

**Vanhempien näkemykset lasten liikuntaan kasvattamisen
vastuusta**

Tiia Nurminen

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma
Kevätlukukausi 2019
Kasvatustieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Nurminen, Tiia. 2019. Vanhempien näkemykset lasten liikuntaan kasvattamisen vastuusta. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. 82 sivua.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia vanhempien näkemyksiä kasvatusvastuusta ja erityisesti lasten liikuntaan kasvattamisen vastuusta. Pyrkimyksenä oli selvittää, minkälaisia ajatuksia vanhemmilla on kasvatusvastuusta ja sen jakautumisesta. Lisäksi mielenkiinnon kohteena oli se, minkälaisia näkemyksiä vanhemmilla on lasten liikkumisesta ja sen merkityksestä sekä siitä, keillä kaikilla on vastuu tukea lasten liikkumista.

Tutkimukseen osallistui 13 vanhempaa, joilla oli ainakin yksi 7–9-vuotias lapsi. Vanhemmista 12 oli äitejä ja yksi isä, ja heistä kahdeksan rekrytoitiin mukaan Etelä-Savolaisen koulun kautta, ja loput viisi lumipallo-otannalla. Aineisto kerättiin teemahaastattelulla siten, että 11 haastattelua toteutettiin puhelimitse, yksi Skypen välityksellä ja yksi kasvotusten. Tutkimusaineisto analysoitiin teemoittelemalla, ja siinä hyödynnettiin myös teoriaohjaavaa sisällönanalyysia.

Tutkimustulokset olivat yhteneviä aiempien tutkimusten kanssa – sekä kasvatusvastuu että liikuntaan kasvattamisen vastuu kuuluvat ensisijaisesti lasten vanhemmille. Opettajien ja muiden oheiskasvattajien tuki kasvattamisessa ja liikunnan opastamisessa nähdään kuitenkin tärkeänä. Kasvatusvastuu nähtiin kokonaisvaltaisena vastuuna kattaen esimerkiksi mallin näyttämisen ja erinäisten asioiden, kuten käytöstapojen, opettamisen. Vanhemmat näkivät lasten liikkumisen merkityksellisenä, ja he kokivat heidän itsensä ja eri oheiskasvattajien pysyvän tukemaan lasten liikkumista monin keinoin. Tutkimusaihe on tärkeä, sillä lasten liikkumisella on monia hyötyjä lasten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Liikkumisen tukemisen keinoja onkin tärkeä pohtia ja kehittää tulevaisuudessa myös lasten näkökulmia kuullen.

Asiasanat: kasvatusvastuu, vanhempien vastuu, liikuntaan kasvattaminen, kasvatusvastuun jakautuminen, lasten liikkuminen

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	6
2	KASVATUSVASTUUN LÄHTÖKOHTIA	8
2.1	Mitä on kasvatustvastuu?	8
2.2	Kasvatustvastuu vanhemmilla ja oheiskasvatustajilla	9
2.2.1	Näkökulmia kasvatustvastuun jakautumiseen.....	9
2.2.2	Vanhemmilla ensisijainen kasvatustvastuu.....	11
2.2.3	Oheiskasvatustajien vastuu lasten kasvatustamisessa	13
3	LIIKUNTAAN KASVATTAMISEN VASTUU	17
3.1	Lasten liikkuminen ja sen hyödyt.....	17
3.1.1	Lasten liikkuminen nykypäivänä	17
3.1.2	Liikunta lasten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäjänä....	18
3.2	Lasten fyysistä aktiivisuutta edistävät tekijät.....	19
3.2.1	Vanhemmilla vastuu tukea lastensa liikkumista.....	19
3.2.2	Läheiset ihmiset tukevat lasten liikkumista	22
3.2.3	Lasten liikkumiseen vaikuttavat tekijät	24
4	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	26
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	27
5.1	Tutkimuskohde ja lähestymistapa.....	27
5.2	Tutkittavat.....	28
5.3	Aineiston keruu.....	30
5.4	Aineiston analyysi	34
5.5	Eettiset ratkaisut.....	37

6	KASVATUSVASTUU JAETTUNA VASTUUNA	39
6.1	Vanhemmille kuuluva kasvatusvastuu	40
6.1.1	Vastuullisuuden opettaminen lapsille	40
6.1.2	Arvojen ja asenteiden opettaminen lapsille.....	41
6.2	Kasvatusvastuun jakautuminen	43
6.2.1	Koulun kasvatusvastuuna opetusvastuu	43
6.2.2	Oheiskasvattajat vanhempien kasvatustyön tukijoina	44
7	LASTEN LIIKKUMISEEN LIITTYVÄT MONINAISET TEKIJÄT	47
7.1	Lasten liikkuminen vanhempien näkökulmasta	48
7.1.1	Liikunta ja fyysinen hyvinvointi.....	48
7.1.2	Liikunta lasten hyvinvoinnin ja oppimisen edistäjänä.....	49
7.2	Liikuntaan kasvattamisen vastuun jakautuminen.....	50
7.2.1	Vanhempien esimerkki suuntaa lasten liikkumista	50
7.2.2	Vanhemmat lastensa liikunnan tukijoina	52
7.2.3	Oheiskasvattajat lasten liikunnan tukijoina	54
7.3	Lasten fyysistä aktiivisuutta mahdollistavia tekijöitä	56
7.3.1	Lähiympäristön tarjoamat liikuntamahdollisuudet.....	56
7.3.2	Vanhempien taloudellinen tilanne	57
7.3.3	Matalan kynnyksen liikunta	59
8	POHDINTA	61
8.1	Tulosten tarkastelu	61
8.1.1	Vanhemmilla kasvatusvastuu lähipiirin tukemana.....	61
8.1.2	Moninaiset tekijät lasten fyysisen aktiivisuuden mahdollistajina.....	64
8.2	Luotettavuuden arviointi.....	68
8.3	Jatkotutkimusehdotukset.....	71

LÄHTEET	74
LIITTEET.....	80

1 JOHDANTO

Kasvatusvastuusta puhutaan nykypäivänä paljon ja keskiössä on erityisesti se, kenelle kasvatusvastuu kuuluu. Keskustelua kasvatusvastuusta ja sen jakautumisesta käydäänkin julkisuudessa ja yhtenä aiheena on ollut, minkälainen vastuu on vanhemmilla ja minkälainen puolestaan koululla. (Metso 2004, 173.) Kasvatusvastuun on nähty kuuluvan ensisijaisesti vanhemmille (mm. Böök & Perälä-Littunen 2015, 618; Metso 2004, 173), mutta paljon puhutaan myös siitä, että kasvatusvastuu jakautuu esimerkiksi yhteiskunnallisille kasvattajille (Alasuutari 2003, 13, 15).

Vanhempien kasvatusvastuulle nähdään kuuluvan erilaisia asioita perustarpeista huolehtimisesta (Böök & Perälä-Littunen 2015, 618) sosiaalisten taitojen opettamiseen (Seppälä 2000, 30) ja rajojen asettamiseen (Metso 2004, 177). Koulun ajatellaan voivan tukea vanhempien kasvatustyötä (Seppälä 2000, 25), ja sen vastuulle nähdään kuuluvan erityisesti opetusvastuu (mm. Böök & Perälä-Littunen 2015, 618; Metso 2004, 176). Kasvatusvastuuta myös määritellään hyvin eri tavoin – esimerkiksi Värri (2004, 102) näkee kasvatusvastuun auttamisvastuuna, ja Vesikansa (2009, 261) toteaa lasten kasvattamisessa olevan tärkeää lapsista välittäminen ja huolehtiminen. Puolimatka (2010, 24) puolestaan ajattelee kasvattamisen olevan kulttuuri- ja yhteiskuntasidonnaista, jossa arvoilla on suuri merkitys.

Toinen puhututtava aihe nykypäivänä on lasten liikkuminen ja erityisesti se, että monet lapset eivät liiku riittävästi. Liikunnalla on hyvin monipuolisia vaikutuksia kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin (ks. mm. Merkel 2013, 154; Strong ym. 2005, 733-735), mutta esimerkiksi 9-vuotiaista lapsista liikkui vuonna 2018 liikuntasuosituksen (ks. WHO 2010) mukaisesti vain 45 % (Kokko, Martin, Villberg, Ng & Mehtälä 2019, 18). Lasten liikkumista voidaan edistää monin eri tavoin, ja vanhemmilla ajatellaan olevan keskeinen rooli lasten liikunnan tukemisessa (mm. Pugliese & Tinsley 2007, 338; Zimmer 2002, 88). Vanhemmat voivat tukea lastensa liikkumista esimerkiksi tarjoamalla erilaisia mahdollisuuksia urheilullisiin aktiviteetteihin (Côté 1999, 410) sekä kuljettamalla näitä harrastuksiin ja hankkimalla tarvittavia välineitä (Cox, Schofield & Kolt 2010, 49). Myös esimerkiksi

koululla, kavereilla ja sukulaisilla on todettu olevan tärkeä rooli lasten liikkumisen kannustajana (Opetushallitus 2014, 148, 273; Tiihonen 2014, 31).

Tutkimukseni keskiössä on vanhempien ajatukset liikuntaan kasvattamisen vastuusta, mutta käsittelen ensimmäisenä teemana kasvatusvastuuta yleisesti. Tämä ratkaisu pohjautuu siihen, että hyvinvoinnin voidaan ajatella olevan yksi osa kasvatusvastuuta (ks. Värri 2004, 107), ja liikunta puolestaan on olennainen osa kokonaisvaltaista hyvinvointia. Käytän tutkimuksessani sekä käsitettä liikunta että fyysinen aktiivisuus vaihtelevan kirjoitusasun vuoksi. Tässä tutkimuksessa liikunnalla tarkoitetaan kaikkea päivän aikana tapahtuvaa fyysistä aktiivisuutta kattaen esimerkiksi liikuntaharrastukset, arkiliikunnan, pihapelit ja muun mahdollisen liikkumisen. Tämä mukailee Caspersenin, Powellin ja Christensonin (1985, 126-127) määritelmää, jonka mukaan päivittäiseksi vapaa-ajan fyysiseksi aktiivisuudeksi voidaan laskea muun muassa urheilu, kuntoilu, kotityöt ja muut aktiviteetit (Caspersen ym. 1985, 126-127). Kerroin myös haastateluille vanhemmille, mitä liikunnalla tässä tutkimuksessa tarkoitetaan, jotta vanhempien vastaukset olisivat keskenään vertailukelpoisia.

Tämän tutkimuksen pyrkimyksenä on selvittää, minkälaisia näkemyksiä vanhemmilla on kasvatusvastuusta keskittyen erityisesti liikuntaan kasvattamisen vastuuseen. Mielenkiinnon kohteena on myös se, minkälaisia ajatuksia vanhemmilla on yleisesti lasten liikkumisesta ja sen merkityksestä ja kenen kaikkien vanhemmat ajattelevat olevan vastuussa lastensa kasvattamisesta ja liikuntaan kannustamisesta. Lisäksi tutkimuksessa käsitellään sitä, minkälaisista asioista eri toimijat ja henkilöt ovat vanhempien mielestä vastuussa, ja minkälaiset tekijät voivat vanhempien mukaan vaikuttaa lasten liikkumiseen.

2 KASVATUSVASTUUN LÄHTÖKOHTIA

2.1 Mitä on kasvatustavastuu?

Kasvatusta ja sen yksiselitteisiä tavoitteita on haastavaa määrittellä, sillä jokaisella yksilöllä on omat tapansa ja kiinnostuksen kohteensa, jotka vaikuttavat kasvatamiseen. Kasvatuksen tavoitteisiin vaikuttaa se, minkälaisia asioita pidetään tärkeänä, joten kasvatustavoitteet voi olla erilaista esimerkiksi eri kulttuureissa tai yhteiskunnissa vaihtelevien arvomaailmojen takia. Kasvatuksella tulisi kuitenkin pyrkiä vaikuttamaan positiivisesti yksilön persoonaan ja toimintatapoihin. (Puolimatka 2010, 24-25.) Kasvatuksessa olennaisia tekijöitä Vesikansan (2009, 261) mukaan ovat esimerkiksi lapsista välittäminen ja rakastaminen, kuten myös vastuu ja huolenpito. Puolimatka (2010, 158) pitää kasvatuksen lähtökohtana lapsen kiinnostusta ja tämän tarpeita, kuten tarvetta tutkia, tehdä ja luoda. Kasvatustavastuu viittaa Värrin (2004, 102, 107, 108) mukaan puolestaan auttamistavastuuseen, jolla hän tarkoittaa vanhempien ja lasten välistä suhdetta. Vanhempien vastuu näyttäytyy aluksi esimerkiksi lapsen elämän perusehtojen turvaamisena jatkuvan vastuuna lapsen fyysisestä ja henkisestä kehityksestä ja hyvinvoinnista, johon liikunnan voidaan osaltaan ajatella kuuluvan. Kasvatustavastuussa olennaista on lapsen ainutlaatuisuuden huomioiminen. (Värrin 2004, 102, 107, 108.)

Kasvatuksen päämäärää mietittäessä tulee pohtia sitä, minkälaista ihmiselämää pidetään arvokkaana ja kasvattaa lapsia näiden arvojen mukaan. Lapsia tulisikin kasvattaa toimimaan myös arvojen mukaisesti sen sijaan, että heitä kasvatettaisiin ainoastaan yhteiskunnallista kelvollisuutta ajatellen. Näin ollen lapsella voidaan ajatella olevan edellytykset elää mielekästä ja monipuolista elämää. (Puolimatka 2010, 27-28.) Lapset kuitenkin tulisi kasvattaa myös osaksi yhteiskuntajärjestystä ja heille tulisi opettaa yhteiskunnan moraalinormeja (Vesikansa 2009, 109). Kasvatuksessa olennaista on luoda edellytyksiä itsetietoisuuden kehittymiselle sekä vastuun- ja oikeudentunnon heräämiselle. Niin ikään tärkeää on luonteen- ja moraalikasvatustavoitteet. Kasvatuksen eräänä lähtökohtana voidaankin pitää kasvun auttamista ja rohkaisemista. (Värrin 2004, 26, 30.)

instituutioissa työskenteleviin kasvatustieteen ammattilaisiin. (Alasuutari 2003, 13, 15.) Vanhempien ja koulun ohella kasvattajina nähdään niin sanotut oheiskasvatijat eli harrastustoimijat (Kokko 2013, 130), kaveripiiri ja muut vertaiset, koulun ulkopuoliset tahot sekä esimerkiksi televisio (Antikainen 1998, 14). Myös Doucet (2015, 233) näkee kasvatustieteen yhtenä osana yhteisöllisen vastuun, jolla hän viittaa nimenomaan siihen, että lapset pyritään liittämään osaksi yhteiskuntaa esimerkiksi koulujen, sukulaisten ja vapaa-ajan aktiviteettien avulla.

Vanhemmat pitävät asiantuntijoiden tarjoamaa kasvatusta luonnollisena ja tarpeellisena lapselle, ja siitä nähdään olevan pedagogis-opetuksellista ja kasvatuksellista hyötyä. Tämä vaatii kuitenkin sen, että vanhemmat ovat valmiita yhteistyöhön yhteiskunnallisten kasvattajien, kuten koulun ammattilaisten, kanssa. (Alasuutari 2003, 162, 165.) Toisaalta on huomionarvoista, että kasvatustieteen tieteiden voidaan nähdä myös uhkana. Ne toimivat pitkälti vanhemmasta riippumatta ja omillaan, jonka myötä vanhemman rooli lapsen ohjauksessa ja kehitykseen vaikuttamisessa voi kaventua. (Alasuutari 2003, 165.) Vanhempien tulee niin sanotusti luovuttaa lapsensa koulun kasvatettavaksi ja hyväksyä se, että koulu toimii osaltaan kasvatuksellisen auktoriteettina (Vesikansa 2009, 110).

Vanhemmat saattavat myös ajatella kasvatustieteen asiantuntijoiden tietämyksen rajautuvan ensisijaisesti lapsiin ja näiden kehitykseen ja ohjaamiseen. Vanhemmat kokevatkin itse olevansa asiantuntijoita, kun puhutaan perheestä tai omasta vanhemmuudesta. Vanhemmat myös mieltävät perheen ja vanhemmuuden melko yksityisiksi asioiksi. Näin ollen vanhempien ja kasvatustieteen asiantuntijoiden yhteistyön keskiössä on lapsi, ei niinkään vanhemmuus tai perhe. (Alasuutari 2003, 167-168.) Toisaalta voidaan myös ajatella, että vanhemmat ovat niin lähellä lapsia, että he saattavat ikään kuin sokeutua asioille, joissa lapsi saattaisi tarvita apua. Näissä tilanteissa vanhempien olisi tärkeää kyetä myöntämään, että esimerkiksi opettajat pystyvät näkemään nämä asiat objektiivisemmin ja auttamaan näin vanhempia. (Alaja 1997, 81, 83.)

2.2.2 Vanhemmilla ensisijainen kasvatustavastuu

Perusopetuksen opetussuunnitelman lähtökohtana on, että ensisijainen vastuu lapsen kasvatuksesta on lapsen huoltajalla (Opetushallitus 2014, 35). Näin määritellään myös lastensuojelulaissa (2007/417, 2§), jonka mukaan ”lapsen vanhemmilla ja muilla huoltajilla on ensisijainen vastuu lapsen hyvinvoinnista”. Vanhempien tai huoltajien tehtävänä on turvata lapsen tasapainoinen kehitys ja hyvinvointi. (Lastensuojelulaki 2007/417, 2§.) Alajan (1997, 80-81) mukaan vanhempien voidaan ajatella olevan lastensa parhaita kasvattajia eritoten sen takia, että heillä on läheinen tunnesuhde lapseen. Lisäksi heillä ajatellaan olevan muita kasvattajia enemmän mahdollisuuksia vaikuttaa lastensa kehittymiseen ja olla mukana näiden elämässä. (Alaja 1997, 80-81.)

Vanhempien mielestä kasvatustavastuu nähdään koko elämän kestävänä velvollisuutena ja sitoumuksena (Böök & Perälä-Littunen 2015, 618). Monet vanhemmat mieltävät lapsen kasvattamisen eräänlaiseksi projektiksi, jossa lasta ohjataan tavoitteellisesti ja vanhemmalla on aktiivinen rooli ohjaajana. Kasvatustavastuu muovata lapsen yksilöllisyys, kehitys ja persoona huomioiden. (Alasuutari 2003, 163-164.) Poikolaisen (2002, 50-56) mukaan vanhemmat kokevat lasten kasvattamiseen liittyvän erilaisia ulottuvuuksia, joissa lasten arvostus lisääntyy ulottuvuudelta toiselle siirryttäessä. Nämä lähtevät liikkeelle välinpitämättömyydestä ja kurinpidosta muuttuen lasten kanssa olemiseen ja näiden kuunteleluun. Viimeisissä ulottuvuuksissa huomioidaan muun muassa ohjaaminen ja arvojen opettaminen sekä demokraattisuus ja lapsen kunnioitus. (Poikolainen 2002, 50-56.) Amatonin ja Fowlerin (2002, 703) mukaan keskeisiä kasvatustavastuu ulottuvuuksia ovat puolestaan vanhempien tuki lapsille, ohjaaminen ja kurinpito. Näillä on vaikutusta lasten sopeutumiseen, hyvinvointiin ja kehittymiseen. Vanhempien tarjoamalla tuella viitataan esimerkiksi lasten jokapäiväisissä haasteissa auttamiseen. Ohjaamisella tarkoitetaan puolestaan lasten aktiviteettien ohjausta sekä lasten vertaissuhteiden seuraamista. (Amaton & Fowler 2002, 703.)

Vanhemmilla voidaan ajatella olevan sekä oikeuksia että velvollisuuksia lasta ja tämän kasvattamista kohtaan (Cornock 2011, 23). Vanhemmat näkevät heidän kasvatustavastuulleen kuuluvan esimerkiksi tärkeiden arvojen ja

ajattelutapojen siirtämisen lapsille. Kasvattaminen nähdään myös arjessa näytettyinä asiana, johon liittyy muun muassa yhdessäoloa, lasten ohjeistamista ja rajojen asettamista. Vanhemmat kokevat tärkeänä myös keskustelun lasten kanssa sekä näiden mielipiteiden kuuntelemisen. (Metso 2004, 177.) Vanhempien vastuulle ajatellaan kuuluvan myös läsnäolo (Böök & Perälä-Littunen 2010, 46) ja läheisyyden tarjoaminen (Kaimola 2005, 13). Lisäksi vanhemmat näkevät vastuullensa kuuluvan kasvattaa lapsistaan onnellisia, terveitä ja tasapainoisia yksilöitä, jotka löytävät omat vahvuutensa elämässä (Poikolainen 2002, 89, 91, 95).

Vanhempien tulisi antaa lapsilleen positiivista palautetta ja tukea, sillä nämä edesauttavat elämässä selviytymistä ja sosiaalisia suhteita. Minäkuva ja itsetunto kehittyvät vuosien ajan aina varhaislapsuudesta nuoruuteen, ja itseluottamuksen syntyyn vaikuttavat muun muassa hyväksytyksi tuleminen tunteet. (Kaimola 2005, 11-12.) Niin ikään Seppälän (2000, 31-32) tutkimuksessa tuli esille, että vanhemmat kokevat vastuulleen välittää hyväksytyksi tuleminen tunnetta lapsilleen. He kokevat jossakin määrin olevansa vastuussa myös turvallisuuden tunteen luomisesta. Lisäksi vanhemmat ajattelevat heidän voivan opettaa lapsiaan erottamaan oikean väärästä sekä ottamaan vastuuta itsestään ja muista. (Seppälä 2000, 31-32.) Myös Poikolainen (2002, 89) on todennut, että vanhemmat pyrkivät kasvattamaan lapsistaan itsenäisiä aikuisia, jotka tulevat toimeen omillaan. Värri (2004, 112) kuvaa tätä vastuulliseksi kasvattamista lapsen maailmaan orientoimiseksi. Vanhempien tehtävänä on myös opettaa lapsilleen, että kaikessa ei tarvitse olla täydellinen, eivätkä asiat aina mene halutulla tavalla (Alaja 1997, 86-87).

Vanhempien näkemysten mukaan heidän vastuullaan ajatellaan olevan myös sosiaalisten taitojen opettaminen lapsilleen (Böök & Perälä-Littunen 2015, 618; Seppälä 2000, 28, 30). Vanhempien yhtenä tehtävänä nähdään olevan kasvattaa lapsensa ottamaan toiset ihmiset huomioon (Metso 2004, 171) ja kunnioittamaan muita ihmisiä (Seppälä 2000, 32). Toisaalta Poikolainen (2002, 93, 96) toteaa, että muiden suvaitsevaisuuden ja toisten huomioon ottamisen ohella lapsia olisi tärkeää opettaa arvostamaan myös itseään. Puolimatka (2010, 159-160) näkee tärkeänä sen, että lapsi saisi olla vuorovaikutuksessa muiden ihmisten

kanssa erilaisissa yhteisöissä. Näin lapsen on mahdollista laajentaa omia näkökulmiaan ja ymmärtää, että muilla voi olla erilaisia tapoja kokea asioita ja erilaisia näkemyksiä asioista kuin itsellä. (Puolimatka 2010, 159-160.)

Vanhemmuuden vastuuseen koetaan liittyvän monesti myös erilaisia konkreettisia tehtäviä ja velvoitteita. Näihin nähdään kuuluvan muun muassa erilaisista lapsen perustarpeista, kuten vaatteista, ruokailusta ja nukkumisesta, huolehtiminen. (Böök & Perälä-Littunen 2010, 46; Kaimola 2005, 13.) Niin ikään vanhempien näkemysten mukaan heidän tulee tarjota lapsilleen koulutus ja koti (Cornock 2011, 23), ja vanhemmat myös kokevat tehtäväkseen huolehtia siitä, että lapset tekevät kotiläksynsä (Böök & Perälä-Littunen 2015, 618; Metso 2004, 159). Heidän tulee myös tarvittaessa auttaa lapsia kotitehtävien teossa ja huolehtia, että lapset ylipäättään lähtevät kouluun. Opettajilla nähdään kuitenkin olevan ensisijainen pedagoginen vastuu. (Böök & Perälä-Littunen 2015, 618-619.) Vanhemmat kokevat tehtäväkseen kasvattaa lapsistaan myös kunnan kansalaisia. Lisäksi vanhemmille on tärkeää se, että lapsista tulisi rehellisiä ja hyväkäytöksiisiä ihmisiä. (Metso 2004, 171.)

Vanhempien tulee kuitenkin muistaa, että vaikka heillä on oikeus kasvatust vastuuseen, on myös lapsella oikeus tulla kohdelluksi autonomisena yksilönä. Kun lapsi alkaa olla kykenevä vaikuttamaan itseään koskeviin päätöksiin, vähenee vanhempien tai huoltajien kasvatust vastuun pikkuhiljaa. (Cornock 2011, 23-24.) Niin ikään Puolimatka (2010, 25) on todennut, että lapsia kasvatettaessa on tärkeää muistaa kunnioittaa näiden ihmisarvoa. Böökin ja Perälä-Littusen (2010, 46) mukaan vanhemmat itsekin kokevat tärkeänä sen, että muun muassa lapsen ainutlaatuisuus, kehitys ja persoonallisuus huomioidaan kasvatuksessa.

2.2.3 Oheiskasvattajien vastuu lasten kasvattamisessa

Aikaisemmin kotona toteutettua kasvatusta pidettiin parhaimpana lapselle, mutta nykyään vanhemmat saattavat ajatella, että heidän kotonansa toteuttaman kasvatuksen rinnalle tarvitaan esimerkiksi asiantuntijoiden järjestämää kasvatusta (Alasuutari 2003, 163). Vanhemmat kokevatkin, että kasvatust vastuu tulisi jakaa esimerkiksi kasvatusalan ammattilaisten, kuten opettajien, kanssa (Böök &

Perälä-Littunen 2015, 618). Metso (2004, 173, 180) on puolestaan todennut, että vanhemmat haluavat olla vastuussa lastensa kasvattamisesta sen sijaan, että he sysisivät vastuun koululle. Tästä huolimatta vanhemmat kokevat, että kasvatustuvastuu kuuluu osin myös yhteiskunnallisille kasvattajille. (Metso 2004, 173, 180.)

