

VANHEMMAT PALJON VARTIJOINA

Vanhempien merkitys 5. luokan oppilaiden
liikuntaharrastuksessa

Pasi Rautava

Liikuntapedagogiikan pro
gradu -tutkielma
Liikuntakasvatuksen laitos
Jyväskylän yliopisto
Kevät 2003

TIIVISTELMÄ

Rautava, P. 2003. Vanhemmat paljon vartijoina. Vanhempien merkitys 5. luokan oppilaiden liikuntaharrastuksessa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma.

Tutkimus on osa LIKES-tutkimuskeskuksen ”Laps Suomen” projektia, jossa kartoitetaan valtakunnallisesti lasten vapaa-ajan harrastuksia ja erityisesti liikunnallista aktiivisuutta. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, miten vanhempien liikunnallinen aktiivisuus heijastui lasten harrastamiseen ja kuinka aktiivisia vanhemmat olivat osallistumaan lastensa harrastuksiin ja sosiaalistumisprosessiin. Samalla selvitettiin molempien liikunnan harrastamisen määriä ja liikuntamuotoja sekä sukupuolieroja. Myös vanhempien lapsille luomia motivaatioilmastoja tutkittiin lasten sukupuolten ja harrastusaktiivisuuden suhteen. Tutkimuksen kohdejoukon muodosti 192 viidesluokkalaista lasta ja 174 vanhempaa. Lapsista tyttöjä oli 103 ja poikia 89. Äitejä mukana oli 136 ja isiä 36. Koulut valittiin satunnaisesti projektissa jo mukana olevien koulujen joukosta sekä kaksi koulua projektin ulkopuolelta. Tutkimus toteutettiin viidellä paikkakunnalla; Rovaniemellä, Oulussa, Petäjävedellä, Turussa ja Jyväskylässä. Aineiston keruu tapahtui keväällä 2002 kyselylomakkeilla, joista lasten lomaketta oli käytetty jo aikaisemmin ja vanhempien lomake esitettiin ennen varsinaista aineiston keruuta.

Lapsista 84 % harrasti vähintään kerran viikossa vapaa-aikanaan liikuntaa. Poikien liikunnan harrastaminen, erityisesti urheiluseurassa liikkuminen oli jonkin verran aktiivisempää kuin tyttöjen. Viimeisimpien liikuntasuosittelujen mukaan riittävästi liikuntaa harrasti pojista kaksi kolmasosaa ja tytöistä kaksi viidesosaa. Seurassa harrastetuista lajeista poikien suosituimmat olivat jalkapallo ja salibandy, tyttöjen puolestaan tanssi ja uinti. Vanhemmista vähintään kerran viikossa liikuntaa harrasti neljä viidesosaa ja suositukseen neljästä harrastuskerrasta viikossa pääsi neljännes. Vanhempien suosituin liikuntamuoto oli kävelylenkkeily.

Vanhempien osallistuminen lasten harrastuksiin oli kohtuullisen aktiivista ja heidän asettamansa odotukset kohdistuivat yleensä positiivisiin pidettyihin seikkoihin. Vanhempien osallistumisaktiivisuus lapsen harrastukseen oli suurempaa lapsen ollessa aktiivinen liikunnan harrastaja. Lapsen sosiaalistumisessa liikuntaan vanhempien rooli osoittautui keskeisimmäksi, joskin lajinsa lapset saivat valita itse. Lapsen kaikenlainen liikunnallinen aktiivisuus oli yhteydessä kasvavaan liikunnan merkitykseen perheen vapaa-ajassa. Erityisesti vanhempien aikaisempi aktiivinen liikunnan harrastaminen edesauttoi lapsen seurassa liikkumista ja kilpailuihin osallistumista. Vanhemmat loivat lapsilleen enemmän tehtävään kuin minään suuntautunutta motivaatioilmastoa. Aikaisemmista tutkimuksista poiketen näytti siltä, että vanhemmat loivat enemmän tehtäväsuuntautunutta motivaatioilmastoa pojille kuin tytöille. Tätä poikkeavaa tulosta voi osaltaan selittää kysymysten esittäminen vanhemmille ja se, että mukana oli myös harrastamattomien lasten vanhemmat. Runsaimmin tehtäväsuuntautunutta motivaatioilmastoa vanhemmat loivat eniten liikkuville pojille ja keskimääräisesti liikkuville tytöille. Jotta vanhemmat voisivat toimia lastensa harrastusta parhaiten edistävästi, on heidän oltava tietoisia oman toimintansa merkityksestä. Koulut ja urheiluseurat ovat niitä tahoja, jotka voisivat antaa tietoa ja opastaa vanhempia heidän toimiessaan lastensa liikunnallisen harrastuksen parissa.

Avainsanat: liikuntaharrastus, liikunta-aktiivisuus, sosiaalistuminen, motivaatioilmasto

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ	2
SISÄLLYS	3
1 JOHDANTO	7
2 LASTEN JA AIKUISTEN LIIKUNNAN HARRASTAMINEN	9
2.1 Liikunta-aktiivisuus	9
2.2 Liikuntaharrastus	9
2.3 Lasten ja nuorten liikunnan harrastaminen	11
2.4 Aikuisten liikunnan harrastaminen	13
3 LIIKUNTAHARRASTUKSEN KEHITTYMINEN	15
3.1 Sosialisatio	15
3.1.1 Sosiaalinen oppiminen	16
3.1.2 Lasten liikuntaan sosiaalistuminen	16
3.2 Vanhemmat sosiaalistajina	18
3.2.1 Perheen sosiaalistamisprosessit	19
3.2.2 Sosioekonominen asema ja yksinhuoltajuus	20
3.2.3 Sosiaalistumisprosessin kaksisuuntaisuus	21
3.3 Sukupuolierot liikuntaan sosiaalistumisessa	22

4 VANHEMPIEN OSALLISTUMINEN JA SEN ERILAISET MERKITYKSET	23
4.1 Vanhempien erilainen osallistuminen.....	23
4.2 Osallistumisen merkitys lapsen kannalta	24
4.2.1 Taloudellisen tuen merkitys	24
4.2.2 Henkisen tuen merkitys	25
4.2.3 Vanhempien merkitys urheiluseuratoiminnalle	27
4.3 Osallistumisen merkitys perheen kannalta.....	27
4.3.1 Perheen aikataulut	28
4.3.2 Perheen talous	29
4.3.3 Muu perhe-elämä.....	30
4.4 Osallistumisen määrä ja aste	31
4.4.1 Osallistumisen suhde nautinnon ja stressin kokemuksiin	31
4.4.2 Vanhempien suuri aktiivisuus ei aina liiallista.....	32
5 VANHEMPIEN LUOMA MOTIVAATIOILMASTO	33
5.1 Tavoiteorientaatioteoria.....	33
5.1.1 Minäorientoituneisuus	33
5.1.2 Tehtäväorientoituneisuus	34
5.2 Tavoiteorientaation vaikutus ahdistuneisuuteen.....	35
5.3 Sukupuolierot motivaatioilmastossa ja tavoiteorientoitumisessa.....	36
5.3.1 Tyttöjen ja poikien erot tavoite-orientaatioissa	37
5.3.2 Vanhempien luomat motivaatioilmastot tytöille ja pojille	38
6 VANHEMPIEN ODOTUKSET JA LAPSEN PAINEET	39
6.1 Paineita luova käytös	39
6.2 Lasten reagointi paineisiin	40
6.3 Perheen ja lapsen mahdollisuudet	41

7 TUTKIMUSONGELMAT	43
8 TUTKIMUSMENETELMÄT	44
8.1 Tausta	44
8.2 Tutkimuksen kohdejoukko	44
8.3 Tutkimusaineiston keruu	45
8.4 Aineiston käsittely- ja analyysimenetelmät.....	46
8.5 Luotettavuus	47
8.5.1 Reliabiliteetti.....	47
8.5.2 Validiteetti.....	49
9 TULOKSET.....	51
9.1 Lasten liikunnallinen harrastuneisuus.....	51
9.1.1 Lasten urheiluseurassa liikkuminen.....	51
9.1.2 Lasten kilpailuihin osallistuminen.....	53
9.1.3 Lasten omatoiminen liikkuminen.....	55
9.2 Vanhempien liikunnallinen aktiivisuus.....	57
9.2.1 Vanhempien aktiivinen liikunnan harrastaminen.....	57
9.2.2 Vanhempien kilpaileminen	59
9.3 Vanhempien vapaa-aika ja osallistuminen lasten harrastuksiin	60
9.3.1 Aikataulut	60
9.3.2 Talous	62
9.3.3 Osallistuminen.....	63
9.3.4 Vanhempien asettamat odotukset.....	65
9.4 Yhteyksiä lasten ja vanhempien vapaa-ajan ja liikunnan välillä.....	67
9.4.1 Vanhemmat sosiaalistajina	67
9.4.2 Liikuntaa harrastamattomat lapset ja heidän vanhempansa	69
9.4.3 Liikunnan osuuden yhteyksiä lasten harrastamiseen	70
9.4.4 Vanhempien aktiivisen liikunnan harrastamisen yhteys lasten harrastamiseen.....	72
9.4.5 Vanhempien kilpailemisen yhteys lasten harrastamiseen.....	74
9.4.6 Vanhempien koulutuksen ja yksinhuoltajuuden yhteys lasten harrastamiseen.....	75

9.5 Vanhempien luoma motivaatioilmasto	77
9.5.1 Motivaatiofaktorit.....	77
9.5.2 Sukupuolierot vanhempien luomissa motivaatioilmastoissa.....	79
9.5.3 Seurassa liikkumisen ja kilpailemisen yhteys motivaatioilmastoihin	81
10 POHDINTA	87
10.1 Lasten liikunnan harrastaminen	87
10.2 Vanhempien liikunnan harrastaminen	89
10.3 Vanhempien osallistuminen lapsensa harrastuksiin	90
10.4 Vanhempien toimintatapojen yhteyksiä lasten liikuntaharrastuksiin	91
10.5 Vanhempien luomat motivaatioilmastot sukupuolittain.....	94
10.6 Jatkotoimenpide-ehdotuksia	97
10.6.1 Jatkotutkimusehdotuksia	97
10.6.2 Toimenpiteitä	97
LÄHTEET	99
LIITTEET.....	105

1 JOHDANTO

Liikunta tuottaa iloa, tarjoilee jännittäviä elämyksiä ja mahdollistaa esteettisen ilmaisuuden. Näiden liikunnan itseisarvojen ohella liikunnalla katsotaan olevan hyvin monia yhteiskunnallisesti merkittäviä vaikutuksia. (Heinilä 2000, 17.) Ennen kaikkea liikunnan mahdollisuudet nähdään väestön terveyden, hyvinvoinnin ja elämänlaadun edistämiseksi. Liikunnan monet muodot mahdollistavat nämä prosessit kaikissa elämänkaaren vaiheissa. Päiväkodeissa, kouluissa ja seuroissa liikunta on kasvatuksen väline, työikäisillä korostuvat terveysvaikutukset ja vapaa-ajan virkistyminen, erityisryhmien liikunta tukee vammaisten ja pitkäaikaissairaiden toimintakykyä, ikääntyville liikunta merkitsee parempaa toimintakyvyn säilymistä ja iäkkäillä liikunta voi turvata itsenäistä selviytymistä. (Vuolle 2000, 23.)

Parhaat edellytykset elinikäiselle liikuntaharrastukselle luodaan myönteisillä ja monipuolisilla liikuntakokemuksilla lapsuus- ja nuoruusiässä (Vuolle 2000, 23). Vanhemmat, sisarukset, kaverit, opettajat ja elinympäristö ovat niitä tekijöitä, jotka ovat vaikuttamassa lapsen liikunnallisen elämäntavan syntymiseen (Bandura 1977; Laakso 1981; McPherson, Curtis & Loy 1989). Vanhempien on usein kuitenkin katsottu olevan kaikista keskeisimmässä asemassa tässä sosiaalistumisprosessissa. Edistäessään lapsen harrastuksen syntymistä he luovat mahdollisuudet harrastaa, toimivat roolimalleina, antavat henkistä tukea ja ylipäättään asennoituvat positiivisesti liikuntaan. (Greendorfer & Lewko 1978; Anderssen & Wold 1992; McPherson ym. 1989.) Toisaalta vanhempien liian innokkaalla osallistumisella tai osallistumattomuudella voi olla negatiivisia vaikutuksia liikunnallisen elämäntavan kehittymiselle. (Stein & Raedeke 1999, 596–597.)

Lasten motivoitumista liikuntaan ja vanhempien lapsilleen luomaa motivaatioilmastoa on maailmalla tutkittu suhteellisen paljon. Hyvin yleisesti tutkimuksissa on käytetty tavoiteorientaatioteoriaa. On todettu, että vanhempien luoma motivaatioilmasto vaikuttaa myös lapsen minä- tai tehtäväorientoitumiseen. (White, Duda & Hart 1992; Duda & Hom 1993; White 1996, 1998; White, Kavassanu & Guest 1998; Carr & Weigand 2001.) Suomessa vanhempien luomaa motivaatioilmastoa on kuitenkin tutkittu melko vähän ja muualla maailmassakin tutkimukset ovat painottuneet lähinnä kilpaurheiluun.

Vanhempien luoma motivaatioilmasto on myös yleensä tiedusteltu vain lapsilta, keskittymättä lainkaan vanhempien omiin mielipiteisiin. Olennaiseksi motivaatioilmaston tutkimisen tekee se, että lasten orientoituminen harrastukseensa on yhteydessä siinä viihtymiseen ja harrastuksessa pysymiseen (White & Duda 1994, 13–14; White 1998, 23–24).

Tulevana liikunnanopettajana kiinnostuin ensinnäkin lasten liikuntaan sosiaalistumisesta. Kirjallisuutta tutkiessani huomasin vanhempien keskeisen roolin ja sitä kautta kiinnostukseni heräsi tutkia lähemmin tätä sosiaalistumisprosessia. Oman mielenkiintonsa aiheeseen on tuonut myös oma monipuolinen liikunnanharrastamiseni, jonka ohessa olen saanut seurata hyvin monenlaista vanhempien toimintaa. Toivottavasti tulevana vanhempana kiinnostaa myös, millä tavoin voin parhaiten edistää lastani omaksumaan liikunnallisen elämäntavan ja mitä lapsen menestykseen pyrkivä urheilu-ura minulta vanhempana edellyttää. Liikunnallisen elämäntavan oppimisen lisäksi mielenkiintoni kohdistuikin siihen, mitä vanhemmilta vaaditaan lapsen pyrkiessä menestykseen lajissaan.

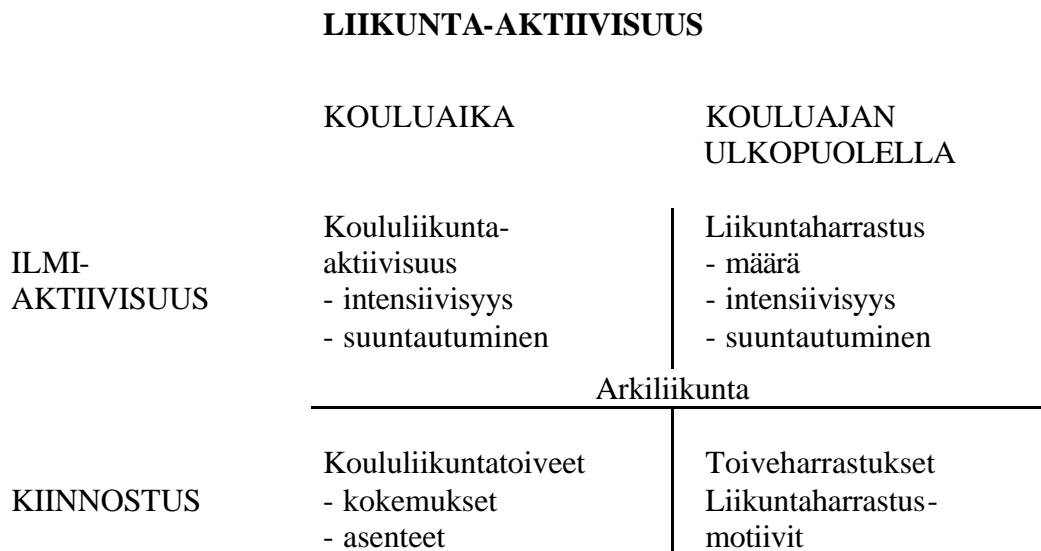
Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, miten vanhempien liikunnallinen aktiivisuus heijastui lasten harrastamiseen ja kuinka aktiivisia vanhemmat olivat osallistumaan lastensa harrastuksiin. Samalla selvitettiin molempien liikunnan harrastamisen määriä ja liikuntamuotoja sekä sukupuolieroja. Lisäksi paneuduttiin vanhempien rooliin lasten sosiaalistumisprosessissa ja lajivalinnassa. Eräs keskeinen tutkimuksen kohde oli myös vanhempien lapsilleen luoma motivaatioilmasto. Motivaatioilmastoja tutkittaessa tarkasteltiin sukupuolieroja lasten suhteen sekä mahdollisia eroja liikunta-aktiivisuudeltaan erilaisten lasten ryhmissä.

Tutkimus on osa LIKES-tutkimuskeskuksen ”Laps Suomen” projektia, jossa kartoitetaan valtakunnallisesti lasten vapaa-ajan harrastuksia ja erityisesti liikunnallista aktiivisuutta. Koulut valittiin satunnaisesti projektissa jo mukana olevien koulujen joukosta sekä kaksi koulua projektin ulkopuolelta.

2 LASTEN JA AIKUISTEN LIIKUNNAN HARRASTAMINEN

2.1 Liikunta-aktiivisuus

Nupponen (1997, 20) määrittelee liikunta-aktiivisuuden sen mukaan, milloin ja miten aktiivisuus ilmenee. Näin saadaan nelikenttä, joka kattaa liikunta-aktiivisuuden olennaiset piirteet. Kouluikäisille nelikenttä näyttää kuvion 1 mukaiselta. Tässä tutkimuksessa keskityttiin lasten ja vanhempien osalta ilmiaktiivisuuteen, tosin vanhemmilta tiedusteltiin liikuntaodotuksia, -kokemuksia, -motiiveita ja -asenteita lasten liikunta-aktiivisuuden suhteen.



KUVIO 1. Koululaisten liikunta-aktiivisuuden pääulottuvuudet (Nupponen 1997, 20 muokattu).

2.2 Liikuntaharrastus

Laakso (1981) määrittelee liikuntaharrastuksen seuraavasti: ”liikunnallisen vaihtoehdon toistuvaa, tietoista valitsemista silloin, kun valinnalle on ominaista *pysyväisluonteinen motivaatio* itse toimintaa tai sen seurauksia kohtaan”. Harrastuksessa korostuu *fyysinen aktiivisuus* ja *omakohtainen osallistuminen* itse toimintaan. Pelkkä kiinnostuminen lii-

kunnasta ei siis vielä riitä, vaan mukana on oma toiminta eli ilmiaktiivisuus. Suomalaisissa liikuntaharrastusta käsittelevissä tutkimuksissa tätä määritelmää on käytetty hyvin yleisesti. (Laakso 1981, 15–16.) Telama, Silvennoinen ja Vuolle (1986, 53) lisäävät, että liikuntaharrastus on koulutyön tai ansiotyön ulkopuolella tapahtuvaa omakohtaista osallistumista liikuntaan. Liikuntaharrastus liittyy siis vapaa-aikana toteutettuun toimintaan.

Liikunta, jota harjoitetaan esimerkiksi töissä tai työmatkoilla erotetaan liikuntaharrastuksesta siten, että niissä liikunta on väline jonkin muun tavoitteen saavuttamiseen. Jos henkilö kuitenkin valitsee työmatkalle pyörän auton sijaan vain liikunnan vuoksi, voidaan puhua liikuntaharrastuksesta. Raja liikuntaharrastuksen ja muun liikunnan välillä onkin häilyvä. Hyvänä esimerkkinä käy hyötyliikunta, kuten kalastus, marjastus, puutyöt ja lumenluonti, joissa tavoitteet eivät suoranaisesti liity liikuntaan, mutta liikunta on niissä olennaisena osana. Tällaiset toiminnot voidaan myös laskea liikuntaharrastuksiin. Läheinen käsite hyötyliikunnalle on arkiliikunta, jota koululainen voi harrastaa esimerkiksi koulu- ja harrastusmatkoja liikkuessaan tai välituntien aikana. Koska liikunta liittyy moniin eri toimintoihin, ei ole syytä liikaa korostaa liikuntaharrastuksen ja muun liikunnan välistä eroa. (Telama, Vuolle & Laakso 1986, 17–18.) Tässä tutkimuksessa, erityisesti lasten osalta, liikuntaharrastusta tutkittiin väljästi.

Liikuntaharrastus voidaan jakaa organisoituun liikuntaan ja järjestäytymättömään eli omatoimiseen liikuntaan. Organisoitu liikuntaharrastus käsittää nuorten osallistumisen pääasiassa urheiluseurojen tai koulujen liikuntakerhojen toimintaan. Järjestäytymätön harrastaminen on puolestaan kaikkea muuta vapaa-aikana tapahtuvaa liikuntaa. (Nupponen 1997, 21; Telama, Silvennoinen & Vuolle 1986, 53.) Aikuisten organisoidulla liikunnalla tarkoitetaan liikunnan harrastamista urheiluseuroissa ja muissa liikuntaa järjestävissä yhteisöissä. Lisäksi se käsitetään myös muun liikunnalliseen toimintaan osallistumisen kuin itse liikkumisen (Vuolle 1986, 137.)

2.3 Lasten ja nuorten liikunnan harrastaminen

Liikunnan harrastamista tutkittaessa voidaan puhua säännöllisestä liikunnan harrastamisesta. Säännöllisyydellä pyritään usein kuvaamaan liikunnan määrää ja kuormittavuutta suhteessa liikunnasta saatuihin lähinnä terveyshyötyihin. Suositukset liikunnan määristä ovat jonkin verran vaihdelleet, mutta tämän hetken suositus on seuraavanlainen: *sekä lasten että aikuisten tulisi liikkua kohtalaisesti kuormittavalla tavalla yhtenä tai useampana jaksona yhteensä vähintään 30 minuuttia useimpina päivinä viikossa, mieluiten päivittäin.* (Vuori & Miettinen 2000, 93) Nupposen ja Telaman (1998, 45) tutkimuksissa kahta vuotta aikaisemmin puhuttiin lapsille suositeltavasta vähintään kolmesti viikossa, vähintään 20–60 minuuttia kerralla sekä kuormittavuudeltaan kohtuullisesti rasittavasta, hengästymistä ja hikoilua aiheuttavasta liikunnasta. Heidän tuloksensa osoittivat, että kaksi kolmasosaa kuudennen ja kahdeksannen luokan pojista ja puolet tytöistä täytti liikunnan minimisuosituksen. Heidän suositukseensa oli tosin lisätty, että liikunnan keston tuli olla vähintään kolme tuntia viikossa.

Suomen Liikunta ja Urheilu (SLU) teetti yhteistyössä Nuoren Suomen kanssa Liikuntagallup 97–98 kyselyn 3–18-vuotiaille lapsille ja nuorille. Tarkoituksena oli kartoittaa lasten ja nuorten liikunnan harrastamista. Kaikista tutkituista 84 % harrasti liikuntaa. Lähes kaikki liikuntaan osallistuvat harrastivat vähintään kerran viikossa. Eniten liikuntaa harrastavia oli 12–14 -vuotiaiden joukossa, jossa liikuntaa harrasti yhdeksän kymmenestä. Tässä ikäryhmässä liikuntaa harrastavista lähes puolet liikkui vähintään neljä kertaa viikossa. (Nurmela & Pehkonen 1998, 2–5.) Uusimman Liikuntagallupin (2001–2002) mukaan 92 % kaikista 3–18-vuotiaista harrasti liikuntaa (Liikuntagallup 2001–2002). Yangin (1997, 50) toteuttamissa tutkimuksissa vuosilta 1980, 1983, 1986, 1989 ja 1992 suomalaisista 12–15 vuotiaista pojista 90 % ja tytöistä 85 % harrastivat vapaa-aikanaan liikuntaa vähintään kerran viikossa. Nupposen ja Telaman (1998, 46) vuonna 1995 toteuttamissa tutkimuksissa kuudes- ja kahdeksaluokkalaisille noin 90 % sekä pojista että tytöistä harrasti koulutuntien ulkopuolella liikuntaa vähintään kerran viikossa.

Harrastettavista lajeista jalkapallo oli kaikkein suosituin 3–18-vuotiaiden keskuudessa ja lisäsi edelleen suosiotaan. Seuraavina tulivat pyöräily, uinti, hiihto, salibandy, kävely-

lenkkeily, luistelu ja jääkiekko. Tyttöjen ja poikien harrastamisessa lajeissa oli suuria eroja. Tytöt harrastivat selvästi enemmän aerobicia, eri voimistelulajeja, ratsastusta, tanssia sekä taitoluistelua. Poikavaltaisia lajeja taas olivat jalkapallo, jääkiekko ja salibandy. Eniten harrastajia vuosista 1997–1998 vuosiin 2001–2002 olivat lisänneet jalkapallo, pyöräily, uinti, hiihto ja salibandy. Harrastajamäärien lisääntymisen vuoksi ei juuri ollut lajeja, jotka olisivat menettäneet harrastajiaan. (Liikuntagallup 2001–2002.) Nupposen ja Telaman (1998, 52) mukaan omaehtoisen liikunnan osalta suosituimmat lajit olivat lähinnä perusliikuntamuotoja: hölkkä/juoksu, pyöräily sekä tytöillä kävely ja pojilla jalkapallo.

Suomalaisista 3–18-vuotiaista lapsista ja nuorista noin kaksi viidesosaa osallistui organisoituun seurassa liikkumiseen ja vajaa viidennes koulun kerhoihin. Molemmat organisoitun liikunnan muodot, mutta erityisesti koulun kerhot, olivat lisänneet harrastajiaan vuosista 1997–1998. Suhteellisesti eniten seurassa liikkumista tapahtui 7–11-vuotiaiden ryhmässä. Omaehtoisesti yksin liikkui noin kaksi viidestä ja kavereiden kanssa reilu puolet. (Nurmela & Pehkonen 1998, 12; Liikuntagallup 2001–2002.) Nupposen ja Telaman (1998, 47) tutkimuksessa vuodelta 1995 6. luokan pojista 84 % ja tytöistä 81 % osallistui omatoimiseen liikuntaan. Yhtä suuriin osuuksiin tämän ikäryhmän omatoimisessa liikunnassa päädyttiin myös uusimmassa vuoden 1999 tutkimuksessa. Organisoitussa liikunnassa uudet tulokset puolestaan osoittivat aktiivisuuden lisääntyneen vuoteen 1995 verrattuna. Suomalaisista 12-vuotiaista pojista organisoitussa liikunnassa oli vuonna 1999 mukana kolme viidesosaa ja tytöistä puolet. Kriteerinä molemmissa liikunnan muodoissa oli osallistuminen vähintään kerran viikossa. (Hämäläinen, Nupponen, Rimpelä & Rimpelä 2000, 6-7.) Useissa tutkimuksissa on havaittu liikuntaharrastuksen vähentyvän noin 12-vuoden iässä (Yang 1993, 1997; Nupponen & Telama 1998; Nurmela & Pehkonen 1998; Kannas & Tynjälä 1998; Hämäläinen ym. 2000).

Kilpailuihin osallistuminen on yhteydessä seurassa harrastettavaan liikuntaan. Nupposen ja Telaman (1998) mukaan 6. luokan pojista lähes kaksi viidesosaa (39 %) ja tytöistä noin neljännes (24 %) kilpaili seurassa tai korkeammalla tasolla. Kahdeksannella luokalla osuudet laskivat seurassa liikkumisen tapaan. Yleisimmät kilpailulajit olivat pojilla jääkiekko, jalkapallo ja yleisurheilu sekä tytöillä yleisurheilu, ratsastus ja hiihto. (Nupponen & Telama 1998, 47, 54.) Yang (1997) päätyi tutkimuksissaan siihen, että noin viidennes 12–15-vuotiaista pojista ja vähän vähemmän tytöistä kilpaili piiri/aluetasolla.

Pojilla yleisimmät lajit hänen mukaansa olivat jalkapallo ja jääkiekko, kun taas tytöt kilpailivat eniten voimistelussa, yleisurheilussa ja lentopallossa. (Yang 1997, 52.)

Paitsi lajien suhteen tytöt ja pojat eroavat myös osallistumisen määrän suhteen toisistaan. Yangin mukaan kaikenikäiset pojat harrastavat tyttöjä enemmän liikuntaa seurassa. (Yang 1997, 50–52.) Sama pätee myös organisoimattomaan liikuntaan. Nupposen ja Telaman (1998) tekemän seurannan mukaan poikien ja tyttöjen väliset erot liikunnan harrastamisessa olivat olleet jo pitkään olemassa. Jonkin verran tytöt olivat ottaneet poikia kiinni liikunnallisen aktiivisuuden määrissä, jos tarkastellaan 1970-luvulta lähtien. Eroja oli kuitenkin edelleen, joskin ne olivat pienimpiä tutkittaessa moniin muihin Euroopan maihin. Yleinen trendi liikunnanharrastamista kohtaan oli lievästi laskeva 1980-luvulla, kunnes sen loppupuolella ja 1990-luvun alussa tapahtui nousua. (Nupponen & Telama 1998, 56–58.) Kannaksen ja Tynjälän (1998, 4–6) mukaan liikuntaa aktiivisesti harrastavien määrä oli lisääntynyt vuosien 1986–1998 välisenä aikana. Tutkimus tulokset aivan 1990-luvun viimeisiltä vuosilta osoittivat kuitenkin tämän positiivisen kehityksen olevan taantumassa ja nuorten liikunnan harrastamisen kääntyneen jopa laskuun vuoden 1997 jälkeen (Hämäläinen ym. 2000, 7–9).

2.4 Aikuisten liikunnan harrastaminen

Kansanterveyslaitos on tutkinut suomalaisten nuorten ja aikuisten terveyskäyttäytymistä useiden vuosien ajan. Eräs tutkimuksen kohde on ollut liikunnan harrastamisen määrä 15–64-vuotiailla suomalaisilla. Viimeisimmän vuonna 2002 toteutetun tutkimuksen mukaan vähintään kerran viikossa liikuntaa harrasti lähes neljä viidesosaa (79 %). Vajaa kolmasosa (29 %) liikkui vähintään neljästi viikossa. Jos mukaan otetaan vain 35–54-vuotiaat aikuiset, vähintään neljästi viikossa liikkui neljäsosa. Aikuisväestön vapaa-ajan liikunta oli jonkin verran lisääntynyt parin viimeisen vuoden aikana. Sukupuolten ja ikäryhmien välillä ei ollut suuria eroja liikunnan harrastamisessa. Miesten liikunnan harrastaminen väheni tilapäisesti 35–44-vuotiaiden ryhmässä ja vanhimmassa ikäryhmässä (55–64-vuotiaat) naiset liikkuivat aktiivisimmin ja miehiä jonkin verran enemmän. (Helakorpi, Patja, Prättälä, Aro & Uutela 2002, 10, 145.) Nurmela ja Pehkonen (1998, 2–3)

katsoivat kävelylenkkeilyn suuren suosion olevan selitys vanhimman ikäryhmän naisten suurelle aktiivisuudelle.

Suomen Liikunta ja Urheilu (SLU) sekä Suomen Kuntourheiluliitto teettivät liikuntatagatutkimuksen koskien aikuisten liikuntakäyttäytymistä. Kysely toteutettiin vuoden 1997 loppupuolella ja vuoden 1998 alkupuolella. Gallup selvitti 19–65-vuotiaiden suomalaisten liikunta määriä ja -muotoja. Ylivoimaisesti suosituin liikuntamuoto 19–65-vuotiailla oli kävelylenkkeily, jota harrasti kaksi kolmasosaa. Toiseksi suosituin oli pyöräily, jota harrasti lähes kolmasosa. Seuraavat lajit yleisyysjärjestyksessään olivat hiihto, uinti, juoksulenkkeily, kuntosali, voimistelu ja aerobic. Näillä kaikilla lajeilla oli yli 200 000 harrastajaa 19–65-vuotiaista suomalaisista. Lajeista suhteellisesti eniten harrastajia kuluneiden kolmen vuoden aikana olivat lisänneet pyöräily, salibandy, golf ja ratsastus. Määrällisesti harrastajien lisääntyminen oli suurinta pyöräilyssä, kävelyssä ja hiihdossa. (Nurmela & Pehkonen 1998, 6–7.)

Urheiluseurassa liikkui noin joka kymmenes aikuisista. Omatoimisesti ryhmässä liikuntaa harrasti yli kolmannes ja omatoimisesti yksin liikuntaan otti osaa noin neljä viidesosaa. Miesten osuus (65 %) seurassa liikkujista oli naisia suurempi. Naiset taas liikkuvat jonkin verran enemmän omatoimisesti yksinään. Urheiluseuroissa harrastettavista lajeista suosituimpia olivat voimistelu, lentopallo, jalkapallo, salibandy ja golf. Voimistelu nousi selvästi suurimmaksi lajiksi johtuen siitä, että peräti 59 % seuroissa liikkuvista naisista harrasti voimistelua jossain muodossa. Naisilla seuraavaksi yleisimpiä lajeina olivat lentopallo ja ratsastus, tosin hyvin pienillä eroilla useisiin muihin. Miehillä ei selkeää ykköslajia ollut, mutta kolme eniten seurassa harrastettavaa lajia erottuivat aika selvästi. Jalkapalloa, jääkiekkoa ja salibandyä harrasti reilu kymmenesosa seuroissa liikkuvista. (Nurmela & Pehkonen 1998, 5, 27.)

3 LIIKUNTAHARRASTUKSEN KEHITTYMINEN

3.1 Sosialisatio

Liikuntaharrastuksen kehittämisessä on keskeisessä osassa käsite sosialisatio, josta suomenkielessä käytetään pääasiassa muotoja sosiaalistaminen ja sosiaalistuminen (Laakso 1981, 23). Seppänen (1985) rinnastaa sosialisatian yhteiskuntaan sopeuttamiseksi. Yksilö on sen yhteisön tuote, jossa hän sattuu kasvamaan. Sosialisaatiossa opitaan yhteisön tavoille, opitaan kieli, arvot, normit, taidot ja ylipäätään yhteisölle ominaiset toiminta- ja ajatusmallit. Sosialisatioprosessia ohjaavat yleensä yhteisön odotukset sekä tekijät, joita pidetään yhteisössä hyvinä. Sosialisatio johtaa yhteisössä siihen, että yksilöt pyrkivät muistuttamaan toisiaan yksilöllisistä eroista huolimatta. (Seppänen 1985, 104–105.)

Sosialisaatiossa läheisillä ihmisillä on hyvin keskeinen asema. Ensimmäisenä opimme olemaan perheen jäseniä ja vähitellen laajennamme sosiaalista piiriä samalla oppien sen tavoille. Sosiaalisen ympäristön laajetessa omaksumme myös paljon erilaisia rooleja yhteiskunnassa; sukupuoliroolit, työroolit, vapaa-ajanroolit. Kaikki nämä asettavat omat odotuksensa ja muokkaavat meitä tiettyyn suuntaan. Sosialisatioprosessi ei ole samanlainen eri sukupolvilla, sillä aika muuttaa myös tapojamme. Toisaalta myös samassa sukupolvessa eri yksilöt sosiaalistuvat eri tavoin. Tähän ovat vaikuttamassa esimerkiksi erilainen sosiaalinen asema, uskonto, rotu tai sukupuoli. Eroista huolimatta omaksumme sosiaalisen ympäristömme yleisesti hyväksyttävät tavat, uskomukset, arvot ja normit. (McPherson ym. 1989, 37.)

Sosialisatio on jatkuvasti käynnissä oleva prosessi. Se on vuorovaikutusta yksilön ja ympäröivän yhteisön välillä. Muutoksia tapahtuu molemmissa tekijöissä. Jos sosiaalinen ympäristö muuttuu, muuttuu samalla myös sen yhteisön jäsenet. Toisaalta yksilöiden muutokset vastavuoroisesti muuttavat ympäröivää yhteisöä. Ihmisen sosiaalistuminen jatkuu siis läpi elämän. (Coakley 1986, 136.) Suurin osa sosiaalisesta oppimisesta tapahtuu kuitenkin lapsena ja nuorena, mikä tarkoittaa sitä, että tuona aikana vallitsevilla sosiaalisilla vuorovaikutussuhteilla ja sosiaalisella ympäristöllä on hyvin keskeinen

merkitys sosiaalistumisprosessissa. Sosiaalistuminen tapahtuu pääasiassa tarkkailemalla ja matkimalla, vuorovaikutussuhteessa ympäristön kanssa. (McPherson ym. 1989, 38.)

3.1.1 Sosiaalinen oppiminen

Sosiaalisella oppimisella pyritään selittämään, miten yksilön sosiaalistuminen tapahtuu. Teorian kehityksen ja kokeellisten löytöjen suhteen antoisin teoria oppimisen suhteen on ollut *sosiaalisen oppimisen teoria*, mutta lisäymmärrystä sosiaalistumisprosessiin ovat tuoneet *rooliteoria* ja *viiteryhmäteoria* (McPherson 1981, 247). Banduran *sosiaalisen oppimisteorian* (1977) mukaan oppiminen tapahtuu toisia havainnoimalla ja matkimalla. Havainnoinnin kohteet voivat olla välittömiä kuten vanhemmat ja valmentajat tai symbolisia, kuten sarjakuvahahmot ja julkkikset, joita ei tapaa kasvotusten. Tämä mallioppiminen ei ole kuitenkaan passiivinen tapahtuma, jossa toiminta opitaan välittömästi ja sellaisenaan, kun se on havainnoitu. Oppiminen on vuorovaikutteista, sillä oppija havainnoi tapahtumia omasta näkökulmastaan. Hän itsesäätelää eli valitsee, järjestelee ja muokkaa saamiaan ympäristön ärsykeitä. (Bandura 1977, 7.)

