimuksia harrastuksen jatkamiseen ja harjoituksissa käymiseen liittyen. Eräs tutkittavista harmitteli, että äiti oli antanut hänen lopettaa harrastuksen niin helposti. Yksi tutkittava puolestaan oli kiitollinen vanhemmilleen, kun olivat “potkineet takamukselle” ja käskeneet lähteä harjoitukseen, vaikka ei aina olisi huvittanut. Samassa tutkimuksessa löydettiin yhteys urheiluseurassa harrastamisen pysyvyyden ja vanhempien seuratoimintaan sitoutumisen välillä. (Takalo 2016.) Vanhempien tuen on huomattu olevan yhteydessä urheilijan motivaatioon ja harrastuksen nautinnollisuuteen. Vanhempien liiallinen painostus puolestaan vaikuttaa motivaation käänteisesti, ja tekee harrastuksesta vähemmän nautittavan. Ohjailevien ja painostavien vanhempien lapset olivat useammin minäsuuntautuneita harjoittelussaan, kun taas

lastaan positiivisesti tukevien vanhempien lapset olivat useammin tehtäväsuuntautuneita. (Sánchez ym. 2013.)

Vanhemmat tukevat lapsiaan eri tavoin. Yhdeksässä tutkimuksessa 16:sta pojat saivat vanhemmiltaan enemmän tukea liikkumiseen kuin tytöt (Gustafson & Rhodes 2006). Isillä ja äideillä oli erilaiset tavat tukea lastensa liikunnallisuutta. Äidit ilmoittivat lapsensa harrastuksen pariin ja kannustivat heitä liikunnallisissa tapahtumissa, kun taas isät lähtivät äitejä useammin itse urheilemaan lapsen kanssa (Davison ym. 2003).

Usein vanhemmat haluavat, että lapsen harrastus tuo jonkinlaista menestystä. Soinin pro gradu – tutkielmassa vanhempien mielestä lapsen menestyminen tekee toiminnasta mielekästä (Soini 2011). Vanhempien haastattelujen mukaan lapsen menestyminen vaikuttaa vanhemman sitoutumiseen urheiluharrastuksessa. Kilpaurheilun elementti tuo mukanaan sen, että “pärjääminen” lajissa alkaa olla tärkeää. Tässä vaiheessa vertaillaan lapsen suoritusta muiden lasten suorituksiin, eikä enää omiin taitoihin. Mahdollinen lopettamispäätös on yleensä kova paikka sekä lapselle että vanhemmille, vanhemmat eivät halua heittää opittuja taitoja tai rahoja hukkaan. (Soini 2011.)

Nieminen ja Räsänen (2000) ovat luokitelleet urheilevien lasten vanhempia kolmeen kategoriaan: yli-innostuneet vanhemmat, keskittien kulkija-vanhemmat ja oppositiovanhemmat. Yli-innostuneille vanhemmille lapsen harrastus on hyvin tärkeää, jopa tärkeämpää kuin lapselle itselle. Lopettaminen ei tule kyseeseen ja urheiluharrastuksia saisi mielellään olla useampiakin. Kilpailuissa vanhemmat ovat katsomossa ja suorituksesta puhutaan jälkikäteen. Jopa koulutyöstä voidaan tinkiä harrastuksen tähden. Keskittien kulkija -vanhempi korostaa, että lapsen harrastuksessa tärkeää on lapsen innostus ja jaksaminen. Kilpailuja seurataan, mutta sijoitustavoitteet ei aseteta. Oppositiovanhempien perheessä lapsi saa aivan itse valita harrastuksensa. Nämä vanhemmat ovat kyllästyneet jatkuvaan kilpailullisuuden korostamiseen. Kuljettaminen harjoitukseen ei aina onnistu, mutta lapsen harrastuksesta ja sen miellyttävyydestä ollaan kuitenkin kiinnostuneita. (Nieminen & Räsänen 2000.)

Vanhempien “tuki” ei kuitenkaan välttämättä aina ole positiivista. Amerikkalaisessa tutkimuksessa yli 60 % tenniksen pelaajista kertoi, että heidän vanhempansa olivat vihaisia hävitystä pelistä ja puutteellisesta yrittämisestä. Vanhempien vastatessa samaan kysymykseen

yli 90 % vanhemmista ei ollut mielestään vihaisia. Reilu neljännes (30 %) kertoi myös, että vanhemmat ovat huutaneet pelien aikana ja urheilijoiden mukaan jopa 70 % vanhemmista oli kävellyt pois kesken ottelun. Viidesosa vanhemmista myönsi käyttäytyneensä epäasiallisesti kilpailutilanteissa. (DeFranscesco & Johnson 1997.)

2.4 Perheen sosioekonominen asema

Moderni yhteiskuntamme tarjoaa jatkuvasti uusia liikuntalajeja ja niiden myötä myös tavoitteellinen harrastaminen on lisääntynyt. Nykypäivän liikuntakulttuuri mahdollistaa paljon, valitettavan usein kuitenkin vain niille, joilla on aikaa ja rahaa. Nuorison liikuntakulttuuri onkin huomattavan pirstaloitunut, joka näkyy esimerkiksi siinä, että kaikilla ei ole mahdollisuutta harrastaa valitsemaansa lajia. Usein esteen muodostaa perheen taloudellinen tilanne. (Itkonen 2017.) Liikunnan harrastaminen seuroissa on kallistunut viimeisen kymmenen vuoden aikana. Lisääntyneen harjoitusintensiteetin myötä harrastusmaksut ovat kilpaurheilussa jopa kaksin- tai kolminkertaistuneet. (Puronaho 2014.) Perheen sosioekonominen asema vaikuttaa väistämättä lapsen harrastusmahdollisuuksiin. Palomäen ym. (2016) tutkimuksessa saatiin selvä näyttö siitä, että hyvin tienaavien vanhempien lapset harrastivat muita useammin jotain lajia urheiluseurassa. Urheiluseuraharrastamisen lisäksi lapsen sosioekonomisen taustan on todettu olevan yhteydessä hänen fyysiseen aktiivisuuteensa. Tulotasoltaan korkean tai keskiverto perheen lapsi on fyysisesti aktiivisempi (McVeigh ym. 2004), tiedostaa enemmän liikunnan hyötyjä (Laakso ym. 2007; Seabra ym. 2013) ja todennäköisemmin pitää vanhempiaan roolimalleina (Seabra ym. 2013). Tämän voi osaltaan selittää sillä, että lapset ovat oppineet vanhempiensa asenteita, jotka ovat ylemmissä sosiaaliluokissa yleensä myönteisempiä liikuntaa kohtaan. Tutkimuksessa huomattiin myös, että korkeamman sosioekonomisen taustan omaavat lapset pitivät vanhempiaan tärkeinä vaikuttajinaan, kun taas matalan sosioekonomisen taustan lapset sekä ylipainoiset lapset kärsivät vanhempien tuen puutteesta. (Seabra 2013.) Sen sijaan hieman vanhemmassa kokoma-artikkelissa Sallis ym. (2000) totesivat, että vanhempien sosioekonomisella taustalla ei ole vaikutusta lasten fyysiseen aktiivisuuteen.

Muutokset perhestruktuurissa saattavat olla mukana vaikuttamassa lasten liikunnan vähentymiseen (Bagley ym. 2006). Esimerkiksi eteläafrikkalaisessa tutkimuksessa inaktiivinen käytös oli tavallisempaa yksinhuoltajaperheissä kuin kahden vanhemman perheissä (McVeigh 2004). Korkeat kustannukset ja ajankäytölliset ongelmat olivat yhteydessä siihen, että yksinhuoltajaperheiden lapset olivat inaktiivisempia kuin kahden huoltajan perheiden lapset

(Bagley 2006). Rautavan (2003) tutkimuksessa ei kuitenkaan löytynyt todisteita sille, että yksinhuoltajuus vaikuttaisi lapsen liikuntaharrastukseen. Yksinhuoltajaperheiden lapset liikkuvat sekä omatoimisesti että seuroissa yhtä paljon kuin kahden huoltajan perheissä. Suomalaisessa tutkimuksessa huomattiin, että lapset joiden vanhemmat olivat käyneet lukion, harrastivat todennäköisemmin liikuntaa seurassa kuin lapset joiden vanhemmat olivat käyneet vain peruskoulun. Myös korkeakoulututkinnon omaavien vanhempien lapset olivat aktiivisempia seuraliikkuja kuin muiden vanhempien lapset. (Rautava 2003.) Lapsista, joiden äideillä oli akateeminen tutkinto, vain 4 % oli inaktiivisia (McVeigh 2004).

Taloudellinen tuki. Vanhempien taloudellinen tuki korostuu lapsen harrastaessa kilpaurheilua. Haastateltaessa kilpaurheilijoiden vanhempia, kävi hyvin selväksi, että rahalla oli tärkeä merkitys lapsen harrastuksessa (Nieminen & Räsänen 2000; Kay 2000). Yksi isä totesikin “If I’d known how much rowing cost I would have given him a bigger football”. Usein urheilijat itse ovat epätietoisia summista joita harrastukseen pariin kuluu. (Kay 2000.) Toisaalta Nieminen ja Räsänen (2000) huomasivat tutkimuksessaan, että vanhemmat saattoivat syyllistää lastaan käyttämättömästä harjoittelumahdollisuudesta, koska “raha menee hukkaan”. Takalon (2016) tutkimuksessa yksi tutkittavista kertoi pelanneensa jalkapalloa jonkin aikaa velvollisuudesta isän ja äidin maksamia kausimaksuja kohtaan. Usein kilpaurheilu muuttaa koko perheen rytmiä. Arki pyörii urheilijan kuljetusten mukaan ja jopa vanhempien työajat sovitaan lapsen harrastuksen ehdoilla. (Kay 2000; Nieminen & Räsänen 2000.)

Soinin tutkimuksessa (2011) huomattiin, että eri lajien harrastamiseen kului hyvinkin erikokoisia summia. Jalkapallon pelaaminen maksoi 60 euroa kuukaudessa ja taitoluistelijoiden kuukausimaksu oli jopa 420 euroa. Taitoluistelijan äiti totesi rahankäytöstä ja siihen liittyvästä menestyksen paineesta: “kaikki rahat menee - omat, isovanhempien, kummien”. Rautavan (2003) tutkimuksessa 28 % mainitsi varojen puutteen rajoittavaksi tai ehkäiseväksi tekijäksi osallistumisessa lasten harrastukseen. Myös englantilaisessa tutkimuksessa vanhemmat ilmoittivat taloudellisista vaikeuksista lasten harrastusten takia (Baxter-Jones & Maffuli 2003). Takalon (2004) tutkimuksessa osa vanhemmista oli jopa kieltänyt lapsiaan harrastamasta urheiluseurassa ja oli sen sijaan suositellut koulun liikuntakerhoa, koska “siellä sai kaiken ilmaiseksi”.

3 TUTKIMUSTEHTÄVÄ

Tutkimuksemme tavoitteena oli selvittää liikuntaluokalla opiskelevien kahdeksaluokkalaisten ajatuksia vanhempien roolista heidän liikuntaharrastuksessaan. Lisäksi tavoitteena oli saada tietoa harrastuksen aloittamisesta, vanhempien kiinnostuksesta nuorten urheiluharrastusta kohtaan sekä siitä, miten nuoret kokevat vanhempien osallistumisen liikuntaharrastukseensa.

Tutkimuksen tarkoituksena on vastata seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Miten nuoret kuvaavat liikuntaharrastuksen aloittamista?
2. Miten nuoret kuvaavat omien tai muiden vanhempien roolia harrastuksessa?
3. Mitä nuoret ja vanhemmat keskustelevat harrastuksesta?
4. Miten nuoret kokevat vanhempiensa osallistumisen urheiluharrastuksessa?
5. Miten poikien ja tyttöjen käsitykset eroavat toisistaan?

4 TUTKIMUSMENETELMÄT

4.1 Tutkimuksen luonne

Tutkimuksemme on luonteeltaan kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Laadulliselle tutkimukselle ominaista on, että siinä ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin, vaan sen sijaan pyritään kuvaamaan tai ymmärtämään jotain tiettyä ilmiötä. Laadullisessa tutkimuksessa tiedonantajien valinta voi olla harkinnanvarainen. Laadulliselle tutkimukselle ominaista on myös aineiston keruumenetelmä, hypoteesittomuus ja tutkijalähtöisyys aineiston tulkinnassa. Laadullinen aineisto voidaan kerätä muun muassa haastattelulla, kyselyllä tai havainnoimalla. Tässä tutkimuksessa käyttämämme tiedonkeruu menetelmä ainekirjoitus on harvinaisempi tapa kerätä aineisto. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 76-89.) Tutkimuksemme laadullisuus näkyy aineistonkeruutavassa, aineiston tulkinnassa ja tutkimuksen luotettavuudessa. Pidämme laadullisen tutkimusotteen valintaa hyvänä lähtökohtana työllemme, sillä halusimme kuulla juuri yksilöiden ajatuksia. Aiheemme oli myös sellainen, että siinä oli mahdollista käyttää ei-satunnaisia tiedonantajia. Laadullinen tutkimus antaa tilaa aineistolle, mikä sopii hyvin tarkoitukseemme (Aaltio & Puusa 2011).

Laadullisessa tutkimuksessa on tarkoitus paljastaa odottamattomia seikkoja. Sen vuoksi aineistoa ei ole välttämätöntä tarkastella teorian tai hypoteesien kautta, vaan enemmänkin monitahoisesti ja yksityiskohtaisesti. Tapauksia käsitellään ainutlaatuisina ja aineistoa tulkitaan sen mukaisesti (Hirsjärvi ym. 2009, 155). Tästä seuraa, että laadullinen tutkimus ei välttämättä päädy yleistettävään tietoon, mutta se ei tarkoita, etteikö se voisi olla hyödyllinen ja lisätä ymmärrystä kyseisestä ilmiöstä (Aaltio & Puusa 2011). Tutkimuksemme tarkoituksena oli saada nuorten ääni kuuluviin ja siten tuoda uusia näkökulmia vanhempien rooliin nuorten liikuntaharrastuksessa.

Tutkimusotteemme on fenomenologis-hermeneuttinen. Fenomenologis-hermeneuttista tutkimusta voisi kutsua "paikallistutkimukseksi". Siinä ei ole ideana löytää universaaleja yleistyksiä vaan ymmärtää pienen joukon tai yhden ihmisen merkitysmaailmaa. Fenomenologisessa tutkimusotteessa keskitytään tutkimaan ihmistä ja tämän kokemuksia. (Laine 2015.) Näiden yksilön käsitysten ja kokemusten kautta pyritään pääsemään käsiksi itse ilmiöihin (Huusko & Paloniemi 2006). Ihmisten käsitykset samastakin asiasta voivat olla hyvin

erilaisia riippuen ihmisen taustasta eli esimerkiksi sukupuolesta. Fenomenologian metodina voidaan käyttää esimerkiksi kirjoitettuja tarinoita ihmisten kokemuksista (Metsämuuronen 2006b, 119). Meidän aineistossamme on juuri tästä kysymys.

Hermeneuttisessa tutkimuksessa käydään jatkuvaa keskustelua aineiston ja aikaisemman teorian välillä. Tästä vuoropuhelusta käytetään nimeä hermeneuttinen kehä. Sen avulla pyritään irtautumaan tutkijan subjektiivisuudesta. Tälle kehälle on myös ominaista, että aineiston keruun jälkeen tutkimuskysymyksiä tarkennetaan vielä uudestaan. (Puusa & Juuti 2011.) Näin kävi myös meidän tutkimuksessa. Olimme hahmotelleet alkuperäiset tutkimuskysymykset kirjallisuuskatsauksemme perusteella. Aineiston keräämisen jälkeen tutkimuskysymykset muotoutuivat ainekirjoituksissa käyttämiemme apukysymysten ja omien kiinnostuksen kohteidemme mukaan. Laineen (2015) mukaan hermeneutiikassa tutkitaan ihmisten ilmauksia. Kakkori ja Huttunen (2011) puhuvat hermeneutiikasta tulkitsemisena. Puusa ja Juuti (2011) vielä jatkavat, että hermeneuttisessa filosofiassa tärkeintä on yrittää ymmärtää tutkimisen kohdetta ja eläytyä siihen. Tutkimuksessamme on jossain määrin nähtävissä kaikkia näitä piirteitä. Tutkimme oppilaiden ilmauksia ja yritimme parhaamme mukaan ymmärtää yläkoululaisen ajatusmaailmaa. Voidaankin ajatella, että fenomenologis-hermeneuttisessa tutkimuksessa yritetään nostaa tietoiseksi ja näkyväksi se, minkä tottumus on häivyttänyt huomaamattomaksi ja itsestään selväksi se, mikä on koettu, mutta ei vielä tietoisesti ajateltu (Tuomi & Sarajärvi 2009, 37-39).

4.2 Tutkimuksemme kohderyhmä

Tutkittavat voidaan valita kahdella eri tapaa: satunnaisesti tai ei satunnaisesti (Metsämuuronen 2006, 45). Tutkimuksessamme valitsimme tutkittavat ei-satunnaisesti. Tutkimuksemme onnistumisen kannalta oli olennaista, että kaikilla tutkittavilla oli kokemuksia liikunnan harrastamisesta. Myös tieteellinen käytäntö vaatii, että laadullisessa tutkimuksessa tutkittavat henkilöt tietävät tutkittavasta ilmiöstä tai heillä on kokemuksia siitä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 92). Täten valitsimme kohderyhmäksi liikuntaluokan oppilaat.

Tutkimuksemme kohderyhmän muodostivat erään suomalaisen yläkoulun kahdeksannen luokan oppilaat. Tutkimukseen osallistui yhteensä 26 oppilasta, 13 tyttöä ja 13 poikaa. Laadullisessa tutkimuksessa ei ole tarkasti määritelty tutkittavien tarvittavaa määrää, vaan

tutkittavia on oltava sen verran, kuin on oleellisen tiedon saamiseen tarpeellista (Hirsjärvi ym. 2009, 92). Laadullisen tutkimuksen aineisto on yleensä huomattavasti pienempi kuin määrällisessä tutkimuksessa. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa laatu on tärkeämpää kuin määrä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85).

4.3 Tutkimuksen kulku ja aineiston keruu

Tutkimuksen tekijöistä Aliina oli kirjoittanut kandidaatin tutkielman aiheeseen liittyen. Jo silloin ajatuksena oli, että pro gradu -tutkielmassa tultaisiin tutkimaan vanhempien roolia lasten liikuntaharrastuksessa. Tarkempi aineiston keruutapa selkeytyi pro gradu -seminaareissa. Aineistonkeruumenetelmäksi valitsimme ainekirjoituksen. Sitä voidaan kutsua myös narratiiviseksi aineistoksi tai yksityiseksi dokumentiksi. Narratiivisessa aineistossa tutkittava kertoo näkemyksensä omin sanoin. Narratiivinen tutkimus ei välttämättä pyri yleiseen objektiiviseen tietoon, vaan pyrkimyksenä on henkilökohtainen eli subjektiivinen tieto jostain aiheesta. (Heikkinen 2010.)

Päädyimme ainekirjoitukseen, koska siinä tutkittavilla oli mahdollisuus laajempaan sanalliseen ilmaisuun verrattuna esimerkiksi kyselylomakkeen avoimiin vastauksiin. Ainekirjoitus mahdollisti myös suuremman otannan haastatteluun verrattuna. Lisäksi ainekirjoitus on anonyymimpi tapa kerätä tietoa kuin haastattelu. Anonyymisti vastatessaan oppilaat saattavat avoimemmin ja rohkeammin tuoda esiin asioita, joita eivät haastattelussa kasvotusten toisi. Ainekirjoituksen riskinä on, että tutkijat eivät voi tietää onko aineisto sellainen, josta voi tehdä johtopäätöksiä tai analyysin (Tuomi & Sarajärvi 2009, 89). Pohdimme tätä asiaa ennen aineiston keräämistä ja päädyimme valmistelevaan joitakin apukysymyksiä ainekirjoituksen kirjoittamisen avuksi. Pohdimme sopivia apukysymyksiä yhdessä graduryhmän ja ohjaajamme kanssa, sekä aikaisempiin tutkimuksiin perustuen. Apukysymysten käytöllä pystyisimme varmistamaan, että saisimme edes joitakin vastauksia tutkimustehtävään liittyen. Toivoimme apukysymysten myös monipuolistavan vastauksia. Apukysymysten käyttö oli kuitenkin vapaaehtoista. Leena Valkosen väitöskirjassa (2006) kokeiltiin ainekirjoitusten kirjoittamista apukysymysten kanssa ja ilman. Huomattiin, että mikäli apukysymyksiä ei ollut tarjolla, olivat aineet huomattavasti lyhyempiä ja vastaukset saattoivat olla vain muutaman sanan mittaisia. Tämäkin seikka siis puolsi apukysymysten käyttöä.

Alkukeväästä 2016 otimme yhteyttä useampaan oppilaitokseen, joissa tiesimme olevan liikuntaluokkia. Halusimme toteuttaa aineen kirjoituksen liikuntaluokalle, jotta mahdollisimman monella tutkittavalla olisi omakohtaisia kokemuksia aiheesta. Sopivan luokan löytäminen oli aluksi ongelmallista, sillä osa opettajista, joita lähestyimme sähköpostilla, ei vastannut lainkaan tai vastasi suurella viiveellä. Löydettyämme potentiaalisen yhteistyökumppanin (äidinkielen opettaja) lähestyimme häntä sähköpostiviestillä (Liite 1).

Saimme opettajan kanssa sovittua yhteisen päivämäärän tutkimuksen ajankohdaksi äidinkielen tunnille. Keskustelimme sähköpostitse opettajan kanssa sopivasta ohjeistuksesta. Tutkittavan luokan äidinkielen opettaja kannatti myös apukysymysten käyttöä, jotta aineista ei tulisi liian suppeita. Äidinkielen opettaja lupasi myös itse arvioida aineet, mikä mahdollisesti motivoi oppilaita parempaan kirjoittamiseen. Lisäksi me tutkijat halusimme kiittää oppilaita ostamalla palkinnoksi kaksi elokuvalippua.

