

LIIKUNTA MAAHANMUUTTAJIEN ELÄMÄSSÄ

- Aikuisten maahanmuuttajaopiskelijoiden liikunta kotimaassaan ja Suomessa

Riitta Ahjokivi

Liikuntapedagogiikan

pro gradu -tutkielma

Kesä 2008

Liikuntatieteiden laitos

Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Riitta Ahjokivi. Liikunta maahanmuuttajien elämässä - aikuisten maahanmuuttajaopiskelijoiden liikunta kotimaassaan ja Suomessa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntapedagogiikan pro gradu –tutkielma. 2008. s. 91

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää työttömien aikuisten maahanmuuttajien vapaaajan liikuntaa siirryttäessä kulttuurista toiseen. Tutkimuksessa tarkasteltiin, muuttuiko vastaajan liikuntakäyttäytyminen uudessa kotimaassaan verrattuna kotimaahan, mitä tekijöitä liikuntakäyttäytymiseen liittyy, ja onko liikunta kotoutumisen väline. Tutkimuksella pyrittiin myös kartoittamaan liikuntaneuvonnan tarvetta liikuntapalvelujen tuottamiseksi ja maahanmuuttajien käsityksiä suomalaisesta liikuntakulttuurista. Maahanmuuttajien liikuntaa analysoitiin neljän eri dimension kautta; liikuntaharrastus, liikunnan sosiaalinen ulottuvuus, liikuntaneuvonta ja liikuntakulttuuri.

Tutkimuksen kohdejoukkona olivat Turun Ammatillisen Aikuiskoulutuskeskuksen ja Turun Ammatti-Instituutin maahanmuuttajaopiskelijat, jotka ennen opiskelujaksoa olivat työttömiä. Tutkimusaineistot kerättiin vuosina 1996 ja 2004. Kyselyyn vastanneet olivat eri henkilöitä näissä kahdessa aineistossa. Tutkimusaineiston analysoinnissa käytettiin SPSS 14.0 for Windows-ohjelmaa.

Tutkimustulosten perusteella liikuntaharrastuksen intensiteetissä tapahtui muutosta siirryttäessä kulttuurista toiseen. Organisoitu liikunta väheni, mutta liikunta-aktiivisuus säilyi ja siirryttiin omatoimisen aerobisen liikunnan pariin. Naisten ja iäkkäämpien henkilöiden liikuntaharrastus näytti lisääntyvän. Islaminuskoisten liikuntaharrastuksen lisääntyminen oli yhteydessä lukuisista islamilaisista maista tulleiden maahanmuuttajien määrän lisääntymiseen eli varsinaisesti eri uskontokunnilla ei voida sanoa olevan yhteyttä harrastusaktiivisuuteen. Kotimaalla ja koulutustaustalla ei ollut mainittavaa yhteyttä harrastusaktiivisuuteen. Suomessa oli mahdollisuuksia ja aikaa harrastaa liikuntaa ja uusia kiinnostavia lajeja löytyi. Kävely kasvatti suosiotaan, ja arkiliikunnan merkitys kasvoi. Maahanmuuttajat harrastivat liikuntaa enimmäkseen yksin tai oman maan kansalaisten kanssa. Suomalaisien kanssa liikuttiin vähän, eikä ystävyysuhteita saatu luotua liikunnan avulla. Se oli tutkimuksen tärkein tulos. Liikuntakulttuurin eroja selitti osin ilmasto, mahdollisuuksien runsaus, taloudelliset syyt ja käytettävissä oleva aika. Vastajaat korostivat kielen oppimisen merkitystä arvioidessaan oman maansa ja Suomen liikuntatapoja ja niiden eroja sekä sopeutumistaan Suomeen. Vuoden 1996 vastaajista huomattavasti suurempi osa katsoi sopeutuneensa Suomeen kuin vuoden 2004 vastaajista.