Rooliteoria selvittää, miten yksilöstä tulee yhteisön toimiva jäsen hänen sosiaalisen sijaintinsa ja roolinsa avulla. Käyttäytyminen opitaan siis olemalla vuorovaikutuksessa toisten kanssa erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä. Näin opitaan yhteisön odottamia käyttäytymismalleja erilaisissa sosiaalisissa rooleissa. Teoriassa oppimisprosessiin osallistuu sosiaalistaja, sosiaalistettava ja muut merkittävät ryhmän jäsenet. (Greendorfer 1992, 203.) *Viiteryhmäteoriassa* yksilö hakeutuu ryhmään tai muiden ihmisten seuraan, jossa hän vertailee omaa käyttäytymistään, asenteitaan ja tunteuksiaan muihin jäseniin. Näin hän pyrkii saamaan vahvistusta omalle toiminnalleen. Toisaalta vahvistamisen lisäksi yksilö pyrkii oppimaan viiteryhmän tavoille. (McPherson 1981, 247.) Viiteryhmä on ryhmä, johon yksilö haluaa samaistua ja jossa hän haluaa tulla hyväksytyksi. Viiteryhmään kuulumisen edellyttää ryhmän normien noudattamista. (Allardt 1983, 69.)

3.1.2 Lasten liikuntaan sosiaalistuminen

Liikuntaan sosiaalistuminen pyrkii kuvaamaan, miten yksilö tuodaan liikunnan pariin ja miten hänen osallistumisensa liikuntaan alkaa muotoutua. Sosiaalistuminen liikuntaan

tapahtuu yleensä lapsuudessa, ja tutkimukset kohdistuvatkin lähinnä lapsuuteen tai nuoruuteen. (Greendorfer 1992, 205–206.) Ulkomainen tutkimus käsittelee aihetta liikunnan sijaan lähes poikkeuksetta urheilun näkökulmasta. Tutkimuksiin osallistuu useimmiten korkealla tasolla olevia urheilijoita, joilta selvitetään heidän sosiaalistumisestaan urheilun pariin. Sosiaalistumisprosessi voi toki olla aivan samanlainen kuin muillakin liikuntaa harrastavilla, mutta enemmän kaivattaisiin tutkimuksia useamman tason liikkujista aina liikuntaa harrastamattomiin. (Coakley 1986, 136; Lewko & Greendorfer 1988, 295.) Itse ajattelen sosiaalistumisprosessin olevan kuitenkin hyvin samanlainen, oli sitten kysymys tavoitteellisesta urheilusta tai osallistuvasta liikunnasta.

Liikuntaan sosiaalistumisesta on kehitetty muutamia merkittäviä teorioita kokeellisten tutkimusten tueksi. Laakso (1981) pitää *sosiaalista oppimista* keskeisenä tekijänä liikuntaharrastuksen kehittymisessä. Hän pitää ilmeisenä, että oppiminen on keskeistä harrastuksen kehittymiselle kahdesta syystä. Ensinnäkin ovat persoonallisuustekijät, kuten asenteet, normit, arvot, tiedot, taidot, kokemukset ja toimintamallit, jotka omaksutaan oppimisen kautta. Toisaalta itse harrastus pohjautuu valintoihin ja niistä saatuihin kokemuksiin sekä sitä kautta oppimiseen. (Laakso 1981, 21–22.) Kenyon ja McPherson näkevät liikuntaan sosiaalistumisen myös sosiaalisen oppimisen näkökulmasta. Heidän mukaan liikuntaan sosiaalistumisessa vaikuttaa kolme eri tekijää: *persoonalliset tekijät, merkitykselliset henkilöt ja sosiaalistumistilanteet* (McPherson ym. 1989, 39).

Persoonallisuustekijöistä ulkoisiin muuttujiin kuuluvat fyysinen ja kulttuurinen ympäristö ja sisäisiin muuttujiin psykologiset ja biologiset tekijät. *Merkityksellisiä henkilöitä* sosiaalistumisessa ovat tavallisimmin vanhemmat, sisarukset, valmentajat, opettajat ja kaverit. *Sosiaalistumistilanteet* koskevat mm. kotia, koulua, joukkuetta tai vertaisryhmiä. (McPherson ym. 1989, 39.) Edellisten lisäksi sosiaalistumisprosessiin vaikuttaa myös sosiaaliluokka, syntyperä, maantieteellinen sijainti, uskonto, sukupuoli ja asuimuoto (McPherson 1982, 251). Tutkimuksissa päähuomio on keskittynyt merkityksellisten henkilöiden ja vertaisryhmien vaikutuksiin lapsen liikuntaan sosiaalistamisessa. Tämä keskittyminen johtunee siitä, että merkityksellisten henkilöiden oletetaan olevan kaikista keskeisimmässä roolissa lasten sosiaalistumisessa liikuntaan. (Greendorfer 1992, 205.)

Lapsuuden aikaisen sosiaalistumisprosessin kannalta olennaisimpina tekijöinä on pidetty perhettä, vertaisryhmiä, koulua, mediaa ja organisoitua liikuntaa (Anderssen & Wold 1992, 341). Greendorfer ja Lewko (1978, 151) päätyivät tutkimuksissaan siihen, että vertaisryhmät ja vanhemmat, joista erityisesti isät olivat keskeisimpiä sosiaalistavia henkilöitä. Anderssenin ja Woldin (1992) mukaan tärkeässä osassa vanhempien ja vertaisryhmien sosiaalistamisprosessissa toimi roolimallina oleminen ja lapsen tukeminen harrastuksessaan. Vertaisryhmien vaikutus lapsen harrastamiseen alkaa vasta hänen siirtyessään kodin ulkopuoliseen sosiaaliseen maailmaan. (Anderssen & Wold 1992, 344–345.) Koulun sosiaalistava vaikutus korostuu erityisesti silloin, kun vanhempien liikuntaan sosiaalistaminen on vähäistä. Liikuntatunneilla saadut myönteiset kokemukset edesauttavat harrastuksen jatkumista. (Snyder & Spreitzer 1981, 134–136.)

Kun puhutaan liikuntaan sosiaalistumisesta, on kyseessä yleensä pysyväisluonteinen harrastaminen. Vanhemmat voivat viedä lasta pienestä pitäen liikunnallisten harrastusten pariin. Säännöllisen harrastuksen syntyyn täytyy lapsella kuitenkin olla pysyväisluonteinen motivaatio liikuntaa tai sen seurauksia kohtaan. Pysyväisluonteinen motivaatio taas on yhteydessä harrastuksesta saatuihin kokemuksiin ja yksilön tarpeisiin. Tarpeet synnyttävät yksilöissä motiiveja, jotka taas riippuvat yksilöstä itsestään ja hänen ympäristöönsä liittyvistä tekijöistä (Telama 1975). Ympäristötekijät eivät välttämättä vaikuta suoraan liikuntamotiiveihin, vaan tietoihin, taitoihin, asenteisiin ja normeihin, jotka puolestaan muuttavat liikuntamotiiveja. Liikuntaharrastus voi pohjautua useisiin samanaikaisesti vaikuttaviin motiiveihin ja tarpeisiin. (Laakso 1981, 17–20.)

3.2 Vanhemmat sosiaalistajina

Ydinperhe on kaikista olennaisin sosiaalistava tekijä pienenä lapsena. Perhe tarjoaa lapsuudessa turvallisen sosiaalisen ympäristön, jossa opitaan tarvittavat arvot, normit ja tiedot myös kodin ulkopuolista sosiaalista ympäristöä varten. Luonnollisesti lapsi oppii perheessä samalla liikuntaan liittyviä malleja ja arvostuksia. Perhe vaikuttaakin voimakkaasti lapsen liikuntaan sosiaalistumisessa, sillä se on ensimmäinen ja hyvin voimakas lapsen sosiaalistaja. Vaikka myöhemmin tulee muita sosiaalistajia, kuten koulu, media ja vertaisryhmät, perusta liikunnalliseen aktiivisuuteen on kuitenkin luotu lap-

suuden perheympäristössä. Mallien ja arvostusten lisäksi perheen tarjoama taloudellinen ja henkinen tuki lapselle edesauttavat harrastuksen kehittymistä. Vanhemmat ja muut perheen jäsenet voivat rohkaista lastaan liikunnallisiin harrastuksiin ja antaa ylipäättään mahdollisuuden liittyä erilaisiin liikuntaryhmiin. (McPherson ym. 1989, 40–41.)

3.2.1 Perheen sosiaalistamisprosessit

Woolger ja Power (1993) jakavat lasten sosiaalisen oppimisen ja liikuntaan sosiaalistumisen perheessä viiteen eri tekijään: 1) sosiaalinen tuki ja hyväksyntä, 2) mallien tarjoaminen, 3) odotusten ilmaiseminen 4) käyttäytymisen vahvistaminen palkkioin ja rangaistuksin, 5) käyttäytymisen kontrollointi ja yksityiskohtaisten ohjeiden antaminen. Perheen tuki ja hyväksyntä ovat positiivisessa yhteydessä lasten nautintoon ja innostukseen liikunnassa. Roolimallina vanhemmat ja sisarukset voivat auttaa lasta omaksumaan liikunnallisia asenteita, arvoja ja käytöstapoja. Odotusten on hyvä olla kohtalaisia ja palkkioiden tulisi olla sosiaalisia, kuten hymy ja halaus. Sosiaaliset palkkiot kasvattavat lapsen sisäistä motivoitumista liikuntaan. Liiallinen käyttäytymisen kontrollointi voi laskea lapsen nautintoa ja osallistumista. Aina on kuitenkin hyvä muistaa, että perheen vaikutukset ovat erilaisia eri yksilöille. (Woolger & Power 1993, 173–174, 179–180.)

Vaikka sisarukset voivat myötävaikuttaa tai heikentää lapsen liikuntaan osallistumista, on vanhemmilla perheessä keskeisin merkitys. Lapsi osallistuu liikuntaan todennäköisemmin, jos vanhemmat harrastavat tai ovat harrastaneet liikuntaa (McPherson ym. 1989; Wold & Anderssen 1992; Yang 1993, 1997; Yang ym. 1996). Myös vanhempien urheilun seuraaminen paikanpäällä tai televisiosta sekä urheilusta ja liikunnasta keskusteleminen kotiympäristössä vaikuttaa positiivisesti lasten harrastamiseen. Sama vaikutus on lisäksi vanhempien rohkaistessa lastaan liikuntaan tai asettaessaan heille sopivia tavoitteita. Toisaalta, jos perheessä ei arvosteta liikuntaa, eikä tarjota mahdollisuuksia ja rohkaisua, on todennäköistä, ettei myöskään lapsi ala harrastaa liikuntaa. Tilanne on erityisen ongelmallinen, jos lapsella itsellään herää kiinnostus liikuntaa kohtaan, mutta vanhemmat eivät luo mahdollisuuksia lapsen liikkumiseen. (McPherson ym. 1989, 39–42.)

Merkityksellisistä henkilöistä isän on katsottu olevan kaikista tärkein sekä tyttöjen että poikien liikuntaan sosiaalistumisessa (Greendorfer & Lewko 1978, 1988). Äidin merkitystä on tosin korostettu urheilevien naisten sosiaalistumisessa. Raivion mukaan tutkittaessa kilpailua harrastavia tyttöjä, isän malli ja kannustus nousee kuitenkin äidin roolia merkityksellisemmäksi (Eskola & Melin 1999, 88). Isän rooli korostui myös Silvennoisen, Tiihosen ja Innasen tutkimuksissa, jossa lapset, erityisesti pojat, kokivat liikunnan olevan lähinnä olemista ja tekemistä isän kanssa. Lisäksi lapset olivat innostuneet liikunnasta juuri isän vaikutuksesta. Tässä prosessissa isät osallistuvat samalla lastensa lajivalintaan. (Löf 1999, 6–7.) Vanhemmat ovat siis vaikuttamassa siihen, että tytöt ja pojat sosiaalistuvat sukupuolille tyypillisiin lajeihin (Greendorfer 1978, 147).

Vanhempien toimiessa lastensa liikuntaan ja urheiluun sosiaalistamisessa heidän on syytä olla tarkkana. Sosiaalistamisprosessissa on tärkeintä lapsen positiiviset kokemukset, sillä negatiiviset kokemukset saavat harvemmin lapsen innostumaan liikunnasta. Hyvään tulokseen päästään useimmiten silloin, kun vanhemmat luovat lapselle mahdollisuuden osallistua erilaisiin liikunnallisiin aktiviteetteihin, joista lapsi voi valita mieluisimman. (Cote 1999, 401–403.) Murrosikä on viimeistään se vaihe, jolloin käy ilmi, että lapsen liikunta tai urheiluharrastus on ollut tärkeää ennen kaikkea vanhemmille. Frantsin mukaan nuorta alkaa usein murrosiässä viehättää uudet harrastukset ja samalla myös kavereilla on entistä enemmän merkitystä. Tässä tilanteessa vanhempien ei ole syytä yrittää pitää lastaan väkisin tietyn harrastuksen parissa. Oikealla suhtautumisellaan vanhemmat voivat muuttaa asioita haluttuun suuntaan, mutta pakottamalla se ei kuitenkaan tapahdu. (Kujala 1996, 9.)

3.2.2 Sosioekonominen asema ja yksinhuoltajuus

Vanhempien sosiaaliluokan on todettu voivan vaikuttaa lasten harrastuksiin. Tutkimuksissa sosioekonomiseen asemaan lasketaan kuuluvan vanhempien tulot, koulutus ja ammatti. (Yang ym. 1996, 276.) Tutkimustulokset ovat olleet jonkin verran ristiriitaisia. On osoitettu, että isän ollessa korkeassa sosiaalisessa asemassa, lasten liikunnan harrastaminen on todennäköisempää kuin matalan sosiaaliluokan lapsilla (Laakso & Telama 1981; McPherson ym. 1989; Yang 1993). Toisaalta Yang ym. (1996) päätyivät siihen, että poikien liikunnan harrastaminen ei ollut yhteydessä isän sosioekonomiseen ase-

maan. Sen sijaan tytöillä isän korkea asema vaikutti positiivisesti liikuntaan osallistumiseen. Oletettavasti alemman sosiaalisen aseman isät rohkaisivat ja tukivat siis vähemmän tyttöjään liikuntaan osallistumisessa. Tämän taas arveltiin johtuvan siitä, että isillä ei ollut odotuksia tyttöjen harrastusten suhteen. (Yang ym. 1996, 286.)

Hyvin vähän tutkimuksia on tehty yksinhuoltajien lasten liikunnallisesta osallistumisesta verrattuna muihin lapsiin. Aihe on kuitenkin tärkeä yksinhuoltajien määrän kasvaessa. Coakleyn (1987) tutkimusten mukaan yksinhuoltajien lapsilla oli vähemmän mahdollisuuksia liikuntaan osallistumisessa kuin lapsilla, joilla oli kaksi vanhempaa. Tämä tuli erityisesti ilmi vanhempien rahallisessa ja ajallisessa panostamisessa lasten liikuntaan. (Coakley 1987, 44.) Yang ym. (1996) päätyivät kuitenkin siihen, että lasten liikuntaan osallistumisen kannalta isän puuttuminen oli suotuisampi vaihtoehto kuin passiivinen isä. Tähän arveltiin vaikuttavan passiivisen isän roolimalli, joka passivoi myös lasta. Toinen mahdollinen selitys on se, että äiti pyrkii korvaamaan isän poissaoloa kannustamalla lasta liikuntaan. Yksinhuoltajien mahdollisuudet eivät siis välttämättä olekaan niin rajoitetut kuin Coakley (1987) arveli. (Yang ym. 1996, 286.)

3.2.3 Sosiaalistumisprosessin kaksisuuntaisuus

Useissa liikuntaan sosiaalistumista käsittelevissä tutkimuksissa on sosiaalistumisprosessin katsottu olevan kaksisuuntaista (Snyder & Purdy 1982; McPherson ym. 1989; Anderssen & Wold 1992; Weiss & Hayashi 1995; Yang, Telama & Laakso 1996). Alkuun sosiaalistamisprosessi on pääasiassa yksisuuntaista, vanhemmilta lapsille tapahtuvaa sosiaalistumista. Myöhemmällä iällä lapsuudessa ja nuoruudessa sosiaalistumista alkaa tapahtua myös lapsen harrastuksesta vanhemmille. Voi tapahtua esimerkiksi niin, että vanhempi, joka ei itse ole koskaan harrastanut jotain liikuntalajia, innostuu lapsen harrastuksen myötä itsekin osallistumaan. Tavanomaisempaa on kuitenkin, että lapsen liikuntaan osallistumisen astetta lisätään, samoin kuin sitoutumista ja kiinnostusta lapsen liikuntaa kohtaan. Vanhemmasta voi tulla myös valmentaja, huoltaja, joukkueenjohtaja tai joku muu taustahenkilö. (Snyder & Purdy 1982, 264–266; McPherson ym. 1989, 42.)

3.3 Sukupuolierot liikuntaan sosiaalistumisessa

Tytöistä sosiaalistuu pienempi osa liikuntaan kuin pojista, oli sitten kyse virkistysliikunnasta tai kilpaurheilusta. Muun muassa McPherson (1989) pohti seuraavasti, mistä erot voisivat johtua: ”Hyvin tavanomainen tapa vanhemmilla on ostaa pojille pallo ja tytöille nukke”. Tämä kuvaa hyvin, mistä sukupuolieroissa on kysymys. Samansuuntainen vanhempien toiminta jatkuu läpi lapsuuden ja opettaa samalla lapsille tietoisella ja tiedostamattomalla tasolla, että liikunta ja urheilu ovat enemmän poikien kuin tyttöjen ”juttu”. (McPherson ym. 1989, 40.) Vanhemmat sosiaalistavat lapsiaan siis erilaisiin rooleihin, jotka vaikuttavat käyttäytymiseen. Näin lapset omaksuvat esimerkiksi sukupuoli- ja liikuntaroolit jo hyvin pieninä. Tietyt stereotyyppiset käyttäytymisodotukset pojille ja tytöille luodaan myös kodin ulkopuolella. Sukupuolieroihin liikuntaan sosiaalistumisessa ovat siis vaikuttamassa samat tekijät kuin ylipäätään liikuntaan sosiaalistumisessa. (Lewko & Greendorfer 1982, 279–281.)

Greendorferin (1992) mukaan sukupuolierot johtuvat kolmesta sosiaalisen oppimisen mekanismista: 1) erilaisesta kohtelusta, 2) stereotypioinnista, 3) luokittelusta. Nämä mekanismit johtavat uskomuksiin siitä, mikä on tai ei ole sopivaa sukupuolista käytöstä liikunnassa. Tulokset osoittavat liikuntaan sosiaalistumista tutkittaessa, että poikien kokemukset liikunnasta ja urheilusta ovat ympäristön suhteen palkitsevampia ja sosiaalinen tuki suurempaa. Tytöt taas eivät saaneet systemaattista rohkaisua ja ohjausta liikunnan parissa. (Greendorfer 1992, 207.) Andersson ja Wold (1992) päätyivät hekin tulokseen, jossa pojat saivat tyttöjä enemmän ympäristön tukea liikunnallisessa osallistumisessa. Toisaalta tutkimukset osoittivat tyttöjen vastaavan paremmin heille tulleeseen tukeen. Tällä tarkoitettiin sitä, että liikunnassa saatu tuki selitti liikuntamääriä enemmän tytöillä kuin pojilla. (Anderssen & Wold 1992, 345–346.)

4 VANHEMPIEN OSALLISTUMINEN JA SEN ERILAISET MERKITYKSET

Vanhempien osallistumiseen lapsen liikuntaan ja urheiluun kuuluu monia eri tekijöitä. Näitä ovat muun muassa kuljettamiset harjoituksiin, harjoitusten ja pelien seuraaminen, varusteiden hankkiminen ja muunlainen ohjaaminen. Näillä toiminnoilla vanhemmat yleensä tukevat lastaan harrastuksessa ja tekevät harrastamisen ylipäätään mahdolliseksi. Osallistumisella on kuitenkin aina rajansa. Lapsen kannalta oikean suuntaisella vanhempien toiminnalla on mahdollisuus tukea ja rohkaista lasta harrastuksessaan, kun taas toisenlainen toiminta voi saada paljon vahinkoa aikaan. Toisaalta vanhempien osallistuminen lasten harrastuksiin muokkaa myös perheen elämää. (Stein, Raedeke & Thomas 1999, 592.)

4.1 Vanhempien erilainen osallistuminen

Vanhempien on hyvä tietää, millä tavoin he luovat parhaan mahdollisen ympäristön lapsensa liikuntaharrastukseen. Tapio Korjus toteaa, että vanhempien tukiessa lapsen harrastusta, ei aina tarvitse olla kysymys menestymisestä, sillä samoilla toimilla vanhemmat voivat edistää lastaan oppimaan hienon liikunnallisen elämäntavan. (Kotiranta 1996, 11.) Kaikki vanhemmat eivät kuitenkaan osallistu lapsensa liikuntaharrastukseen yhtä ahkerasti. Tähän vaikuttaa vanhempien oma elämäntilanne ja myös heidän suhtautumisensa lapsen harrastukseen. Toiset ovat mukana jopa innokkaammin kuin lapsi itse, kun taas toiset osallistuvat juuri sen verran kuin on pakko. (Eskola & Melin 1999, 94.)

Eskola ja Melin (1999) jakavat vanhemmat heidän osallistumisensa mukaan neljään tyyppiin. Pelkät *sponsorit* maksavat kaikki harrastuksesta koituvat kulut, eivätkä yhtään enempää. Toiseen tyyppiin kuuluvat *kuljettajat*, joka edellisen lisäksi vievät lapset harjoituksiin ja kilpailuihin. Edellisten lisäksi *penkkiurheilijat* seuraavat sekä harjoituksia että kilpailuita. *Aktiivit* ovat niitä, jotka edellisten lisäksi osallistuvat eri tavoin joukkueen tai ryhmän toimintaan, johon lapsi kuuluu. (Eskola & Melin 1999, 94–97.) Silvennoinen (1996) nosti liikunnan opiskelijoiden muistelutöistä esiin *puuha-isät*, jotka voi-

daan rinnastaa Eskolan ja Melinin (1999) *aktiiveihin*. Puuha-isät tekevät lapsilleen suoritustaikkoja, hankkivat tarvittavat välineet, hoitavat kuljetukset, toimivat henkisinä tukijoina, keskustelukumppaneina, välineiden huoltajina, sponsoreina ja joskus jopa valmentajina tai harjoituskumppaneina. (Silvennoinen 1996, 41.)

4.2 Osallistumisen merkitys lapsen kannalta

Useissa tutkimuksissa (Vanhalakka-Ruoho 1981; Woolger & Power 1993; Kirk, O'Connor, Carlson, Burke, Davis & Glover 1997; Cote 1999; Kay 2000) on todettu vanhempien ja perheen keskeinen merkitys lapsen liikuntaharrastukselle. Merkitys on erityisen keskeinen, kun puhutaan menestymään pyrkivistä urheilijoista, mutta vanhemmilla on toki keskeinen osuus myös osallistuvassa liikunnassa. Vanhempien tärkeä merkitys käy hyvin ilmi erään nuoren urheilijan kommentista: ”*Mielestäni vanhemmat ovat erittäin merkittävässä roolissa harrastuksessani. Jos näin ei olisi, en pelaisi jääkiekkoa.*” (Kirk ym. 1997, 67.) Vanhempien osallistumisen merkitystä lasten liikunnassa on syytä tutkia, sillä yhteiskunnan muutoksen johdosta vanhempien aikataulut ovat usein yhä kiireisempiä ja lapsille uhrattu aika uhkaa kaventua (Kay 2000, 162–165).

4.2.1 Taloudellisen tuen merkitys

Kay (2000) haastatteli tutkimuksessaan 20 perhettä, joissa oli kansainvälisellä tasolla urheilua harrastavia 12–20-vuotiaita lapsia/nuoria. Haastattelut tehtiin kaikille perheenjäsenille ja kaikki haastateltavat olivat yhtä mieltä siitä, että taloudellisella tuella lapsen harrastukseen on erittäin suuri, jopa keskeisin merkitys. Samaan johtopäätökseen tulivat myös Kirk ym. (1997, 68–69), jotka totesivat perheen ansioilla olevan hyvin suuri merkitys lapsen urheiluun osallistumisessa. Tämä näkyy varsinkin silloin, kun perheen taloudellinen tilanne saa aikaan sen, että lapsi ei voi aloittaa haluamaansa harrastusta tai joutuu lopettamaan sen vasten tahtoaan. Tietyissä lajeissa, kuten esimerkiksi soudussa, alppihihdossa ja tenniksessä, onkin se tilanne, että niiden parissa toimii lähes pelkästään ylemmän sosiaaliluokan lapsia, joiden vanhemmilla on varaa kustantaa lastensa harrastus. (Kay 2000, 156–157, 162–165.)

Mistä sitten koostuvat ne kustannukset, joita lapsen harrastus aiheuttaa perheelle? Ensinnäkin lähes kaikessa seuratoiminnassa on jonkinlainen *jäsenmaksu*, jonka lisäksi usein maksetaan vielä *lisenssi*. Omaehtoisessa liikunnassa näitä maksuja ei toki ole, mutta nykyään seuroissa harrastaminen on hyvin yleistä ja erityisesti kilpailullinen toiminta on pääasiassa mahdollista vain seurojen kautta. Edelleen vanhempien maksettavaksi tulee harrastuksessa käytettävät *varusteet*. Eri lajeissa varusteisiin joudutaan satsumaamaan hyvinkin erilaisia määriä. Eräs merkittävä taloudellinen tekijä ovat *matkakustannukset* niin harjoitukseen, kilpailuihin kuin yleensäkin harrastuspaikoille. Nykyisin yhä useammin vanhemmat kohtaavat lisäksi erilaisia *halli- ja harjoituspaikkamaksuja*, joissa harrastus toteutetaan. Kaiken edellä luetellun perusteella ei ole vaikea uskoa, että vanhempien taloudellisella tuella on hyvin keskeinen merkitys lapsen harrastamisessa. (Cote 1999, 406; Kay 2000, 156–157.)

4.2.2 Henkisen tuen merkitys

Toinen hyvin keskeinen tekijä vanhempien roolia tutkittaessa on heidän antama henkinen tuki lapselleen. Rautio toteaaakin, että nuoret tuskin ovat fyysisesti väsymykseen asti rääkättyjä, mutta henkisellä puolella heillä saattaa olla paineita (Hiltunen 1997, 6). Cote (1999) tutki tätä henkisen tuen merkitystä lapsen harrastukselle. Vaikka tutkimus käsiteli lapsen menestymistä lajissaan, voidaan samoja tekijöitä yhdistää lasten osallistuvaan liikuntaan ja pysyvään liikuntaharrastuksen syntyyn. Cote käsitteli vanhempien henkistä tukemista jakamalla lapset/nuoret iän ja harrastuksen kehittymisen perusteella kolmeen eri luokkaan. Nämä luokat olivat *kokeiluvuodet* (6–13), *erikoistumisvuodet* (13–15) ja *panostusvuodet* (15→). Jokaisessa näissä vaiheissa vanhemmilla on tietty keskeinen tehtävä, jolla edistetään lapsen kehittymistä lajissaan. (Cote 1999, 401.)

Kokeiluvuosien aikana vanhempien tehtävänä on viedä lastaan erilaisten harrastusten pariin, sillä lapsi ei useinkaan osaa vielä itse hakeutua harrastuksiin. Johtajan rooli korostuu siinä, että vanhemmat yrittävät saada lastaan kiinnostumaan liikunnasta tarjoamalla hänelle erilaisia nautintoja liikunnan parissa. Harrastuksessa tulisi korostaa monipuolisuutta ja ennen kaikkea sitä, että lapsella on hauskaa ja hän saa erilaisia kokemuksia – lajilla ei tässä vaiheessa ole merkitystä. *Erikoistumisvuosina* vanhempien rooli muuttuu enemmän sitoutuneeksi kannattajaksi, joka on kiinnostunut lapsensa/nuorensa

harrastuksesta. Vanhempien tulee rohkaista lastaan hänen tekemissään päätöksissä, mutta ei puuttua niihin liikaa. Tämä koskee erityisesti lajivalintaa, jonka lapsi tekee omien mieltymystensä mukaan, eikä siis vanhempien painostamana. (Cote 1999 401–407.)

Panostusvuosina vanhempien rooli muuttuu yhä enemmän seuraajaksi, mutta henkinen tuki on edelleen hyvin tärkeä. Tässä vaiheessa perheen on usein tehtävä joitain uhrauksia nuoren harrastuksen vuoksi. Tämä on nuorelle hyvin tärkeää, sillä hän huomaa, että vanhemmat ovat täysin hänen päätöksensä takana. Vanhemmat voivat myös patistaa ja asettaa odotuksia lapsen harrastuksen suhteen luodakseen optimaalisen oppimisympäristön. Odotusten asettamisen positiivista vaikutusta perustellaan sillä, että lapset nauttivat vanhempien kiinnostuksesta heidän harrastustaan kohtaan. Myös Woolger ja Power (1993, 6–7) olivat tutkimuksissaan sitä mieltä, että vanhempien asettamat odotukset lisäävät lasten nautintoa ja menestystä harrastuksessaan. Panostusvuosina vanhempien tulisikin kehittää lapsensa kanssa sellainen suhde, että osoittamalla suurta kiinnostusta lapsen harrastusta kohtaan he voivat helpottaa lapsensa sitoutumista urheiluun. (Cote 1999, 412–413.)

Vanhempien antama henkinen tuki muodostuu hyvin keskeiseksi lapsen/nuoren kohdassa takaiskuja harrastuksensa parissa. Erityisesti tämä koskee juuri panostusvuosia, jolloin urheilijan harjoittelu on hyvin intensiivistä ja menestyminen odotettua. Urheilijan tulee pystyä käsittelemään vammoja, väsymystä, paineita, epäonnistumisia ja kiinnostuksen menettämistä. Juuri näiden asioiden kanssa painivan nuoren urheilijan on usein hyvä turvautua vanhempien antamaan henkiseen tukeen. Vanhemmat voivat auttaa nuorta hoitamaan näitä tunteita tehokkaasti, menettämättä halua jatkaa urheilua. Stressin ja ahdistuneisuuden aikaan vanhempien tärkein tehtävä onkin henkisen tuen antaminen nuorelle urheilijalle. Positiivisen palautteen antaminen tai osoittaminen, että nuori pystyy selviytymään vaikeista tilanteista, antaa hänelle uskoa tulevaisuuteen. Tällainen tuki, mitä vanhemmat voivat tarjota takaiskujen aikana voi myös parantaa nuoren itsetuntoa ja motivaatiota jatkaa urheiluharrastusta. (Cote 1999, 410–411.)

4.2.3 Vanhempien merkitys urheiluseuratoiminnalle

Urheilun harrastaminen on yleensä mahdollista vain urheiluseuroissa. Vanhemmat mahdollistavatkin lasten urheiluharrastuksen myös seuratoiminnan kautta. Tämä on erityisen selvää silloin, kun vanhemmat toimivat valmentajina, joukkueenjohtajina tai huoltajina seuroissa, mutta muukin osallistuminen on erittäin tärkeää. Suomessa tilanne on se, että seuroilla ei olisi toimintaedellytyksiä ilman vanhempien monenlaista toimintaa niiden hyväksi. On myös nähtävissä, että vanhempien tuen merkitys urheiluseurojen toiminnan pyörittämisessä tulee yhä kasvamaan. (Eskola & Melin 1999, 98.)

Kuten Laakso (1995) toteaa, ei vanhempien tuki seuroille hoidu pelkällä rahalla. Usein vanhemmat osallistuvat hyvin erilaisiin tehtäviin seuran hyväksi. Tästä kertoo hyvin erään vanhemman kommentti: *”Henkilökohtaisesti olen kokenut poikani harrastuksen perin hyödylliseksi. Olenhan oppinut inventoimaan elintarvikkeita, rakentamaan nostolavoja ja laitureita.”* (Laakso 1995, 16.) Myös Koski (1993) korostaa talkootyön merkitystä seuratoiminnassa. Ilman kansalaisaktiivisuutta ei seuroilla ole toimintaedellytyksiä. Tässä talkootoiminnassa keskeistä osaa näyttelevät usein juuri lasten vanhemmat. (Koski 1993, 26.) Tiihonen (1998, 42) kiteyttää oivallisesti, mikä tulisi olla vanhempien rooli seuratoiminnassa:

*”Vanhempien paikka urheiluseurassa ei ole hiljaisen yhtiömiehen, viikkorahan maksajan, vaan aktiivisen, keskustelevan, seuratoimintaa kehittävän ja kannustavan ihmisen paikka. Sil-
lä paikalla on kaiken lisäksi paljon tilaa pelata ja peliaikaakin löytyy aivan riittävästi.”*

4.3 Osallistumisen merkitys perheen kannalta

Tutkittaessa liikuntaa harrastavaa lasta ja hänen vanhempiaan keskitytään yleensä siihen, miten vanhemmat vaikuttavat lapsensa harrastukseen. Vähemmän tutkimusta on tehty siitä, miten lapsen harrastaminen vaikuttaa vanhempien ja perheen elämään. Weisin ja Hayashin (1995) tutkimukset osoittivat, että lapsen urheilu ja vanhempien osallistuminen siihen muuttaa perheen ja vanhempien elämää hyvinkin paljon. Samaan tulokseen on päädytty muissakin tätä asiaa käsittelevissä tutkimuksissa (Vanhalakka-Ruoho

1981; Kirk ym. 1997; Kay 2000). Vanhempien osallistuminen lapsen harrastukseen muokkaa ensinnäkin perheen *aikatauluja* uuteen järjestykseen. Omat vaikutuksensa harrastuksilla on myös perheen *talouteen* ja keskinäisiin *suhteisiin*. (Weiss & Hayashi 1995, 45.)

4.3.1 Perheen aikataulut

Keskeisin muutos perheen arjessa lapsen harrastuksen myötä lienee perheen aikataulujen uudelleen järjestyminen. Harjoitusten ja kilpailujen seuraaminen sekä niihin kuljettaminen muovaa vanhempien ajankäyttöä hyvin paljon. Voisi sanoa, että perheen aikataulun määrää lapsen harrastus. (Weiss & Hayashi 1995, 45.) Kirkin ym. (1997) mukaan vanhemmat usein jopa sovittavat työaikojaan sen mukaan, koska lapsen harjoitukset ovat. Tulokset osoittivat myös, että eniten vanhemmat käyttävät aikaansa odottaessaan tai kannustaessaan lastaan harjoituksissa tai kilpailuissa. Yli 60 % vanhemmista käytti viikossa aikaansa kaksi tuntia tai enemmän kannustaen tai odottaen lastaan. Lähes yhtä paljon aikaa kului lapsen kuljettamiseen. (Kirk ym.1997, 62–63.) Suomalaisessa tutkimuksessa urheilevien lasten vanhemmat käyttivät viikossa ajastaan keskimäärin viisi tuntia lapsensa harrastukseen (Eskola & Melin 1999, 93).

Kay (2000) on tutkinut myös perhe-elämän muutoksia. Hän käytti tutkimuksissaan kolmen lajin edustajia: tenniksen, uinnin ja soudun. Haastatteleamalla tehdyssä tutkimuksessa oli hyvin yleinen kommentti, että tavanomaisen perhe-elämän on saanut unohtaa lapsen harrastuksen myötä. Tämä korostui erityisesti uimariperheillä, joiden lapset harjoittelivat kahdesti päivässä. Myös muissa lajeissa havaittiin sama asia, kuten seuraavista kommentteista voi huomata:

” Niinkin pieni asia kuin yhteinen hetki teen parissa on pelkkää unelmaa.”
(tennispelaajan äiti)

” Äiti ja isä tekevät kaikkensa sovittaakseen aikataulunsa niin, että pääsen altaalle.” (uimari)

” Rehellisesti sanottuna se on vain istumista ja miettimistä, kuinka paljon aikaa tämä todella viekään.” (harjoituksia seuraava tennispelaajan äiti)

Ulkopuolinen voi saada helposti kuvan, että perhe-elämä on täysin rikkoutunut lapsen harrastuksen myötä. Usein harrastuksen parissa toimiva perhe ei kuitenkaan ajattele näin. Lapsen harrastuksen tukemisesta on vain tullut perheen yhteinen elämäntapa, jonka kaikki hyväksyvät. (Kay 2000, 157–159.) On myös huomioitava, että kyseessä oli urheilua ja kilpailua harrastavia lapsia. Osallistuvassa ja omaehtoisessa liikunnan harrastamisessa ei lasten harrastaminen ole yhtä intensiivistä ja samalla vanhempien sitoutumisen tarve on vähäisempää.

4.3.2 Perheen talous

Toinen keskeinen tekijä, mikä Kayn (2000) mukaan vaikutti perheen elämään, oli sen antama taloudellinen tuki lapsen harrastukseen. Toiset perheet joutuivat tekemään suuriakin uhrauksia mahdollistaakseen lapsensa harrastuksen tai kilpailemisen. Tähän ei voi olla vaikuttamatta lisääntynyt työttömyys, joka varmasti rajoittaa toisissa perheissä lasten harrastuksia hyvinkin paljon. (Kay 2000, 155–157, 163–164.) Perheen tekemistä uhrauksista hyvänä esimerkkinä voidaan pitää vuoden 1992 olympiavoittajan Trent Dimasin toteamusta: ” *On ollut tosi rankkaa. Annoin niin paljon aikaa perheelleni ja he antoivat niin paljon minulle. Isäni työskenteli 16 tuntia päivässä, jotta saisi rahaa voimisteluharrastukseeni ja kilpailumatkoihini. Ajattelin sitä asiaa jatkuvasti. Olin niin hermostuksissani ja peloissani.*” (Weiss & Hayashi 1995, 36.)

Toisaalta tutkimukset voimistelun osalta kuitenkin osoittivat, että suurin osa perheistä piti taloudellisia kustannuksia melko pieninä. Useat myös totesivat, että rahat olisi kuitenkin käytetty voimistelun sijaan lasten muihin harrastuksiin ja perhelomiin. (Weiss & Hayashi 1995, 36, 45.) Kayn (2000) tutkimuksessa kolmen lajin osalta osa vanhemmista piti puolestaan taloudellisia kustannuksia melko suurina. Tämä voidaan huomata muun muassa yhden soutajan isän kommentista. ” *Jos olisin tiennyt, kuinka paljon soutaminen maksaa, olisin antanut hänelle isomman jalkapallon.*” Hän tunnisti myös ongelman, jossa vanhemmilla ei ollut varaa maksaa lapsen harrastuksesta aiheutuvia kustannuksia. Vanhempien mielipiteet lapsen harrastuksen kustannuksista ovat tietysti yhteydessä perheen taloudelliseen tilanteeseen. Toisille perheille kustannukset voivat olla hyvinkin suuria, kun taas toisilla on kyseessä ”pikkuraha”. (Kay 2000, 156–157.)