Ennen tutkimuksen toteuttamista lähetimme tutkittavien vanhemmille tiedon aineistonkeruun toteuttamisesta. Äidinkielen opettaja välitti viestimme Wilma-portaalin kautta (Liite 2). Vanhemmilla oli tässä vaiheessa mahdollisuus kieltää lapsen osallistuminen tutkimukseen. Kukaan vanhemmista ei ollut meihin tai opettajaan yhteydessä. Ennen aineistonkeruuta lähetimme opettajalle sähköpostitse viimeistellyn ideamme aineistonkeruun ohjeistuksesta. Opettajalla ei ollut siihen korjattavaa, joten 9.5.2016 kävimme keräämässä aineiston. Tutkittavat osallistuivat tutkimukseemme osana koulupäivää. Tutkimuksen toteutus ei vaatinut erikoisjärjestelyjä. Luokahuoneessa opettaja aloitti tunnin, jonka jälkeen me tutkijat esittelimme itsemme ja asiamme. Kerroimme tässä vaiheessa myös elokuvalipuista, jotta saisimme oppilaita kannustettua hieman pidempään ainekirjoitukseen. Opettaja oli alkutunnista paikalla, mutta lähti jo varhaisessa vaiheessa muutaman keskittymisvaikeuksista kärsivän oppilaan kanssa eri tilaan. Heijastimme näytölle ohjeistuksen ainekirjoitukseen (Liite 2). Aineen otsikoksi valitsimme ”Vanhemmat liikuntaharrastuksessani”

Korostimme vielä oppilaille, että apukysymyksiä ei ole pakko käyttää tai niistä voi käyttää vain osaa. Tunnin aikana kiertelimme tarkkailemassa oppilaiden toimintaa ja ylläpitämässä työrauhaa. Annoimme osalle oppilaista tarkentavia ohjeita ainekirjoitukseen liittyen. Ensimmäisellä oppitunnilla tunnelma oli hieman rauhaton, joten päätimme toiselle oppitunnille siirtää pulpetit irti toisistaan työrauhan parantamiseksi. Kun oppilaat olivat saaneet aineensa

kirjoitettua, opettaja ohjeisti heidät muiden tehtävien pariin. Oppitunnin loppuun kiitimme oppilaita aineista ja arvoimme elokuva-aiheet. Opettaja arvioi aineet ensin, jonka jälkeen me saimme aineiston käyttöömmme.

4.4 Aineiston analyysi ja tulkinta

Analysoimme aineistoa sisällönanalyysilla. Se on menetelmä, jota voi käyttää kaikissa laadullisen tutkimuksen perinteissä. Se on objektiivinen ja systemaattinen tapa analysoida aineistoa. Sisällönanalyysilla saadaan tutkittavasta ilmiöstä tiivistetty ja yleinen muoto. Aineistosta määritellään luokkia ja katsotaan kuinka monta kertaa ne esiintyvät aineistossa. Tämän jälkeen aineisto teemoitellaan. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 92.) Sisällönanalyysia voidaan toteuttaa aineistolähtöisesti, teoriaohjaavasti tai teorialähtöisesti (Eskola 2010). Tässä tutkimuksessa lähestyimme aineistoamme aineistolähtöisesti.

“Tutkijoiden on tunnettava aineistonsa perinpohjaisesti” sanovat Eskola ja Suoranta (2008, 151). Aloitimme aineistoon tutustumisen ensin lukemalla kaikki aineet läpi useaan otteeseen saadaksemme aineistosta ensivaikutelman. Tämän jälkeen kokoonnuimme graduohjaajamme kanssa keskustellaksemme aineiston sisällöistä ja jatkotoimenpiteistä. Tuomen ja Sarajärven (2009, 108) ohjeiden pohjalta lähdimme ensin pelkistämään aineistoa ja tämän jälkeen ryhmittelemään sitä. Tutkimusaineistosta on ensin tärkeää poistaa epäoleellinen tieto ja keskittyä tutkimusongelman kannalta merkittävään aineistoon (Vilka 2005, 140). Jätimme vähemmälle huomiolle asioita, jotka eivät olleet merkittäviä tutkimuskysymystemme kannalta, esimerkiksi lauseet, joissa kerrottiin harrastuksesta tai sen sisällöstä. Kokosimme tutkimuskysymysten kannalta oleelliset asiat erilliseen Word-tiedostoon apukysymysten alle. Tekstiä tuli lähes 20 sivua. Tuomen ja Sarajärven (2009, 101) mukaan aineisto pelkistetään eli lauseet tiivistetään lyhyiksi ilmaisuiksi. Alla oleva kuvio 1 kertoo, miten olemme pelkistäneet alkuperäisilmauksia.

Alkuperäisilmaus	Pelkistetty ilmaus
<i>“Aloitin 9-vuotiaana jääkiekon menemällä reeneihin. Aloitin koska jääkiekko vaikutti kiinnostavalta”</i>	Harrastus syntyi omasta kiinnostuksesta
<i>“Vanhempani tukevat minua harrastuksessani kaikella mahdollisella tavalla. Heidän roolinsa on tärkeä kasvaessani urheilijaksi.”</i>	Vanhempien rooli on tärkeä liikuntaharrastuksessa
<i>“Hän (äiti) myös myi aina töissä tuotteita, joita meillä oli myytävänä joukkueen hyväksi kerätäksemme rahaa esimerkiksi uusiin pukuihin tai välineisiin. Lähtiessäni kisamatkalle esim. Turkuun äitini hoiti majoituspaikan joukkueellemme, koska hän työskenteli silloin hotellialalla”</i>	Äiti ollut aktiivisesti mukana talkootyössä
<i>“Muiden vanhemmat ovat kannustavia ja tsemppaavia. Se tuntuu ihan mukavalta“</i>	Kokemukset muista vanhemmista positiivisia

KUVIO 1. Esimerkki alkuperäisilmausten pelkistämisestä

Koska suurin osa tutkittavista oli vastannut antamiimme apukysymyksiin, päätimme analysoida aineistoa niiden pohjalta. Luokittelimme aineistoa sekä yhdessä että erikseen, jotta saisimme varmasti kaiken oleellisen poimittua. Tätä vaihetta voi kutsua myös teemoitteluksi (Puusa & Juuti 2011). Tutkimuskysymysten ja aineiston pohjalta muodostimme yhteensä kuusi pääluokkaa. Muodostimme yhden uuden pääluokan (vanhempien rooli harrastuksessa) oppilaiden vastausten perusteella. Jokaisen pääluokan alle tuli useampi yläluokka ja aiheista, joista oppilaat kirjoittivat eniten tuli myös alaluokkia. Kuvio 2 osoittaa miten pelkistyksistä on muodostettu luokkia vanhempien roolista liikuntaharrastuksessa.

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka
Vanhemmat auttavat ravinnon kanssa	ruoka/lepo/pyykkien pesu	Käytännön asiat
Vanhempien kyydillä harrastukseen	Kuljetus	Käytännön asiat
Vanhemmat maksavat harrastuksesta lähes kaiken	Maksaminen	Käytännön asiat
Vanhemmat hoitavat lääkärin/fysioterapeutin ja maksavat kulut	Fysioterapia/lääkäri	Käytännön asiat

KUVIO 2. Esimerkki pelkistettyjen ilmausten siirtämisestä luokkiin

Luokiteltuamme aineistoa seuraava toimenpide oli määrällistää aineisto, eli laskea kysymysten alle tulleet vastausmäärät. Erottelimme taulukkoon erikseen tyttöjen (T) ja poikien (P) vastaukset. Taulukointi ja tapausten laskeminen osoittavat, että aineistoa käytetään systemaattisesti, eikä pelkästään intuitiivisesti (Alasuutari, 2011, 193). Tällä tavoin saimme selkeän kuvan siitä, mitkä asiat nousivat aineistossamme esiin. Vastausmäärät eri alaluokkiin vaihtelivat 2-18 maininnan välillä. Määrällisesti oppilaat kirjoittivat eniten vanhempien roolista harrastuksessa, sillä sen kaikkiin alaluokkiin tuli runsaasti mainintoja. Kuvio 3 osoittaa miten olemme määrällistäneet aineistoa yhden pääluokan osalta.

Vanhempien rooli harrastuksessa apukysymys 2
TALKOOTYÖ
joukkueenjohtaja, huoltaja: P6, P10, T2, P1
valmentajana: T13, P12, P3
osallistuminen talkoisiin: T13, P9, P7, P5, T11, T10, P2, T11
TUKI
vanhempien rooli on tärkeä/iso: P12, P13, T13, T11, T3, T2, P2, T7, T8

vanhemmat tukena: P8, T1, T5, T7, P13, T11, P2, P3, T6
vanhemmat eivät tukena (jossain harrastuksen vaiheessa): T12, T10
KÄYTÄNNÖN ASIAT
maksaminen: P12, P13, P9, P8, P7, P5, P10, P11, T10, T2, T3, P2, T4, T5, T6, T7, T9, T8
kuljettaminen: P12, P13, P8, P7, P5, P10, P6, P11, T2, P2, P3, T4, T13, P1, T8
ruoka/lepo/pyykkien pesu: P12, P8, P11, P2, P3, T6, T8
hoitaa ja maksaa lääkäri ja fyssari: P6, T6, T9
vapaa-ajalla harrastuksen parissa: P12, P6, T1

KUVIO 3. Esimerkki aineiston määrällistämisestä

Analyysimme ja tulkintojemme pohjalta muodostui kuusi pääluokkaa. Ne muodostuivat käytettyjen apukysymysten avulla. Liikuntaharrastuksen aloittaminen ja siihen vaikuttaneet tekijät nousivat esiin ainekirjoituksen alussa ja kirjoituksista oli erotettavissa kolme luokkaa. Vanhempien rooli harjoitus/kilpailutilanteessa-luokassa oppilaat kertoivat minkä verran vanhemmat seuraavat harrastusta. Oppilaat kirjoittivat ainekirjoituksissaan eniten vanhemman roolista harrastuksessaan. Oppilaat kirjoittivat erilaisista tehtävistä, joita heidän vanhempansa hoitivat. Muiden vanhempien roolista oppilaat kirjoittivat niukasti. Vanhempien kanssa keskustelu tapahtui joko harrastukseen tai käytännön asioihin liittyen. Lisäksi kirjoitettiin siitä, mitä mieltä oltiin vanhempien mukanaolosta. Kuviossa 4 on esitetty tutkimuksemme tulosten teemat.

Liikuntaharrastuksen aloittaminen	Oma kiinnostus
	Vanhemmat
	Kaverit/sisarukset
Vanhempien rooli harjoitus/kilpailutilanteessa	Seuraa harrastusta
	Ei seuraa harrastusta
	Kannustaa

Vanhempien rooli harrastuksessa	Käytännön asiat
	Tukeminen
	Talkootyö
Muiden vanhempien rooli harrastuksessa	Samanlainen rooli
	Negatiiviset tai positiiviset kokemukset
Keskustelu vanhempien kanssa	Harrastukseen liittyvät asiat
	Käytännön asiat
Vanhempien mukanaolo	Mukanaolon määrä
	Mukanaolon tärkeys
	Mukanaolon haitat

KUVIO 4. Tutkimuksemme tulosten teemat

4.5 Tutkimuksen eettisyys

Jokaisessa tutkimuksessa on omat eettiset ongelmansa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 69). Tässä osiossa olemme paneutuneet niihin eettisiin ongelmiin, jotka ovat työmme kannalta keskeisiä. Olemme noudattaneet tutkimuksessamme parhaamme mukaan hyviä tutkimuseettisiä käytäntöjä. Olemme pyrkineet huolellisuuteen, tarkkuuteen ja rehellisyyteen. Tuomen ja Sarajärven (2009, 132-133) mukaan tärkeää on asianmukainen viittaaminen aikaisempiin tutkimuksiin ja huolellinen raportointi. Olemme tehneet lähdeviittaukset asiaankuuluvasti ja yrittäneet raportoida jokaisen vaiheen tarkasti työhömmä. Tutkimukseen kuuluu, että siihen osallistuvilla on tieto tutkimuksen tavoitteista, menetelmistä ja mahdollisista riskeistä. Tutkittavat saavat missä tahansa vaiheessa kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 126.) Ennen ainekirjoituksen toteuttamista kerroimme oppilaille, että heidän kirjoittamansa ainekirjoitukset ovat tulossa tutkimuskäyttöön. Tutkimukseen ei liittynyt fyysisiä riskejä. Jos joku olisi halunnut keskeyttää ainekirjoituksen, olisimme olleet velvoitettuja sallimaan tämän. Näin ei kuitenkaan käynyt. Myös vanhemmille informoitiin

tutkimuksen toteuttamisesta ja sen sisällöstä, jolloin he olisivat halutessaan voineet kieltää lastaan osallistumasta tutkimukseen.

Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että tutkittavia ei pysty tunnistamaan tutkimuksesta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 131.) Omalta osaltamme huolehdimme tästä niin, että työssämme emme kerro tutkittavien nimiä tai koulua, jossa aineistonkeruu toteutettiin. Teimme tämän selväksi myös tutkimukseen osallistuneille oppilaille. Aineiston analysoinnin kannalta oli kuitenkin tärkeää, että pidimme tiedossa tutkittavien sukupuolen, sillä se liittyi yhteen tutkimuskysymykseemme. Tutkimuksen selkeyden kannalta halusimme pitää esillä tutkittavien harrastukset. Jotta tutkittavien identiteetti ei paljastu tutkimuksen jälkeenkään, tullaan aineisto hävittämään tutkielman julkaisemisen jälkeen.

4.6 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuuden tarkastelu on oleellinen osa hyvää tutkimusta. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija joutuu tekemään isoja päätöksiä. Tutkija itse päättää, mitä tutkitaan, ketä tutkitaan, mitä kysytään, mitä ei kysytä ja miten aineisto analysoidaan. Myös aineiston tulkinta on tutkijan vastuulla. Tästä johtuen luotettavuuskysymys on otettava huomioon jo tutkimuksen suunnitteluvaiheessa, eikä pelkästään lopussa tutkimusta arvioitaessa. (Metsämuuronen 2006b, 25.) On lähes mahdotonta saavuttaa objektiivinen luotettavuus laadullisessa tutkimuksessa, sillä luotettavuus on tutkijan arvioinnin ja näytön varassa. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa edellytyksenä on riittävä dokumentaatio. Myös omien valintojen ja ratkaisujen perustelut tulee olla näkyvillä. (Kananen 2014, 145-154). Hirsjärven ym. (2009, 217) mukaan luotettavuus lisääntyy, kun tutkimuksen kaikista vaiheista raportoidaan tarkasti. Hyvään laadulliseen tutkimukseen kuuluu lisäksi omien valintojen arvioivaa tarkastelua (Aaltio & Puusa 2011). Olemme pyrkineet tuomaan tätä näkökulmaa esiin tässä kappaleessa, jossa arvioimme tutkimuksemme luotettavuutta.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkija on isossa roolissa tutkimuksen luotettavuudesta ja objektiivisuudesta puhuttaessa. Tutkija on luonut tutkimusasetelman ja hän sitä myös tulkitsee. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 136.) Tutkijoina pyrimme ottamaan tämän huomioon tutkimuksemme jokaisessa vaiheessa. Aineiston keruun yhteydessä esittelimme aiheemme mahdollisimman neutraalisti ja auttaessamme oppilaita tunnin aikana yritimme olla

johdattelematta heitä mihinkään suuntaan vastauksissa. Tutkimusaineistoa käsitelimme ilman ennakko-odotuksia ja pyrimme ottamaan huomioon kaiken, mitä aineistosta ilmeni. Pyrimme lukemaan oppilaiden ainekirjoituksia heidän omina sanoina, sekoittamatta omia ajatuksiamme ja arvojamme sekaan. Täten pyrimme tekemään analysointia mahdollisimman objektiivisesti. Laadullisessa tutkimuksessa on myös tärkeä pohtia, miten syvällisesti haastattelua voidaan analysoida ja millaisia tulkintoja tutkittavien sanomisista voi tehdä. (Kvale & Brinkmann 2009, 63). Vaikka emme tehneetkään haastattelua, koski sama asia mielestämme myös meidän aineistoa. Koimme tämän asian haastavaksi, sillä riskinä oli, että tutkijoina alamme dramatisoida etenkin arkaluontoisia tai negatiivisia asioita.

Tämän tutkimuksen aineisto koostui ainekirjoituksista. Luotimme siihen, että yläkoululaiset kykenevät ilmaisemaan itseään kirjallisesti. Suurin osa aineista oli kirjoitettu ajatuksella, mutta osassa pohdinta jäi pintapuoliseksi. Pystyimme kuitenkin hyödyntämään analyysissämme myös näitä lyhyitä aineita. Haastattelu olisi mahdollistanut tällaisissa tilanteissa asioiden syvemmän pohdinnan, sillä haastatteliija olisi voinut esittää tarkempia apukysymyksiä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 139 - 140). Toisaalta, kun oppilaat saivat kirjoittaa nimettömänä, ovat he voineet kirjoittaa asioita, joita ei olisi haastattelussa kasvotusten uskallettu kertoa (Valkonen 2006). Luotettavuutta lisäsi se, että paikalla ollessamme pystyimme tarkentamaan kysymyksiä ja auttamaan jos kysymykset tai aihe tuntuivat epäselviltä. Ainekirjoituksen etuna pidämme myös sitä, että saimme kattavamman aineiston haastatteluun verrattuna. Kirjallista materiaalia syntyi 26 nuoren näkökulmasta. Suuremmalla otannalla poikien ja tyttöjen väliset erot tai eri lajeja harrastavien nuorten erot olisivat voineet nousta selvemmin esiin. Toki joitakin eroja huomasimme jo nyt. Aineistoa analysoidessa huomasimme, että aineisto alkoi tietyllä tapaa toistaa itseään eli samoja asioita nousi usein esille. Tätä ilmiötä kutsutaan saturaatioksi (Aaltio & Puusa 2011).

Kirjoitustilanteeseen on voinut vaikuttaa se, että luokkahuone on puolijulkinen tila, jossa oppilaat istuvat lähekkäin. Luokassa saattaa esiintyä kurkkimista ja häirintää (Aaltonen 2001). Huomasimme tämän, kun olimme keräämässä aineistoa. Alussa oppilaat istuivat vierekkäin ja vaikutti siltä, että osa kirjoitti aineita yhdessä, vaikka tarkoitus oli, että jokainen kirjoittaa oman aineen. Joissakin aineissa olikin huomattavissa hyvin samankaltaisia aloituksia. Emme kuitenkaan osaa sanoa johtuuko tämä siitä, että ainetta on aloitettu yhdessä vai sattumasta. Tästä pienestä levottomuudesta johtuen päätimme lyhyen tauon aikana siirtää pulpetteja hieman

erilleen, jotta saisimme luokkaan paremman työrauhan ja varmistaaksemme, että jokainen kirjoittaa oman aineen. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta oli tärkeää, että olimme itse paikalla keräämässä ainekirjoituksia, sillä pystyimme puuttumaan työrauhaongelmiin ja ohjeistamaan tarvittaessa lisää. Laadullista tutkimusta tehdessä on myös otettava huomioon lähdekritiikki. Voidaanko olettaa, että tutkittavat puhuvat totta? (Alasuutari 2011, 95). Vaikka oppilasta pyydetään kirjoittamaan vapaasti ja virheitä miettimättä, on hänellä silti tarve yrittää vastata oikein ja miellyttävästi (Anttila 2001). Korostimme sekä suullisesti että kirjallisesti, että ei ole oikeita tai vääriä vastauksia. Kuitenkin tämä seikka on otettava huomioon tutkimuksessamme, sillä emme voi varmaksi tietää kirjoittivatko oppilaat omista käsityksistään vai käsityksistä, joiden ajattelivat olevan oikeita.

Apukysymysten käyttö vaikutti paljon aineiden sisältöön. Suurin osa oppilaista oli kirjoittanut niiden pohjalta. Näiden kysymysten avulla saimme oppilailta monipuolisia vastauksia. Ilman apukysymyksiä aineissa olisi voitu käsitellä hyvinkin eri asioita, mikä olisi toisaalta ollut mielenkiintoista. Oppilailla oli kuitenkin mahdollisuus jättää apukysymykset käyttämättä. Useat käytännön seikat sekä esimerkiksi Valkosen (2004) kokemus apukysymysten käytöstä puolsivat niiden käyttöä. Suoritimme aineistonkeruun koulutunnin aikana, ja täten pystyimme varmistamaan, että saamme kaikilta oppilailta edes jonkinlaisen vastauksen. Vaikka olimme varanneet ainekirjoitukselle kaksoistunnin, tuli osalla silti kiire.

Myös Vilka (2005, 159-160) korostaa, miten laadullinen tutkimus on aina ainutkertainen ja sitä on hankala sellaisenaan toistaa. Tutkimuskohteena olleet nuoret kertoivat vain omia ajatuksiaan ja täten esimerkiksi samansuuntaisessa tutkimuksessa eri otannalla voitaisiin saada hyvinkin erilaisia tuloksia. Laadulliselle tutkimukselle onkin ominaista, ettei siitä välttämättä saada yleistettävää tietoa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 76-89). Kuitenkin uskoaksemme samalla aineistolla ja samanlaisella analyysillä kuka tahansa muukin tutkija saisi samantyyllisen tuloksen.