Koululle jakautunut kasvatustuvastuu jakaa jonkin verran näkemyksiä kasvattajien kesken. Esimerkiksi Seppälä (2000, 25) kertoo, että monet vanhemmat kokevat heillä olevan ensisijainen vastuu lastensa kasvattamisesta, mutta ammattikasvattajien nähdään voivan tukea vanhempien kasvatustyötä. Näin mainitaan myös Perusopetuksen opetussuunnitelmassa (Opetushallitus 2014, 35), jonka mukaan koulun tehtävänä on tukea koteja kasvatustehtävässä ja vastata osaltaan oppilaan opetuksesta ja kasvatuksesta kouluyhteisössä. Patrikakoun ja Weissbergin (2000, 104) mukaan opettajat voivat tukea vanhempia muun muassa kertomalla näille havaitsemiaan lasten vahvuuksia ja heikkouksia sekä opastamalla vanhempia siinä, kuinka lasta voisi tukea. Ammattikasvattajat voivat tukea vanhempia myös emotionaalisesti rohkaisten näitä luottamaan itseensä lapsensa kasvattajana (Seppälä 2000, 37).

Vesikansa (2009, 188–189) on todennut, että opettajat vaikuttavat väistämättä omalla toiminnallaan lasten kehitykseen. Onkin tärkeää, että kouluissa ymmärretään opettajilla olevan vanhempien ohella tärkeä rooli kasvattamisessa. Kouluissa olisikin hyvä miettiä, minkälaiseen suuntaan he pyrkivät kasvatustaan viemään. Yhtenä koulun tärkeänä tehtävänä on opettaa yhteiskunnallisesti tärkeitä arvoja, asenteita ja käyttäytymisvalmiuksia. Lisäksi kouluilla on osaltaan vastuu huolehtia oppilaiden fyysisen ja henkisen terveyden edistämisestä. (Vesikansa 2009, 188–189.) Niin ikään Böökin ja Perälä-Littusen (2015, 618, 620) tutkimuksessa on havaittu, että opettajien toivotaan opettavan lapsille tärkeitä arvoja. He myös toteavat, että vanhemmat kokevat koulun olevan vastuussa lasten turvallisuudesta ja siisteydestä sekä siitä, etteivät lapset kiusaisi toisiaan. (Böök & Perälä-Littunen 2015, 618, 620.)

Yksi yleisimpiä asioita, joita koululta odotetaan, ovat opettamiseen liittyvät tekijät (Böök & Perälä-Littunen 2015, 618; Metso 2004, 176). Ammattikasvattajilla

nähdään esimerkiksi olevan vanhempia suurempi vastuu opettaa lapsille kognitiivisia tietoja ja taitoja, kuten lukemista ja laskemista. Opettajien vastuulla ajatellaan olevan myös opiskeluhalun herättäminen. (Seppälä 2000, 29, 32.) Kouluilta odotetaan myös riittävien perustietojen ja -taitojen opastamista lapsille, kuten myös sitä, että lapset tottuisivat opiskelemaan ja oppisivat etsimään tietoa (Metso 2004, 176). Lisäksi vanhemmat näkevät, että koulu ja opettajat ovat vastuussa lasten älyllisestä kehitymisestä ja tietämyksen laajentumisesta (Böök & Perälä-Littunen 2015, 618). Koulun mahdollisuutena nähdään myös muun muassa seksuaalikasvatuksen tukeminen (Metso 2004, 175) sekä luovaan itseilmaisuun ja taiteellisuuteen kasvattaminen (Seppälä 2000, 29).

Lasten tasapainoisen ja terveen itsetunnon kasvun tukeminen nähdään yhtenä koulun tehtävänä. Koulun toivotaan myös laajentavan lasten ymmärrystä esimerkiksi kulttuurisista, maailmankatsomuksellisista ja uskonnollisista asioista. Lapsille tulisi opettaa kouluissa toisten ihmisten ja luonnon kunnioittamista sekä joitain olennaisia arvoja, kuten yhdenvertaisuutta. On myös tärkeää, että kouluissa lapsille opetetaan yhteistyötä ja vastuullisuutta sekä hyviä tapoja ja hyvinvoinnin edistämistä. (Opetushallitus 2014, 19.) Metso (2004, 175) puolestaan näkee koulun mahdollisuutena olevan opastaa lapsille sosiaalisia taitoja eli muun muassa ryhmässä toimimista ja toisten huomioimista. Lisäksi Seppälä (2000, 32-33) kertoo opettajilla olevan vanhempien näkökulmasta vastuu opettaa lapsia tulemaan toimeen erilaisten ihmisten kanssa. Perusopetuksen opetus suunnitelman (Opetushallitus 2014, 19) mukaan koulun tulee myös tukea oppilaiden kasvua ihmisyyteen ja siihen, että heistä kasvaisi eettisesti vastuullisia yhteiskunnan jäseniä. Saman on todennut Metso (2004, 171), jonka mukaan koulun tehtävänä nähdään lasten kasvattaminen kunnon kansalaisiksi.

Vanhemmat näkevät myös esimerkiksi harrastukset tärkeänä osana lasten elämää ja olennaisena kasvattajana vanhempien ja koulun rinnalla. Vanhemmat ajattelevat harrastamisesta olevan monia hyötyjä lapsille – lapset voivat oppia muun muassa pitkäjänteisyyttä ja sosiaalisia taitoja. Harrastustoiminnan ajatellaan myös vahvistavan lapsen itsetuntoa mahdollistavan lapselle oppimisen iloa ja nautintoa. (Metso 2004, 181-183.) Kosken ja Mäenpään (2018, 35) mukaan

seuratoiminnan eräänlaisina ohjenuorina on pidetty muun muassa reilun pelin kunnioituksen, terveellisten elämäntapojen ja käytöstopojen opettamista.

Kokon (2013, 130, 136) mukaan urheiluseuroilla on hyvä mahdollisuus tukea lasten kasvatusta, sillä esimerkiksi 9-vuotiaista lapsista 62 % liikkuu urheiluseurassa vähintään kerran viikossa (ks. Martin, Suomi & Kokko 2016, 43). Seurat pystyvät parhaassa tapauksessa tukemaan lapsen liikuntakasvatusta jo pienestä saakka. Seuratoimijoilla nähdään kuitenkin olevan epävirallinen kasvattajan asema, sillä seuratoimintaan osallistuminen on lapsille vapaaehtoista. Valmentajien tai ohjaajien auktoriteettiasema voi kuitenkin luoda hyvät mahdollisuudet kasvattaa lapsia, sillä sen piirissä olevat lapset ja nuoret ovat yleensä kiinnostuneita liikkumisesta jo lähtökohtaisesti. Näin he saattavat olla kiinnostuneita ottamaan vastaan myös muuta seurojen tarjoamaa toimintaa, eli tässä tapauksessa kasvattamista ja opastamista. (Kokko 2013, 130, 136.)

3 LIIKUNTAAN KASVATTAMISEN VASTUU

3.1 Lasten liikkuminen ja sen hyödyt

3.1.1 Lasten liikkuminen nykypäivänä

Lasten tulisi liikkua kansainvälisen liikuntasuosituksen mukaan vähintään tunnin verran päivässä reippaasti tai rasittavasti (WHO 2010). Nuori Suomi (2008) selvityksen mukaan 7-12-vuotiaiden lasten tulisi puolestaan liikkua vähintään kaksi tuntia päivässä, mutta suositeltavaa olisi liikkua vieläkin enemmän. Päivittäinen liikuntamäärä voi koostua monista pienistä liikuntasuorituksista, ja osa lapsen fyysisen aktiivisuuden tarpeesta muodostuukin matalan tehon lyhyistä liikuntatuokioista. Päivittäisen liikunnan olisi kuitenkin hyvä sisältää myös paljon reipasta liikuntaa, jolloin sydämen syke ja hengitys kiihtyvät. Lisäksi liikuntamäärään tulisi sisältyä tehokasta, rasittavaa liikuntaa, jolloin lapsi hengästyy kunnolla ja sydämen syke nousee merkittävästi. (Nuori Suomi 2008.)

Kokon ym. (2019, 18) mukaan vuonna 2018 suomalaisista 9-vuotiaista lapsista 45 % liikkui yleisten liikuntasuositusten mukaisesti, eli vähintään tunnin päivässä (ks. WHO 2010). 5-6 kertaa viikossa liikkui puolestaan vajaa kolmannes lapsista. Hyvin vähän liikuntaa, eli 0-2 kertaa viikossa, harrasti 9-vuotiaista yhdeksän prosenttia. (Kokko ym. 2019, 18.) Lasten liikunnan määrää on tutkittu myös liikemittareilla, joiden mukaan 9-vuotiaat lapset harrastavat kevyttä liikuntaa keskimäärin 4,3 tuntia päivässä, reipasta liikuntaa noin 1,9 tuntia päivässä ja rasittavaa liikuntaa keskimäärin vain noin 17 minuuttia päivittäin. Liikemittareiden perusteella 9-vuotiaista reilu puolet liikkuu liikuntasuositusten mukaisesti. (Husu, Jussila, Tokola, Vähä-Ypyä & Vasankari 2019, 34-35.)

Yksi merkittävä lasten liikuttaja on urheiluseurat, sillä 9-vuotiaista lapsista 62 % liikkuu urheiluseuran mukana vähintään kerran viikossa (Martin ym. 2019, 43). Lisäksi lapset liikkuvat esimerkiksi omatoimisesti joko kavereiden kanssa tai yksin (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 13-15). Lähes puolet 9-vuotiaista suomalaisista lapsista harrastaa omaehtoista liikuntaa lähes päivittäin, ja noin kolmannes osallistuu koulun järjestämien liikuntakerhojen toimintaan. Lapset

voivat myös osallistua esimerkiksi liikuntayritysten tarjoamiin liikuntapalveluihin. (Martin ym. 2019, 43-44.)

3.1.2 Liikunta lasten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäjänä

Vanhemmat pitävät yleisesti lasten harrastamista tärkeänä ja he ajattelevat lasten kykenevän oppimaan harrastusten kautta monia uusia asioita. Harrastusten nähdään myös olevan hyvä tapa viettää aikaa ja antavan erinäisiä virikkeitä lapsille. (Paajanen 2001, 42.) Vanhemmat ovat tietoisia myös liikunnan hyödyistä ja lasten fyysinen aktiivisuus mielletään tärkeäksi (Trigwell, Murphy, Cable, Stratton & Watson 2015, 4). Vanhemmat näkevätkin lasten liikkumisen terveyshyötyjen olevan kokonaisvaltaisia (Dwyer, Higgs, Hardy & Baur 2008). Watchmanin ja Spencer-Cavalieren (2017, 106, 108) mukaan vanhemmat ajattelevat liikunnan tarjoavan arvokkaita kokemuksia myös lasten kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta. Vanhempien mielestä lasten kehityksen näkökulmasta heidän olisi myös hyödyllistä osallistua monipuolisesti erilaisiin urheilulajeihin. (Watchman & Spencer-Cavaliere 2017, 106, 108.)

Vanhemmat ajattelevat lasten liikkumisella olevan monia fyysisiä terveyshyötyjä. Näillä viitataan muun muassa lihaskehitykseen, aivojen ja motoristen taitojen kehittymiseen sekä ylipainon ehkäisyyn. (Dwyer ym. 2008.) Vanhemmat näkevät liikunnan vaikuttavan myönteisesti edellä mainittujen tekijöiden ohella esimerkiksi tautien ehkäisyssä, taitojen karttumisessa ja terveellisten elintapojen oppimisessa myös tulevaisuutta ajatellen (Trigwell ym. 215, 4). Lisäksi hyötyinä nähdään pidempi ja terveellisempi elämä sekä parempi kestävyyskunto ja voimataso (Lindqvist, Kostenius, Gard & Rutberg 2015, 3). Fyysisen aktiivisuuden terveyshyödyt on selkeästi havaittu myös näiden välistä yhteyttä selvittävässä tutkimuksissa. Fyysisellä aktiivisuudella on merkittävä rooli esimerkiksi lasten ylipainon ehkäisemisessä. (Hills, Andersen & Byrne 2011, 866.) Onkin havaittu, että lapsilla, jotka liikkuvat melko paljon, on vähemmän rasvakudosta ja näin ollen myös pienempi riski esimerkiksi sydän- ja verisuonisairauksiin (Strong ym. 2005, 733). Lisäksi fyysinen aktiivisuus vaikuttaa myönteisesti muun muassa

luuston terveyteen ja HDL:ään eli niin sanottuun hyvään kolesteroliin (Strong ym. 2005, 734-735) sekä verenpaineen alenemiseen (Janssen & LeBlanc 2010).

Liikunnan aikaansaamiin psykologisiin hyötyihin vanhemmat mieltävät muun muassa energian purkamisen ja positiiviset vaikutukset onnellisuuteen ja hyvinvointiin (Dwyer ym. 2008). Fyysisellä aktiivisuudella onkin havaittu olevan lievää positiivista yhteyttä muun muassa alhaisempaan ahdistuneisuuteen ja masentuneisuuteen. Myönteisiä yhteyksiä on havaittu myös fyysisen aktiivisuuden ja fyysisen minäkuvan välillä. (Strong ym. 2005, 734, 735.) Lisäksi liikkuminen vaikuttaa positiivisesti onnellisuuteen ja itsetuntoon (Merkel 2013, 154), kognitiivisiin toimintoihin (Sibley & Etnier 2003, 251) sekä esimerkiksi lapsen jaksamiseen ja akateemiseen menestykseen (Castelli, Hillman, Buck & Erwin 2007). Fyysisen aktiivisuuden on todettu vaikuttavan positiivisesti myös kouluarvosanoihin. Eniten liikkuvat lapset myös kouluttautuvat myöhemmin elämässään noin 1,5 vuotta enemmän kuin vähiten fyysisesti aktiiviset lapset. (Kari, Pehkonen, Hutri-Kähönen, Raitakari & Tammelin 2017, 2160.)

Fyysisen aktiivisuuden sosiaalisiin hyötyihin vanhemmat liittävät ihmisuhteiden kehittymisen niin vertaisten kuin aikuisten kanssa sekä olennaisten sosiaalisten taitojen oppimisen (Dwyer ym. 2008). Vanhemmat näkevät esimerkiksi joukkueurheiluun osallistumisen olevan lapsille tärkeä mahdollisuus opetella ystävyysuhteiden kehittämistä ja tämän ajatellaan parhaimmillaan jopa ehkäisevän ongelmakäyttäytymistä (Watchman & Spencer-Cavaliere 2017, 108). Sosiaaliset hyödyt nähdäänkin yleisesti yhtenä tekijänä, johon liikkuminen voi myötävaikuttaa. Fyysisen aktiivisuuden on todettu parantavan muun muassa yhteistyötaitoja ja sosiaalista älykkyyttä. (Merkel 2013, 154.)

3.2 Lasten fyysistä aktiivisuutta edistävät tekijät

3.2.1 Vanhemmilla vastuu tukea lastensa liikkumista

Vanhempien tukemisen ja kannustamisen on havaittu vaikuttavan merkittävästi lasten fyysiseen aktiivisuuteen (Dwyer ym. 2008; Zimmer 2002, 88). Esimerkiksi Pugliese ja Tinsley (2007, 332, 338) ovat havainneet vanhempien

mallikäyttäytymisellä olevan vaikutusta lasten liikkumiseen. Lisäksi he toteavat, että lapset ovat lähes kaksi kertaa todennäköisemmin aktiivisia, mikäli heidän vanhempansa tukevat heitä liikunnassa. (Pugliese & Tinsley 2007, 332, 338.) Vanhemmilla on havaittu olevan vaikutusta myös lapsen asennoitumiseen liikkumista ja urheilua kohtaan. Toisaalta on myös huomionarvoista, että vanhempien oma käytös voi vaikuttaa lasten liikkumiseen. Mikäli vanhemmat ovat ylisuojelevia lapsiaan kohtaan, saattaa tämä rajoittaa näiden fyysistä aktiivisuutta, kun taas salliva asenne voi puolestaan edistää liikkumista. (Zimmer 2002, 88.)

Vanhempien ja huoltajien on tärkeää tukea lasten liikkumista, sillä esimerkiksi Ice, Neal ja Cottrell (2014) ovat havainneet, että lasten fyysistä aktiivisuutta tukemalla voidaan esimerkiksi ehkäistä lasten ylipainoa sekä sydän- ja verisuonitauteja. Sillä, että vanhemmat omalla minäpystyvyydellään ja roolillaan edesauttavat lastensa terveellisiä elämäntapoja, on selkeä yhteys lasten fyysiseen aktiivisuuteen. (Ice ym. 2014.) Vanhemmat myös itse kokevat, että heillä on tärkeä rooli tukea lastensa fyysistä aktiivisuutta ja toimia lapsilleen roolimalleina (Cox ym. 2010, 50; Lindqvist ym. 2015, 3). Lindqvist ym. (2015, 4) ovat havainneet vanhempien oman liikuntakäyttäytymisen vaikuttavan heidän lastensa fyysiseen aktiivisuuteen, ja he haluavat toimia roolimalleina lapsilleen. Vanhempien voikin olla helpompi toimia roolimallina, kuin yrittää muin keinoin kannustaa lapsiaan liikkumaan. Vanhemmat kuitenkin tiedostavat, että heidän lisäksi muutkin toimijat, kuten koulut ja urheiluseurat, voivat vaikuttaa heidän lastensa fyysiseen aktiivisuuteen. (Lindqvist ym. 2015, 4.)

Vanhemmilla ajatellaan olevan monenlaista vastuuta koskien lastensa liikkumista. Monesti nostetaan esille esimerkiksi lasten rohkaiseminen huomioiden kuitenkin se, että lasta ei saisi painostaa liikaa. Vanhempien tulisi myös pitää huolta lasten turvallisuudesta. (Cox ym. 2010, 49.) Vanhemmilla on myös merkittävä rooli siinä, että he esittelevät eri urheilulajeja lapsilleen, jonka myötä nämä voivat päätyä jonkin urheiluharrastuksen pariin (Baxter-Jones & Maffulli 2003, 252). Niin ikään vanhemmat voivat vaikuttaa merkittävästi siihen, aloittavatko heidän lapsensa harrastamaan jotakin urheilulajia. Vanhempien on havaittu vaikuttavan sitä enemmän, mitä nuorempana näiden lapset aloittavat

liikunnan harrastamisen. (Aarresola & Konttinen 2012, 33.) Côté (1999, 410) on myös todennut, että vanhemmilla on vastuu saada heidän lapsensa innostumaan urheilusta. Heidän tulee tarjota lapsilleen mahdollisuuksia nauttia urheilusta erilaisten aktiviteettien parissa. Olisi tärkeää, että lapset pystyisivät saamaan hauskoja ja jännittäviä kokemuksia liikunnan kautta. (Côté 1999, 410.)

Lasten fyysiseen aktiivisuuteen on nähty vaikuttavan esimerkiksi vanhempien tarjoama välineellinen apu, jolla viitataan lasten harrastuksiin kuljettamiseen ja tarvittavien urheiluvälineiden hankkimiseen (Pugliese & Tinsley 2007, 332, 338). Lisäksi vanhempien vastuulla nähdään olevan tarjota terveellistä ravintoa lapsille (Cox ym. 2010, 49). Myös vanhemmat itse mieltävät yhdeksi osaksi lasten liikunnan tukemista välineellisen avun sekä kunnollisen ruoan tarjoamisen (Lindqvist ym. 2015, 4). Vanhemmat voivat osallistua lastensa urheiluharrastukseen myös toimimalla tukijoukkona ja seuraamalla lajia sekä toisinaan myös organisoimalla urheilutoimintaa (Aarresola & Konttinen 2012, 33). Vanhempien yhtenä keinona tukea lastensa liikkumista on myös heidän kotinsa tarjoamat materiaalit, tavarat ja sisustus, jotka voivat mahdollistaa lasten liikkumisen (Zimmer 2002, 88). Tiihonen (2014, 33) on kuitenkin havainnut, että vanhempien kesken on eroavaisuuksia siinä, kuinka paljon he tukevat lapsiaan. Osa vanhemmista tukee lapsiaan aktiivisesti, kun taas toisilla vanhemmilla ei ole niin paljon motiivia tai resursseja tähän. (Tiihonen 2014, 33.)

Vanhempien tukea lasten liikkumiseen on tarkasteltu myös lasten näkökulmasta. 9-vuotiaista lapsista 82 % kertoo, että heidän vanhempansa kannustavat heitä liikkumaan. Kannustamisen kerrotaan välittyvän esimerkiksi siten, että vanhemmat liikkuvat lastensa kanssa ja kuljettavat näitä liikuntapaikoille. Lapset saattavat kokea vanhempien tukevan myös siten, että he seuraavat lastensa liikuntaharjoituksia tai kilpailuja. Huomionarvoista on kuitenkin se, että vanhempien sosiaalinen tuki lapsen liikkumisen suhteen vähenee lapsen iän myötä. (Palomäki, Mehtälä, Huotari & Kokko 2016, 42–45.) Myös Cox ym. (2010, 49) ovat havainneet, että lapset itse pitävät tärkeänä sitä, että vanhemmat kannustavat heitä liikkumaan.

3.2.2 Läheiset ihmiset tukevat lasten liikkumista

Vanhempien, lasten ja opettajien kesken esiintyy Coxin ym. (2010, 50) mukaan jonkin verran erimielisyyksiä sen suhteen, minkälainen vastuu niin sanotulla kolmannella osapuolella nähdään olevan lapsen liikunnan tukemisessa. Tällä kolmannella osapuolella viitataan esimerkiksi vertaisiin, kouluun, julkiseen valtaan ja terveydenhuollon ammattilaisiin. Näiden vastuuseen nähdään liittyvän erilaisten liikuntamahdollisuuksien tarjoaminen. Tärkeänä nähdään esimerkiksi monipuoliset mahdollisuudet liikkua sekä se, että lapset voisivat saada käyttöönsä erilaisia liikuntavälineitä. Heidän vastuuseensa nähdään kuuluvan myös esimerkiksi roolimallina toimiminen ja liikunnan hyötyjen opastaminen, kuten myös lasten rohkaiseminen ja neuvominen. (Cox ym. 2010, 50.)

Opetushallituksen (2014, 148, 273) määrittämän opetussuunnitelman mukaan alakouluissa tapahtuvan liikunnan opetuksen tulee tukea oppilaiden fyysisistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä ja vaikuttaa näin oppilaiden kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Koulussa opetettavan liikunnan avulla lapset voivat oppia toisia kunnioittavaa vuorovaikutusta, vastuullisuutta ja pitkäjänteisyyttä. Lisäksi heidän on mahdollista oppia tunteiden säätelyä ja kehittää myönteistä minäkäsitystä. Liikuntatunnit voivat niin ikään edistää yhdenvertaisuutta sekä tukea kulttuurista moninaisuutta. Liikuntatuntien myötä olisi tärkeää tarjota oppilaille positiivisia liikuntakokemuksia ja tukea liikunnallista elämäntapaa. (Opetushallitus 2014, 148, 273.) Koulujen vastuulla ajatellaan olevan myös erilaisten liikuntapaikkojen tarjoaminen – lasten on todettu olevan fyysisesti aktiivisempia koulupäivien aikana, mikäli koulujen pihoidella on erilaisia mahdollisuuksia liikkumiseen ja mikäli aikuinen on ohjaamassa aktiviteettia (Sallis ym. 2001, 620). Koulujen pihoidella olisikin hyvä olla erilaisia liikuntapaikkoja, kuten viheralueita ja laitteita, jotta lapset pystyisivät liikkumaan omien mielenkiinnon kohteidensa mukaisesti (Dyment, Bell & Lucas 2009, 261-269).

Koulun mahdollisuutena nähdään myös liikunnan integroiminen muiden oppiaineiden yhteyteen (Cothran, Kulinna & Garn 2010; Kibbe ym. 2011). Cothran ym. (2010, 1384) ovat tutkimuksessaan havainneet, että opettajat ovat olleet halukkaita järjestämään liikuntaan integroitua opetusta, sillä tämän nähdään

voivan vaikuttaa positiivisesti oppilaiden terveyteen. Opettajat ovat olleet huolissaan opiskelijoiden hyvinvoinnista, joten he ovat halukkaita opastamaan oppilaita elämään terveellisemmin. (Cothran ym. 2010, 1384.) Liikunnan integroimisen muihin oppiaineisiin on nähty olevan toteuttamiskelpoista myös opettajien näkökulmasta ja nämä ovat olleet halukkaita toteuttamaan tällaista opetusta. Tällaisen opetustavan on todettu lisäävän oppilaiden fyysistä aktiivisuutta sekä parantavan heidän opiskelutasoaan. Niin ikään sillä on havaittu olevan positiivisia vaikutuksia oppilaiden terveyteen. (Kibbe ym. 2011, 48-49.)

Tiihosen (2014, 31) mukaan liikkumiseen liittyy myös sosiaalinen näkökulma. Vaikka monet suomalaiset liikkuvatkin yksin, liikutaan paljon myös erilaisissa sosiaalisissa ryhmissä. Tämä korostuu nimenomaan lasten liikkumisessa, sillä he liikkuvat usein kavereidensa kanssa ja saattavat esimerkiksi aloittaa uuden harrastuksen kaverin mukana. Näin ollen voidaankin ajatella, että myös lasten kaverit vaikuttavat näiden liikkumiseen jonkin verran. (Tiihonen 2014, 31.) Ystävyys-suhteet voivat lisätä lasten motivaatiota liikuntaa kohtaan ja edistää näiden fyysistä aktiivisuutta (Salvy ym. 2008, 222-223). Lisäksi lapset saattavat jatkaa aloitettua harrastusta nimenomaan sosiaalisuuden takia (Jago ym. 2009). On myös havaittu, että kaverit vaikuttavat lasten liikkumiseen niin koulun ulkopuolisella ajalla kuin koulupäivien aikana tauoillakin (Hohepa, Scragg, Schofield, Kolt & Schaaf 2007).