4.3.3 Muu perhe-elämä

Lapsen harrastus voi muuttaa vanhempien käyttäytymistä muutenkin kuin ajallisesti ja rahallisesti. Voimistelijoiden vanhemmilla oli kiinnostus lajia kohtaan lisääntynyt lapsen harrastuksen myötä. Tämä näkyi niin urheilulehtien ja -kirjojen lukemisen kuin urheiluohjelmien katselun lisääntymisenä. Edelleen osa vanhemmista lisäsi myös omaa osallistumistaan fyysiseen toimintaan ja urheiluun. (Weiss & Hayashi 1995, 45.) Jonkin verran lapsen harrastus vaikutti myös perheen suhteisiin ja tunne elämään. Kayn (2000) mukaan sekä vanhemmat että lapset pitivät harrastusta hyvänä asiana keskinäisten suhteiden kannalta. Vanhemmat pitivät siitä, että saivat viettää aikaansa lastensa parissa ja lapset taas olivat tyytyväisiä vanhempien antamaan tukeen. Useimmat vanhemmat tiedostivat kuitenkin sen ongelman, että liikunnallisesti passiiviset sisarukset jäävät helposti vähemmälle huomiolle. Sisarusten haastatteluista kävi kuitenkin ilmi, että yleensä he eivät olleet tunteneet tulleen kohdelluiksi väärin. (Kay 2000, 159–160.)

Vaikka vanhemmat joutuivat uhraamaan aikaa ja rahaa lapsen harrastukseen, kokivat he silti saavansa paljon lapsen harrastuksesta. Siihen sisältyi ylpeyden, nautinnon, mielihyvän ja sosiaalisen pätemisen tunteita lapsen suoritusten myötä. (Weiss & Hayashi 1995, 46–47.) Silvennoisen tutkimusten (1987) mukaan vanhempien sosiaalinen päteminen lapsen urheilun kautta oli yleisempää alhaisemman koulutuksen saaneilla vanhemmilla. Toki tulokset kertoivat, alemman koulutuksen omaavien vanhempien myös osallistuivat enemmän lapsensa harrastukseen. (Silvennoinen 1987, 294–295.) Vanhemmille oli muodostunut lisäksi hyviä ystävyys-suhteita toisten lasten vanhemmista, mitä pidettiin hyvin positiivisena asiana (Kirk ym. 1997, 69).

Kaikista edellä luetelluista vaikutuksista vanhempien ja perheen elämään voi huomata, että osallistuminen lapsen harrastukseen muuttaa perheen arkipäivää hyvinkin monella tavalla. Se kuinka suuria muutokset ovat riippuu lapsen harrastuksen asteesta. Jos lapsen harrastus on liikunnallista osallistumista, ei vanhemmilta vaadita suuria uhrauksia mahdollistaakseen lapsen harrastamisen. Menestymistä tavoittelevan kilpaurheilijan vanhemmilla taas voi olla edessään uuden elämäntavan omaksuminen, jota ohjaa hyvin pitkälti lapsen harrastus. Tutkimuksissa vanhemmat kuitenkin pitivät kaiken kaikkiaan positiivisina niitä seurauksia, mitä heille ja koko perheelle aiheutui osallistumisesta kil-

paureilua harrastavan lapsen harrastukseen. Lapsen harrastus siis otti paljon, mutta antoi vielä enemmän. (Weiss & Hayashi 1995, 46–47; Kirk ym. 1997, 69–70.)

4.4 Osallistumisen määrä ja aste

Tutkittaessa vanhempien osallistumisen vaikutusta lapsen liikunnasta saamiin kokemuksiin, tutkitaan usein vain osallistumisen määrää. Vanhempien osallistumisen asteesta puhuttaessa tarkoitetaan lasten omaa mielipidettä siitä, onko vanhempien osallistuminen sopivaa, liian vähäistä tai liian innokasta, riippumatta sen absoluuttisesta määrästä. Yksilöt ovat erilaisia ja siksi reagoivat hyvin eri tavoin samaan määrään vanhempien osallistumista harrastukseensa. Voi esimerkiksi olla niin, että kahden lapsen vanhemmat osallistuvat hyvin aktiivisesti lapsensa harrastukseen, jolloin toinen voi pitää sitä juuri sopivana, kun taas toinen pitää vanhempiaan liian innokkaina. Tämä voi johtua siitä, että toinen tuntee vanhempien asettavan kovia paineita innokkuudellaan ja samalla toinen lapsi saattaa nauttia siitä, että vanhemmat tukevat ja rohkaisevat. Sama tilanne voi olla vanhempien tukiessa lastaan vähän. Jotkut lapset pitävät siitä, että saavat toimia itsenäisesti, toiset taas stressaantuvat vanhempien vähäisestä osallistumisesta. (Stein ym. 1999, 592.)

4.4.1 Osallistumisen suhde nautinnon ja stressin kokemuksiin

Steinin ym. (1999) tutkimukset osoittivat, että osallistumisen asteella oli suurempi vaikutus lapsen kokemiin nautinnon ja stressin tunteisiin harrastuksensa parissa kuin osallistumisen määrällä. Kun tutkittiin tarkemmin osallistumisen astetta, huomattiin vaikutuksen olevan **u:n** muotoinen stressin ja **n:n** muotoinen nautintojen kokemisessa harrastuksen parissa. Lapsen stressin kokeminen oli siis vähäisintä ja nautintojen kokeminen suurinta, kun vanhempien osallistuminen oli lapsen mielestä sopivaa. Jos taas vanhempien osallistuminen oli lapsen mielestä liian vähäistä, oli hän myös enemmän stressaantunut ja samalla nautti vähemmän harrastuksestaan. Sama päti lasten mielestä liian **innokkaiden** vanhempien osalta. (Stein & Raedeke 1999, 596–597.)

Tutkimus kertoi myös sen tosiasian, että yleensä vanhempien vähäinen määrällinen osallistuminen oli yhteydessä lasten kertomaan liian vähäiseen tukeen. Toisaalta liian innokkaina pidetyt vanhemmat olivat juuri niitä, jotka eniten osallistuivat lastensa harrastuksiin. Tutkimus siis vahvisti sitä ajatusta, että kohtalaisesti lapsen harrastukseen osallistuvat vanhemmat luovat lapselle parhaimman ja eniten lasta tukevan ilmapiirin harrastaa liikuntaa. (Stein & Raedeke 1999, 596–597.)

4.4.2 Vanhempien suuri aktiivisuus ei aina liiallista

Vanhemmat voivat kuitenkin olla myös hyvin innokkaita ja osallistua erittäin aktiivisesti olematta liian innokkaita. Kysymys on siitä, millä tavoin vanhemmat osallistuvat lapsensa liikuntaan. Lapsen kannalta on hyvin suuri ero, haukkuuko isä lastaan kentän laidalla vai kannustaako hän, vaikka suoritukset eivät olisi parasta mahdollista tasoa. Weiss ja Hayashi (1995) tutkivat toisaalta vanhempien vaikutusta lasten urheiluun, toisaalta lasten urheilun vaikutusta vanhempien ja perheen elämään. Tutkimukseen osallistui kilpaurheilussa mukana olevia 7-16-vuotiaita voimistelijoita. Tutkimukset osoittivat ensinnäkin sen, että voimistelijoiden vanhemmat osallistuivat lastensa harrastukseen hyvin aktiivisesti. Suuri aktiivisuus ei kuitenkaan aiheuttanut stressiä urheilijoille, vaan he kokivat vanhempien osallistumisen ennen kaikkea positiivisena asiana. (Weiss & Hayashi 1995, 36–39.)

Weiss ja Hayashi (1995) selittivät voimistelijoiden positiivisia kokemuksia sillä, että vanhemmat olivat omaksuneet juuri lastaan tukevan tavan osallistua harrastukseen. Lapset raportoivat vanhempiensa huutavan heille negatiiviseen sävyyn hyvin harvoin harjoitusten ja kilpailujen yhteydessä. Edelleen lasten mielestä vanhemmat olivat tyytyväisiä heidän suorituksiin, olivatpa ne sitten millaisia tahansa. Lapset tunsivat myös, ettei heille asetettu liikaa odotuksia eikä heidän menestyminen ollut vanhemmille liian tärkeä asia. Lasten vastausten perusteella voitiin siis sanoa, että osallistumisen aste oli sopivaa, vaikka määrältään runsasta. Vanhempien hyvin aktiivinen osallistuminen lapsensa urheiluun ei siten aina tunnu lapsesta liialliselta. Hyvin keskeistä on se, *millä tavoin vanhemmat osallistuvat ja tukevat* lastaan. Vanhempien olisikin hyvä olla tietoisia sekä positiivisista että negatiivisista vaikutuksista, joita he voivat välittää lapsilleen. (Weiss & Hayashi 1995, 43–44.)

5 VANHEMPIEN LUOMA MOTIVAATIOILMASTO

5.1 Tavoiteorientaatioteoria

Lapsen motivoitumista liikuntaan ja urheiluun on tutkittu viimeaikoina pääasiassa tavoiteorientaatioteoriaa käyttäen. Teorian perustuu ajatukselle, että yksilö pyrkii osoittamaan pätevyyttään suorittaessaan erilaisia tehtäviä. Motivoitumista johonkin tehtävään taas ohjaavat yksilön tavoitteet. Tavoitteet, jonka mukaan yksilö arvioi pätevyyttään suorituksissa, jaetaan minään tai tehtävään suuntautuneiksi. Tavoiteorientaatioteoriassa näistä käytetään nimiä minä- ja tehtäväorientaatio. (White ym. 1998, 212–213.) Nuppen & Telaman (1998, 14) mukaan tavoiteorientaatioteoria on tuonut merkittävän lisän pätevyyteen perustuvan motivaation ymmärtämiseen. Vaikka käsittely tässä painottuu tarkastelemaan lasten orientoitumista liikuntaan, on vanhemmilla samalla tavalla omat tavoitteensa ja orientaationsa liikunnan suhteen.

Vanhemmat luovat käyttäytymisellään ja osallistumisellaan lapsen liikunta harrastukseen tietynlaisen motivaatioilmaston lapsen ympärille. Useat tutkimukset (White, Duda & Hart 1992; Duda & Hom 1993; White 1996, 1998; White, Kavassanu & Guest 1998; Carr & Weigand 2001) ovat osoittaneet, että tämä vanhempien luoma motivaatioilmasto on hyvin keskeisessä osassa lapsen luodessa omaa motivoitumistaan harrastukseensa. Vanhempien ja lasten yhteyksien lisäksi mielenkiinto aikaisemmissa tutkimuksissa on kohdistunut sukupuolten välisiin eroihin toisaalta vanhempien luoman motivaatioilmaston suhteen ja toisaalta lasten liikuntaan orientoitumisen suhteen (White & Duda 1994; Williams 1994; White & Zellner 1996; White, Duda & Hart 1992; Carr & Weigand 2001).

5.1.1 Minäorientoituneisuus

Vanhempien luoma motivaatioilmasto on minään suuntautunutta, jos he ovat vain kiinnostuneita lapsensa häviämisestä tai voittamisesta. Pääasia on siis, miten menestyään verrattuna muihin. Minäsuuntautuneisuudessa on myös yleistä erilainen rankaiseminen tai palkitseminen vanhempien taholta sen mukaan onnistuuko vai epäonnistuuko lapsi

suorituksissaan. (White & Zellner 1996, 67–69.) Tämä sai tutkimusten mukaan (Duda & Hom 1993; White 1998; White, Kavassanu & Guest 1998) aikaan sen, että myös lapsi alkoi ajatella minäorientoituneesti. Hän siis vain vertailee itseään muihin ja tuntee epäonnistuneensa, jos ei suoriudu tehtävistään paremmin kuin toiset.

Myös kilpailu korostuu minäorientoitumisen myötä. Tämä näkyy siinä, että kaikessa mitä tehdään, täytyy kilpailla toisten kanssa. Joukkuelajeissa voi helposti käydä niin, ettei ajatellakaan enää joukkueen parasta vaan keskitytään vain omiin onnistumisiin tai epäonnistumisiin. Ei siis osata iloita joukkueen puolesta, mikäli oma suoritus ei ole ollut itseä tai mahdollisesti vanhempia tyydyttävä. Omia suorituksia puolestaan osataan arvostaa vain, jos ollaan parempia kuin muut ja saadaan ulkopuolisilta, kuten valmentajilta, vanhemmilta tai ikätovereilta palautetta suorituksista. (White 1998, 16–20.) Minäorientoitunut lapsi valitsee lisäksi usein joko hyvin helppoja tehtäviä välttääkseen haasteita tai hyvin vaikeita tehtäviä, jolloin epäonnistuminen on ilmeistä ja suotavaa (Nicholls 1984, 47–48; Duda & Hom 1993, 235).

5.1.2 Tehtäväorientoituneisuus

Tehtävään suuntautuneessa motivaatioilmastossa vanhemmat eivät kiinnitä päähuomiota lapsen häviämislle tai voittamiselle, vaan päähuomio on lapsen omassa tekemisessä, muista välittämättä. Vanhemmat keskittyvät siihen, että lapsi nauttii harrastuksestaan ja oppii uusia asioita ja taitoja. (White 1996, 122–124.) Tässäkin tapauksessa vanhempien luoma motivaatioilmasto saa aikaan myös lapsessa tehtäväorientoituneen ajattelutavan (Duda & Hom 1993; White 1996, 1998; White, Kavassanu & Guest 1998). Kuten nimikin kertoo, nyt lapsi motivoituu tehtävien suorittamisesta. Hän ei vertaile omia teke-misiään liiaksi muiden suorituksiin, vaan pyrkii vain kehittämään itseään.

Tehtäväorientoituneisuudessa lapsi kokee onnistuvansa suorituksessa, mikäli hän suoriutuu siitä omasta mielestään parhaalla mahdollisella tavalla, vaikkei olisikaan toisia parempi. Kilpailullisuus ei siten korostu, koska suorituksia ohjaa sisäinen motivaatio. Lapsi on myös valmis ottamaan haasteita, sillä hän ei pelkää epäonnistumisia. Tämä näkyy tehtävien valinnassa, jossa otetaan ponnisteluja vaativia, mutta saavutettavissa olevia haasteita. Suuri ero minäorientoituneisuuteen on lisäksi siinä, että tehtäväorientoitu-

neisuudessa lapsi pystyy paremmin arvioimaan omia suorituksiaan riippumatta ulkopuolisesta palautteesta. Tärkeää on harrastuksesta saadut kokemukset, ei niinkään aina menestyminen. (Nicholls 1984, 47; White 1998, 16–20.)

5.2 Tavoiteorientaation vaikutus ahdistuneisuuteen

White (1998) tutki vanhempien luoman motivaatioilmaston lisäksi sitä, miten lapsen minä- ja tehtäväorientoituminen vaikutti hänen kokemaansa ahdistuneisuuteen. Tutkimuksen kohteena oli erityisesti kilpailussa koettu ahdistuneisuus. Tulokset osoittivat, että lapsilla, jotka suuntautuivat paljon minäorientoitumiseen ja vähän tehtäväorientoitumiseen, oli korkein aste kilpailuahdistuneisuudessa. Tämän arveltiin johtuvan juuri siitä, että minäorientoituminen korostaa häviämistä ja voittamista. (White 1998, 23–24.) Kilpailuahdistuneisuus taas on tutkittu olevan yhteydessä urheilusta luopumiseen (Hellstedt, 1990, 139). Voidaan siis olettaa, että vanhempien minäsuuntautuneisuutta korostava motivaatioilmasto ja sitä kautta lapsen minäorientoituminen voi olla yksi syy lapsen luopumiselle liikunnasta (White 1998, 23–24).

White ja Zellner (1996) päätyivät tutkimuksissaan myös siihen, että yksilön korkeampi minä- kuin tehtäväorientaatio johtaa todennäköisemmin ahdistuneisuuteen ennen suoritusta tai sen aikana. Ahdistuneisuus taas johtaa usein alisuoriutumiseen, joka saa aikaan entistä suurempaa ahdistuneisuutta. Näin voi muodostua eräänlainen kehä, jossa lapsen on yritettävä selvittää. Vanhemmiltakaan ei usein löydy apua tilanteeseen, sillä heidän ovat osana luomassa lapsen minäsuuntautuneisuutta ja sitä kautta ahdistuksen tunnetta. (White & Zellner 1996, 67.) Duda & Hom (1993) neuvookin vanhempia ja lapsia keskustelemaan keskenään toistensa tuntemuksista lapsen liikuntaa kohtaan. Näin voitaisiin löytää helpotusta lapsen ahdistuneisuuteen ja lisätä nautinnon tuntemuksia liikuntasuoritusten parissa. (Duda & Hom 1993, 239.)

Ahdistuneisuuden lisäksi minäorientoituminen voi johtaa vähäisempään nautinnon kokemiseen, pienempiin ponnistuksiin ja periksiantamattomuuden puutumiseen liikuntasuorituksissa. Toisaalta taas tehtäväorientoituminen on yhdistetty liikunnan parissa viihtymiseen ja nautinnon kokemiseen harrastuksessaan (White & Duda 1994, 13–14). Ah-

distuneisuuden kokeminen oli yleisempää tytöillä kuin pojilla (White & Zellner 1996, 67). Tämä toisaalta hieman ihmetyttää, sillä pojat ovat tyttöjä enemmän minäorientoituneita (ks. 5.3.1).

Tutkittaessa korkeaa tehtäväorientoitumista ja matalaa minäorientoitumista tulokset osoittivat kilpailuahdistuneisuuden olevan vähäisintä. Tämä on uskottavaa siitä syystä, että tehtävään suuntautunutta motivaatioilmastoa suosivat vanhemmat korostivat juuri lapsen nauttimista harrastuksestaan. Tehtäväorientoituneisuudessa lapsen ei tarvitse pelätä epäonnistumistaan, sillä sekin on sallittua ja näin hän voi välttyä turhalta kilpailuahdistuneisuudelta. Lapsi voi jopa tuntea suurta nautintoa häviönkin hetkellä. Voittoa tärkeämpää on reilu peli, kuntoilu, sosiaalinen kanssakäynti ja taitojen kehittyminen. Tilanteessa, jossa lapsella oli korkea sekä minä- että tehtäväorientoituminen, oli kilpailuahdistuneisuus jonkin verran korkeampi kuin edellä, mutta silti melko vähäistä. Tässä tapauksessa vanhempien luoma motivaatioilmasto oli enemmän tehtävä suuntautunutta, jolloin myös ahdistuneisuuden määrä oli lapsella melko vähäistä. (White 1998, 24–26.) Hyvä esimerkki molempien motivaatioilmastojen ollessa korkealla on erään lapsen kommentti.

”Minusta on kiva kilpailla hiihtokilpailuissa jos pärjää, mutta ei se mitään jos ei pärjää. Mutta silti on kivaa osallistua kilpailuihin.”

(Karttunen 1996, 29.)

Tällaisessa tapauksessa voi olla niin, että lapsi itse nostaa minäorientoitumisen määrää vanhemmista riippumatta. Kuten edellä kerrotuista motivaatiotekijöistä ja ahdistuneisuudesta voi huomata, vanhempien on syytä olla tarkkana, antaessaan palautetta lapselle hänen taidoistaan ja suorituksistaan. (White 1998, 24–26.)

5.3 Sukupuolierot motivaatioilmastossa ja tavoiteorientoitumisessa

Sukupuolieroja motivaatioon liittyen on tyttöjen ja poikien välillä tutkittu kahdella tavalla. On vertailtu, miten eroavat tyttöjen ja poikien tavoiteorientaatiot eli onko sukupuolten välillä eroja minä- ja tehtäväorientoitumisessa (White & Duda 1994; Williams

1994; White & Zellner 1996; White, Kavassanu & Guest 1998; Carr & Weigand 2001). Toisaalta on tutkittu, millaisen motivaatioilmaston vanhemmat luovat tytöille tai pojille eli onko motivaatioilmasto minään vai tehtävään suuntautunutta (White, Duda & Hart 1992; White, Kavassanu & Guest 1998; Carr & Weigand 2001).

5.3.1 Tyttöjen ja poikien erot tavoite-orientaatioissa

White ym. (1998) tutkivat tyttöjen ja poikien välisiä eroja tavoiteorientoitumisessa TEOSQ (The Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire) kyselylomakkeella. Osallistujat olivat mukana organisoidussa liikunnassa useissa eri joukkuelajeissa. Kyselyssä oli 13 väittämää, joista seitsemän liittyi tehtävä-orientoitumiseen ja kuusi minä-orientoitumiseen. Vastaaminen suoritettiin viisiportaista Likert-asteikkoa käyttäen, jossa numero yksi oli täysin eri mieltä ja numero viisi täysin samaa mieltä. Tulokset kertoivat, että pojat olivat tyttöjä enemmän minäorientoituneita, kun taas tytöt olivat poikia enemmän tehtävä-orientoituneita. (White ym. 1998, 224–225.) Samaan tulokseen on päädytty myös muissa tavoite-orientaation sukupuolieroja käsittelevissä tutkimuksissa (White & Duda 1994; Williams 1994; White & Zellner 1996; Nupponen & Telama 1998; Carr & Weigand 2001).

Korkeammalla tasolla urheilua harrastavat yksilöt olivat tutkimuksen (White & Duda 1994) mukaan enemmän minäorientoituneita kuin matalamman tason liikkujat. Tyttöjä ja poikia vertailtaessa urheilun tasolla ei ollut kuitenkaan merkitystä, pojat olivat joka tapauksessa tyttöjä enemmän minäorientoituneita. (White & Duda 1994, 13.) Suomalaisia lapsia tutkittaessa huomattiin, että minäsuuntautuneisuus nousi sekä tytöillä että pojilla luokka-asteen noustessa kuudennelta luokalta kahdeksannelle. Tytöillä samalla nousi myös tehtäväsuuntautuneisuus ja he olivatkin poikkeuksellisen tehtäväorientoituneita verrattuna useisiin muihin Euroopan maihin. Maiden vertailussa suomalaislasten minäorientaatio sai alhaisimman keskiarvon. (Nupponen & Telama 1998, 122–123.) Mistä sitten johtuvat tyttöjen ja poikien väliset erot tavoite-orientaatioissa? Vanhemmat ovat epäilemättä hyvin keskeisessä osassa luomalla tietynlaisia motivaatioilmastoja lastensa ympärille. (White ym. 1998, 224–225.)

5.3.2 Vanhempien luomat motivaatioilmastot tytöille ja pojille

White ym. (1992) tutkivat lasten ja nuorten sukupuolittaisia eroja vanhempien luoman motivaatioilmaston suhteen. Vastaajat olivat mukana aktiivisessa liikunnassa ja he ottivat osaa moniin erilaisiin lajeihin. Vanhempien luomaa motivaatioilmastoa tutkittiin lapsille suunnatulla kyselylomakkeella (PIMCQ=Parent-Initiated Motivational Climate Questionnaire), jossa oli 14 erilaista väittämää vanhempien asennoitumisesta heidän harrastukseensa. Asteikkona toimi viisiportainen Likert-asteikko, jossa numero yksi oli täysin eri mieltä ja numero viisi täysin samaa mieltä. Faktoroimalla saatiin esille kolme keskeistä motivaatioilmaston muotoa; 1) huolestuneisuutta edistävä ilmasto, 2) menestyminen ilman ponnisteluja ja 3) oppimiseen orientoitunut ilmasto. Tavoiteorientaatioteorian mukaan kaksi ensimmäistä motivaatioilmaston muotoa laskettiin kuuluvan minäorientaatioon ja kolmas tehtäväorientaatioon. (White ym. 1992, 877–878.)

Tulokset osoittivat, että tytöt katsoivat enemmän kuin pojat vanhempiensa haluavan heidän oppia uusia liikunnallisia taitoja ilman ajatuksia epäonnistumisista tai virheiden tekemisestä. Tyttöjen mielestä vanhemmat myös kannustivat ponnistelemaan suorittamisissaan tehtävissä poikia enemmän. Tytöt uskoivat siis vanhempien luoman motivaatioilmaston olevan enemmän tehtäväsuuntautunutta kun taas pojat arvelivat vanhempien luoman motivaatioilmaston olevan enemmän minäsuuntautunutta. (White ym. 1992, 879.)

White ym. (1998) vahvistivat tätä olettamusta. Carr & Weigand (2001) päätyivät sikäli samaan tulokseen, että vanhemmat loivat pojille enemmän vertailevaa eli minään suuntautunutta motivaatioilmastoa kuin tytöille. Toisaalta tutkimukset osoittivat kuitenkin sen, että vanhempien luoma motivaatioilmasto oli pojillakin enemmän tehtävään kuin minään suuntautunutta. Vaikka eroa siis oli tyttöjen ja poikien kesken, elivät pojatkin vanhempien suhteen enemmän tehtävä- kuin minäorientoituneessa sosiaalisessa maailmassa. (Carr & Weigand 2001, 321–322.)

6 VANHEMPIEN ODOTUKSET JA LAPSEN PAINHEET

Vanhemmilla on suuri vaikutus lastensa liikunnasta saamiin kokemuksiin. Useimmiten vanhemmat antavat positiivista tukea ja kannustusta. Toisaalta he voivat myös tuottaa lapselle paineita ja ahdistusta. Yleensä on kyse siitä, kuinka suuressa määrin vanhemmat ottavat osaa lastensa harrastuksiin ja millä tavoin. Keskeisessä osassa on vanhempien luomat odotukset lapsen liikuntaa ja urheilua kohtaan. (Woolger & Power 1993,171.) Seuraavassa tarkastellaan, millainen käytös voi tuoda lapselle paineita ja miten lapset näihin reagoivat. Lisäksi tarkastellaan, mitkä ovat lapsen mahdollisuudet joutuessaan kovien paineiden alle.

6.1 Paineita luova käytös

”Tyttö oli täysin terve, mutta ei mikään poikkeuksellisen hyvä voimistelija. Korjatakseen tilanteen vanhemmat päättivät ryhtyä toimiin. He olivat luke-neet huippu voimistelijasta, joka oli käynyt leikkauttamassa repeytyneen polven nivelkierukkansa. Kun tämä leikkauksessa käynyt huippu-urheilija palasi areenalle, hänen polvensa oli ”entistä ehompi” ja sitä kautta myös suoritukset olivat parempia. Tytön vanhemmat ajattelivat, että heidänkin tyttö voisi hyötyä tästä leikkauksesta. Näin tyttöä lähdettiin viemään leikkaukseen ilman minkäänlaista vammaa tai kipua. Valveutunut lääkäri totesi kuitenkin diagnoosissaan, että kaikkein epätervein asia oli vanhempien halu panna lapsi leikkaukseen vain oman edun nimissä lapselta asiaa kysymättä.” (Thornton 1991, 92.)

Tässä tilanteessa ei ole kovin vaikeaa tunnistaa vanhempien vääristynyttä suhtautumista lapsensa urheiluun. Vanhempien toiminta oli hyvin radikaalia, mutta vastaavia esimerkkejä löytyy varmasti enemmänkin. Asiat olisi kuitenkin hyvä saada kuntoon jo paljon ennen edellisen kaltaista tilannetta. Sitä ennen on kuitenkin syytä tarkastella muita vähemmän radikaaleja tapoja, joilla vanhemmat luovat paineita lapselleen. (Thornton 1991, 92.)

Hyvin tuttu näky juniorisarjoja seuranneille ovat kentänlaidalla huutavat isät ja äidit. Kun lapsi tekee kentällä virheen, alkavat vanhemmat usein huutaa kommenttejaan. Tämä joillekin vanhemmille hyvin spontaani reaktio voi saada lapsessa aikaan hyvin suurta epäonnistumisen ja alemmuuden tunnetta. Huutaminen ei toki ole ainoa keino, jolla vanhemmat osoittavat paheksuntansa lapsen suoritukseen. Toiset vanhemmat voivat heitellä tavaroitaan tai vain olla puhumatta lapselle muutamaan tuntiin. Ideana on kuitenkin se, että lapsi tietää suoriutuneensa huonommin kuin isä tai äiti olisi toivonut. Kyse on siis vanhempien asettamista odotuksista lastaan kohtaan. Vanhemmat asettavat lapsilleen odotuksia heidän suorituksiensa suhteen ja käyttäytyvät sen pohjalta epäsopi- vasti, mikäli odotukset eivät täyty. (Thornton 1991, 94–95.)

Vanhempien käyttäytyminen voi olla siis aggressiivista lastaan kohtaan. Tämä voi kuitenkin olla vanhempien tapa olla mukana täysillä kaikessa, mitä lapsi tekeekin. Huonoimmassa asemassa lapsi on ehdottomasti silloin, kun vanhemmat pyrkivät täyttämään *omia saavuttamattomia unelmiaan* lapsensa kautta. Tällöin käy usein niin, että lapsi saa ainoat positiiviset palautteet vanhemmiltaan vain urheilun parissa. Näin lapsi oppii jo nuorena, että hän on sen arvoinen kuin hänen suorituksensa urheilussa ovat. Saman seikan huomasi tutkimuksissaan myös Vanhalakka-Ruoho (1981). Tämä voi vääristää lapsen ajattelua ja luoda hänelle entistä suurempia paineita. Usein lapsi menettää innostuksensa urheiluun, mutta ei uskalla lopettaa, koska tietää harrastuksensa merkitsevän vanhemmilleen hyvin paljon. Vanhempien paineita luova käytös on yleisempää yksilöla- jeissa, joissa on suurempi mahdollisuus päästä henkilökohtaisesti esille. (Thornton 1991, 94–95.)

6.2 Lasten reagointi paineisiin

Lee ja MacLean (1997) tutkivat yli ja alle 12,5-vuotiaita uimareita ja vanhempien luomia paineita heille. Tutkimuksessa sai tukea se väite, että paineiden kokeminen on yksilöllistä eikä välttämättä ole suorassa yhteydessä vanhempien toimintaan lapsen urheilussa. Toisille siis aiheuttaa paineita erilainen vanhempien toiminta kuin toisille. Osallistuminen, jossa vanhemmat pyrkivät ohjailemaan ja kontrolloimaan lastaan liikaa aiheuttavat eniten paineita lapselle. On kuitenkin tärkeää, että vanhemmat ja valmentajat ym-

märtävät jokaisen lapsen yksilölliset tarpeet auttaessaan heitä urheilun ja liikunnan parissa. (Lee & MacLean 1997, 173–176.)

Myös Hellstedt (1990) tutki vanhempien aiheuttamia paineita 13-vuotiaiden ja sitä nuorempien alppihiihtäjien keskuudessa. Tässä tutkimuksessa vanhempien aiheuttamat paineet määriteltiin sen mukaan, miten ne vaikuttivat lapsen motivaation määrään kilpailla lajissa, harrastaa sitä tietyllä tasolla ja pysyä lajin parissa. Tutkimuksessa käsiteltiin lisäksi urheilijan henkilökohtaista paineen käsittelyä. Mukana olleiden lasten vanhemmisista suurin osa harrasti tai oli harrastanut alppihiihtoa, joten tästäkin syystä vanhempien vaikutus lasten harrastamiseen oli kaiken kaikkiaan suuri. Alppihiihto on myös lajina sellainen, että vanhempien osallistuminen voi olla ehdoton edellytys lajin parissa toimimiselle. (Hellstedt 1990, 135.)

Alppihiihtäjiä tutkittaessa isien vaikutus lasten urheiluun oli jonkin verran suurempaa kuin äitien. Voidaan kuitenkin sanoa, että äiditkin olivat tässä tapauksessa hyvin aktiivisia. Tutkimus osoitti myös, että enemmistö siihen osallistuneista lapsista kohtasi vanhempien taholta ylimääräisiä paineita lajinsa parissa. Monet eivät kuitenkaan pitäneet paineita negatiivisena asiana, vaan tunsivat niiden olevan tukevia ja positiivisesti vaikuttavia. Toki oli myös joukko niitä lapsia, jotka pitivät näitä vanhempien luomia paineita negatiivisena asiana. Tämä näkyi muun muassa siinä, että lapset pelkäsivät vanhempien reaktioita epäonnistuneen suorituksen jälkeen ja he saattoivat jatkaa urheiluaan vain miellyttääkseen vanhempiaan. Tutkimus kertoi myös sen, että vanhempien tuottamien paineiden määrä vaikuttaa suuresti siihen, miten lapset niihin reagoivat. Pieni määrä paineita koettiin usein positiivisena, kun taas paineiden lisääntyessä ne alettiin tuntea negatiivisena asiana. (Hellstedt 1990, 139.)

6.3 Perheen ja lapsen mahdollisuudet

Erityisesti aktiiviseen urheiluun osallistuvilla perheillä voi olla edessään joitakin ongelmallisia asioita. Tärkeintä on löytää tasapaino ymmärtämisen, tukemisen ja rohkaisun suhteen lapsen parasta ajatellen. Ylenmääräisten paineiden asettaminen voi johtaa konflikteihin vanhempien ja lasten välillä sekä olla ratkaiseva tekijä lapsen luopuessa

harrastuksestaan. Nämä ongelmat vaativat edelleen tutkimuksia ja samalla pitäisi kehittää kasvatuksellisia ohjelmia, jotka antaisivat urheilijoiden vanhemmille tukea lastensa kasvatuksessa. Edelleen voitaisiin kehittää valmentajien ja vanhempien kanssakäyntiä, jolloin valmentaja voisi puuttua vanhempien liialliseen paineiden asettamiseen lapsilleen ja vanhemmat voisivat puolestaan tarkkailla valmentajien toimintaa. Vaikka vanhempien luomat paineet korostuvat juuri kilpailullisessa urheilussa, toki he voivat asettaa odotuksia lapsilleen myös liikunnallisen harrastuksen suhteen. (Hellstedt 1990, 139.)

Vaikka edellä kuvattu vanhempien paineita luova käyttäytyminen on hyvin tuttua, tähän syyllistyvät kuuluvat kuitenkin vähemmistöön. Suurin osa vanhemmista ei aseta lapselleen liikaa paineita. Vähemmistö on kuitenkin liikaa sille lapselle, johon käytös kohdistuu. Usein liian innokkaat vanhemmat saavat aikaan sen, että lapsi ”palaa loppuun” ja kiinnostus jatkaa harrastusta vähenee. Lapsen alkaessa kyllästyä lajiin, sen sijaan, että vanhemmat hellittäisivät painostustaan, he yleensä lisäävät paineita lastaan kohtaan. Innokkaiden vanhempien painostuksen alla lapsella on usein kaksi vaihtoehtoa. Lapsi tyytyy jatkamaan harrastustaan, kunnes on riittävän vanha tekemään omia päätöksiä. Toinen vaihtoehto on etsiä psykologisesti riittävän hyvä ja hyväksyttävä pakotie urheilusta. Usein pakotie on kipu tai vamma, jolloin lääkärin on mahdollista puuttua asiaan neuvottelemalla asiasta vanhempien kanssa. Ongelmana on yleensä vanhempien ymmärtämättömyys lapselleen aiheuttamasta umpikujasta. (Thornton 1991, 94–95.)

7 TUTKIMUSONGELMAT

Tutkimuksessa tarkasteltiin viidesluokkalaisten lasten ja heidän vanhempiansa liikunnallista harrastamista. Lisäksi paneuduttiin siihen, miten vanhempien liikunnallinen aktiivisuus heijastui lasten harrastamiseen ja kuinka aktiivisia vanhemmat olivat osallistumaan lastensa harrastuksiin. Eräs tutkimuksen kohde oli myös, millaisia motivaatioilmastoja vanhemmat loivat lastensa ympärille. Tutkimustehtävät jaettiin pääongelmiin, jotka jakautuivat edelleen alaongelmiin seuraavasti:

1. Kuinka paljon lapset harrastavat liikuntaa?
 - 1.1 Kuinka suuri osuus lapsista täyttää liikunnan minimisuosituksen?
 - 1.2 Kuinka suuri osuus lapsista käy ohjatuissa harjoituksissa ja/tai osallistuu kilpailutoimintaan?
 - 1.3 Kuinka paljon lapset harrastavat omatoimista liikuntaa?
2. Mikä merkitys liikunnalla on vanhempien vapaa-ajassa?
 - 2.1 Kuinka suuri osa vanhemmista harrastaa aktiivista liikuntaa?
 - 2.2 Kuinka aktiivisesti vanhemmat osallistuvat lastensa liikuntaan?
3. Millaisia yhteyksiä on vanhempien ja heidän lastensa liikuntaharrastusten ja vapaa-ajan välillä?
 - 3.1 Minkälainen merkitys vanhemmilla on lapsen liikuntaan sosiaalistumisessa ja lajivalinnassa?
 - 3.2 Onko vanhempien liikunta-aktiivisuudella yhteyttä lasten liikunnan harrastamiseen?
 - 3.3 Onko vanhempien koulutuksella ja yksinhuoltajuudella yhteyttä lasten liikunnan harrastamiseen?
4. Millaisia motivaatioilmastoja vanhemmat luovat lastensa liikuntaharrastusten ympärille?
 - 4.1 Onko vanhempien luomissa motivaatioilmastoissa sukupuolittaisia eroja?
 - 4.2 Onko vanhempien luomissa motivaatioilmastoissa eroja lasten liikunta-aktiivisuuden ja sukupuolen mukaan jaetuissa ryhmissä?

8 TUTKIMUSMENETELMÄT

8.1 Tausta

Tutkimus on osana LIKES-tutkimuskeskuksen ”Lapsi Suomen” projektia, jossa kartoitetaan valtakunnallisesti lasten vapaa-ajan harrastuksia ja erityisesti liikunnallista aktiivisuutta. Tämän tutkimuksen osuutena projektissa oli toteuttaa kysely myös lasten vanhemmille, jotta saataisiin selville heidän liikunnallinen aktiivisuutensa ja mahdolliset yhteydet lasten harrastamisen ja vanhempien toiminnan välillä. Käytössä ei ollut valmista lomaketta, joten vanhemmille tehtiin kyselylomake (liite 1), jossa tiedusteltiin heidän aktiivisuuttaan sekä mielipiteitään, osallistumisestaan ja luomaansa motivaatiomastoa lastensa liikuntaan.

8.2 Tutkimuksen kohdejoukko

Tutkimuksen kohdejoukko koostui 5. luokan oppilaista ja heidän vanhemmistaan (taulukko 1). Koulut valittiin satunnaisesti projektissa jo mukana olevien koulujen joukosta sekä kaksi koulua projektin ulkopuolelta. Tavoitteena oli saada tietoa alueellisesti eri puolilta Suomea luotettavuuden parantamiseksi. Paikkakunnat, joissa tutkimus toteutettiin, olivat Rovaniemi, Oulu, Petäjävesi, Turku ja Jyväskylä.