5 TULOKSET

Tutkimuksemme tavoitteena oli selvittää kahdeksasluokkalaisten liikuntaluokkalaisten ajatuksia vanhempien roolista heidän liikuntaharrastuksessaan. Lisäksi tavoitteena oli saada tietoa harrastuksen aloittamisesta, vanhempien kiinnostuksesta nuorten urheiluharrastusta kohtaan sekä siitä, miten nuoret kokevat vanhempien osallistumisen liikuntaharrastukseensa. Oppilaat kertoivat ajatuksiaan aiheesta ainekirjoituksessa, joka oli otsikoitu “vanhemmat liikuntaharrastuksessani”. Oppilaat saivat käyttää apuna tutkijoiden tekemiä apukysymyksiä. Apukysymysten käyttö oli vapaaehtoista. Tutkimusote oli laadullinen ja aineisto kerättiin koulupäivän aikana. Jokaisessa aineessa oli tutkimuksemme kannalta arvokasta tietoa emmekä joutuneet hylkäämään yhtään kirjoitusta. Tyttöjen vastauksissa oli hieman enemmän syvällisyyttä, kun taas poikien vastaukset jäivät usein luettelomaisiksi. Alla esittelemme tutkimusaineistosta esille nousseita ajatuksia nuorten itsensä kuvaamina. Tekstin elävöittämiseksi olemme käyttäneet paljon sitaatteja, sillä mielestämme ne kertovat asiat parhaiten nuorten omalla äänellä. Hirsjärven ym. (2009, 232-233) mukaan autenttisten dokumenttien eli esimerkiksi sitaattien käyttö elävöittää tekstiä ja helpottaa lukijaa.

5.1 Liikuntaharrastuksen aloittaminen

Ensimmäisessä apukysymyksessä tutkittavia pyydettiin kertomaan harrastuksen aloittamisesta. Kysymys oli muotoiltu: “Kerro miten aloitit liikuntaharrastuksesi ja miksi.” Suurin osa tutkittavista vastasi tähän kysymykseen (24/26). Luokittelimme vastaukset kolmeen luokkaan: omasta tahdostaan harrastuksen aloittaneet, vanhempien kannustamana aloittaneet ja sisarusten tai kavereiden innostamana aloittaneet. Osa mainitsi tekijöitä olevan useampia.

“Aloitin jääkiekon kuuden vuoden ikäisenä omasta vapaasta tahdosta”

Tutkittavista 14 kertoi, että heidän harrastuksensa oli alkanut omasta kiinnostuksesta. Tämä luokka sai eniten mainintoja. Suurin osa tämän asian maininneista oli poikia (11) eli 85 % pojista. Tyttöjen vastaava osuus oli kolme eli 23 % tytöistä. Tässä osiossa oli selkeä ero tyttöjen ja poikien välillä. Oman kiinnostuksen vaikutus harrastuksen aloittamiseen on huomattava siihen verrattuna, että monissa tutkimuksissa (Rautava 2004; Hietanen & Kauppila 2007;

Lehmuskallio 2011) lapsen omaa kiinnostusta harrastuksen aloittamisessa ei ole otettu huomioon tai pidetty merkittävänä. Tutkimusaineistosta nousi esiin, että tavallisin peruste harrastuksen aloittamiselle oli tietyn lajin kiinnostavuus. Asiaa kuvailtiin esimerkiksi näin:

“Aloitin 9-vuotiaana jääkiekon menemällä reeneihin. Aloitin koska jääkiekko vaikutti kiinnostavalta.” Poika 5

“Aloitin jalkapallon, koska olen pelannut sitä pienestä asti koko ajan ja jalkapallo on minulle tärkeää. Aloitin pelaamisen seurassa vasta 9-vuotiaana, mutta sitä ennen pelasin pihalla kaverieni kanssa.” Poika 3

Osa tutkittavista kertoi, että ennen virallista harrastuksen aloittamista he olivat pelailleet paljon pihapelejä. Eräs tutkittava toi puolestaan esille, että aloitti tietyn harrastuksen, koska mikään muukaan ei kiinnostanut. Muutamista poikien vastauksista (otsikko) nousi esiin uhmakkuutta, jossa korostettiin selvästi, että liikuntaharrastus oli aloitettu vain ja ainoastaan omasta tahdosta.

“Aloitin jääkiekon luultavasti noin 5-6 vuotiaana Keuruun jääkiekkoseurasta omasta vapaasta tahdostani enkä kenenkään muun painostuksesta.” Poika 11

Pasi Rautavan pro gradu -tutkielman (2003) kyselytutkimuksessa lapsen oma kiinnostus harrastuksen aloittamisessa ei noussut merkittävänä esiin. On kuitenkin huomioitava, että hänen tutkimuksessaan vastaajina olivat vanhemmat.

“Harrastukseni on telinevoimistelu. Aloitin sen 4-vuotiaana, koska äitini ehdotti harrastusta minulle ja kiinnostuin heti”

Vanhempien rooli harrastuksen aloittamisessa mainittiin 11 kertaa. Vastanneiden tyttöjen ja poikien määrässä ei ollut mainittavaa eroa. Konttisen ja Aarresolan (2012) tutkimuksessa yli 50 % nuorista kertoi, että harrastuksen aloitushetkellä vanhemmilla oli ollut suuri vaikutus kiinnostukseen lajia kohtaan. Suurin osa niistä, jotka mainitsivat vanhempiansa vaikuttaneen liikuntaharrastuksensa syntyyn, kertoivat vanhempien vieneen heidät tietyn lajin pariin.

“Aloitin harrastukseni kai 6-vuotiaana, kun äitini vei minut jumppakouluun, kotimme läheiselle koululle.” Tyttö 5

“3-vuotiaana vanhemmat veivät minut yleisurheilukerhoon, jota harrastan edelleen.” Tyttö 12

Ylläolevat tutkittavat oli viety harrastuksen pariin alle kouluikäisenä ja myös muut tutkittavat mainitsivat olleensa neljä- tai viisivuotiaita vanhempien viedessä heidät harrastukseen. Konttisen ja Aarresolan tutkimuksessa (2012) todettiin, että mitä nuorempana harrastus aloitetaan, sitä varmemmin vanhemmat ovat siihen vaikuttamassa. Tämä käy ilmi myös meidän tutkimuksesta. Myös Baxter-Jones & Maffulin (2003) sekä Coten (1999) tutkimuksissa vanhemmat olivat merkittävässä roolissa herättämään lapsen kiinnostuksen jostakin urheilulajista.

Vaikka monissa vastauksissa tutkittavat kertoivat juuri vanhempien vieneen heidät jonkun lajin pariin, emme voi tietää ovatko vanhemmat vieneet heidät juuri tähän tiettyyn lajin lapsen omasta kiinnostuksesta johtuen vai onko lajivalinta ollut vanhemman päättämä. Eräissä aineissa tuli esiin, että vanhempi oli ehdottanut lajia lapselle ja tämän seurauksena hän oli kiinnostunut siitä ja alkanut harrastaa. Tässä tapauksessa lajivalinta oli tullut vanhemmalta. Baxter-Jones ja Maffulin (2003) mukaan vanhemmat toimivat usein alullepanevana voimana organisoituun urheiluharrastukseen kiinnityttäessä.

Eräs tutkittava kertoi, että hänelle tuli mahdollisuus harrastaa, kun vanhemmilta vapautui aikaa kuljettaa häntä harrastukseen. Takalon (2004) tutkimuksessa nousi esiin, että aloittaakseen harrastuksen lapselle voi olla jopa välttämätöntä saada tukea vanhemmiltaan asiaan. Kuten yllä olevasta esimerkistä huomaa, lapset voivat olla riippuvaisia vanhempien panostuksesta harrastukseen. Äiti tai isä on yleensä se, joka ottaa selvää siitä, missä seurassa lapsen ehdottamaa lajia voi harrastaa. Kolmesta vastauksesta puolestaan nousi esiin, että harrastuksen aloittamisen syynä oli toisen vanhemman esimerkki, mikä on hyvin yleistä lähdekirjallisuuden mukaan. Esimerkiksi Rautavan tutkimuksessa (2003) sekä Aarresolan ja Konttisen (2012) tutkimuksessa huomattiin, että vanhemman kilpaurheilutausta oli selvästi yhteydessä siihen, että jälkikasvukin harrasti kilpaurheilua.

“Innostuin aloittamaan isän kannustamana, sillä hän on pelannut ammatikseen jalkapalloa.”

Tyttö 13

“Halusin olla samanlainen kuin isäni, joka pelasi myös nuorena pesäpalloa.” Poika 13

“Kummatkin vanhempani varsinkin isä ovat tosi urheilullisia ja kaikkien lapsien urheilussa mukana. Iskä oli nuorempana yleisurheilija ja tekee tälläkin hetkellä työtä yleisurheilun parissa, joten meillä kaikki lapset harrastaa yleisurheilua.” Tyttö 12

On yleinen oletus, että aktiivisilla vanhemmilla on aktiivisia lapsia. Tutkimusten mukaan kuitenkin aihetta koskevat tutkimukset ovat ristiriitaisia. Joissakin tutkimuksissa vanhempien omalla fyysisellä aktiivisuudella on ollut vaikutusta lasten fyysiseen aktiivisuuteen ja toisissa taas ei (Biddle 2011; Trost & Loprinzi 2011). Yaon & Rhodesin tutkimuksessa (2015) löydettiin pieni yhteys vanhempien fyysisen aktiivisuuden ja lasten fyysisen aktiivisuuden välillä. Rautavan tutkimuksessa (2003) vanhempien aikaisempi fyysinen aktiivisuus vaikutti lasten fyysiseen aktiivisuuteen enemmän kuin aikuisten sen hetkinen fyysinen aktiivisuus. Tutkimuksessamme esiintyi molempia ilmiöitä. Kuten ylläolevista sitaateista huomaa, osalle nuorista vanhemman aikaisempi fyysinen aktiivisuus on ollut inspiroimassa lasta harrastuksen pariin, eikä välttämättä niinkään sen hetkinen aktiivisuus. Aineistosta löytyi myös tarina, jossa omaa liikunnallisuutta peilattiin vanhempien nykyiseen fyysiseen aktiivisuuteen.

“Vanhempani ovat itsekin todella urheilullisia ja tykkäävät liikkua paljon, joten minustakin tuli luonnollisesti todella urheilullinen nuori” Poika 2

Vanhemmat saattavat ehdottaa lapsilleen esimerkiksi omia lempiharrastuksiaan. Tutkimusten mukaan vanhemmat ovat usein kiinnostuneempia niistä lajeista joita ovat itse harrastaneet (Takalo 2004). Tutkimuksessamme eräs nuori kertoi, miten vanhemmat yrittävät houkutella häntä omien harrastusten pariin.

“Vaikka vanhempani tykkäävät harrastuksestani, se olisi heidän mielestään hienoa jos kokeilisin heidän lajeja golfia ja triathlonia. Olenkin kokeillut molempia mutta kumpikaan ei sytytä niin paljon kuin telinevoimistelu.” Tyttö 1

“Ala-asteella kaksi luokkalaistani olivat harrastaneet voimistelua jo pitkään, ja saivat minut innostumaan”

Tutkimuksessamme kaverit-luokkaan tuli kolme mainintaa (1P/2T). Sen sijaan esimerkiksi Lehmuskallion tutkimuksen (2011) mukaan kavereilla vaikuttaisi olevan eniten vaikutusvaltaa liikuntaharrastukseen. Myös Rautavan (2003) sekä Takalon (2004) tutkimuksissa todettiin kavereiden olevan usein se tekijä, joka vaikuttaa harrastuksen syntyyn. Bergin (2015) mukaan lapset aloittavat harrastuksensa usein kaverin houkuttelemana. Tutkimuksessamme oli kaksi nuorta, jotka olivat aloittaneet harrastuksen kavereiden innostamana. Toiselle kaverit toimivat esikuvana ja toista tutkittavaa kaverit olivat pyytäneet mukaan harrastukseen.

“Pelaan jalkapalloa. Aloitin sen 5-vuotiaana, koska kaverini pyysi minua mukaan kortteliliigaan. Siitä se sitten lähti” Tyttö 5

Tutkimuksessamme vain yksi tutkittava mainitsi aloittaneensa liikuntaharrastuksen sisaruksen innoittamana:

“Aloitin jääkiekon 5-vuotiaana koska veljeni harrasti sitä” Poika 7

Takalon (2004; 2016) tutkimuksissa huomattiin, että juuri isosisaruksilla oli usein merkittävä vaikutus lapsen liikuntaharrastukseen, minkä voi todeta meidän tutkimuksesta vain yhdestä vastauksesta. Tutkimustuloksemme kanssa samansuuntaisesti myös Hietasen ja Kauppilan pro gradu -tutkielmassa (2007) todettiin sisaruksilla olevan vain vähäinen vaikutus liikuntaharrastuksen aloittaessa. Heidän tutkimuksessaan sisarukset olivat vaikuttaneet vain jonkin verran tai eivät lainkaan harrastuksen aloittamiseen.

Eräs tutkittava kertoi hieman tarkemmin harrastuksen aloittamisen syistä, josta nousi monta mielenkiintoista asiaa esiin. Hän mainitsi käyneensä katsomassa kyseisen lajin pelejä ja myös pelanneensa lajia koulussa. Tämän perusteella on muistettava, että kilpaurheilulla ja koululiikunnalla voi olla myös tärkeä rooli harrastusvalintaa tehtäessä. Lisäksi poika toi esiin, että edellisen harrastuksen loppuessa, oli pakko alkaa harrastaa jotain muuta. Myös edullisuus oli yksi syistä, minkä takia kyseinen laji kiinnosti.

5.2 Vanhempien rooli harjoitus- tai kilpailutilanteessa

Toinen apukysymyksemme oli muotoiltu seuraavasti: Kuvaa vanhempiesi roolia (=mitä he tekevät siellä) harjoitus/peli/kisatilanteessa? Suurin osa tutkittavista kertoi konkreettisesti, ovatko vanhemmat seuraamassa harjoituksia tai kilpailuja, mutta esille nousi myös, miten vanhemmat käyttäytyivät seuratessaan lapsensa harrastusta. Luokittelimme tämän osion vastaukset kolmeen osaan: vanhemmat seuraavat harrastusta, vanhemmat eivät aktiivisesti seuraa harrastusta ja vanhemmat kannustavat. Vanhemmilla voidaan tässä tapauksessa viitata joko molempiin vanhempiin tai vain yhteen vanhempaan. Yli 70 % tutkittavien vanhemmista seurasi lapsen harrastusta jollain tasolla (19/26). LIITU-tutkimuksessa (2016) lähes puolet 15-vuotiaiden vanhemmista seurasi lapsensa liikuntaharrastusta. Tutkimuksessamme vain yksi tutkittava mainitsi, että vanhemmat eivät juuri seuraa hänen harrastustaan. Tämä tulos poikkesi Rautavan (2003) pro gradu-tutkielmasta, jossa reilu neljännes (28%) ei käynyt lainkaan seuraamassa lastensa liikuntaharrastusta paikan päällä.

“Harrastaessani voimistelua, äitini teki kisa-aamuina minulle nutturin ja lähti yleensä aina mukaan kisoihin katsomaan ja kannustamaan”

Suurin luokka muodostui vastauksista, jotka kertoivat vanhempien seuraavan kilpailuja, mutta ei lajin harjoituksia. Näin vastasi seitsemän poikaa ja kuusi tyttöä eli yhteensä 13 tutkittavaa. Kaksi tutkittavaa mainitsi, että vanhemmat seuraavat sekä kilpailuja että harjoituksia. Suurimmaksi osaksi tutkittaviemme vanhemmat olivat innokkaita penkkiurheilijoita.

“Vanhemmat ovat todella hyvin mukana harrastuksessani. He jopa joskus tulevat katsomaan pelejä yli 200 km päähän” Poika 7

“He tykkäävät todella paljon katsoa pelejäni ja ovat aina katsoneet niistä kaikki, jotka ovat kyenneet ja ehtineet” Poika 2

Tavallisinta oli, että kotipelejä käytiin seuraamassa jonkin verran. Kaikki tutkittavat eivät kokeneet tärkeänä, että vanhemmat seuraisivat pelejä tai harjoituksia. Yksi tutkittavista kertoi, että keskittyminen on parempaa, kun vanhemmat eivät seuraa harjoituksia. Vain yksi tutkittava toi esille, että vanhemmat eivät juurikaan seuraa hänen harrastustaan, vaan enemmän muiden

sisarusten harrastamista. Tutkittava suhtautui asiaan kuitenkin ymmärtäväisesti ja totesi, että ei tarvitse niin paljon tukea harrastuksessaan.

“Tietysti myös kannustavat”

Apukysymys sai nuoret kertomaan myös siitä, mitä vanhemmat tekevät seuratussaan harjoituksia tai kilpailuja. Kuusi tyttöä ja yksi poika kertoi vanhempien kannustavan heitä harjoitus- tai kilpailutilanteessa. Kannustaminen koettiin pääsääntöisesti neutraalina tai positiivisena ja joillekin nämä kokemukset olivat merkityksellisiä:

“Näen että heitä kiinnostaa harrastukseni ja he haluavat olla siinä mukana niin paljon kuin pystyvät, koska tulevat katsomaan kilpailuita, näytöksiä yms.” Tyttö 5

“Yksi kiva harrastukseeni liittyvä muisto oli vuosi sitten kisatut voimistelun SM-kilpailut. Äitini lähti tälle kilpailureissulle mukaan. Menimme sinne samalla bussilla ja yövyimme samassa hotellissa. Kisasuorituksessa ja myös sitä ennen äitini kannusti ja tsemppasi minua. Reissu oli kiva, ja myös yksi kiva asia reissussa oli se, kun samaan aikaan oli äitienpäivä.” Tyttö 7

Eräs tutkittavista otti kantaa siihen, miten vanhempien kuuluu käyttäytyä kilpailutilanteessa. Omien vanhempiensa käyttäytymiseen hän oli tyytyväinen.

“Peleissä vanhempieni tehtävä on katsoa peli, sekä vähän kannustaa, mutta ei valittaa tuomarille tai haukkua vastustajan joukkuetta. Siinä vanhempani ovat onnistuneet. Kun he silloin tällöin ovat katsomossa, he istuvat siellä katsomossa valittamatta, valitus kuuluu jälkipeleihin.” Poika 3

Takalon tutkimuksessa (2004) vanhempien asiaton käyttäytyminen kilpailutilanteessa sai lapset toivomaan, että vanhemmat eivät edes tulisi seuraamaan harrastusta. Defranceon ja Pauleton (1997) tutkimuksessa kolmasosa nuorista urheilijoista oli joutunut joskus häpeämään vanhempiensa kilpailutilanteessa. Tässä tutkimuksessa neljä tutkittavaa kertoi huonoista kokemuksista muiden vanhemmista. Omista vanhemmista kukaan ei kertonut samansuuntaisia kokemuksia. Samassa tutkimuksessa nousi myös esille, että nuorten urheilijoiden mielestä suuri osa vanhemmista suuttuu, mikäli lapset häviävät ottelun, jossa eivät yrittäneet täysillä

(Defrarenceo & Pauletto 1997). Tämän tyyliä vastauksia ei ilmennyt tutkimuksessamme. Yksi tutkittavistamme koki kuitenkin paineita menestyä johtuen hyvin pärjäävistä sisaruksistaan sekä isän aikaisemmasta kilpaurheilutaustasta:

“Vanhempi siskoni on ollut jo kaksi kertaa nuorten MM-kisoissa, EM-kisoissa, PM-kisoissa ja on tällä hetkellä oman ikäisistään Suomen paras. Se tuo tavallaan paineita myös minulle olla parempi. Minulta odotetaan paljon enemmän yleisurheilijana, koska iskä oli siinä niin hyvä sekä nyt isosiskot.” Tyttö 12

Yhdysvaltalais tutkimuksessa (Kanters, Bocarro & Casper 2008) isän aiheuttama paine johti lapsen negatiivisempaan suhtautumiseen omaa jääkiekkoharrastustaan kohtaan. Samassa tutkimuksessa vanhempien kokemus aiheuttamastaan paineesta lapsille oli alhaisempi verrattuna lasten kokemukseen (Kanters, Bocarro & Casper 2008).

5.3 Vanhempien rooli liikuntaharrastuksessa

Tässä apukysymyksessä pyydettiin kuvaamaan vanhempien roolia harrastuksessa. Tutkittavat erittelivät melko tarkasti, mitä kaikkea vanhemman rooli tarkoittaa. Lähes kaikki tutkittavat kirjoittivat tästä asiasta. Luokittelimme mainitut asiat kolmeen yläluokkaan: käytännön asiat, tuki ja talkootyö.

“Vanhempieni rooli oli maksaa kuukausimaksu, ostaa kamat ja viedä harkkoihin ja peleihin”

Selvästi eniten tutkittavat nostivat esiin vanhempien roolin käytännön asioiden hoitamisessa. Vanhempien roolin maksajina mainitsi 18 tutkittavaa (9 tyttöä, 9 poikaa) 26:sta. Tulokortin (2016) mukaan 77 % vanhemmista maksaa liikuntaharrastukseen liittyviä kuluja. LIITU-tutkimuksen mukaan (2016) lähes 80 % vanhemmista maksaa liikuntakuluja. Tutkimuksessamme vastaava prosenttiosuus oli 69 %. Myös Kayn (2000) tutkimuksessa vanhempien rooli maksajina nostettiin hyvin merkityksellisenä esille. Kuljettaminen nousi esiin 15:sta ainekirjoituksesta eli 58 % vastanneista. Näistä vain neljää mainintaa oli tytöiltä ja 11 mainintaa pojilta. Tulokortin (2016) mukaan suomalaisista vanhemmista 62 prosenttia kyyditsee lapsiaan liikuntapaikalle tai urheiluharrastukseen. LIITU-tutkimuksessa (2016)

vastaava luku oli 60 %. Ruoka, lepo tai pyykkien pesu kuului vanhempien rooliin seitsemällä tutkittavalla. Pojista asian mainitsi viisi ja tytöistä kaksi. Tutkimuksen mukaan yksi vanhempien tehtävistä oli fysioterapian tai lääkärikäyntien järjestäminen. Näin kertoi kolme tutkittavaa (1P/2T). Yksi vanhempien keino tukea nuorten harrastusta oli liikkuminen heidän kanssaan (2P/1T).