Lapset liikkuvat paljon myös perheenjäsentensä, eli vanhempiansa, sisarus-tensa ja isovanhempiensa (Tiihonen 2014, 32) sekä jonkin verran myös serkkujensa kanssa, jotka vaikuttavat osaltaan lasten liikkumiseen (Hohepa ym. 2007). Niin ikään Dwyerin ym. (2008) mukaan vanhempien näkökulmasta myös erilaiset sosiaaliset yhteisöt, kuten perheen verkostot ja naapurusto, voivat vaikuttaa myönteisesti lasten fyysiseen aktiivisuuteen. Lisäksi sisarusten ja vertaisten näyttämän mallin on ajateltu vaikuttavan lasten liikkumiseen. (Dwyer ym. 2008.) Vanhemmat näkevät, että lasten ikätoverit voivat vaikuttaa positiivisesti lasten fyysiseen aktiivisuuteen (Trigwell ym. 2015, 6).

3.2.3 Lasten liikkumiseen vaikuttavat tekijät

Lasten liikkumisen mahdollisuuksien eräänä lähtökohtana on Liikuntalaki (2015/390, 2§), jonka yhtenä tavoitteena on edistää lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä. Lisäksi mahdollisuuksia luo kunta, sillä Liikuntalain (2015/390, 5§) mukaan kunnan tehtävänä on luoda edellytyksiä asukkaiden liikkumiselle muun muassa rakentamalla ja ylläpitämällä liikuntapaikkoja. Zimmer (2002, 88) onkin todennut, että asuinympäristö on eräs lasten fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttava tekijä. Esimerkiksi ympäristön esteettisyys voi lisätä lasten liikkumista ja halukkuutta olla fyysisesti aktiivinen (Tappe, Glanz, Sallis, Zhou & Saelens 2013).

Eräänä liikuntaa edistävänä tekijänä voidaan nähdä liikkumisen matala kynnyks. Esimerkkinä tällaisesta ovat lähiliikuntapaikat, joissa voivat liikkua eri ikäiset ihmiset. Lähiliikuntapaikat madaltavat liikkumisen kynnyksiä, sillä sinne voidaan mennä ilman urheiluseuran jäsenyyttä tai erityistä taitotasoa. Sinne on myös mahdollista mennä itselle sopivana hetkenä haluamiensa ihmisten kanssa. (Tiihonen 2014, 32.) Lasten fyysistä aktiivisuutta mahdollistaa myös näiden pääsy turvallisille leikkialueille sekä erilaiset organisoidut aktiviteetit (Dwyer ym. 2008). Erilaisten leikki- tai pelialueiden läheisyys vaikuttaakin positiivisesti lasten liikkumisen määrään (Tappe ym. 2013). Lisäksi Kytän, Brobergin ja Kahilan (2009, 20, 23) mukaan lapset voivat hyödyntää kodin lähellä olevia viheralueita itsenäiseen aktiiviseen toimintaan. He ovat myös havainneet, että lapset kulkevat todennäköisemmin kävellen tai pyörällä kouluun, mikäli asuinympäristö on rakennettu tiiviisti. (Kytä ym. 2009, 20, 23.) Lasten liikkumista lisää myös se, että liikunta koetaan nautinnollisena. Lapset itse kertovat osallistuvansa liikuntaharrastukseen osin siitä syystä, että sen ajatellaan olevan kivaa. (Jago ym. 2009.)

Liikunnan harrastamiseen liittyy kuitenkin myös erinäisiä estäviä tekijöitä. Yksi usein esiin nostettu tekijä on talous - lapset saattavat kokea liikunnan harrastamisen niin kalliiksi, että sitä ei pystytä harrastamaan (Hirvensalo, Jaakkola, Sääkslahti & Lintunen 2016, 38). Kilpaurheilun harrastamisen kokonaiskustannusten onkin todettu jopa kaksin- tai kolminkertaistuneen kymmenessä vuodessa 2000-luvulla (Puronaho 2014, 14-15). On havaittu, että alhaisemman tulotason perheissä ei välttämättä haluta kannustaa lasta liikkumaan sellaisten

liikuntaharrastusten parissa, jotka vaativat huomattavia taloudellisia panostuksia (Cox ym. 2010, 50). Lampinen ym. (2017, 466, 469) ovat kuitenkin havainneet, että eri sosioekonomisesta asemasta tulevat lapset liikkuvat kokonaisuudessaan saman verran, mutta lapset harrastavat enemmän ohjattua liikuntaa korkeamman tulotason perheissä. Matalamman tulotason perheiden lapset harrastavat enemmän omatoimista liikuntaa. (Lampinen ym. 2017, 466, 469.)

Liikkumista vähentäviin tekijöihin nähdään kuuluvan myös muun muassa muut harrastukset ja ajan- tai viitsimisenpuute. Lisäksi liikuntaan monesti liittyvä kilpaileminen ei tunnu kaikkien lasten mielestä mieluisalta estäen näin liikuntaharrastukseen osallistumisen. Jotkut, tosin harvemmat, lapset saattavat kokea estäviksi tekijöiksi myös esimerkiksi liikunnan tarpeettomuuden ja sen, että liikuntapaikalle on vaikea päästä. (Hirvensalo ym. 2016, 38–39.) Haastetta lisää vielä se, mikäli vanhemmilla ei ole mahdollisuutta kuljettaa lapsiaan harrastusten pariin. Fyysisen aktiivisuuden esteinä voidaan nähdä myös paikallisten liikuntamahdollisuuksien puute ja huono keli. (Trigwell ym. 2015, 6.) Lapsilta kyttäessä liikuntaa estävä tekijä voi olla myös esimerkiksi se, ettei kodin lähellä järjestetä lasta kiinnostavan lajin harjoituksia (Hirvensalo ym. 2016, 38).

Lindqvist ym. (2015, 4) toteavat, että vanhempien mukaan heidän lastensa liikkumista voivat estää myös esimerkiksi teknologiset laitteet, kuten tietokone ja älypuhelimet, sekä se, että lapset eivät lähde spontaanisti pelailemaan ulos. Myöskään erinäisiä välimatkoja ei välttämättä kuljeta aina liikkuen. (Lindqvist ym. 2015, 4.) Lisäksi turvattomuuteen liittyvien seikkojen voidaan osaltaan ajatella estävän lasten liikkumista. Vanhemmat saattavat olla huolissaan esimerkiksi siitä, että lasten fyysisiä rajoja testataan liikaa liikuntaharrastuksen parissa ja näin ollen huolenaiheena on lasten mahdollinen loukkaantuminen. (Dwyer ym. 2008.) Turvattomuutta voivat aiheuttaa myös muun muassa tuntemattomat henkilöt, raskas liikenne tai epäturvallinen naapurusto (Trigwell ym. 2015, 6).

4 TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimuksen tavoitteena on kuvata, minkälaisia näkemyksiä alakoulun 1.-3.-luokkalaisten lasten vanhemmilla on kasvatusvastuusta. Tutkimus tuo esiin sen, keille kaikille vanhemmat näkevät kasvatusvastuun jakautuvan ja minkälaisista tekijöistä eri kasvattajien koetaan olevan vastuussa. Erityisenä mielenkiinnon kohteena on vanhempien näkemykset liikuntaan kasvattamisen vastuusta ja sen jakautumisesta eri toimijoiden ja henkilöiden kesken. Tutkimuksessa selvitetään sitä, millä tavoin vanhemmat kokevat voivansa tukea lastensa liikkumista ja minkälaista tukea he odottavat muilta kasvattajilta. Lisäksi tutkimuksessa tuodaan esiin se, minkälaisia vaikutuksia vanhemmat näkevät liikunnalla olevan lapsille ja minkälaiden eri tekijöiden he kokevat voivan vaikuttaa siihen, että lapset liikkuvat.

Tämän tutkimuksen tutkimuskysymykset ovat:

1. Millaisena näyttäytyy kasvatusvastuu vanhempien kuvaamana?
2. Millaisena näyttäytyy liikunta lasten elämässä ja liikuntaan kasvattamisen vastuu vanhempien näkökulmasta?

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

5.1 Tutkimuskohde ja lähestymistapa

Tämä tutkimus on laadullinen tutkimus. Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2016, 161, 181) kertovat, että laadullisen tutkimuksen lähtökohtana pidetään todellisen elämän kuvaamista, ja kohdetta pyritään tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Tutkimuksessani tarkoituksena on ymmärtää tutkittavaa kohdetta erinäisten säännönmukaisuuksien sijaan, ja tämä onkin tyypillistä laadulliselle tutkimukselle (Hirsjärvi ym. 2016, 161, 181). Laadullisen tutkimuksen teossa ei siis ole tarkoituksena tehdä tilastollisia yleistyksiä, vaan ennemminkin pyrkiä kuvaamaan ja tutkimaan ilmiötä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85). Tutkimuksessani lähtökohtana on nimenomaan vanhempien näkemysten ymmärtäminen ja hahmottaminen heidän omista ajatuksistaan ja lähtökohdistaan käsin.

Tutkimuksessani on piirteitä fenomenografiasta, jonka avulla tutkitaan erilaisia arkipäiväisiä ilmiöitä ja niihin liittyviä käsityksiä ja ymmärtämistä (Huusko & Paloniemi 2006, 162). Tutkimusaiheeni onkin hyvin arkipäiväinen kasvatusvastuun ollessa osa perheiden jokapäiväistä elämää, kuten myös lasten liikkumisen. Metsämuurosen (2005, 210-211) mukaan fenomenografiassa tyypillistä on nimenomaan ihmisten käsitysten tutkiminen. Fenomenografiassa huomioidaan se, että ihmisten taustatekijät, kuten ikä, koulutustausta tai kokemukset, voivat vaikuttaa siihen, kuinka nämä ymmärtävät eri asioita. Lisäksi siinä ymmärretään se, että ihmisten käsityksen saattavat muuttua. (Metsämuuronen 2005, 210-211.) Tutkimuksessani ei arvioitu vanhempien koulutustaustan tai iän vaikutusta tutkimustuloksiin, mutta on selvää, että kokemukset vaikuttavat aina jollakin tavalla ihmisten ajatuksiin. Toisaalta voidaan myös ajatella, että mikäli vanhemmat nimenomaan itse kokevat liikunnan tärkeänä tekijänä elämässä ja näkevät oman mallinsa lapsille tärkeänä, ovat he halukkaampia kannustamaan myös lapsiaan liikunnan pariin (ks. Lindqvist ym. 2015, 3-4).

Tässä tutkimuksessa haastateltavien käsitysten tutkiminen oli kiinnostavaa, sillä esimerkiksi yksi pääkäsitteistä, kasvatusvastuu, saatetaan ymmärtää

hieman eri tavoin ja sitä voi olla haastavaa määritellä, kuten tutkimuksessani tulikin ilmi (ks. myös Puolimatka 2010, 24). Lisäksi vanhemmilla saattaa olla eriäviä näkemyksiä siitä, minkä verran lasten tulisi liikkua ja kuinka kasvatusvastuu tai liikuntaan kasvattamisen vastuu jakautuu. Huuskon ja Paloniemen (2006, 165) mukaan fenomenografiassa mielenkiinto kohdistuu osaltaan siihen, minkälaisia sisältöjä tutkittavien käsitykset kattavat ja minkälaisia eroja käsityksissä voidaan huomata. Niin ikään tässä tutkimuksessa tarkoituksena oli kiinnittää huomiota vanhempien samankaltaisiin näkemyksiin, mutta toisaalta myös siihen, minkälaisia eriäviä näkökulmia vanhempien kesken esiintyy.

5.2 Tutkittavat

Tutkimukseen osallistui 13 vanhempaa, joista 12 oli äitejä ja yksi isä. Kaksi haastateltavaa asui Keski-Suomessa ja 11 Etelä-Savossa, ja heidän ikänsä vaihteli 35 ja 43 välillä. Perheistä 10 olivat ydinperheitä ja kahdessa perheessä vanhemmilla oli yhteishuoltajuus. Yhden perheen vanhemmat olivat niin ikään eronneet, mutta heidän huoltajuusjärjestelyistään ei ole tietoa. Tutkimuksessa haastateltiin alakoulun 1.–3. luokalla olevien lasten vanhempia. Lähes kaikilla vanhemmilla oli lapsi alakoulun toisella tai kolmannella luokalla, ja yhdellä tutkittavalla oli lapsi ensimmäisellä luokalla. Kaikilla haastatelluilla vanhemmilla oli korkeakoulututkinto, ja usea haastateltava työskenteli kasvatus- ja opetusalailla. Muilta osin ammattinimikkeet vaihtelivat fysioterapeutista hankekoordinaattoriksi. Myös lasten toiset, tutkimukseen osallistumattomat vanhemmat olivat suurilta osin korkeakoulutettuja. Vanhempien oma fyysinen aktiivisuus vaihteli paljon – osa kertoi hyödyntävänsä arki- ja hyötyliikuntaa, ja osa puolestaan kertoi liikkuvansa jonkin liikuntalajin parissa. Myös ryhmäliikuntatunnit ja omatoiminen liikkuminen mainittiin liikkumisen muotoina.

Kriteerinä tutkimukseen valittaville vanhemmille oli se, että heillä olisi lapsi nimenomaan alakoulun 1.–3. luokalla. Muita erityisiä kriteereitä en halunnut tutkittaville asettaa. Oli odotettavaa, että välttämällä liikaa rajausta minun olisi mahdollista saada mukaan heterogeeninen tutkimusjoukko ja välttää liikaa

suuntaamasta sitä, minkä tyyppisiä vanhempia tutkimukseeni lähtisi mukaan. Olennaista tutkittavien valinnassa kuitenkin oli, että heillä olisi mahdollisimman paljon ajatuksia tutkimastani ilmiöstä. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 85) toteavat laadullisessa tutkimuksessa olevan merkittävää se, että aineistoa kerätään henkilöiltä, joilla on mahdollisimman paljon tietoa tai kokemusta tutkittavasta asiasta. Tähän tutkimukseen olikin luonnollista ottaa mukaan vanhempia, sillä mielenkiinnon kohteena oli nimenomaan kouluikäisten lasten vanhempien näkemykset kasvatusvastuun ja liikuntaan kasvattamisen vastuun teemoista.

Lasten lukumäärä vaihteli perheissä yhden ja neljän välillä, mutta pyysin vanhempia lähtökohtaisesti tarkastelemaan asioita keskittyen 1.–3. luokalla olevaan lapseen. Lapset olivat tällöin 7–9-vuotiaita. Osa kysymyksistä oli tosin sellaisia, että kerroin vanhemmille heidän voivan tarkastella asiaa laajemminkin, kuin vain kyseisen lapsen tai oman perheen näkökulmasta. Halusin kuitenkin pääosin kuulla vanhempien näkemyksistä keskittyen 7–9-vuotiaaseen lapseen, sillä olin kiinnostunut vanhempien näkemyksistä nimenomaan lapsuusiässä olevien lasten suhteen. Kyseinen ikäluokka kiinnosti minua myös siitä syystä, että tällöin vanhemmilla voidaan ajatella olevan vielä enemmän vaikutusta lastensa elämään. Lähempänä teini-ikää olevien lasten valintoihin alkavat vaikuttaa kaverit yhä enemmän (ks. Hohepa ym. 2007). Olin kiinnostunut vanhemmista, joiden lapset olisivat kuitenkin jo koulussa ja mahdollisesti mukana myös harrastustoiminnassa, johon liitytään yleensä enemmässä määrin vasta kouluiässä (ks. Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 7). Näin ajattelin, että alakoulun ensimmäisillä luokilla olevien lasten vanhemmat olisivat sopiva kohderyhmä.

Rekrytoidakseni tutkittavia otin ensin yhteyttä erään Etelä-Savolaisen koulun rehtoriin ja pyysin häneltä tutkimuslupaa lähestyä lasten vanhempia luokanopettajien kautta. Tämän jälkeen otin yhteyttä kolmeen kolmannen luokan opettajaan ja myöhemmin vielä yhteen toisen luokan opettajaan ja kysyin, voisivatko he välittää kirjoittamani saateviestin (Liite 1) luokkansa oppilaiden vanhemmille. Kaikki opettajat auttoivat minua välittäen viestini luokkansa oppilaiden vanhemmille Wilma-järjestelmän kautta. Sain kyseisen koulun kautta mukaan kahdeksan haastateltavaa. Tutkittavat valittiin siis tutkijan harkintaa käyttäen, joten

kyseessä oli harkinnanvarainen otanta (Patton 2002, 230). Halusin kuitenkin saada mukaan lisää tutkittavia, joten päädyin käyttämään lisäksi lumipallo-otantaa. Tämä tarkoittaa Tuomen ja Sarajärven (2009, 86) mukaan sitä, että alussa tutkijan tiedossa on yksi tai useampi avainhenkilö, joiden kautta tutkijan on mahdollista saada tietoonsa lisää mahdollisia tutkittavia. Tässä tutkimuksessa tämä näyttäytyi siten, että rekrytoin tutkittavia ottamalla yhteyttä henkilöihin, joilla tiesin olevan alakoulun 1.-3. luokalla oleva lapsi. Sain myös erään tutkittavan kautta vielä yhden haastateltavan lisää, ja eräs haastateltavista ilmoitti halukkuudesta osallistua tutkimukseeni kuultuaan tutkimuksestani muuta kautta. Kontaktien ja lumipallo-otannan kautta sain tutkimukseeni mukaan loput viisi haastateltavaa.

5.3 Aineiston keruu

Aineistonkeruu toteutettiin tässä tutkimuksessa haastattelemalla vanhempia, sillä tavoitteena oli laadulliselle tutkimukselle tyypillisesti selvittää, mitä haastateltavilla oli mielessä (ks. Eskola & Suoranta 2008, 85). Kyseessä oli puolistrukturoitu yksilöteemahaastattelu, joista yksi toteutettiin kasvotusten, yksi Skypen välityksellä ja loput puhelinhaastattelulla. Eskolan ja Suorannan (2008, 85) mukaan haastattelutilanteessa haastattelijä yksinkertaisuudessaan esittää kysymyksiä haastateltavalle ja sen voidaan nähdä olevan sellaista vuorovaikutusta, jossa molemmilla osapuolilla on vaikutus toisiinsa. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 72-73) puolestaan toteavat, että halutessamme ymmärtää ihmisten ajatuksia, onärkevintä kysyä asiasta heiltä itseltään. Tärkeintä siinä onkin saada kerättyä mahdollisimman paljon tietoa tutkitusta asiasta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 72-73.) Tässä tutkimuksessa olennaista olikin vanhempien ajatusten selvittäminen, joten haastattelu tuntui luonnollisimmalta tavalta kerätä aineistoa.

Haastattelut toteutettiin tutkimuksessani teemahaastatteluina (ks. liite 2), eli aihepiirit oli määritelty ilman tarkkaa kysymysten järjestystä ja muotoa (ks. Hirsjärvi ym. 2016, 208). Haastatteluja varten oli kuitenkin kirjoitettu ylös alustavia kysymyksiä, jotta kaikkien haastateltavien kanssa keskusteltaisiin samoista

aiheista. Tätä on suositellut myös Eskola ja Suoranta (2008, 86-87) – heidän mukaansa on hyvä pitää jonkinlaista tukilistaa mukana haastatteluissa, ja valmiiksi määritellyt teemat voivat varmistaa sen, että jokaisen haastateltavan kanssa käsitellään edes osin samoja asioita. Teemahaastattelussa jokainen haastateltava saa kuitenkin tuottaa haluamaansa asiaa hyvin vapaamuotoisesti. (Eskola & Suoranta 2008, 86-87.) Tämän teemahaastattelun voidaan ajatella olevan puolistrukturoitu menetelmä, sillä teemat olivat kaikille haastateltaville samat (ks. Hirsjärvi & Hurme 2015, 48).

Tuomi ja Sarajärvi (2009, 75) kertovat, että teemahaastattelussa pyritään löytämään tutkimuksen tarkoituksen kannalta merkityksellisiä vastauksia ja etukäteen päätetyt teemat pohjautuvat tutkimuksen viitekehykseen. Myös Hirsjärven ja Hurmeen (2015, 66) mukaan teemahaastattelussa teemat alkavat yleensä muotoutua aihetta käsittelevään teoriaan perehdyttäessä. Tässä tutkimuksessa haastattelun teemoiksi valikoitui taustateorian viitoittamana kasvatusvastuu, liikuntaan kasvattamisen vastuu sekä liikunta lasten elämässä. Kunkin teeman sisään oli mietitty etukäteen muutamia kysymyksiä, mutta kysymyksiä esitettiin hieman eri tavoin haastattelusta riippuen.

Tutkimusaineisto kerättiin tutkimuksessani pääosin puhelinhaastatteluilla – kolmestatoista haastattelusta 11 toteutettiin puhelimitse. Ajattelin puhelinhaastatteluiden olevan käytännöllisimpiä, sillä uskoin, että usein kiireisille lapsiperheiden vanhemmille tämä voisi olla helpoin ja nopein tapa hoitaa haastattelu. Toisaalta Ikonen (2017, 272) on myös todennut puhelinhaastatteluiden tarjoavan yksityisyyttä sekä tutkittaville että tutkijalle. Hirsjärvi ja Hurme (2015, 64) puolestaan mainitsevat puhelinhaastattelun yhtenä etuna sen nopeuden, joka ilmeni myös tässä tutkimuksessa – vanhempien ei tarvinnut esimerkiksi erikseen järjestää aikaa haastattelupaikalle saapumiseen. Niin ikään puhelinhaastattelut olivat omassa tutkimuksessani vaivattomimpia siitä syystä, että suurin osa haastateltavista asui eri paikkakunnalla, kuin millä itse asun (ks. Ikonen 2017, 271).

Puhelinhaastattelussa haasteelliseksi koin sen, että en pystynyt näkemään haastateltavien ilmeitä ja kehonkieltä. Lisäksi minun oli välillä vaikea tietää, onko haastateltavalla vielä jotakin sanottavaa, vai lopettiko hän jo asiansa.

Tällaisen asian saattaa kasvotusten haastateltaessa monesti havaita nimenomaan kehonkielestä tai ilmeistä. Hirsjärvi ja Hurme (2015, 64) mainitsevatkin puhelinhaastattelun haittapuolena sen, että siinä ei pysty havaitsemaan keskusteluun liittyviä näkyviä viitteitä. Skype välityksellä haastateltaessa koin samoja haasteita. Lisäksi Skype toi vielä oman haasteensa siinä mielessä, että ääni kulki melko pitkällä viiveellä ja se kulki välillä myös hieman pätkien. Näin ollen toisinaan tuli melko paljon päällekkäin puhumisia ja asioita täytyi toistaa, mutta haastattelu saatiin kuitenkin vietyä hyvin loppuun.

Aineistonkeruumenetelmänä haastattelua voidaan pitää monin tavoin hyvänä keinona kerätä tutkimusaineistoa. Sen etuna on muun muassa se, että aineistonkeruutilanteessa haastattelua on mahdollista mukauttaa tilanteen ja saatujen vastausten mukaan. (Hirsjärvi ym. 2016, 205.) Tässä tutkimuksessa aineistoa kerätessä haastattelua mukautettiin eri tavoin tilanteen mukaan ja tarvittaessa toistettiin kysymys tai esitettiin lisäkysymyksiä. Useimmiten kysymykset esitettiin suhteellisen samassa järjestyksessä, mutta pientä vaihtelua kuitenkin esiintyi. Lisäksi esimerkiksi jonkun kysymyksen kohdalla saatuani vastauksen jo myöhempään kysymykseen, saatoin ohittaa kyseisen kysymyksen. Haastateltavia pyydettiin tarvittaessa myös tarkentamaan ja selventämään heidän antamia vastauksia. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 73–74) näkevätkin haastattelun etuna nimenomaan sen joustavuuden eli esimerkiksi kysymysten muotoilun ja järjestyksen muuttamisen haastattelun aikana. Lisäksi väärinkäsitysten oikaiseminen nähdään helppona. Haastattelun etuna nähdään myös se, että haastateltavat kieltäytyvät harvoin haastattelusta, mikäli tämä on jo sovittu hänen kanssaan. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73–74.) Tämä päti myös omassa tutkimuksessani – jokainen tutkimukseen lupautunut vanhempi osallistui sovitusti haastatteluun.

Haastattelun käänköpuolena voidaan kuitenkin nähdä muun muassa se, että se vie paljon aikaa. Niin ikään haastattelussa voi ilmetä herkästi erinäisiä haastattelijasta tai haastateltavasta johtuvia virheitä – haastattelu voi esimerkiksi tuntua haastateltavasta epämiellyttävältä. (Hirsjärvi ym. 2016, 206.) Lisäksi Hirsjärvi ja Hurme (2015, 35) tuovat esille, että haastattelun teko vaatii haastattelijalta kokemusta ja taitoa. Tutkimuksessani tämä olikin yhtenä haasteena – en ole itse

tutkijana kovin kokenut haastattelija, minkä vuoksi joidenkin haastattelujen jälkeen ajattelin, että olisin voinut suoriutua paremmin. Koin kuitenkin, että haastattelemisen alkoi tuntua helpommalta haastatteluiden edetessä, sillä olin itse saanut varmuutta haastattelijana, jonka myötä osasin myös reagoida luontevammin haastateltavien vastauksiin. Lisäksi olin haastattelujen edetessä huomannut, mitkä kysymykset olivat tuntuneet monesta tutkittavasta haastavalta – näin ollen olin oppinut muotoilemaan jotkut kysymykset helpommin ymmärrettäviksi. Haastattelutilannetta yleisesti helpotti myös se, että aihe oli melko arkipäiväinen eikä siinä käsitelty erityisen arkaluontoisia asioita.