Lasten vastauksia saatiin 192 ja vastausprosentti oli noin 94 %. Lapsista tyttöjä oli 103 ja poikia 89. Lapset olivat täyttäneet tai täyttivät muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta kyselyvuonna 12 vuotta. Lisäksi tutkimukseen kuului toinen perheen vanhemmista. Vastanneista äitejä oli 136, isiä 36 ja kaksi ei kertonut sukupuoltaan eli yhteensä vastauksia, jotka kattoivat sekä lapsen että vanhemman palautui 174 kappaletta ja vastausprosentti oli noin 85 %. Vastausprosenttien epätarkkuus johtui siitä, että osassa kouluista sekä vanhempien että lasten lomakkeet oli viety kotiin täytettäväksi, jolloin tarkkaa lukua kyselyn saaneista ei voitu määrittää.

Vanhempien iät vaihtelivat 30:stä 58:aan. Peruskoulutukseltaan vanhemmista 44 % oli suorittanut peruskoulun ja 56 % lukion. Ammatillista tutkintoa ei ollut lainkaan 10

%:lla, koulutason tutkinnon oli suorittanut 21 %, opistotason tutkinto oli 41 %:lla ja korkeakoulun oli suorittanut 28 % vastanneista. Perheistä yhden lapsen perheitä oli 16 %, kahden tai kolmen lapsen perheitä oli lähes yhtä paljon yhteensä 71 %. Lisäksi oli 11 % neljän lapsen perheitä ja vielä muutamia suurempia perheitä. Naimisissa vastanneista vanhemmista oli 62 % ja avoliitossa 12 %. Yksinhuoltajia oli 25 %.

TAULUKKO 1. Tutkimuksen kohdejoukko, osallistuneet lapset ja vanhemmat

SEUTU	LAPSET	VANHEMMAT
Oulu	45	41
Petäjävesi	20	20
Turku	18	18
Jyväskylä	71	57
Rovaniemi	38	38
Yhteensä	192	174

8.3 Tutkimusaineiston keruu

Aineisto kerättiin kevään 2002 aikana. Aikaisemmin mukana olleiden koulujen osalta luvat projektiin liittyvien tutkimusten suorittamiseen oli jo hoidettu. Uusien koulujen osalta luvat hoidettiin rehtorien ja opettajien välityksellä. Tutkimuksessa käytettiin kahta lomaketta, joista toinen oli lapsille (liite 3) ja toinen vanhemmille (liite 1). Molemmat lomakkeet toimitettiin luokkien opettajille, joille annettiin myös tarvittavat ohjeet tutkimuksen suorittamisesta. Lasten piti täyttää lomake koulussa ja viedä vanhempien lomake kotiinsa täytettäväksi. Vanhempien lomakkeita oli vain yksi ja he saivat vapaasti päättää, kumpi heistä kyselyyn vastaa.

Vanhemmille suunnatun lomakkeen yhteydessä oli saatekirje (liite 2), jossa kerrottiin tutkimuksesta ja annettiin tarvittavia ohjeita. Lisäksi mukana oli vielä suljettava palautuskuori, jossa lapset palauttivat lomakkeet takaisin opettajille. Suljettu palautuskuori, jossa oli sekä vanhemman että lapsen lomake kertoi siitä, että osassa kouluja molemmat lomakkeet oli viety kotiin täytettäväksi. Kouluista lomakkeet joko haettiin tai opettajat lähettivät ne postitse. Vanhempien kyselyyn vastattiin nimettömänä, mutta lomakkeet

oli koodattu, jotta vanhempien ja lasten tietoja voitiin myöhemmin yhdistää. Lomakkeet oli täytetty muutamia poikkeuksia lukuun ottamatta erittäin hyvin ja huolellisesti.

8.4 Aineiston käsittely- ja analyysimenetelmät

Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä ja aineistoa käsiteltiin tilastollisesti SPSS-ohjelmalla (SPSS 10.1 for Windows, taulukko 2). Kyselylomakkeista saatu informaatio koodattiin tietokoneelle numeeriseen muotoon muuttujaluetteloksi. Koodausta tarkistettiin tutkimalla muuttujien maksimi- ja minimiarvoja sekä frekvenssijakaumia. Kaikista kyselylomakkeiden kysymyksistä muodostettiin yksi tai useampia muuttujia. Osa muuttujien saamista arvoista tuli suoraan kyselylomakkeen vastausvaihtoehdoista ja osassa muuttujia tehtiin luokitteluita informaation tiivistämiseksi. Analysointivaiheessa käytettiin myös muuttujien yhdistämistä.

TAULUKKO 2. Käytetyt tilastolliset analyysimenetelmät

Menetelmä	Käyttötarkoitus:
<ul style="list-style-type: none"> • Frekvenssit 	<ul style="list-style-type: none"> • Aineiston kuvailu - sukupuoli, ikä, lasten määrä, koulutus, paikkakunta, koulu, siviilisääty, harrastajamäärät, harrastususeus, lajit, osallistuminen lasten harrastuksiin
<ul style="list-style-type: none"> • Ristiintaulukointi 	<ul style="list-style-type: none"> • Riippumattomuustesti (eroa/yhteyttä) - sukupuolierot lasten harrastemuuttujien välillä - liikunnan osuuden yhteys lasten harrastusmuuttujiin - vanhempien aktiivisuuden yhteys lasten harrastamiseen - vanhempien koulutuksen ja yksinhuoltajuuden yhteys lasten harrastamiseen - sukupuolierot vanhempien luomassa motivaatioilmastossa - lasten harrastemuuttujien yhteys motivaatioilmastoihin
<ul style="list-style-type: none"> • Varianssianalyysi - yksisuuntainen - kaksisuuntainen 	<ul style="list-style-type: none"> • Ryhmien keskiarvojen tilastollinen vertailu - sukupuolierot vanhempien luomassa motivaatioilmastossa - sukupuolen ja harrastemuuttujien oma- ja yhdysvaikutus vanhempien luomiin eri motivaatioilmastoihin

TAULUKKO 2. (jatkuu)

<ul style="list-style-type: none"> • Faktorianalyysi - pääkomponenttime- netelmä (varimax) 	<ul style="list-style-type: none"> • Muuttujien yhdistäminen - vanhempien luomaa motivaatioilmastoa kuvaavien muuttujien yhdistäminen vähempiin muuttujiin
<ul style="list-style-type: none"> • Regressioanalyysi 	<ul style="list-style-type: none"> • Paras selittävien tekijöiden joukko - lasten urheiluseurassa liikkumista ja kilpailemista selittävien tekijöiden haku
<ul style="list-style-type: none"> • Cronbachin alfa-kerroin 	<ul style="list-style-type: none"> • Reliabiliteetin tarkistus - motivaatioilmastoa kuvaavien summamuuttujien luotettavuus

Tutkimuksessa käytettiin seuraavia tilastollisia merkitsevyyden tasoja:

$p < .001$ *** = tilastollisesti erittäin merkitsevä

$p < .01$ ** = tilastollisesti merkitsevä

$p < .05$ * = tilastollisesti melkein merkitsevä

8.5 Luotettavuus

8.5.1 Reliabiliteetti

Reliabiliteetti tarkoittaa tutkimuksen pysyvyyttä, toistettavuutta ja satunnaisvirheettömyyttä. Tulisi siis pyrkiä siihen, että vaihtelua eri muuttujissa aiheuttaa vain kohdehenkilöiden todelliset erot mitattavissa asioissa. Tähän päämäärään pyrittäessä tutkimuksessa tulee ottaa huomioon useita eri reliabiliteettiin vaikuttavia tekijöitä. Näitä tekijöitä ovat mm. mittajat, kyselylomake, koehenkilöt, olosuhteet ja mitattava ilmiö.

Tähän tutkimukseen sisältyi kaksi eri lomaketta, joista toinen oli suunnattu lapsille ja toinen vanhemmille. Lasten lomaketta oli käytetty jo aikaisemmin "Laps Suomen" projektissa, joten sitä ei tarvinnut esitellä. Sen sijaan vanhempien lomaketta käytettiin ensimmäistä kertaa ja esikoe oli luotettavuuden kannalta syytä tehdä. Esitestaaminen osoittautuikin varsin tarpeelliseksi, sillä muutamia kysymyksiä jouduttiin muokkaamaan

selkeämmiksi ja yksi kysymys lisättiin lopulliseen lomakkeeseen. Molemmissa lomakkeissa vastausten tulkintaa pyrittiin helpottamaan kysymyksissä olleilla valmiilla vaihtoehdoilla, joita ympäröitiin. Varsinaisia avoimia kysymyksiä oli molemmissa lomakkeissa vain yksi. Vastaukset osoittautuivatkin hyvin helposti tulkittaviksi ja yksiselitteisiksi.

Olosuhteiden yhdenmukaisuutta pyrittiin parantamaan sillä, että lapset vastaisivat kyselyyn koulussa, jolloin vastaustilanne olisi kaikilla samanlainen. Osoittautui kuitenkin, että osa opettajista oli antanut myös lasten lomakkeen kotiin täytettäväksi, jolloin ei ole varmaa, onko lapsi itse lomakkeen täyttänyt. Ohjeiden annossa opettajille olisi siis voinut tiettyjä asioita täsmentää. Vanhemmille lomakkeen mukana meni saatekirje, jossa selvitettiin kyselyn tarkoitus. Tällä pyrittiin osaltaan lisäämään vastausten luotettavuutta nostamalla vastausten huolellisuutta ja lomakkeiden palautusprosenttia. Palautusprosentti nousikin korkeaksi. Saatekirjeessä puutteelliseksi osoittautui kuitenkin se, että vanhemmat saivat valita kumpi lomakkeen täyttää. Kävi ilmi, että äidit olivat isiä huomattavasti innokkaammin vastanneet kyselyyn. Joidenkin ongelmien ja vertailun suhteen olisi ollut hyvä saada molempia vanhempia lähes sama määrä.

Motivaatioväittämien tarkastelussa käytettiin faktorianalyysiä. Väittämien kommunaliteetit kertoivat, kuinka hyvin saadut faktorit selittivät asenneväittämien vaihtelua. Kommunaliteetit (h^2) jäivät suhteellisen alhaisiksi (taulukko 3), mikä osoitti, etteivät nämä faktorit eli yhteiset tekijät selittäneet kovin jäännöksettömästi asenneväittämien vaihtelua. Sen verran suuria arvot kuitenkin olivat, että tarkastelua voitiin jatkaa.

Faktorianalyysissä saatujen motivaatioilmastojen summamuuttujien sisäistä yhdenmukaisuutta mitattiin Gronbachin alfa-kertoimella. Saadut kertoimet vaihtelivat välillä .38 – .69 (taulukko 4). Menestymistä korostavan motivaatioilmaston osalta sisäinen yhdenmukaisuus nousi hyvälle tasolle. Sen sijaan viihtymistä korostavan summamuuttujan osalta alfa-kerroin jäi suhteellisen alhaiseksi. Oppimista korostavan motivaatioilmaston sisäinen yhdenmukaisuus sijoittui kahden edellisen väliin.

TAULUKKO 3. Motivaatioväittämien kommunaliteetit

Väittämät	h^2
Olen tyytyväinen, kun lapseni parantaa suoritusta kovan yrittämisen jälkeen	.44
Tärkeintä lapsen harrastamisessa on siinä viihtyminen	.50
Olen tyytyväinen, kun lapseni oppii jotain uutta	.51
Lapseni pelkää virheiden tekemistä	.33
Huomioin lapseni hänen parantaessa taitojaan	.51
Olen sitä mieltä, että virheet ovat osa oppimista	.46
Huolestun, kun lapseni suorittaa taitoja, joissa hän ei ole hyvä	.37
Lasten on hyvä erikoistua jo nuorena	.48
En pidä siitä, että lapseni ei pärjää niin hyvin kuin muut	.50
Olen tyytyväinen, kun lapseni onnistuu ilman kovaa yritystä	.32
Huolestun lapseni epäonnistumisesta	.55
Lapseni tulisi saavuttaa paljon ilman suurempaa yritystä	.37
Annan lapseni oppia yhden asian, ennen kuin opetan uutta	.18

TAULUKKO 4. Motivaatioilmastoa kuvaavat summamuuttujat ja niiden Gronbachin alfa-kertoimet

Motivaatioilmaston muoto	Muuttujien määrä	Gronbachin alfa
1. Menestymistä korostava	5	.69
2. Oppimista korostava	3	.46
3. Viihtymistä korostava	3	.38

8.5.2 Validiteetti

Tutkimuksen sisäisen validiteetin tarkastelussa pohditaan, kuinka hyvin mittarit mittaavat haluttua asiaa. Tämän tutkimuksen lasten kyselylomaketta oli käytetty paljon jo aikaisemmin ”Laps Suomen” projektissa, joten se ei vaatinut esitestausta. Vanhempien lomakkeen esitestausta paransi sen validiteettiä, sillä näin voitiin tarkkailla, että vastauksista saatiin riittävän kattavasti juuri se tieto, mikä tutkimusongelmien kannalta oli olennaista. Lopullinen tutkimus osoittikin, että haluttu tieto lasten ja vanhempien liikunna-

lisesta aktiivisuudesta ja vanhempien osallistumisesta saatiin esiin riittävän kattavasti. Eräs validiteettiin liittyvä ongelma, kysyttäessä vanhemmilta heidän suhtautumistaan ja osallistumistaan lasten harrastuksiin, voi olla sosiaalisesti suotuisten vastausten korostaminen. Tätä ongelmaa pyrittiin vähentämään erityisesti motivaatioilmastoväittämissä useilla eri kysymyksillä liittyen tiettyihin asenteisiin.

Tutkimuksen otosjoukko koostui eripuolilta Suomea, lähinnä Keski- ja Pohjois-Suomesta valituista 5-luokkalaisista lapsista ja heidän vanhemmistaan. Perusjoukkona olivat siis suomalaiset 5-luokkalaiset lapset vanhempien kanssa. Yleistettävyyttä perusjoukkoon ei välttämättä ole kovin luotettavaa, sillä otosjoukko oli suhteellisen pieni ja alueellisesti se ei kattanut oikeassa suhteessa maan eri osia. Toisaalta tutkimus ei kuitenkaan rajoittunut vain tiettyyn Suomen osaan, joten jonkinlaista kuvaa tutkittavasta asiasta perusjoukossa se joka tapauksessa antaa.

9 TULOKSET

9.1 Lasten liikunnallinen harrastuneisuus

Lasten liikunnan ja urheilun harrastamisesta kysyttiin lasten organisoituun liikuntaan osallistumista ja toisaalta omatoimista liikunnan harrastamista. Organisoitussa liikunnassa paneuduttiin urheiluseuroissa tapahtuvaan liikkumiseen ja kilpailemiseen sekä koulun liikuntakerhoissa harrastamiseen. Omatoiminen liikunta käsitti kaikkialla muualla toteutetun liikunnan. Tarkoituksena oli selvittää, kuinka usein harrastusta toteutettiin ja mihin lajeihin lapset ottivat osaa. Koulun liikuntakerhoja ei monissa tutkimukseen osallistuneissa kouluissa ollut lainkaan ja kerhoihin ottikin osaa vain noin 5 % lapsista. Osallistujien määrä (n = 10) jäi niin pieneksi, että kerhotoimintaa ei muulla tavoin tutkittu.

Kokonaisuudessaan lasten liikunnallinen harrastaminen koulutuntien ulkopuolella saatiin yhdistämällä omatoiminen ja organisoitu liikunta. Vähintään kaksi kertaa viikossa ja vähintään 20 minuuttia kerralla pojista liikkui neljä viidesosaa (80 %) ja tytöistä vajaa kaksi kolmasosaa (65 %). Lasten omatoimisella ja organisoidulla liikunnalla oli merkitsevä ($p < .01$) yhteys (taulukko 5), joka kertoi urheiluseurassa liikkuvien lasten olevan aktiivisia myös omatoimisessa liikkumisessa. Toisaalta lähes viidesosa (19 %) lapsista, jotka liikkuivat seurassa neljästä seitsemään kertaan viikossa, eivät liikkuneet lainkaan tai liikkuivat hyvin harvoin omatoimisesti. Lähes sama osuus (21 %) omatoimisesti neljästä seitsemään kertaan viikossa liikkuvien lasten ryhmässä ei liikkunut seurassa tai liikkui siellä harvemmin kuin kerran viikossa. Täysin passiivisten joukkokin oli suhteellisen suuri.

9.1.1 Lasten urheiluseurassa liikkuminen

Lasten osallistumista urheiluseuran ohjattuihin harjoituksiin tutkittiin frekvenssien ja niistä saatujen prosenttien avulla (taulukko 6). Tytöistä noin kaksi viidesosaa (42 %) liikkui seuran harjoituksissa vähintään kerran viikossa, kun taas pojilla vastaava osuus

oli lähes kaksi kolmasosaa (65 %). Tyttöjen ja poikien ero seurassa liikkumisessa oli merkitsevä ($p < .01$). Suurin osa seurassa liikkuvista harrasti sitä vähintään kaksi kertaa viikossa.

TAULUKKO 5. Lasten omatoimisen ja organisoidun liikunnan välinen yhteys (%)

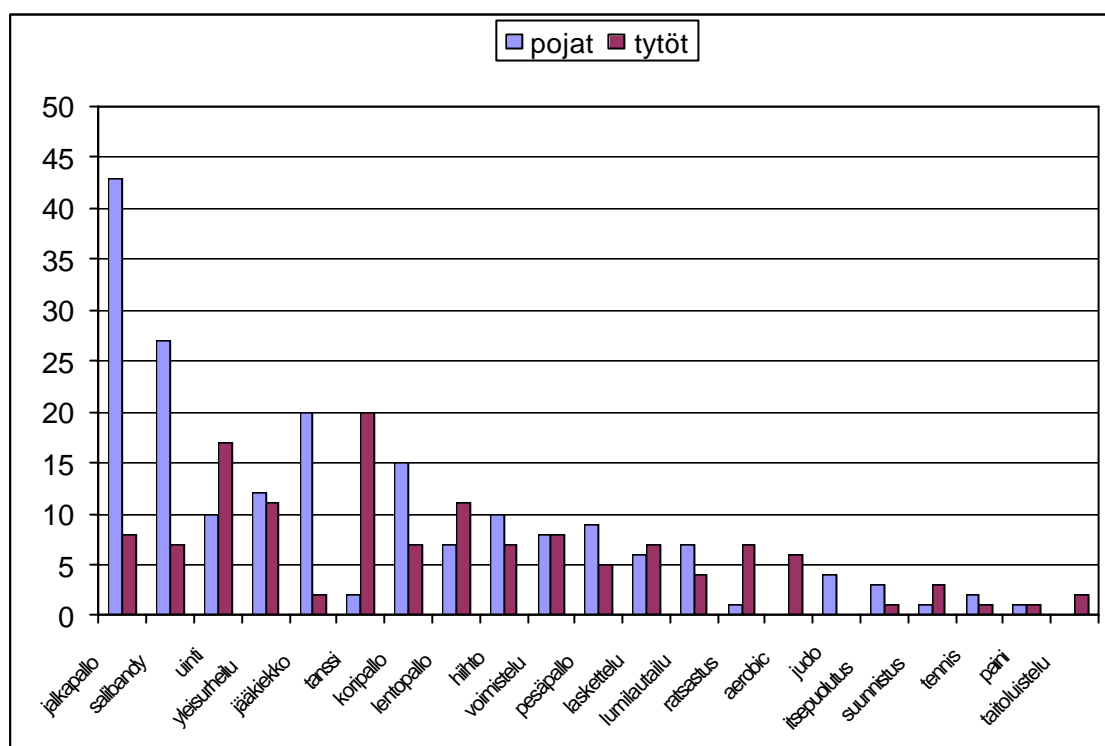
		Lasten omatoiminen liikkuminen			Yht.
		Ei koskaan/ harv.1 krt/vko	1-3 kertaa viikossa	4-7 kertaa viikossa	
Lasten urheiluseurassa liikkuminen	Ei koskaan/ harv.1 krt/vko (n=91)	35	44	21	100
	1-3 kertaa viikossa (n=75)	15	63	22	100
	4-7 kertaa viikossa (n=26)	19	31	50	100
Yhteensä	% määrä	25	50	25	100 192

$p < .01^{**}$

TAULUKKO 6. Poikien ja tyttöjen urheiluseurassa liikkuminen (%)

	Pojat (n = 89)	Tytöt (n = 103)	Yht. (n = 192)
Seurassa liikkuminen	%	%	%
Ei koskaan	33	55	45
Harvemmin kuin kerran viikossa	2	3	3
Kerran viikossa	12	11	11
2-3 kertaa viikossa	35	21	28
4-6 kertaa viikossa	11	10	10
Päivittäin	7		3
Yht.	100	100	100

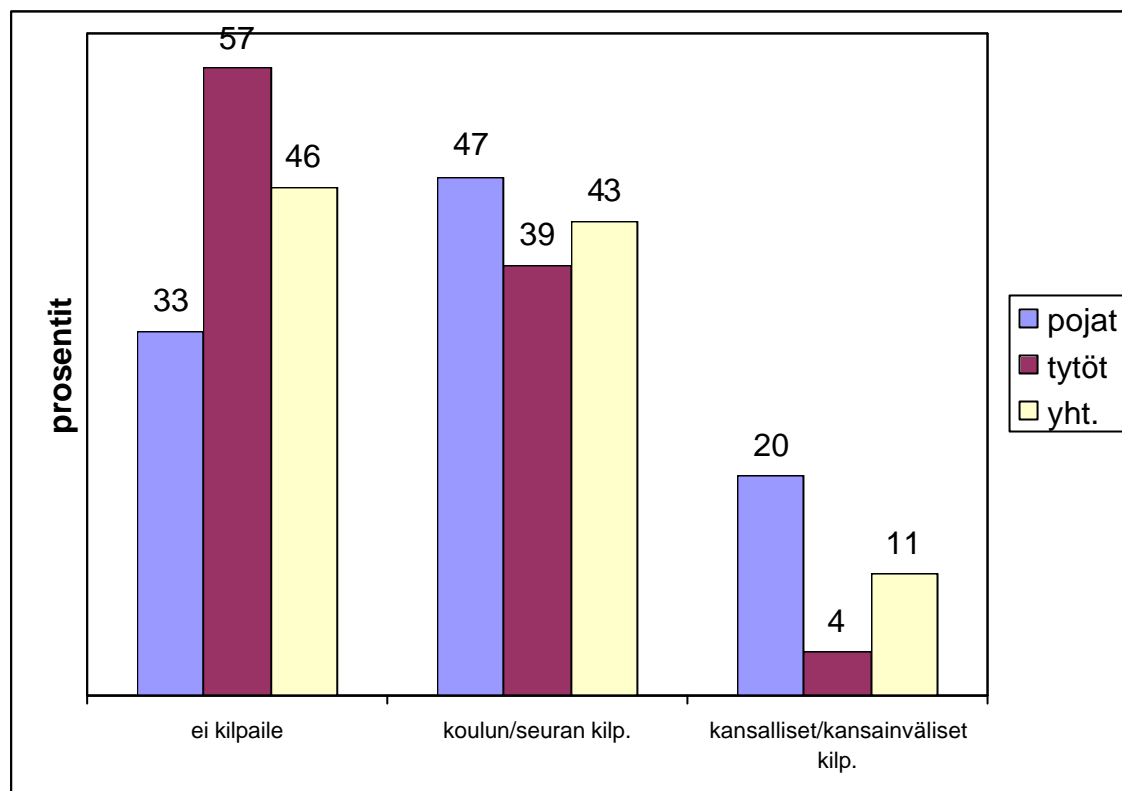
Lajikirjo oli hyvin monipuolinen, sillä erilaisia seurassa harrastettavia liikuntamuotoja kertyi 31 kappaletta (21 liikuntalajia yleisyysjärjestyksessä, kuvio 2). Sukupuolittaiset erot yleisimmässä lajeissa olivat hyvin selviä. Pojilla selkeä ykköslaji oli jalkapallo, jota harrasti noin kaksi viidestä. Lähes kolmannes pojista osallistui seurassa salibandyyn ja joka viides pelasi jääkiekkoa. Tyttöillä ei ollut yhtä selkeitä ykköslajeja, mutta suosituimmaksi osoittautui tanssi, jonka parissa oli joka viides. Uinnissa oli mukana joka kuudes ja noin yksi kymmenestä tytöstä harrasti seurassa yleisurheilua tai lentopalloa.



KUVIO 2. Poikien (n = 89) ja tyttöjen (n = 103) seuroissa harrastamat liikuntalajit yleisyysjärjestyksessä (%)

9.1.2 Lasten kilpailuihin osallistuminen

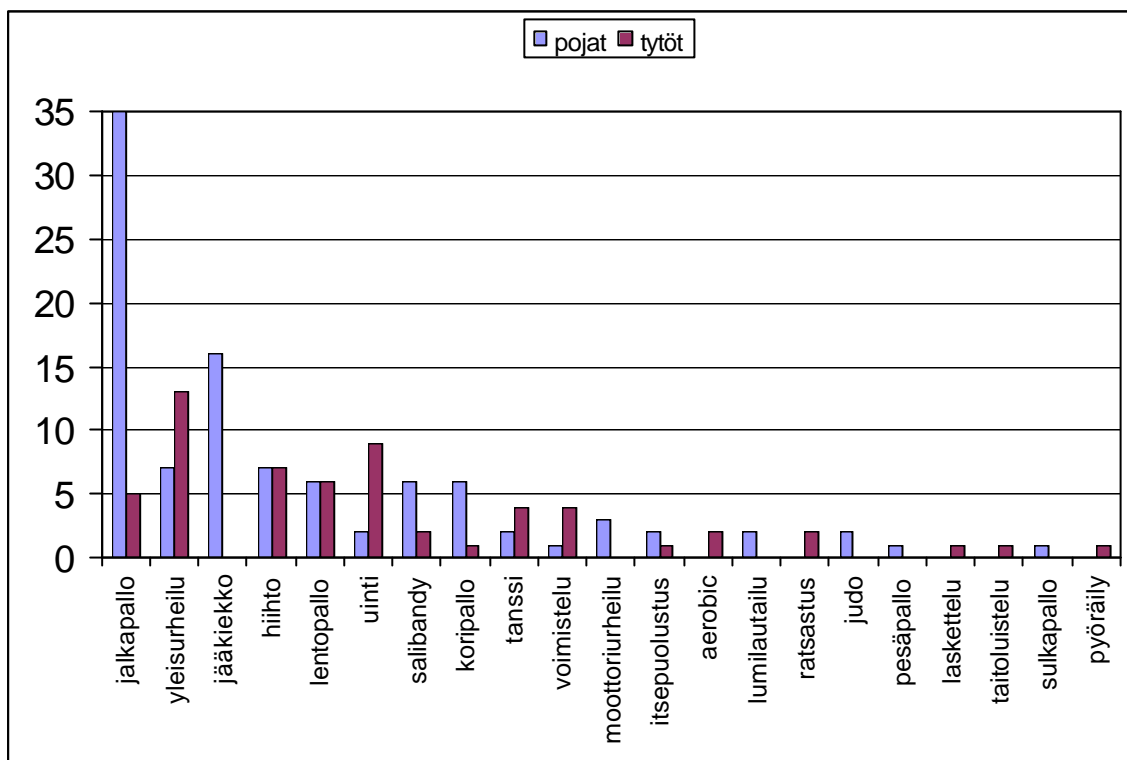
Erilaiseen kilpailutoimintaan lapsista osallistui yli puolet (54 %). Poikien kilpailuihin osallistuminen oli aktiivisempaa kuin tyttöjen (kuvio 3). Ero oli erittäin merkitsevä ($p < .001$). Erityisesti tämä ero näkyi kansallisissa/kansainvälisissä kilpailuissa, joihin pojista otti osaa viidesosa. Kilpaileminen aloitettiin melko tasaisesti 6-11 vuoden iässä. Pieni hyppäys oli havaittavissa seitsemän vuoden iässä, oletettavasti johtuen koulun aloittamisesta.



KUVIO 3. Poikien (n = 89) ja tyttöjen (n = 103) osallistuminen kilpailutoimintaan (%)

Kilpailua harrastavista lapsista 47 %:lla oli toinenkin laji, jossa he kilpailivat. Joukosta löytyi myös muutamia, joilla oli kolme kilpailullista harrastusta. Yleisimmät kilpailulajit olivat jalkapallo, yleisurheilu ja jääkiekko (21 kilpailulajia yleisyysjärjestyksessä, kuvio 4). Samat lajit olivat poikien yleisimmät lajit, tosin jääkiekko tuli ennen yleisurheilua. Jalkapallossa kilpaili yli kolmasosa pojista ja jääkiekossa noin joka kuudes. Yleisurheiluun ja hiihtoon otti pojista osaa noin 7 %. Tyttöjen kilpaileminen jakautui tasaisemmin eri lajien kesken. Ykköslaji oli yleisurheilu, jota harrasti noin yksi kahdeksasta tytöstä. Toiseksi suosituin tyttöjen kilpailulaji oli uinti, jossa kilpaili lähes yksi kymmenestä. Myös tyttöjen kolmanneksi suosituin kilpailulaji oli hiihto 7 %:lla.

Urheiluseuran ohjattuihin harjoituksiin ja kilpailuihin osallistuminen olivat yhteydessä keskenään. Yhteys oli erittäin merkitsevä ($p < .001$) ja se osoitti, että kilpaileminen tapahtuu hyvin usein seurassa harrastamisen kautta. Suurempi määrä viikoittaisia seuran harjoituksia nosti myös tasoa, jolla lapsi kilpaili. Muutamit seuratoiminnan ulkopuolella kilpailua harrastavat lapset ottivat osaa useimmiten koulun kilpailuihin.



KUVIO 4. Poikien (n = 89) ja tyttöjen (n = 103) kilpailulajit yleisyysjärjestyksessä (%)

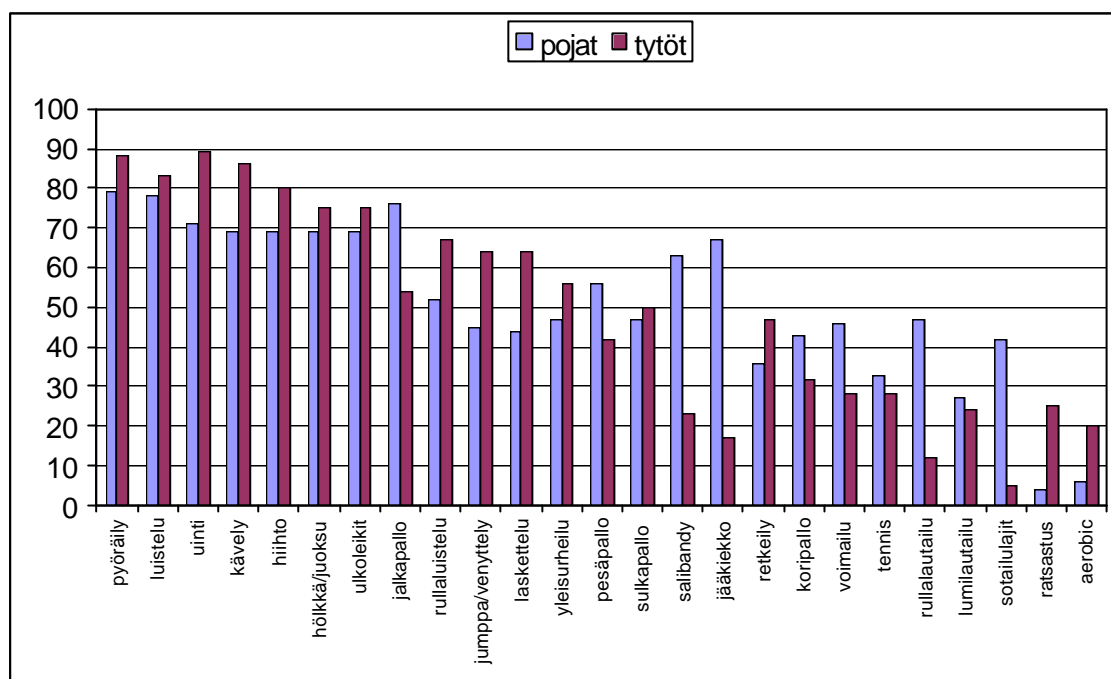
9.1.3 Lasten omatoiminen liikkuminen

Lasten omatoimisella liikunnalla tarkoitettiin liikuntaa, jota ei oltu järjestetty seuran, koulun tai muun organisaation taholta, vaan liikunta toteutettiin oma-aloitteisesti. Liikunnaksi laskettiin toiminta, jossa hikoili ja hengästyti. Sekä tytöistä että pojista noin 8 % ei harrastanut ollenkaan omatoimista liikuntaa tai harrasti sitä harvemmin kuin kerran kuukaudessa (taulukko 7). Ainakin kerran viikossa liikuntaa harrasti kolme neljästä lapsesta. Suurin prosenttiosuus tytöistä ja pojista harrasti omatoimisesti liikuntaa 2-3 kertaa viikossa. Tilastollisesti poikien ja tyttöjen välillä ei ollut merkitsevää eroa.

TAULUKKO 7. Poikien ja tyttöjen omatoiminen liikkuminen (%)

	Pojat (n = 89) %	Tytöt (n = 103) %	Yht. (n = 192) %
Omatoiminen liikkuminen			
Ei koskaan	2	3	3
Harvemmin kuin kerran kuukaudessa	6	5	5
Harvemmin kuin kerran viikossa	9	24	17
Kerran viikossa	18	16	17
2-3 kertaa viikossa	38	27	32
4-6 kertaa viikossa	15	16	15
Päivittäin	12	9	11
Yhteensä	100	100	100

Omatoimisen liikunnan muotoja ja lajeja kertyi hyvin monipuolisesti (25 liikuntamuotoa/-lajeja yleisyysjärjestyksessä, kuvio 5). Harrastajamääriltään yleisimmiksi liikuntalajeiksi osoittautuivat luistelu, uinti, hiihto ja hölkkä/juoksu. Yleisimmät lähes päivittäin harrastettavat liikkumistavat puolestaan olivat pyöräily ja kävely. Poikien ja tyttöjen yleisimmät omatoimiset liikuntamuodot olivat lähes samat, tosin pojilla mukaan lukeutui jalkapallo. Yleisimmissä liikuntamuodoissa tyttöjen osuus oli jonkin verran poikia suurempi, kun taas pojat harrastivat selvästi enemmän jääkiekkoa, salibandya ja rullalautailua. Harvinaisempia lajeja olivat sotailulajit/airsoft, baletti, kiipeily, fotbag, agility ja miekkailu, joissa oli muutamia harrastajia.



KUVIO 5. Poikien (n = 89) ja tyttöjen (n = 103) omatoimisen liikunnan muodot ja lajit yleisyysjärjestyksessä (%)

9.2 Vanhempien liikunnallinen aktiivisuus

Vanhempien liikunnallista aktiivisuutta selvitetessä oltiin kiinnostuneita sekä nykytilanteesta että aikaisemmasta harrastuneisuudesta. Kysymykset kattoivat organisoidun ja omatoimisen liikkumisen sekä kilpailuihin osallistumisen. Lisäksi selvitettiin lajeja, joihin vanhemmat olivat ottaneet tai ottivat edelleen osaa. Harrastamisen määrän suhteen kysyttiin vain tämän hetken tilannetta, kun taas aikaisemman harrastamisen suhteen puhuttiin vain aktiivisesta liikunnan harrastamisesta. Aktiivinen liikunta määriteltiin b-makkeessa siten, että harrastus tapahtui useina päivinä viikossa.

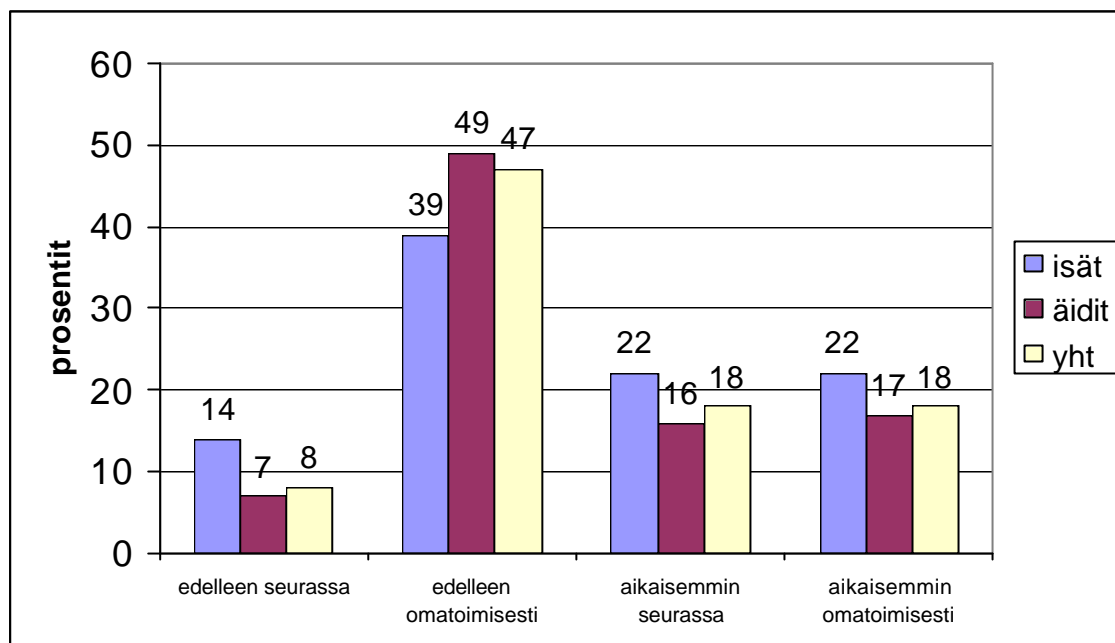
9.2.1 Vanhempien aktiivinen liikunnan harrastaminen

Kohtuullisesti kuormittavaa liikuntaa harrasti edelleen vähintään kerran viikossa vastanneista vanhemmista 80 % (taulukko 8). Suurin prosenttiosuus (30 %) vanhemmista harrasti tätä kohtuullisesti kuormittavaa liikuntaa 2-3 kertaa viikossa. Sukupuolten välillä ei ollut merkitsevää eroa.