Tutkittavien mukaan vanhemmat maksavat kuukausimaksuja, pelimatkakuluja, varusteita, lisensejä ja lääkäri- tai fysioterapiakäyntejä. Tutkimuksessa vain yksi nuori kertoi itse osallistuvansa harrastuksesta aiheutuviin kuluihin. Tissarin (2004) tutkimuksessa samansuuntaisesti yksikään nuori ei kertonut maksavansa itse mitään kustannuksia. Pahimmillaan vanhemmat voivat kokea taloudellista ahdinkoa johtuen kilpaurheiluharrastuksen kuluista (Kay 2000; Puronaho 2006). Eräs poika kertoi äitinsä tekevän ylimääräistä työtä, jotta pojalla olisi varaa harrastaa. Osa tutkittavista piti vanhempien maksamista itsestäänselvyytenä “vanhemmat tietenkin maksavat”, kun taas yksi tutkittava oli hyvin tietoinen, millaista rahankäyttöä harrastaminen vaatii:

“Monet lajit kuluttavat paljon rahaa aivan huomaamatta. Osa nuorista ei ymmäräkään kuinka paljon heidän lajiinsa käytetään rahaa ja aikaa, sillä kaikki tämä henkinen, fyysinen sekä rahallinen tuki tapahtuu kulissien takana, eikä siitä saa palkintoja.” Tyttö 8

Kayn (2000) mukaan urheilijat itse ovat usein epätietoisia kustannuksista, joita harrastuksen pariin kuluu. Tämän huomasimme osittain myös meidän tutkimuksessamme, mutta kuten edeltävä sitaatti kertoo, on myös niitä, jotka ovat hyvinkin tietoisia asiasta. Takalon (2004) tutkimuksessa osa lapsista oli jossain määrin tietoisia harrastamisen kalleudesta.

Harrastukseen kuljettaminen oli monien vastauksissa kuvattu vanhempien tehtäväksi. Kirkin ym. (1997) tutkimuksessa 90 % vanhemmista kuljetti lastaan liikuntaharrastukseen. Tutkimuksessamme kuljettaminen oli osalla satunnaista, osalla ei kuljetettu juuri ollenkaan ja jotkut vanhemmat kuljettivat aina.

“He ovat aina vieneet ja hakeneet minut harjoituksista, peleistä ja turnauksista” Poika 2

“Vanhempien rooli on viedä välillä reeneihin” Poika 5

Tutkimuksemme mukaan maksaminen oli selvästi vanhempien vastuulla, mutta kulkemiseen oli myös muita keinoja kuin vanhempien kyyditys. Eräs tutkittava perustelikin pyörällä kulkemistaan juuri sillä, että vanhemmat joutuvat muutenkin maksamaan harrastuksesta. Tutkimuksemme pojat tuntuivat pitävän vanhempien kuljettamista itsestäänselvyytenä. Alla olevissa lainauksissa vanhemmat eivät olleet juuri lainkaan mukana kuljettamassa harrastukseen.

“Kuljetuksista vanhempani ei vastaa. Kesällä kuljen pyörällä ja talvisin linja-autolla ja papan kyydillä.” Tyttö 6

“Yleensä harjoitusmatkat kuljen itse. Joskus on myös päiviä kun vanhempani ehtivät tai pääsevät kускаamaan minua” Tyttö 7

Takalon (2004) tutkimuksessa, jotkut lapset olivat joutuneet lopettamaan harrastuksensa, koska vanhemmat eivät suostuneet kuljettamaan. Tällaista tarinaa ei esiintynyt meidän aineistossa. Tutkimuksessamme nousi esiin vanhempien merkitys ruoan laittajina, pyykinpesijöinä ja levosta huolehtijoina. Kokosimme nämä yhdeksi luokaksi. Yhteensä mainintoja tuli seitsemän (5P/2T). Etenkin äitien rooli korostui tämän luokan yhteydessä. Kirkin ym. tutkimuksessa (1997) äidit olivat aktiivisemmin kuljettamassa ja kannustamassa urheilevia lapsiaan.

“Äiti auttaa minua ravinnon kanssa paljon. Hän kokkaa ja myös pesee pelivarusteet ja vaatteet.” Poika 12

“Syön äidin tekemät eväät” Poika 11

Muutamasta aineesta nousi esiin vanhempien työnjako kahden tai useamman lapsen harrastusten välillä. Toinen vanhemmista oli esimerkiksi enemmän mukana siskon jalkapalloharrastuksessa ja toinen taas veljen jääpalloharrastuksessa. Aarresolan (2014) mukaan kahden vanhemman perheissä on helpompi sovittaa aikatauluja ja kuljetuksia harrastuksiin verrattuna yksinhuoltajaperheisiin. Yksinhuoltajaperheiden lapset ovat ylipäätään harvemmin kiinni intensiivisessä urheiluharrastuksessa (Aarresola 2014). Tutkimuksessamme nuoret suhtautuivat vanhempien työnjakoon pääosin ymmärtäväisesti.

“Äitikin on mukana, mutta hän voisi osallistua myös vähän enemmän talkoisiin, mutta ymmärrän jos äiti ei kerkeä, sillä pikkusiskoni pelaa myös futista ja äiti on enemmän mukana siskoni joukkueessa.” Tyttö 13

“Isäni puolestaan hoitaa pikkuveljeni koripalloasioita. Maksut hoitaa aina äitini.” Poika 6

Kolme tutkittavaa (2P/1T) kertoi liikkuvansa yhdessä vanhempien kanssa vapaa-ajalla. Yhdessä liikkumisesta puhuttiin positiivisessa valossa. LIITU-tutkimuksessa (2016) liikkuminen vanhemman kanssa oli harvinaista kaikissa ikäluokissa, ja iän myötä tämä väheni. Myös Takalon tutkimuksessa (2016) huomattiin, että vanhempien kanssa yhdessä liikkumista tapahtui enemmän alle kouluikäisenä. Tutkimuksemme vaikuttaisi olevan samassa linjassa aikaisemman tutkimustiedon kanssa, sillä vanhempien kanssa liikkuminen ei ollut kovin yleistä. Takalon tutkimuksessa (2016) lapset joutuivat usein pyytämään vanhempiaan mukaan liikkumaan, mutta oli myös niitä vanhempia, jotka ehdottivat liikkumista lapselle. Tutkimuksessamme ei nouse esille, kuka on tehnyt aloitteen yhdessä liikkumisesta. LIITU-tutkimuksessa (2016) nousi esiin, että isät ovat ahkerampia liikkumaan etenkin poikiensa kanssa. Tutkimuksessamme kolmesta tutkittavasta kaksi kertoi liikkuvansa isänsä kanssa vapaa-ajalla.

“Isä on ollut valmentajani ja mukana potkimassa palloa vapaa-ajalla. Kun harrastin jääkiekkoa, saatoimme olla luistelemassa ulkona kylmässä 6-8 tuntia” Poika 12

“Isäni luona kun olen käymässä siellä, niin yleensä menemme pikkuveljen ja isän kanssa treenaamaan hovin vuoksi” Poika 6

“Iltaisin venyttelemme yhdessä ja otamme käsilläseisontakisoja tai punnerruskisoja” Tyttö 1

“Iskä on valmentanut minua yli 6 vuotta ja on yhä joukkueemme valmentaja. Äiti on tehnyt myös paljon joukkueemme eteen, osallistunut talkoisiin jne”

Tutkimuksestamme käy ilmi, että vanhemmat käyttävät ison osan vapaa-ajastaan tekemällä talkootöitä lapsensa harrastuksen eteen. Takalon (2016) mukaan urheiluseura harrastuksen pysyvyyteen vaikutti olennaisesti perheen sitoutuminen seuratoimintaan. Nuoret urheilijat osasivat antaa tälle kiitosta:

“Vanhemmilleni olen kiitollinen, koska he ovat maksaneet harrastuksen kilpailumatkat mukaan lukien, auttaneet voimisteluseuran talkootöissä ja joukkueen rahankeruussa.” Tyttö 10

Tutkimuksessa nousi esiin, että vanhemmat toimivat jonkin verran talkootyössä lapsen harrastuksessa. Tutkimuksestamme pidempiaikaisina talkootyön muotoina mainittiin valmentaminen ja joukkueenjohtajana tai huoltajana työskenteleminen. Kertaluontoisena talkootyönä mainittiin esimerkiksi kioskivuorot, parkkivuorot tai toimitsijana olo. Yhteensä 15 tutkittavaa oli maininnut talkootyön osana vanhempien roolia. Neljä tutkittavaa kertoi vanhemman toimineen joukkueenjohtajana tai rahastonhoitajana. Toiset neljä tutkittavaa puolestaan mainitsi vanhemman toimineen valmentajana. Kertaluontoista talkootyötä tekevien vanhempien määrä oli tutkimuksen mukaan noin kolmasosa. Tutkittavat kertoivat asiasta neutraaliin sävyyn.

“Tekevät tarvittaessa talkootyötä esimerkiksi parkki- ja kioskivuoroina” Poika 7

“Äitini oli ennen joukkueenjohtajana ja rahastonhoitajana” Tyttö 2

Erään tutkittavan vastauksesta näkyi, että vanhempi suhtautui intohimoisesti tehtävään talkootyöhön:

“Hän (äiti) myös myi aina töissä tuotteita, joita meillä oli myytävänä joukkueen hyväksi kerätäksemme rahaa esimerkiksi uusiin pukuihin tai välineisiin. Lähtiessäni kisamatkalle esim. Turkuun äitini hoiti majoituspaikan joukkueellemme, koska hän työskenteli silloin hotellialalla.” Tyttö 11

“Vanhempani tukevat minua harrastuksessani kaikella mahdollisella tavalla. Heidän roolinsa on tärkeä kasvaessani urheilijaksi.”

Useassa ainekirjoituksessa nousi esiin, että vanhempien tukea liikuntaharrastuksessa pidetään erittäin merkittävänä. Monet tutkittavista määrittelivät vanhempien roolin suureksi tai tärkeäksi harrastuksessaan. Yhdeksän tutkittavaa koki vanhempien roolin harrastuksessa tärkeänä (3P/6T) ja kahdeksan tutkittavaa koki saavansa tukea vanhemmiltaan (5T/4P). Piispan (2013) ja Takalon (2016) tutkimuksissa vanhempien tuki osoittautui merkittäväksi nuorille urheilijoille. Tutkimuksessamme kaksi tutkittavaa kertoi, ettei jossain harrastuksensa vaiheessa ole saanut tukea vanhemmiltaan.

Osalle tutkittavista vanhempien tuki tarkoitti enemmän käytännön asioita, kuten maksamista ja kuljettamista ja useat näistä tutkittavista olivat poikia. Hämäläisen ja Kariston (2001) tutkimuksessa myös vanhemmat olivat luetelleet tärkeimmiksi tuen muodoiksi rahallisen tuen, kuljetukset harjoitukseen sekä kannustamisen. Tutkimuksessamme osalle nuorista tuki tarkoitti henkistä tukea, kuten kannustamista tai tukea vastoinkäymisissä.

“Tukevat ja auttavat minua aina, jos minulle menee huonommin tai on rankkaa” Poika 2

Monet tutkittavat korostivat miten tärkeässä roolissa juuri vanhemmat ovat heidän harrastuksessaan. Kaksi tutkittavaa oli valmiita laittamaan menestymisensä paljolti vanhempien ansioksi:

“Vanhemmillani on ollut ja on suuri merkitys harrastuksessani. Jos saavutan tavoitteeni jalkapalloilijana, on vanhemmillani ollut siihen suuri merkitys” Poika 12

“Saan olla todella kiitollinen vanhemmilleni, erityisesti äidilleni, että he auttavat minua saavuttamaan tavoitteeni maailmanmestaruudesta. Tiedän, että monilla nuorilla ei olekaan näin ymmärtäväisiä ja auttavaisia vanhempia kuin minulla, siksi arvostan heidän tekojaan ja uhrauksiaan paljon.” Tyttö 8

Samansuuntaisia tuloksia saatiin Kayn (2000) tutkimuksessa, jossa urheilijat totesivat, että eivät pärjäisi ilman vanhempiansa tukea. Tutkimuksessamme pojat kyseenalaistivat vanhempien roolia jonkin verran, kuitenkin päätyen siihen, että se on loppujen lopuksi ihan hyvä juttu.

“Toki heidän mukana olo välillä häiritsee, eikä aina “uuteen nousuun, kyllä se hyvin menee, tsemjiä”-huutoja kiinnostaisi kuunnella. Ehkä se kuuluu kumminkin asiaan ja eiväthän he sillä pahaa tarkoita.” Poika 13

“Mielestäni heidän ei tarvitsisi katsoa harjoituksiani tai edes otteluita, sillä minä ainakin keksisin parempaakin tekemistä. Mutta jos he itse haluavat tulla katsomaan niin se on ihan okei minulle” Poika 8

Kahdesta aineesta nousi esiin, että vanhempien tukea ei aina ollut saatavilla. Toinen näistä tutkittavista kertoi, että vanhempien tuki oli enemmänkin kohdistunut sisaruksiin. Kirkin tutkimuksessa (1997) olikin huomattu, että muut sisarukset saattavat helposti jäädä toisen sisaruksen harrastuksen varjoon. Toisaalta tutkittavamme myös totesi, ettei koe tarvitsevansa vanhemmilta tukea harrastamiseensa. Tarvittavan tukensa hän sai joukkuekavereiltaan. Sama tutkittava toivoi saavansa vanhemmiltaan siinä vaiheessa tukea ja ymmärrystä, kun päättää lopettaa toisen harrastuksistaan.

“Toivon, että siinä vaiheessa, kun lopetan yleisurheilun, niin vanhemmat ymmärtävät sen ja ovat silti mukana koripalloharrastuksessani. Ymmärrän hyvin miksi he haluaisivat, että harrastan yleisurheilua, mutta jos ei ole siihen motivaatiota eikä lahjoja, en nää syytä miksi minun pitäisi sitä jatkaa vain miellyttääkseni vanhempiani.” Tyttö 12

Aineistomme toisessa esimerkissä vanhemmat eivät olleet antaneet tukea lapsensa siirtymiselle parempaan ryhmään:

“Äitini sanoi minulle “älä nyt ala haaveilemaan mistään kilpajoukkueesta”. Haaveilin sellaisesta kuitenkin jo. Puoli vuotta jumppakoulun aloittamisen jälkeen sain seuralta ehdotuksen liittyä kolme kertaa viikossa harjoittelevaan joukkueeseen. Vanhempani saivat kuitenkin minut uskomaan, etten ollut vielä valmis siihen. He eivät ehkä tienneet, että olin

edistynyt nopeasti, mutta joka tapauksessa kävi niin, että jätin mahdollisuuden väliin.” Tyttö 10

Tyttö 10:n tapauksessa vanhemmat alkoivat myöhemmin suhtautumaan myönteisesti lapsensa harrastukseen. Tuen puute oli tässä tapauksessa siis vain väliaikaista.

LIITU-tutkimuksessa (2016) huomattiin, että tytöt saivat äidiltään enemmän kannustusta ja taas vastaavasti pojat saivat isältään. Tutkimuksestamme ei nouse esille, että isät olisivat tukeneet tyttäriään vähemmän. Pojat eivät maininneet erikseen kumpaakaan vanhempaa. Tutkimuksestamme nousi esiin kahdessa tarinassa, miten tytöt mainitsevat juuri äitiensä olleen erityisen paljon harrastuksen tukena.

“Äiti auttoi halaamalla ja sanomalla, että hyvin se menee. Onneksi tämä tapahtui, koska olen vieläkin ihan hulluna tähän lajiin, enkä vaihtaisi sitä mihinkään.” Tyttö 1

Osa nuorista kertoi, että vanhemmat olivat kannustaneet jatkamaan siinä vaiheessa, kun usko oli loppunut. Airan ym. (2013) mukaan nuorten harrastaminen alkaa usein hiipua murrosiässä. Tutkimuksissa on kuitenkin huomattu, että vanhempien tai kavereiden tuki voi ylläpitää liikuntaharrastusta tai lisätä sitä (Davison & Jago 2009; Jago & Page & Cooper 2012; Berg 2015). Tämä ilmiö oli tunnistettavissa myös meidän tutkimuksestamme. Monet pitivät vanhempien tukea erittäin merkityksellisenä. Esimerkiksi seuraavat sitaatit kuvaavat hyvin vanhempien merkitystä harrastuksen ylläpitäjänä:

“Itse en olisi välttämättä tässä tilanteessa ja harrastuksessa ilman vanhempieni tukea” Tyttö 11

“Ilman vanhempieni tukea en todennäköisesti olisi pelannut vuotta pitempään.” Poika 13

Tutkimuksestamme ei oikeastaan noussut esiin, että kenenkään vanhemmat olisivat tukeneet harrastusta yli-innokkaasti. Tutkittavat kertoivat, että mikäli näin olisi, niin se ärsyttäisi.

5.4 Muiden vanhempien rooli harrastuksessa

Kovin moni tutkittavista ei jakanut kokemuksiaan muista vanhemmista. Suurin osa tähän kysymykseen vastanneista tutkittavista kertoi, että muiden vanhempien rooli on samanlainen kuin heidän omien vanhempiensa (8 mainintaa). Siihen kuului maksamista, kuskaamista, kannustamista ja talkoita. Neljällä tutkittavalla oli ollut huonoja kokemuksia muista vanhemmista. Viisi tutkittavaa mainitsi positiivisista kokemuksista muiden vanhemmista. Lisäksi todettiin, että jotkut vanhemmat ovat enemmän harrastuksessa mukana ja osa vähemmän:

“Muilla vanhemmilla rooli on mielestäni suunnilleen samanlainen (kannustus,maksaminen kuskaaminen). Osa kuskaa enemmän ja on muutenkin mukana enemmän ja osa taas vähemmän. Mielestäni jokainen perhe saa itse päättää kuinka paljon on mukana lapsen harrastuksessa.”
Tyttö 5

Tässä tutkimuksessa muiden vanhempien rooli liikuntaharrastuksessa koettiin pääsääntöisesti neutraaliksi tai positiiviseksi. Muidenkin vanhempien kannustus oli mukavaa, mutta omien vanhempien kannustus tuntui silti parhaimmalta. Nuoret ymmärsivät, että myös muiden vanhempien panos on tärkeää. Muutamalla tutkittavalla oli kuitenkin myös negatiivisia kokemuksia muista vanhemmista:

“Pari vuotta sitten yhden joukkuelaiseni äiti koitti järjestää omia tapahtumia, päivitti facebookiin kaikkea turhaa jne. Tällä toiminnalla hän ei saavuttanut muuta kuin epäsuosion joukkueen keskuudessa. Tämän lisäksi vaikuttaa, että jääkiekon pelaaminen on hänen äidilleen tärkeämpää kuin itselleen. Tämä on huonoin esimerkki minkä tällä hetkellä tiedän jääkiekkovanhemmasta” Poika 10

“Kavereiden vanhempia näkee harjoituksissa ja osa heistä huutelee neuvoja ja vinkkejä jotka eivät välttämättä ole edes oikein. Osa on kyllä ihan hyvin hiljaa. Onneksi tätä ei paljoa tapahdu peleissä. Mielestäni valmentajan ohjeet riittävät.” Poika 13

Kovin monesta aineesta ei noussut esiin negatiivisia kokemuksia omista tai muiden vanhemmista. Lämsän (2009) mukaan vanhempien liiallinen tuki ja kannustus voi kääntyä

negatiivisiksi asioiksi, jotka tuottavat stressiä ja paineita. Ainoastaan yhdestä aineesta oli löydettävissä yli-innokas vanhempi, joka ei kuitenkaan ollut oma vanhempi vaan jonkun muun. Niemisen ja Räisäsen (2000) tutkimuksessa oli löydetty enemmänkin yli-innokkaita vanhempia ja Silvennoisen (1996) ja Kotasen (1998) tutkimuksissa yli-innokkaita isiä.

5.5 Keskustelu vanhempien kanssa harrastuksesta

Yksi apukysymyksistämme koski keskustelua harrastuksesta vanhempien kanssa. Vain hieman yli puolet (54 %) tutkittavista kertoi keskustelewansa harrastuksestaan vanhempiensa kanssa. Maininnat keskustelusta tyttöjen ja poikien vastauksissa jakautuivat lähes tasan (P8/T9). LIITU-tutkimuksessa (2016) 49 % 15-vuotiaista ilmoitti keskustelewansa vanhempiensa kanssa liikunnasta. Aarresolan ja Konttisen (2012) tutkimuksessa vanhempien emotionaalinen tuki näyttäytyi keskusteluinä ja ylipäättään harrastuksessa läsnä olemisena. Aineistostamme nousi esiin useita aiheita harrastukseen liittyen, mistä nuoret keskustelivat vanhempiensa kanssa. Keskusteluun liittyvät maininnat on jaettu kahteen ryhmään: 1) Yleiset kuulumiset harjoituksista sekä peli- ja kilpailutilanteista ja 2) käytännön asiat (ravinto, lepo, kustannukset, varustehankinnat, loukkaantumiset).

“Kotona vanhemmat kysyy aina, miten meni.”

Yleisin harrastukseen liittyvä keskustelunäihe (15 mainintaa) oli kuulumiset harjoituksista sekä peli- ja kilpailutilanteista. Suurin osa tutkittavista kertoi vanhempien usein kysyvän “Miten meni treeneissä/pelissä?”.

“Yleensä keskustelut jää melko lyhyeksi. Esimerkiksi: “Miten meni reeni?” “Iha jees.” tai “Miten kävi pelissä?” “Voitettiin 3-0, tein yhen ja syötin yhen.” Mutta silloin tällöin esim. ruokapöydässä keskustelu saattaa venyä pidemmäksikin.” Poika 3

“Vanhempieni kanssa juttelemme yleensä mitä on reeneissä tehty ja miten pelit ovat menneet.” Poika 7

“Jos olen ollut kisoissa, vanhemmat kysyvät: “Miten meni” ja puhumme myös kisareissusta.” Tyttö 3

Takalon (2004) tutkimuksessa suurin osa vanhemmista osoitti kiinnostustaan lapsensa harrastusta kohtaan kyselemällä peleistä ja harjoituksista. Myös tässä tutkimuksessa nuoret kokivat “Miten meni?” -kysymykset kiinnostuksen osoituksena harrastusta kohtaan. Lisäksi keskustelut nähtiin tärkeinä vanhempien tuen muotoina. Etenkin tytöt toivat tämän poikia useammin esiin kirjoituksissaan (T4/P0).