Avainsanat: maahanmuuttaja, liikuntaharrastus, liikunnan sosiaalinen ulottuvuus, liikuntaneuvonta ja liikuntakulttuuri.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 MAAHANMUUTTAJAT SUOMESSA	5
2.1 Maahanmuuttajien määrät Suomessa ja Turussa vv.1996 ja 2004	7
2.2 Maahanmuuttajien koulutus ja työllisyys.....	8
3 LIIKUNTA ELÄMÄNKULUSSA	11
3.1 Liikuntaharrastus.....	11
3.1.1 Liikuntaharrastus ja elämäntapa.....	15
3.1.2 Liikuntaharrastuksen motiivit ja esteet	16
3.2 Liikunnan sosiaalinen ulottuvuus.....	18
3.3 Liikuntaneuvonta	19
3.4 Liikuntakulttuuri	23
4 MAAHANMUUTTAJIEN LIIKUNTA	27
4.1 EU ja liikunta	27
4.2 Liikuntakäyttäytyminen Suomessa	29
5 TUTKIMUSKYSYMYKSET, MENETELMÄT JA AINEISTOT	32
5.1 Menetelmän valinta.....	33
5.2 Aineistojen keruu	33
5.3 Tutkimusjoukon taustatiedot.....	35
6 TULOKSET	39
6.1 Maahanmuuttajien liikunta kotimaassa.....	39
6.2 Kotimaassa harrastetut liikuntalajit ja liikuntamotiivit.....	44
6.3 Maahanmuuttajien liikunta Suomessa.....	46
6.4 Suomessa harrastetut liikuntalajit ja liikunnan esteet	52
6.5 Kotimaassa ja Suomessa harrastetun liikunnan vertailu	55
6.6 Liikunta ja sosiaaliset suhteet Suomessa	62
6.7 Liikuntaneuvonnan saatavuus ja tarve	67
6.8 Liikuntakulttuurin yhtäläisyydet ja erot sekä sopeutuminen	68
7 POHDINTA	73
LÄHTEET.....	79
LIITTEET	85

1 JOHDANTO

Tutkimus työttömien aikuisten maahanmuuttajaopiskelijoiden liikuntakäyttytymisestä perustuu työskentelyyni liikunnanopettajana Turun Ammatillisessa Aikuiskoulutuskeskuksessa (TuAKK) ja Turun Ammatti-instituutissa (TAI).

Maahanmuuttajien määrät alkoivat Suomessa ja myös Turussa 1990-luvulla voimakkaasti kasvaa. Maahanmuuttajille oli järjestettävä kieli- ja muuta kotouttamiseen liittyvää koulutusta, joka Turussa organisoitiin työvoimahallinnon rahoittamana pääosin mainituissa oppilaitoksissa. Maahanmuuttajien sopeutuminen suomalaiseen ja turkulaiseen ympäristöön ja yhteisöön nosti jo silloin esiin monia eri kysymyksiä. Mitkä tekijät vaikuttavat maahanmuuttajien integroitumiseen? Onko liikunnalla merkitystä maahanmuuttajien integroitumisessa? Haluttiin myös selvittää, muuttuiko maahanmuuttajien liikuntakäyttytyminen siirryttäessä kulttuurista toiseen. Säilyikö kotimaan liikuntakäyttäminen Suomessa ja Turussa? Näihin kysymyksiin tällä tutkimuksella pyritään vastaamaan.

Tutkimus sijoittuu liikuntatieteiden alueelle painottuen ensisijaisesti liikuntapedagogiikkaan. Toisaalta aihe koskettaa myös liikuntasosiologiaa, sillä tutkimuksessa kuvataan osaltaan maahanmuuttajien liikuntakäyttytymisen mahdollista yhteyttä integraatioon eli kotoutumiseen suomalaiseen yhteiskuntaan ja työelämään. Tutkielmassa tarkastellaan myös maahanmuuttajien liikuntakulttuuria ja sen muutoksia; etsitään vastauksia kysymykseen, onko liikuntakulttuurissa eroja verrattuna kotimaahan ja Suomeen.

Kulttuuri käsitteenä on laaja ja se voidaan ymmärtää monella tavalla. Laajimmillaan käsitettynä kaikkea inhimillistä toimintaa voidaan nimittää kulttuuriksi. Kulttuuri liitetään arvoihin, merkityksiin, perinteisiin ja elämänmalleihin. Kulttuurin ilmenemismuotoja ovat esimerkiksi, teatteri, tanssi, musiikki, ja liikunta. Kulttuuri on aiemmin nähty staattisena, homogeenisena ja rajallisena kokonaisuutena, mutta nykyisin se ymmärretään myös dynaamisena ilmiönä sisältäen erilaisia, joskus jopa ristiriitaisia piirteitä. Kulttuurilla on itseisarvo sinänsä, mutta sen lisäksi myös lukematon määrä muita vaikutuksia ja yhteiskunnallisia ja taloudellisia merkityksiä.