Tutkimusaineisto kerättiin syksyllä 2017, ja ennen varsinaisia haastatteluja tein yhden esihaastattelun. Esihaastattelun tarkoituksena on Hirsjärven ja Hurmeen (2015, 72) mukaan testata laaditun haastattelurungon toimivuutta. Runkoa on mahdollista vielä muuttaa tämän esihaastattelun jälkeen. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 72.) Esihaastateltavallani oli varsinaisista haastateltavista poiketen 3-vuotias lapsi, mutta koin kuitenkin saaneeni testattua haastattelurungostani olennaiset seikat hänen kanssaan. Tein esihaastattelun pohjalta muutamia pieniä muutoksia ja tarkennuksia kysymyksiini ennen varsinaisten haastatteluiden aloittamista. Huomasin esimerkiksi joidenkin kysymysten olleen hieman päällekkäisiä, joten muokkasin niitä siten, että saisin niiden kautta jotakin uutta tietoa. Lisäksi kysyessäni esihaastateltavan näkemyksiä riittävästä liikunnan määrästä lapselle, huomasin hänen alkaneen miettiä virallisia liikuntasuosituksia. Näin ollen varsinaisissa haastatteluissa pyrin painottamaan sitä, että vanhemmat pohtisivat omia ajatuksiaan asiasta sen sijaan, että toisivat esille liikuntasuosituksia.

Tutkimuksessani varsinaisten haastatteluiden kesto vaihteli 18:59 minuutin ja 47:38 minuutin välillä. Haastatteluiden alkuun tutkittavilta kysyttiin erinäisiä taustatietoja, kuten heidän ikänsä, koulutus ja ammatti sekä se, ketä heidän perheeseensä kuuluu (ks. Liite 2). Alkuun vanhemmilta tiedusteltiin myös sitä, minkälaisia harrastuksia heidän lapsillaan on ja minkä verran näiden päiviin sisältyy liikuntaa. Tässä tutkimuksessa liikunnalla tarkoitetaan kaikkea päivän aikana esiintyvää fyysistä aktiivisuutta käsittäen esimerkiksi liikuntaharrastuksen,

koulumatka- ja välituntiliikunnan, pihapelit ja hyötyliikunnan. Tämä kerrottiin kaikille tutkittaville, jotta he osasivat tarkastella asiaa samoista lähtökohdista.

5.4 Aineiston analyysi

Aineiston analysointi toteutettiin tässä tutkimuksessa teemoittelemalla ja samalla hyödynnettiin teoriaohjaavaa sisällönanalyysia. Onnistuakseen teemoittelu vaatii Eskolan ja Suorannan (2008, 175) mukaan teorian ja empirian vuorovaikutusta, jotka näyttäytyvät limittäin tutkimustekstissä. Tuomen ja Sarajärven (2009, 93) mukaan teemoittelua tehtäessä laadullinen aineisto pilkotaan ja ryhmitellään erilaisten aihepiirien pohjalta. Tällä tavoin pyritään vertailemaan valittujen teemojen esiintymistä aineistossa. Aineiston pilkkomista teemoihin helpottaa, mikäli aineisto on kerätty teemahaastattelulla – tällöin haastattelussa hyödynnetyt teemat jäsentävät aineistoa jo valmiiksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 93.) Tämä toimi yhtenä perusteluna sille, miksi valitsin tutkimuksessani analyysitavaksi teemoittelun. Analysointivaiheessa huomasinkin selkeästi jäsentäväni aineistoa teemahaastattelussa esiintyneiden teemojen pohjalta.

Teoriaohjaavassa sisällönanalyysissa tutkimusaineisto vaikuttaa analysoinnin etenemiseen, mutta teoreettiset näkökulmat on kuitenkin liitettävä analysointiin (Tuomi & Sarajärvi 2009, 117). Tämä näyttäytyi tässä tutkimuksessa siten, että taustateoria ja omat kokemukseni ohjasivat aineiston analyysia. Tämä oli luonnollista, sillä olin tutustunut tutkimusaiheeseen ennen aineiston keräystä ja analyysia. Pyrin kuitenkin tietoisesti perehtymään tutkimusaineistoon huomiomatta liikaa taustateoriaa. Teoriaohjaavuus näyttäytyi analyysissani myös siten, että hyödynsin tulosluvussa ja otsikoinnissa esimerkiksi joitain taustateoriassa esiintyneitä käsitteitä, kuten termiä oheiskasvattajat.

Aineistonkeruun ohella aloin samanaikaisesti litteroida haastatteluja tietokoneelle. Hirsjärvi ja Hurme (2015, 139) kertovat, että litteroinnin tarkkuudesta ei voida antaa yksiselitteisiä ohjeita, vaan tarkkuuteen vaikuttavat tutkimustehävä ja tutkimusote. Tässä tutkimuksessa olennaisinta olivat haastatteluiden sisällöt eli vanhempien antamat vastaukset eri teemoihin ja kysymyksiin. Näin ei

ollut perusteltua litteroida kaikkia sanojen toistoja, myötäilyjä tai vastaavia. En myöskään nähnyt tarpeelliseksi kirjata ylös hiljaisuuksien kestoja vanhempien miettiessä vastauksia kysymyksiini. Litteroin kuitenkin muilta osin kaikki vuorosanat mukaan lukien haastattelujen alkupuolten esittelyt ja loppupuolten haastattelusta irralliset mahdolliset keskustelut. Litteroitua aineistoa kertyi yhteensä 131 sivua rivivälin ollessa 1 ja fontin Times New Roman pistekoolla 12. Vaikka olin jo litteroitaessa karsinut osan ylimääräisistä täytesanoista, selkeytin autenttisia haastattelukatkelmia vielä lisää kirjatessani niitä tulososioon. Jätin esimerkiksi sanoja "tota", "niinku" ja "että" pois, jotta tekstistä tulisi luettavampaa. Lisäksi käytin "- -" merkkiä ilmaisemaan, että jätin sitaatin keskeltä joitakin epäolennaisia sanoja tai lauseita pois selkeyttääkseni lainausta. Muutin myös yhdessä sitaatissa esiintyneen voimasanan suotuisammalle kielelle.

Huomasin jo litteroinnin aikana kiinnostäväni huomioita esimerkiksi useassa haastattelussa toistuviin seikkoihin ja yhtäläisyyksiin, kuten vanhempien kasvatusvastuuseen ja lasten liikkumisen tärkeyteen. Huomioni kiinnittyi myös joihinkin yllättäviin tai poikkeaviin näkökulmiin, joista vanhemmat kertoivat. Hirsjärvi ja Hurme (2015, 135-136) tuovatkin esille, että analysointia voi aloittaa jo haastatteluiden aikana. Tutkija voi tehdä erinäisiä havaintoja esimerkiksi ilmiöiden toistuvuuden, jakautumisen ja eritystapausten pohjalta. Lisäksi aineistoa olisi hyvä aloittaa käsitellä ja analysoida mahdollisimman nopeasti aineistonkeruun jälkeen, sillä aineisto on tällöin vielä niin sanotusti tuore. On kuitenkin hyvä huomioida, että joissain tapauksissa puolestaan etäisyyden ottaminen voi olla aiheellista. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 135-136.) Omassa tutkimuksessani pidin litteroinnin jälkeen parin viikon tauon, ennen kuin aloin kunnolla analysoida aineistoa. Tänä aikana kuitenkin pohdin analysointimenetelmää ja silmäilin muutamia haastatteluja ajatusten herättelemiseksi.

Aloittaessani varsinaista analysointia hahmottelin teemoja ensin teema-haastattelun aihepiirin pohjalta jatkaen jäsentämistä tutkittavien vastausten perusteella. Tämän jälkeen aloitin analysoinnin taulukon 1 mukaisesti kirjaamalla ensin pelkistettyjä ilmauksia vanhempien haastatteluista noudattaen myös sisälönanalyysin periaatteita (ks. Tuomi & Sarajärvi 2009, 103-108). Kirjattuani

pelkistetyt ilmaukset, aloin hahmotella alateemoja hyödyntäen väljiä tutkimuskysymyksiäni. Merkitsin eri alateemoihin liittyviä ilmaisuja eri tunnisteväreillä jokaisen haastattelun kohdalta. Samanaikaisesti ryhmittelin pelkistyksiä alateemojen sisällä merkitsemällä kommentteja Word-tiedoston sivuun. Näiden pohjalta alateemat tarkentuivat ja aloin myös hahmotella sopivaa otsikointia. Lopullisia tuloksia kirjoittaessani alateemat ja ryhmittelyt jäsenyivät vielä lisää.

TAULUKKO 1. Esimerkki analysoinnin etenemisestä.

Aineistokatkkelma	Pelkistys	Ryhmittely	Alustava alateema
"no mä aattelen et se rooli on niiku iha ratkaseva, mikä vanhemmalla on ja se on niinku, se on siis lähes sataprosenttinen" (H8)	Vanhemman rooli ratkaiseva		
"ja tota koska kotoohan se malli siihen tulee, että, et niinkun et kannustetaan siihen että lapsi liikkuu" (H6)	Vanhemmilla iso rooli, malli tulee kotoa	Vanhempien esimerkki, malli, rooli	
"no kyllä varmasti niinku esimerkkinä oleminen, ja sitten niinku se yhdessä tekeminen, - - että esimerkki ja mallina oleminen" (H10)	Esimerkkinä ja mallina olo		Vanhempien vastuu lasten liikuntaan kasvattamisessa
"et kyllähän niiku lapsi on vietävä sinne liikunnan pariin ja sitte esiteltävä niitä vaihtoehtoja et mitä kaikkee voi ja sitä kautta löytää sitte se oma lajinsa" (H7)	Liikunta vaihtoehtojen esittely		
"mun mielestä se on niinku vanhempien vastuulla opettaa juoksemaan ja opettaa kiipeämään ja opettaa hiihtämään ja pyöräilemään ja luistelemaan" (H1)	Vanhemman vastuu opettaa liikuntalajeja	Vanhempien vastuu kannustaa, tukea, mahdollistaa	
"kyllähän se lähtee sieltä pienestä asti, että kannustaa siihen liikuntaan, että ulkoillaan paljon ja touthutaan ja, ja kannustetaan" (H5)	Liikuntaan kannustaminen		
"ja sit se että me ollaan mahdollistettu, me ollaan sellasia kyllä että sit ku ne pyytää rullaluistimii, nii ne ostetaan" (H12)	Välineiden hankkiminen		

Aineiston analysointi eteni käytännössä siten, että mikäli haastateltava oli esimerkiksi todennut, että ”minun mielestä kasvatusvastuu on meillä vanhemmilla, äitillä ja isällä. Ei se ulkopuolisilla ole” (H12), niin pelkistin sitaatin lyhyesti ”kasvatusvastuu vanhemmilla”. Maalasin tämän pelkistykseen vanhempien kasvatusvastuu -teeman tunnistevärillä merkiksi, että asia kuuluu kyseiseen teemaan. Tämän jälkeen kirjasin vielä tiedoston sivuun kommentin ”vanhempien vastuu”. Näin ollen teemoittelua jatkaessani minun oli helppo poimia eri teemoja ja alkaa koostaa näistä tuloslukua.

TAULUKKO 2. Analysoinnin pohjalta muodostetut teemat.

Pääteemat	Alateemat
Kasvatusvastuu jaettuna vastuuna	Vanhemmille kuuluva kasvatusvastuu Kasvatusvastuun jakautuminen muille kasvattajille
Jaettu vastuu lasten liikuntaan kasvattamisessa	Lasten liikkuminen vanhempien näkökulmasta Liikuntaan kasvattamisen vastuun jakautuminen Lasten fyysistä aktiivisuutta mahdollistavia tekijöitä

Lopulta analysoinnin pohjalta muodostin kaksi pääteemaa (ks. taulukko 2): kasvatusvastuu jaettuna vastuuna sekä jaettu vastuu lasten liikuntaan kasvattamisessa. Näistä ensimmäisen alle rakentui kaksi ja jälkimmäisen alle kolme alateemaa, jotka jakautuivat vielä tarkentaviin teemoihin.

5.5 Eettiset ratkaisut

Tutkimuksen tekoon liittyy aina paljon eettisiä näkökulmia, jotka tutkijan tulisi huomioida, ja tutkimuksen onkin tärkeää olla eettisesti kestävä (ks. Tuomi & Sarajärvi 2009, 127, 131). Eettisiä näkökulmia tulee miettiä jokaisessa vaiheessa ihmistieteiden tutkimuksessa (Hirsjärvi ja Hurme 2015, 19). Lisäksi tutkimuksen lähtökohtana tulee olla tutkittavien kunnioittaminen huomioimalla näiden autonomia, vahingoittumattomuus ja yksityisyys (Kuula 2006, 60). Tutkittavien on tiedettävä tarkasti, mitä tutkimuksessa selvitetään, joten tutkittaville tulee kertoa selkeästi tutkimuksen tavoitteet, menetelmät ja mahdolliset riskit. Tällä viitataan muun muassa siihen, että tutkimussuunnitelman tulisi olla laadukas, valitun

tutkimusasetelman sopiva ja raportointi tulee tehdä hyvin. Olennaista on myös ihmisoikeuksien kunnioittaminen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127, 131.)

Tässä tutkimuksessa jokaista tutkittavaa informoitiin tutkimuksen tarkoituksesta ja tutkimuksen tekoon liittyvistä luottamuksellisista seikoista. Heille kerrottiin, että kaikki tunnistetiedot, mukaan lukien henkilöiden ja paikkojen nimet, poistettaisiin tai muutettaisiin peitenimiksi. Heitä informoitiin myös siitä, että tutkimusraportissa käytetään suoria otteita haastattelusta siten, että heitä ei voi otteista tunnistaa. Tutkittaville kerrottiin, että kaikki tutkimusaineisto hävietään asianmukaisesti tutkimuksen valmistuttua. Informoin olennaisimmat eettisyyteen liittyvät asiat jo lähettämässäni sähköpostissa, ja lisäksi kävin kyseiset asiat läpi vielä jokaisen tutkittavan kanssa haastattelun alussa. Huolehdin myös siitä, että kerätty tutkimusaineisto säilytettiin tutkijan sormenjälkitunnistimen takana olevalla tietokoneella, johon ulkopuolisilla ei ollut pääsyä.

Tässä tutkimuksessa osallistujia informoitiin myös siitä, että heillä on halutessaan oikeus keskeyttää tutkimukseen osallistuminen missä tutkimuksen teon vaiheessa tahansa. Tutkimukseen osallistumisen tuleekin olla vapaaehtoista (ks. Kuula 2006, 61-62), ja tutkittavalla on oikeus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127). Tutkimuksessani otin luottamuksellisista syistä raportoinnissa huomioon myös sen, että haastateltavista vain yksi oli isä. Näin ollen sitaattien kohdalla en käytä sukupuolen paljastavia peitenimiä. Sen sijaan olen merkinnyt haastateltavat lyhenteillä H1, H2 ja niin edelleen. Luottamuksellisista syistä lyhenteet on myös numeroitu satunnaisesti haastattelujärjestyksestä riippumatta. Muutin myös joitakin murreilmaisuja yleiskielelle tutkittavien yksityisyyden suojaamiseksi.

6 KASVATUSVASTUU JAETTUNA VASTUUNA

Tässä tulosluvussa käsittelen ensimmäisen pääteeman tuloksia, eli vanhempien näkemyksiä kasvatustavasta ja sen jakautumisesta eri henkilöiden kesken. Kuvaan ensin vanhempien ajatuksia kasvatustavasta, jonka jälkeen kerron, minkälaisista asioista vanhempien koetaan olevan vastuussa lasten kasvattamisessa. Lopuksi kuvaan eri toimijoiden, kuten koulun ja oheiskasvattajien, kasvatustavasta ja sitä, minkälaisia vastuualueita vanhemmat kokevat näille kuuluvan. Eri henkilöiden ja toimijoiden kasvatustavun keskeiset tekijät on kuvattu taulukossa 3. Esittelen tulokset keskittyen erityisesti vanhempien eniten esiin nostamiin teemoihin. Lisäksi kuvaan lyhyemmin olennaisimpia yksittäisiä näkökulmia aiheeseen.

TAULUKKO 3. Eri toimijoiden kasvatustavun pääpiirteet vanhempien näkökulmasta.

Vanhempien kasvatustavuu	Koulun kasvatustavuu	Oheiskasvattajien kasvatustavuu
Vastuun kantaminen	Koulutustavuu	Sosiaaliset taidot
Omien tehtävien hoitaminen	Sosiaaliset taidot	Liikuntakasvatus
Perustarpeet	Yhteiskuntaan kasvattaminen	Esimerkin näyttäminen
Sosiaaliset taidot	Esimerkin näyttäminen	Asenteet
Hyvinvointi		Vanhempien kasvatustavun tukeminen

Kasvatustavuu käsitteenä nähtiin osin hieman haastavana määrittellä, mutta vanhemmat saivat kuitenkin tuottaa esiin ajatuksiaan siihen liittyen. Kasvatustavuu nähtiin selkeästi kuuluvan ensisijaisesti lapsen vanhemmille, mutta lisäksi vastuun nähtiin jakautuvan muun muassa koululle, harrastustoimijoille ja sukulaisille. Niin ikään vastuussa nähtiin olevan käytännössä kaikkien henkilöiden, jotka ovat lasten kanssa tekemisissä.

Vanhempien ja muiden henkilöiden nähtiin olevan vastuussa osin melko samantyyppisistä asioista, kuten käytöstapojen ja sosiaalisissa tilanteissa toimimisen opettamisesta. Lisäksi vastuuseen nähtiin kuuluvan muun muassa esimerkin näyttäminen lapsille omalla toiminnallaan. Muiden henkilöiden nähtiin myös

voivan tukea vanhempien kasvatustyötä. Vanhempien vastuulla ajateltiin kuitenkin olevan laajemmin erilaisia asioita.

6.1 Vanhemmille kuuluva kasvatustavastuu

6.1.1 Vastuullisuuden opettaminen lapsille

Kasvatustavastuun nähtiin selkeästi olevan ensisijaisesti vanhempien tehtävä, ja asia mainittiinkin usein ensimmäisten asioiden joukossa kysyttäessä, mitä kasvatustavastuu vanhemman mielestä on. Kasvatustavastuun nähtiin käsittävän hyvin kokonaisvaltaisen vastuun, johon sisältyy monia erilaisia tekijöitä:

No siis se on varmaa se meidän jokapäiväinen tehtävä, elikkä siis me ollaan vastuussa siitä omasta lapsesta ja sen tekemisistä, ja tavallaan siitä, minkälaiset eväät hänelle tässä elämässä annetaan, - - et se on mun mielestä ihan kokonaisvaltaista. (H7)

Kukaan haastateltavista ei tuonut esiin selkeästi vastakkaisia ajatuksia, mutta eräs haastateltava toi vanhempien kasvatustavastuun ensisijaisuuden ilmi hieman empien: ”Tietysti se pää... ehkä se päävastuu on vanhemmalla.” (H3) Eräs haastateltavista ei korostanut vanhempien vastuuta niin paljoa, vaan koki sen enemmänkin yhtäläisenä esimerkiksi koulun vastuun kanssa. Toisen näkökulman mukaan kasvatustavastuun ajateltiin liittyvän puolestaan siihen, että lapsi on ulkopuolisessa hoidossa. Lisäksi esiin tuotiin ajatus siitä, että vastuun voidaan ajatella olevan joko vanhemmilla tai lapsen huoltajilla viitaten henkilöihin, jotka huolehtivat lapsesta.

Oman mallin näyttämisen mainittiin kuuluvan osaksi vanhempien kasvatustavastuuta. Niin ikään siihen miellettiin kuuluvan muun muassa rajojen asettaminen ja ratkaisut lasta koskevissa asioissa. Kasvatustavastuuta kuvattiin esimerkiksi seuraavilla tavoilla:

Mehän [vanhemmat] ne alkukasvatus tehään niin, että millä tavalla ne käyttäytyy siellä koulussa. Tarviiko niitä kasvattaa vielä siellä, että etkö sinä ymmärrä tai että tämä on ei ja tämä on kyllä, että... Et kyl ne niiku perustukipilarit pitää kotona tulla. (H12)

Kasvatustavastuu se tarkoittaa sitä, että ku siis se koskee ehkä semmosia asioita, joissa niiku tavallaan hmm... Että ne ratkasut... Ja käytännöt sellasissa asioissa, jotka eivät ole tavallaan niinku lapsen itsensä päätettävissä, elikkäs se on varmaan tällasta niinku tietynlaista linjanvetoa perusasioista. (H4)

Haastatteluista kävi ilmi, että lapsille halutaan opettaa kasvatuksen myötä vastuullisuutta. Usea vanhempi kertoi esimerkiksi pyrkivänsä kasvattamaan lapsensa niin sanotusti kunnon kansalaisen ja veronmaksajan:

Mä oon aina sanonu, et jos niistä saa kasvatettuu semmosii ihan tavallisii veronmaksajia, ni sillo on onnistunu kasvatuksessa ees jossaki. (H9)

Lasten itsenäinen pärjääminen tulevaisuudessa nähtiin myös tärkeänä seikkana. Esimerkiksi haastateltava 11 kuvasi, että ”meiän [vanhempien] on valmistettava meiän lapset itsenäisiksi suomen kansalaisiksi, jotka pärjäävät tässä elämässä siten kun ovat sen ikäisiä, että eivät enää meitä tarvitse.” Esiin tuotiin myös se, että lapselle halutaan opettaa sellaisia asioita, että tämä pärjäisi koko yhteiskunnassa.

Lapsia haluttiin opastaa myös ottamaan vastuuta itsestään ja hoitamaan omat tehtävänsä hyvin. Tällä tarkoitettiin esimerkiksi koulun ja kotiläksyjen hoitamista. Eräs vanhempi painotti myös lukutaidon opettelun tärkeyttä. Esiin tuotiin myös se, että vanhemmat haluavat opettaa lapsellensa ahkeruutta. Lisäksi vanhempien vastuulle nähtiin kuuluvan se, että lapsia pyrittäisiin kasvattamaan huolehtimaan itsestään ja eräänlaisista perustarpeistaan:

Et kasvatetaan lasta pikkuhiljaa huolehtimaan itse myös, että lapsi oppii esimerkiks ilma-semaan, millon hänellä on nälkä tai uni tai unentarve tai vessahätä. (H2)

Eräs vanhempi kuvasi haluavansa opettaa lastaan vastuulliseksi myös opastamalla tätä huolehtimaan aikatauluista: ”ja sitten tämmöset niinku aikataulut, että millon tullaa ihan kotiakki sitte.” (H10) Lisäksi vanhempien kasvatusvastuuseen mainittiin kuuluvan myös sen opastaminen, milloin lapsi voi olla yksin kotona ja milloin hänen tulisi olla aikuisen valvonnassa.

6.1.2 Arvojen ja asenteiden opettaminen lapsille

Vanhemmat toivat esiin erilaisia arvostamia asioita, joiden opettamisesta lapselleen he kokivat olevansa vastuussa. Lisäksi jotkut vanhemmat mainitsivat joi-tain asenteellisia tekijöitä, joita lapsille halutaan opettaa. Ihmissuhteisiin liittyvien arvojen opettamista korostettiin vanhempien vastuusta puhuttaessa. Lapsille kerrottiin haluttavan opettaa toisten ihmisten kunnioitusta ja ylipäättään

muiden ihmisten kanssa toimeen tulemista. Esimerkiksi haastateltava 9 koki hänen vastuullaan olevan sen, ”että niistä [lapsista] tulee sellasia, että on kavereita muille”. Haastatteluissa mainittiin myös se, että lapsille pyritään opettamaan, että jokainen pystyy tekemään haluamiaan asioita ja ajattelemaan omalla tavallaan, vaikka muilla ihmisillä olisikin eriäviä mielipiteitä. Esiin tuotiinkin se, että lapset tulisi opettaa ymmärtämään ihmisten erilaisuutta ja suvaitsevaisuutta:

Mutta myös se sitten, että... Että ollaan niiku avarakatseisia ja yritetään, ei välttämättä tarvii ees ymmärtää, mut et yrittäs pystyä niinku hyväksymään sen, että on erilaisia ihmisiä. (H3)

Arvojen ja asenteiden lisäksi käytöstapojen opettaminen tuotiin selkeästi esiin – lähes kaikki vanhemmat kertoivat haluavansa opettaa lapsellensa kasvatuksen myötä käytöstapoja. Näihin mainittiin kuuluvan esimerkiksi ovien avaaminen sekä käyttäytyminen julkisissa tilanteissa ja kodin ulkopuolella. Kaikki vanhemmat eivät eritelleet käytöstapoja, vaan toivat sen tärkeyden esiin vain yleisellä tasolla. Osa haastateltavista kuitenkin avasi ajatuksiaan hieman tarkemmin:

Sitten niinkun ihan tämmöset perinteiset käytöstavat, sitten tota... Semmoset niinku, noh, esimerkiksi tämmöne niinku eri paikoissa toimiminen, miten voit toimia, miten toimitaan vaikka kaupassa tai miten kuljetaan liikenteessä ja miten istutaan konsertissa tai juhlatilaisuuksissa ja miten puhutaan toisille ihmisille. (H2)

Meillä opetetaan käytössääntöjä aika paljo. Sitä, että ovia avataan ja kaikille sanotaan päivää ja silmiin katotaan - - ja jos joku on tehnyt ruuan, nii sitä edes maistetaan. (H12)

Kokonaisvaltaista hyvinvointia pidettiin tärkeänä arvona, ja tähän liittyen tuotiin esiin niin fyysiseen, psyykkiseen kuin sosiaaliseen hyvinvointiin liittyviä teki- jöitä, joita lapsille haluttiin opettaa. Vanhemmat kokivatkin olevansa vastuussa esimerkiksi siitä, että lapset oppisivat syömään terveellisesti. Haastateltava 7 kertoi haluavansa opettaa lapselleen ”terveellisiä elämäntapoja, ja liikkuminen ja syöminen”. Lasten nukkumiseen liittyvien asioiden opettaminen ja lasten kannustaminen niin sanottujen järkevien harrastusten pariin nostettiin myös esiin.

Lisäksi haastatteluista ilmeni, että lapsille haluttiin opettaa tietynlaisia muita asenteita. Tähän liittyen esiin tuotiin esimerkiksi jalat maassa -asenteen opettaminen lapselle. Eräs vanhempi koki hänen vastuullaan olevan myös sen, että lapsi oppisi kunnioittamaan luontoa.