TAUKUKKO 8. Vanhempien kohtuullisesti kuormittavan (hikoili ja hengästy) liikunnan harrastaminen (%)

	Vanhemmat (n=171) %
Ei koskaan	4
Harvemmin kuin kerran kuussa	5
Harvemmin kuin kerran viikossa	11
Kerran viikossa	24
2-3 kertaa viikossa	30
4-6 kertaa viikossa	19
Päivittäin	7
Yhteensä	100

Aktiivista liikuntaa urheiluseuroissa tai omatoimisesti vanhemmista harrasti kyselyhetkellä yli puolet (55 %) (kuvio 6). Aikaisemmin seuroissa tai omatoimisesti liikkuneita oli 36 %. Vanhemmista noin kymmenesosa lukeutui siihen joukkoon, jotka eivät olleet koskaan harrastaneet aktiivista liikuntaa. Isien ja äitien välillä ei ollut merkitseviä eroja.

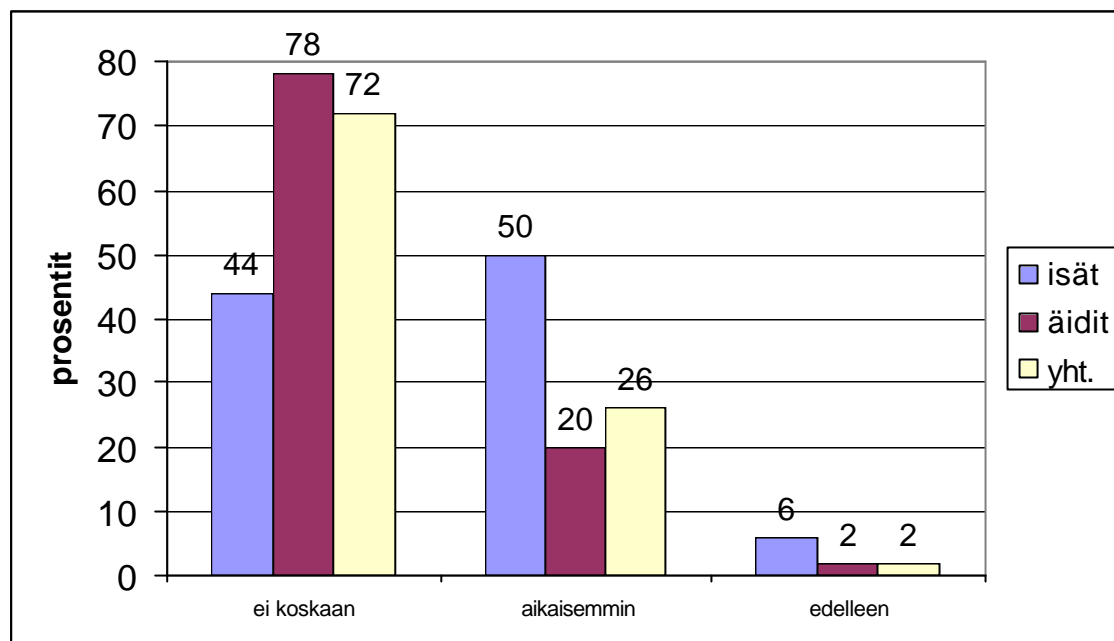


KUVIO 6. Isien (n = 36) ja äitien (n = 136) aktiivinen liikunnan harrastaminen seurassa tai omatoimisesti (%)

Eri lajeja, joita vanhemmat harrastivat tai olivat harrastaneet, oli 32 ja selvänä ykköslajina oli kävelylenkkeily, jota harrasti edelleen 30 %. Muutkin suosituimmat lajit olivat lähinnä omatoimisesti harrastettuja ja niitä olivat kuntosaliharjoittelu, hiihto, pyöräily, uinti ja aerobic. Yleisimmät lajit, joita seuroissa oli harrastettu tai harrastettiin, olivat aerobic/jumppa, voimistelu, yleisurheilu ja uinti. Lajeista huomasi sen, että vastanneista vanhemmista suurin osa (79 %) oli äitejä.

9.2.2 Vanhempien kilpaileminen

Isistä 56 % oli harrastanut kilpailemista tai harrasti sitä edelleen (kuvio 7). Äideillä vastaava prosenttiosuus oli 22. Ero kilpailuihin osallistumisessa vanhempien välillä oli erittäin merkitsevä ($p < .001$). Vanhempien suosimat kilpailumuodot olivat hyvin samansuuntaisia kuin lasten vastaavat. Ykköslajit vanhemmilla olivat hyvin perinteiset yleisurheilu ja hiihto. Vain hiukan vähemmän kilpailemista oli harrastettu jalkapallossa, juoksussa, lentopallossa ja uinnissa. Isien vastausten perusteella jääkiekko ja erityisesti jalkapallo olisivat lisänneet osuuttaan, mikäli isiä olisi ollut äitejä vastaava määrä.



KUVIO 7. Isien (n = 36) ja äitien (n = 136) kilpailuihin osallistuminen (%)

9.3 Vanhempien vapaa-aika ja osallistuminen lasten harrastuksiin

Harrastuneisuuden lisäksi selvitettiin, kuinka suuri osa vanhempien vapaa-ajasta kului liikuntaan. Tähän liittyen kysymykset koskivat sekä omaan harrastukseen käytettyä aikaa, että perheen yhteisiin tai lasten harrastuksiin kulunutta aikaa. Useilla kysymyksillä pyrittiin myös selvittämään vanhempien erilaista osallistumista lastensa harrastuksiin sekä heidän asettamia odotuksia harrastamisen suhteen. Toisaalta tiedusteltiin myös mahdollisia osallistumattomuuden syitä.

9.3.1 Aikataulut

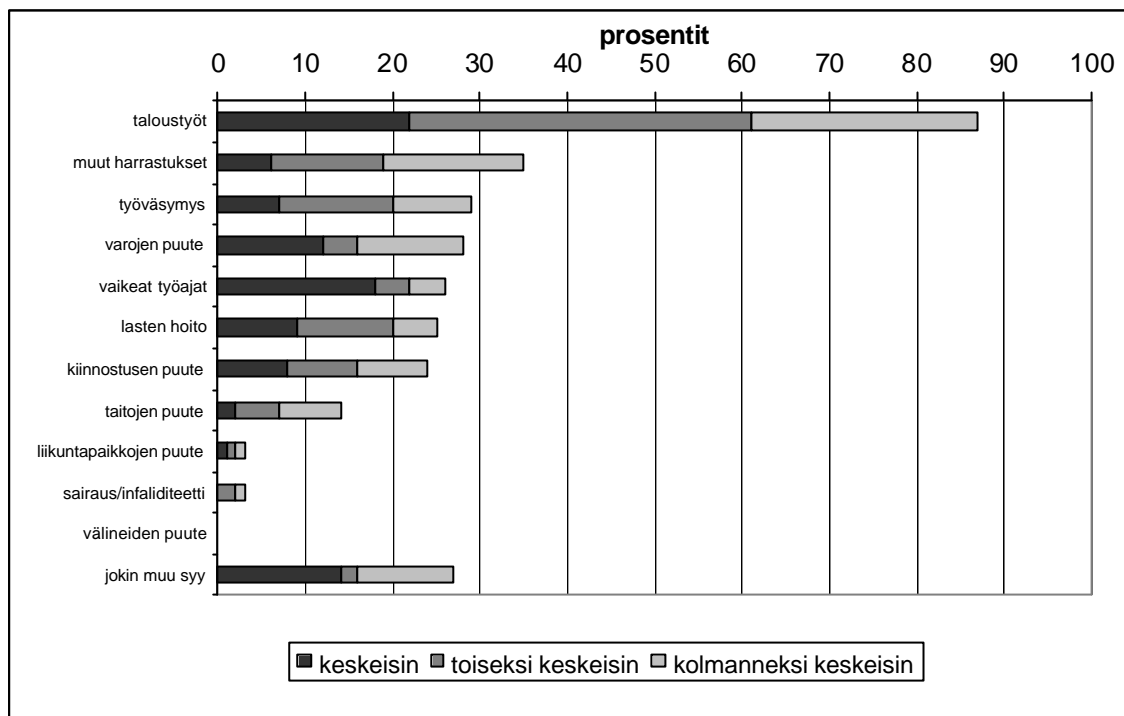
Vanhempien vapaa-aikaa tiedusteltiin kysymällä, kuinka monta tuntia päivässä tai viikossa heillä on aikaa omille tai perheen yhteisille harrastuksille. Luokittelussa muutettiin kaikki vastaukset muotoon tuntia/viikko. Alle viisi tuntia/viikko vapaa-aikaa oli 25 %:lla vanhemmista, 5-10 tuntia aikaa oli 31 %:lla ja 44 %:lla aikaa oli yli kymmenen tuntia viikossa. Vanhemmat arvioivat vielä liikunnan osuutta perheen vapaa-ajassa (tau-

lukko 9). Vähintään kohtalaiseksi osuudeksi vapaa-ajassa liikunnan katsoi kuuluvan kolme neljästä (75 %) vanhemmasta.

TAULUKKO 9. Liikunnan osuus perheen vapaa-ajasta vanhempien mielestä (%)

	Vanhemmat (n = 171) %
Ei osuutta	2
Melko pieni osuus	23
Kohtalainen osuus	47
Melko suuri osuus	17
Erittäin suuri osuus	11
Yhteensä	100

Tekijöitä, jotka rajoittivat tai ehkäisivät eniten osallistumista perheen yhteisiin tai lasten harrastuksiin tutkittiin antamalla valmis luettelo, josta vanhemmat merkitsivät mielestään kolme keskeisintä. Keskeisin rajoittava tekijä oli *taloustyöt*, jonka mainitsi lähes yhdeksän kymmenestä (87 %) vanhemmasta (kuvio 8). Toiseksi rajoittavin tekijä voidaan katsoa liittyvän työelämään, sillä sekä *työstä aiheutuvan väsymyksen* (29 %) että *vaikeat työajat* (26 %) merkitsi reilu neljännes vanhemmista. *Muut harrastukset* oli myös hyvin keskeinen rajoittava tekijä, sillä yli kolmannes (35 %) vanhemmista merkitsi sen luettelosta. *Varojen puutteen* mainitsi 28 %, mutta toisaalta se hskettiin *muuta harrastuksia* useammin keskeisimmäksi tekijäksi.



KUVIO 8. Eniten vanhempien (n = 105) osallistumista perheen yhteisiin tai lasten harrastuksiin rajoittavat tai ehkäisevät tekijät yleisyysjärjestyksessä (%)

9.3.2 Talous

Vanhemmat arvioivat, kuinka paljon heidän lastensa liikuntaharrastukset aiheuttivat perheelle kustannuksia vuoden tai kuukauden aikana. Lasten määrällä ei ollut merkittävää vaikutusta kustannusten suuruuteen. Luokittelussa kustannukset muutettiin muotoon markkaa/vuosi. Kysymykseen vastasivat vain ne vanhemmat (n = 116), jotka katsoivat heidän lapsellaan olevan säännöllinen liikuntaharrastus. Lasten harrastuksiin 2000 markkaa tai alle/vuosi käytti 34 % vanhemmista. Kustannuksia kertyi yli 2000:sta 5000 markkaan 32 %:lla ja yli 5000 markan vuosikustannukset oli 34 %:lla perheistä. Suurimmillaan kustannukset nousivat useaan kymmeneentuhanteen markkaan.

Harrastuskustannusten määriä tarkasteltiin vielä lasten eri kilpailuluokissa. Kustannukset toki kysyttiin koko perheen lasten osalta, mutta koska lasten määrällä ei ollut yhteyttä kustannuksiin, tutkittiin menoja kyselyyn osallistuneiden lasten joukossa. Tulokset osoittivat, että lapsen harrastaessa kansallisella/kansainvälisellä tasolla perheen harras-

tuskustannukset olivat useimmiten yli 5000 markkaa (taulukko 10). Jos taas lapsi ei kilpaillut, menot jäivät suurimmalla osalla näistä perheistä enintään 2000 markkaan.

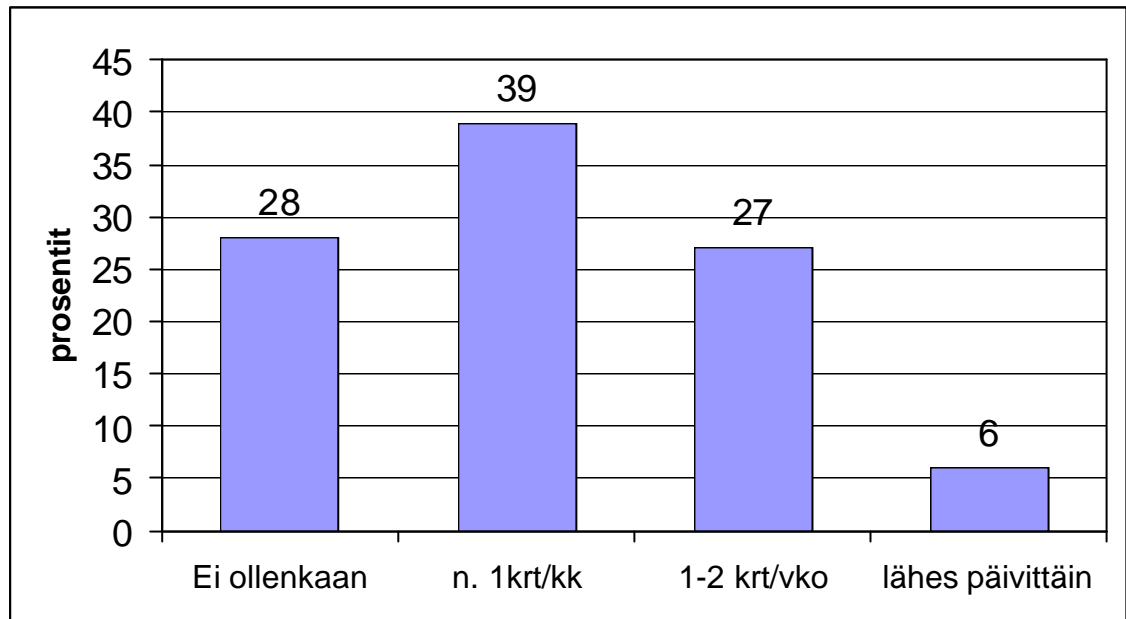
TAULUKKO 10. Lasten kilpailemisen yhteys perheen harrastuskustannuksiin (%)

		Perheen harrastuskustannukset			Yht.
		7 2000 mk/vuosi	2001–5000 mk/vuosi	>5000 mk/vuosi	
Lasten kilpailuihin osallistuminen	ei ole kilpaillut/ ei enää kilpaile (n=37)	54	27	19	100
	koulun/ urheiluseuran kilpaillut (n=61)	28	39	33	100
	kansalliset/ kansainväliset kilpailut (n=18)	16	17	67	100
Yhteensä	% määrä	34	32	34	100 116

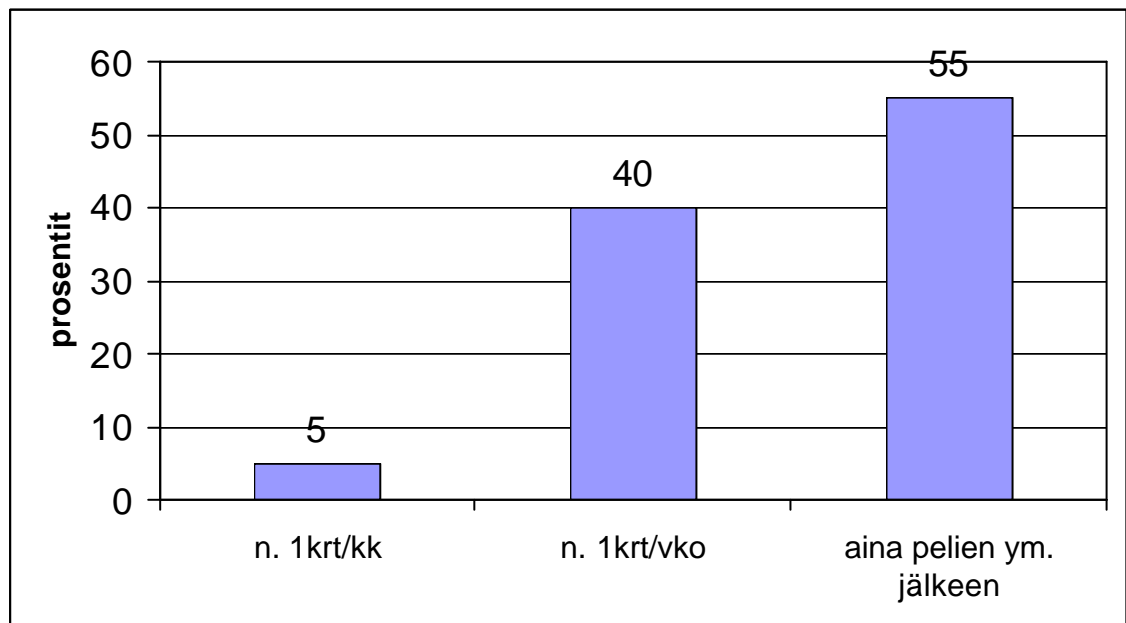
p<.01**

9.3.3 Osallistuminen

Vanhempien osallistumista lastensa harrastuksiin selvitettiin muun muassa sillä, kuinka paljon vanhemmat, joiden lapsi harrasti säännöllistä liikuntaa, seurasivat lastensa harrastamista paikanpäällä (kuvio 9) tai keskustelivat urheiluun ja liikuntaan liittyvistä asioista lastensa kanssa (kuvio 10). Reilu neljännes (28 %) vanhemmista ei seurannut lapsensa liikuntaharrastusta lainkaan paikanpäällä. Suurin prosenttiosuus (39 %) vanhemmista seurasi harrastusta silloin tällöin (noin 1 kerta kuukaudessa). Lapsensa kanssa urheiluun ja liikuntaan liittyvistä asioista keskustelemisessä vanhemmat olivat aktiivisempia kuin seuraamisessa. Yli puolet (55 %) vanhemmista keskusteli lastensa kanssa usein (aina urheiluohjelmien, pelien, harjoitusten tai muun sellaisen jälkeen). Tilastollisia eroja ei löytynyt yksinhuoltajien osallistumisesta lastensa liikuntaan verrattuna kahden huoltajan perheisiin. Mitä aktiivisemmin lapsi osallistui urheiluseuratoimintaan ja/tai kilpailemiseen sitä aktiivisempia olivat yleensä myös vanhemmat katselemaan harrastusta (p<.01) ja keskustelemaan urheilusta (p<.05).



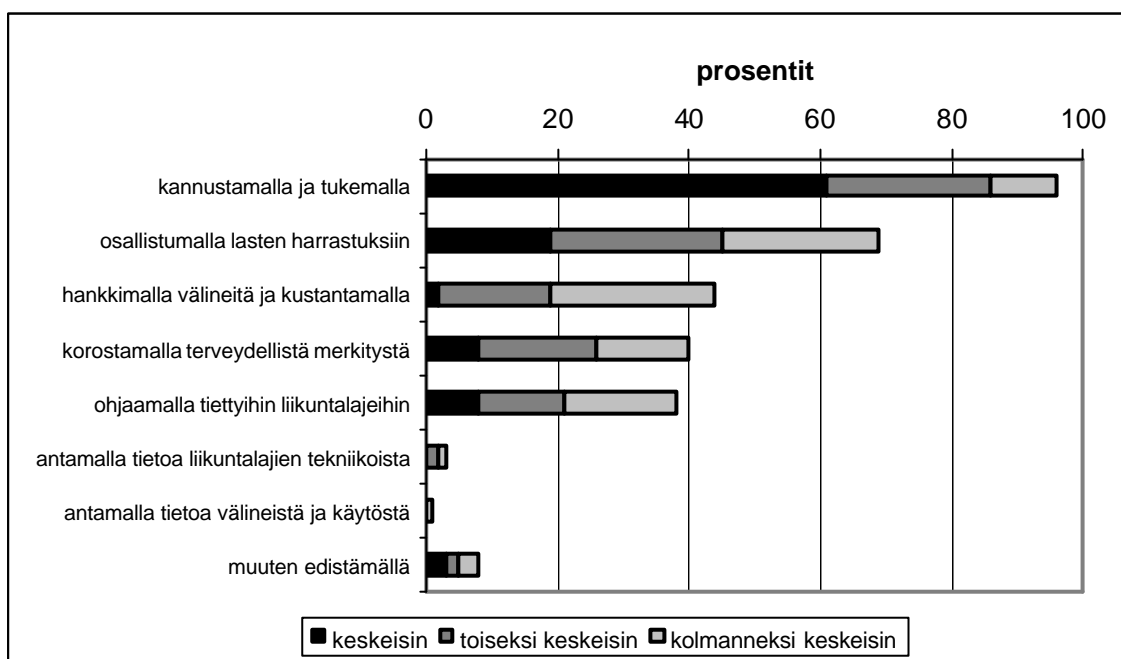
KUVIO 9. Vanhempien (n = 117) suorittama lapsensa harrastuksen katseleminen (%)



KUVIO 10. Vanhempien (n = 118) keskusteleminen lastensa kanssa liikuntaan tai urheiluun liittyvistä asioista (%)

Vanhemmilta kysyttiin myös, mitkä olivat heidän mielestään parhaat keinot edistää lapsensa liikuntaharrastusta. Lomakkeessa oli valmis lista erilaisista edistämiskeinoista,

joista vanhemmat merkkasivat mielestään kolme keskeisintä. Vanhemmista, joiden lapsi harrasti säännöllistä liikuntaa, 94 % merkitsi parhaiden keinojen joukkoon yleisen lapsen kannustamisen ja tukemisen harrastuksessaan (kuvio 11). Toiseksi parhaana edistämiskeinona nähtiin osallistuminen lapsen harrastuksiin (69 %) ja kolmantena välineiden hankkiminen ja harrastuksen kustantaminen (44 %), joka tosin nähtiin hyvin harvoin keskeisimpänä. Terveydellisen merkityksen korostaminen ja ohjaaminen tiettyihin liikuntalajeihin tai muotoihin saivat nekin molemmat noin kahdelta viidesosalta merkinnän kolmen keskeisimmän edistämiskeinon joukkoon.



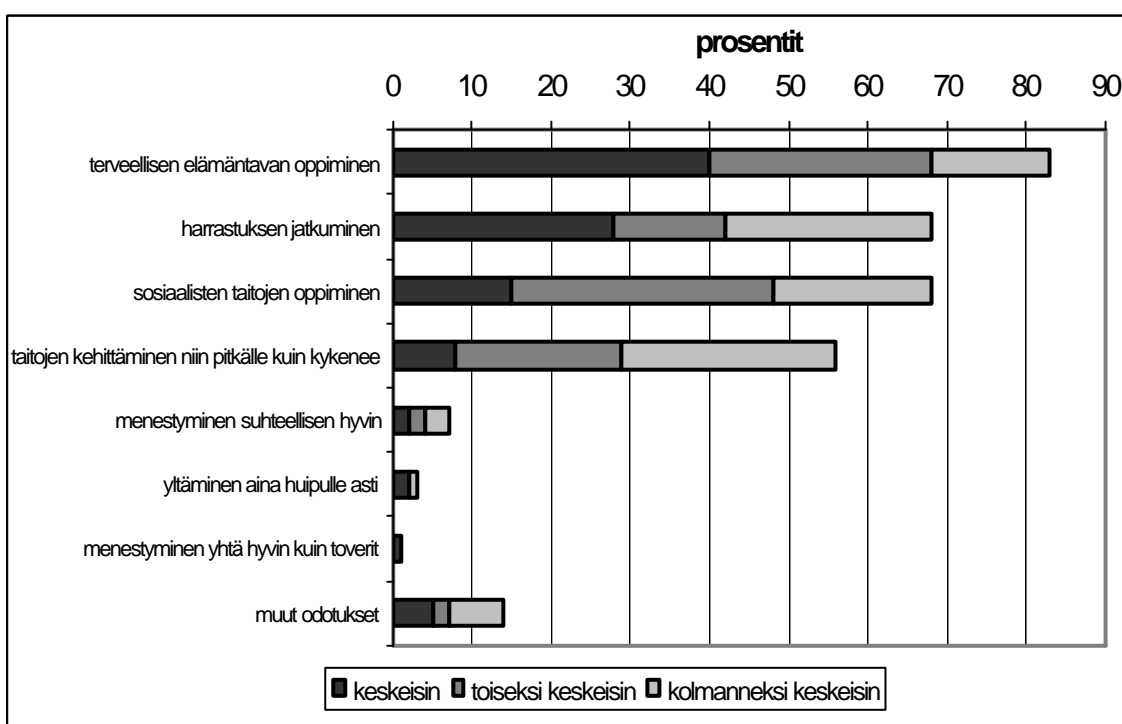
KUVIO 11. Vanhempien (n = 115) mielestään parhaat keinot edistää lapsensa liikunta-harrastusta yleisyysjärjestyksessä (%)

9.3.4 Vanhempien asettamat odotukset

Vanhempien asettamia odotuksia lapsen harrastuksen suhteen selvitettiin kahdella tavalla. Ensinnäkin kysyttiin, kuinka paljon he kohdistivat odotuksia lapsen harrastuksiin ja toiseksi tiedusteltiin, mihin tekijöihin nämä odotukset kohdistuvat. Niistä vanhemmista, joiden lapsi harrasti aktiivista liikuntaa, asetti jonkinasteisia odotuksia 87 %. Lähes kolme neljästä (74 %) vanhemmasta kohdisti *jonkin verran* odotuksia lapsen harrastukselle. *Suhteellisen paljon* (13 %) ja *ei lainkaan* (12 %) odotuksia kohdisti reilu kymmenes vanhemmista. Erittäin paljon odotuksia asetti vain yksi vastanneista vanhemmista.

Vanhempien asettamien odotusten ja lasten kilpailemisen välille löytyi merkitsevä yhteys ($p < .01$). Lasten kilpaillessa tai kilpaillessa korkeammalla tasolla vanhemmat asettivat enemmän odotuksia lapsen harrastuksen suhteen.

Lomakkeessa oli valmis lista siitä, mihin vanhemmat mahdollisesti odotuksiaan kohdistivat. Kysymykseen luonnollisesti vastasivat vain ne vanhemmat, jotka ylipäättään kohdistivat odotuksia lapsen harrastuksen suhteen ja he merkitsivät mielestään kolme keskeisintä odotusten kohdetta. *Terveellisen elämäntavan oppiminen* merkitsi noin viisi kuudesta (83 %) vanhemmasta ja se olikin yleisin odotusten kohde (kuvio 12). Reilu kaksi kolmasosaa (68 %) vanhemmista mainitsi *harrastuksen jatkumisen* ja *sosiaalisten taitojen oppimisen*. Yli puolet (56 %) asetti odotuksia myös lapsen *omien taitojen kehittämiseen mahdollisimman pitkälle*.



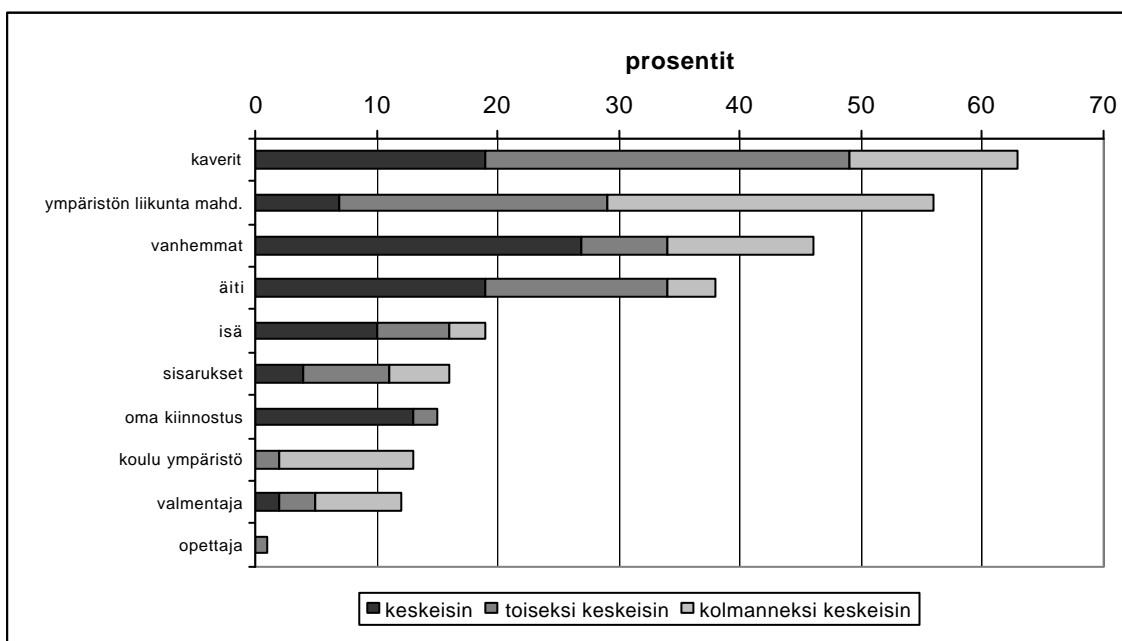
KUVIO 12. Vanhempien ($n = 102$) keskeisimmät odotukset lapsen liikunta harrastuksen suhteen yleisyysjärjestyksessä (%)

9.4 Yhteyksiä lasten ja vanhempien vapaa-ajan ja liikunnan välillä

Yhteyksiä lasten ja vanhempien välillä tutkittiin pääasiassa ristiintaulukoinnilla. Vanhempia käsitellään yhtenä joukkona, koska kyselyyn vastasi vain toinen vanhemmista ja isien (n=36) joukko jäi huomattavasti pienemmäksi kuin äitien (n=136). Isien ja äitien vertailu ei ollut myöskään mielekästä siitä syystä, että vastanneet isät ja äidit olivat eri perheistä.

9.4.1 Vanhemmat sosiaalistajina

Lasten sosiaalistumista säännölliseen liikuntaharrastukseen kysyttiin vanhemmilta kahdella kysymyksellä. Ensimmäinen pyrki selvittämään, ketkä tai mitkä tekijät olivat olleet eniten vaikuttamassa harrastuksen syntyyn. Vastaaminen tapahtui merkitsemällä vanhempien mielestä kolme keskeisintä tekijää valmiiksi muodostetusta listasta (kuvio 13). Tämän lisäksi pyydettiin vanhempia vielä kuvailemaan lapsen liikuntaan sosiaalistumisprosessia avoimella kysymyksellä.



KUVIO 13. Vanhempien (n = 115) keskeisimpinä pitämät tekijät lapsen liikuntaan sosiaalistumisessa yleisyysjärjestyksessä (%)

Ensimmäisen kysymyksen osalta yksittäisistä tekijöistä eniten korostui *kavereiden* merkitys (kuvio 13). Jos kuitenkin tarkastellaan vanhempien vaikutusta yhteensä eli otetaan mukaan *isä, äiti ja molemmat yhdessä* nousee se selvästi merkittävimmäksi tekijäksi. Tutkittaessa vielä erikseen pelkästään *keskeisimmäksi merkittyä* tekijää korostuu *vanhempien* rooli entisestään. Syytä on myös huomioida *oman kiinnostuksen* suuri osuus, sillä se tuli ilmi *muissa tekijöissä*, joita vanhemmat saivat itse merkitä. *Ympäristön liikuntamahdollisuudet* ovat nekin suuressa osassa, mutta eivät useinkaan nouse keskeisimmäksi.

Avoimen kysymyksen osalta korostuivat samat tekijät kuin edellä. *Vanhempien* merkitys sosiaalistajina osoittautui tässäkin tarkastelussa keskeisimmäksi. Nyt saatiin kuitenkin enemmän tietoa itse prosessista, jossa korostui lapsen harrastuksiin tutustuttaminen ja yleinen kannustaminen sekä tukeminen. Lasten *omaa kiinnostusta* korostettiin myös hyvin paljon ja sosiaalistumisprosessia kuvattiinkin usein näiden kahden tekijän yhteisvaikutuksena, kuten seuraavat otteet osoittavat.

"Mietimme yhdessä, mikä liikuntaharrastus tuntuisi mieleisimmältä. Hän kokeili muutamia yhden talven kerrallaan ja sitten löytyi mieluinen, jota hän on harrastanut jo kolme vuotta." (erään tytön äiti)

"Pienenä me vanhemmat ehdottelimme harrastuksia, nyt isompina lapset löytävät itse haluamansa harrastuksen - me vain maksamme ja kuljetamme." (erään pojan äiti)

"Juteltiin harrastuksista ja yksi niitä täytyi olla liikunnallinen. Lapsi sai valita, mikä tutui mukavalta." (erään tytön äiti)

Kavereiden rooli ei tullut aivan yhtä merkittävänä tekijänä esille kuin vanhemmat ja oma kiinnostus, mutta sekin nousi esiin monista vastauksista. Hyvänä esimerkkinä kaveripiirin liikuntaan sosiaalistavasta vaikutuksesta oli erään isän kommentti.

"Kavereilla on ollut hyvin keskeinen merkitys, sillä koululuokka on lähes sama asia kuin jalkapallojoukkue." (erään pojan isä)

Sosiaalistamisprosessia tutkittiin vielä vertailemalla vanhempien toivomia ja harrastamia lajeja lasten harrastamiin lajeihin. Niistä vanhemmista (n =115), jotka katsoivat lapsensa harrastavan säännöllistä liikuntaa, yhdellä neljästä oli mielessään laji, jota he erityisesti toivoivat lapsensa harrastavan. Vanhempien omatoimisesti tai seurassa harrastaman lajin ja heidän toivomansa lasten lajin välillä ei ollut yhteyttä. Kun vertailtiin näitä mielilajeja lasten todellisuudessa harrastamiin kilpailulajeihin, harrasti 43 % lapsista vanhempien toivomaa lajia. On kuitenkin huomioitava, että vanhemmista vain 14 oli kirjannut toivomansa lajin lomakkeeseen. Vanhempien toivomista lajeista esiin nousivat hiihto ja joukkuepelit.

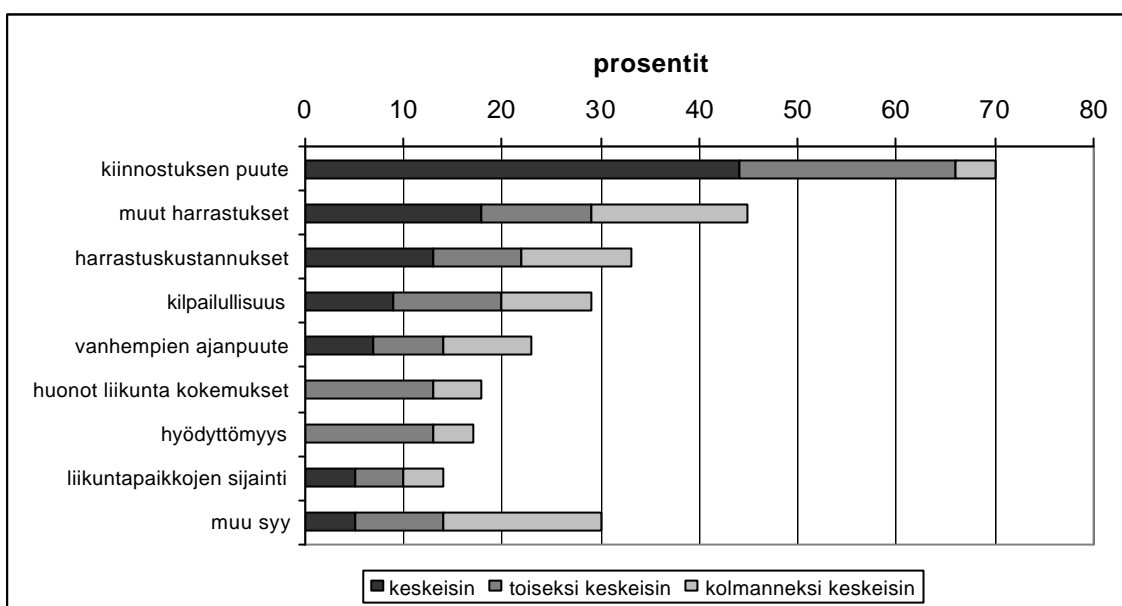
Vanhempien edelleen tai aikaisemmin seurassa tai kilpailullisesti harrastaminen lajien ja lasten kilpailulajien välillä ei ollut yhteyttä. Vain muutamat lapset harrastivat samaa lajia vanhempiensa kanssa. Lajeina olivat golf ja alppihiihto, joissa vanhemmilla usein onkin erityisen keskeinen rooli sosiaalistajina. Hiihtoa lukuun ottamatta myöskään vanhempien omatoimisten- ja lasten kilpailulajien välillä ei ollut yhteyttä.

9.4.2 Liikuntaa harrastamattomat lapset ja heidän vanhempansa

Vanhempia, jotka katsoivat, ettei heidän lapsensa omaa säännöllistä liikuntaharrastusta oli reilu kolmannes (34 %, n = 59). Lasten vastauksissa lähes sama osuus (32 %) liikkui harvemmin kuin kahdesti viikossa. Vanhemmista noin yhdeksän kymmenestä (93 %) olisi kuitenkin halunnut lapsensa harrastavan säännöllistä liikuntaa. Yrityksiä saada lastaan liikunnalliseen harrastukseen oli tehnyt lähes neljä viidestä (78 %) liikunnallisesti passiivisen lapsen vanhemmista. Kysyttäessä keinoja, joita vanhemmat olivat käyttäneet, vajaa puolet merkitsi jonkin keinon ja yleisimmiksi nousivat *yleinen kannustaminen, harrastuksiin kuljettaminen ja erilaisten harrastusten ehdottaminen*.

Vanhempien mielestä yleisin lapsen harrastamattomuuden syy oli *kiinnostuksen puute* (kuvio 14). Seuraavina tulivat lapsen *muut harrastukset ja harrastuksesta aiheutuvat kustannukset*. Syyt merkittiin valmiiksi laaditusta listasta, josta valittiin kolme vanhempien mielestä keskeisintä seikkaa. Muina syinä, joita vanhemmat itse toivat esiin, korostuivat *kavereiden harrastamattomuus ja koulutyöt*. *Kiinnostuksen puute* korostui myös säännöllisen harrastuksen lopettamisen syynä. Vanhempien mukaan yli puolella (57 %)

liikunnallisesti passiivisista lapsista oli aikaisemmin ollut säännöllinen liikunta-harrastus.