Tässä tutkimuksessa kulttuuri käsitteenä rajataan liikuntaan -liikuntakulttuuriksi ja monikulttuurisuuteen. Perinteinen liikuntakulttuuri on ollut luonnonläheistä ja arkipäivän askareisiin liittyvää. Modernin liikuntakulttuurin asema on korostuneempi ja sillä on monia myönteisiä arvoja kuten terveys, työhyvinvointi, fyysisen ja henkisen kunnan parantaminen, mutta myös maahanmuuttajien kohdalla sen voidaan katsoa liittyvän yhteisöllisyyteen erityisesti integroitumiseen. Integroitumisella tarkoitetaan tässä yhteydessä maahanmuuttajan sosiaalistumista; suomalaisten ystävien saamista ja kotoutumista; sopeutumista suomalaiseen yhteiskuntaan.

Monikulttuurisuudella tarkoitetaan eri kielellisiä ja kulttuurisia taustoja edustavien ryhmien tasa-arvoista rinnakkaiseloä (Yhdenvertaisuus 2008). Monikulttuurisuutta tämä tutkimus sivuaa siinä, että tutkimuksen kohteena ovat maahanmuuttajat, jotka ovat muuttaneet Suomeen eri syistä yli sadasta eri maasta.

Tutkimus etenee siten, että luvussa 2 kerrotaan, kuka on maahanmuuttaja Suomessa, miten maahanmuuttajien määrät ovat kasvaneet tutkimusajankohtien välillä, ja mikä on maahanmuuttajien koulutus ja työllisyystilanne. Luvussa 3 muotoillaan teoreettista viitekehystä, joka perustuu neljään liikuntadimensioon; liikuntaharrastukseen, liikunnan sosiaaliseen ulottuvuuteen, liikuntaneuvontaan ja liikuntakulttuuriin. Seuraavassa luvussa tarkastellaan, mitä maahanmuuttajien liikunnasta tiedetään aikaisemman tutkimuksen pohjalta. Luvussa 5 esitetään tutkimuksen tarkoitus, tutkimuskysymykset sekä selvitetään, miten ja missä tutkimusaineisto on kerätty. Luku 6 esittelee tulokset. Lopuksi luvussa 7 keskustellaan tutkimustulosten pohjalta ja vedetään tuloksista johtopäätöksiä.

2 MAAHANMUUTTAJAT SUOMESSA

Maahanmuuttajalla tarkoitetaan sellaista henkilöä, joka muuttaa maahan pitempiaikaisesti tai pysyvästi (Laki maahanmuuttajien kotouttamisesta ja turvapaikanhakijoiden vastaanotosta 493 /1999). Maahanmuuttaja on yleiskäsite, jota käytetään kuvaamaan kaikkia pysyvässä asumistarkoituksessa Suomeen muuttaneita henkilöitä. Martikainen

(1996) määrittelee tutkimuksessaan ”Moniarvoinen Turku” maahanmuuttajan yleisnimitykseksi Suomeen pysyvästi muuttaneelle henkilölle, jolla ei ole Suomen kansalaisuutta.

Maahanmuuttajia ovat mm. pakolaiset ja kiintiöpakolaiset, turvapaikanhakijat, siirtolaiset ja paluumuuttajat. Kaksi ensimmäistä ryhmää muodostuu henkilöistä, joilla on perusteltua aihetta pelätä joutuvansa vainotuksi kotimaassaan rotunsa, uskontonsa, kansallisuutensa, johonkin yhteiskuntaluokkaan kuulumisen tai poliittisten mielipiteittensä takia ja jotka oleskelevat kotimaansa ulkopuolella eivätkä voi em. syistä palata sinne. Turvapaikan hakijat ovat henkilöitä, jotka pyytävät itselleen turvapaikkaa ja oleskelulupaa vieraasta maasta heti sinne saavuttuaan ja joiden pakolaisstatus todetaan vasta myöhemmin. Siirtolaiset muuttavat vapaaehtoisesti maasta toiseen hankkiakseen siellä toimeentulonsa ja asettuakseen sinne pysyvästi asumaan. (Martikainen 1996, 101.)