6.2 Kasvatusvastuun jakautuminen

6.2.1 Koulun kasvatusvastuuna opetusvastuu

Tulosten mukaan koululla nähtiin olevan vanhempien lisäksi merkittävä vastuu lapsen kasvattamisesta. Haastatteluissa kuitenkin painotettiin, että vaikka koululla onkin jonkinlainen vastuu, on kodilla kuitenkin selkeä ensisijainen kasvatusvastuu. Ainoastaan yksi vanhemmista ei tuonut esiin selkeää eroa koulun ja vanhempien kasvatusvastuuta, vaan näki näillä molemmilla olevan suora vastuu lastensa kasvattamisessa. Eräs haastateltava pohti koulun kasvatusvastuun olevan hieman häilyvää:

Toki sitten myös koulutus ja opetus lisää ymmärrystä yhteiskunnasta ja sitä kautta se on samalla kasvatusta ja se on vähän veteen piirretty viiva, mutta niinku mä, niin... Ensisijaisesti se kasvatusvastuu on mun lapsilla vanhemmilla. (H1)

Ajatuksia jakoi nimenomaan se, voidaanko koulun vastuusta puhua suoranaisesti kasvatusvastuuna. Haastatteluissa tuotiinkin esiin, että koululla ei välttämättä ole suoraa kasvatusvastuuta, mutta opetus- ja koulutusvastuu nähtiin olennaisena osana koulun vastuuta:

Koululla on se oppiminen ja opiskelu tietenkin on siellä se, missä he ovat niiku vastuussa siitä sen lapsen kehityksestä siellä puolella. Siellä oppimispuolella. (H7)

Koulun vastuusta puhuttaessa eräs haastateltava toi ajatuksiaan esiin myös koulun ja opetussuunnitelman tavoitteista ja toteutumisesta:

Se vastuu mitä mä haluan et koululla nii se ei kyllä tässä opinto- mikä suunnitelma se nyt onkaa niin ei toteudu, koska mun mielestä koulu - - on liian vielä sitä semmosta niinkun numeroitten tuijottamista ja jotenki paineen luomista siitä, et pitää osata kaikkea hyvin. Että mä taas siinäki nii näkisin, et sillä koululla on, ja opettajalla varsinkin, niin hirvee valta siitä, miten pystyski rikastamaan sen lasten elämää sillä, että oikeesti niinku käytäs niitä asioita läpi vähän eri näkökulmasta ku siitä, että osaatsä nyt niiku lukee tai koalueen ja muistatsä sen hetken nää asiat ja sit sä oot niiku hirveen hyvä. (H3)

Haastateltavat puhuivat myös monista muista asioista, joita he toivoivat koulussa lapsellensa opetettavan. Koulun nähtiin esimerkiksi voivan ikään kuin tukea vanhempien kasvatustyötä. Esiin tuotiin myös muun muassa se, että lapsia tulisi opettaa työntekoon ja kannustaa koulutyöhön oppimiseen. Lisäksi toiveisiin lukeutuivat sosiaalisten taitojen ja käytöstopojen opettaminen:

Ja sitte tietenkin koulussahan ne aikalaila varmaan aika samanlaisin ajatuksin kun meillä kotonakin, että käytöstapoihin ja toisten kans olemiseen ja semmoseen. (H5)

Näiden ohella vanhemmilla oli jonkin verran toisistaan poikkeavia ajatuksia siitä, minkälaisista asioista he mielsivät koulun olevan vastuussa. Vastuualueisiin koettiin kuuluvan esimerkiksi yhteiskuntaan kasvattaminen ja se, että koulussa on oiva mahdollisuus tavata eri taustoista tulevia lapsia. Näin ollen koululla ajateltiin olevan jopa kotia parempi mahdollisuus lisätä lasten tietoutta monikulttuurisuudesta. Lisäksi koululla mainittiin olevan mahdollisuus vaikuttaa osaltaan lapsen minäkuvan muotoutumiseen.

Koululla kuvattiin olevan vastuuta myös siinä, että lapsi ikään kuin oppisi ja tottuisi siihen, että vanhempien lisäksi muutkin aikuiset voivat kommentaa ja ohjeistaa häntä:

Ni siellä [koulussa] on se aikuinen niiku kasvatus-... Tai mä luotan, että hän sanoo niillä kohin ni ”ei” ku minä en siellä ole. (H12)

Haastatteluista myös ilmeni, että lasten saatetaan ajatella peilaavan aikuisten käytöstä esimerkiksi koulussa, jonka myötä koululla odotettiin olevan vastuu näyttää mallia asianmukaiseen käytökseen. Niin ikään koulun odotettiin hoitavan suomalaisten arvojen mukaista kasvattamista sekä huolehtivan esimerkiksi turvallisuudesta ja ruokailutilanteiden valvonnasta.

6.2.2 Oheiskasvattajat vanhempien kasvatustyön tukijoina

Vanhemmat nostivat esiin monia muitakin toimijoita ja henkilöitä, joiden he kokivat olevan osin vastuussa heidän lastensa kasvattamisesta. Yhtenä toimijana mainittiin harrastustoimijat ja -seurat, joilla nähtiin olevan osavastuu lasten kasvattamisesta, ja heidän odotettiin esimerkiksi opettavan ja kasvattavan kyseiseen harrastustoimintaan liittyviä asioita. Näiltä toivottiin tukea esimerkiksi liikunta- kasvatukseen sekä käytöstapojen ja sosiaalisten taitojen opettamiseen:

Harrastuksissakin nii kyllähän sielläki niiku kasvatetaan ja opetetaan tavallaan niitä semmosia sinne kuuluvia, mitä kasvatukseen liittyy - käytöstapoja ja ryhmässä toimimista ja ihan tämmösiä niiku yleisiä. (H7)

Myös isovanhempien vastuu tuotiin esiin kasvatusvastuusta keskusteltaessa. Heidän vastuulleen ajateltiin kuuluvan osin samoja asioita kuin vanhemmille, mutta heillä ei kuitenkaan nähty olevan samanlaista velvollisuutta kasvattaa lapsia kuin vanhemmilla. Sen sijaan isovanhempien nähtiin nimenomaan saavan osallistua kasvatukseen näin halutessaan:

Kyl mä näkisin kans niinku mun vanhemmat on ihan aktiivisia isovanhempia, että se ei oo ehkä heitä kohtaan niin samainen velvoite kuin mitä omia vanhempia kohtaan, mut he ehkä saa osallistua lapsien kasvattamiseen ja sitä niinku tekevätkin. (H8)

Isovanhemmilta odotettiin esimerkiksi niin sanottujen perinteisten asioiden siirtämistä. Lisäksi heiltä toivottiin läsnäoloa ja liikkumista lasten kanssa, kuten myös apua kiireisen arjen keskellä:

Esimerkiks aika paljon isovanhemmat liikkuu luonnossa näitten lasten kanssa, että vaikka - - vievät sieniä ja marjoja poimimaan ja näin, mutta että enemmän se on sitä, että he auttavat meitä vanhempia tästä kiireisestä arjesta. (H6)

Kasvatusvastuun nähtiin kuuluvan myös esimerkiksi muille vanhemmille ja läheisille ihmisille, kuten kummeille. Lisäksi muiden sukulaiset, kuten lasten sisarusten ja lasten vanhempien sisarusten, nähtiin olevan osaltaan vastuussa lasten kasvattamisesta. Haastatteluissa tuotiin esiin myös vanha sanonta siitä, että koko kylä kasvattaa lapsia. Tällä viitattiin siihen, että esimerkiksi naapureille ja pihayhteisöille kuuluu osa kasvatusvastuusta, kuten myös ohikulkijoille. Vanhemmat ajattelivatkin, että käytännössä kaikilla lasten kanssa tekemisissä olevilla ja heitä ympäröivillä henkilöillä on jonkinlainen kasvatusvastuu:

Minä ajattelen myös kasvatusvastuuna niinku meiän perhettä ympäröivät ihmiset, läheiset, tai naapurit, tai jollaki tavalla, että ollaan niinku yhdessä niiden tukena tässä elä-mässä. (H11)

Vaikka monet vanhemmat halusivat korostaa heillä olevan selkeä päävastuu lastensa kasvattamisesta, nostettiin haastatteluissa kuitenkin esiin ajatuksia esimerkiksi siitä, että muiden kasvattajien vastuulla on ikään kuin tukea vanhempien kasvatus työtä ja tuoda ehkä hieman erilaisia näkökulmia asioihin. Eräs haastateltava näki muiden kasvattajien kuitenkin kykenevän opettamaan lapsille joi-tain sellaisia asioita, joita lasten omat vanhemmat eivät ehkä osaa opettaa:

Mä nään, et tottakai se suurin vastuu on vanhemmilla, siis ihan ehottomasti, mutta sit tavallaan, et se muitten työ niinku tukee sitä ja voi tietysti myös opettaa jotain mitä vanhemmat ei oo niinku ymmärtäneet, et vanhemmilla ei oo niin suuria omia taitoja sitä opettaa. (H8)

Muiden vanhempien vastuulla nähtiin olevan ohjeistaa ja tarvittaessa komentaa lasta. Heidän nähtiin myös pystyvän laajentamaan lapsen ymmärrystä eri asioista ja opastamaan, miten asioita voidaan hoitaa ja kuinka niihin voidaan asennoitua:

No ehkä juuri se, että tuovat sitä omaa ajattelua ja omaa näkemystään myös esille, mut et sillä tavalla, et se ei voi olla ehdotonta, vaan niinku että se laps oppii ymmärtämään sen just, että kaikilla on niinku erilaisia näkemyksiä tai erilaisia uskomuksia asioista, mutta mikään ei oo niinku se ainoa oikee. (H3)

Vanhemmat ajattelivat, että muut kasvattajat voivat opettaa lapsille erilaisia asioita ja näyttää esimerkkiä omalla toiminnallaan. Muiden kasvattajien toivottiin esimerkiksi opastavan käyttäytymisessä ja erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa.

7 LASTEN LIKKUMISEEN LIITTYVÄT MONI- NAISET TEKIJÄT

Tässä tulosluvussa kuvaan toista pääteemaani eli sitä, keillä on vastuu lasten liikuntaan kasvattamisessa. Lisäksi kerron liikunnasta ja sen merkityksestä lasten elämässä ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Tulosluku rakentuu kuvaamalla ensin lasten liikunnan merkitystä yleisesti, jatkuen tämän jälkeen liikuntaan kasvattamisen vastuuseen ja siihen, kuinka eri henkilöt tai tekijät voivat tukea ja kannustaa lasten liikkumista. Käsittelen tuloksissani eniten esiin nostettuja näkökulmia, ja kuvaan lisäksi joitain yksityiskohtaisempia kiinnostavia seikkoja.

Kaikki vanhemmat näkivät liikunnan erittäin tärkeänä osana lasten elämää, ja jokainen vanhempi kertoi lapsensa liikkuvan jonkin urheiluseuran toiminnan parissa tai omatoimisesti joko yksin tai perheen ja kavereiden kanssa. Lisäksi lasten kerrottiin harrastavan erinäistä hyötyliikuntaa, kuten pyöräilyä kouluun. Lasten päivittäisessä fyysisen aktiivisuuden määrässä esiintyi pientä vaihtelua, sillä lasten kerrottiin liikkuvan päivittäin reilusta tunnista jopa muutamaan tuntiin. Tämän määrän todettiin kuitenkin vaihtelevan myös hieman päivän mukaan. Pääosin lasten koettiin kuitenkin liikkuvan riittävästi päivittäin. Olennaisena tekijänä vanhemmat toivat esiin se, että lapsen jokaiseen päivään tulisi sisältyä jonkin verran liikuntaa. Haastatteluista kävi ilmi kuitenkin se, että aikaa tulisi jäädä myös muille lapsen harrastuksille sekä levolle ja palautumiselle.

TAULUKKO 4. Vanhempien ja koulun vastuu lasten liikkumisessa.

	Vanhempien vastuu	Koulun vastuu
Lasten liikkumista edistäviä ja mahdollistavia tekijöitä	Mallin näyttäminen	Koululiikunta
	Kannustaminen/vaatiminen	Mielekkäät liikuntamuistot
	Liikunnallisen elämäntavan ja taitojen opastaminen	Liikunnan integrointi muihin oppiaineisiin
	Asennoituminen liikuntaan	Koulun tarjoamat liikuntapaikat
	Liikunnan mahdollistaminen	

Vanhempien vastuu lasten liikuntaan kasvattamisessa nähtiin todella merkittävänä, mutta lisäksi esimerkiksi koululla ajateltiin olevan tärkeä rooli kannustaa

lapsia liikkumaan. Vanhempien ja koulun olennaisimmat keinot tukea ja mahdollistaa lasten liikkumista ilmenevät taulukosta 4. Vanhemmat toivat esiin, että myös esimerkiksi sukulaiset ja lasten kaverit voivat vaikuttaa lasten liikkumiseen, mutta näissä tapauksissa ei välttämättä aina voida puhua kuitenkaan suoranaista vastuusta. Olenkin puhunut näissä tilanteissa esimerkiksi lasten liikuntaan vaikuttavista tekijöistä tai lasten liikunnan kannustajista vastuun sijaan, sillä kiinnostuksen kohteena osaltaan oli, minkälaiset tekijät tai henkilöt kannustavat lapsia liikkumaan. Lasten liikuntaa nähtiin mahdollistavan myös muun muassa sopiva asuinympäristö, vanhempien taloudellinen tilanne ja liikkumisen matala kynnys.

7.1 Lasten liikkuminen vanhempien näkökulmasta

7.1.1 Liikunta ja fyysinen hyvinvointi

Vanhemmat kertoivat liikunnan olevan tärkeä osa lasten elämää ja he kokivat, että heillä on suuri vastuu lasten liikuntaan kasvattamisessa. Olikin olennaista keskustella myös siitä, miksi vanhemmat kokevat liikunnan olevan niin tärkeää, eli miksi he haluavat kantaa vastuuta lasten liikuntaan kasvattamisessa. Vanhemmat korostivatkin sitä, että liikunnan hyödyt lapsilla ovat hyvin moninaiset ja he ajattelivat sen vaikuttavan lasten kokonaisvaltaiseen terveyteen ja hyvinvointiin viitaten niin fyysisiin, psyykkisiin kuin sosiaalsiinkin tekijöihin.

Fyysisistä hyödyistä esiin tuotiin esimerkiksi liikunnan vaikutukset lapsen kehoon. Yleisesti ottaen liikunnan ajateltiin parantavan lapsen fyysistä kuntoa ja muodostavan myös tietynlaisen pohjakunnon aikuisuutta ajatellen – näin ollen aikuisuudessa liikkuminen saattaisi olla helpompaa. Lapsen voimatasojen ja nopeuden nähtiin niin ikään kehittyvän liikunnan myötä, kuten myös esimerkiksi ketteryyden, motoriikan ja koordinaation. Haastatteluista myös ilmeni, että liikunnan ajatellaan parantavan lasten ryhtiä ja ehkäisevän kropan jäykistymistä:

Mä aattelen, että ihmiskehot on tehty sitä varten, et ne liikkuu, että se on niinku hyvä sille ruumiille ja sen kehitykselle, että tottuu erilaisiin liikeratoihin ja kaikkee, et vahvistaa lihaksia ja notkistaa ja sitä kautta helpottaa ihan niinku sellasta arkistakin jaksamista. (H8)

Liikunnan terveysvaikutukset ja ylipäättään terveelliset elämäntavat nähtiin tärkeänä tekijänä lasten elämässä. Haastatteluissa tuotiin myös esille, että liikunta voi auttaa ehkäisemään monia sairauksia. Lisäksi liikunnan ajateltiin voivan auttaa lasten painonhallinnassa, ja ylipainon välttämisen nähtiin puolestaan voivan ehkäistä siihen kytköksissä olevia sairauksia. Vanhemmat uskoivat liikunnan vaikuttavan positiivisesti myös unen laatuun ja ruokahalun paranemiseen. Eräs vanhempi mainitsi myös hänen lapsensa itsensäkin oppineen ymmärtämään liikunnan vaikutukset unen laatuun ja ruokahaluun motivoiden häntä liikkumaan. Lisäksi eräs vanhempi kuvasi, että hänen lastansa voi motivoida liikkumaan oma sisäinen uteliaisuus liittyen siihen, kuinka hyvin jaksaa liikkua:

Et ehkä siinä on vähän semmosta niinkun, et haluaakin tietää, että olenko minä hyvä ja jaksanko minä juosta ja semmosta niinku lapsen uteliaisuutta siinä, että pystynkö minäkin juoksemaan, kun isikin ja äitikin juoksee. (H12)

Lisäksi liikunnan koettiin vaikuttavan positiivisesti lasten aivojen toimintaan ja kehitykseen. Esimerkiksi haastateltava 5 toteaaakin, että ”aivot pysyy aktiivisena ja aivojen hermot toimii paremmin kun liikkuu ja aktivoi niitä aivoja”. Niin ikään ulkona liikkuminen ja raittiin ulkoilman saaminen nähtiin hyödyllisinä tekijöinä.

7.1.2 Liikunta lasten hyvinvoinnin ja oppimisen edistäjänä

Haastatteluissa mainittiin myös monia psyykkiseen hyvinvointiin ja jaksamiseen liittyviä tekijöitä, joihin liikunta voi vaikuttaa. Lisäksi vanhemmat toivat ilmi erinäisiä asioita, jotka voisivat lasten näkökulmasta olla merkityksellisiä. Vanhemmat kertoivat liikunnan vaikuttavan esimerkiksi lasten mielenterveyteen ja yleisesti mielialaan. Liikunnan nähtiin vaikuttavan myös lasten itsetuntoon siten, jos lapsi kokee olevansa hyvä urheilussa tai esimerkiksi oppivansa uusia, pitkään harjoittelemaansa taitoja urheilun parissa. Liikunnan ajateltiin myös olevan mukavaa tekemistä lapsille, ja moni vanhempi ajatteli lastensa voivan kokea itsensä voittamisen tunteita ja nauttivan siitä, kun he osaavat erilaisia liikuntataitoja ja oppivat uusia asioita:

Musta on just niinku kaikkein tärkeintä se, et siinä on hauskaa ja tulee tämmösiä onnistumisen elämyksiä - - ja et siellä on kivaa, niin ne on niinkun ne pääasiat. (H4)

Liikunnan koettiin myös opettavan erilaisia tunteita ja auttavan tunteiden säätelyssä. Liikunnan nähtiin tarjoavan lapsille onnistumisen kokemuksia, mutta toisaalta osa vanhemmista näki tärkeänä myös sen, että lapsi oppisi käsittelemään pettymyksen tunteita liikunnan kautta:

Tietysti siellä tulee juttuja aina mitä ei osaa ja ne on ihan hyviä, jos tulee pettymyksiä toisaalta liikunnan kautta. Et se on kyllä yks semmonen näkökulma kans, et seki on ihan kasvattavaa, et kaikki liikkeet voimistelus ei välttämättä aina sujukkaan, niin se ei oo välttämättä ollenkaan huono juttu sekään. (H9)

Tulosten mukaan lasten ajateltiin pystyvän oppia ja kehittää monia muitakin uusia taitoja liikunnan kautta ja saada uudenlaisia kokemuksia. Liikunnan nähtiin voivan opettaa muun muassa pitkäjänteisyyttä, kurinalaisuutta ja tietynlaista arjen hallintaa. Eräs vanhempi koki liikkumisen opettavan lasta myös toimimaan itsenäisesti. Lisäksi olennaisena asiana esiin nostettiin se, että lapset voivat oppia muiden kanssa liikkeessä sosiaalisia taitoja ja saada näin ollen myös kavereita, ja tämän ajateltiin olevan tärkeä asia myös lapselle:

Aattelen esimerkiks sitä, että kun lapsi on kavereiden kanssa koulun pihalla ja pyörii siellä, leikkii jotain tai potkii palloa tai juoksee tai leikkii tota keinupoltista tai mitä tahansa tämmöstä, nii sihän siinä tavallaan myös sitte on sitä yhdessä olemista ja sitten niitten niinkun kaveruustaitojen kehittämistä. (H4)

Vanhemmat näkivät liikkumisen myös auttavan lasta jaksamaan yleisesti arjessa ja pitämään lapsen mielen virkeänä. Sen koettiin olevan oiva tapa purkaa energiaa päivien aikana ja mahdollisesti rauhoittaa lasta tämän liikkeessä esimerkiksi luonnossa. Vanhemmat ajattelivat lasten myös saavan ilon tunteita siitä, kun he ovat innostuneita joistakin peleistä tai tietyistä liikuntalajista. Lisäksi liikkumisen ajateltiin vaikuttavan positiivisesti lapsen oppimiseen ja auttavan keskittymään koulussa. Fyysisen aktiivisuuden koettiin tuovan myös hyvää vastapainoa koulunkäynnille.

7.2 Liikuntaan kasvattamisen vastuun jakautuminen

7.2.1 Vanhempien esimerkki suuntaa lasten liikkumista

Vanhemmilla nähtiin olevan todella suuri vastuu ja rooli lasten liikuntaan kasvattamisessa – monet vanhemmat kokivat heillä olevan ehdottomasti

merkittävin vastuu. Ainoastaan yhden vanhemman ajatukset poikkesivat hieman muista siinä mielessä, että hän ei suoraan korostanut vanhempien vastuuta, vaan totesi vanhempien olevan yhtenä tahona vastuussa esimerkiksi päiväkodin ohella.

Tärkeänä tekijänä lasten liikuntaan kasvattamisessa nähtiin se, että vanhempien tulee näyttää mallia ja toimia esimerkkinä lapsilleen:

No kaikista suurinhan se [vastuu liikuntaan kasvattajana] on. Koska jos mä en liikkuis täällä ja mun mielestä se ois ihan täysin tyhmää se liikkuminen nii ei ne liikkus nekään. - - Mutta tuota periaatteessa mun mielestä se on kyllä ihan täysvastuu niiku minulla ja minun miehellä, että liikkuko ne vai ei. (H12)

Vaikka suurin osa vanhemmista ajatteli heidän toimivan mallina lasten liikkumiselle, jakoi tämä asia kuitenkin hieman mielipiteitä. Osa vanhemmista ajatteli, että vanhempien malli vaikuttaa lasten liikkumiseen jonkin verran, ja eräs vanhempi koki, että hänen mallinsa ei juurikaan vaikuta lapsensa liikkumiseen:

Ei taida vaikuttaa, et mun harrastukset on niin myöhään illalla, että lapset silloin jo valmistautuu nukkumaan menoon, et he ei niinku tajuakaan, et mä oon harrastamassa liikuntaa silloin, - - että mun esimerkkinä ei oo sitte se syy minkä takii he harrastavat, tai he eivät niiku siitä ota mallia tai vetoa siihen, että ei vanhempikaan tee. (H13)

Ajatuksia jakoi myös se, vaikuttaako vanhempien malli siihen lajiin, jota lapsi ryhtyy harrastamaan. Joissain perheissä lapset olivat päätyneet harrastamaan samaa lajia, joita vanhemmat harrastavat tai ovat harrastaneet. Osa vanhemmista koki, että vaikeivat vanhemmat suoranaisesti kannustaisi lastaan tiettyyn lajiin, saattaa heidän mallinsa kuitenkin ohjata lasta. Osa vanhemmista puolestaan ajatteli, että heidän mallinsa ei vaikuta lainkaan siihen, mitä lajeja lapsi harrastaa, ja eräs haastateltava ei osannut ottaa asiaan kantaa. Vanhempien mallin ajateltiin kuitenkin voivan vaikuttaa heidän lapsensa liikunnan määrään.

Vanhempien nähtiin myös voivan liikkua yhdessä lastensa kanssa näyttämällä tavoin liikkumisen mallia lapsilleen. He voivat esimerkiksi lähteä yhdessä jonkin liikuntaharrastuksen pariin tai mennä pihalle ulkoilemaan. Lisäksi vanhempien nähtiin kykenevän näyttämään esimerkkiä myös sitä kautta, että he opettaisivat lapselleen liikunnallisen elämäntavan jo pienestä pitäen:

Koska kotoohan se malli siihen tulee, - - että se elämäntapa voi olla jo se liikkuva, että liikutaan... Siis ihan itestään selviä asioita, et kävellään sinne ruokakauppaan eikä mennä autolla. (H6)

Tulosten mukaan vanhemmat kokivat heidän oman asennoitumisensa liikuntaa kohtaan vaikuttavan merkittävästi heidän lastensa liikkumiseen. Haastatteluissa tuotiin esiin esimerkiksi se, että mikäli vanhemmat arvostavat liikuntaa, voi tämä vaikuttaa myös siihen, kuinka heidän lapsensa suhtautuvat liikkumiseen. Lisäksi haastateltavat kertoivat, että vanhempien tulisi ymmärtää liikunnan tärkeys ja puhua siitä myönteiseen sävyyn ja opettaa tätä ajattelutapaansa myös lapsilleen:

Oon vahvasti sitä mieltä, että tämmönen niinkö vanhempien asennoituminen siihen miten me niinku meiän lapsia laitetaan liikkeelle ja minkälainen kokemusta halutaan niille liikkumisesta ja semmosesta terveellisestä, nimenomaan terveyslääkinnasta tai terveellisestä liikunnasta, niinni sillä on tosi iso merkitys. (H11)

Vanhempien negatiivisen asennoitumisen liikuntaan ajateltiin puolestaan voivan vaikuttaa kielteisesti lasten liikkumiseen. Myös vanhempien viitsimättömyys nähtiin liikuntaa estävänä tekijänä. Haastatteluissa tuotiin esimerkiksi ilmi, että jotkut vanhemmat eivät välttämättä pidä liikuntaa tärkeänä tai he eivät pidä jostakin tietyistä lajeista – nämä asenteet voivat vaikuttaa myös lasten asenteisiin liikuntaa kohtaan. Esiin nostettiin kuitenkin se, että vanhempien asenteiden muuttaminen ja tietouden lisääminen liikunnan suhteen olisi tärkeää.