“Mielestäni on tärkeää, että harrastuksesta jutellaan vanhempien kanssa. Heidät saa pidettyä ajantasalla mitä harrastuksessa tapahtuu ja kyllä heitä myös lapsen harrastus kiinnostaa, sillä he haluavat olla mukana siinä.” Tyttö 5

“Omien vanhempien kanssa on helppo suunnitella seuraavia kisamatkoja sekä leirejä. Heidän kanssaan saa ilmaista vapaasti omat mielipiteensä ja ajatuksensa.” Tyttö 8

Aineistosta kävi ilmi, että nuoret tuntevat joskus olonsa väsyneeksi tai turhautuneeksi. Tämä voi osaltaan johtua siitä, että nuorten urheilijoiden harjoitusmäärät ovat kasvaneet viime vuosikymmenen aikana merkittävästi (Puronaho 2014). Tutkimuksemme nuoret kokivat tärkeäksi, että he voivat puhua vanhempiensa kanssa silloin, kun olo on väsynyt.

“Välillä kun oloni on turhautunut tai olen henkisesti vaan niin loppu silloin puhun tuntemuksistani aina vanhemmilleni, koska he pystyvät lähes aina auttamaan minua.” Tyttö 9

Tutkittavien vanhemmat olivat kiinnostuneita lastensa motivaatiosta harrastusta kohtaan ja neljä tutkittavaa (P2/T2) kertoikin motivaation olevan yksi puheenaiheista harrastukseen liittyen. Motivaatiosta keskustelu on perusteltua, sillä murrosiässä motivaation voimakkuus eri asioita kohtaan saattaa vaihdella hyvinkin paljon. Näihin asioihin lukeutuu usein myös urheiluharrastus. (Konttinen 2014.)

“Yleensä vanhempien kanssa puhun siitä, miten minulla menee harjoituksissa ja kisoissa, olenko minä jaksanut ja onko minulla vielä motivaatiota lajia kohtaan.” Tyttö 7

“Juttelemme vanhempien kanssa motivaatiosta, pelissä onnistumisesta, harkoista ja oikeanlaisesta syömisestä.” Poika 3

Vanhempien kanssa keskusteltiin myös kehityskohteista (2) ja muista pelaajista (2). Tissarin (2004) pro gradu -tutkielmassa juniorijääkiekkoilijat olivat taipuvaisia vertailemaan itseään kanssapelaajiin. Nämä aiheet olivat tyypillisempiä poikien kirjoituksissa, sillä tytöistä yksikään ei tuonut näitä teemoja esiin.

“Yleensä puhumme päivän peleistä, miten ne menivät, mitä olisi voinut tehdä paremmin ja sen sellaista.” Poika 13

Elliotin & Drummondin (2015) tutkimuksessa 12 - 13-vuotiaiden jalkapalloilijoiden vanhemmat kokivat pelien jälkipuinnit tärkeiksi lapsen kehityksen kannalta. He myös kokivat jälkipuintien kuuluvan osaksi urheilevan lapsen vanhemman roolia. Suurin osa vanhemmista painotti palautteessaan positiivista sävyä ja tarkoitus oli kannustaa ja rohkaista. Mukaan piilotettiin kuitenkin aina jokin kehitettävä asia. Vanhemmat kertoivat suosivansa hampurilaismallia keskusteluissaan, koska tarkoitus ei ollut pahoittaa lapsen mieltä. Osa vanhemmista kuitenkin kertoi välttävänsä turhaa positiivista palautetta. Mikäli heidän lapsensa pelasi huonosti, ei turhia kehuja herunut. Suora palaute nähtiin luonnetta kasvattavana tekijänä. Samassa tutkimuksessa haastateltiin myös lapsia ja kysyttiin heidän mielipiteitään jälkipuinneista vanhempien kanssa. Positiivinen palaute pelin jälkeen koettiin mukavana, mutta huonosti menneen pelin jälkeen vanhemman korjaava palaute koettiin ärsyttävänä ja mielialaa entisestään latistavana. Huonosti menneen pelin jälkeen haluttiin usein olla vain rauhassa. Samanlaisia ajatuksia ilmeni myös meidän tutkimuksessamme:

*“Välillä on vähän ärsyttävää, kun äiti kyselee aina miten meni ja niin edelleen. ... jos häviämme ja olen masentunut, on ihan kiva että vanhemmat tietää eikä rupea kyselemään miten meni.”
Tytö 2*

“Juttelen vanhempieni kanssa lähes päivittäin unen ja levon tärkeydestä.”

Harrastamiseen liittyvät käytännön asiat, kuten ravinto, kustannukset, varustehankinnat, lepo, loukkaantumiset, talkoot ja muut joukkueen tai seuran asiat olivat yleisiä puheenaiheita. Sukupuolten välillä oli nähtävissä selviä eroja. Tytöt toivat käytännön asioita poikia useammin esiin kirjoituksissaan (12T/3P).

Tässä luokassa eniten mainintoja saivat loukkaantumiset (4). Etenkin voimistelijoiden perheissä tämä oli yleinen keskustelunaihe ja tytöt kokivat poikia useammin tärkeäksi voida keskustella loukkaantumisista ja niiden hoidosta vanhempiensa kanssa. LIITU-tutkimus 2016 osoittaa, että pojille sattuu niin vapaa-ajalla, kuin urheiluseuran harjoituksissa enemmän loukkaantumisia tyttöihin verrattuna. Tutkimuksessamme tytöt kuitenkin toivat loukkaantumisia poikia useammin esiin. Naisille on miehiä useammin tyypillistä hakea sosiaalista tukea perheeltään ja läheisiltään stressaavissa tilanteissa (Ptacek ym. 1994).

Sukupuolten välisiä eroja tuen tarpeesta loukkaantumisen yhteydessä löydettiin myös Abgarovn ym. 2012 tutkimuksessa, jossa miesuimarit eivät halunneet vaivata perhettään valittamalla vaivoistaan. Tutkimuksessamme tytöt keskustelivat loukkaantumisista hyvin kokonaisvaltaisesti niin vanhempien, kuin valmentajien kanssa.

“Myös loukkaantumisista on tärkeä puhua vanhempien kanssa ja joskus tähän keskusteluun liittyy myös valmentaja. Loukkaantumisesta keskustellaan esim. sen hoidosta, että mennäänkö lääkärille tai fysioterapialle, saako treenata ja miten saa treenata ja mahdolliset kotihoito-ohjeet.” Tyttö 5

Loukkaantumiset yhdistettiin nuorten kirjoituksissa usein harrastusmaksuihin. Puronahon (2014) mukaan harrastaminen urheiluseuroissa on kallistunut jopa 2-3 -kertaiseksi viimeisen kymmenen vuoden aikana. On siis ymmärrettävää, että vanhemmat eivät halua maksaa kalliista harrastuksesta, jos heidän lapsensa ei loukkaantumisen takia pysty harjoittelemaan. Joskus vanhemmat saattavat jopa syyllistää lastaan “rahan hukkaamisesta”, mikäli nämä eivät loukkaantumisen tai motivaation puutteen takia suostu menemään harjoituksiin (Nieminen & Räsänen 2000). Samankaltaiset ilmiöt nousevat esiin myös meidän tutkimuksessamme.

“Vanhempani ehkä yrittävät saada minua vähän pois harrastuksestani, joka on kyllä ihan ymmärrettävää, koska minulla on paikat ihan rikki, ja he eivät oikein tykkää siitä, että heidän pitää maksaa jopa satoja euroja kuukaudessa siitä, että istun vain salin reunalla.” Tyttö 3

Kaksi tutkittavaa kertoi keskustelewansa harrastuksen kalleudesta vanhempiensa kanssa. Vaikka vain kaksi nuorta kertoi keskustelewansa vanhempiensa kanssa harrastusmaksuista, kävi lähes jokaisesta aineesta ilmi, että tutkittavat ovat tietoisia harrastustensa hinnoista.

“Ja myös fyssarista olen jutellut vanhempien kanssa, koska olen joutunut käymään siellä niin kauan ja se on aika kallista.” Tyttö3

Aarresolan (2016) mukaan nuoren kilpaurheilu haastaa väistämättä ajankäytöllisesti myös vanhempien vapaa-aikaa jopa niin paljon, että kyse on usein myös vanhemman “harrastuksesta”. Eräs tutkittava kertoi, että kotona puhutaan myös vanhempien jaksamisesta harrastustoiminnassa.

“Joskus tietenkkin vanhempianikin väsyttää ja kotona puhutaan siitä, kuinka voimistelu on minun eikä heidän harrastus.” Tyttö 6

Aarresolan (2016) mukaan olisi eduksi urheilutoimintaa kohtaan, jos kilpaurheilun maailmasta saataisiin myös vanhemmille mielekäs elämänsisältö ja kokemus. Näin vanhempien osallisuutta nuoren kilpaurheilussa voitaisiin mahdollisesti edistää. (Aarresola 2016.)

5.6 Nuorten kokemukset vanhempien osallisuudesta harrastuksessa

Viimeinen apukysymyksemme kuului seuraavasti: “Mitä mieltä olet siitä, että vanhempasi ovat mukana liikuntaharrastuksessasi? Haluaisitko, että he ovat enemmän tai vähemmän mukana?” 24/26 tutkittavasta kertoi kirjoituksessaan mielipiteitään vanhempiensa mukana olosta. Luokittelimme nämä vastaukset kolmeen luokkaan: vanhempien osallisuuden määrään, positiivisiin mielipiteisiin ja negatiivisiin mielipiteisiin.

“Vanhempani ovat juuri sopivan verran mukana liikuntaharrastuksessani.”

Vanhempien osallisuuden määrää kommentoi 16 tutkittavaa. Kaksi toivoi, että vanhemmat olisivat enemmän mukana ja kaksi puolestaan halusi, että vanhemmat olisivat vähemmän mukana heidän harrastuksessaan. Suurin osa, 12 tutkittavaa oli sitä mieltä, että vanhemmat ovat juuri sopivasti mukana heidän harrastuksessaan, eikä mukanaolon määrää tarvitsisi muuttaa.

“Vanhempani ovat harrastuksessa mukana sopivan aktiivisesti. En halua, että he eivät seuraa lainkaan pelejäni tai kysele harkoistani. Se ei ainakaan motivoisi ollenkaan lisää. En myöskään halua, että vanhempani ovat joukkueen jokaisessa tapahtumassa mukana. Vanhempien jatkuva

läsnäolo alkaisi lopulta ärsyttää ja motivaatio hiipuisi loppuun. Kultainen keskitie on paras vaihtoehto.” Poika 3

“Mielestäni vanhempani ovat tarpeeksi mukana harrastuksessani mukana eivät liikaa mutteivat liian vähääkään. Saan tarpeeksi rauhassa harjoitella ja keskittyä peleihin ja leireihin ilman häirintää. Mutta on myös hienoa, että joku on aina takana tukemassa ja jolta pystyy aina kysymään silloinkin kuin sitä tarvitsee.” Poika 13

Murrosikä jaetaan Nikanderin ym. (2009) mukaan kolmeen kehitysvaiheeseen. Suurin osa tutkittavistamme oli aineistonkeruu hetkellä ensimmäisen kehitysvaiheen loppupuolella, johon kuuluu tyypillisinä piirteinä ristiriitaisia tunteita omia vanhempia kohtaan. Omien vanhempien tekemiset saatetaan kokea ajoittain kielteisinä ja vastenmielisinä, kun taas välillä heiltä haetaan läheisyyttä ja turvaa. (Nikander ym. 2009.) Tämä kehitysvaihe oli nähtävissä nuorten ainekirjoituksista. Poika 3:n sanoin “kultainen keskitie” mukana olossa tuntui olevan nuorista se paras vaihtoehto. Liika mukanaolo koettiin ärsyttäväksi ja häiritseväksi, mutta kuitenkin oli tärkeää, että vanhemmat ovat taustalla tukena silloin, kun tarvitsee. Toisaalta myös meidän tutkimuksessa nousi muutamassa vastauksessa esiin, että nuoria harmittaisi, jos vanhemmat eivät lainkaan seuraisi harrastusta.

Goodmanin & Jamesin (2017) tutkimuksessa esitettiin samat harrastukseen liittyvät kysymykset nuorille urheilijoille ja heidän vanhemmilleen ja vastauksia vertailtiin keskenään. Kysyttäessä harrastuksessa mukana olosta urheilijat kertoivat vanhempien olevan enemmän mukana, kuin mitä vanhemmat itse kokivat. Tässäkään tutkimuksessa urheilijat eivät kuitenkaan nähneet vanhempien mukanaoloa negatiivisena asiana. (Goodman & James 2017.)

Kaksi tyttöä toivoivat, että heidän vanhempansa olisivat enemmän mukana heidän harrastuksessaan. Toinen heistä toivoi vanhempiensa olevan kiinnostuneempia hänen harrastuksestaan ja toinen toivoi, että vanhemmat seuraisivat aktiivisemmin hänen harrastustaan.

“Iskä ei yleensä pääse katsomaan minun koripallopelejä. Välillä se harmittaa, koska koripallo on minulle paljon tärkeämpi harrastus kuin yleisurheilu.” Tyttö 12

“Olisi toisaalta kiva, jos he ymmärtäisivät voimistelusta vähän enemmän ja olisivat kiinnostuneempia esim. kisojen tuloksista.” Tyttö 3

Tyttö 12:n isä harrasti itse yleisurheilua ja tytön kertomuksen mukaan isä kannusti siksi lastaan enemmän yleisurheilussa kuin koripallossa. Tytöllä oli tunne, ettei isä toivoisi hänen harrastavan vain yleisurheilua ja tunsikin olonsa ristiriitaiseksi, koska koripallo oli harrastuksista hänelle itselleen mielekkäämpi. Takalon (2004) tutkimus antaa tilannetta myötäileviä tutkimustuloksia. Hänen tutkimuksessaan lapset kokivat, että vanhemmat olivat kiinnostuneempia niistä lasten harrastuksista, jotka olivat samoja, kuin heidän omat aikaisemmat tai nykyiset harrastuksensa (Takalo 2004). Lasten tulisi saada valita harrastus oman kiinnostuksensa mukaan. Mikäli lapsi tuntee painostusta harrastaa tiettyä lajia tai ylipäätään jatkaa harrastusta, vaikka haluaisi lopettaa, tuntee hän olevansa ansassa. Silloin on helppo ajautua tilanteeseen, jossa lapsi harrastaa vain miellyttääkseen vanhempiaan eikä halua lopettaa harrastusta, jotta ei aiheuta vanhemmilleen pettymystä. (Hedstrom & Gould 2004.)

Kaksi tutkittavaa oli sitä mieltä, että vanhemmat voisivat olla hieman vähemmän mukana heidän harrastuksissaan. Konttisen (2014) mukaan etenkin nuoruusiässä usein pyritään testaamaan ja vahvistamaan omaa riippumattomuuttaan muista ihmisistä. Liika vanhempien tai valmentajan holhoaminen saattaa aiheuttaa vastareaktion, mikä pahimmassa tapauksessa johtaa harrastuksen lopettamiseen (Kontinen 2014). Tutkimuksessamme etenkin pojat kokivat, että pärjäisivät vähemmällä vanhempien mukana ololla.

“En haluaisi, että vanhempani olisivat ainakaan enemmän mukana harrastuksessani, koska en haluaisi, että ne menee säätämään sinne mitään turhaa.” Poika 10

Joskus nuoret eivät halua vanhempiaan katsomaan kilpailujaan tai pelejään. Tämä saattaa johtua epäonnistumisen pelosta, mikäli vanhemmat asettavat liian suuria odotuksia onnistumisen suhteen. Vanhempien suuret odotukset voivat aiheuttaa urheilijalle ylimääräistä stressiä, joten hän kokee vanhempien läsnäolon epämiellyttäväksi. (Gould, Horn & Spreemann 1983.) Tutkimuksessamme kukaan nuorista ei kertonut kokevansa niin suuria suorituspaineita vanhempiensa suunnalta, että olisi kieltänyt heitä tulemasta katsomoon.

“Ehkä minä kiitän heitä siitä liian harvoin.”

Lähes kaikki vastaajat (16) kokivat vanhempien mukanaolon hyvänä asiana. Kaksi poikaa jopa kertoi sen tuovan lisämotivaatioita etenkin kilpailutilanteessa. Tämä tulos oli samansuuntainen Sánchezin ym. (2013) tutkimuksessa, jossa vanhempien tuen ja urheilijan motivaation välillä oli positiivinen yhteys. Vanhempien tuki sai urheilijan nauttimaan harrastuksestaan enemmän. Vähäinen tuki ja painostus vanhempien suunnalta puolestaan oli yhteydessä amotivaatioon ja vähäisempään nautinnon tunteeseen harrastuksessa.

“Joskus kerron isälleni, että on pelejä ja joskus he tulevat myös katsomaan niitä. Se antaa lisämotivaatioita lajiin.” Poika 6

Vanhempien mukanaolo koettiin lähtökohtaisesti hyvänä asiana ja oli mukavaa, kun vanhempi oli kannustamassa kilpailutilanteissa. Leena Valkosen (2006) väitöskirjassa tuli esiin samanlaisia tuloksia; lapset toivovat vanhempien osoittavan kiinnostusta heidän harrastustaan kohtaan ja ottavan ne vakavasti. Takalon (2004) tutkimuksessa vanhempien lasten liikuntaan kohdistama emotionaalinen tuki oli lapsille tärkeää. Lapset kokivat vanhempien osoittavan kiinnostustaan esimerkiksi läsnäolollaan peleissä. Myös meidän tutkimuksessamme nuorille oli tärkeää, että vanhemmat olivat oikeasti kiinnostuneita heidän harrastuksistaan ja kävivät katsomassa heidän kilpailujaan, pelejään ja turnauksiaan.

“Olen kiitollinen siitä, että vanhempani ovat oikeasti kiinnostuneita ja mukana harrastuksessani. Se on myös kivaa ja kannustavaa, kun vanhempani tulevat katsomaan näytöksiä ja kilpailuja ja osallistuvat joukkueen toimintaan eri tavoin.” Tyttö 7

“Vanhempani ovat katsomassa paljon pelejäni ja isä myös harjoituksia. Mielestäni se on hyvä, että he ovat katsomassa ja heitä kiinnostaa minun harrastukseni.” Poika 12

Iso-Britannialaisessa tutkimuksessa (Baxter-Jones & Maffuli 2003) selvisi, että mitä korkeammalla tasolla kilpaillaan, sitä riippuvaisempia nuoret urheilijat ovat vanhempiensa tuesta ja osallistumisesta harrastuksena. Suurin osa aineistomme nuorista ymmärtää tämän ja monesta vastauksesta huokui arvostus vanhempien antamaa tukea kohtaan. Kirjoituksista tuli

esiin, että suurin osa nuorista tiedostaa, miten paljon aikaa ja rahaa heidän harrastuksensa vie myös heidän vanhemmiltaan.

“Heidän apunsa on ollut minulle korvaamaton ja suurin kaikista. Niin se tulee myös aina olemaan. Mielestäni kaikkien vanhempien tulisi panostaa lastensa harrastuksiin todella paljon. Itse olen sinänsä todella onnekas, että perheessäni se toteutuu todella hyvin. Heidän panoksensa on todella suuri ja sitä täytyy myös kunnioittaa.” Poika 2

Lafferty & Dorrell (2006) selvittivät tutkimuksessaan, miten nuorten juniori uimareiden (n = 104) kokema vanhemmilta saatu tuki vaikuttaa heidän selviytymiskeinoihinsa, kun he kohtaavat pettymyksiä kilpailu- tai harjoitustilanteissa. Uimarit, jotka kokivat vanhemmiltaan saadun tuen vähäiseksi, käyttivät selviytymiskeinona muita useammin itsesyytöstä. He eivät myöskään käyttäneet harjoittelua selviytymiskeinona, koska eivät uskoneet parantuneen suorituksen tuovan positiivista reaktiota vanhemmilta. Uimareilla, jotka kokivat saavansa paljon tukea vanhemmiltaan, oli useammin selviytymiskeinoina tilanteen hyväksyntä, tilanteen positiivinen uudelleen tulkinta ja emotionaalisen tuen etsintä. Myös meidän tutkimuksessamme vanhempien tuki auttoi urheilijoita uskomaan itseensä ja selviämään pettymyksistä.

“On kiva kuulla kisojen tai esityksen jälkeen, että he ovat ylpeitä minusta. Vanhemmat on myös neuvonut minua vaikeissa tilanteissa ja saanut minut uskomaan taas itseeni uudestaan jos usko on meinannut horjua.” Tyttö 6

Kilpaurheilua harrastavan nuoren perheet joutuvat usein suunnittelemaan päivänsä aikataulun lapsen harrastuksen ehdoilla. Tutkimuksessamme ilmeni, että vanhempien on oltava valmiita kuljettamaan harjoituksiin lähes milloin tahansa. Kayn (2000) sekä Niemisen & Räsänen (2000) ja Tissarin (2004) tutkimuksissa huomattiin, miten paljon perheet joutuvat joustamaan aikatauluistaan lasten harrastusten vuoksi. Samaa ilmeni myös tässä tutkimuksessa.

“Nykyään äitini tekee myös järjestyksenvalvontahommia lisätyönä, että voin harrastaa jääkiekkoa.” Poika 11

“Erityisesti vanhempieni mukana olossa pidän siitä, miten he jaksavat kannustaa säässä kuin säässä ja pitää kahviota pystyssä, vaikka vettä tulisi taivaan täydeltä. Lisäksi he jaksavat uhrata

omaa aikaansa lapsiensa harrastuksiin esim. viemällä ensin harkkoihin ja sitten vasta he menevät itse kauppaan.” Tyttö 3

“Yksi huono puoli vanhempien mukana olossa on. Iskä kun on valmentajana.”