KUVIO 14. Lasten liikunnan harrastamattomuuden syyt vanhempien (n = 56) mielestä yleisyysjärjestyksessä (%)

9.4.3 Liikunnan osuuden yhteyksiä lasten harrastamiseen

Liikunnan osuudella perheen vapaa-ajassa ja lasten seurassa liikkumisella oli yhteyttä keskenään (taulukko 11). Yhteys oli tilastollisesti erittäin merkitsevä ja se kertoi, että lasten runsas seurassa liikkuminen tarkoitti myös liikunnan suurempaa osuutta perheen vapaa-ajassa. Erityisesti tämä näkyi niissä perheissä, joissa liikunnalla ei ollut osuutta lainkaan tai se oli melko pieni, sillä noin kolme neljäsosaa näiden perheiden lapsista ei harrastanut ollenkaan tai harrasti harvemmin kuin kerran viikossa liikuntaa seurassa. Sen sijaan perheissä, joissa liikunnalla oli melko suuri tai erittäin suuri osuus, reilu kolmasosa lapsista harrasti neljästä seitsemään kertaa viikossa seurassa liikkumista. Lukumääräisesti suurin osuus perheistä piti liikunnan osuutta kohtalaisena.

Liikunnan osuus perheessä oli erittäin merkitsevästi yhteydessä myös lasten kilpailemiseen (taulukko 12). Mikäli lapsi otti osaa kilpailemiseen, oli todennäköisesti liikunnan osuus perheen vapaa-ajassa vähintään kohtalainen. Lapsen kilpailun korkeampi taso tiesi yleensä myös korkeampaa liikunnan osuutta perheessä.

TAULUKKO 11. Lasten seurassa liikkumisen yhteys liikunnan osuuteen perheen vapaa-ajassa (%)

		Lasten seurassa liikkuminen			Yht.
		ei koskaan/ harv.1 krt/vko	1-3 kertaa viikossa	4-7 kertaa viikossa	
Liikunnan osuus perheen vapaa-ajassa	ei osuutta/ melko pieni osuus (n=43)	77	23		100
	kohtalainen osuus (n=80)	44	49	7	100
	melko/erittäin suuri osuus (n=48)	25	40	35	100
Yhteensä	% määrä	48	39	13	100 171

p<.001***

TAULUKKO 12. Lasten kilpailuihin osallistumisen yhteys liikunnan osuuteen perheen vapaa-ajassa (%)

		Lasten kilpailuihin osallistuminen			Yht.
		ei ole kilpailut/ei enää kilpaile	koulun/ seuran kilpailut	kansalliset/ kansainväliset kilpailut	
Liikunnan osuus perheen vapaa-ajassa	ei osuutta/ melko pieni osuus (n=43)	74	26		100
	kohtalainen osuus (n=80)	45	47	8	100
	melko/erittäin suuri osuus (n=48)	21	52	27	100
Yhteensä	% määrä	46	43	11	100 171

p<.001***

Tutkittaessa lasten omatoimista liikkumista ja liikunnan osuutta perheen vapaa-ajassa saatiin melkein merkitsevä yhteys (taulukko 13). Lapsen liikkuesssa omatoimisesti yh-

destä kolmeen kertaa viikossa ei yhteyttä liikunnan osuuteen perheessä ollut. Jos lapsi liikkui tätä vähemmän, oli liikunnan osuus todennäköisesti myös perheessä pienempi. Neljästä seitsemään kertaa viikossa liikkuvien lasten perheissä taas liikunnan osuuskin oli yleensä suurempi.

TAULUKKO 13. Lasten omatoimisen liikunnan yhteys liikunnan osuuteen perheen vapaa-ajassa (%)

		Lasten omatoiminen liikkuminen			Yht.
		ei koskaan/ harv.1 krt/vko	1-3 kertaa viikossa	4-7 kertaa viikossa	
Liikunnan osuus perheen vapaa-ajassa	ei osuutta/ melko pieni osuus (n=43)	37	51	12	100
	kohtalainen osuus (n=79)	23	49	28	100
	melko/erittäin suuri osuus (n=48)	12	50	38	100
Yhteensä	% määrä	24	50	26	100 170

p<.05*

9.4.4 Vanhempien aktiivisen liikunnan harrastamisen yhteys lasten harrastamiseen

Keskeinen tutkittava asia lasten ja vanhempien välillä oli se, miten vanhempien aktiivinen liikunnan harrastaminen tai toisaalta harrastamattomuus näkyi lasten liikunnallisessa harrastamisessa. Vanhemmat jaettiin tarkastelussa kolmeen luokkaan (taulukko 14). Melkein merkitsevä yhteys ($p<.05$) löytyi lasten seurassa liikkumisen ja vanhempien aktiivisuuden väliltä. Ristiintaulukointi osoitti, että lapset, joiden vanhemmat olivat aikaisemmin harrastaneet aktiivista liikuntaa, liikkuivat eniten seuroissa. Lasten seurassa liikkumisessa ei ollut eroja liikunnallisesti passiivisten ja edelleen aktiivisten vanhempien lapsilla.

TAULUKKO 14. Lasten seurassa liikkumisen yhteys vanhempien aktiiviseen liikunnan harrastamiseen (%)

		Lasten seurassa liikkuminen			Yht.
		ei koskaan/ harv.1 krt/vko	1-3 kertaa viikossa	4-7 kertaa viikossa	
Vanhempien aktiivinen liikunnan harrastaminen	ei nyt, eikä aikaisemmin (n=38)	50	42	8	100
	aikaisemmin seurassa tai omatoimisesti (n=48)	33	42	25	100
	edelleen seurassa tai omatoimisesti (n=88)	53	38	9	100
Yhteensä	% määrä	47	40	13	100 174

p<.05*

TAULUKKO 15. Lasten kilpailemisen yhteys vanhempien aktiiviseen liikunnan harrastamiseen (%)

		Lasten kilpailuihin osallistuminen			Yht.
		ei ole kilpaillut / ei enää kilpaile	koulun / seuran kilpailut	kansalliset / kansainväliset kilpailut	
Vanhempien aktiivinen liikunnan harrastaminen	ei nyt, eikä aikaisemmin (n=38)	66	26	8	100
	aikaisemmin seurassa tai omatoimisesti (n=48)	29	54	17	100
	edelleen seurassa tai omatoimisesti (n=88)	48	43	9	100
Yhteensä	% määrä	47	42	11	100 174

p<.05*

Samansuuntaisia tuloksia ($p < .05$) saatiin myös lasten kilpailemisen ja vanhempien aktiivisen harrastamisen suhteen. Nyt vanhempien aikaisempi harrastuneisuus erottui vielä selvemmin muista luokista (taulukko 15). Lapset harrastivat todennäköisemmin kilpailemista ja korkeammalla tasolla, mikäli vanhemmat olivat olleet aikaisemmin liikunnallisesti aktiivisia. Tällä kertaa myös vanhempien edelleen harjoittama liikunnallinen aktiivisuus nosti lapsen todennäköisyyttä osallistua kilpailulliseen toimintaan verrattuna harrastamattomien vanhempien lapsiin.

9.4.5 Vanhempien kilpailemisen yhteys lasten harrastamiseen

Vanhempien kilpailemisen yhteyttä tutkittiin lasten harrastamiseen. Merkitsevä yhteys löytyi lasten seurassa liikkumisen ja vanhempien kilpailemisen väliltä (taulukko 16). Erityisesti tämä yhteys näkyi niiden vanhempien kohdalla, jotka eivät olleet kilpailua koskaan harrastaneet. Heidän lapsistaan suurin osa (53 %) ei harrastanut seurassa liikuntaa tai harrasti harvemmin kuin kerran viikossa. Yhdestä kolmeen kertaa viikossa seurassa liikkuvien lasten osalta vanhempien kilpailemisella ei näyttänyt olevan merkitystä. Sen sijaan vanhempien kilpaileminen lisäsi todennäköisyyttä sille, että lapset liikkuivat neljästä seitsemän kertaa viikossa.

TAULUKKO 16. Lasten seurassa liikkumisen yhteys vanhempien kilpailemiseen (%)

		Lasten seurassa liikkuminen			Yht.
		ei koskaan/ harv.1 krt/vko	1-3 kertaa viikossa	4-7 kertaa viikossa	
Vanhempien kilpaileminen	ei koskaan (n=122)	53	39	8	100
	aikaisemmin tai edelleen (n=48)	33	40	27	100
Yhteensä	% määrä	48	39	13	100 170

$p < .01^{**}$

Vanhempien kilpailemisen ja lasten kilpailemisen välille saatiin samantyyppinen merkitsevä yhteys kuin edellä seurassa liikkumisessa (taulukko 17). Vanhempien kilpaile-

misella ei ollut yhteyttä siihen, kilpailiko lapsi koulun tai seuran kilpailuissa. Se kuitenkin lisäsi todennäköisyyttä sille, että lapsi ylipäätään kilpaili ja toisaalta sille, että lapsi kilpaili korkeammalla tasolla (kansallisella tai kansainvälisellä).

TAULUKKO 17. Lasten kilpailuihin osallistumisen yhteys vanhempien kilpailemiseen (%)

		Lasten kilpailuihin osallistuminen			Yht.
		ei ole kilpailut/ei enää kilpaile	koulun/seuran kilpailut	kansalliset/kansainväliset kilpailut	
Vanhempien kilpaileminen	ei koskaan (n=122)	52	41	7	100
	aikaisemmin tai edelleen (n=48)	33	46	21	100
Yhteensä	% määrä	47	42	11	100 170

p<.01**

9.4.6 Vanhempien koulutuksen ja yksinhuoltajuuden yhteys lasten harrastamiseen

Vanhempien peruskoulutuksen ja lasten seurassa liikkumisen yhteys oli melkein merkitsevä (taulukko 18). Lukion käyneiden vanhempien lapset harrastivat seurassa liikuntaa todennäköisemmin kuin peruskoulun käyneiden lapset. Yhdestä kolmeen kertaa viikossa harrastavien lasten ryhmässä suurempi prosenttiosuus oli kuitenkin peruskoulun käyneiden vanhempien lapsilla. Sen sijaan neljästä seitsemään kertaa viikossa seurassa liikkuvien lasten ryhmässä vanhempien peruskoulutus oli yleisemmin lukio kuin peruskoulu.

Toinen koulutukseen liittyvä mielenkiinnon kohde oli vanhempien ammatillisen tutkinnon ja lasten seurassa liikkumisen välinen yhteys (taulukko 19). Korkeakoulun käyneiden vanhempien lapset harrastivat muita todennäköisemmin seurassa liikkumista. Eri-tyisesti ero muihin koulutusryhmiin tuli tarkasteltaessa neljästä seitsemään kertaa viikossa tai ei lainkaan tai harvemmin kuin kerran viikossa harrastavia lapsia. Yhdestä

kolmeen kertaa viikossa harrastavilla lapsilla ei vanhempien koulutuksella ollut juuri merkitystä. Suhteessa kaikista vähiten seurassa liikkumista harrasti opistotason tutkinnon omaavien vanhempien lapset. Tosin ero niiden vanhempien lapsiin, joilla ei ollut tutkintoa lainkaan tai omasivat koulutason tutkinnon, oli melko pieni.

TAULUKKO 18. Lasten seurassa liikkumisen yhteys vanhempien peruskoulutukseen (%)

		Lasten seurassa liikkuminen			Yht.
		ei koskaan/ harv.1 krt/vko	1-3 kertaa viikossa	4-7 kertaa viikossa	
Vanhempi- en koulutus	peruskoulu (n=74)	52	43	5	100
	lukio (n=93)	43	37	20	100
Yhteensä	% määrä	47	39	14	100 167

p<.05*

TAULUKKO 19. Lasten seurassa liikkumisen yhteys vanhempien ammatilliseen tutkintoon (%)

		Lasten seurassa liikkuminen			Yht.
		ei koskaan/ harv.1 krt/vko	1-3 kertaa viikossa	4-7 kertaa viikossa	
Vanhempien ammatillinen tutkinto	ei tutkintoa/ koulutaso (n=52)	48	42	10	100
	opistotaso (n=70)	56	36	8	100
	korkeakoulu (n=47)	34	40	26	100
Yhteensä	% määrä	47	39	14	100 169

p<.05*

Yksinhuoltajien osalta ei löydetty merkitseviä eroja lasten harrastamisen suhteen. Yksinhuoltajien lapset liikkuvat siis niin seurassa kuin omatoimisestikin yhtä runsaasti kuin kahden huoltajan perheissä. Myöskään kilpailemisessa tilastollisia eroja ei syntynyt, joskin korkeimmalla tasolla kilpaileminen ja lähes päivittäinen urheiluseurassa liikkuminen olivat hyvin harvinaista yksinhuoltajien lapsilla (liite 4).

9.5 Vanhempien luoma motivaatioilmasto

Vanhempien luomaa motivaatioilmastoa lapsen harrastukseen tutkittiin mielipide/asenneväittämien avulla. Väittämien perusrunkona käytettiin PIMCQ (Parent-initiated motivational Climate Questionnaire) kyselyä, jota muun muassa White ym. (1992, 877) olivat aikaisemmin testanneet. Kysely oli kuitenkin suunnattu lapsille, jolloin vanhempien luomaa ilmastoja selvitettiin lasten näkökulmasta. Tällä kertaa tutkimus päätettiin kuitenkin toteuttaa kysymällä vanhemmilta heidän asennoitumisestaan lapsen harrastukseen. Kyselyä jouduttiin siten muokkaamaan vanhemmille suunnatuksi ja samalla jätettiin joitain väittämiä pois ja vastaavasti lisättiin pari väittämää. Näin saatiin lopullinen 13:sta väittämän luettelo (liite 1). Vastaaminen tapahtui alkuperäisen kyselyn tavoin viisiportaisen Likert-asteikon avulla, jossa 1 = täysin eri mieltä ja 5 = täysin samaa mieltä.

9.5.1 Motivaatiofaktorit

Väittämistä saatua informaatio pyrittiin tiivistämään faktorianalyysin avulla. Parasta mahdollista faktorijoukkoa haettiin pääkomponenttimenetelmällä ja varimax-rotatiolla, joilla päädyttiin kolmeen faktoriin (taulukko 20). Nämä kolme faktoria selittivät 42,5 % asenneväittämien kokonaisvaihtelusta. Kommunaliteetit (h^2) jäivät suhteellisen alhaisiksi (ks. s.49), mikä heikensi jonkin verran luotettavuutta. Alhaisen kommunaliteetin ($h^2 < .20$) vuoksi yksi väittäjä jätettiin kokonaan pois tarkasteluista. Myös toinen väittäjä jätettiin pois, sillä sen ei selvästi katsottu kuuluvan mihinkään yksittäiseen faktoriin. Poisjätetyt väittämät ovat suluissa taulukossa 20.

TAULUKKO 20. Rotatoitu faktorimatriisi

Väittämät	Faktorit		
	Menestyminen	Oppiminen	Viihtyminen
Olen tyytyväinen, kun lapseni parantaa suoritusta kovan yrittämisen jälkeen	,104	.601	,260
Huomioin lapseni hänen parantaessa taitojaan	-,074	.690	-,157
Olen sitä mieltä, että virheet ovat osa oppimista	,012	.669	,112
Tärkeintä lapsen harrastamisessa on siinä viihtyminen	-,250	-,108	.656
Olen tyytyväinen, kun lapseni oppii jotain uutta	,101	,345	.616
Lapseni pelkää virheiden tekemistä	,081	,072	.564
(Olen tyytyväinen, kun lapseni onnistuu ilman kovaa yritystä)	(,355	-,059	,439)
Huolestun , kun lapseni suorittaa taitoja, joissa hän ei ole hyvä	.593	-,005	,147
Lasten on hyvä erikoistua jo nuorena	.668	,143	-,121
En pidä siitä, että lapseni ei pärjää niin hyvin kuin muut	.694	-,041	,142
Huolestun lapseni epäonnistumisesta	.730	,127	-,002
Lapseni tulisi saavuttaa paljon ilman suurempaa yritystä	.581	-,179	,058
(Annan lapseni oppia yhden asian, ennen kuin opetan uutta)	(,336	,240	-,088)

Kolme faktoria nimettiin siten, että ne kuvaisivat mahdollisimman hyvin vanhempien luomaa motivaatioilmastoa. Ensimmäinen faktori nimettiin *menestymistä korostavaksi* ilmastoksi, jossa keskeistä oli menestyminen muihin nähden, epäonnistumisesta huolestuminen, erikoistuminen ja saavutukset ilman kovaa yritystä. *Oppimista korostavassa* faktorissa tuli esille tyytyväisyys lapsen suoritusten paranemiseen, kehittymisen huomiointi ja virheiden pitäminen osana oppimista. Kolmas vanhempien luomaa motivaatioilmastoa kuvaava faktori oli *viihtymistä korostava*. Siinä tärkeänä pidettiin lapsen harrastuksessa viihtymistä, vanhempien tyytyväisyyttä lapsen oppiessa jotain uutta ja pelotonta oppimisympäristöä.

Tavoiteorientaatioteoriaan viitaten ensimmäinen faktori voitiin katsoa kuuluvan lähinnä minäsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon, kun taas kaksi jälkimmäistä lukeutuivat enemmän tehtäväsuuntautuneisuuteen. Tarkasteluissa käytettiin kuitenkin kaikkia kolmea faktorianalyysin pohjalta saatua motivaatioilmaston muotoa. Helpottaakseen vanhempien luomien motivaatioilmastojen ja lasten sukupuolen sekä harrastuneisuuden välisten yhteyksien tutkimista, saaduista faktoreista tehtiin uusia summamuuttujia. Jokaiselle vanhemmalle laskettiin siis summapistet kustakin motivaatioilmaston muodosta.

Summapisteet muodostuivat niistä väittämistä, jotka lukeutuivat samaan faktoriin ja pisteinä toimivat Likert-asteikon pisteet. Väittämän, jossa kysyttiin lapsen pelkäämistä hänen tehdessä virheen, pisteet jouduttiin kääntämään. Uusien muuttujien avulla päästiin tavoitteeseen, joka oli väittämistä saadun informaation supistaminen mielekkääseen muotoon jatkoanalyysjä varten.

9.5.2 Sukupuolierot vanhempien luomissa motivaatioilmastoissa

Vanhempien luomia motivaatioilmastoja tutkittiin usealla eri tavalla. Ristiintaulukointia käytettäessä vanhemmat jaettiin motivaatioilmastoa kuvaavien summamuuttujien mukaan kolmeen luokkaan. Näin saatiin vanhempien ryhmiä, joissa tietyn motivaatioilmaston korostus oli vähäistä, keskimääräistä tai runsasta. Saatuja ryhmiä voitiin vertailla eri muuttujien suhteen. Toisaalta varianssianalyysillä tutkittiin suoraan summamuuttujista saatuja keskiarvoja lasten eri ryhmissä.

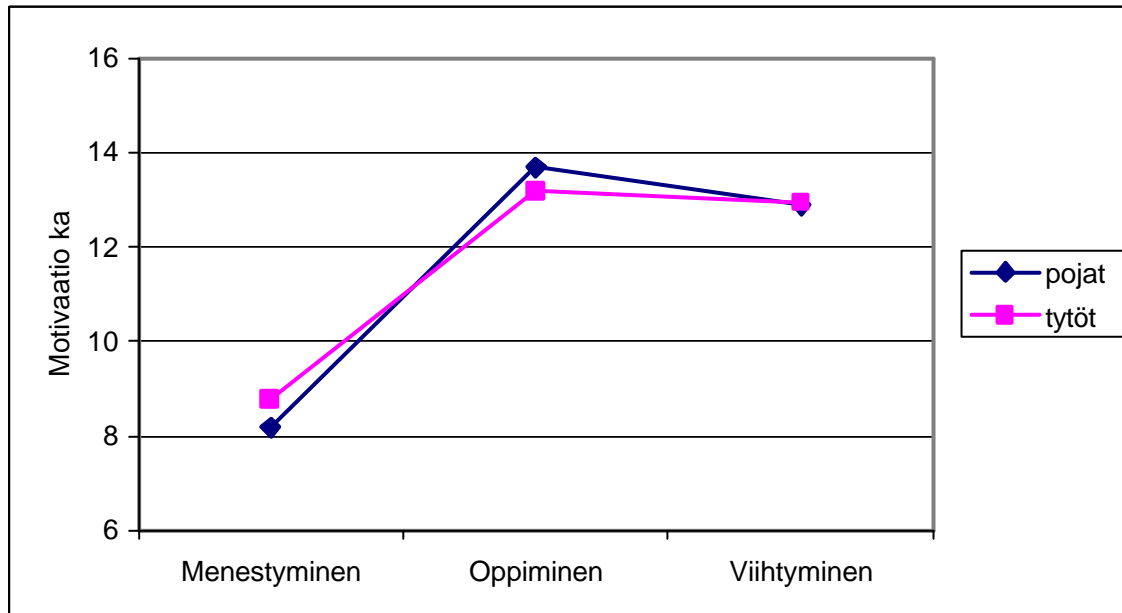
Isien ja äitien luomissa motivaatioilmastoissa ei ollut tilastollisesti eroja, joten vanhempia voitiin tarkastella yhtenä joukkona. Tämä oli tarpeen siitäkkin syystä, että isiä oli suhteellisen vähän. Sukupuolierojen tarkastelussa kartoitettiin siis vanhempien toisaalta tytöille ja toisaalta pojille luomia motivaatioilmastoja. Sukupuolten välillä merkitseviä eroja saatiin ristiintaulukoimalla ja varianssianalyysillä ainoastaan vanhempien *oppimista korostavassa* motivaatioilmastossa (taulukko 21, liite 4). Ristiintaulukointi osoitti, että vanhemmat korostivat oppimista merkitsevästi ($p < .01$) enemmän pojille kuin tytöille. Erityisesti tämä ero näkyi eniten oppimista korostavien vanhempien luokassa. On kuitenkin huomattava, että tytöilläkin tämä oppimisilmapiiri sai korkeita arvoja (kuvio 15).

Viihtyvyyteen liittyvä motivaatioilmasto sai sekin suhteellisen korkeita arvoja, kun taas *menestymistä korostava* ilmasto oli selvästi vähäisempää (kuvio 15). Jonkin verran sukupuolieroja oli myös *menestymistä korostavassa* ilmastossa. Erot eivät kuitenkaan olleet merkitseviä, johtuen osittain siitä, että keskihajonnat sukupuolten sisällä olivat niin suuria (liite 4). Tulokset osoittivat ylipäätään sen, että vanhemmat loivat sekä tytöille että pojille enemmän yleisesti positiivisena pidettyjä *oppimista* ja *viihtymistä korostavia* motivaatioilmastoja kuin negatiivisempana pidettyä *menestymistä korostavaa* ilmasto.

TAULUKKO 21. Lasten sukupuolierot vanhempien luomassa oppimista korostavassa motivaatioilmastossa (%)

		Sukupuoli		Yht.
		poika (n=73)	tyttö (n=95)	
Oppimista korostava motivaatioilmasto	vähäinen (n=37)	21	23	22
	keskimääräinen (n=89)	42	61	53
	runsas (n=42)	37	16	25
Yhteensä	% määrä	100	100	100 168

$p < .01^{**}$



KUVIO 15. Vanhempien (n = 169) luomien motivaatioilmastojen sukupuolittainen tarkastelu

9.5.3 Seurassa liikkumisen ja kilpailemisen yhteys motivaatioilmastoihin

Ristiintaulukoinnilla tutkittiin myös yhteyttä vanhempien luoman motivaatioilmaston ja lapsen liikunnan harrastamisen välillä. Lasten liikuntamäärillä ja vanhempien luomalla motivaatioilmastolla ei ollut yhteyttä omatoimiseen liikuntaan. Tutkittaessa lapsia yhtenä joukkona ainoa motivaatioilmaston muoto, jolla oli yhteyttä lasten seurassa liikkumiseen ja kilpailemiseen oli *viihtymistä korostava* ilmasto. Jotta lasten määrä eri harraste-luokissa saatiin riittäväksi, jaettiin vanhemmat viihtymistä korostavan motivaatioilmaston mukaan kahteen luokkaan.

Tulokset osoittivat, että vanhempien luodessa enemmän viihtyvyyttä korostavaa ilma- piiriä lapset harrastivat todennäköisemmin ja suuremmassa määrin seurassa liikkumista (taulukko 22). Suurin prosenttiosuus lapsista tässä vanhempien enemmän viihtyvyyttä korostavassa ryhmässä harrasti seurassa liikuntaa yhdestä kolmeen kertaa viikossa. Niiden vanhempien lapsista, jotka korostivat vähemmän harrastuksessa viihtymistä, suurin osa ei harrastanut liikuntaa seurassa tai harrasti harvemmin kuin kerran viikossa.

TAULUKKO 22. Vanhempien luoman viihtymistä korostavan motivaatioilmaston yhteys lasten seurassa liikkumiseen (%)

		Lasten seurassa liikkuminen			Yht.
		ei koskaan/ harv.1 krt/vko	1-3 kertaa viikossa	4-7 kertaa viikossa	
Viihtymistä korostava mo- tivaatioilmas- to	vähemmän (n=76)	59	34	7	100
	enemmän (n=94)	37	44	19	100
Yhteensä	% määrä	47	39	14	100 170

p<.01**

Kilpailemisen osalta tulokset olivat hyvin samankaltaisia kuin seurassa liikkumisen osalta (taulukko 23). Vanhempien luoman enemmän viihtyvyyttä korostavan motivaatioilmaston ja lasten kilpailemisen välillä oli positiivinen yhteys. Vanhemmat siis koros-

tivat viihtymistä enemmän kilpailua harrastavien lasten osalta. Erityisesti tämä tuli ilmi ryhmissä, joissa lapset eivät kilpailleet tai kilpailivat koulun tai seuran kilpailuissa. Kilpailun tason noustessa erot vanhempien luomassa viihtyvyyttä korostavassa motivaatioilmastoissa pienenevät.

TAULUKKO 23. Vanhempien luoman viihtymistä korostavan motivaatioilmaston yhteys lasten kilpailemiseen (%)

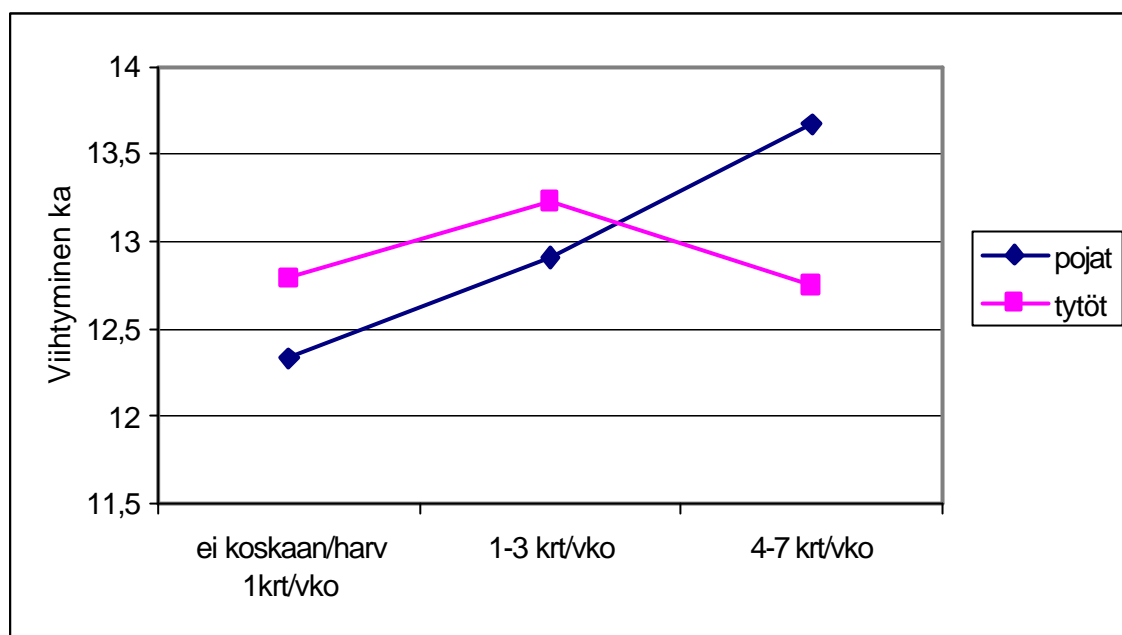
		Lasten kilpailuihin osallistuminen			Yht.
		ei ole kilpaillut/ei enää kilpaile	koulun / urheiluseuran kilpailut	kansalliset / kansainväliset kilpailut	
Viihtymistä korostava motivaatioilmasto	vähemmän (n=76)	59	32	9	100
	enemmän (n=94)	36	52	12	100
Yhteensä	% määrä	46	43	11	100 170

p<.05*

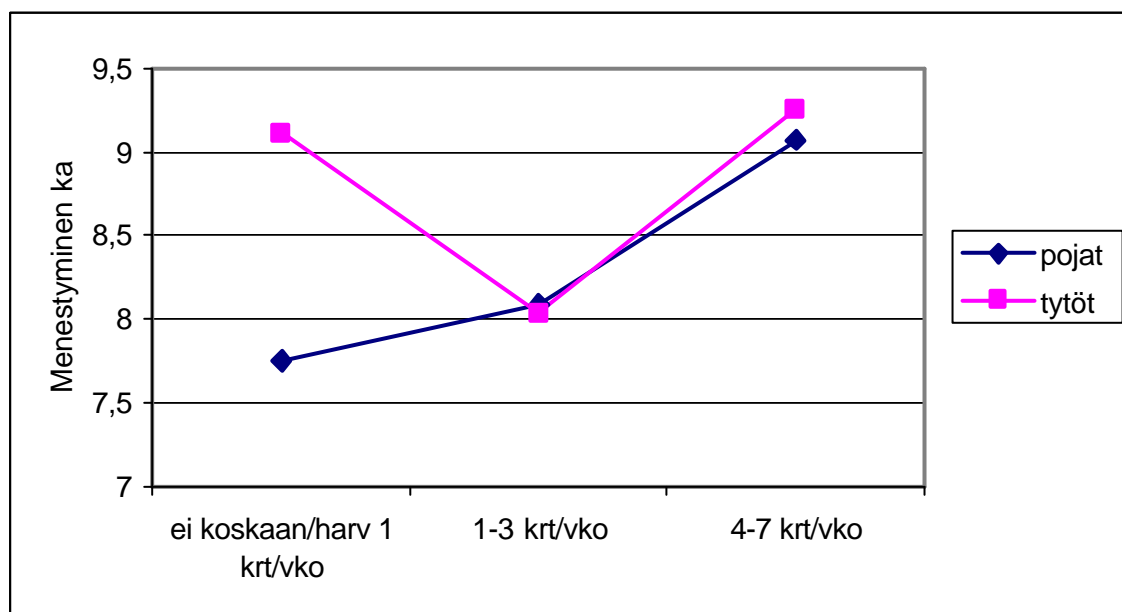
Tarkempi tarkastelu osoitti, että *viihtymistä korostavan* motivaatioilmaston ja lasten kilpailemisen sekä seurassa liikkumisen välinen yhteys selittyy lähinnä poikien merkitseville yhteyksillä ($p<.01$). Varianssianalyysi osoitti, että poikien osalta vanhemmat korostivat sitä enemmän *viihtymistä*, mitä enemmän lapsi harrasti seurassa liikkumista (kuvio 16 ja liite 4). Pelkkiä tyttöjä tutkittaessa tässä ilmapiirissä ei ilmennyt merkitseviä yhteyksiä.

Tytöillä tilastollisesti melkein merkitsevä ($p<.05$) yhteys löytyi vanhempien luoman *menestystä korostavan* motivaatioilmaston ja kilpailemisen välille (liite 4). Korkeammalla tasolla kilpailevien tyttöjen vanhempien menestymisen korostaminen oli vähäistä. Keskimääräinen menestymisen korostus sen sijaan oli selvässä yhteydessä tyttöjen kilpailemattomuuteen. Runsaasti menestymistä painottavien vanhempien tytöt eivät eronneet kilpailemisen suhteen. Seurassa liikkumisen osalta vähäistä menestymistä korostavaa ilmastoa luotiin 1-3 kertaa viikossa liikkuvien tyttöjen ryhmässä (kuvio 17, liite 4). Poikien osalta menestymistä korostavaa ilmastoa vanhemmat loivat sitä enemmän, mitä

enemmän lapsi seurassa liikkui. Suuren hajonnan vuoksi tilastollisia eroja menestymisen korostamisessa ja sukupuolen tai seurassa liikkumisen suhteen ei kuitenkaan tullut.

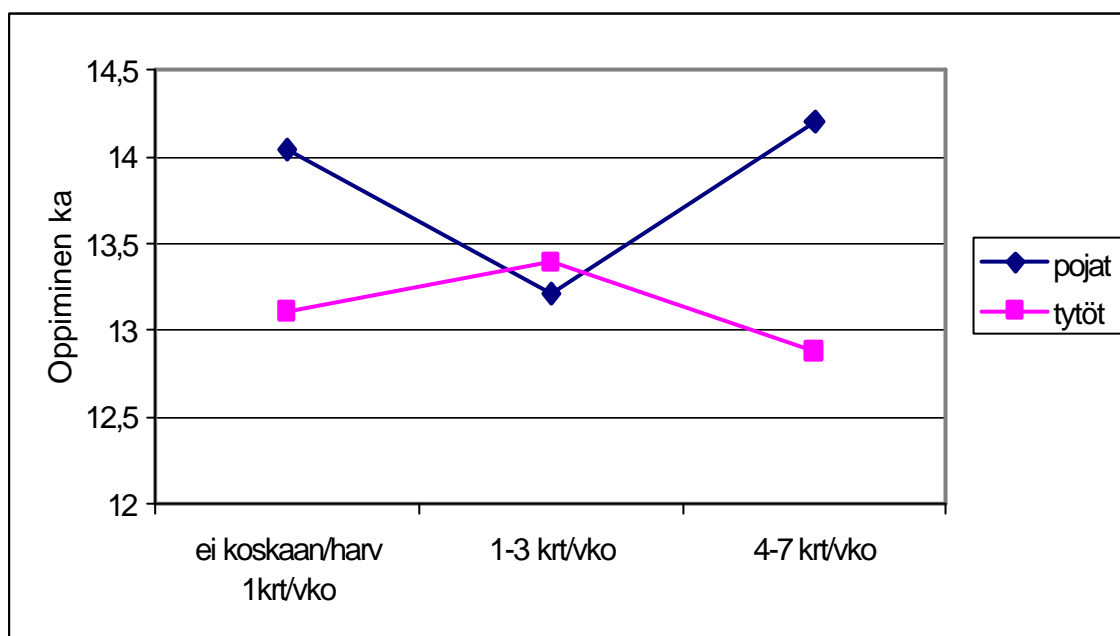


KUVIO 16. Vanhempien (n = 170) viihtymistä korostavan motivaatioilmaston yhteys lapsen seurassa liikkumiseen ja sukupuoleen.



KUVIO 17. Vanhempien (n = 170) menestymistä korostavan motivaatioilmaston yhteys lapsen seurassa liikkumiseen ja sukupuoleen.

Pelkkiä poikia tutkittaessa yhteyttä oli myös vanhempien luomalla *oppimista korostavalla* motivaatioilmastolla ja lasten harrastamisella ($p < .05$). Varianssianalyysi osoitti kuitenkin, että tällä kertaa yhteys ei ollut lineaarinen, kuten *viihtymisessä* ja *menestymisessä* (kuvio 18, liite 4). Eniten oppimista korostettiin poikien ryhmässä, jotka liikkuivat ahkerimmin seuroissa. Merkitsevää eroa ei kuitenkaan tullut tämän ryhmän ja harvemmin kuin kerran viikossa tai ei ollenkaan liikkuvien ryhmän välillä. Sen sijaan molemmissa edellisissä ryhmissä vanhemmat loivat melkein merkitsevästi ($p < .05$) enemmän oppimista korostavaa ilmapiiriä kuin yhdestä kolmeen kertaa seurassa liikkuvien ryhmässä.



KUVIO 18. Vanhempien ($n = 170$) oppimista korostavan motivaatioilmaston yhteys lapsen seurassa liikkumiseen ja sukupuoleen.

Kaksisuuntaisella varianssianalyysillä etsittiin yhdysvaikutuksia useamman eri muuttujan ja vanhempien luomien motivaatioilmastojen välillä. Riippumattomina muuttujina käytettiin lapsen sukupuolta ja kilpailemista tai seurassa liikkumista, kun taas riippuvana muuttujana oli jokin kolmesta motivaatioilmaston muodosta. Ainoa yhdistelmä, jossa yhdysvaikutusta löytyi, oli sukupuolen ja lapsen seurassa liikkumisen sekä vanhempien luoman oppimista korostavan motivaatioilmaston väliltä (kuvio 18 ja liite 4). Yhteys oli tilastollisesti melkein merkitsevä ($p < .05$). Kuten kuviosta 18 nähdään, vanhempien luomat motivaatioilmastot tyttöjen ja poikien suhteen erosivat hyvinkin paljon eri har-

rasteryhmissä. Ääriryhmissä, joissa pojilla korostettiin eniten oppimista, tytöt saivat puolestaan pienimmät arvot.

Regressioanalyysin avulla pyrittiin vielä löytämään lasten harrastamista selittäviä tekijöitä. Analyysissä selittävien tekijöiden joukko koostui kolmesta vanhempien luoman motivaatioilmaston muodosta sekä lapsen sukupuolesta. Tulokset olivat hyvin samankaltaiset niin seurassa liikkumisen kuin kilpailemisenkin osalta. Ne osoittivat, että viihtymistä korostava ilmasto ja sukupuoli olivat tekijät, joilla voitiin selittää niin seurassa liikkumista kuin kilpailemistakin (taulukko 24 ja 25). Seurassa liikkumisen osalta selitysasteeksi saatiin 13,3 prosenttia eli tämän osuus lasten seurassa liikkumisesta selittyy lapsen sukupuolella ja vanhempien viihtymistä korostavalla motivaatioilmastolla. Sukupuolen osuus selityksessä oli jonkin verran suurempi. Kilpailemisen osalta selitysaste oli 13,8 prosenttia ja siinäkin sukupuoli oli jonkin verran vanhempien luomaa motivaatioilmastoa keskeisempi selittäjä.

TAULUKKO 24. Sukupuoli ja motivaatioilmastoulottuvuudet lasten (n = 168) seurassa liikkumisen selittäjinä. (regressioanalyysi)

Selittävät tekijät	beta	p-arvo	R	R Square
Sukupuoli	-,297	,000		
Viihtyminen	,225	,003	,364	,133
Menestyminen	,027	,714		
Oppiminen	-,027	,719		

TAULUKKO 25. Sukupuoli ja motivaatioilmastouloittuvuudet lasten (n = 168) seurassa liikkumisen selittäjinä. (regressioanalyysi)

Selittävät tekijät	beta	p-arvo	R	R Square
Sukupuoli	-,318	,000		
Viihtyminen	,201	,007	,371	,138
Menestyminen	,032	,666		
Oppiminen	-,001	,992		

10 POHDINTA

Tutkimuksen päätarkoitus oli selvittää vanhempien merkityksiä lapsen liikunnan harrastamiselle. Merkityksiin liittyen tutkittiin vanhempien osallistumista lasten harrastuksiin, heidän oman harrastuneisuutensa yhteyttä lasten liikkumiseen, vanhempien merkitystä lasten liikuntaan sosiaalistumisprosessissa ja vanhempien luomaa motivaatioilmastoa lastensa ympärille. Näiden yhteyksien selvittämisen ohessa saatiin tietoa lasten liikunnallisesta harrastuneisuudesta ja vanhempien kokonaisvaltaisesta liikunnallisen aktiivisuuden määrästä. Jonkin verran tarkasteltiin myös vanhempien koulutuksen ja yksinhuoltajuuden yhteyksiä lasten liikunnan harrastamiseen.