7.2.2 Vanhemmat lastensa liikunnan tukijoina

Suurin osa vanhemmista näki lasten liikunnan mahdollistamisen selkeästi heille kuuluvana tehtävänä, ja liikkumista koettiin voitavan tukea monin eri tavoin. Vanhempien vastuulla ajateltiin olevan tarjota lapsille erilaisia liikuntamahdollisuuksia viemällä näitä esimerkiksi erilaisiin liikuntapaikkoihin. Eräs vanhempi näki vanhempien vastuulla olevan myös erinäisten liikuntataitojen opettamisen: ”mun mielestä se on niinku vanhempien vastuulla opettaa juoksemaan ja opettaa kiipeemään ja opettaa hiihtämään ja pyöräilemään ja luistelemaan.” (H1) Tulosten mukaan vanhempien vastuulla on myös viedä lapsia eri liikuntalajien pariin ja esitellä heille eri vaihtoehtoja – näin lapsi voisi löytää oman lajinsa:

Että tavallaan tarjota sille lapselle se mahdollisuus, et sillä itellä syttyy se kipinä johonkin tiettyyn lajiin. Et mun mielestä se kantaa enemmän, kun se, että yrittää kysyä lapselta, että no mitä sä haluat tehdä - - no eihän se tiedä mitä maailmassa on, et kyl se on niinku meiän tehtävä tarjota. (H5)

Vanhempien nähtiin voivan muillakin tavoin mahdollistaa lasten osallistuminen liikuntaharrastuksiin. Vanhempien tulee esimerkiksi olla valmiita kuljettamaan heidän lapsiaan harrastuksiin ja resurssien rajoissa hankkimaan lapsille tarvittavia harrastusvälineitä. Vanhemmat uskoivat myös lasten pitävän tärkeänä sitä, että näillä olisi tarvittavat välineet liikkumiseen. Esiin nostettiin kuitenkin se, että kaikilla perheillä ei välttämättä ole varaa ostaa välineitä. Tästä kerron tarkemmin luvussa 7.3.2. Haastatteluista myös ilmeni, että vanhempien tulee itsekin tiettyssä määrin sitoutua ja järjestää aikaa lastensa harrastuksiin.

Tulosten mukaan vanhempien koettiin usein määrittävän sen, kuinka heidän lapsensa viettävät vapaa-aikaansa koulun ulkopuolella. Osa haastateltavista toi ilmi, että vanhempien tulisi järjestää erilaisia turvallisia liikkumismahdollisuuksia kotona, jotta lasten olisi helppo liikkua vapaa-aikana. Lisäksi esiin nostettiin se, että vanhempien tulisi sallia lasten fyysistä aktiivisuutta sisätiloissa, ja myös lasten ajateltiin arvostavan tätä:

Sitte kotona niinni on toisaalt, et kotona on niiku liikuntamahollisuuksii, et on trampoliini ja meilläki roikkuu voimistelurenkaat olkkarissa ja ne touhuua niissä. (H9)

Vanhempien vastuulla kuvattiin olevan vastata myös siitä, että heidän lapsensa liikkuvat riittävästi vapaa-aikanaan. Lisäksi esiin tuotiin se, että lapsilla ei tulisi olla liian aikataulutettu elämä, jotta heillä olisi vapautta liikkua haluamallaan tavoin haluamaan aikana. Eräs haastateltava toi myös ilmi, että liikkumista ei saisi kieltää, mikäli se vain on turvallista. Vanhemmilla kuvattiin kuitenkin olevan vastuu kieltää hänen lapselleen sopimattoman oloinen laji: ”olen esimerkiksi jonkun lajin lapseltani kieltänyt ihan sen vuoksi, että hänen fyysiset ominaisuudet eivät ehkä kestä tietynlaisia lajeja.” (H2) Lisäksi eräs vanhempi toi esiin ajatuksen siitä, että vanhempien tulisi myös välttää liikaa varovaisuutta:

Estää [liikkumista]... No semmonen niinku turha varovaisuus, että ei me nyt voida mettään mennä kävelemään, ku siellä voi olla käärme, tai jotaki, ja mä oon kerran kuullu ”ensi lumi satoi”, niin tuota, et ei me voitu mennä ulos, ku sato lunta. Niin mikä lapsesta oikeesti on ihanampaa, ku mennä ulos sillan ku sataa lunta. (H6)

Kannustamisen ja tarvittaessa tietynlaisen vaatimisen nähtiin myös olevan vanhempien keinoja tukea lastensa liikkumista. Moni vanhempi kertoikin kokevansa, että heidän roolinsa kannustaa lastensa liikkumista on todella merkittävä.

Tärkeänä nähtiin myös se, että vanhemmat arvostaisivat arkiliikuntaa ja kannustaisivat lapsiaan esimerkiksi kulkemaan kouluun ja harrastuksiin liikkuen. Eräs vanhempi ei kuitenkaan nähnyt pelkän kannustamisen ja liikuntaharrastuksen pariin viemisen riittävän: ”se ei riitä pelkästään semmonen ohjattuun harrastukseen vieminen ja sen kannustaminen, vaan pitäis lähteä sieltä kotoo, sieltä niinku asenteista.” (H11) Haastatteluista kävi myös ilmi, että mikäli lapset eivät jostain syystä jaksaisi liikkua tai haluaisivat esimerkiksi pelata tietokoneilla, tulee vanhempien toisinaan hieman vaatia lapsiaan liikkumaan tai ulkoilemaan.

7.2.3 Oheiskasvattajat lasten liikunnan tukijoina

Vanhempien lisäksi koululla ja opettajilla nähtiin olevan vaikutusta lasten fyysiseen aktiivisuuteen ja sen mahdollistamiseen. Osa vanhemmista mainitsi erityisesti sen, että liikunnanopettajilla ja yleisesti liikuntatunneilla on suuri vaikutus siihen, kuinka lapset innostuvat liikkumisesta ja kuinka monipuolisesti he pääsevät kokeilemaan eri lajeja. Toisaalta eräs haastateltava nosti esiin myös näkökulman siitä, että olisi tärkeää, että koululiikunnasta jäisi mielekkäitä muistoja myös niille lapsille, jotka eivät muuten ole niin innostuneita liikkumisesta:

No siis voi esimerkiks se [vaikuttaa lasten liikkumiseen], että koulun liikkatunnit olis kivoja, ja että siellä olis niinku erilaisia lajikokeiluja - - Se, että jokainen löytäis sieltä liikkatunnilta niinku, sais niitä onnistumisen elämyksiä. (H6)

Koulupäivien aikana saaman liikunnan määrän ei kuitenkaan nähty riittävän päivittäiseksi liikunnaksi:

Se on kuitenkin vasta se koulupäivän aika, joka pienellä koululaisellakaa ei oo välttämättä päivässä ku se neljä tuntia, et jos loppupäivä menee vähän siinä, että ei oo mitään liikkumista, nii onhan se ihan liian vähän.” (H11)

Niin ikään haastatteluissa nostettiin esiin se, että joissain kouluissa saattaa olla hieman vanhanaikaisia tapoja toimia ja opettajien asenteet kouluissa voivat olla sellaisia, että lapsia ei kannusteta riittävästi liikkumaan. Toisaalta ajateltiin, että opettajat voisivat mahdollistaa lasten liikkumista järjestämällä liikuntaa muidenkin oppituntien yhteyteen koulupäivien keskelle. Näin lasten ei tarvitsisi istua koko päivää pulpettien ääressä opiskellen, vaan he saisivat hieman liikuttua muun opiskelemisen ohella:

Koululla on suuri mahdollisuus rakentaa sitä oppimista liikunnan ympärille, että just sillä, että ei sen tarvii aina olla siellä tunnilla istumista, vaan sitä matikkaa voi vaikka opiskella siellä kentällä sen pallon kanssa. (H3)

Esiin nostettiin ajatuksia myös siitä, että koulu voisi mahdollistaa lasten fyysistä aktiivisuutta tarjoamalla koulun liikuntasalia lasten käyttöön esimerkiksi vuokraamalla sitä koulupäivien ulkopuolella. Niin ikään välituntien ajaksi liikuntasalin ovet voitaisiin avata, mikäli ulkona on huono keli liikkumiseen. Koulujen tarjoamiin liikuntapaikkoihin liittyen haastatteluissa tuli ilmi myös ajatuksia siitä, että eri kouluilla saattaa olla eritasoisia paikkoja, joissa järjestetään liikuntatunteja ja missä vietetään välitunteja. Näin ollen kaikilla lapsilla ei ole samanlaisia mahdollisuuksia liikkua väli- ja liikuntatunneilla.

Keskusteltaessa lasten liikkumista mahdollistavista tekijöistä lähes kaikki vanhemmat mainitsivat myös lapsen elämään ja lähipiiriin kuuluvat ihmiset. Esimerkiksi lasten kavereiden kerrottiin vaikuttavan merkittävästi siihen, liikkuuko lapsi ja minkälaista liikuntaa tämä harrastaa. Vanhemmat kokivat, että heidän lastensa iässä, eli alakoulun ensimmäisillä luokilla, lasten kaverit alkavat yhä vahvemmin vaikuttaa heidän lastensa mielenkiinnon kohteisiin:

Lasten kaverit pystyy vaikuttaa. Vaikuttaa, et jos kaverit liikkuu, nii kyllähä sit helpommin liikkuu niinku sitte koko... Tai jos kaveriporukka on ylipäänsä liikkuvainen sitte yleensä ne liikkuu niiku järestään vähän kaikki. (H9)

Haastatteluista myös ilmeni, että eri sukulaisten koettiin vaikuttavan lasten liikkumiseen. Erityisesti isovanhemmilla on merkitystä siihen, että lapset liikkuvat, mutta lisäksi esimerkiksi lasten sisarusten, tätien ja serkkujen ajateltiin edistävän lasten liikkumista. Niin ikään yleisesti lapsen lähipiiriin kuuluvia ihmisiä mainittiin tätä asiaa pohdittaessa – esimerkiksi lasten kummeilla ja arjessa muilla tavoin mukana olevilla ihmisillä koettiin olevan vastuuta vaikuttaa lasten liikuntaintoon. Pari haastateltavaa koki myös naapureilla ja lasten kavereiden vanhemmilla olevan vastuuta siinä, liikkuvatko heidän lapsensa:

Jos lapseni menee vaikka jonkun kaverin luokse, nii siellä on niinku se kaverin vanhempi, joka sitten taas laittaa joko lapsia liikkeelle tai laittaa kattomaan leffaa. (H11)

Toisaalta tuloksista ilmeni, että tietynlaisen yhteisöllisyyden naapureiden kesken on ajateltu vähentyneen. Aiemmin lapset saattoivat mennä toistensa pihoille

pelailemaan koko naapuruston kesken, mutta nykypäivänä tämän ei ajatella olevan enää yhtä yleistä. Lisäksi eräs vanhempi ajatteli, että kenties lapsi ”haluaa uudeksi Kaisa Mäkäräiseksi” (H2) viitaten siihen, että erilaiset huippu-urheilijat ja lasten idolit saattavat myötävaikuttaa siihen, että lapset innostuvat liikkumaan.

7.3 Lasten fyysistä aktiivisuutta mahdollistavia tekijöitä

7.3.1 Lähiympäristön tarjoamat liikuntamahdollisuudet

Asuinpaikan ja -ympäristön ajateltiin voivan vaikuttaa eri tavoin siihen, kuinka paljon ja millä tavoin lapset liikkuvat sekä kuinka helppoa lasten on lähteä liikkumaan. Taulukkoon 5 on koottu asuinympäristöön liittyviä tekijöitä, jotka voivat mahdollistaa lasten liikkumista.

TAULUKKO 5. Asuinympäristön tarjoamat liikuntamahdollisuudet.

Liikuntamahdollisuuksia kodin lähellä	Lähiliikuntapaikat Joukkuelajit lähellä
Kotitalojen pihat	Liikuntavälineitä kotipihalla Tilaa liikkua Taloyhtiöiden pihat
Kaupungin vastuu	Liikuntapuitteet (leikkipuistot yms.) Eri liikuntalajien tarjonta Asuinalueiden kaavoitus
Maantieteellisyys	Metsiä lähellä Järviä lähellä

Vanhemmat esimerkiksi mainitsivat, että lasten liikkumista voi helpottaa ja mahdollistaa se, mikäli asuinpaikan läheltä löytyy erilaisia liikuntapaikkoja, joihin lasten olisi helppo lähteä joko itsenäisesti tai yhdessä perheen kanssa:

Niinku se tietynlainen semmonen helppous, vaivattomuus siinä liikkumisessa, et jos vaikka asuu uimahallin lähellä nii varmasti voi tulla useammin käytyä uimahallissa uimassa, - - tai sit vaikka niinku se, et jos siinä on vaikka kodin lähellä joku iso leikkipuisto, tai skeittiparkki tai muu tämmönen mikä niinku mahdollistaa sen omatoimisen liikunnan. (H2)

Lasten liikkumista nähtiin mahdollistavan myös se, että eri lajien harjoitukset ovat riittävän lähellä asuinpaikkaa. Toisaalta asuinpaikan nähtiin vaikuttavan lasten liikkumiseen myös sitä kautta, kuinka valmiita vanhemmat ovat kuljettamaan lastaan harrastuksiin, mikäli ne ovat kaukana kotoa. Esiin nostettiin myös se, että kauempana asuessa iso piha puolestaan voi mahdollistaa lasten liikkumista, vaikka aivan lähellä ei olisikaan yleisiä liikuntapaikkoja tai harrastuksia. Kotipihojen tarjoamia mahdollisuuksia kuvattiin esimerkiksi seuraavalla tavalla:

Kotipihojen trampoliinit, talojen, taloyhtiöiden pihat niin, että ne on sellasia, että sinne saa mennä liikkumaan ja olemaan kavereiden kanssa. (H13)

Kaupunkien tarjoamien liikuntapuitteiden ajateltiin vaikuttavan myös osaltaan siihen, minkälaisia mahdollisuuksia lapsilla on liikkua. Vanhemmat mainitsivat, että kaupungin vastuulla on huolehtia esimerkiksi siitä, että lapsille olisi pienestä saakka tarjolla leikkipuistoja. Haastatteluista myös ilmeni, että asuinpaikkakunnan nähtiin voivan vaikuttaa liikkumiseen sitä kautta, onko kyseisellä paikkakunnalla tarjolla tiettyä lajia, jota lapsi voisi haluta harrastaa. Eräs vanhempi mielsi asuinpaikan ja kaupungin vastuun hyvinkin kattavaksi:

Sit ehkä myös laajemmassa mielessä tämmöset niinku asuinympäristön järjestelyt. Se, että mä nään, et se menee niinku niinki pitkälle, et miten vaikka asuinalueita kaavotetaan, että siinä tulee niinku sit taas kaupunginkin vastuu, et minkälaisia on, että onko leikkipuistoja ja onko turvallisia liikkumaväyliä, joita niinku melko nuoretki lapset voi kulkee itekseen. (H4)

Myös tietynlainen maantieteellinen näkökulma nostettiin esiin. Eräs haastateltava pohti esimerkiksi sitä, että mikäli kodin lähellä on metsä, voivat lapset mennä sinne rakentamaan majoja. Esiin tuotiin myös se, että järven lähellä asuminen mahdollistaa lasten itsenäisen uimaan menon kesäisin.

7.3.2 Vanhempien taloudellinen tilanne

Pohdittaessa lasten liikkumisen mahdollistavia tekijöitä vanhemmat toivat esille, että liikkumiselle olisi tärkeää olla mahdollisimman matala kynnyks. Esiin tuotiinkin monia tekijöitä, jotka nimenomaan vaikuttavat liikkumisen kynnykseen niin positiivisessa kuin negatiivisessa mielessä, kuten taulukosta 6 käy ilmi. Taulukokoon on koottu keskeisimpiä liikkumisen kynnykseen vaikuttavia tekijöitä.

TAULUKKO 6. Lasten liikkumisen kynnykseen vaikuttavia tekijöitä.

Lasten liikkumisen kynnystä madaltavia tekijöitä	Lasten liikkumisen kynnystä nostavia tekijöitä
Vanhempien hyvä taloudellinen tilanne	Vanhempien heikko taloudellinen tilanne
Edulliset harrastukset / kokeilukerrat	Teknologia
Liikuntakerhot	Liika kilpailullisuus
Lasten itsenäinen liikkuminen	Huonot liikuntakokemukset
Teknologia	Liiallinen kiire
Tarvittavat urheiluvälineet	Sairaudet

Perheen taloudellinen tilanne nähtiin yhtenä merkittävänä lasten liikkumiseen vaikuttavana tekijänä – vanhemmat puhuivat esimerkiksi siitä, kuinka jotkut lasten harrastukset saattavat maksaa niin paljon, ettei kaikilla vanhemmilla välttämättä ole varaa kyseisiin harrastuksiin:

Mutta kyllä se varmaan joissaki nii myös se taloudellinenki tilanne on, että onko vanhemmilla rahaa laittaa niihin harrastuksiin tai niihin harrastevälineisiin tai... Muihin sitte rahaa ni sekin vaikuttaa. (H7)

Toisaalta esiin tuotiin ajatuksia myös siitä, että mikäli rahaa onkin riittävästi harrastuksiin, on kuitenkin vanhemmista kiinni, ovatko he valmiita laittamaan suuria määriä rahaa lasten harrastuksiin:

Kyllähän toi talouspuoli on, että kaikki harrastaminen maksaa aika paljonkin, niin siihen niinku pitää olla valmis, jos haluaa, että lapsi harrastaa. - - Mutta siis että kyllähän niinku, noh, sitä jäisi paljon rahaa johonkin muuhun. - - Mutta ne on niitä valintoja, mitkä joutuu tekemään ja sitte, että en mä halua olla sen unelman esteenä mitä lapsella on, jos se siitä oikeesti niin kauheesti tykkää, että haluaa sitä harrastaa. (H5)

Eräs vanhempi pohti myös sitä, että lapset eivät välttämättä ole aina varmoja, mistä lajeista he innostuvat. Vanhempien tuleekin ottaa tämä huomioon ja pohdita, mihin lajeihin on kannattavaa ostaa välineitä lapsille. Taloudellisiin tekijöihin nähtiin olevan vaikutusta myös yhteiskunnallisella päätöksenteolla:

Sitten tää ihan yhteiskunnallinen päätöksenteko on yks keino tätä [liikunnan estämistä] saada aikaan esimerkiksi sillä tavalla, että pienennetään pienituloisten palkkoja, ja aiheutetaan sitä taloudellista ahdinkoa. (H13)

Toisaalta ratkaisuna harrastusten korkeisiin hintoihin nähtiin se, että tarjolla on myös hyvinkin edullisia tai ilmaisia harrastuksia. Lisäksi lasten liikkumisen koettiin olevan mahdollista myös ilman mitään tiettyä ohjattua harrastusta hyödyntämällä esimerkiksi ilmaisia lähiliikuntapaikkoja. Eräs vanhempi myös kertoi

kotikaupungissaan olevasta urheiluseurasta, joka tarjoaa ”matalan kynnyksen toimintaa, johonka vanhemmatkin uskaltaa ehkä paremmin lapsia laittaa kokeilemaan tämmösen kokeilukulttuurin kautta.” (H11) Myös muut vanhemmat toivat esiin erilaisia kokeilukertoja tai avointen ovien päiviä, joilla nähtiin olevan paljon kiinnostuneita kävijöitä, sillä kynnyksen osallistumiseen on maksullista kokeilua matalampi.

7.3.3 Matalan kynnyksen liikunta

Lasten liikkumiseen ja sen kynnykseen nähtiin olevan yhteydessä moni muukin tekijä (ks. taulukko 6). Tärkeänä nähtiin muun muassa se, että lapsilla olisi mahdollisuus harrastaa liikuntaa ilman paineita kilpailemisesta, sillä kaikki lapset eivät ole niin kilpailuhenkisiä ja tavoitehakuksia. Liian kilpailullisuuden korostaminen nähtiin jopa mahdollisena esteenä lapsen liikunnan harrastamiselle. Toisaalta vanhempien mukaan osaa lapsista nimenomaan kannustaa liikkumaan halu pärjätä omassa lajissaan, kuten myös tähän liittyen kilpailuhenkisyys. Esiin tuotiin myös ajatuksia siitä, että liikkumiseksi nimenomaan mielletään usein vain harrastetoiminnassa tapahtuva liikkuminen, vaikka todellisuudessa monilla lapsilla liikkumista tulee hyvinkin paljon esimerkiksi hyötyliikunnan parissa. Olisikin tärkeää, että lasten liikkuminen nähtäisiin muunakin fyysisenä aktiivisuutena, kuin pelkästään jonakin tiettyä harrastuksena:

Musta jotenki tuntuu, että tänä päivänä kauheesti ajatellaan, et se liikunta on vaan niinku jossain seurassa toimimista ja olemista. Vaan et tavallaan niinku tunnistettais ja tunnustettais myös kouluissa ja kaikissa piireissä liikunnaksi myös se esimerkiks, jos sä kuljet pyörällä joka paikkaan, etkä mee autolla. Ja tavallaan se semmonen arkiaktiivisuus, et siitäkin niin sanotusti sais jotenki jotain pisteitä, et sitä opittais niinku tunnustamaan, tunnustamaan paremmin, jolloin sitten tavallaan siitä tulee sellanen kannustin ja porkkana että jos on vaikka joku aktiivisuuskalenteri nii kerätä siihen ja nähdä, että hei oikeesti mä niinku liikunni tän verran. (H1)

Haastatteluissa mainittiin myös muun muassa erinäisten kerhojen ja asukasyhdistysten voivan tarjota matalan kynnyksen liikuntaa. Osa haastateltavista toi esiin puolestaan teknologian, ja usea vanhempi näki, että teknologia vaikuttaa nykypäivänä negatiivisella tavalla lasten liikuntaan:

Estää [lasta liikkumasta]... Valitettavasti nuo puhelimet ja tabletit, et tuntuu välillä et ne voi... - - Ne voi sen tehdä nykypäivänä, et joteki ku ne niitä käyttää, nii sit kuitenkin se on niinku rajoitettava. (H10)

Teknologian ja teknologisten laitteiden nähtiin kuitenkin voivan osaltaan myös mahdollistaa lasten liikkumista matalalla kynnyksellä:

Must se ei oo niinku mikään huono asia, jos käyttää vaikka jotain niinku sellasta digitaalista pelaamista avuks siihen et lapsi innostuu vaikka niinku jostain näistä pokemon peleistä tai tällasista et tulee ulkona paljon käveltyä. (H8)

Esiin tuotiin myös erinäiset liikuntaan kannustavat ohjelmat ja kampanjat, mutta näiden rooli lasten liikunnan kannustajana hieman jakoi vanhempien mielipiteitä. Esiin nostettiin näkökulma siitä, että tällaisten kampanjoiden voidaan ajatella olevan epämotivoivia niiden syyllistävän ja suorituskeskeisyyttä painottavan luonteensa vuoksi. Toisaalta eräs vanhempi suhtautui asiaan positiivisemmin:

[Lasten liikkumista voivat mahdollistaa] kampanjat, joissa kerätään esimerkiksi niitä ras-teja sen mukaan, että paljonko on liikuttu, niin ne motivoi lapsia liikkumaan ja sillon semmoset vähemmän liikkuvatkin perheet lähtee helpommin liikkumaan. (H13)

Tärkeänä nähtiin myös se, että lapsille tarjottaisiin monipuolisia liikuntamahdollisuuksia eri lajien parissa ja toisaalta myös se, että eri lajit suhtautuisivat suopeasti muiden lajien yhtäaikaiseen harrastamiseen. Lisäksi liikuntaharrastuksessa tarvittavien välineiden omistamisen nähtiin vaikuttavan lasten harrastusmahdollisuuksiin. Tulosten mukaan lasten liikkumista ajateltiin helpottavan myös se, mikäli lapset voivat mennä keskenään esimerkiksi jollekin lähiliikuntapaikalle ilman, että vanhempien tarvitsee lähteä viemään heitä.

Keskusteltaessa liikuntaa mahdollisesti estävistä tekijöistä vanhemmat mainitsivat muun muassa lasten negatiiviset liikuntakokemukset, jotka ovat voineet vaikuttaa lasten mielikuviin itsestään liikkujana. Lasten kerrottiin saattavan myös kokea, että liikunta ei tunnu heille mieluisalta asialta esimerkiksi liikunnan haastavuuden vuoksi. Jotkut lapset voivat puolestaan kokea muun tekemisen mielekkäämpänä, jonka vuoksi he eivät halua käyttää aikaansa liikkumiseen. Esiin tuotiin myös se, että lasten elämä voi olla liian aikataulutettua tai muilla tavoin kiireistä esimerkiksi pitkien koulupäivien vuoksi. Niin ikään parissa haastattelussa mainittiin, että lapsen tai vanhemman sairaus voi vaikuttaa siihen, että lapsen liikkumisen kynnyks kasvaa.

8 POHDINTA

8.1 Tulosten tarkastelu

8.1.1 Vanhemmilla kasvatusvastuu lähipiirin tukemana

Kasvatusvastuu ja sen jakautuminen muodostuivat tutkimuksessani ensimmäiseksi teemaksi. Mielenkiinnon kohteena oli erityisesti se, minkälaisia ajatuksia vanhemmilla on kasvatusvastuusta ja keillä kaikilla he kokevat olevan vastuuta kasvattaa lapsiaan. Lisäksi tutkimuksessani käsiteltiin sitä, minkälainen vastuu kullakin kasvattajalla on. Käsittelen pohdinnassa keskeisimpiä löydöksiäni ja arvioin niiden suhdetta taustateoriaan.

Tässä tutkimuksessa monet vanhemmat kokivat kasvatusvastuun käsitteenä aluksi hieman haasteellisena. Saman on todennut myös Puolimatka (2010, 24), jonka mukaan kasvatusta on haastavaa määritellä, sillä siihen vaikuttavat muun muassa yksilölliset ja kulttuuriset tekijät. Tämän kulttuurisen näkökulman vuoksi olenkin käsitellyt kasvatusvastuuta tutkimuksessani pääosin suomalaisten näkemysten ja tutkimusten mukaisesti. Tutkimukseni tuloksissa korostui selkeästi se, että ensisijainen kasvatusvastuu on lasten vanhemmilla. Tulos on yhteneväinen myös aiempien tutkimusten (mm. Böök & Perälä-Littunen 2015, 18; Seppälä 2000, 7) sekä Perusopetuksen opetussuunnitelman (Opetushallitus 2014, 35) kanssa.