Seitsemän tutkittavaa kertoi jommankumman vanhemmistaan toimivan tai joskus toimineen joukkueenjohtajana, huoltajana tai valmentajana. Neljä heistä ei kommentoinut asiaa negatiiviseksi eikä positiiviseksi, kun taas kolme heistä koki sen negatiivisena asiana. Näin käy ilmi otsikosta ja seuraavasta kommentista:

“En myöskään halua, että vanhempani ovat joukkueen jokaisessa tapahtumassa mukana, enkä haluaisi isää takaisin valmentajaksi.” Poika 3

Vanhempi valmentajana on paljon keskusteltu aihe. Hämäläisen (2003) tutkimuksessa ei tullut esiin yhtenäistä linjaa urheilijoiden mielipiteistä oman vanhemman valmennettavana olemisessa. Osa koki sen positiivisena asiana, joka lähensi lapsen ja vanhemman välistä suhdetta. Osalla se taas oli lähellä aiheuttaa välirikon. (Hämäläinen 2003.) Myös Weissin ja Frettwellin (2005) tutkimuksessa jalkapalloilijapojat, joiden isä oli valmentajana, olivat listanneet niin positiivisia, kuin negatiivisiakin puolia. Negatiivisena puolena puolet pojista koki joukkueetovereiden kohtelevan heitä eri tavalla. Osa pojista koki, että isä-valmentajalla on matalampi kynnyks antaa heille negatiivista palautetta huutamalla, koska he tuntevat oman lapsensa paremmin kuin muut valmennettavat. Aineistossamme ne kolme tutkittavaa, jotka kertoivat vanhempansa olevan mukana valmennuksessa tai joukkueenjohdossa, eivät perustelleet vastauksissaan miksi he kokivat sen negatiivisena. Seuraava sitaatti kuitenkin avaa hieman nuoren ajatuksia siitä, miksi se ärsytti:

“Huonoja puolia siitä, kun äiti oli joukkueenjohtaja, on esim. se kun aina harkkojen jälkeen äiti jäi puhumaan valmentajien ja toisen joukkueenjohtajan kanssa joukkueen asioista ja kotiin lähtö kesti.” Tyttö 2

6 POHDINTA

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää suomalaisten liikuntaluokalla opiskelevien kahdeksaluokkalaisten näkemyksiä ja kokemuksia vanhempien osallisuudesta urheiluharrastuksessa. Tehdyn tutkimuksen perusteella pääasiallinen alullepanija harrastuksessa oli lapsi itse. Useissa tapauksissa myös vanhemmat olivat vaikuttamassa harrastuksen syntyyn. Lisäksi selvisi, että vanhemmat ovat pääsääntöisesti kiinnostuneita lapsensa harrastuksesta ja ovat siinä mukana tukemassa nuoria monin eri tavoin. Harrastuksesta juttelu vanhemman kanssa koettiin tärkeäksi ja se oli nuorten mielestä vanhempien tapa osoittaa kiinnostusta ja välittämistä. Tässä tutkimuksessa saatiin nuorten oma ääni kuuluviin. Nuoret kirjoittivat ainekirjoituksissaan olevansa todella kiitollisia saamastaan avusta ja tuesta. Tämän tutkimuksen avulla vanhemmille toivottavasti voi selkeytyä heidän tärkeä roolinsa lapsen tukijana ja kannustajana.

6.1 Miten nuoret kuvaavat liikuntaharrastuksen aloittamista

Tutkimuksen ensimmäisessä tutkimuskysymyksessä oli tarkoitus selvittää, miten nuoret kuvaavat liikuntaharrastuksensa aloittamista. Olimme etenkin kiinnostuneita siitä, ketkä nuorten mielestä olivat vaikuttaneet liikuntaharrastuksen syntyyn. Aikaisemmin tätä olivat tutkineet esimerkiksi Rautava (2003), Hietanen ja Kauppila (2007) sekä Lehmuskallio (2011). Tutkimuksessamme lähes kaikilla tutkittavilla oli selkeänä mielessä, milloin ja miksi he olivat aloittaneet oman harrastuksensa. Tutkimuksessamme merkittävänä tekijänä nousi esiin oman kiinnostuksen merkitys liikuntaharrastuksen aloittamisessa ja yli puolet tutkittavista mainitsi sen ainoaksi tai yhdeksi niistä tekijöistä, jotka vaikuttivat harrastuksen aloittamiseen. Missään muussa löytämässämme tutkimuksessa ei noussut esille, että lapset olisivat olleet itse suurimmassa roolissa päättäessään harrastuksesta. Muissa tutkimuksissa vanhempien tai kavereiden rooli oli korostunut. Esimerkiksi Hietasen ja Kauppilan pro gradu -tutkielmassa (2007) "Mikä saa lapsen liikkumaan" ei käsitelty lainkaan lapsen omaa kiinnostusta yhtenä tekijänä harrastuksen aloittamisessa. Pasi Rautavan pro gradu-tutkielmassa ja samaa asiaa koskevassa tutkimusartikkelissa (2004) nousi esiin, että lapsen oma kiinnostus on yksi tekijä, joka vaikuttaa harrastuksen aloittamiseen. Tärkeämmiksi tekijöiksi luokiteltiin vanhemmat ja kaverit. Erot tutkimustuloksissa voivat johtua eri tutkimusmenetelmistä tai tutkimuslähtökohdista.

Tutkimuksessamme oma kiinnostus harrastuksen aloittamisessa nousi esiin useammin pojilla kuin tytöillä (11P/3T). Osa pojista vastasi tähän kysymykseen jopa uhmakkaasti korostaen omaa tahtoaan aloittaa juuri tietty harrastus. Tämä voi osaltaan johtua siitä, että vanhempiin suhtautuminen on tässä iässä ristiriitaista (Nikander ym. 2009) ja omaa riippumattomuutta heistä halutaan korostaa (Konttinen 2014). Aineen otsikointi saattoi myös vaikuttaa näihin vastauksiin, sillä aineessa oli kehoitettu kirjoittamaan juuri vanhemmista.

Vanhempien merkitys lapsen harrastuksen alkuvaiheessa koettiin sekini merkittävänä. Useampi tutkimuksemme nuorista kertoi, miten vanhemmat olivat joko ehdottaneet harrastusta tai vieneet heidät harrastuksen pariin. Eräs tutkittavistamme kertoi hänen harrastuksensa alkaneen siitä, kun vanhemmilla oli ollut aikaa viedä harrastukseen. Bergin (2015) tutkimuksessa sen sijaan eräs äiti soitti 15 puhelua, jotta poika pääsi uuteen harrastukseen. Tämä kertoo paljon siitä, miten välttämätön vanhempien rooli on nuoren tai lapsen harrastuksessa. Lapsen tai nuoren ei ole välttämättä mahdollista kulkea itsenäisesti harrastukseen tai kuljettaa sinne itse jättimäistä jääkiekkokassia. Nykyajan liikuntakulttuurimme vaatii sen, että lapsella on vanhempi, joka on valmis maksamaan harrastuksesta satoja tai tuhansia euroja.

Sisarusten ja kavereiden merkitys liikuntaharrastuksen aloittamisessa tutkimuksessamme jäi vähäiseksi verrattuna omaan kiinnostukseen ja vanhempien vaikutukseen. Mainintoja molempiin tuli vain muutama. Tämäkin oli hieman yllättävä tutkimustulos, sillä muissa tutkimuksissa (Takalo 2004, Rautava 2003, Lehmuskallio 2011, Berg 2015) kavereita pidettiin yhtenä tärkeimmistä tai jopa tärkeimpänä vaikuttajana liikuntaharrastuksen syntyyn. Sisaruksia pidettiin tärkeinä liikuntaharrastukseen kannustajina Takalon (2004; 2016) molemmissa tutkimuksissa. Vähäiset maininnat voivat selittyä pienellä aineistokoollamme tai aineiston otsikoinnilla, joka ei kannustanut kertomaan kavereiden tai sisarusten vaikutuksesta vaan vanhempien. Toisaalta myöskään Hietasen ja Kauppilan pro gradu -tutkielmassa (2007) sisarusten merkitys ei noussut esiin.

Eräs tutkittava pohti tarkemmin harrastuksen aloittamista. Hän toi esiin, että harrastuksen edullisuus oli vaikuttanut osaltaan harrastuksen aloittamispäätökseen. Tämä saattaa viitata siihen, että sosioekonomisella asemalla on vaikutusta harrastuksen valintaan. Esimerkiksi Itkosen (2017) ja McVeighin (2004) tutkimusten mukaan sosioekonominen asema vaikuttaa fyysiseen aktiivisuuteen. Lisäksi kyseinen nuori koki, että hänen oli pakko aloittaa uusi

harrastus, koska edellinen oli loppunut. Tutkittavan kertomuksesta herää kysymys onko pakon tunne uuden harrastuksen aloittamisesta tai sen edullisuudesta lähtöisin pojasta itsestä vai onko vaatimus ulkoapäin saneltu.

6.2 Miten nuoret kuvaavat omien tai muiden vanhempien roolia

Tutkimuksen toisessa tutkimuskysymyksessä halusimme selvittää millaisissa rooleissa nuoret näkevät vanhempansa harrastukseen liittyen. Tässä tutkimuksessa halusimme paneutua etenkin nuorten näkökulmaan asiasta, koska tuntui, että sitä ei ole tutkittu vielä tarpeeksi aiemmissa tutkimuksissa. Pöyhösen pro gradu-tutkielmassa (2015) tutkittiin, miten vanhemmat kokevat oman roolinsa lapsen harrastuksessa. Muissa tutkimuksissa tutkimuksen kohteena ovat olleet lapset ja vanhemmat (Nieminen & Räsänen 2000; Rautava 2003; DeFransesco & Paulette 1997; Kay 2000). Vanhempien rooli nähdään mediassa usein hyvin kriittisessä valossa. Vanhempien kuvataan olevan liian innokkaasti ja intensiivisesti lastensa harrastuksissa mukana. Se mitä luemme lehdistä, on yleensä muiden vanhempien näkemys muista vanhemmista, ei nuorten näkemys. Tässä tutkimuksessa nuoret kuvasivat vanhempiensa roolia harrastuksessa neutraaliin tai positiiviseen sävyyn. He kertoivat vanhempiensa seuraavan usein kilpailutilanteita. Muutama mainitsi vanhempiensa seuraavan myös harjoituksia. Nuorten mielestä vanhempien tehtävä kilpailutilanteissa oli kannustaa, ei neuvoa. Tarkemmin vanhempien roolit luokiteltiin käytännön asioiden hoitamiseen, tukemiseen ja talkootöiden tekemiseen.

Käytännön asioiden hoitamisesta nuoret kirjoittivat eniten. Monet tutkittavista kertoivat näistä luettelomaisesti. Maksaminen ja kuljetus nousivat esiin lähes jokaisessa aineessa. Tissarin tutkimuksessa vuodelta 2004 vanhempien tärkeimmäksi tehtäväksi määriteltiin kuljettaminen. Tässä tutkimuksessa kuljettaminen oli edelleen iso osa vanhempien roolia, mutta osittain nuoret olivat aktivoituneet itse sen suhteen. Voi siis miettiä onko maksamisen merkitys korostunut entisestään? Ainakin Lämsän (2009) mukaan vanhempien merkitys harrastuksen kustantajina on kasvanut entisestään. Puronahon mukaan (2014) harrastusmaksut ovat nousseet viimeisen kymmenen vuoden aikana, mikä voi osittain selittää tätä ilmiötä.

Molemmat sukupuolet kirjoittivat harrastuksen kustantamisesta. Kuljettamisesta sen sijaan puhuivat reilusti enemmän pojat. Yhtenä syynä tälle erolle voi olla se, että enemmän tavaraa kuljettavat jääkiekkoilija-pojat ovat riippuvaisempia vanhempiensa kyydeistä kuin vähemmällä

varusteilla selviävät jumppari-tytöt. Lisäksi useat pojat puhuivat vanhempien kuljettamisesta sävyyn, josta huomasin, että kuljettamista ei juurikaan arvostettu vaan se oli yksi vanhempien tehtävistä, joka vain kuului hoitaa. Tämän tyylistä puhetta ei ilmennyt tytöillä lainkaan. Aineistostamme ilmeni muutenkin, että tytöt tuntuivat arvostavan enemmän vanhempiensa panosta harrastuksessa.

Tutkimuksemme vanhemmat seurasivat paljon lastensa harrastuksia. Vain yksi nuori kertoi, että vanhemmat eivät seuraa hänen harrastustaan. Tämä tulos erosi Rautavan (2003) sekä uusimman LIITU-tutkimuksen (2016) kanssa. Rautavan tutkimuksessa 28 % vanhemmista ei seurannut lapsensa harrastusta. Ero tutkimusten välillä saattaa johtua siitä, että Rautavan tutkimuksessa tutkittavat oli 5-luokkalaisia ja meidän tutkimuksessa 8-luokkalaisia, jolloin kiinnitys kilpaurheiluun on yleensä jo tapahtunut. Rautavan (2003) tutkimuksessa aineisto oli myös suurempi, mikä voi vaikuttaa tutkimustulokseen. Tämä ei kuitenkaan selitä kaikkea, sillä LIITU-tutkimuksessa juuri 15-vuotiaiden sektorissa hieman yli 50 % vanhemmista seurasi harrastusta mikä tarkoitti sitä, että noin 40 % ei seurannut harrastusta.

Tutkimuksemme nuoret eivät kerro omien vanhempien fyysisellä aktiivisuudella olevan merkitystä heidän liikkumiseensa, vaikka sillä on joidenkin tutkimusten (Rautava 2003, Palomäki ym. 2016) mukaan merkitystä. Vain yksi tutkimuksemme nuori kertoi, että vanhempien liikunnallisuus on tarttunut häneenkin. Aarresolan ja Konttisen tutkimuksessa (2012) sekä Kayn tutkimuksessa (2000) vanhempien harrastustasolla todettiin olevan merkitystä harrastamisen tasoon eli siihen kilpaillaanko harrastus- vai kilpatasolla. Tutkimuksemme ei vahvista tätä tietoa. Kukaan tutkittavista ei mainitse vanhempiensa entisestä tai nykyisestä harrastuneisuudesta. Tähän voi olla syynä se, että sitä ei ainekirjoituksen ohjeistuksessa mainittu. Yangin (1997) mukaan vanhempien aktiivinen liikuntaharrastus sekä vanhempien korkeakoulututkinto ovat yhteydessä lasten seurassa harrastamiseen. Myöskään tämä ei ilmennyt tutkimuksessamme.

Palomäen ym. (2016) ja McVeighin ym. (2004) tutkimuksissa on puhuttu perheen sosioekonomisen aseman merkityksestä fyysiseen aktiivisuuteen. Tutkimuksessamme eräässä perheessä vanhempi joutui tekemään ylimääräistä työtä, jotta lapsella oli mahdollisuus harrastaa. Sosioekonomisen aseman merkitys ei muuten juuri noussut esiin aineistostamme, sillä lähes kaikilla tuntui olevan mahdollisuus harrastaa haluamaansa lajia. Rautavan

tutkimuksessa (2003) sen sijaan 28 % vanhemmista mainitsi varojen puutteen ehkäisevän lapsen liikuntaharrastusta. Rautavan (2003) tutkimuksessa kysymys esitettiin vanhemmille, mikä on saattanut vaikuttaa tutkimustulokseen. Tutkimuksemme kohderyhmä oli liikuntaluokka, joka varmisti sen, että kaikilla oli liikuntaharrastus ja tämä saattoi karsia tutkimuksestamme ne henkilöt joilla ei ole varaa harrastaa.

Lasten ja nuorten liikunta Suomessa- tutkimuksen (2016) sekä Palomäen ym. (2015) tutkimuksen mukaan, perhe on tärkeässä roolissa liikkumisen tukijana pienillä lapsilla, mutta iän myötä kavereiden merkitys yleensä kasvaa. Tutkimuksemme kavereiden vaikutus liikkumisen tukena ei noussut merkittävänä esiin. Sen sijaan vanhemmilla tuntui olevan edelleen suuri merkitys harrastuksen tukemisessa näillä murrosikäisillä nuorilla. Yhtenä syynä tähän tulokseen saattoi olla, että tehtävänä oli kirjoittaa vanhempien merkityksestä eikä kavereiden. Eräs tutkittava, joka ei saanut tukea vanhemmiltaan koki joukkuekavereiden tuen sen sijaan tärkeäksi. Takalon tutkimuksessa (2016) huomattiin, että kun vanhempien tuki oli vähäistä, korostui kavereiden merkitys liikunta-aktiivisuuden lisääjänä.

Vanhempien roolia lasten harrastuksessa on tutkittu jonkin verran. Usein näkökulmana on ollut vanhempien näkökulma. Näissä tutkimuksissa vanhempia on luokiteltu eri kategorioihin. On löydetty yli-innokkaita vanhempia, keskittien kulkijoita ja oppositio vanhempia (Nieminen & Räsänen 2000) tai sponsoreita, kuljettajia, penkkiurheilijoita ja aktiiveja (Eskola & Melin 1999, 97). Jälkimmäisen tutkimuksen ajankohta kertoo meille, että vaikka aihe on hyvin ajankohtainen nykypäivänä, on se ollut sitä myös 20 vuotta sitten. Aineiston pienuudesta johtuen meidän tutkimuksestamme ei ollut mahdollista tehdä vanhemmista näin selvää jaottelua eri kategorioihin. Yllä mainituista kategorioista kuitenkin monet esiintyivät myös meidän aineistossamme. Muutamassa aineessa ilmeni, että vanhemmat antoivat kaikkensa lapsen harrastukselle ja olivat valmiita joustamaan omista menoistaan. Heidät voisi luokitella yli-innokkaiksi vanhemmiksi. Osan vanhemmista puolestaan voisi luokitella penkkiurheilijoiksi, jotka maksavat, kuljettavat ja seuraavat harrastusta. Oppositio vanhempia, jotka eivät niin välittäneet lastensa harrastuksesta ei juuri löytynyt meidän tutkimuksestamme.

Tutkittavamme olivat kaikki organisoidun liikunnan parista, mikä voi vaikuttaa tutkimustulokseen jonkin verran. Omaehtoinen liikunta ei vaadi vanhemmilta välttämättä samanlaista rahan käyttöä, aikaa tai tukea harrastuksessa. LIITU-tutkimuksessa (2016)

todettiin, että mitä enemmän lapsi liikkuu, sitä enemmän hän saa vanhemmiltaan tukea. Vanhempien tuen ja lasten liikunta-aktiivisuuden yhteyksien tarkastelu osoitti, että aktiivisesti liikkuvat lapset ja nuoret saavat vanhemmiltaan myös paljon tukea (LIITU-tutkimus 2016; Palomäki ym. 2017). Sama asia oli todettavissa tästä tutkimuksesta.

Muiden vanhempien rooleja tutkittavamme kommentoivat maltillisesti. Muiden vanhemmat tekivät samoja asioita kuin omat - talkootöitä, maksamista ja kuljettamista. Muut vanhemmat nähtiin pääsääntöisesti positiivisessa valossa. Ymmärrettiin, että heidänkin roolinsa on tärkeä. Joitakin negatiivisia kokemuksia oli vanhempien yli-innokkaasta toiminnasta. Näitä kokemuksia löytyi huomattavasti vähemmän kuin media antaa olettaa, ja se oli yksi tutkimuksemme yllättävistä tuloksista muihin ennako-oletuksiimme nähden.

Kilpaurheiluun osallistuminen edellyttää usein vanhempien aktiivisuutta. Aarresola & Konttinen (2012) pohtivatkin: “Onko kilpaurheilu tarkoitettu vain niille, joiden vanhemmat ovat siitä kiinnostuneita, ja joilla on siihen aika- ja talousresursseja?”. Tutkimuksemme perusteella näin on. Tutkittavamme tuntuivat olevan hyvin tietoisia harrastuksensa kalleudesta ja osasivat nimetä useita konkreettisia asioita, joita heidän vanhempansa tekevät harrastuksen eteen. Lisäksi nuoret tiedostivat, että iso osa vanhempien vapaa-ajasta pyörii lapsen harrastuksen ympärillä. Tästä nuorten tietoisuudesta on pääteltävissä, että kotona vanhemmat ovat tehneet lapsilleen selväksi ettei harrastaminen ole itsestänselvyys ja että vanhemmat tekevät paljon sen eteen, että harrastaminen olisi mahdollista.

Tämän tutkimuksen perusteella ei tunnu kaukaa haetulta puhua koko perheen yhteisestä harrastuksesta, kuten Aarresola ja Konttinen (2012) ovat tutkimuksessaan ehdottaneet. Monista aineista huomasimme, että vanhemmat ovat merkittävässä roolissa nuoren urheiluharrastuksessa. Aineista oli myös nähtävissä, miten paljon vaivaa vanhemmat näkevät nuoren urheiluharrastuksen eteen. Esimerkkeinä mainittakoon ylimääräiset työt, aikataulujen sovittaminen nuoren urheiluharrastuksen kanssa tai kahvion pystyssä pitäminen säässä kuin säässä. Toisaalta vanhempien merkitys voi näkyä myös päinvastaisena. Takalon tutkimuksessa (2004) nousi esiin, että vanhemmat olivat kieltäneet lasta harrastamasta taloudellisen tilanteen vuoksi. Tutkimuksemme erästä tyttöä oli kielletty siirtymästä parempaan ryhmään, jolloin vanhempien merkitys näkyi negatiivisena.