Paluumuuttaja on ulkосуomalainen, joka palaa Suomeen. Käsitettä sovelletaan entisiin ja nykyisiin Suomen kansalaisiin sekä entisen Neuvostoliiton alueelta peräisin oleviin henkilöihin, joilla on suomalainen syntyperä kuten inkerinsuomalaisiin. Viimeksi mainitut ovat kansallisuudeltaan, mutta eivät kansalaisuudeltaan suomalaisia. (Hallituksen esitys 2002.) Maahanmuuttajat voivat olla Suomen kansalaisia tai ulkomaalaisia. Heidän asemaansa määrittää Ulkomaalaislaki, jossa kuitenkin ei puhuta maahanmuuttajista vaan ulkomaalaisista. (Ulkomaalaislaki 2004.) Tämän tutkimuksen kohteena ovat aikuiset maahanmuuttajat, jotka ovat joko Suomen kansalaisia tai ulkomaalaisia.

Maahanmuuttajiin liittyviä asioita käsiteltäessä on pidettävä mielessä ryhmän heterogeenisyys. Maahanmuuttajat tulevat monista eri maista ja edustavat erilaisia kulttuureja ja etnisiä ryhmiä. Kotimaa ilmastoineen, äidinkieli ja sosiaalisen ympäristön käyttäytymismallit poikkeavat toisistaan hyvinkin paljon. Näistä syistä johtuen vaihtelevat myös ongelmat ja tarpeet, joten niihin on löydettävä useammanlaisia ratkaisuvaihtoehtoja. Leimallista on myös, että syyt joiden takia maahanmuuttajat ovat Suomeen ja Turkuun tulleet, ovat hyvin erilaisia. Toiset ovat jättäneet kotimaansa siitä syystä, että heidän on ollut pakko lähteä eli paeta, toiset taas siirtyvät maasta toiseen työn tai aviopuolison takia. Myös paluumuutto itärajan takaa on ollut merkittävää tutkimusajankohtana. Tämän tutkimukset kohteena olleet henkilöt olivat pääosin eri syistä Suomeen muuttaneita ensimmäisen polven maahanmuuttajia. Vastaajien joukossa ei ollut turvapaikanhakijoita.

2.1 Maahanmuuttajien määrät Suomessa ja Turussa vv.1996 ja 2004

Maahanmuuttajien vastaanottaminen Suomeen perustuu YK:n pakolaissopimukseen vuodelta 1951 ja sen lisäpöytäkirjoihin sekä Suomen omaan lainsäädäntöön. 1990-luvun alkupuolella maahanmuuttajien määrät alkoivat kasvaa ja vuoden 1996 maaliskuussa Suomessa asui 73 754 ulkomaiden kansalaista eli 1.2 % väestöstä. Pakolaisia heistä oli 13 000. Vuonna 2004 maahanmuuttajia oli jo noin 108 346 eli 2 % väestöstä. Suomessa asui tuolloin ihmisiä noin 150 eri maasta. Suurimmat ryhmät olivat venäläiset, virolaiset ja ruotsalaiset, kuten taulukosta 1 ilmenee.

Taulukko 1. Maahanmuuttajien määrät Suomessa vv. 1996 ja 2004

Maa, jonka kansalaisuus:	1996	2004
Venäjä	11 810	24 626
Viro	9 038	13 978
Ruotsi	7 291	8 209
Somalia	4 555	4 689
Serbia ja Montenegro ¹⁾	2 624	4 090
Irak	1 855	3 392
Kiina	1 471	2 613
Saksa	1 836	2 626
Britannia	1 803	2 655
Turkki	1 479	2 359
Thaimaa	864	2 289
Iran	1 397	2 555
Yhdysvallat	1 833	2 040
Afganistan	55	1 588
Vietnam	2 143	1 538
Intia	485	1 343
Bosnia ja Hertsegovina	1 342	1 641
Muut	21 873	26 115
Yhteensä	73 754	108 346
1) Ml. entinen Jugoslavia (Tilastokeskus 2005)		