Tulosten valossa kasvatusvastuuseen nähtiin kuuluvan monipuolisesti erilaisia asioita, kuten mallin näyttämistä lapsille ja rajojen asettamista. Rajojen asettamisen osana kasvatusvastuuta on maininnut myös muun muassa Metso (2004, 177). Poikolainen (2002, 93) on puolestaan havainnut, että vanhemmat toivovat lapsistaan kasvavan vastuullisia yksilöitä. Sama asia tuotiin esiin myös tässä tutkimuksessa – lapsille kerrottiin haluttavan opettaa vastuunottamista itsestä ja omien tehtävien, kuten kotiläksyjen, hoitamista. Tutkimukseni tulosten mukaan vanhemmat myös kokivat, että he haluavat kasvattaa lapsistaan niin sanotusti kunnan kansalaisia, jotta nämä pärjäisivät itsenäisesti elämässään. Metso (2004, 171) on tutkimuksessaan havainnut saman ja lisäksi todennut, että vanhemmat

toivovat lapsistaan tulevan rehellisiä ja hyväkäyttöksiä ihmisiä. Käytöstapojen opettaminen lapsille nähtiin olennaisena myös tässä tutkimuksessa.

Tärkeänä vanhemmat kokivat sen, että lapsille välitettäisiin sellaisia arvoja ja asenteita, joita vanhemmat itse pitivät tärkeinä. Cornock (2011, 23) on yhte-neväisesti havainnut, että vanhemmat kokevat kasvatusvastuulleen kuuluvan arvojen ja ajattelutapojen välittämisen lapsille. Selkeästi esiin nostettuja arvoja tutkimuksessani olivat toisten ihmisten kunnioitus, sosiaaliset taidot ja suvaitse- vaisuus erilaisia ihmisiä kohtaan, ja näitä arvoja haluttiinkin opettaa lapsille. Asian merkitystä vahvistaa se, että sama asia on tuotu esiin useissa aiemmissa tutkimuksissa (mm. Poikolainen 2002, 93; Seppälä 2000, 28). Tuloksissa huomi- onarvoista on se, että vaikka nykypäivänä läsnäolosta ja yhdessäolosta sekä näi- den tärkeydestä puhutaan paljon, ei kukaan vanhemmista tuonut esille näiden tärkeyttä kasvattamisessa. Kyseinen asia on aiemmin korostunut esimerkiksi Böökin ja Perälä-Littusen (2010, 46) sekä Metson (2004, 177) tutkimuksissa.

Kokonaisvaltaista hyvinvointia edistävien elämäntapojen opastamisen nähtiin niin ikään kuuluvan vanhempien vastuulle – lapsille kerrottiin halutta- van opettaa esimerkiksi terveellisiä ruokailutottumuksia. Myös Värri (2004, 107) on todennut hyvinvoinnista huolehtimisen olevan osa vanhempien kasvatusvas- tuuta. Tutkimuksessani yllättävää kuitenkin oli se, että kasvatusvastuuseen kuu- luvista tekijöistä kysyttäessä vain muutama vanhempi mainitsi liikunnallisen elämäntavan opettamisen. Kuitenkin liikunnan merkityksestä myöhemmin ky- syttäessä lähes kaikki vanhemmat pitivät liikuntaa tärkeänä lapsen elämässä ja näkivät liikuntaan kasvattamisen vastuun kuuluvan pääosin vanhemmille. Toi- saalta tämä voi selittyä sillä, että olin kertonut vanhemmille teemani etukäteen. Näin ollen he tiesivät, että tulemme käsittelemään liikuntaan kasvattamisen vas- tuuta myöhemmin.

Vaikka vanhemmilla nähtiin selkeästi olevan ensisijainen vastuu lastensa kasvattamisesta, ajateltiin kasvatusvastuun jakautuvan myös monille muille henkilöille. Tämä tulos mukailee aiempien tutkimusten tuloksia, sillä esimerkiksi Metso (2004, 173) on havainnut, että kasvatusvastuu kuuluu nykypäivänä yhä enemmän myös yhteiskunnalle. Doucet (2015, 233) puhuukin yhteisöllisestä

vastuusta, jolla hän viittaa nimenomaan siihen, että lapset liitetään osaksi yhteiskuntaa eri oheiskasvattajien, kuten koulun ja sukulaisten, avulla. Tutkimukseni tulosten mukaan eritoten opettajilla nähtiin olevan olennainen vastuu lasten kasvattamisessa, vaikkakin keskustelua käytiin siitä, voidaanko opettajien kohdalla puhua suoranaisestä kasvatusvastuusta. Tulokset siitä, että kouluilla ajatellaan olevan jonkinlainen vastuu lasten kasvattamisesta, ovat yhteneviä aiempien tutkimusten kanssa (mm. Alasuutari 2003, 13, 15), mutta hieman poikkeavuutta esiintyy Metson (2004, 175) tutkimukseen verraten, jonka mukaan osa vanhemmista kokee, että koulun vastuulla ei ole lainkaan kasvattaa lapsia.

Koulun vastuusta puhuttaessa esiin tuotiin opettamiseen liittyvät tekijät, ja vanhemmat ajattelivatkin koululla olevan niin sanottu opetusvastuu. Tämä on myös aiempien tutkimusten mukaan yksi keskeisimpiä asioita, joita koululta odotetaan (ks. Böök & Perälä-Littunen 2015, 618; Metso 2004, 176). Aiemmissä tutkimuksissa on myös mainittu, minkälaisia taitoja ammattikasvattajien odotetaan opettavan lapsille – muun muassa lukemisen ja laskemisen opettaminen on nähty tärkeänä (Seppälä 2000, 29), kuten myös perustietojen opastaminen (Metso 2003, 176). Tässä tutkimuksessa vanhemmat eivät kuitenkaan eritelleet tarkemmin, minkälaisia koulutuksellisia taitoja he toivovat opettajien lapsilleen opettavan. Koulun vastuusta puhuttaessa haastateltavat toivat esiin kuitenkin koulun mahdollisuuden tukea vanhempia lasten kasvattamisessa, ja sama on mainittu myös Perusopetuksen opetussuunnitelmassa (Opetushallitus 2014, 35) sekä Seppälän (2000, 25) tutkimuksessa.

Vanhemmat toivoivat koulussa lapsille opettavan myös sosiaalisia taitoja. Tämä on mainittu myös Perusopetuksen opetussuunnitelmassa (Opetushallitus 2014, 19), jonka lähtökohtana on, että koulussa lapsille tulisi opettaa toisten ihmisten kunnioitusta ja yhdenvertaisuutta. Aiemmissä tutkimuksissa on myös todettu, että koululla on mahdollisuus opettaa lapsille ryhmässä toimimista (Metso 2004, 175) ja erilaisten ihmisten kanssa toimeen tulemista (Seppälä 2000, 33). Sosiaaliseen toimintaan liittyen Böökin ja Perälä-Littusen (2015, 618) tutkimuksessa tuli esille, että koulun tehtävänä on huolehtia myös siitä, ettei koulussa esiintyisi kiusaamista. Yllättävää olikin, että tutkimuksessani kukaan vanhempi ei suoraan

tuonut ilmi kiusaamistapauksia ja näihin puuttumista koulun vastuusta keskusteltaessa, vaikka kiusaaminen on jatkuvasti ajankohtainen puheenaihe. Toisaalta vanhemmat toivoivat koulussa opetettavan toisten ihmisten kunnioitusta, joten tämän voidaan ajatella kattavan sen, ettei ketään tule kiusata.

Vanhemmat kokivat, että kaikilla lasten elämässä mukana olevilla henkilöillä on jonkinlainen vastuu lasten kasvattamisesta. Näihin luettiin kuuluvan muun muassa sukulaiset, naapurit, harrastustoimijat ja jopa ohikulkijat. Esimerkiksi harrastustoimijoiden odotettiin opettavan lapsille harrastusaktiviteetin ohella muun muassa käytöstapoja ja sosiaalisia taitoja. Myös Metso (2004, 181-183) on havainnut, että harrastustoiminnassa lasten on mahdollista oppia sosiaalisia taitoja ja esimerkiksi pitkäjänteisyyttä. Lisäksi muun muassa käytöstapojen ja suvaitsevaisuuden opettaminen on nähty seurojen tehtävänä (Koski & Mäenpää 2018, 35). Isovanhempien vastuulle nähtiin tulosten valossa kuuluvan esimerkiksi läsnäolo ja apu arjen kiireen keskellä, kuten myös liikkuminen lasten kanssa. Muiden oheiskasvattajien vastuulle vanhemmat mainitsivat kuuluvan esimerkiksi vanhempien kasvatustyön tukemisen ja roolimallina toimimisen.

8.1.2 Moninaiset tekijät lasten fyysisen aktiivisuuden mahdollistajina

Toisena teemana tutkimuksessani oli lasten liikkuminen vanhempien näkökulmasta ja erityisesti se, keillä kaikilla vanhemmat ajattelevat olevan liikuntaan kasvattamisen vastuu. Lisäksi mielenkiinnon kohteena oli se, minkälaisia ajatuksia vanhemmilla on ylipäätään liikunnan merkityksestä lasten elämässä ja minkäläisten tekijöiden vanhemmat ajattelevat vaikuttavan lasten liikkumiseen.

Tulosten valossa vanhemmat näkivät lasten liikkumisen erittäin tärkeänä. Saman ovat havainneet myös Trigwell ym. (2015, 4), joiden mukaan lasten fyysinen aktiivisuus on tärkeää vanhemmille ja he ovat tietoisia liikunnan hyödyistä. Tutkimuksessani kaikkien lasten kerrottiin liikkuvan joko urheiluseurassa tai itsenäisesti esimerkiksi perheen tai kavereiden kanssa. Aiempien tutkimusten mukaan urheiluseurat ovatkin olennainen lasten liikuttaja (Martin ym. 2019, 43), mutta lisäksi lasten on havaittu liikkuvan nimenomaan esimerkiksi kavereiden kanssa (Kansallinen liikuntatutkimus 2010, 13-15). Lasten fyysisen aktiivisuuden

määrässä esiintyi tässä tutkimuksessa jonkin verran vaihtelua, mutta olennaisena asiana nähtiin se, että lasten jokainen päivä sisältäisi liikuntaa. Tämä olisikin liikuntasuosituksen mukaista, sillä lasten tulisi liikkua päivittäin vähintään tunnin (WHO 2010) tai kahden tunnin ajan (Nuori Suomi 2008), suosituksesta riippuen.

Vanhemmat näkivät liikunnan tärkeänä erityisesti siitä syystä, että sen koettiin vaikuttavan positiivisesti lasten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Vanhemmat toivat ilmi monia niin fyysistä, psyykkistä kuin sosiaalista hyvinvointia edistäviä tekijöitä. Tulokset mukailevat aiempien tutkimusten tuloksia (mm. Dwyer ym. 2008; Trigwell ym. 2015, 4), joiden mukaan vanhemmat uskovat liikunnan edistävän monin tavoin lasten hyvinvointia. Tutkimuksessani vanhemmat ajattelivat liikunnan vaikuttavan myönteisesti myös lasten koulunkäyntiin. Fyysisen aktiivisuuden ja koulumenestyksen yhteyksiä selvittäneissä tutkimuksissa onkin todettu, että liikkuminen vaikuttaa positiivisesti lasten akateemiseen menestykseen (mm. Castelli ym. 2008; Kari ym. 2017, 2160).

Tuloksista voidaan havaita, että lähes kaikki vanhemmat kokivat heillä olevan merkittävä vastuu lasten liikuntaan kasvattamisessa. Havainto on samankaltainen kuin Lindqvistin ym. (2015, 3-4) ja Coxin ym. (2010, 50) tutkimuksissa. Tutkimukseeni osallistuneet vanhemmat kokivat heidän tehtäväkseen kannustaa ja tarvittaessa hieman vaatiakin lapsiaan liikkumaan. Tulosta voidaan pitää osin yhteneväisenä Coxin ym. (2010, 49) tutkimukseen verraten, sillä heidän mukaansa vanhempien tulee rohkaista lasta liikkumaan painostamatta kuitenkaan liikaa. Tutkimukseni mukaan lähes kaikki vanhemmat ajattelivat, että heidän tehtävänä on toimia lapsilleen roolimalleina, ja tulosta puoltavat myös aiemmat tutkimukset (mm. Dwyer ym. 2008; Zimmer 2002, 88). On kuitenkin olennaista huomioida, että sekä tähän että oletettavasti myös muihin samaa aihetta käsitteleviin tutkimuksiin osallistunevat mieluiten vanhemmat, jotka kokevat liikunnan tärkeänä ja haluavat toimia liikkumisen roolimallina lapsilleen. On siis odotettavaa, että he kokevat itsellään olevan merkittävä rooli lasten liikunnan kannustajana, mutta todellisuudessa variaatiota vanhempien näkemyksissä esiintyneen enemmän.

Roolimallina toimimisen keinoina nähtiin esimerkiksi se, että vanhemmat liikkuvat yhdessä lastensa kanssa ja opettavat näille liikunnallisen elämäntavan. Sama asia on todettu aiemmassakin tutkimuksessa, vaikkakin lasten näkökulmasta - liikkumalla yhdessä lastensa kanssa vanhemmat pystyvät kannustamaan näiden liikkumista (Palomäki ym. 2016, 42). Tässä tutkimuksessa vanhempien näkemyksiä jakoi kuitenkin se, vaikuttaako heidän oma mallinsa siihen, mitä liikuntalajeja lapsi harrastamaan. Vanhempien asennoitumisen liikuntaa kohtaan nähtiin vaikuttavan heidän lastensa ajatuksiin ja liikkumiseen, ja saman on havainnut myös Zimmer (2002, 88). Tässä tutkimuksessa vanhempien ajateltiin myös voivan tukea lastensa liikkumista monin eri tavoin, kuten opettamalla lapsilleen liikuntataitoja sekä esittelemällä näille eri liikuntalajeja, kuten myös Baxter-Jones ja Maffullin (2003, 252) ovat todenneet. Vanhempien vastuulle nähtiin kuuluvan myös lasten kuljettaminen harrastusten pariin ja tarvittavien urheiluvälineiden hankkiminen. Myös tämä tulos on yhtenevä aiempien tutkimusten tulosten kanssa (mm. Pugliese & Tinsley 2007, 332, 338).

Eräs vanhempia paljon puhututtanut asia lasten liikkumiseen liittyen oli kuitenkin vanhempien taloudellinen tilanne. Kuten Puronaho (2014, 14) on todennut, kilpaurheilun kokonaiskustannukset ovat jopa kaksin- tai kolminkertaiset kymmenen vuoden aikana. Kaikilla vanhemmilla ei ole varaa lasten kalliisiin harrastuksiin, ja tämä tuotiin ilmi myös tutkimuksessani. Onkin havaittu, että matalampituloisissa perheissä lapsia ei välttämättä haluta kannustaa hintavien liikuntaharrastusten pariin (Cox ym. 2010, 50). Aiheesta käydään nykypäivänä paljon keskustelua ja siihen on tärkeää kehittää erinäisiä ratkaisuja, sillä on selvää, että liikuntaharrastusten korkeat kustannukset voivat asettaa lapsia eriarvoiseen asemaan. Haastatteleman vanhemmat toivatkin esiin erilaisia vaihtoehtoja kalliille harrastuksille. Lapsille koettiin olevan tarjolla edullisia tai jopa ilmaisia harrastuksia, ja yhtenä ratkaisuna vanhemmat näkivät myös harrastusten kokeilukerrat tai avointen ovien päivät. Vanhempien esittämien vaihtoehtojen ohella olennaista olisi kuitenkin myös kehittää ratkaisuja siihen, kuinka matalampituloisten perheiden lapset pystyisivät osallistumaan kalliimpiin harrastuksiin näin halutessaan.

Tässä tutkimuksessa myös koululla ja opettajilla ajateltiin olevan erilaisia keinoja edistää lasten liikkumista. Liikunnanopettajien rooli nähtiin tärkeänä ja koululiikunnan myötä lasten toivottiin saavan mielekkäitä kokemuksia liikunnasta. Myös Perusopetuksen opetussuunnitelman (Opetushallitus 2014, 148, 273) lähtökohtana nähdään, että koululiikunnalla on merkittävä rooli tukea lasten hyvinvointia, ja liikuntatuntien tulisi tarjota lapsille positiivisia liikuntakokemuksia. Koulun vastuuta mietittäessä nykypäivänä käydään keskustelua liikunnan integroimisesta muiden oppiaineiden yhteyteen, ja myös tässä tutkimuksessa vanhemmat toivat tämän näkökulman esiin. Kouluissa on herätty tähän mahdollisuuteen lasten liikunnan edistämisessä, ja esimerkiksi Cothranin ym. (2010, 1348) mukaan opettajat haluavat toteuttaa tämänkaltaista opetusta. Liikunnan integroimisella muihin oppiaineisiin on nähtykin olevan positiivisia vaikutuksia oppilaiden koulunkäyntiin ja terveyteen (Kibbe ym. 2011, 48-49).

Tulosten valossa koulu nähtiin liikkumisen mahdollistajana myös sen tarjoaminen liikuntapaikkojen, kuten liikuntasalin ja piha-alueen, kautta. Vanhemmat pohtivat kuitenkin sitä, että koulujen pihat ja liikuntasalit voivat olla hyvin erilaisia, jolloin eri koulua käyvillä lapsilla ei ole tasavertaisia mahdollisuuksia liikkumiseen väli- ja liikuntatunneilla. Lasten on havaittu liikkuvan koulupäivien aikana enemmän, mikäli koulujen pihoilla on erilaisia liikuntavälineitä (Sallis ym. 2011, 620), joten koulujen piha-alueisiin olisi tärkeää panostaa. Koulun rooli lasten liikunnan mahdollistajana voidaan nähdä tärkeänä, sillä lapset viettävät koulussa useamman tunnin päivässä. Koulu on myös paikka, johon kaikki ikäluokan lapset osallistuvat. Koululla on siis suuri rooli lasten elämässä, joten on ensiarvoisen tärkeää pohtia keinoja, joilla koulu voisi edistää lasten fyysistä aktiivisuutta.

Vanhemmat kertoivat, että lasten liikkumiseen voivat vaikuttaa myös muut lähipiiriin kuuluvat ihmiset, kuten lasten kaverit ja sukulaiset. Näiden henkilöiden kohdalla ei välttämättä voida puhua suoranaisesta vastuusta, mutta heidän kuitenkin ajatellaan voivan kannustaa lapsia liikkumaan. Lasten onkin aiemmissa tutkimuksissa havaittu liikkuvan usein kavereidensa kanssa (Tiihonen 2014, 31) ja jatkavan harrastamista nimenomaan sosiaalisista syistä (Jago ym.

2009). Tässä tutkimuksessa sukulaisista erityisesti esiin tuotiin isovanhempien rooli lasten liikkumisen kannustajana, ja myös Tiihonen (2014, 32) on todennut isovanhempien ja myös esimerkiksi lasten sisarusten liikkuvan näiden kanssa.

Haastateltavat toivat esiin erilaisia tekijöitä, jotka voivat joko mahdollistaa tai estää lasten liikkumista tai vaikuttaa siihen, että kynnyksellinen liikkumiseen olisi mahdollisimman matala. Asuinympäristön nähtiin osaltaan vaikuttavan lasten fyysiseen aktiivisuuteen. Liikuntalaissa (2015/390, 5§) on säädetty, että kuntien tehtävänä on rakentaa ja ylläpitää liikuntapaikkoja ja näin edistää kuntalaisten liikkumista. Vanhemmat toivatkin ilmi, että kaupunkien vastuulla on tarjota lapsille erilaisia liikuntapuitteita. Myös asuinalueiden kaavoituksen nähtiin vaikuttavan lasten liikkumiseen. Kiinnostavaa olikin, että haastatteluissa tuotiin esiin kaupunkien vastuu näinkin yksityiskohtaisesti ja asiaa pohdittiin eri näkökulmista. Vanhemmat myös kokivat, että mikäli asuinpaikan läheltä löytyy erilaisia liikuntapaikkoja, on lasten helppo mennä näihin liikkumaan. Vastaavasti Tiihonen (2014, 32) on havainnut lähiliikuntapaikkojen hyödyn – niihin on mahdollista mennä itsenäisesti esimerkiksi kavereiden kanssa haluamaan hetkenä.

Nykypäivänä teknologiasta puhutaan monissa eri yhteyksissä. Paljon keskustelua onkin käyty siitä, minkä verran erilaiset teknologiset laitteet vievät aikaa ja erityisesti siitä, kuinka ne voivat vaikuttaa liikkumiseen. Vanhemmat toivatkin esiin sen, että he näkevät teknologian vaikuttavan kielteisesti lastensa liikkumiseen. Myös Lindqvist ym. (2015, 4) ovat tuoneet ilmi, että vanhempien mielestä teknologia voi osaltaan estää lasten liikkumista. Tässä tutkimuksessa tuotiin kuitenkin esiin myös se näkökulma, että teknologiset laitteet voivat myös lisätä lasten liikkumista esimerkiksi erilaisten pelien ja sovellusten avulla.

8.2 Luotettavuuden arviointi

Tutkimuksen eettisiä näkökulmia on tärkeää pohtia koko prosessin ajan, sillä hyvä tieteellinen käytäntö koskee kaikkia tutkimuksen osa-alueita (Kuula 2006, 35). Näin toimittiinkin tätä tutkimusta tehtäessä – eettisistä näkökulmista pyrittiin pitämään kiinni jokaisessa tutkimuksen teon vaiheessa. Tutkimuksen

lähtökohtana pyrittiin objektiivisuuteen, joskin täysi puolueettomuus on haastavaa, sillä laadullisessa tutkimuksessa on tyypillistä, että tutkija toimii tiedon tulkitsijana ja tuottajana (ks. Eskola & Suoranta 2008, 20). Tuomen ja Sarajärven (2009, 135-136) mukaan laadullisen tutkimuksen teossa onkin myönnetty, että tutkija itse luo ja tulkitsee tutkimusasetelmia. Hänen omat henkilökohtaiset näkemyksensä vaikuttavat siis lähes väistämättä siihen, kuinka hän ymmärtää tutkittavien näkökulmia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 135-136.)

Tässä tutkimuksessa on olennaista tuoda esiin myös se, että olin itse haastattelijana melko kokematon, mikä toi omat haasteensa tutkijan rooliin. Tämä näyttäytyi esimerkiksi nopeana ja toisinaan myös liiallisena puheena ja kommentointina sekä hieman epäselvinä kysymyksenasetteluina (vrt. Hirsjärvi & Hurme 2015, 124). Tavoitteenani oli kuitenkin pitää puolueettomuudesta ja luotettavuudesta kiinni parhaalla mahdollisella tavalla. Pyrin esimerkiksi lisäämään luotettavuutta tutkimuksessani siten, että raportoin tutkimukseni eri vaiheita mahdollisimman tarkasti. Näin voidaan ajatella, että toisella tutkijalla olisi mahdollisuus tehdä samankaltaiset tulkinnot aineistosta (ks. Eskola & Suoranta 2008, 216).

Tutkimusta tehtäessä usein pohditaan sitä, kuinka paljon aineistoa tulisi kerätä ja kuinka monta tutkittavaa olisi hyvä olla, jotta tutkimus voitaisiin nähdä tieteellisenä ja edustavana (ks. Tuomi & Sarajärvi 2009, 85). Tutkittavia osallistui tähän tutkimukseen 13, jonka riittävyttä puoltaa se, että tutkittavien vastaukset alkoivat toistaa itseään. Tällaista ilmiötä kutsutaan saturaatioksi, joka viittaa tilanteeseen, jossa uudet tutkittavat eivät tuottaisi tutkimuksen kannalta enää uutta tietoa, vaan aineisto on ikään kuin kylläntynyt (Tuomi & Sarajärvi 2009, 87). Huomionarvoista on myös se, että tutkimustulokseni olivat melko hyvin linjassa aiempien tutkimusten kanssa, mikä vahvistaa tulosteni luotettavuutta (ks. Eskola & Suoranta 2008, 212). Aiheellista on kuitenkin huomioida se, että tutkittavista vain yksi oli isä ja loput 12 äitejä. Voidaankin pohtia, onko yleisesti vanhempien vastuu validi termi kuvaamaan tutkittavien joukkoa. Päädyin kuitenkin puhumaan vanhempien vastuusta, sillä merkittäviä eroavaisuuksia ei esiintynyt isän vastauksissa suhteessa äitien vastauksiin. Tutkimukseeni oli mahdollista

osallistua kumman vanhemmista tahansa, mutta halukkaista lähes kaikki olivat äitejä.

Hirsjärvi ym. (2016, 206) ovat todenneet, että haastateltaessa tulee huomioida se, että haastateltava saattaa pyrkiä antamaan sosiaalisesti suotavia vastauksia tutkittavan asian näkökulmasta vääristäen näin ollen totuutta. Tässä tutkimuksessa tämä onkin tärkeä pohdinnan aihe, sillä vaikka aihe ei ollut erityisen arkaluontoinen, kysyttiin vanhemmilta heidän näkemyksiään nimenomaan heidän omasta kasvatuksesta. Tämä saattaa tuntua osalle vanhemmista henkilökohtaiselta asialta. Niin ikään liikuntaan liittyvien näkökulmien voidaan ajatella olevan sellaisia, mitä saatetaan hieman liioitella. Hirsjärvi ym. (2016, 207) ovat myös maininneet, että esimerkiksi erinäiset norminvastaiseen käyttäytymiseen liittyvät aiheet voivat olla sellaisia, joista saatetaan vaieta. Tämän tutkimuksen aiheen suhteen voitaisiinkin ajatella, että norminvastainen käytös olisi nimenomaan sellaista, että kasvatuksesta ei kuuluisi vanhemmille eikä vanhempien tarvitsisi huolehtia lasten riittävästä liikunnan määrästä. Näin ollen voidaan ajatella, että juuri tämänkaltaiset näkökulmat ovat sellaisia, joista vanhemmat saattaisivat päätyä vaikenemaan tai hieman vääristämään totuutta.