10.1 Lasten liikunnan harrastaminen

Lapsista vähintään kerran viikossa vapaa-aikanaan liikuntaa harrasti 84 %. Tämä on jonkin verran pienempi osuus kuin muutamaa vuotta aikaisemmin tehdyissä tutkimuksissa, joissa prosenttiosuus oli kaikissa noin 90 % (Nupponen & Telama 1998; Nurmela & Pehkonen 1998; Yang 1997). Liikunnan harrastaminen viidesluokkalaisilla eli 11–12-vuotiailla lapsilla on siis mahdollisesti jonkin verran vähentynyt. Edelliset tutkimukset tosin oli tehty 12–15-vuotiaille lapsille, mutta samat tutkijat toteavat myös liikuntaharrastuksen alkavan vähentyä noin 12-vuoden iässä. Tämä tosiasia siis tukee tässä tutkimuksessa saatua tulosta liikuntaharrastuksen vähenemisestä viidesluokkalaisilla. Verrattaessa liikuntamääriä viimeisimpään säännöllisen liikunnan minimisuositukseen (useimpina viikonpäivinä vähintään 30 minuuttia kohtuullisesti kuormittavaa liikuntaa), liikkuu pojista riittävästi kaksi kolmasosaa ja tytöistä kaksi viidesosaa.

Organisoituun liikuntaan otti pojista vähintään kerran viikossa osaa lähes kaksi kolmasosaa ja tytöistä reilu kaksi viidesosaa. Samat osuudet pojista ja tytöistä ottivat osaa myös jonkinlaiseen kilpailutoimintaan. Hämäläisen ym. (2000, 6) vuoden 1999 tutkimukseen verrattuna poikien seurassa liikkuminen näyttäisi jonkin verran lisääntyneen ja tyttöjen hieman laskeneen. Omatoimiseen liikuntaan pojista osallistui noin viisi kuudesta ja tytöistä reilu kaksi kolmasosaa. Omatoimisen liikunnan osalta näyttäisi, että tyttö-

jen liikkuminen on jonkin verran vähentynyt, kun taas pojilla ei muutoksia ole tapahtunut (Hämäläinen ym. 2000, 6). Tuloksissa on kuitenkin syytä huomioida tämän tutkimuksen pienempi otosjoukko, jolloin virhemarginaalit ovat suuremmat.

Urheiluseurassa harrastettavista lajeista jalkapallo oli pojilla ylivoimaisesti suosituin ja se onkin kasvattanut osallistujamääriään entisestään. Tähän kehitykseen on varmaankin osaltaan vaikuttanut Suomen Palloliiton toiminta junioritoiminnan edistämiseksi, josta hyvänä esimerkkinä on ”Kaikki pelaa” projekti. Jalkapallon suosion syynä voi olla myös suomalaisten huippupelaajien menestyminen ulkomailla sekä maajoukkueen onnistumiset viime vuosien peleissä, jotka luultavasti innostavat lapsia ja nuoria lajin pariin. Poikien toiseksi suosituin laji salibandy on sekin lisännyt osanottajiaan viimeisten vuosien aikana. Tähänkin saattaa vaikuttaa Suomen hieno menestys lajissa sekä lajin edullisuus ja aloittamisen helppous. Poikien 3. harrastetuin laji oli jääkiekko. Tyttöjen suosituin laji oli tanssi, joka on myös nostanut suosiotaan viimeaikoina, kuten myös tyttöjen toiseksi suosituimmaksi noussut laji uinti. Tanssin suosion nousuun vaikuttavat varmaankin monenlaiset uudet tanssimuodot, kun taas uinnissa on luultavimmin kyse samasta menestymisen tuomasta innostuksesta kuin pojilla jalkapallossa ja salibandyssä. Kolmansina lajeina tytöillä tulivat perinteiset lentopallo ja yleisurheilu yhtä suosittuina.

Omaehtoisen liikunnan suhteen harrastamisen määrä eri lajeissa ja liikuntatavoissa oli prosentteina huomattavasti yleisempää kuin Nupposen ja Telaman (1998, 52) tutkimuksissa 1995. Ero johtuu kuitenkin kysymysten erilaisuudesta, sillä heidän tutkimuksessaan lapset merkitsivät itse lajinsa tyhjälle viivalle, kun taas tässä tutkimuksessa lapset merkitsivät valmiista listasta harrastamansa lajit. Listasta merkittiin nekin lajit, joita harrastettiin harvemmin kuin kerran viikossa. Pojilla suosituimmiksi liikuntatavoiksi osoittautuivat pyöräily, luistelu ja jalkapallo, tytöillä vastaavasti uinti, pyöräily ja kävely. Sekä pojilla että tytöillä hölkkä/juoksu oli menettänyt sijoitustaan suosituimpien liikuntatapojen joukossa. Pojilla luistelu ja tytöillä uinti olivat puolestaan nousseet suosituimpien joukkoon. Uusista nousevista lajeista voitaisiin mainita rullaluistelu, rullalautailu ja sotailulajit, jotka hyvin kuvastavat tämän hetken nuorisokulttuuria. (vertailu Nupponen & Telama 1998, 52.)

Sukupuolierot osoittautuivat tässäkin tutkimuksessa aikaisempien suuntaisiksi (Yang 1997; Nupponen & Telama 1998). Pojat harrastivat edelleen kokonaismäärältään

enemmän liikuntaa kuin tytöt. Erityisesti erot tulivat näkyviin urheiluseurassa liikkumisessa ja kilpailuihin osallistumisessa. Sen sijaan omatoimisessa liikkumisessa tytöt olivat jo hyvin lähellä poikia ja tilastollisia eroja ei edes ilmennyt. Samaan tulokseen tulivat myös Nupponen ja Telama (1998, 46–47). Poikien aktiivisemmän liikunnan harrastamisen arvellaan johtuvan heidän saamastaan suuremmasta tuesta ja rohkaisusta liikunnan parissa. Tähän poikia enemmän liikuntaan sosiaalistavaan prosessiin ovat vaikuttamassa niin perhe kuin muukin sosiaalinen ympäristö. (McPherson ym. 1989; Greendorfer 1992; Andersson & Wold 1992.)

10.2 Vanhempien liikunnan harrastaminen

Tutkimukseen osallistuneiden vanhempien iät vaihtelivat 30–58 ikävuoden välillä. Vähintään kerran viikossa heistä liikkui neljä viidesosaa. Suositusten mukaiseen liikuntaan, joka toteutui vähintään neljänä päivänä viikossa, vanhemmista osallistui reilu neljännes. Myös Helakorven ym. vuonna 2002 toteutettaman tutkimuksen mukaan neljännes 35–54-vuotiaista liikkui vähintään neljästi viikossa. Yli puolet tämän tutkimuksen vanhemmista katsoi kuitenkin harrastavansa edelleen aktiivista liikuntaa. Pääasiassa tämä tapahtui omatoimisesti, mutta joitain urheiluseurassa liikkujiakin oli. Sukupuolten välillä oli eroja vain isien aktiivisemmassa urheiluseurassa liikkumisessa.

Suosituin liikuntamuoto vanhemmilla oli kävelylenkkeily, jota harrasti vajaa kolmannes. Seuraavina liikuntamuotoina tulivat kuntosali, hiihto, pyöräily, uinti ja aerobic. Jonkin verran liikuntamuodoissa näkyi äitien suuri enemmistö vastanneista, tosin hyvin samansuuntaiset lajit olivat yleisimpien joukossa myös Nurmelalla ja Pehkosella (1998, 6–7). Isät olivat huomattavasti aktiivisempia kilpailun harrastajia kuin äidit. Vain muutamit kilpailivat edelleen, mutta aikaisemmin isistä oli kilpaillut puolet ja äideistä vain reilu viidennes. Jonkin verran eroa voi selittää se, että aktiiviset isät todennäköisesti vastasivat mielellään liikuntakyselyyn, kun taas passiivisemmat isät jättivät vastaamisen äideille. Kilpailulajeista yleisimmät olivat yleisurheilu, hiihto, jalkapallo, juoksu, lentopallo ja uinti.

10.3 Vanhempien osallistuminen lapsensa harrastuksiin

Vanhempien mahdollisuudet osallistua lastensa liikuntaharrastuksiin olivat tutkimuksen mukaan hyvät, sillä lähes puolella vanhemmista oli käytössä yli kymmenen tuntia vapaa-aikaa omiin tai perheen harrastuksiin. Eskolan ja Melinin (1999, 93) tutkimuksissa urheilevien lasten vanhemmat käyttivät aikaansa keskimäärin viisi tuntia viikossa lapsensa harrastukseen. Yleisimmät syyt, jotka rajoittivat osallistumista perheen yhteisiin tai lasten harrastuksiin olivat taloustyöt ja työstä aiheutuvat tekijät (työväsytys ja työajat). Lähes kaikissa perheissä liikunnalla oli jonkinlainen osuus vapaa-ajassa ja kolme neljäsosaa piti osuutta vähintään kohtalaisena.

Lasten harrastusten aiheuttamat kustannukset nousivat toisissa perheissä suhteellisen suuriksi. Kolmannes perheistä käytti lasten harrastuksiin rahaa yli 5000 markkaa vuodessa. On tietysti subjektiivista sanoa, onko tämä paljon tai vähän, sillä siihen vaikuttaa olennaisesti perheen taloudellinen tilanne. Toiset perheet voivat helpostikin sijoittaa 10 000 markkaa/vuosi lasten harrastuksiin, kun taas toisille perheille maksimi voi olla 2000 markkaa/vuosi. Menoihin vaikuttavat usein olennaisesti lasten harrastamat lajit, joiden kustannukset vaihtelevat hyvinkin suuresti. Toisissa perheissä taloudelliset voimavarat eivät riitä kaikkiin lasten haluamiin harrastuksiin. Harrastuskustannukset korostuvat myös lapsen pyrkiessä menestymään lajissaan, jolloin menot yleensä kasvavat, kuten tämäkin tutkimus osoittaa. (Kay 2000, 156–157.) Kysymyksenasettelu tässä tutkimuksessa koski kaikkien perheen lapsien aiheuttamia kustannuksia yhteensä, joten eri lajien välinen vertailu ei monilapsisten perheiden vuoksi ollut mielekäästä.

Vanhemmat eivät olleet kovin ahkeria seuraamaan lastensa harrastamista paikanpäällä. Kolmasosa vanhemmista, joiden lapsi harrasti säännöllistä liikuntaa, oli katsomassa lapsensa harrastamista vähintään kerran viikossa. Sen sijaan lapsen kanssa urheiluun ja liikuntaan liittyvistä asioista keskusteleminen oli hyvin yleistä, sillä yli puolet keskusteli aina urheiluohjelmien, pelien, harjoitusten ym. jälkeen. Vanhempien osallistuminen oli sitä aktiivisempaa, mitä enemmän lapsi harrasti urheiluseurassa liikkumista ja mitä korkeammalla tasolla lapsi kilpaili. Voidaan siis olettaa, että lapsen menestykseen tähtäävä hyvin suuri liikunnallinen aktiivisuus edellyttää vanhempien kohtuullisen aktiivista osallistumista lapsen harrastukseen.

Vanhempien mielestä parhaat keinot edistää lapsen harrastusta olivat yleinen kannustaminen ja tukeminen sekä osallistuminen jollain tavoin lasten harrastuksiin. Kolme neljäsosaa näistä aktiivisten lasten vanhemmista asetti jonkin verran odotuksia lapsen harrastukselle. Hiukan enemmän odotuksia oli kilpaurheilua harrastavien lasten vanhemmilla. Eniten odotuksia vanhemmat asettivat sille, että lapsi oppisi terveellisen liikunnallisen elämäntavan ja jatkaisi harrastustaan mahdollisimman pitkään. Lisäksi korostettiin sosiaalisten taitojen oppimista. Odotukset kohdistuivat siis yleisesti hyvin positiivisina pidettyihin seikkoihin. Jonkin verran tuloksiin voi vaikuttaa sosiaalisesti hyväksyttävien vastausten korostaminen.

Näyttäisi siltä, että ylipäätään vanhempien osallistuminen lasten harrastuksiin ei ollut ainakaan liian innokasta. Tosin ne vanhemmat, jotka ovat liian innokkaita tai toisaalta eivät ota osaa ollenkaan lasten harrastuksiin kuuluvat juuri vähemmistön joukkoon, joka tilastollisessa keskivertotarkastelussa jää usein huomiotta. Tarkempi tarkastelu osoittaa tämänkin tutkimusjoukon vanhemmissa olevan niitä, jotka seuraavat päivittäin lastensa harrastamista ja odotukset kohdistuvat huipulle pääsemiseen tai menestymiseen paremmin kuin toverit. On kuitenkin muistettava myös se, että viime kädessä lapsen subjektiivinen näkemys vanhempien sopivasta osallistumisesta on ratkaiseva lapsen harrastuksessaan viihtymisen suhteen. Toisille sopii paremmin vanhempien vähäisempi osallistuminen ja pienet odotukset, kun taas toiset kaipaavat vanhempien suurta huomiota ja kovia odotuksia. Enemmistö lapsista kuitenkin kuuluu näiden ääripäiden välille. (Weiss & Hayashi 1995, 36–39; Stein & Raedeke 1999, 596–597.)

10.4 Vanhempien toimintatapojen yhteyksiä lasten liikuntaharrastuksiin

Lasten liikuntaan sosiaalistumisprosessia selvitetessä vanhempien ja kavereiden keskeinen rooli tuli hyvin ilmi. Tämä tulos tukee aikaisempia tutkimuksia, joissa juuri vanhempia ja vertaisryhmiä pidetään olennaisimpina lasten liikuntaan sosiaalistajina (Greendorfer ja Lewko 1978; Anderssenin & Woldin 1992). Tässä tutkimuksessa vanhempien merkitys nousi keskeisimmäksi, joka osittain voi johtua siitä, että asiaa kysyttiin itse vanhemmilta. Ristiriidassa aikaisempiin tutkimuksiin (Greendorfer & Lewko 1978, 1988; Silvennoinen ym. 1997) sen sijaan oli äitien isiä merkittävämpi asema lap-

sen sosiaalistumisessa liikuntaan. Todennäköisesti enemmän tämä kuitenkin kertoo siitä, että äitejä vastanneista vanhemmista oli lähes neljä viidesosaa kuin siitä, että äitien rooli sosiaalistajina olisi ollut isyä keskeisempi. Äitien suuri osuus olikin yksi aineistonkeruun epäkohta, joka olisi tullut huomioida tutkimuksen suunnitteluvaiheessa. Näin olisi mahdollistunut äitien ja isien lähes yhtä suuri määrä aineistossa.

Sosiaalistamisprosessissa vanhemmat korostivat omaa rooliaan lapsen tutustuttamisessa erilaisiin liikuntamuotoihin, joista lapset saivat valita itselleen mieluisimman. Vanhempien lisäksi keskeisenä pidettiin siis lapsen omaa kiinnostusta liikunnasta. Vertailtaessa vanhempien harrastamia lajeja lasten lajeihin ei yhteyksiä löytynyt. Näyttäisi siis siltä, että lapset saavat itse tehdä päätöksensä harrastamistaan lajeista, joskin vanhemmat ovat varmaankin osaltaan vaikuttamassa tässä prosessissa. Muutamat vanhemmat ilmoittivat tietyn ”lempilajin”, jota toivoisivat lastensa harrastavan ja lähes puolet lapsista harrasti juuri tätä kyseistä lajia. Näissä perheissä vanhemmilla oli todennäköisesti kohtalaisen suuri osuus lapsen lajivalinnassa. Tosin osaksi tässä prosessissa on luultavasti kyse siitä, että vanhemmat alkavat pitää juuri lapsen harrastamasta lajista, jolloin toivelaji muodostuu lapsen harrastuksen kautta.

Lasten liikunnallisella aktiivisuudella ja liikunnan osuudella perheen vapaa-ajassa oli merkitsevä yhteys. Lapsen liikkussa urheiluseurassa tai kilpaillessa oli liikunnalla suurempi merkitys perheen vapaa-ajassa. Seurassa liikkumisen määrän tai kilpailun tason noustessa myös liikunnan osuus perheessä kasvoi. Samansuuntainen, muttei yhtä merkitsevä yhteys oli myös omatoimisen liikunnan ja perheen vapaa-ajan välillä. On mahdotonta sanoa, kumpaan suuntaan tämä prosessi toimii. Onko niin, että lapsen lisätessä liikunta-aktiivisuutta myös liikunnan osuus perheessä kasvaa vai tekeekö liikunnan suuri osuus perheen vapaa-ajassa myös lapsesta liikunnallisesti aktiivisen? Todennäköisesti prosessi on kaksisuuntainen, kuten useat tutkijat (Snyder & Purdy 1982; McPherson ym. 1989; Anderssen & Wold 1992; Weiss & Hayashi 1995; Yang, Telama & Laakso 1996) ovat todenneet. Tässä kaksisuuntaisuudessa molemmat tekijät eli perhe/vanhemmat ja lapset vahvistavat toistensa toimintaa.

Vanhempien aikaisempi aktiivinen liikunnan harrastaminen vaikutti positiivisesti lasten urheiluseurassa liikkumisen määrään. Aikaisemmat tutkimukset ovat nekin päätyneet samaan tulokseen (McPherson ym. 1989; Yang ym. 1996; Yang 1997). Sen sijaan van-

hempien edelleen harjoittaessa aktiivista liikuntaa lasten seurassa liikkuminen oli vähäisempää kuin edellisessä tapauksessa. Itse asiassa tässä ryhmässä lapset liikkuivat saman verran kuin niiden vanhempien lapset, jotka eivät olleet koskaan harrastaneet aktiivista liikuntaa. Lasten kilpailemisen osalta tulokset kertoivat vielä selkeämmin vanhempien aikaisemman aktiivisen liikkumisen edesauttavan lapsen kilpailuihin osallistumista ja kilpailemista korkeammalla tasolla. Kilpailemisen osalta vanhempien edelleen harjoittama aktiivinen liikunta nosti sekin lapsen kilpailuihin osallistumisen todennäköisyyttä verrattuna passiivisiin vanhempiin.

Selitys näille tulokselle voisi olla siinä, että vanhempien aikaisempi aktiivinen liikunnan harrastaminen edesauttaa myös lasten seurassa liikkumista ja kilpailemista, kun taas aktiivinen liikunta edelleen vie aikaa lasten harrastuksen tukemisesta ja heikentää näin lapsen mahdollisuuksia aktiiviseen liikkumiseen. Osaltaan tuloksiin voi vaikuttaa myös äitien suuri määrä, sillä Yangin ym. (1996, 285) mukaan juuri isien aktiivinen liikunnan harrastaminen vaikuttaa lasten liikuntamääriin. Isien vähyys voi siis heikentää vanhempien aktiivisuuden merkitystä. Se ei kuitenkaan poista sitä tosiasiaa, että vanhempien aikaisempi aktiivisuus näyttäisi olevan lasten harrastusaktiivisuuden suhteen positiivisempi tekijä kuin aktiivisuus edelleen.

Vanhempien kilpailun harrastaminen oli yhteydessä lapsen urheiluseurassa liikkumiseen ja kilpailemiseen. Vanhempien harrastaessa aikaisemmin tai edelleen kilpailemista lapsi todennäköisemmin harrasti urheiluseurassa liikkumista ja kilpailemista. Lapsen harrastaessa 1–3 kertaa viikossa seurassa liikkumista tai kilpaillessa koulun/seuran kilpailuissa ei vanhempien kilpailun harrastamisella ollut merkitystä. Jos taas lapsi harrasti useammin kuin kolme kertaa viikossa seurassa liikkumista ja kilpaili kansallisella/kansainvälisellä tasolla, olivat hänen vanhempansa useimmiten osallistuneet kilpailutoimintaan. Tulokset kertovat vanhempien liikunnallisen aktiivisuuden myötävaikutuksesta lapsen säännöllisen liikuntaharrastuksen syntyyn ja toisaalta hyvin aktiiviseen harrastamiseen. Lasten omatoimiseen liikuntaan ei vanhempien aktiivisuudella ollut merkitsevää yhteyttä.

Yksinhuoltajien lapset eivät eronneet merkitsevästi liikunnallisen aktiivisuuden suhteen organisoidussa tai omatoimisessa liikunnassa kahden vanhemman lapsista. Ainoastaan korkeimmalla tasolla kilpaileminen ja lähes päivittäinen seurassa liikkuminen olivat

harvinaisempaa yksinhuoltajien lapsilla. Tähän luultavasti vaikuttaa Coakleynkin (1987, 44) mainitsemat yksinhuoltajien usein heikommat taloudelliset mahdollisuudet tukea lastaan ja toisaalta myös rajallinen mahdollisuus uhrata aikaa lapsen harrastukseen. Keskimäärin yksinhuoltajien osallistuminen lapsen harrastuksiin ei kuitenkaan eronnut kahden vanhemman osallistumisesta. Näyttäisi siis siltä, että lapsen liikuntaan sosiaalistumisen suhteen yksinhuoltajuus ei aseta rajoituksia, mutta lapsen pyrkiessä menestymään lajissaan voi vanhemmilta vaadittava osallistumisen määrä nousta yksinhuoltajilla liian suureksi.

Peruskoulutuksen suhteen lukion käyneiden vanhempien lapset harrastivat todennäköisemmin urheiluseurassa liikkumista kuin peruskoulun käyneiden vanhempien lapset. Lukion suorittaminen näytti olevan positiivisessa yhteydessä myös lasten hyvin aktiiviseen lähes päivittäin tapahtuvaan seurassa liikkumiseen. Ammatillisesti eniten koulutettujen eli korkeakoulututkinnon omaavien vanhempien lapset olivat aktiivisimpia urheiluseurassa liikkujia. Tässäkin erot tulivat ilmi juuri eniten seurassa liikkuvien ja seuratoiminnan ulkopuolella olevien lasten suhteen. Lasten seuratoiminnassa mukana oleminen erot voivat osittain johtua siitä, että korkeammin koulutetut vanhemmat ovat paremmin tietoisia liikunnan positiivisista vaikutuksista ja innostavat näin lapsiaan enemmän liikunnan pariin kuin vähemmän koulutusta omaavat vanhemmat. Kun mietitään eroja eniten seurassa liikkuvien lasten ryhmässä, voivat syynä olla taloudelliset tekijät.

10.5 Vanhempien luomat motivaatioilmastot sukupuolittain

Vanhempien luomaa motivaatioilmastoa lapsen liikuntaharrastuksen ympärille on maassamme tutkittu erittäin vähän. Muualla maailmalla tehdyt tutkimukset on hyvin usein toteutettu kilpailullisessa urheilussa mukana olevilla. Tavanomaisuudesta poikkeavaa tässä tutkimuksessa oli myös se, että vanhempien luomaa motivaatioilmastoa kysyttiin suoraan vanhemmilta lasten sijaan. Tässä menettelyssä on luotettavuuden kannalta se vaara, että vanhemmat antavat sosiaalisesti hyväksyttäviä vastauksia mahdollista totuutta muunnellen. Toisaalta useat eri väittämät samasta aihepiiristä lisäävät luotettavuutta. Näin jälkikäteen ajatellen parhaaseen tulokseen olisi varmasti päästy kysymällä vanhempien luomaa motivaatioilmastoa myös lapsilta.

Faktorointi antoi kolme eri motivaatioilmaston muotoa, jotka nimettiin *oppimista, viihtymistä ja menestymistä* korostaviksi motivaatioilmastoiksi. Kaksi ensimmäistä voidaan *tavoiteorientaatioteorian* mukaan laskea kuuluvaksi *tehtäväsuuntautuneisuuteen* ja viimeinen *minäsuuntautuneisuuteen*. Tulokset osoittivat sekä tyttöjen että poikien vanhempien luovan lapsilleen enemmän tehtävään kuin minään suuntautunutta motivaatioilmastoa. Samaan tulokseen päätyivät myös Carr ja Weigand (2001, 321–322). Tulosta voidaan pitää hyvänä, sillä vanhempien luoman motivaatioilmaston on katsottu vaikuttavan myös lapsen motivoitumiseen harrastuksessaan. Lapsen tehtäväsuuntautuneisuuden puolestaan liitetään yleisesti positiivisiin pidettyihin tekijöihin, kuten harrastuksessa viihtymiseen. (Duda & Hom 1993; White & Duda 1994; White & Zellner 1996; White 1998.)

Aikaisemmista tutkimuksista (White ym. 1992; White ym. 1998; Carr & Weigand 2001) sen sijaan poikkeavaa oli se, että vanhemmat loivat pojille enemmän *tehtäväsuuntautunutta* ilmapiiriä kuin tytöille. Yksi selitys tälle voi olla aikaisempien kyselyiden kohdistuminen lapsille. Voi siis olla niin, että pojat kuvittelevat vanhempiensa luovan enemmän minään suuntautunutta ilmapiiriä, vaikka todellisuus olisi toinen. Toki tilanne voi olla myös se, että vanhemmat tiedostamattaan luovat käyttäytymisellään lapselle tietynlaista ilmapiiriä. Tulosta vielä vahvisti se, että menestymistä korostavassa ilmastossa pojat saivat pienempiä arvoja kuin tytöt (tosin ei tilastollista merkitsevyyttä), joka sekin oli ristiriidassa edellä mainittuihin aikaisempiin tutkimuksiin. Ristiriitaa aikaisempiin tuloksiin ei myöskään selitä isien vähäinen määrä, sillä vanhempien sukupuolten välillä ei ollut tilastollisia eroja heidän luomissaan motivaatioilmastoissa.

Poikkeavaa tulosta vanhempien luomassa motivaatioilmastossa sukupuolten välille ei voida selittää myöskään aikaisempien tutkimusten kohdistumisella kilpaurheilijoihin. Tarkempi tutkimus nimittäin osoitti, että vanhemmat loivat pojille enemmän *tehtäväsuuntautunutta* ilmapiiriä juuri siinä lasten ryhmässä, joka liikkui eniten seurassa ja näin ollen useimmiten myös kilpaili eniten. Kun tarkasteltiin vanhempien luoman motivaatioilmaston yhteyttä poikien urheiluseurassa liikkumiseen, huomattiin tiettyjä säännönmukaisuuksia kaikissa kolmessa nimeämässämme motivaatioilmaston muodossa. Tyttöjen suhteen motivaatioilmastot eri harrasteryhmissä vaihtelivat nekin säännönmukaisesti, mutta poikkeavasti poikiin verrattuna. Omatoimisen liikunnan osalta vanhempien luomalla motivaatioilmastolla ja lasten liikuntamäärillä ei ollut yhteyttä.

Pojilla *viihtymistä* ja *menestymistä* korostavat vanhempien luomat motivaatioilmaston muodot kasvoivat molemmat melko lineaarisesti urheiluseurassa liikkumisen lisääntyessä. *Oppimista* korostava motivaatioilmaston muoto oli sekin suurimmillaan lähes päivittäin seurassa liikkuvien lasten ryhmässä. Tämä vanhempien luoma motivaatioilmasto ei kuitenkaan käyttäytynyt lineaarisesti, vaan lähes yhtä paljon vanhemmat korostivat *oppimista* myös harrastamattomien lasten keskuudessa. Näyttäisi siltä, että poikien osalta sekä *tehtävä-* että *minäsuuntautunut* vanhempien luoma motivaatioilmasto on suurimmillaan eniten harrastavien lasten ryhmässä. *Tehtäväsuuntautuneisuus* korostuu kuitenkin suuremmissa määrin. Jossain määrin voidaan siis olettaa, että tällaisella vanhempien luomalla motivaatioilmastolla on positiivinen yhteys poikien liikuntamääriin.

Tyttöjen osalta vanhempien luomissa motivaatioilmastoissa oli pienempiä eroja lasten eri harrasteryhmissä kuin pojilla. Tilastolliset erot jäivätkin vähäisiksi, joskin vaihtelu oli hyvin säännönmukaista. Tyttöillä suotuisimmaksi vanhempien luoma motivaatioilmasto osoittautui kerrasta kolmeen kertaan viikossa urheiluseurassa liikkuvien ryhmässä. Tässä ryhmässä sekä *viihtyminen* että *oppiminen* korostuivat eniten ja *menestymistä* puolestaan vanhemmat korostivat vähiten. Tehtäväsuuntautuneisuus oli siis huipussaan, kun taas minäsuuntautuneisuus pienimmillään. Tämä ryhmä, johon suurin osa urheiluseurassa liikkuvista lapsista kuului voi olla yksi tekijä selittämässä poikkeavaa tulosta sukupuolieroista vanhempien luoman motivaatioilmaston suhteen verrattuna aikaisempiin tutkimuksiin. Poikkeuksena muista lasten aktiivisuusryhmistä tässä joukossa vanhemmat loivat tytöille hieman enemmän tehtäväsuuntautunutta ilmapiiriä kuin pojille. Ristiriita voi siis siltäkin osaltaan johtua seurassa liikkumattomien puuttumisesta aikaisemmissa tutkimuksissa.

Tytöillä lähes päivittäin liikkuvien ryhmässä pojista poiketen tehtäväsuuntautuneisuus oli vähäisintä, mutta poikien tavoin minäsuuntautuneisuus suurimmillaan. Tyttöillä ei missään vanhempien luomassa motivaatioilmaston muodossa ollut lineaarisuutta harrastusaktiivisuuden lisääntyessä. Sen sijaan vanhempien luoma ilmapiiri oli hyvin samantyyppistä eniten ja vähiten liikkuvien joukossa. Tyttöjen osalta aktiivisimpien urheiluseurassa liikkujien suurta osallistumisen määrän ei voida arvella johtuvan poikien tavoin vanhempien luomasta *tehtäväsuuntautuneesta* motivaatioilmastosta.

Voidaan kuitenkin pohtia, onko motivaatioilmasto yksi tekijä selittämässä tyttöjen poikia vähäisempää urheiluseurassa liikkumista. Jos nimittäin tarkastellaan seurassa liikkumattomien tai hyvin harvoin liikkuvien lasten ryhmää, luovat vanhemmat pojille suoisempaa motivaatioilmastoa kuin tytöille, joka puolestaan voi edesauttaa liittymistä urheiluseuratoimintaan ja siellä pysymistä. Toisaalta tätä ei kuitenkaan tue regressioanalyysin tulos, jonka mukaan urheiluseurassa liikkumista ja kilpailemista selittää vanhempien luomista motivaatioilmastoista ainoastaan viihtymistä korostava ilmasto, jossa sukupuolten välinen ero oli pienin. Sukupuoli oli toinen ja merkittävämpi liikuntaaktiivisuutta selittävä tekijä ja yhdessä ne selittivät noin 13 % seurassa liikkumista ja kilpailemista.

10.6 Jatkotoimenpide-ehdotuksia

10.6.1 Jatkotutkimusehdotuksia

Keskeisin aihe, joka kaipaisi lisäselvitystä, ovat motivaatioilmastoon liittyvät tekijät. Ensinnäkin tämän tutkimuksen aikaisemmista poikkeavat tulokset tarvitsevat tukea ja vahvistusta. Toisaalta vanhempien luoma motivaatioilmasto olisi hyvä tarkastella sekä lasten että aikuisten näkökulmasta, jolloin voitaisiin myös vertailla eroavatko näemykset toisistaan. Samalla lisättäisiin tutkimuksen luotettavuutta motivaatioilmastojen suhteen. Vanhempien luoman motivaatioilmaston ja lasten tavoiteorientaation yhteyttä kannattaisi sitäkin tarkastella. Toinen lisätutkimuksen kohde voisi olla lasten lajivalinta, jota tässäkin tutkimuksessa pyrittiin osaltaan selvittämään. Lajivalinnan lisäksi voisi paneutua siihen, miten eri lajeissa vanhempien osallistuminen eroaa toisistaan ja mitä vaatimuksia lasten lajit asettavat vanhemmille.

10.6.2 Toimenpiteitä

Niin tämä tutkimus kuin aikaisemmatkin tutkimukset ovat osoittaneet, ettei suurin osa suomalaisista liiku riittävästi viimeisimpiin suosituksiin nähden. Mitä siis pitäisi tehdä, että liikunnan määrät saataisiin kasvuun? Urheiluseuraliikunnassa myönteinen kehitys-

suunta on ollut osallistuvan liikunnan entistä suurempi korostaminen kilpailullisuuden sijaan. Seuraliikunta onkin kasvattanut suosiotaan omatoimiseen liikuntaan verrattuna, joskin omatoiminen liikunta on edelleen selvästi yleisempää. Erityisesti nuorten osalta tätä osallistuvan liikunnan harrastamista on syytä edelleen kehittää, sillä useimmiten juuri tässä ikävaiheessa kilpailullinen menestymättömyys pudottaa useita nuoria liikunnan parista. Lasten liittymistä seuratoimintaan voisi edesauttaa koulujen ja urheiluseurojen tiiviimpi yhteistyö.

Toisaalta näkisin hyvin tärkeänä myös lasten ja nuorten omatoimisen liikunnan tukemisen, sillä se on usein helpompaa ja halvempaa toteuttaa sekä vaatii vähemmän vanhempien sitoutumista lapsensa harrastuksiin. Nämä omatoimisen liikunnan tekijät puolestaan mahdollistavat seuratoimintaa helpommin harrastusaktiivisuuden lisäämisen. Omatoimisen liikunnan tukemisessa harrastuspaikkojen sijoittamisella, rakentamisella ja käyttömahdollisuuksilla on keskeinen asema. Tämä korostuu erityisesti uusien suosiotaan lisäävien lajien, kuten rullalautailun ja rullaluistelun kohdalla, joiden harrastuspaikat ovat vielä hyvin puutteellisia. Kehittämisen kohteena voisi olla myös lasten ja vanhempien yhteisten liikuntamahdollisuuksien tukeminen. Kuten tämä tutkimus osoitti, vanhempien edelleen aktiivinen liikunnan harrastaminen ei edesauttanut lapsen seurassa liikkumista ja näin heikensi lapsen harrastusmahdollisuuksia. Perheen yhteiset harrastukset antaisivat mahdollisuuden aktiiviseen liikunnan harrastamiseen niin lapsille kuin vanhemmillekin.

Vanhempien merkitys lasten liikuntaan sosiaalistumisessa ja liikuntaharrastuksessa muutoinkin on osoittautunut varsin merkittäväksi. Tämä tieto tulisi välittää niin vanhemmille kuin muillekin lasten liikuntaharrastuksessa mukana oleville tahoille. Vanhempien tietämys auttaisi heitä toimimaan parhaalla mahdollisella tavalla, edistäessään lapsen liikunnallisen elämäntavan kehittymistä tai menestymiseen tähtäävää kilpailullista toimintaa. Koulut ja erityisesti liikunnanopettajat voisivat olla niitä tahoja, jotka välittävät tietoa ja opastavat vanhempia toimimaan lastensa harrastuksissa. Vanhempainillat ja useissa kouluissa käytössä olevat kehityskeskustelut vanhempien kanssa voisivat olla niitä tilanteita, joissa ohjaus mahdollistuisi. Urheiluseurat on toinen kanava, joiden olisi hyvä ottaa huomioon vanhempien keskeinen merkitys. Seuroissa vanhempien opastamisen ohella toinen tärkeä tehtävä olisi lapsen harrastuksessa viihtymistä estävien vanhempien toimintojen karsiminen.

LÄHTEET

Allardt, E. 1983. *Sosiologia 1*. Juva: WSOY.

Bandura, A. 1977. *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Carr, S. & Weigand, D.A. 2001. Parental, peer, teacher and sporting hero influence on the goal orientations of children in physical education. *European Physical Education Review* 7(3), 305-328.

Coakley, J. J. 1986. Socialization and youth sport. Teoksessa C. R. Rees & A. W. Miracle (toim.) *Sport and Social Theory*. Champaign: Human Kinetics Publishers, 135–144.

Coakley, J. J. 1987. Children and the sport socialization process. Teoksessa D. Gould & M. R. Weiss. *Advances in pediatric sport sciences*. Vol. 2: behavioral issues. Champaign, IL. : Human Kinetics, 43–60.

Cote, J. 1999. The influence of the family in the development of talent in sport. *Sport Psychologist* 13 (4), 395-417.

Duda, J.L. & Hom, H.L. 1993. Interdependencies between the perceived and self-reported goal orientations of young athletes and their parents. *Pediatric Exercise Science* 5(3), 234–241.

Eskola, J. & Melin, H. 1999. Urheilevien lasten ja vanhempien monet roolit. Höntsyä vai tehovalmennusta? Kirjoituksia joukkueurheilun junioritoiminnasta. Tampere: Tampereen yliopisto.

Greendorfer, S. L. 1992. Sport socialization. Teoksessa T. S. Horn (toim.) *Advances in sport psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics, 210–218.

Greendorfer, S. L. & Lewko, J. H. 1978. Role of family members on sport socialization of children. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 49 (2), 146–152.

Heinilä, K. 2000. Yhteiskunnan kehitys näkyy liikuntakulttuurissa. Teoksessa M. Miettinen (toim.) *Haasteena huomisen hyvinvointi. Miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu II tutkimuskatsaus. Liikunnan ja Kansanterveyden julkaisuja* 124. Jyväskylä: PainoPorras Oy, 17–20.

Helakorpi, S., Patja, K., Prättälä, R., Aro, A.R., Uutela, A. 2002. Suomalaisen aikuisväestön terveystapojen muuttuminen ja terveys, kevät 2002. *Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B 12*. Helsinki: Kansanterveyslaitos, epidemiologian ja terveyden edistämisen osasto, terveyden edistämisen tutkimusyksikkö. Saatavana www-muodossa <URL:<http://www.ktl.fi/publications/2002/B12.pdf>> (luettu 25.2.2003)

Hellstedt, J. C. 1990. Early adolescent perceptions of parental pressure in the sport environment. *Journal of Sport Behavior* 13 (3), 135–144.