Turussa asui vuoden 1996 huhtikuussa yhteensä 4140 ulkomaalaista. Se oli kolme prosenttia koko Turun asukkaiden määrästä. Ulkomaalaisista oli miehiä 2225 / 53.7 prosenttia ja naisia 1915 / 46.3 prosenttia. Eniten maahanmuuttajia oli Venäjältä 586 / 14.3 prosenttia, Virosta 422 / 10.1 prosenttia ja entisen Neuvostoliiton alueelta 369 / 8.9 prosenttia. Maahanmuuttajat olivat kotoisin 103 eri maasta. (Väestörekisterikeskuksen vä-

estötietojärjestelmä, huhtikuu 1996.) Vuonna 2004 oli Turussa ulkomaalaisia 7633. Se oli 4.2 prosenttia koko Turun asukkaiden määrästä. Ulkomaalaisista oli miehiä 3939 / 51.6 prosenttia ja naisia 3694 / 48.4 prosenttia. Maahanmuuttajia oli tuolloin kaikista maanosista ja yli 80 eri maasta. Selvästi suurin maahanmuuttajaryhmä Turussa, kuten koko Suomessa, olivat venäläiset. (Suomen tilastollinen vuosikirja 2004, 152-160.)

2.2 Maahanmuuttajien koulutus ja työllisyys

Tutkimuksen kohteena olivat työttömät aikuiset maahanmuuttajaopiskelijat. Siksi on perusteltua lyhyesti tarkastella maahanmuuttajien koulutusta ja työllisyyttä.

Maahanmuuttajakoulutuksen yleisenä tavoitteena on opiskelijan kotoutumisen edistäminen, suomen kielen oppiminen ja suomalaiseen yhteiskuntaan, kulttuuriin sekä toimintatapoihin tutustuttaminen. Kotoutumisella tarkoitetaan maahanmuuttajan yksilöllistä kehitystä, jonka tavoitteena on osallistua työelämään ja yhteiskunnan toimintaan samalla omaa kieltään ja kulttuuriaan säilyttäen. Kotouttamisella tarkoitetaan viranomaisien kotoutumista edistäviä toimenpiteitä ja voimavaroja. Kotoutumisen keskeisenä elementtinä pidetään koulutusta. Koulutus sisälsi 1990-luvulla liikunnanohjausta, mutta nykyisin maahanmuuttajakoulutuksessa painottuu lähinnä liikuntaneuvonta.

Työttömien maahanmuuttajien koulutusta lisättiin vahvasti 1990-luvulla. Sitä jopa järjestettiin suhteellisesti enemmän kuin muitten työttömien koulutusta (Lamppu, 2001, 4). Työvoimakoulutuksella tarkoitetaan ammatillista aikuiskoulutusta, jolla pyritään edistämään ja ylläpitämään työvoiman kysynnän ja tarjonnan tasapainoa muutamasta viikosta kahteen vuoteen. Keskimääräinen koulutusaika on noin neljä kuukautta. Työvoimaviranomaiset voivat ostaa asiakkailleen työttömät työnhakijat myös kotoutumiskoulutusta, jonka päämääränä on kehittää maahanmuuttajan oma-aloitteisuutta, vastuullisuutta ja yhteistyökykyä sekä antaa hänelle valmiuksia toimia tasavertaisena yhteiskunnan jäsenenä. Yleisesti uskotaan, että koulutus lisää maahanmuuttajan mahdollisuuksia työllistyä. Kotoutumiskoulutuksen keskeiset tavoitteet ovat suomen/ruotsin kielen taidon, yhteiskunnallissosiaalisten valmiuksien sekä koulutuksellisten ja ammatillisten valmiuksien hankkiminen.