Tässä tutkimuksessa suurin osa haastatteluista toteutettiin puhelinhaastatteluina, joka osoittautui pääosin toimivaksi ratkaisuksi. Tämä oli etuna etenkin siinä mielessä, että moni haastateltava asui eri paikkakunnalla, kuin millä itse asun (ks. Hirsjärvi & Hurme 2015, 65). Näin ollen haastatteluiden järjestäminen oli huomattavasti helpompaa, kuin mitä se olisi ollut kasvotusten. Myös yhden haastateltavan valitsema mahdollisuus tehdä haastattelu Skypen välityksellä saattoi vaikuttaa toisella paikkakunnalla asuvan henkilön halukkuuteen osallistua tutkimukseen. On kuitenkin olennaista pohtia, olisivatko haastattelut olleet kattavampia kasvotusten käytävien keskustelujen myötä. Yhtenä puhelinhaastattelun haittapuolena nähdään esimerkiksi eleiden puuttuminen (ks. Hirsjärvi & Hurme 2015, 64), joka osoittautui haasteeksi myös tässä tutkimuksessa. Haastatteluissa tuli eteen tilanteita, joissa en ollut aivan varma, olisiko haastateltavalla ollut vielä jotakin sanottavaa. Tällaiset asiat olisivat voineet olla tulkittavissa haastateltavien eleistä kasvotusten tapahtuvassa haastattelussa.

Tutkimuksessani ja sen tuloksissa olennaista on huomioida se, että monesti tämänkaltaiseen tutkimukseen ilmoittautuvat mukaan vain sellaiset vanhemmat, jotka pitävät heidän lastensa liikkumista tärkeänä. On todennäköistä, että liikuntaa vähemmän tärkeänä pitävät vanhemmat ja niin sanotusta norminmukaisesta käytöksestä poikkeavat (ks. Hirsjärvi ym. 2016, 207) vanhemmat eivät halua kertoa tutkijalle ajatuksiaan siitä, että esimerkiksi liikunnalla ei olisi suurta merkitystä lasten elämässä. Tämä seikka tiedostaen voidaankin todeta, että tämän tutkimuksen tuloksia ei voida yksioikoisesti yleistää koskemaan kaikkia vanhempia. Tulosten siirrettävyyttä on kuitenkin mahdollista pohtia. Siirrettävyydellä viitataan Lincolnin ja Guban (1985) mukaan siihen, voidaanko tutkimustuloksia soveltaa muussa kontekstissa. Tulkinnan mahdollisesta siirrettävyydestä tekee kuitenkin joku muu aihetta käsittelevä henkilö, kuin tutkija itse. Tutkijan vastuulla on kuvata tutkimuksen eri vaiheet mahdollisimman selkeästi, jotta tulosten siirrettävyyttä voidaan arvioida (Lincoln & Guba 1985), ja näin toimittiinkin tätä tutkimusta tehtäessä.

8.3 Jatkotutkimusehdotukset

Sekä kasvatusvastuun että liikunnan tutkiminen ovat ajankohtaisia aiheita, sillä kasvatusvastuusta ja etenkin sen jakautumisesta käydään paljon keskustelua. Niin ikään keskustelua käydään lasten liikkumisesta ja eritoten siitä, liikkuvatko lapset nykypäivänä riittävästi. Fyysisellä aktiivisuudella on eittämättä monia positiivisia vaikutuksia kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin (ks. mm. Merkel 2013, 154; Strong ym. 2005, 733-735), joten lasten liikkumisesta ja siihen vaikuttavista tekijöistä on tärkeää saada tutkimustietoa. Vanhemmilla on selkeä ensisijainen vastuu lastensa kasvattamisessa (ks. mm. Metso 2004, 173), joten heillä on suuri vaikutus lasten elämään ja tapoihin. Näin ollen tutkimustietoa tarvitaan myös siitä, kuinka vanhemmat voivat tukea lasten liikkumista pienestä pitäen.

Tässä tutkimuksessa käsiteltiin vanhempien roolia liikuntaan kasvattamisen vastuusta vanhempien näkökulmasta, mutta jatkossa aihetta tulisi tutkia myös lasten perspektiivistä. Nykypäivänä puhutaan paljon siitä, että lasten

ajatuksia olisi tärkeää kuunnella ja kunnioittaa. Olisikin mielenkiintoista selvittää, minkälaista tukea tai kannustusta liikkumiseen lapset toivovat vanhemmiltaan saavan. Tutkimuskohteena voisi olla myös se, kuinka lapset ylipäätään kokevat vanhempiensa asennoitumisen liikuntaa kohtaan ja kokevatko lapset tämän vaikuttavan heidän omaan liikunnallisuuteensa. Liikunnan monipuoliset terveysvaikutukset tietäen olennaista olisi myös ylipäätään pohtia ja kehittää erilaisia keinoja, joilla lasten liikkumista voitaisiin tukea. Tässä eritoten olisi tärkeää kuulla lasten näkemyksiä siitä, minkälaiset tekijät voisivat innostaa heitä liikunnan pariin. Lasten näkemyksiä olisi tärkeää kuulla myös siitä näkökulmasta, että minkälaisia ajatuksia heillä ylipäätään on vanhempien kasvatusvastuusta – minkälaisia asioita he odottavat tai toivovat vanhempiensa heille opettavan.

Tutkimustietoa tarvitaan myös erilaisten taustojen omaavien vanhempien näkemyksistä. Tässä tutkimuksessa kaikilla haastatelluilla vanhemmilla oli korkeakoulutausta. Olisikin mielenkiintoista selvittää, onko vanhempien näkemyksissä eroavaisuuksia, mikäli heidän taustansa olisivat erilaiset. Tutkimuksessani haastateltuja vanhempia yhdisti myös se, että he olivat kaikki melko liikuntamyönteisiä ja kokivat liikuntaan kasvattamisen vastuun kuuluvan pääosin ensisijaisesti heille itselleen. Olikin selkeästi havaittavissa, että vanhemmat arvostivat liikuntaa paljon ja näkivät tämän tärkeänä lastensa elämässä. On kuitenkin todennäköistä, että kaikki vanhemmat eivät ajattele asiasta samalla tavalla. Olisikin mielenkiintoista päästä tutkimaan sellaisten vanhempien näkemyksiä, jotka eivät arvosta liikuntaa niin paljoa. Yleiseen kasvatusvastuuseen liittyen kiinnostavaa olisi myös kuulla, minkälaisia ajatuksia kasvatusvastuusta on vanhemmilla, jotka eivät näe sitä niin selkeästi ensisijaisesti heidän tehtävänä. Haasteena kuitenkin olisi, että kuinka tällaisia vanhempia saataisiin mukaan tämänkaltaiseen tutkimukseen.

Tutkimusta tehdessäni mieleeni heräsi kysymys myös siitä, minkälaisilla tekijöillä on yhteyttä siihen, että vanhempien malli vaikuttaa lasten liikkumiseen. Tietävästi on olemassa paljon liikkuvia vanhempia, joiden lapset eivät ole innostuneet liikunnasta ja päinvastoin myös vähemmän liikkuvia vanhempia, joiden lapset puolestaan innostuvat liikkumaan. Jatkossa voitaisiinkin tutkia,

vaikuttavatko tällaisissa tilanteissa nimenomaan esimerkiksi tässäkin tutkimuksessa esiin nostettujen kavereiden ja muun lähipiirin malli, vai minkälainen vaikutus voisi olla esimerkiksi vanhempien ja lasten välisellä suhteella.

Lisäksi jatkotutkimusehdotuksena on se, minkälaisia eroavaisuuksia kasvatustavastuuseen tai liikuntaan kasvattamisen vastuuseen suhtautumisessa on eri kulttuurien välillä. On havaittu, että kasvatuksellisiin seikkoihin vaikuttavat osaltaan nimenomaan kulttuuriset tekijät (Puolimatka 2010, 24), joten olisi kiinnostavaa vertailla erilaisista kulttuureista tulevien vanhempien ja lasten näkemyksiä aiheesta. Mielenkiintoista olisi tutkia myös monikulttuuristen perheiden näkökulmia aiheeseen.

LÄHTEET

- Aarresola, O. & Konttinen, N. 2012. Vanhemmat moni-ilmeinen vaikuttaja kilpaurheiluun sosiaalistumisessa. *Liikunta & Tiede* 49 (6), 29–35.
- Alaja, K. 1997. Mahdollisuuksien lapsi. Näkökulmia kodin ja koulun kasvatustyöhön. Helsinki: LK-Kirjat.
- Alasuutari, M. 2003. Kuka lasta kasvattaa? Vanhemmuuden ja yhteiskunnallisen kasvatuksen suhde vanhempien puheessa. Helsinki: Gaudeamus.
- Amato, P. & Fowler, F. 2002. Parenting practices, child adjustment, and family diversity. *Journal of Marriage & Family* 64 (3), 703–717.
- Antikainen, A. 1998. Kasvatus, elämäntilanne ja yhteiskunta. Porvoo: WSOY.
- Baxter-Jones, A. D. G. & Maffulli, N. 2003. Parental influence on sport participation in elite young athletes. *Journal of Sports Medicine & Physical Fitness* 43 (2), 250–255.
- Böök, M. L. & Perälä-Littunen, S. 2010. Vastuullisen vanhemman velvoitteet. *Kasvatus* 41 (1), 41–52.
- Böök, M. L. & Perälä-Littunen, S. 2015. Responsibility in Home-School relations - Finnish Parents' views. *Children & Society*, 29. 615–625.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E. & Christenson, G. M. 1985. Physical activity, exercise, and physical fitness: Definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports* 100 (2), 126–131.
- Castelli, D. M., Hillman, C. H., Buck, S. M. & Erwin, H. E. 2007. Physical fitness and academic achievement in third- and fifth-grade students. *Journal of Sports & Exercise Psychology* 29, 239–252.
- Cornock, M. 2011. Parental rights and responsibilities in law. *Nursing Children & Young People* 23 (9), 23–24.
- Côté, J. 1999. The influence of the family in the development of talent in sport. *Sport Psychologist* 13 (4), 395–417.
- Cothran, D. J., Kulinna, P. H. & Garn, A. C. 2010. Classroom teachers and physical activity integration. *Teaching and Teacher Education* 26, 1381–1388.
- Cox, M., Schofield, G. & Kolt, G. S. 2010. Responsibility for children's physical activity: Parental, child, and teacher perspectives. *Journal of Science and Medicine in Sport* 13, 46–52.
- Doucet, A. 2015. Parental responsibilities: Dilemmas of measurement and gender equality. *Journal of Marriage and Family* 77, 224–242.

- Dwyer, G. M., Higgs, J., Hardy, L. L. & Baur, L. A. 2008. What do parents and preschool staff tell us about young children's physical activity: A qualitative study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 5 (1).
- Dyment, J. E., Bell, A. C. & Lucas, A. J. 2009. The relationship between school ground design and intensity of physical activity. *Children's Geographies* 7 (3), 261–276.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Hills, A. P., Andersen, L. D. & Byrne, N. M. 2011. Physical activity and obesity in children. *British Journal of Sports Medicine* 45 (11), 866–870.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2015. *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2016. *Tutki ja kirjoita*. 21.painos. Helsinki: Tammi.
- Hirvensalo, M., Jaakkola, T., Sääkslahti, A. & Lintunen, T. 2016. Koettu liikunnallinen pätevyys ja koetut esteet. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4, 36–40.
- Hohepa, M., Scragg, R., Schofield, G., Kolt, G. S. & Schaaf, D. 2007. Social support for youth physical activity: Importance of siblings, parents, friends and school support across a segmented school day. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 4 (54).
- Husu, P., Jussila, A-M., Tokola, K., Vähä-Ypyä, H. & Vasankari, T. 2019. Objektiiivisesti mitatun paikallaanolon, liikkumisen ja unen määrä. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:1, 27–40.
- Huusko, M. & Paloniemi, S. 2006. Fenomenografia laadullisena tutkimussuuntauksena kasvatustieteissä. *Kasvatus* 37 (2), 162–173.
- Ice, C. L., Neal, W. A. & Cottrell, L. 2014. Parental efficacy and role responsibility for assisting in child's healthful behaviors. *Education and Urban Society* 46 (6), 699–715.
- Ikonen, H-M. 2017. *Puhelinhaastattelu*. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvoori (toim.) *Tutkimushaastattelun käsikirja*. Tampere: Vastapaino, 270–286.

- Jago, R., Brockman, R., Fox, K. R., Cartwright, K., Page, A. S. & Thompson, J. L. 2009. Friendship groups and physical activity: Qualitative findings on how physical activity is initiated and maintained among 10–11 year old children. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 6 (1).
- Janssen, I. & LeBlanc, A. G. 2010. Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 7 (1).
- Kaimola, K. 2005. Koti terveen itsetunnon harjoittelukenttänä. Teoksessa J. Syrjälä (toim.) *Vahva vanhemmuus – Paras tuki nuoren kasvuun*. Helsinki: VL-Markkinointi Oy, 11–20.
- Kansallinen liikuntatutkimus 2009-2010. 2010. Lapset ja nuoret. Helsinki: SLU:n julkaisusarja 7/2010.
- Kari, J. T., Pehkonen, J., Hutri-Kähönen, N., Raitakari, O.T. & Tammelin, T. H. 2017. Longitudinal associations between physical activity and educational outcomes. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 2158–2166.
- Kibbe, D. L., Hackett, J., Hurley, M., McFarland, A., Schubert, K. G., Schultz, A. & Harris, S. 2011. Ten Years of TAKE 10!®: Integrating physical activity with academic concepts in elementary school classrooms. *Preventive Medicine* 52, 43–50.
- Kokko, S. 2013. Liikuntakasvatus organisoidussa urheilussa. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus, 125–142.
- Kokko, S., Martin, L., Villberg, J., Ng, K. & Mehtälä, A. 2019. Itsearviointi liikunta-aktiivisuus, ruutu-aika ja sosiaalinen media sekä liikkumisen seurantalaitteet ja -sovellukset. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:1, 15–26.
- Koski, P. & Mäenpää, P. 2018. Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986-2016. *Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:25*.
- Kuula, A. 2006. *Tutkimusetiikka: aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys*. Tampere: Vastapaino.
- Kyttä, N., Broberg, A. & Kahila, M. 2009. Lasten liikkumista ja terveyttä edistävä urbaani ympäristö. *Yhdyskuntasuunnittelu* 47 (2).
- Lampinen, E-K., Eloranta, A-M., Haapala, E. A., Lindi, V., Väistö, J., Lintu, N., Karjalainen, P., Kukkonen-Harjula, K., Laaksonen D. & Lakka, T. A. 2017. Physical activity, sedentary behaviour, and socioeconomic status among

- Finnish girls and boys aged 6-8 years. *European Journal of Sport Science* 17 (4), 462–472.
- Lastensuojelulaki 2007. 13.4.2007/417. 2§ Vastuu lapsen hyvinvoinnista. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>. Luettu 19.10.2019.
- Liikuntalaki 2015. 10.4.2015/390. 2§ Lain tavoite. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390> Luettu 22.1.2019.
- Liikuntalaki 2015. 10.4.2015/390. 5§ Kunnan vastuu. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390> Luettu 22.1.2019.
- Lincoln, Y. S. & Guba, E. G. 1985. *Naturalistic Inquiry*. Beverly Hills, CA: Sage Publications.
- Lindqvist, A-K., Kostenius, C., Gard, G. & Rutberg, S. 2015. Parent participation plays an important part in promoting physical activity. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being* 10, 1–9.
- Martin, L., Suomi, K. & Kokko, S. 2019. Liikuntatilaisuudet. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:1*, 41–46.
- Merkel, D. L. 2013. Youth sport: Positive and negative impact on young athletes. *Open Access Journal of Sports Medicine* 4, 151–160.
- Metso, T. 2004. *Koti, koulu ja kasvatus – kohtaamisia ja rajankäyntejä*. Turku: Suomen Kasvatustieteellinen Seura.
- Metsämuuronen, J. 2005. *Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä*. 3. laitos. Helsinki: International Methelp.
- Nuori Suomi. 2008. *Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18-vuotiaille*. Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä 2008. Opetusministeriö, Nuori Suomi.
- Ojakangas, M. 2002. Välittämisen välittäminen. Teoksessa L. Kolbe & K. Järvinen (toim.) *Onks ketään kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä*. Helsinki: Tammi, 278–287.
- Opetushallitus. 2014. *Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Määräykset ja ohjeet 2014:96*.
- Paajanen, P. 2001. Lasten vapaa-aika huoltajan silmin. *Perhebarometri. Väestöliitto. Väestöntutkimuslaitos E 12/2001*.
- 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.
- Patrikakou, E. N. & Weissberg, R. P. 2000. Parents' perceptions of teacher outreach and parent involvement in children's education. *Journal of Prevention & Intervention in the Community* 20 (1-2), 103–119.
- Patton, M. Q. 2002. *Qualitative Research & Evaluation Methods*. 3. painos. Thousands Oaks, CA: Sage Publications.
- Poikolainen, J. 2002. Kasvatustietoisuuden ulottuvuuksia. Vanhempien käsityksiä kasvatuksesta ja vanhemmuudesta. Helsingin yliopiston kasvatustieteen laitoksen tutkimuksia 182.
- Pugliese, J. & Tinsley, B. 2007. Parental socialization of child and adolescent physical activity: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology* 21 (3), 331–343.
- Puolimatka, T. 2010. Kasvatuksen mahdollisuudet ja rajat. Minuuden rakentamisen filosofia. 2. painos. Ryttylä: Suunta-kirjat.
- Puronaho, K. 2014. Drop-out vai throw-out? Tutkimus lasten ja nuorten liikuntaharrastusten kustannuksista. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2014:5.
- Sallis, J. F., Conway, T. L., Prochaska, J. J., McKenzie, T. L., Marshall, S. J. & Brown, M. 2001. The association of school environments with youth physical activity. *American Journal of Public Health*, 91 (4), 618–620.
- Salvy, S.-J., Roemmich, J. N., Bowker, J. C., Romero, N. D., Stadler, P. J. & Epstein, L. H. 2008. Effect of peers and friends on youth physical activity and motivation to be physically active. *Journal of Pediatric Psychology* 34 (2), 217–225.
- Seppälä, N. 2000. Yhteisapelillä lapsen parhaaksi. Vanhempien ja ammattikasvatustajien näkemyksiä lasten kasvatuksesta. *Perhebarometri 2000*. Väestöliitto. Väestöntutkimuslaitos, Katsauksia E 9/2000.
- Sibley, B. A. & Etnier, J. L. 2003. The relationship between physical activity and cognition in children: A meta-analysis. *Pediatric Exercise Science* 15, 243–256.
- Strong, W. B., Malina, R. M., Blimkie, C. J. R., Daniels, S. R., Dishman, R. K., Gutin, B., Hergenroeder, A. C., Must, A., Nixon, P. A., Pivarnik, J. M., Rowland, T., Trost, S. & Trudeau, F. 2005. Evidence based physical activity for school-age youth. *The Journal of Pediatrics* 146 (6), 732–737.

- Tappe, K. A., Glanz, K., Sallis, J. F., Zhou, C. & Saelens, B. E. 2013. Children's physical activity and parents' perception of the neighborhood environment: Neighborhood impact on kids study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 10 (39).
- Tiihonen, A. 2014. Liikuntakulttuurin käsitteet muuttuvat ja muuttavat. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2014:6.
- Trigwell, J., Murphy, R. C., Cable, N. T., Stratton, G. & Watson, P. M. 2015. Parental views of children's physical activity: A qualitative study with parents from multi-ethnic backgrounds living in England. *BMC Public Health* 15 (1), 1–11.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 5. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Vesikansa, S. 2009. Kuka kasvattaa, kuka opettaa? Genealoginen tutkimus perheen ja koulun välisen kasvatusvastuun politiikasta. Helsingin yliopisto: Sosiologian laitoksen tutkimuksia 261.
- Värri, V-M. 2004. Hyvä kasvatus – kasvatus hyvään. 5. painos. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Watchman, T. & Spencer-Cavaliere, N. 2017. Times have changed: Parent perspectives on children's free play and sport. *Psychology of Sport and Exercise* 32, 102–112.
- World Health Organization (WHO). 2010. Global recommendations on physical activity for health. Geneva: World Health Organization.
- Zimmer, R. 2002. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. 2.painos. Helsinki: LK-Kirjat.

LIITTEET

Liite 1. Kirje vanhemmille (osoitettu 3. luokan oppilaiden vanhemmille)

Hei,

Olen yleisen kasvatustieteen opiskelija Jyväskylän yliopistossa, ja olen parhailaan tekemässä pro gradu -tutkielmaa. Tänä päivänä puhutaan paljon siitä, liikuvatko lapset riittävästi. Tutkimukseni tarkoituksena onkin selvittää vanhempien ajatuksia lasten liikunnan merkityksestä ja liikuntaan kasvattamisesta. Sinun näkökulmasi on siis ensiarvoisen tärkeä, ja haluankin kysyä, olisitko kiinnostunut osallistumaan tutkimukseeni? Työni ohjaajana toimii yliopistonlehtori Marja-Leena Böök Jyväskylän kasvatustieteiden laitokselta.

Kerään tutkimusaineistoa haastatteleamalla, ja toivon haastateltaviksi 3.-luokkalaisten lasten vanhempia, joko äitiä tai isää. Yksilöhaastatteluun mennee aikaa noin puoli tuntia riippuen siitä, kuinka laajasti haluat kysymyksiini vastata. Tutkimusaineisto kerätään ensisijaisesti viikoilla 40-42. Haastattelu voidaan toteuttaa toiveidesi mukaan joko kasvotusten, tai Skypen tai puhelimen välityksellä.

Tutkimuksen järjestelyt ja tulosten raportointi ovat luottamuksellisia. Haastattelu nauhoitetaan, jonka jälkeen se kirjoitetaan tekstitiedostoksi. Tässä yhteydessä haastateltavien ja haastattelussa esiin tulevien henkilöiden nimet poistetaan tai muutetaan peitenimiksi. Samoin paikkatiedot häivytetään. Tutkimusraporttiin voidaan sisällyttää suoria otteita haastatteluista siten, että tutkittavia ei voi tunnistaa. Tutkimuksen päätyttyä tutkimusaineisto hävitetään. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista, ja Sinulla on oikeus keskeyttää osallistumisesi missä tutkimuksen vaiheessa tahansa.

Ilmoitathan minulle 29.09.2017 mennessä joko sähköpostitse tai puhelimitse, oletko halukas osallistumaan tutkimukseen. Voimme tämän jälkeen sopia sinulle sopivan haastatteluajan ja -tavan.

Kerron mielelläni lisää tutkimuksestani. Alla on yhteystietoni.
tiia.h.nurminen@student.jyu.fi,
050 524 7511

Ystävällisin terveisin,
Tiia Nurminen

Liite 2. Teemahaastattelun runko.

YLEISET TIEDOT

- Perheenjäsenet
- Haastateltavan ja puolison ikä
- Vanhempien koulutukset ja ammatit
- Lasten lukumäärä, sukupuolet, iät ja luokka
- Tutkimuksen keskiössä olevan lapsen harrastukset
- Tutkimuksen keskiössä olevan lapsen liikunnan määrä
- Vanhempien liikkuminen ja liikunnan määrä

KASVATUSVASTUU

1. Mitä sinun mielestäsi on kasvatusvastuu?
2. Minkälaisista asioista vanhempana koette olevanne vastuussa koskien lapsianne ja heidän kasvatustansa?
3. (Tarvittaessa: Minkälaisia konkreettisia asioita haluatte kasvatuksen kautta opettaa lapsillenne?)
4. Keillä kaikilla mielestäsi on kasvatusvastuu lapsesi kasvatuksesta?
5. Minkälainen vastuu näillä muilla henkilöillä/toimijoilla koet olevan?

LIIKUNTAAN KASVATTAMISEN VASTUU / LIKKUMAAN KANNUSTAMINEN

6. Minkälainen rooli/vastuu sinulla on lapsesi liikunnan kannustajana/kasvattajana? / Mikä on mielestäsi sinun vastuu/rooli liikuntaan kasvattamisessa? (Mitä voit mielestäsi tehdä sen asian eteen, että lapsesi liikkuisivat?)
7. Koetko oman mallisi vaikuttavan siihen, kuinka paljon ja minkälaista liikuntaa lapsesi harrastaa – jos, niin miten?
8. Yleisesti: Kuinka voidaan taata, että lapsi liikkuu riittävästi ja kenen tehtävänä on vastata siitä? Minkälaisia keinoja voidaan hyödyntää?
9. Mitkä muut asiat/henkilöt voivat vaikuttaa lapsesi liikuntaan, (kuin teidän mahdollinen oma malli)?

LIIKUNTA LASTEN ELÄMÄSSÄ

10. Pidätkö tärkeänä, että lapsesi liikkuvat? Tulisiko lastesi mielestäsi liikkua – jos, niin miksi ja mitä hyötyä siitä on?
11. On olemassa liikuntasuosituksia, mutta minkä verran sinun mielestäsi lapsen olisi hyvä harrastaa liikuntaa /fyysistä aktiivisuutta (esimerkiksi viikossa)? Mikä on mielestäsi riittävä määrä lapsen liikunnalle?
12. Mitä arvelisit, että mitkä tekijät lapsellesi on tärkeitä liikkumisessa/liikuntaharrastuksessa?
13. Yleisesti: Minkälaiset asiat voivat mahdollistaa lasten liikkumista? Mitkä asiat edesauttavat sitä, että lapsesi liikkuu? (Voi pohtia laajemmin, kuin oman lapsen näkökulmasta)
14. Minkälaiset asiat voisivat puolestaan estää lasta liikkumasta? (Voi pohtia laajemmin, kuin oman lapsen näkökulmasta)
15. "Vapaa sana": Onko sinulla vielä jotain, mitä haluaisit sanoa käsiteltyihin teemoihin liittyen?