6.3 Mitä nuoret ja vanhemmat keskustelevat harrastuksesta

Kolmannen tutkimuskysymyksen tarkoituksena oli selvittää, keskustelevatko nuoret vanhempiensa kanssa harrastuksestaan ja jos keskustelevat niin mistä aiheista. Tästä aiheesta ei löytynyt kovin paljon aikaisempaa tutkimustietoa ja tässäkin tutkimuksessa sitä ei kommentoitu kovinkaan syvällisesti. Suurin osa tuntui vastaavan tähän kysymykseen, koska se sattui olemaan apukysymystemme joukossa ja se oli helppo sivuuttaa lauseella “Vanhemmat kysyy miten meni”. Osa nuorista kertoi tarkemmin aiheita, mistä vanhempien kanssa keskustellaan ja etenkin tytöt toivat esiin keskustelun tärkeyden. Harrastuskuulumisten kysyminen koettiin vanhempien tavaksi ilmaista kiinnostusta ja välittämistä.

Neljä tutkittavaa nosti motivaatiosta keskustelemisen esiin kirjoituksissaan. Vanhemmat halusivat tietää, onko heidän lapsellaan vielä motivaatiota harjoitteluun. Puronahon (2014) mukaan harrastusmaksut ovat 2-3 -kertaistuneet kymmenen vuoden aikana, joten vanhempien kiinnostus harjoittelumotivaatiota kohtaan saattaa liittyä harrastuksen hintavuuteen ja vanhemmat tuskin haluavat maksaa suuria summia harrastuksesta, joka ei heidän lastaan enää kiinnosta. Kustannusten ja motivaation välistä yhteyttä puoltaa myös se, että valtaosa tutkimuksemme nuorista nosti harrastuksen kalleuden esiin jossain yhteydessä.

Pojat nimesivät keskustelun aiheiksi kehityskohteet ja muut pelaajat. Tytöt eivät tuoneet näitä aiheita esiin. Tämä saattaa johtua poikien suuremmasta kilpailuhenkisyydestä verrattuna tyttöihin, jolloin vanhempien kanssa haluttiin verrata omia heikkouksiaan ja vahvuuksiaan muihin pelaajiin ja pohtia keinoja oman kehittymisen takaamiseksi. Tämä on kuitenkin vain pohdintaa, sillä pojat eivät avanneet keskustelujen sisältöä kovin syvällisesti, vaan tähän aiheeseen liittyvät maininnat olivat lähinnä luettelomaisia toteamuksia.

Tytöistä 12 ja pojista vain 3 kertoi keskustelevansa vanhempiensa kanssa käytännön asioista (ravinto, kustannukset, varustehankinnat, lepo, loukkaantumiset sekä talkoot ja muut joukkueen tai seuran asiat). Vanhempien kanssa suunniteltiin usein kilpailumatkat tai miten toimitaan loukkaantumisten kanssa. Erot tyttöjen ja poikien välillä vastauksissa voivat johtua siitä, että tytöt osallistuvat harrastukseen liittyvien asioiden suunnitteluun yhdessä vanhempien kanssa poikia enemmän ja ottavat vastuuta esimerkiksi ruokailuun ja varusteiden huoltoon liittyvissä asioissa. Tällöin käytännön asioista väistämättä keskustellaan yhdessä vanhempien kanssa.

Poikien aineissa oli ylipäätään tyttöjä enemmän huomattavissa välinpitämättömyyttä vanhempien toimintaa kohtaan ja pojat halusivat osoittaa olevansa riippumattomia vanhemmistaan ja tekevänsä itse päätökset harrastukseensa liittyen. Siksi voi olla, että pojat eivät halunneet tuoda esiin keskustelelevansa tai eivät keskustele vanhempiensa kanssa samoista asioista kuin tytöt.

LIITU-tutkimus 2016 osoitti, että loukkaantumiset ovat yleisempiä pojilla. Tutkimuksessamme tytöt kuitenkin toivat niitä huomattavasti enemmän esiin ja kertoivat niiden olevan yksi suurimmista puheenaiheista kotona harrastukseen liittyen. Erot tutkimuksessamme tyttöjen ja poikien välillä saattavat johtua siitä, että pojat eivät halua valittaa vaivoistaan, kuten Abgarov ym. (2012) toteavat tutkimuksessaan. Tytöt myös hakevat poikia useammin sosiaalista tukea perheeltään (Ptacek 2014), mikä näkyy myös tässä tutkimuksessa. Voi myös olla, että pieneen otantaamme sattui osumaan enemmän loukkaantuneita tyttöurheilijoita, kuin poikia. Kaikki tytöt, jotka toivat loukkaantumisia esiin, olivat voimistelijoita, joten lajilla saattaa olla vaikutusta asiaan.

Yksi tytöistä kertoi, että kotona puhutaan myös vanhempien jaksamisesta harrastuksessa. Nykypäivänä harrastukset vievät paljon aikaa paitsi lapsilta itseltään, myös heidän vanhemmiltaan ja usein lapsen harrastuksesta tulee myös vanhemman "harrastus" (Aarresola 2016). Onkin ymmärrettävää, että vanhempien jaksamista koetellaan. Heillä on usein oman päivätyönsä lisäksi yhden tai useamman lapsen harrastukset hoidettavanaan ja on ymmärrettävää, että väsymyksestä puhutaan myös kotona.

6.4 Miten nuoret kokevat vanhempiensa osallistumisen urheiluharrastuksessa

Neljännän tutkimuskysymyksen avulla oli tarkoitus selvittää, mitä mieltä nuoret ovat vanhempien osallisuudesta liikuntaharrastuksessa. Tästä aiheesta ei löytynyt entuudestaan kovin paljon tutkimustietoa. Lehtikirjoituksissa kentän laidalla kannustavat vanhemmat on usein nostettu esiin kriittisessä valossa ja myös me tutkijat odotimme tutkittaviemme kokemusten olevan osaltaan negatiivisia. Yllättävä tutkimustulos oli kuitenkin se, että vastaukset tähän kysymykseen olivat suorastaan ylistäviä. Negatiivisesti vanhempien mukana oloon ei suhtautunut kukaan ja muista vanhemmistakin oli vain muutama negatiivinen kokemus.

Suurin osa tutkittavista koki vanhempiensa olevan juuri sopivasti mukana heidän harrastuksessaan eli ei liikaa eikä liian vähän. Asiat ovat siis tutkittavillamme hyvin. Nuoret arvostivat sitä, että vanhemmat antoivat heidän harjoitella rauhassa eivätkä olleet esimerkiksi jokaisissa harjoituksissa tai joukkueen tapahtumissa mukana. Samaan aikaan oli kuitenkin tärkeää, että vanhemmat osoittivat kiinnostusta harrastusta kohtaan ja olivat läsnä tukemassa silloin, kun tarvitsee. Murrosiässä halutaan olla itsenäisempiä (Nikander ym. 2009) ja tämä saattaa olla syynä siihen, ettei vanhempien jatkuvaa läsnäoloa kentän laidalla kaivattu. Konttisen (2014) mukaan vanhempien holhoaminen aiheuttaa ajoittain negatiivisia tunteita murrosikäisellä ja tämä saattaa olla syynä siihen, miksi muutama poika totesi, että haluaisi vanhempiensa olevan vähemmän mukana harrastuksessaan. Pojat kokivat pärjäävänsä hyvin ilman vanhempiensa tukea.

Tutkimuksessamme selvisi, että vanhempien läsnäolo katsomossa etenkin peli- ja kilpailutilanteessa koettiin motivoivana. Samanlaisia tuloksia sai myös Sánchez (2013). Se, että vanhemmat tulivat seuraamaan pelejä, kilpailuja tai näytöksiä tuntui nuorista mukavalta ja he kokivat sen kiinnostuksen osoituksena vanhemmilta. Tästä tutkimustuloksesta voisi päätellä, että murrosikäisillekin nuorille on tärkeää päästä näyttämään osaamistaan vanhemmille. Gouldin, Hornin & Spreemannin (1983) tutkimuksessa selvisi, että nuoret urheilijat saattavat kokea vanhempien läsnäolon katsomossa painostavana ja lisä jännitystä aiheuttavana. Tässä tutkimuksessa kukaan ei tuonut esiin, ettei haluaisi vanhempiaan katsomoon ainakaan tästä syystä. Tutkimuksemme nuorille olikin tärkeää, että vanhemmat ottivat tosissaan heidän harrastuksensa ja olivat oikeasti kiinnostuneita. Tämä tulos oli yhteneväinen Valkosen (2006) ja Takalon (2004) tutkimusten kanssa.

Holtin ja Blackin (2007) tutkimukseen viitaten tutkimuksessamme ei kuvailtu autoritaarisia vanhempia, joille harrastuksessa pärjääminen olisi ollut kaikkein tärkein asia. Toisin kuin Niemisen & Räsäsen (2000) tutkimuksessa, aineistomme nuorista yhtä lukuun ottamatta kukaan ei kokenut, että harrastus olisi ollut tärkeämpi heidän vanhemmilleen kuin heille itselleen. Eräs tutkittavistamme koki hänen isänsä asettavan suorituspainetta, eikä vanhempien sisarusten menestys samassa lajissa auttanut asiaa. On mahdollista, että sisarusten pärjääminen lajissa aiheutti ikävää vertailua ja siitä syystä tutkittava ei pitänyt kyseisestä lajista. Tutkittava kertoi haluavansa keskittyä enemmän toiseen harrastukseensa, mikä oli hänelle tärkeämpi ja mielekkäämpi. Samalla hän kuitenkin koki, että etenkin hänen isänsä ei kiinnostanut tämä

toinen harrastus, koska se oli eri kuin isän oma laji ja jota myös perheen muut lapset harrastivat. On mahdollista, että tutkittava harrasti toista lajia vain miellyttääkseen isäänsä. Ajatus lopettamisesta pelotti, koska se tarkoitti pettymyksen tuottamista hänen isälleen. Tätä ajatusta tukee Hedstromin & Gould (2004), joiden mukaan vanhempien painostus asettaa nuoren ansaan, eikä hän välttämättä uskalla lopettaa harrastusta, vaikka haluaisi. Tämän tutkittavamme kertomus myös tukee saamaamme tutkimustulosta siitä, että nuorille vanhempien läsnäolo katsomossa ja kiinnostus harrastusta kohtaan on tärkeä. Toisaalta tutkittava saattoi myös kokea, että sisarukset saivat enemmän huomiota isältään, koska he pärjäsivät paremmin isän “lempilajissa”. Kapinoimalla tätä lajia vastaan hän saattoi tavoitella isältään huomiota.

Vanhemman valmentajana, huoltajana tai joukkueenjohtajana oloa kommentoitiin joko negatiivisesti tai ei lainkaan. Nuoret eivät juuri kertoneet syitä siihen, miksi se koettiin huonona. Tutkimuksestamme selvisi, että vanhemman liika mukanaolo ärsyttäisi, joten on mahdollista, että mikäli vanhempi toimii valmentajana, huoltajana tai joukkueenjohtajana on hän tällöin väistämättä mukana jokaisessa harrastukseen liittyvässä tapahtumassa ja siksi omaa vanhempaa ei mielellään haluta tähän rooliin.

6.5 Tutkimuksen vahvuudet ja heikkoudet

Yhdeksi työn vahvuudeksi koemme, että meillä oli laadulliseen tutkimusmenetelmään iso tutkimusjoukko. Sen lisäksi, että tarkastelimme yksilöiden ajatuksia, saimme myös kuvaa isomman joukon yhteneväisyyksistä ja erilaisuuksista. Monipuolisen aineiston ansioista meidän oli mahdollista verrata sitä muihin määrällisiin tutkimuksiin ja toisaalta laadulliselle tutkimukselle ominaisesti pystyimme myös syventymään yksittäisiin kommentteihin. Tutkimuksessamme oli tasamäärä tyttöjä ja poikia, joten heidän vastauksiaan oli helppo verrata toisiinsa ja löytää eroja ja samankaltaisuuksia. Lisäksi olimme tyytyväisiä kohdejoukon valintaan, sillä kaikilla oli harrastustaustaa ja siten sanottavaa aiheesta. Toisaalta liikuntaluokan käyttö tutkimuskohteena voi vaikuttaa siihen, että tulokset olivat positiivisempia kuin normaalilla luokalla, sillä esimerkiksi Palomäki ym. (2017) toteaa, että juuri aktiivisesti liikkuvat saavat vanhemmiltaan enemmän tukea.

Apukysymysten avulla saimme varmistettua kelvollisen aineiston, mutta jouduimme joustamaan periaatteesta, jossa nuorilla olisi täysin vapaa sana kertoa vanhempien roolista mitä he haluavat. Apukysymykset yhtenäistivät aineistoa ja sitä oli siksi helpompaa analysoida ja

vertailla vastauksia keskenään. Tutkimuksen luotettavuuteen liittyen on mahdotonta tietää kirjoitusten rehellisyydestä. Tutkittavat kirjoittivat ainekirjoituksen alunperin nimellä ja opettaja tarkasti sen ensin, mikä on voinut vaikuttaa aineiden sisältöön. Aineistomme analyysi on ollut subjektiivista ja on mahdollista, että toinen tutkija olisi voinut tulkita aineistoa toisin. Olemme kuitenkin olleet rehellisiä ja avoimia kertoessamme tutkimuksen etenemisestä ja sen vaiheista. Koska olemme tutkineet vain yhtä joukkoa tietyltä alueelta, tutkimustuloksemme ei ole yleistettävissä koko Suomen tasolla tai kansainvälisesti. Tutkimuksen luotettavuutta olisi vielä lisännyt, jos olisimme toteuttaneet saman ainekirjoituksen toisellekin ryhmälle.

6.6 Jatkotutkimusehdotuksia

Pro gradu -tutkielmamme käsitteli vanhempien roolia nuorten liikuntaharrastuksessa. Saimme aineiston avulla kohtuullisen selkeän kuvan siitä, mikä on vaikuttanut liikuntaharrastuksen aloittamiseen, mikä on vanhempien rooli nuorten liikuntaharrastuksessa sekä miten poikien ja tyttöjen käsitykset aiheesta eroavat ja miten nuoret kokevat vanhempien mukanaolon harrastustoiminnassa. Nyt kun yksilöiden ääntä on kuultu, olisi seuraavaksi hyvä selvittää ovatko tulokset samanakaltaisia isommalla tutkimusotannalla tai esimerkiksi kansainvälisesti. Lisäksi olisi mielenkiintoista tietää, koskevatko löydöksemme pelkästään liikuntaharrastusta vai ovatko piirteet samanlaisia myös muissa harrastuksissa kuten musiikissa tai kuvataiteessa. Nikulan pro gradu-tutkielmassa (2012) oli tutkittu yhden musiikkilajin, gospelin, harrastajien taustoja. Enimmäkseen näiden harrastajien kotona oli jo lapsuudessa kuunneltu musiikkia, laulettu ja muutenkin kannustettu musiikkiharrastuksen pariin. Musiikkiharrastukseen aloittamisen innostaneet tekijät olivat samankaltaisia kuin liikuntaharrastuksen pariin innostavat tekijät: oma päätös (54 %), vanhemmat (65 %), kaverit (35 %). (Nikula 2012.)

Olisi myös mielenkiintoista tutkia samaa asiaa vertaillen eri urheilulajeja toisiinsa. Annetaanko jossain lajeissa enemmän tukea kuin toisissa? Onko joukkuelajien ja yksilölajien välillä eroa? Tutkimusaineistomme oli nyt liian suppea tämänkaltaiseen tarkasteluun. Lisäksi voisi vertailla millaisia eroavaisuuksia ja yhteneväisyyksiä löytyisi, jos samantyyllisen ainekirjoituksen teettäisi eri ikäluokilla (alakoulu, yläkoulu, lukio/ammattikoulu). Erilaisella aineistonkeruumenetelmällä voisi saada joko syvällisempää tietoa tai määrällisellä tutkimuksella tiettyjä kysymyksiä voisi kohdistaa. Lisäksi olisi kiinnostavaa tehdä sama tutkimus samoille tutkittaville kymmenen vuoden kuluttua ja verrata tuloksia. Näkisivätkö

nuoret vanhempiensa roolin eri tavalla? Olisiko kiitollisuus kenties lisääntynyt? Vai tuntuisiko vanhempien rooli merkityksettömältä?

LÄHTEET

- Aaltio, I. & Puusa, A. 2011. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa A. Puusa & J. Juuti (toim.) Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Vantaa: Hansaprint Oy, 153–166.
- Aaltonen, S. 2001. Tutkimuksen sensitiivisyys. Koulutehtävän aiheena sukupuoli häirintä. Nuorisotutkimus 19 (2), 36–50.
- Aarresola, O. 2016. Nuorten urheilupolut. Tutkimus kilpaurheiluun sosiaalistumisen normeista, pääomista ja toimijuudesta. Jyväskylän yliopisto. *Studies in sport, physical education and health* 246.
- Aarresola, O. & Konttinen, N. 2012. Vanhemmat moni-ilmeinen vaikuttaja kilpaurheiluun sosiaalistumisessa. *Liikunta & Tiede* 49 (6), 31–35.
- Abgarov, A., Jeffery-Tosoni, S., Baker, J. and Fraser-Thomas, J. 2012. Understanding Social Support Throughout the Injury Process Among Interuniversity Swimmers. *Journal of Intercollegiate Sport* 5, 213–229.
- Aira, T., Kannas, L., Tynjälä, J., Villberg, J. & Kokko, S. 2013. Hiipuva liikunta nuoruusiässä. Drop off-ilmiön aikatrendejä ja kansainvälistä vertailua WHO-koululaistutkimuksen (HBSC-study) aineistolla 1986–2010. Jyväskylän yliopisto
- Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Neljäs painos. Osuuskunta vastapaino. Tampere.
- Anttila, A. 2001. Elämän kovuus ja rakkauden rajallisuus. Varhaisnuorten kirjoituksia Koululainen-lehden ja Internetin keskustelupalstoilla. Nuorisotutkimus 19 (2), 21–35.
- Bagley, S., Salmon, J. & Crawford, D. 2006. Family structure and children's television viewing and physical activity. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 38 (5), 910–918.
- Bauman, A., Reis, R., Sallis, J., Wells, J., Loos, R. & Martin, B. 2012. Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? *Lancet* 380, 258– 271. doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60735-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60735-1)
- Baxter-Jones, A. D.G. & Maffuli, N. 2003. Parental influence on sport participation in elite young athletes. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness* 42 (2), 250– 255.
- Berg, P. & Piirtola, M. 2014. Lasten ja nuorten liikuntatutkimus Suomessa - tutkimuskatsaus 2000-2012. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura ry. 84
- Berg, P. 2015. Sosiaaliset jalat ja vakava vapaa-aika - lasten ja nuorten vertaissuhteiden merkitys liikulaharrastuksissa. Nuorisotutkimus 33 (3-4), 88-101.

- Biddle, S. & Mutrie, N. 2008. *Psychology of Physical Activity Determinants, well-being and interventions* 2nd edition 35. New York.
- Biddle, S., Atkin, A., Cavill, N. & Foster, C. 2011. Correlates of physical activity in youth: a review of quantitative systematic reviews. *International review of Sport and Exercise Psychology* 4 (1), 25– 49.
- Blomqvist, M., Mononen, K., Kontinen, N., Koski, P. & Kokko, S. 2015. Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa S. Kokko & R. Hämylä (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2014*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2.
- Clark, A. & Moss, P. 2001. *Listening to young children. The Mosaic approach*. Englanti: Page Bros.
- Coleman, L., Cox, L. Roker, D. (2008) Girls and young women's participation in physical activity: psychological and social influences. *Health education research* 23 (4), 633– 647.
- Gould, D., Horn, T. & Spreemann, J. 1983. Competitive anxiety in junior elite wrestlers. *Journal of Sport Psychology* 5 (1), 58– 71.
- Chatzizarantis, N., Frederick, C., Biddle, S., Hagger, M. & Smith, B. 2007. Influences of volitional and forced intentions on physical activity and effort within the theory of planned behaviour. *Journal of Sports Sciences* 25 (6), 699– 709.
- Cote, J. 1999. The Influence of the Family Development of Talent in Sport. *The Sport Psychologist*, 13 (4), 395– 417.
- DeFrancesco, C. & Johnson, P. 1997. Athlete and Parent perceptions in Junior Tennis. *Journal of Sport Behavior* 20 (1), 30– 35.
- Davison, K., Cutting, T. & Birch, L. 2003. Parents' Activity-Related Parenting Practices Predict Girls' Physical Activity. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 35 (9), 1590– 1595.
- Davison, K. & Jago, R. 2009. Change in Parent and Peer Support across Ages 9 to 15 yr and Adolescent Girls' Physical Activity. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 41 (9), 1816– 1825.
- DeFrancesco, C. & Johnson, P. 1997. Athlete and Parent perceptions in Junior Tennis. *Journal of Sport Behavior* 20 (1), 30– 35.
- Elliot, S. K. & Drummond, M. J.N. 2015. Parents in youth sport: what happens after the game? *Sport, Education and Society* 22 (3), 391– 406. doi: 10.1080/13573322.2015.1036233
- English Football Association. 2017. The FA's Respect Programme. Viitattu 3.5.2017. www.thefa.com/get-involved/player/respect
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. 8. painos. Jyväskylä: Gummerus.

- Eskola, J. 2010. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen aineiston analyysi vaihevaiheelta. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 3. painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 179–203.
- Ferreira, I., Van Der Horst, K., Wendel-Vos, W., Kremers, S., van Lenthe, F. & Brug, J. 2007. Environmental correlates of physical activity in youth - a review and update. *Obesity Reviews* 8 (2), 129–140.
- Goodman, M. & James, I. A. 2017. Parental involvement in young footballers' development: A comparison of the opinions of children and their parents. *Sport & Exercise Psychology Review* 13 (1), 2–9.
- Gustafson, S. & Rhodes, R. 2006. Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports Medicine* 36 (1), 79–97.
- Hedstrom, R. & Gould, D. 2004. *Research in Youth Sports: critical issues status*. Michigan: Michigan State University.
- Heikkinen, H. 2010. Narratiivinen tutkimus - todellisuus kertomuksena. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 3. painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 143–159.
- Heitzler, C., Martin, S., Duke, J. & Huhman, M. 2006. Correlates of Physical activity in a national sample of children aged 9–13 years. *Preventive Medicine* 42, 258.
- Hinkley, T., Crawford, D., Salmon, J., Okely, A. & Hesketh, K. 2008. Preschool Children and Physical Activity A Review of Correlates. *American Journal of Preventive Medicine* 34 (5), 435–441.
- Holt, N, L. & Black, D, E. 2007. Parenting styles and specific parenting strategies in youth sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology* 29, 170–171.
- Hietanen, M. & Kauppila, A. 2007. Mikä lasta liikuttaa? Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. painos. Hämeenlinna: Karisto.
- Hirvensalo, M., Liukkonen, J., Jaakkola, T. & Sääkslahti, A. 2015. Koettu liikunnallinen pätevyys ja koetut esteet. Teoksessa S. Kokko & R. Hämylä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2014. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2, 45.
- Huusko, M. & Paloniemi, S. (2006). Fenomenografia laadullisena tutkimussuuntauksena kasvatustieteissä. *Kasvatus* 37 (2), 162–173.