Kotouttamislaissa 1.5.1999 säädetään maahanmuuttajien kotoutumista edistävistä toimenpiteistä, joista keskeisin on kotoutumiskoulutus. Sitä järjestetään sekä työvoimapolitiittisena että omaehtoisena koulutuksena. Työvoimapolitiittinen kotoutumiskoulutus on tarkoitettu ensisijaisesti työttöminä työnhakijoina oleville maahanmuuttajille. Kotoutumistuen piirissä oli vuonna 2004 kaikkiaan 10445 maahanmuuttajaa, joista 8727 eli 87 prosenttia oli osallistunut työvoimapolitiittisiin aktiivitoimenpiteisiin. Heistä kotoutumiskoulutukseen oli osallistunut 7978 henkilöä eli 91 prosenttia. Maahanmuuttajien kotoutumiskoulutusta toteutetaan yleisesti Opetushallituksen huhtikuussa 2001 vahvistaman ”Suositus aikuisten maahanmuuttajien kotoutumiskoulutuksesta” – asiakirjan mukaan (Työministeriö 2005, 4, 8-10).

Kotouttamiskoulutus, josta aiemmin käytettiin nimeä maahanmuuttajakoulutus, on Suomeen muuttaville tarkoitettua työhallinnon järjestämää koulutusta, jonka tavoitteena on suomenkielen ja suomalaisen yhteiskunnan toimintatapojen oppiminen. Koulutus tulisi aloittaa mahdollisimman pian Suomeen tulon jälkeen, mutta usein maahanmuuttajat ovat joutuneet odottamaan koulutukseen pääsyä useita kuukausia. Kotouttamiskoulutus kestää noin vuoden ja sisältää kieliopintoja, yhteiskuntaoppia ja ammatillista lisä- tai peruskoulutusta sekä työharjoittelujakson. (Manninen 2002.)

Aikaisemmin maahanmuuttajakoulutukseen olivat oikeutettuja ainoastaan pakolaiset ja muiden maahanmuuttajien osallistumismahdollisuudet riippuivat resurssien riittävästä. Nykyiseen kotouttamiskoulutukseen ovat oikeutettuja kaikki aikuiset maahanmuuttajat. Kaikkia maahanmuuttajia koulutus ei kuitenkaan eri syistä tavoita. Maahanmuuttajakoulutuksen tuloksellisuutta ja kulttuuritaustan yhteyttä siihen on tutkinut Domander (1994) muun muassa koulutukseen osallistuneille maahanmuuttajille tehtyjen kyselyiden avulla ja haastatteleamalla heidän opettajiaan. Domander vertasi otoksensa työttömyysastetta kaikkien ulkomaalaisten työttömyyteen Suomessa ja totesi, että tässä mielessä maahanmuuttajakoulutus oli ollut tuloksellista, koska kun kaikista ulkomaalaisista työnhakijoista 80% oli työttömänä tutkimusentekohetkellä, oli otoksesta työttömänä vain 52%. Keskeinen tekijä työllistymisessä näytti olevan maahanmuuttajakoulutuksen aikana suoritettava työharjoittelu. Eri kieliryhmien välillä oli kuitenkin suuria eroja työllisyydessä.

Maahanmuuttajien työllisyystilanne on ollut 1990-luvulta lähtien huomattavasti heikompi kuin kantaväestön. Maahanmuuttajien työttömyysprosentti on edelleen noin kolme kertaa korkeampi kuin kantaväestön. Yhtenä keskeisenä maahanmuuttajien yhteiskuntaan kotoutumista kuvaavana mittarina on käytetty työllistymistä. Vuonna 1996 maahanmuuttajien työttömyysaste oli 48 prosenttia, vuonna 2000 se oli 33 prosenttia ja vuoden 2004 ennuste on 29 prosenttia (Mol. 2004).

Työllistyminen on epäilemättä yksi tärkeimpiä, ehkä tärkein, maahanmuuttajien kotoutumista edesauttava tekijä. Valtosen (1999) tutkimuksessaan haastattelemat pakolaiset totesivat, että puhe kotoutumisesta on turhaa, ellei ole olemassa todellisia työllistymismahdollisuuksia. Maahanmuuttajien työttömyys on kuitenkin huomattavasti korkeampi kuin Suomen kansalaisten, vaikkakin viime aikoina kehitys on ollut menossa parempaan suuntaan. Maahanmuuttajista erityisen heikosti ovat työllistyneet pakolaiset. Työllistymisen esteenä pidetään usein heikkoa kielitaitoa, vähäistä tietoa suomalaisesta yhteiskunnasta sekä suomalaisesta koulutusjärjestelmästä poikkeavaa koulutusta (Lamppu 2001, 30-31).