Hämäläinen, P., Nupponen, H., Rimpelä, A., Rimpelä, M. 2000. Nuorten terveystapatutkimus: Nuorten liikunnan harrastaminen 1977–1999. *Liikunta ja Tiede* 37 (6) 4–11.

Kannas, L. & Tynjälä, J. 1998. WHO-koululaistutkimus 1986–1998: Liikunta myötä-tuudessa nuorten arjessa. *Liikunta ja Tiede* 35 (4), 4–10.

Karttunen, A. 1996. Kumpi urheilee lapsi vai vanhemmat? Valmentajat ja vanhemmat asettavat paineita pienille urheilijaluille. *Urheilulehti* 22, 29.

Kay, T. 2000. Sporting excellence: a family affair? *European Physical Education Review* 6 (2), 151–169.

Kirk, D., O'Connor, A., Carlson, T., Burke, P., Davis, K. & Glover, S. 1997. Time commitments on junior sport: social consequences for participants and their families. *European Journal of Physical Education* 2(1), 51–73.

- Koski, P. 1993. Liikuntaseurat ja yhteiskunta: kansalaisaktiivisuus on kulttuuripääoma. *Liikunta ja Tiede* 30 (4), 26–27.
- Kotiranta, K. 1996. Lapset vaativat toimintaa ja kilpailuja (haastateltavana Tapio Korjus). *Spurtti: koulu yleisurheilee* 1, 11.
- Kujala, A. 1996. Kapinointi on tärkeä osa aikuistumista: vanhemmat antakaa nuorille aikaa ja tilaa aikuistumiseen. *Kiekkolehti* 26, 9.
- Laakso, L. 1981. Lapsuuden ja nuoruuden kasvuympäristö aikuisiän liikuntaharrastuksen selittäjänä: Retrospektiivinen tutkimus. *Studies in sport, physical education and health* 14. Jyväskylän yliopisto.
- Laakso, L. 1995. Katoaako omatoimisuus lasten liikunnasta? Lapsuus on kylvön aikaa: kansainvälisen lapsi- ja nuorisoliikuntaseminaarin raportti. Helsinki: TUL.
- Laakso, L. & Telama, R. 1981. Sport participation of finnish youth as a function of age and schooling. *Sportwissenschaft* 1, 28–45.
- Lewko, J. H. & Greendorfer, S. L. 1982. Family influence and sex differences in children`s socialization into sport: A Review. Teoksessa F. L. Smoll, R. A. Magill & M. J. Ash (toim.) *Children in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics, 279–293.
- Löf, R. 1999. Isä, poika ja pyhä urheilu. *Koululiikunta: Koululiikuntaliiton jäsen- ja tiedotuslehti* 3, 6–7.
- McPherson B. D. 1982. The Child in competitive sport: Influence of the social milieu. Teoksessa F. L. Smoll, R. A. Magill & M. J. Ash (toim.) *Children in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics, 247–278.
- McPherson, B. D., Curtis, J. E. & Loy, J. W. 1989. The social significance of sport. An introduction to the sociology of sport. Champaign I11. : Human Kinetics Books.

Nicholls, J. G. 1984. Conception of ability and achievement motivation. Teoksessa R. Ames & C. Ames (toim.) Research on motivation in education: Student motivation. New York: Academic Press, 39–83.

Nuori Suomi ry. Liikuntagallup 2001-2002. Saatavana www-muodossa <URL:<http://www.nuorisuomi.fi/files/ns/tiedotteetr?aika=2002>> (luettu 15.11.2002)

Nupponen, H. 1997. 9–16-vuotiaiden liikunnallinen kehittyminen. Research center for sport and health 106. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.

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

Nurmela, S. & Pehkonen, J. 1998. Liikuntagallup 1997–98: Aikuisten liikuntatutkimus. SLU-julkaisusarja 1. Helsinki: Multiprint.

Nurmela, S. & Pehkonen, J. 1998. Liikuntagallup 1997–98: Lasten ja nuorten liikuntatutkimus. SLU-julkaisusarja 2. Helsinki: Multiprint.

Seppänen, P. 1985. Urheilun merkitys lasten ja nuorten sosiaalistamisessa. Liikunta ja Tiede 22 (3), 104–111.

Silvennoinen, M. 1987. Perhe ja urheileva lapsi. Liikunta ja tiede 24 (6/7), 290–295.

Silvennoinen, M. 1996. Isä, minä ja urheilu. Liikunta ja tiede 33 (3), 40–42.

Snyder, E. E. & Spreizer, E. 1981. Sport, education and schools. Teoksessa G. R. F. Luschen & G. H. Sage (toim.) Handbook of social science of sport. Champaign Ill. : Stipes, 119–146.

Stein, G.L., Raedeke, T.D. & Thomas, D. 1999. Children's perceptions of parent sport involvement: it's not how much, but to what degree that's important. Journal of Sport Behavior 22(4), 591–601.

Telama, R. 1975. Metalliteollisuuden henkilöstöjen liikuntamotivaatio. *Stadion* 12 (1), 26–32.

Telama, R., Silvennoinen, M. & Vuolle, P. 1986. Kouluikäisten liikuntakäyttäytyminen. Teoksessa P. Vuolle, R. Telama & L. Laakso. Näin suomalaiset liikkuvat. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 50. Helsinki: Valtion painatuskeskus, 51–66.

Telama, R., Vuolle, P. & Laakso, L. 1986. Liikunta yksilön elämässä ja yhteiskunnassa. Teoksessa P. Vuolle, R. Telama & L. Laakso. Näin suomalaiset liikkuvat. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 50. Helsinki: Valtion painatuskeskus, 15–26.

Thornton, J.S. 1991. Springing young athletes from parental pressure cooker. *Physician and Sportmedicine* 19(7), 92–95.

Tiihonen, A. 1998. Mikä on vanhempien paikka lasten urheiluharrastuksessa? *Liikunta ja Tiede* 35(4), 42.

Vanhalakka-Ruoho, M. 1981. Perhe ja urheileva lapsi. Tampereen yliopiston psykologian laitoksen tutkimuksia 123. Tampereen yliopisto.

Weiss, M. R. & Hayashi, C. T. 1995. All in the family: parent-child influences in competitive youth gymnastics. *Pediatric Exercise Science* 7 (1), 36–48.

White, S.A. 1996. Goal orientation and perceptions of the motivational climate initiated by parents. *Pediatric Exercise Science* 8(2), 22–29.

White, S.A. 1998. Adolescent goal profiles, perceptions of the parent-initiated motivational climate and competitive trait anxiety. *The Sport Psychologist* 12(1), 16–28.

White, S.A., Duda, J.L. & Hart, S. 1992. An exploratory examination of the parent-initiated motivational climate questionnaire. *Perceptual and Motor Skills* 75(3), 875–880.

White, S.A. & Duda, J.L. 1994. The relationship of gender, level of sport involvement, and participation motivation to goal orientations. *International Journal of Sport Psychology* 25(1), 4–18.

White, S.A., Kavussanu, M., Guest, S.M. 1998. Goal orientations and perceptions of the motivational climate created by significant others. *European Journal of Physical Education* 3(2), 212–228.

White, S.A. & Zellner, S. 1996. The relationship between goal orientation, beliefs about the causes of sport success, and trait anxiety among high school, intercollegiate, and recreational sport participants. *The Sport Psychologist* 10(1), 58–72.

Williams, L. 1994. Goal orientations and athletes preferences for competence information sources. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 16(4), 416–430.

Woolger, C. & Power, T. G. 1993. Parent and sport socialization: views from the achievement literature. *Journal of Sport Behavior* 16 (3), 171–189.

Vuolle, P. 1986. Urheilun kulutus. Teoksessa P. Vuolle, R. Telama & L. Laakso. Näin suomalaiset liikkuvat. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 50. Helsinki: Valtion painatuskeskus, 203–226.

Vuolle, P. 2000. Liikunnan merkitys rakentuu elämänkaarella. Teoksessa M. Miettinen (toim.) Haasteena huomisen hyvinvointi. Miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu II tutkimuskatsaus. Liikunnan ja Kansanterveyden julkaisuja 124. Jyväskylä: PainoPorras Oy, 23–46.

Yang, X. 1993. Longitudinal analysis of Finnish Children`s and youths` participation in competitive sport and physical activity. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen lisensiaattityö.

Yang, X. 1997. A multidisciplinary analysis on physical activity, sport participation and dropping out among young finns. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 103. Jyväskylän yliopisto.

LIITTEET

LIITE 1: Vanhempien kyselylomake

HENKILÖTIEDOT

1. Sukupuoli 1 mies 2 nainen
2. Siviilisäätö 1 naimaton 2 naimisissa 3 avoliitossa
 4 eronnut 5 leski
3. Oletteko yksinhuoltaja 1 kyllä 2 en
4. Syntymävuosi _____

LAPSET

5. Syntymävuodet ja sukupuoli
- | | tyttö | poika |
|------------------------------|-------|-------|
| 1. lapsen syntymävuosi _____ | _____ | _____ |
| 2. - ” - | _____ | _____ |
| 3. - ” - | _____ | _____ |
| 4. - ” - | _____ | _____ |
| 5. - ” - | _____ | _____ |
| 6. - ” - | _____ | _____ |
| 7. - ” - | _____ | _____ |

KOULUTUS

6. a) Peruskoulutuksenne 1 peruskoulu 2 lukio

- b) Koulutustanne vastaava ammatillinen tutkinto

- 1 ei tutkintoa
2 koulutason tutkinto
3 opistotason tutkinto
4 korkeakoulututkinto

ASUINALUE

7. Asutteko

- 1 taajaman keskustassa
- 2 taajaman laidalla
- 3 kokonaan taajaman ulkopuolella

8. Lähimmälle liikuntapaikalle (latu, halli, sali, urheilukenttä jne.) matkaa kodistanne

_____ km, mille _____

VAPAA-AJANVIETTO JA HARRASTUKSET

9. Kuinka usein harrastatte liikuntaa, jossa hikoilette ja hengästyttte

- 1 en koskaan
- 2 harvemmin kuin kerran kuussa
- 3 harvemmin kuin kerran viikossa
- 4 kerran viikossa
- 5 2-3 kertaa viikossa
- 6 4-6 kertaa viikossa
- 7 päivittäin

10. Harrastatteko edelleen aktiivisesti jotain liikunta-/urheilulajia (useita kertoja viikossa)

- 1 en
- 2 kyllä urheiluseurassa, mitä _____
- 3 kyllä omatoimisesti, mitä _____

Jos vastasitte en, oletteko aikaisemmin harrastanut

- 1 en
- 2 kyllä urheiluseurassa, mitä _____
- 3 kyllä omatoimisesti, mitä _____

11. Oletteko harrastanut kilpaurheilua

- 1 en
- 2 aikaisemmin, laji _____
- 3 edelleen, laji _____

12. Kuinka paljon katsotte teillä olevan vapaa-aikaa perheenne yhteisten tai omien harrastustenne parissa (arvioikaa soveltuvimman vaihtoehdon mukaan)

_____ tuntia päivässä

_____ tuntia viikossa

_____ tuntia kuussa

13. Arvioikaa, kuinka suuri osuus on mielestänne liikunnan harrastamisella perheenne vapaa-ajan toiminnoissa

1 ei lainkaan osuutta

2 melko pieni osuus

3 kohtalainen osuus

4 melko suuri osuus

5 erittäin suuri osuus

14. Ketkä perheenjäsenistänne **useimmiten** harrastavat yhdessä liikuntaa

1 molemmat vanhemmat + lapsi/lapset

2 isä + lapsi/lapset yhdessä

3 äiti + lapsi/lapset yhdessä

4 lapset keskenään

5 vanhemmat keskenään

6 ei kukaan

15. Mitkä tekijät katsotte rajoittavan tai ehkäisevän omaa osallistumistanne perheen yhteisiin tai lastenne lii kuntaharrastuksiin (arvioi syitä viimeisen vuoden ajalta ja **merkitse kolme keskeisintä numeroin**, 1 = keskeisin)

___ taloustyöt

___ kiinnostuksen puute

___ muut harrastukset

___ taitojen puute

___ lasten hoito

___ liikuntapaikkojen puute

___ varojen puute

___ vaikeat työajat

___ sairaus tai invalideetti

___ välineiden puute

___ työstä aiheutuva väsymys

___ jokin muu, mikä _____

VASTATKAA SEURAAVIIN KYSYMYKSIIN VAIN, JOS LAPSENNE HARRASTAA SÄÄNNÖLLISTÄ LIIKUNTAA. MIKÄLI LAPSENNE EI HARRASTA SÄÄNNÖLLISTÄ LIIKUNTA **SIIRTYKÄÄ KYSYMYKSEEN 24**

OSALLISTUMINEN LAPSEN LIIKUNTAAN

16. Mikä seuraavista tekijöistä vaikutti mielestänne eniten lapsenne säännöllisen liikuntaharrastuksen aloittamiseen (**merkitse kolme keskeisintä**, 1 = keskeisin)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> isä | <input type="checkbox"/> ympäristön liikuntamahdollisuudet |
| <input type="checkbox"/> äiti | <input type="checkbox"/> kouluympäristö |
| <input type="checkbox"/> vanhemmat yhdessä | <input type="checkbox"/> muu, mikä _____ |
| <input type="checkbox"/> kaverit | _____ |
| <input type="checkbox"/> sisarukset | |
| <input type="checkbox"/> valmentaja | |
| <input type="checkbox"/> opettaja | |

17. Mitkä ovat mielestänne parhaat keinot edistää lapsenne liikuntaharrastusta (**merkitse kolme keskeisintä numeroin**, 1 = keskeisin)

- kannustamalla ja tukemalla liikuntaa
- ohjaamalla tiettyihin liikuntalajeihin tai muotoihin
- antamalla tietoja liikuntalajien tekniikasta tai suoritustavoista
- korostamalla liikunnan terveydellisiä merkityksiä
- antamalla tietoa urheiluvälineistä ja niiden käytöstä
- hankkimalla välineitä ja muuten kustantamalla
- osallistumalla lasten harrastuksiin
- muuten, miten _____

18. Arvioikaa, paljonko **lastenne liikuntaharrastukset yhteensä** aiheuttavat perheellenne kustannuksia (merkitse sopivimpaan vaihtoehtoon)

- mk/kk
- mk/vuosi

19. Onko teillä tapana olla katselemassa, kun lapsenne osallistuu liikuntaan

- 1 ei 2 kyllä

Jos vastasitte kyllä, kuinka usein

- 1 silloin tällöin (noin 1 kerta kuussa)
- 2 usein (kerran tai pari viikossa)
- 3 hyvin usein (melkein päivittäin)

20. Keskusteletteko lapsenne kanssa liikuntaan ja urheiluun liittyvistä asioista

- 1 ei koskaan
- 2 hyvin harvoin (noin 1 kerta kuussa)
- 3 silloin tällöin (noin 1 kerta viikossa)
- 4 usein (esim. aina urheiluohjelmien, pelien, harjoitusten tms. jälkeen)

21. Kohdistatteko lapsenne liikunta- ja urheiluharrastukseen odotuksia

- 1 en lainkaan (**voitte siirtyä kysymykseen 22**)
- 2 jonkin verran
- 3 suhteellisen paljon
- 4 erittäin paljon

Jos kohdistatte odotuksia, millaisia (merkitse kolme keskeisintä, 1 = keskeisin)

- ___ Toivon hänen jatkavan harrastustaan mahdollisimman pitkään
 - ___ Haluaisin hänen menestyvän suhteellisen hyvin
 - ___ Haluaisin hänen menestyvän ainakin yhtä hyvin kuin hänen toverinsa
 - ___ Haluaisin hänen oppivan terveellisen elämäntavan
 - ___ Haluaisin hänen yltävän aina huipulle asti
 - ___ Haluaisin hänen kehittävän omia taitojaan niin pitkälle kuin kykenee
 - ___ Haluaisin hänen oppivan elämässä tarvittavia sosiaalisia taitoja
 - ___ Muita odotuksia, mitä _____
-

22. Onko olemassa **liikuntalajia**, jota erityisesti toivoisitte lapsenne harrastavan

- 1 ei 2 kyllä, mikä _____

23. Kerro vielä sanallisesti, miten lapsenne on alkanut harrastaa liikuntaa/urheilua

VASTATKAA, MIKÄLI LAPSENNE EI HARRASTA SÄÄNNÖLLISTÄ LIIKUNTAA

LAPSI JA LIIKUNTA

24. Haluaisitteko lapsenne harrastavan säännöllistä liikuntaa

1 en 2 kyllä

Jos vastasitte kyllä, mitä liikuntaa _____

25. Oletteko yrittänyt saada lastanne liikunnan pariin

1 en 2 kyllä, miten _____

26. Mistä katsotte johtuvan, ettei lapsenne harrasta säännöllistä liikuntaa (**merkitse kolme keskeisintä**,
1=keskeisin)

___ lapsen muut harrastukset	___ liikuntapaikkojen huono sijainti
___ kiinnostuksen puute	___ harrastusten kustannukset
___ huonot kokemukset liikunnasta	___ vanhempien ajanpuute
___ hyödyttömyys lapsen mielestä	___ liikunnan kilpailullisuus
___ muu syy, mikä _____	

27. Onko lapsenne harrastanut aikaisemmin säännöllistä liikuntaa

1 ei 2 kyllä, mitä _____

Jos vastasitte kyllä, miksi hän lopetti harrastuksensa

**SEURAAVIIN MIELIPIDEVÄITÄMIIN PYYDÄMME KAIKKIA
VASTAAMAAN**

Vastatkaa mielipideväittämiin ympyröimällä mielipidettänne vastaava numero (alla ohje).

- 1 täysin eri mieltä
- 2 jonkin verran eri mieltä
- 3 en osaa sanoa
- 4 jonkin verran samaa mieltä
- 5 täysin samaa mieltä

1. Olen tyytyväinen, kun lapseni parantaa suoritusta kovan yrittämisen jälkeen.

1 2 3 4 5

2. Tärkeintä lapsen harrastamisessa on siinä viihtyminen

1 2 3 4 5

3. Olen tyytyväinen, kun lapseni oppii jotain uutta.

1 2 3 4 5

4. Lapseni pelkää virheiden tekemistä

1 2 3 4 5

5. Huomioin lapseni hänen parantaessaan taitojaan.

1 2 3 4 5

6. Olen sitä mieltä, että virheet ovat osa oppimista.

1 2 3 4 5

7. Huolestun, kun lapseni suorittaa taitoja, joissa hän ei ole hyvä.

1 2 3 4 5

8. Lasten on hyvä erikoistua jo nuorena

1 2 3 4 5

9. En pidä siitä, että lapseni ei pärjää niin hyvin kuin muut.

1 2 3 4 5

10. Olen tyytyväinen, kun lapseni onnistuu ilman kovaa yritystä.

1 2 3 4 5

11. Huolestun lapseni epäonnistumisesta

1 2 3 4 5

12. Lapseni tulisi saavuttaa paljon ilman suurempaa yritystä.

1 2 3 4 5

13. Annan lapseni oppia yhden asian, ennen kuin opetan uutta.

1 2 3 4 5

LIITE 2: Vanhempien saatekirje

ARVOISAT VANHEMMAT

Teille osoitettu oheinen kyselylomake liittyy valtakunnalliseen ”Laps Suomen” projektiin, jossa on tarkoitus selvittää lasten liikunnallista aktiivisuutta. Tutkimuksen ja erityisesti tämän kyselyn kohteena on myös kartoittaa vanhempien ja kodin yhteyksiä lasten liikuntaan ja urheiluun. Tutkimuksen suorittamisesta vastaa Jyväskylässä toimiva LIKES-tutkimuskeskuksen Lasten ja nuorten elämäntavan tutkimusyksikkö (LINET) yhteistyössä Jyväskylän yliopiston liikuntakasvatuksen laitoksen kanssa.

Lapsenne on osallistunut myös mainittuun tutkimukseen vastaamalla koulussa heille suunnattuun kyselyyn. Katsoimme kuitenkin tärkeäksi ottaa lasten lisäksi mukaan myös vanhempien ja yleensäkin kotiympäristön merkityksen lasten harrastamiselle. Tähän liittyen kyselylomakkeen kulmassa olevan numeron ainoa tarkoitus onkin yhdistää vanhempien ja lasten tiedot. Vastauksia käsitellään siis täysin luottamuksellisesti pelkästään tilastollisina kokonaisuuksina.

Pyydämme teitä täyttämään kyselylomakkeen mahdollisimman huolellisesti. Lomakkeen voi täyttää jompikumpi vanhemmista ja **kysely koskee sitä lasta, joka kyselyn on teille toimittanut**. Vastauslomakkeenne pyydämme toimittamaan oheisessa suljettavassa kirjekuoressa lapsenne mukana kouluun. Koulusta luokanopettaja toimittaa ne avaamattomina edelleen tutkimuslaitokselle.

Halutessanne lisätietoja voitte ottaa yhteyttä tutkimuksen tekijään Pasi Rautavaan osoitteella Wilhelm Schildtin katu 18 B 20, 40740 Jyväskylä tai puhelimitse 050-3081059.

Pyydämme teitä palauttamaan lomakkeen lapsenne koululle _____ mennessä.

Etukäteen avustanne ja osanotostanne kiittäen

LIKES-tutkimuskeskus

Jyväskylän yliopiston liikuntakasvatuksen laitos

Lauri Laakso

Professori

Heimo Nupponen

Yksikön johtaja

Pasi Rautava

Tutkimuksen tekijä

LIITE 3: Lasten kyselylomake

Koulu _____

Luokka _____

Nimi _____

Syntymäaika _____

Vastaa kysymyksiin ympyröimällä numero tai kirjoittamalla vastaus sille varattuun tilaan.

1. Voit viettää vapaa-aikaasi monella tavalla. Mihin toimintoihin osallistut vapaa-aikanasi? Käy läpi seuraava lista ja merkitse kuinka usein osallistut kuhunkin toimintaan. Ympyröi numero.

	päivittäin	6-4 kertaa viikossa	3-1 kertaa viikossa	harvemmin kuin kerran viikossa	en kos- kaan
Musiikin kuuntelu	5	4	3	2	1
Soittaminen tai laulaminen	5	4	3	2	1
Urheiluohjelmien katselu TV:sta	5	4	3	2	1
Muu TV/videon katselu	5	4	3	2	1
Rahan ansaitseminen	5	4	3	2	1
Kavereiden kanssa oleskelu ja juttuleminen	5	4	3	2	1
Perheen kanssa oleskelu	5	4	3	2	1
Tietokone/videopelien pelaaminen	5	4	3	2	1
Kirjojen tai lehtien lukeminen	5	4	3	2	1
Urheiluseuran harjoituksiin osallistuminen	5	4	3	2	1
Muihin ohjattuihin harrastuksiin osallistuminen	5	4	3	2	1
Urheilukilpailujen katselu paikan päällä	5	4	3	2	1
Koulutehtävien tekeminen kotona	5	4	3	2	1
Juhlissa käynti, disco	5	4	3	2	1
Taiteen ja käsityön harrastaminen (esim. piirtäminen, ompeleminen)	5	4	3	2	1
Yksin oloinen (rentoutuminen)	5	4	3	2	1
Ostoksilla käynti "shoppailu"	5	4	3	2	1
Elokuviissa, teatterissa, konserteissa käynti	5	4	3	2	1
Kotitöissä auttaminen	5	4	3	2	1
Muualla kuin kotona auttaminen	5	4	3	2	1
Sukulaisten tapaaminen	5	4	3	2	1
Nuorisotalolla käynti	5	4	3	2	1
Ei ohjattu, omatoiminen vapaa-ajan liikunta	5	4	3	2	1
Muu vapaa-ajan vietto (kuvaile)	5	4	3	2	1

2. Tavallisimmat liikkumistapasi koulumatkalla:

Koulumatkani pituus on _____ kilometriä _____ metriä **yhteen suuntaan**.

Kuljen sen tavallisesti:

	kävellen	pyörällä	osan autokyydillä osan kävellen tai pyörällä	auto- kyydillä	muu tapa, mikä?	aikaa kuluu yhteen suuntaan minuuttia
talvisin	4	3	2	1	_____	_____
keväisin ja syksyisin	4	3	2	1	_____	_____

3. Luettele ne harrastukset, joihin kuljet **säännöllisesti vähintään kerran viikossa**. Ilmoita kuinka monta kertaa viikossa harrastat. Ympyröi tavallisin kulkutapasi ja arvioi kuinka kauan matkaan kuluu aikaa **yh-teen suuntaan**.

Harrastus:	harrastus kertoja viikossa	kävellen	pyörällä	osan autokyydillä osan kävellen tai pyörällä	auto-kyydillä	aikaa kuluu yhteen suuntaan minuuttia
_____	_____	4	3	2	1	_____
_____	_____	4	3	2	1	_____
_____	_____	4	3	2	1	_____
_____	_____	4	3	2	1	_____
_____	_____	4	3	2	1	_____

4. Mitä teet **yleensä** koulupäivinä **välituntisin**? Ympyröi numero.

	kaikilla välitunneilla	useimmilla välitunneilla	harvoilla välitunneilla	en yhdelläkään välitunnilla
Leikin liikuntaleikkejä	4	3	2	1
Pelaan jalkapallopelejä, esim. jalkapallo	4	3	2	1
Leikin leikkejä, joissa ei liikuta	4	3	2	1
Kävelen	4	3	2	1
Juttelen ja olen kavereiden kanssa	4	3	2	1
Seison ja katselen muita	4	3	2	1
Jotain muuta, mitä? _____	4	3	2	1

5. Mitä seuraavista teet yksin tai kavereiden kanssa (läksyjen ja välipalan lisäksi)?

Välittömästi koulun jälkeen:

- 1 Menen urheilemaan
- 2 Käyn harjoituksissa tai harrastuksissa
- 3 Kuuntelen musiikkia tai luen
- 4 Leikin sisällä
- 5 Leikin ulkona
- 6 Pelaan tietokone- / videopelejä
- 7 Katselen telkkaria
- 8 Harjoittelen soittoläksyjä
- 9 Nukun / en tee mitään erityistä
- 10 _____

Illalla:

- 1 Menen urheilemaan
- 2 Käyn harjoituksissa tai harrastuksissa
- 3 Kuuntelen musiikkia tai luen
- 4 Leikin sisällä
- 5 Leikin ulkona
- 6 Pelaan tietokone- / videopelejä
- 7 Katselen telkkaria
- 8 Harjoittelen soittoläksyjä
- 9 Nukun / en tee mitään erityistä
- 10 _____

6. Harrastatko liikuntaa **urheiluseuran harjoituksissa**?

- 1 En harrasta (Siirry kysymykseen numero **10**)
- 2 Harrastan (Vastaa seuraaviin kysymyksiin)

7. Kuinka usein osallistut **urheiluseuran ohjattuihin harjoituksiin**?

En koskaan	1
Harvemmin kuin kerran viikossa	2
Kerran viikossa	3
2-3 kertaa viikossa	4
4-6 kertaa viikossa	5
Päivittäin	6

8. Mitä liikuntaa **harrastat urheiluseurassa**?

	päivittäin	6-4 kertaa viikossa	3-1 kertaa viikossa	harvemmin kuin kerran viikossa	en koskaan
Jalkapallo	5	4	3	2	1
Jääkiekko	5	4	3	2	1
Aerobic / Jumppa	5	4	3	2	1
Voimistelu	5	4	3	2	1
Yleisurheilu	5	4	3	2	1
Salibandy	5	4	3	2	1
Koripallo	5	4	3	2	1
Lentopallo	5	4	3	2	1
Uinti	5	4	3	2	1
Pesäpallo	5	4	3	2	1
Hiihto	5	4	3	2	1
Laskettelu	5	4	3	2	1
Lumilautailu	5	4	3	2	1
Ratsastus	5	4	3	2	1
Judo	5	4	3	2	1
Taitoluistelu	5	4	3	2	1
Tennis	5	4	3	2	1
Suunnistus	5	4	3	2	1
Karate	5	4	3	2	1
Paini	5	4	3	2	1
Tanssi, tanhu	5	4	3	2	1
Muu liikuntamuoto, mikä?	5	4	3	2	1

9. Kuinka kauan **urheiluseuran harjoitukset** tavallisesti kestävät?

Noin puoli tuntia	1
Noin tunnin	2
Noin 1 ½ tuntia	3
Noin 2 tuntia	4

10. Kuinka usein osallistut **koulun liikuntakerhoon**?

En koskaan	1
Harvemmin kuin kerran viikossa	2
Kerran viikossa	3
2-3 kertaa viikossa	4
4 kertaa viikossa tai useammin	5

11. Kuinka usein harrastat liikuntaa, jossa hikoilet ja hengästyit, **koulun ja urheiluseuran ulkopuolella?**

En koskaan	1	(Siirry kysymykseen numero 14)
Harvemmin kuin kerran kuukaudessa	2	
Harvemmin kuin kerran viikossa	3	
Kerran viikossa	4	
2-3 kertaa viikossa	5	
4-6 kertaa viikossa	6	
Päivittäin	7	

12. **Kuinka kauan kerralla** tavallisesti harrastat urheilua tai liikuntaa, jossa hikoilet ja hengästyit, vapaa-aikanasi **koulun ja urheiluseuran ulkopuolella?**

En yhtään	1
Noin puoli tuntia	2
Noin tunnin	3
Noin 1-2 tuntia	4
Noin 2-3 tuntia	5
Enemmän kuin 3 tuntia	6

13. Mihin liikuntaan osallistut vapaa-aikanasi **koulun ja seuratoiminnan ulkopuolella?**

	Päivittäin	6-4 kertaa viikossa	3-1 kertaa viikossa	harvemmin kuin kerran viikossa	en kos- kaan
Lumilautailu (talvisin)	5	4	3	2	1
Laskettelu (talvisin)	5	4	3	2	1
Hiihto (talvisin)	5	4	3	2	1
Luistelu (talvisin)	5	4	3	2	1
Jääkiekko, katukiekko	5	4	3	2	1
Jalkapallo	5	4	3	2	1
Pesäpallo	5	4	3	2	1
Salibandy, sähly	5	4	3	2	1
Sulkapallo	5	4	3	2	1
Koripallo, katukoris	5	4	3	2	1
Tennis	5	4	3	2	1
Skeittailu, rullalautailu	5	4	3	2	1
Rullaluistelu	5	4	3	2	1
Airsoft/Paintball/Splatting (eli "sotailu")	5	4	3	2	1
Yleisurheilu	5	4	3	2	1
Jumppa, venyttely	5	4	3	2	1
Aerobic	5	4	3	2	1
Voimaharjoittelu	5	4	3	2	1
Ratsastus	5	4	3	2	1
Retkeily / vaellus	5	4	3	2	1
Kävely	5	4	3	2	1
Pyöräily	5	4	3	2	1
Hölkä, juoksu	5	4	3	2	1
Ulkoleikit	5	4	3	2	1
Uinti	5	4	3	2	1
Muu vapaamuotoinen liikunta					
_____	5	4	3	2	1
_____	5	4	3	2	1

14. Osallistutko jonkin lajin kilpailuihin tai turnauksiin?

En osallistu	1	(Siirry kysymykseen numero 18)
Osallistuin ennen, mutta en enää	2	(Siirry kysymykseen numero 17)
Kyllä, koulun kilpailuihin	3	
Kyllä, urheiluseuran kilpailuihin	4	
Kyllä, kansallisiin tai kansainvälisiin kilpailuihin	5	

15. Jos edelleen osallistut kilpailuihin, kirjoita lajin nimet ja minkä ikäisenä aloitit kilpailemisen?

Laji: _____ aloitin kilpailemisen _____ vuoden iässä

Laji: _____ aloitin kilpailemisen _____ vuoden iässä

Laji: _____ aloitin kilpailemisen _____ vuoden iässä

16. Jos edelleen kilpaillet, kuinka usein kilpaillet yhteensä?

	useammin kuin kerran viikossa	kerran viikossa	2-3 kertaa kuukaudessa	kerran kuukaudessa	harvemmin kuin kerran kuukaudessa	en kos- kaan
Kesällä	6	5	4	3	2	1
Talvella	6	5	4	3	2	1

17. Jos olet lopettanut kilpailemisen, minkä ikäisenä aloitit ja lopetit kilpailemisen?

Laji: _____ aloitin kilpailemisen ____ vuotiaana, lopetin kilpailemisen ____ vuotiaana

Laji: _____ aloitin kilpailemisen ____ vuotiaana, lopetin kilpailemisen ____ vuotiaana

Laji: _____ aloitin kilpailemisen ____ vuotiaana, lopetin kilpailemisen ____ vuotiaana

18. Osallistutko kotitöihin vähintään 20 minuuttia kerralla?

	7-4 kertaa viikossa	3-2 kertaa viikossa	kerran viikossa	harvemmin kuin kerran viikossa	en kos- kaan
Kaupassa kävellen / pyörällä	5	4	3	2	1
Ulkoilutan koiraa	5	4	3	2	1
Teen lumityöt	5	4	3	2	1
Muuta	5	4	3	2	1

19. **Ympyröi** mitä liikuntapaikkoja sinä käytät liikuntaan ja urheiluun vapaa-aikanasi kouluajan ulkopuolella?

- 1 Yleisurheilukenttä
- 2 Jalkapallokenttä
- 3 Koripallokenttä
- 4 Tenniskenttä
- 5 Ulkokenttä, mihin tahansa pelaamiseen
- 6 Pururata
- 7 Ulkoilumaasto, esim. metsä
- 8 Ratsastustalli
- 9 Uimaranta
- 10 Hiihtolatu
- 11 Kaukalo
- 12 Luistinkenttä
- 13 Monitoimihalli tai palloiluhalli
- 14 Puisto, jossa kiipeily yms. virikkeitä
- 15 Skeittiramppi
- 16 Koulun sali
- 17 Mäki mäenlaskuun
- 18 Muu, mikä?

20. Jos et harrasta liikuntaa koulutuntien ulkopuolella, mainitse syyt:

LIITE 4: Taulukot

Vanhempien yksinhuoltajuuden yhteys lasten seurassa liikkumiseen (%)

		Lasten seurassa liikkuminen			Yht.
		ei koskaan/ harv.1 krt/vko	1-3 kertaa viikossa	4-7 kertaa viikossa	
Yksinhuoltajuus	kyllä (n=43)	53	42	5	100
	ei (n=130)	45	39	16	100
Yhteensä	% määrä	48	39	13	100 173

Vanhempien yksinhuoltajuuden yhteys lasten kilpailuihin osallistumiseen (%)

		Lasten kilpailuihin osallistuminen			Yht.
		ei ole kilpailut / ei enää kilpaile	koulun / seuran kilpailut	kansalliset/kansainväliset kilpailut	
Yksinhuoltajuus	kyllä (n=43)	58	40	2	100
	ei (n=130)	42	44	14	100
Yhteensä	% määrä	46	43	11	100 173

Vanhempien luomien motivaatioilmastojen sukupuolittainen tarkastelu

		n	Keskiarvo	Keskihajonta
Menestymistä korostava	Poika	73	8,2	3,29
	Tyttö	95	8,8	3,44
	Yht.	168	8,5	3,38
Oppimista korostava	Poika	73	13,7*	1,32
	Tyttö	95	13,2*	1,67
	Yht.	168	13,4	1,54
Viihtymistä korostava	Poika	74	12,9	1,35
	Tyttö	95	12,9	1,27
	Yht.	169	12,9	1,30

Vanhempien viihtymistä korostavan motivaatioilmaston yhteys sukupuoleen ja seurassa liikkumiseen

Sukupuoli	Lasten seurassa liikkuminen	n	Viihtymisen keskiarvo	Keskihajonta
poika	ei koskaan/harv 1krt/vko	24	12,3	1,20
	1-3 kertaa viikossa	34	12,9	1,38
	4-7 kertaa viikossa	15	13,7	1,18
	yhteensä	73	12,9	1,35
tyttö	ei koskaan/harv 1krt/vko	56	12,8	1,26
	1-3 kertaa viikossa	31	13,2	1,23
	4-7 kertaa viikossa	8	12,8	1,39
	yhteensä	95	12,9	1,27
Yht.	ei koskaan/harv 1krt/vko	80	12,7	1,25
	1-3 kertaa viikossa	66	13,1	1,31
	4-7 kertaa viikossa	23	13,4	1,30
	yhteensä	169	12,9	1,30

Vanhempien menestymistä korostavan motivaatioilmaston yhteys tyttöjen kilpailuihin osallistumiseen (%)

		Lasten kilpailuihin osallistuminen		Yht.
		ei kilpaile	kilpailee	
Menestymistä korostava motivaatioilmasto	vähäinen (n=27)	37	63	100
	keskimääräinen (n=43)	72	28	100
	runsas (n=25)	52	48	100
Yhteensä	% määrä	57	43	100 95

p<.05*

Vanhempien menestymistä korostavan motivaatioilmaston yhteys sukupuoleen ja seurassa liikkumiseen

Sukupuoli	Lasten seurassa liikkuminen	n	Menestymisen keskiarvo	Keskihajonta
poika	ei koskaan/harv 1krt/vko	24	7,8	3,97
	1-3 kertaa viikossa	34	8,1	2,53
	4-7 kertaa viikossa	15	9,1	3,67
	yhteensä	73	8,2	3,29
tyttö	ei koskaan/harv 1krt/vko	56	9,1	3,61
	1-3 kertaa viikossa	31	8,0	3,19
	4-7 kertaa viikossa	8	9,3	3,11
	yhteensä	95	8,8	3,44
Yht.	ei koskaan/harv 1krt/vko	80	8,7	3,72
	1-3 kertaa viikossa	65	8,1	2,84
	4-7 kertaa viikossa	23	9,2	3,47
	yhteensä	168	8,5	3,37

Vanhempien oppimista korostavan motivaatioilmaston yhteys sukupuoleen ja seurassa liikkumiseen

Sukupuoli	Lasten seurassa liikkuminen	n	Oppimisen keskiarvo	Keskihajonta
poika	ei koskaan/harv 1krt/vko	24	14,0	1,04
	1-3 kertaa viikossa	34	13,2	1,47
	4-7 kertaa viikossa	15	14,2	1,01
	yhteensä	73	13,7	1,32
tyttö	ei koskaan/harv 1krt/vko	56	13,1	1,51
	1-3 kertaa viikossa	31	13,4	1,56
	4-7 kertaa viikossa	8	12,9	2,95
	yhteensä	95	13,2	1,67
Yht.	ei koskaan/harv 1krt/vko	80	13,4	1,45
	1-3 kertaa viikossa	65	13,3	1,51
	4-7 kertaa viikossa	23	13,7	1,96
	yhteensä	168	13,4	1,54