- Hämäläinen, K. 2003. Enemmän kuin valmentaja? Valmentaja urheilijoiden kirjoituksissa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Liikuntapedagogiikan lisensiaatintutkimus. Viitattu 26.3.2017.
- Hämäläinen, P. & Karisto, P. 2001. Vanhempien ja koululiikunnan merkitys lapsen liikunnan harrastamiselle. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 4.4.2017.
- Härkönen, M. 2016. Meuhkaava aikuinen nolottaa harrastavaa lasta – ”Joskus järkevätkin vanhemmat sokaistuvat”. *Ilta-sanomat*. Viitattu 20.6.2017 <http://www.is.fi/perhe>
- Itkonen, H. 2017. Vapaus valita? Nuorten pirstaloituva liikuntakulttuuri. *Tieteessä tapahtuu* 3. 14 – 16.
- Jaakkola, T. & Liukkonen, J. (2006) Changes in student's self-determined motivation and goal orientation as a result of motivational climate intervention within high school physical education classes. *International Journal of Sports and Exercise Psychology* 4 (3), 302–324.
- Jago, R., Page, AS. & Cooper, AR. 2012. Friends and physical activity during the transition from primary to secondary school. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 44 (1), 111– 117.
- Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Jyväskylä: Suomen yliopistopaino OY.
- Kakkori, L. & Huttunen, R. 2011. Fenomenologia, hermeneutiikka ja fenomenografinen tutkimus. Turku: Turun yliopisto. Viitattu 28.1.2015.
- Kanters, M.A., Bocarro, J., Casper, J. 2008. Supported or Pressured? An Examination of Agreement Among Parent's and children on parent's role in youth sport. *Journal of Sport Behavior* 31 (1), 64–80.
- Karlsson, L. 2001. Lapsille puheenvuoro. Ammattikäytännön perinteet murroksessa. Helsingin yliopisto. Kasvatuspsykologian tutkimusyksikkö. Tutkimuksia 1/2000. 2. korjattu painos. Helsinki: Edita.
- Kay, T. 2000. Sporting excellence: A family affair. *European physical education review* 6 (2), 151– 169.
- Kirk, D., O'Connor, A., Carlson, T., Burke, P., Davis, K. & Glover, S. 1997. Time commitments in junior sport: social consequences for participants and their families. *European Journal of Physical Education* 2 (1), 62–73.
- Kokko, S., Villberg, J. & Kannas, L. 2010. Nuori urheilijan polulla. 13–15-vuotiaiden urheilijoiden arvioita harjoitusmäärästään, harjoittelun monipuolisuudesta sekä elämäntavoista. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden tutkimuskeskus. 10–12.
- Kokko, S. 2013. Liikuntakasvatus organisoidussa urheilussa. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Juva: PS-kustannus, 126– 140.

- Konttinen, N. 2014. Motivaatio urheiluun. Teoksessa K. Mononen, O. Aarresola, P. Sarkkinen, J. Finni, S. Kalaja, A. Härkönen, M. Pirttimäki (toim.) Tavoitteena nuoren urheilijan hyvä päivä: Urheilijan polun valintavaiheen asiantuntija, 19–21.
- Koski, P. & Tähtinen, J. 2005. Liikunnan merkitykset nuoruudessa. *Nuorisotutkimus* 23 (1), 3–21.
- Koski, P., Laine, A. & Matilainen, P. 2016. Urheilun ja liikunnan seuraaminen. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4. 51–56.
- Kunješić, M. 2012. Parent's expectations towards children's artistic gymnastics exercise. *Science of Gymnastics Journal* 4 (2), 65–73.
- Kvale, K. & Brinkmann, S. 2009. Interviews. Learning the Craft of Qualitative Research Interviewing. Sage Publications Inc, Los Angeles, CA, USA.
- Laakso, L., Nupponen, H. & Telama, R. 2007. Kouluikäisten liikunta-aktiivisuus. Teoksessa P. Johansson & T. Huovinen (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. 2. uudistettu painos. Helsinki: WSOY, 42–60.
- Lafferty, M, E. & Dorrel, K. 2006. Coping Strategies and the Influence of Perceived Parental Support in Junior National Age Swimmers. *Journal of Sports Sciences* 24 (3), 253–260.
- Laine, T. 2015. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 4. painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 29–51.
- Lasten ja nuorten liikunta, Suomen tilannekatsaus 2014 ja kansainvälinen vertailu. 2015. Likes, Jyväskylän yliopisto, Liikkuva koulu, 8– 27
- Lehmuskallio, M. 2011. Ei Villegalle vaan vertaiset, vanhemmat ja valmentajat – lasten ja nuorten näkemyksiä liikuntakiinnostukseen vaikuttajista. *Liikunta & Tiede* 48 (6), 26– 29.
- Lehto, A.P. & Peltola, M. E. 2014. 11-Vuotiaiden lasten liikunta-aktiivisuus - WHO-Koululaistutkimus. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma. Terveyskasvatuksen syventävien opintojen opinnäytetyö. Viitattu 11.4.2017.
- Liukkonen, J. & Jaakkola, T. 2013. Liikuntamotivaatio elinikäisen liikuntaharrastuksen edellytyksenä. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Juva: PS-kustannus, 145–151.
- Lämsä, J. 2009. Lasten ja nuorten urheilu yhteiskunnassa. Teoksessa H. Hakkarainen, T. Jaakkola, S. Kalaja, J. Lämsä, A. Nikander & J. Riski (toim.) Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen perusteet. Lahti: VK-Kustannus, 32–33.

- Mononen, K., Blomqvist, M., Koski, P. & Kokko, S. 2016. Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4, 27–35.
- Nieminen, R. & Räsänen, P. 2000. Selviytymisjuttu? Taitoluistelua harrastavien lasten ja heidän vanhempiansa käsityksiä lapsiurheilun luonteesta. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Nikander, A. 2009. Lapsen ja nuoren psyykkinen kehitys. Teoksessa H. Hakkarainen, T. Jaakkola, S. Kalaja, J. Lämsä, A. Nikander & J. Riski (toim.) Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen perusteet. Lahti: VK-Kustannus, 120–121.
- Liikunnan edistäminen lapsilla ja nuorilla – liikuntaan vaikuttavat tekijät ja liikuntainterventioiden vaikutukset. 2010. Nuori Suomi ry ja LIKES-tutkimuskeskus.
- Maturo, C. & Cunningham, S. 2013. Influence of friends on children's physical activity: A Review. *American Journal of Public Health* 103 (7), 23–38.
- McWeigh, J., Norris, S. & de Wet, T. 2004. The relationship between socio-economic status and physical activity patterns in South African children. *Acta Pñdiatr* 93, 982–988.
- Metsämuuronen, J. 2006a. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä 2. 4. painos. Vaajakoski: Gummerrus Kirjapaino Oy
- Metsämuuronen, J. 2006b. Laadullisen tutkimuksen käsikirja. 1. painos. Vaajakoski: Gummerrus Kirjapaino Oy
- Mononen, K., Aarresola, O., Sarkkinen, P., Finni, J., Kalaja, S., Härkönen, A., & Pirttimäki, M. 2014. Tavoitteena nuoren urheilijan hyvä päivä. Urheilijan polun valintavaiheen asiantuntijatyö. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. KIHUn julkaisusarja 46.
- Nikula, M. 2012. "Oli halu soittaa heviä ja julistaa sanaa" - suomalaisen gospelmuusikon profiili. Jyväskylän yliopisto. Musiikkikasvatus. Pro gradu-tutkielma.
- Nupponen, H., Halme, T. & Parkkisenniemi, S. 2005. Arjen oma liikunta lasten liikunnan perusta. *Liikunta ja tiede* 42 (4), 4–9.
- Nupponen, H., Halme, T., Parkkisenniemi, S., Pehkonen, M. & Tammelin, T. 2010. Laps Suomen tutkimus: 3-12-vuotiaiden lasten liikunta-aktiivisuus. Yhteenveto vuosien 2001-2003 menetelmistä ja tuloksista. *Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja* 239, 5.
- Palomäki, S., Huotari, P. & Kokko, S. 2015. Vanhemmat ja kaverit liikuntaharrastuksen tukena. Teoksessa S. Kokko & R. Hämylä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2014. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2014, 65–72.
- Palomäki, S., Mehtälä, A., Huotari, P & Kokko, S. 2016. Vanhempien ja kavereiden tuki lasten ja nuorten liikunnalle. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten

- liikuntakäyttäytyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4. 41–45.
- Palomäki, S., Laherto, L., Kukkonen, T., Hakonen, H. & Tammelin, T. 2016. Vanhempien hyvä koulutus- ja tulotaso on yhteydessä nuorten liikkumiseen etenkin urheiluseuroissa. *Liikunta & Tiede* 53 (4), 92–98.
- Palomäki, S., Huotari, P. & Kokko, S. 2017. Vanhempien ja kavereiden tuen yhteys nuoruusiän fyysiseen aktiivisuuteen. *Liikunta & Tiede* (2-3), 83-90.
- Parkkari, J., Räisänen, A., Pasanen, K. & Rimpelä, A. Liikuntavammat koulussa, vapaa-ajalla ja urheiluseuroissa. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4, 62–66.
- Piispa, M. 2013. Huipulle vai huvin vuoksi – mikä 2000-luvun suomalaisnuoria liikuttaa? Teoksessa P. Harinen & A. Rannikko (toim.) Tässä seison enkä muuta voi? Nuorisotutkijoiden ajatuksia nuorten liikunnasta ja sen kipupisteistä. Nuorisotutkimusverkosto. Verkkojulkaisuja 65
- Puronaho, K. 2014. Drop-out vai throw-out? Tutkimus lasten ja nuorten liikuntaharrastusten kustannuksista. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2014:5.
- Puusa, A. & Juuti, P. 2011. Mitä laadullinen tutkimus on? Teoksessa A. Puusa & J. Juuti (toim.) Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Vantaa: Hansaprint Oy, 47–57.
- Ptacek, J.T., Smith, R.E., & Dodge, K.L. 1994. Gender differences in coping with stress: When Stressor and appraisals do not differ. *Personality and Social Psychology Bulletin* 20, 421–430. doi:10.1177/0146167294204009
- Rautava, P. 2003. Vanhemmat paljon vartijoina - Vanhempien merkitys 5. luokan oppilaiden liikuntaharrastuksessa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu- tutkielma.
- Rautava, P., Laakso, L. & Nupponen, H. 2003. Vanhempien merkitys 5.luokan oppilaiden liikuntaharrastuksessa. *Liikunta & Tiede* 5–6 erikoisliite 2003, 26–32.
- Ryen, A. 2011. Ethics and qualitative research. Teoksessa D. Silverman (toim.) *Qualitative research*. 3. uudistettu painos 427.
- Sallis, J., Prochaska, J. & Taylor, W. 2000. A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 32 (5), 963-971.
- Sánchez, P, A., Leo, F, M., Sánchez, O, D., Amado, D. & García, C, T. 2013. The Importance of Parents' Behavior in their Children's Enjoyment and Amotivation in Sports. *Journal of Human Kinetics* 37, 171–180. doi: 10.2478/hukin-2013-0017

- Seabra, A., Mendonca, D., Maia, J., Welk, G., Brustad, R., Fonseca, A., & Seabra, A. 2013. Gender, weight status and socioeconomic differences in psychosocial correlates of physical activity in schoolchildren. *Journal of Science and Medicine in Sport* 16, 322–325.
- SLU. 2010. Kansallinen liikuntatutkimus 2009-2010. Lapset ja nuoret. SLU-julkaisusarja 7. Helsinki: Suomen Liikunta ja urheilu, 126.
- Soini, T. 2011. Treenimatkoja kuljetusyhteiskunnassa - kilpaurheilevan lapsen vanhemmuus. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu - tutkielma, 53.
- Solomon-Moore, E., Sebire, J. S., Thompson, L. J., Zahra, J., Lawlor, A. D. & Jago, R. 2016. Are parents' motivations to exercise and intention to engage in regular family-based activity associated with both adult and child physical activity? *BMJ Open Sport & Exercise Medicine* 2 (1): e000137. doi: 10.1136/bmjsem-2016-000137
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 11. uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Takalo, S. 2004. Kuka minua liikuttaa? Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Liikuntapedagogiikan lisensiaatintutkimus. Viitattu 29.3.2017.
- Takalo, S. 2016. Kuka nuorta liikuttaa? Tutkimus liikuntatottumusten rakentumisesta lapsesta nuoreksi aikuiseksi. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 135.
- Tammelin, T., Aira, A., Kulmala, J., Kallio, J., Kantomaa, M. & Valtonen, M. 2014. Suomalaislasten fyysinen aktiivisuus – tavoitteena vähemmän istumista ja enemmän liikuntaa. *Suomen Lääkärilehti* 25 (32), 1871–1876.
- Telford, R. M., Telford, R. D., Cochrane, T., Cunningham, R. B., Olive, L. S. & Davey, R. 2016. The influence of sport club participation on physical activity, fitness and body fat during childhood and adolescence: The LOOK longitudinal Study. *Journal of Science and Medicine in Sport* 19 (5), 400–406. doi: 10.1016/j.jsams.2015.04.008
- Tiihonen, A. 2011. Mitä ”väliä” urheilemisella oikein on? 11–15-vuotiaat huippu-urheilun näkökulmasta. Teoksessa M. Salasuo & M. Kangaspunta (toim.) *Hampaat irvessä? Painavia sanoja 11–15-vuotiaiden kilpaurheilusta*. Nuorisotutkimusverkosto / Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisuja 39, 25–31.
- Tissari, M. 2004. Juniorijääkiekkoilijoiden kokemuksia harrastuksestaan. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu – tutkielma.
- Tremblay, M., Gray, C., Akinroye, K., Harrington, D., Katzmarzyk, P., Lambert, E., Liukkonen, J., Maddison, R., Ocansey, R., Onywera, V., Prista, A., Reilly, J., Rodriguez, Martinez, M., Sarmiento, O., Standage, M. & Tomkinson, G. 2014. *Physical Activity of Children: A Global*

- Matrix of Grades Comparing 15 Countries. *Journal of Physical Activity and Health*, 11 (1), 113–125.
- Trost, S. & Loprinzi, P. 2011. Parental Influences on Physical Activity Behavior in Children and Adolescents: A Brief Review. *American Journal of Lifestyle Medicine* 5 (2), 171–177.
- Trussel, D, E. & Shawn, S,M. 2012. Organized Youth Sport and Parenting in Public and Private Spaces. *Leisure Sciences* 34, 377–394. doi: 10.1080/01490400.2012.714699
- Tuloskortti 2016 - Lasten ja nuorten liikunta Suomessa. 2016. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 318. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 1-2. painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Valkonen, L. 2006. Millainen on hyvä isä tai äiti? Viides- ja kuudesluokkalaisten lasten vanhemmuuskäsitykset? Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä studies in education, psychology and social research 286.
- Van Der Horst, K., Paw, M., Twisk, J. & Mechelen, W. 2007. A Brief Review on Correlates of Physical Activity and Sedentariness in Youth. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 39 (8), 1241–1250
- Varto, J. 2005. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Metodologia tutkii menetelmien perusteita ja oletuksia. *Elan Vital*. Viitattu 15.6.2017
- Vesa, M. 2016. Lasten juoksukisalla karmea loppu: Voitonhimoiset vanhemmat repivät itkevät lapset maaliviivan ylitse Itävallassa. *Ilta-sanomat*. Viitattu 18.6.2017
<http://www.is.fi/ulkomaat>
- Vilkkä, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Weiss, R. M. & Fretwell, S. D. 2005. The Parent-Coach/Child-Athlete Relationship in Youth Sport. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 76 (3), 286–305. doi: 10.1080/02701367.2005.10599300
- Yang, X., Telama, R., Laakso, L. & Viikari, J. 2003. Children's and adolescents' physical activity in relation with living environment, parents' physical activity, age and gender. *Acta Kinesiologiae Universitatis Tartuensis* 8, 61–88.
- Yao, C. & Rhodes, R. 2015. Parental Correlates in Child and Adolescent physical activity: a meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 12 (10). doi:10.1186/s12966-015-0163-y
- Zacheus, T. & Järvinen, T. (2007) “Opettaja pisti suksisauvalla selkään”: vuosina 1923–1988 syntyneiden suomalaisten kielteisiä koululiikuntakokemuksia. *Kasvatus* 38 (1), 17–28

LIITTEET

LIITE 1

Hei [Opettajan nimi]!

Saimme liikunnaopettaja [opettajan nimi] tiedon, että kahdeksannen luokan liikuntaluokkalaiset voisivat kirjoittaa aineen äidinkielen tunnilla nelosjaksossa 18.3 jälkeen.

Opiskelemme liikunnan ja terveystiedon opettajiksi Jyväskylän yliopistossa. Toiveenamme olisi saada ainekirjoituksia liikuntaluokan oppilailta vanhempien roolista heidän liikintaharrastuksessaan. Tarvitsisimme aineiston tämän kevään aikana. Tekisimme lupanomukset vanhemmille ja rehtorille ja tulisimme itse mielellämme keräämään aineistoa, niin voisimme samalla kertoa aiheesta oppilaille ja avustaa aineen kirjoituksessa. Luonnollisesti käsitteisimme aineet nimettöminä.

Valitsimme tämän aiheen, sillä vanhempien rooli lasten urheilussa herättää paljon ristiriitoja ja tunteita. Esimerkiksi vanhempien suhtautuminen liian intohimoisesti lapsen harrastukseen on usein esillä lehdistössä. Sitä, miten lapset kokevat vanhempien tuen ja muun osallisuuden liikintaharrastuksessa, ei ole aikaisemmin selvitetty.

Meidän pro gradu -tutkielmassa tavoitteena olisi saada juuri lasten ääni kuuluviin ainekirjoituksen avulla. Ainekirjoituksen avulla lapsi saa vapaasti kertoa omasta näkemyksestään eivätkä tarkat haastattelukysymykset tai kyselylomakkeet ohjaa hänen vastauksiaan.

Mikähän tarkempi päivämäärä olisikaan? (Olemme molemmat Vuokatissa 29.3-1.4)

Yhteistyöterveisin

Aliina Alatalo aliina.m.alatalo@student.jyu.fi

Riikka Aalto riikka.s.aalto@student.jyu.fi

Tutkielmamme ohjaaja
Mirja Hirvensalo
Professori
Liikuntakasvatuksen laitos
mirja.hirvensalo@jyu.fi

LIITE 2

Hei [Opettajan nimi],

välittäisikö tämän viestin niille liikuntaluokan vanhemmille, joiden lapset ovat tutkimukseen osallistumassa esimerkiksi Wilmassa.

Tietoa pro gradu- tutkimuksesta vanhemmille

Opiskelemme liikunnan ja terveystiedon opettajiksi Jyväskylän yliopistossa. Toiveenamme on saada ainekirjoituksia liikuntaluokan oppilailta vanhempien roolista heidän harrastuksessaan.

Liikuntaluokalla opiskeleva lapsenne kirjoittaisi aineen vanhempien merkityksestä liikuntaharrastuksessaan maanantaina [päivämäärä] äidinkielen tunnilla. Aineet käsitellään nimettöminä ja ne tulevat vain tutkijoiden käyttöön.

Mikäli ette halua lapsenne osallistuvan tutkimukseen, ilmoitattehan meille siitä pikimmiten.

Yhteistyöterveisin pro gradu -tutkimuksen tekijät
Aliina Alatalo aliina.m.alatalo@student.jyu.fi
Riikka Aalto riikka.s.aalto@student.jyu.fi
Tutkielmamme ohjaaja
Mirja Hirvensalo
Professori
Liikuntakasvatuksen laitos
mirja.hirvensalo@jyu.fi

LIITE 3

PÄÄOTSIKKO:

Vanhemmat liikuntaharrastuksessani

APUKYSYMYKSIÄ:

Kerro miten aloitit liikuntaharrastuksesi ja miksi.

Kuvaa vanhempiesi roolia (=mitä ne tekee tekee siellä) harjoitus/peli/kisatilanteessa?

Kuvaa muiden vanhempien roolia harjoitus/peli/kisatilanteessa? Miltä se sinusta tuntuu?

Kerro mitä juttelette vanhempiesi kanssa liikuntaharrastuksestasi?

Mitä mieltä olet siitä, että vanhempasi ovat mukana liikuntaharrastuksessasi? Haluaisitko että he ovat enemmän tai vähemmän mukana?

Voit kertoa myös jonkun tarinan.

Mieti positiivisia/negatiivisia asioita.

OHJEISTUS

Kirjoita 2-3 sivua. Voit kirjoittaa pelkästään siitä, mitä sinulle tulee mieleen pääotsikosta. Vaihtoehtoisesti voit myös käyttää apuna joitakin tai kaikkia antamiamme apukysymyksiä. Kirjoita omista kokemuksistasi ja muista ettei ole olemassa yhtä oikeaa vastausta. Vähintään 2 sivua kirjoittaneiden kesken arvotaan 2 leffalippua, yksi tytöille ja yksi pojille :)