Maahanmuuttajien työllistymistä on yritetty helpottaa useiden projektien avulla. Esi-merkkinä sellaisesta projektista mainittakoon Aboavita –niminen, Equalohjelman rahoittama hanke. Se toimi 2001-2004 Turussa, ja kokosi mukaan maahanmuuttajien kotoutumista edistämään periaatteessa kaikki turkulaiset maahanmuuttajille koulutusta tarjoavat tahot (mm. TuAKK ja TAI).

Tutkimuksissa on pyritty löytämään maahanmuuttajille uusia reittejä työmarkkinoille. Valtosen (1999) tutkimuksessa merkittäväksi avuksi niin ulkomaalaiset kuin tutkimukseen osallistuneet maahanmuuttajasektorin työntekijätkin nimesivät jonkun tunnetun tai työnantajan arvostaman suomalaisen antaman suosituksen. Koistinen (1997) on selvittänyt maahanmuuttajien työllistymistä ja työvoimapalveluja Turun seudulla, jossa maahanmuuttajat ovat työllistyneet hieman paremmin kuin muualla Suomessa. Koistinen pyrki selvittämään erilaisia ”polkuja työmarkkinoille” tutkimusprojektin avulla maahanmuuttajien työllistämistä edistäviä kehittämistoimenpiteitä. Valtosen (1999) mielestä koulutus on tärkein edellytys paitsi työllistymiselle myös monille muille elämänmahdollisuuksille. Maahanmuuttajien keskinäiset sosiaaliset verkostot toimivat tehokkaina kanavina työnhaussa. Työelämäkontaktien avulla maahanmuuttaja pystyy laajentamaan

oman alansa sosiaalista verkostoa ja oppii suomalaista työkuultuuria (Forsander & Ali-tolppa-Niitamo 2000, 24-25).

3 LIIKUNTA ELÄMÄNKULUSSA

Maahanmuuttajien liikuntaa tarkastellaan tässä tutkimuksessa neljän eri dimension kautta; liikuntaharrastus, liikunnan sosiaalinen ulottuvuus, liikuntaneuvonta ja liikuntakulttuuri. Näihin käsitteisiin on myös viitattu kyselylomakkeessani, joka on liitteessä 2. Seuraavaksi määritellään nämä käsitteet ja konstruoidaan niistä tutkimuksen teoreettinen viitekehys.

3.1 Liikuntaharrastus

Liikunta on vapaaehtoista aktiivista fyysistä toimintaa. Liikuntaan voidaan lukea urheilun lisäksi hyötyliikunta, työmatkat pyörällä tai kävellen, osa arkiaskareista ja jopa työliikkeistä, edellyttäen että ne sisältävät tietoisesti valitun fyysisen aktiivisuuden. (Laakso 2003, 15.) Liikunnan harrastamisella on tärkeä osa työntekijöiden fyysisen toimintaja työkyvyn säilyttämisessä. Yksilötasolla liikunnan harrastaminen merkitsee fyysisen hyvinvoinnin ja elämänlaadun paranemisen lisäksi yhteisöllisyyttä, kuulumista johonkin viiteryhmään, integroitumista.

Liikuntailmiöitä voidaan tarkastella Telaman ym. (1989) mukaan seuraavalla kolmella tasolla; liikunta biologisfysikaalisena ilmiönä, liikunta yksilön käyttäytymisen ja tietoisuuden toiminnan tason ilmiönä ja liikunta yhteiskunnallisena ilmiönä.

Biologisfysikaalisena ilmiönä tutkimuksen näkökulma on luonnontieteellinen. Liikuntaa tutkitaan objektiivisesti ja tarkastellaan sitä, miten ihminen liikkuu, mutta ei sitä, miten hän kokee liikkuvansa. Tarkasteltaessa liikuntaa yksilötason ilmiönä on tärkeitä se, mikä merkitys liikunnalla on yksilön tietoisuudessa, hänen toiminnoissaan ja tavoitteissaan ja miten hän liikunnan kokee. Keskeinen käsite tässä yksilötason tarkastelussa on liikuntaharrastus. Liikuntaharrastuksella tarkoitetaan lähinnä vapaa-aikana tapahtuvaa,

henkilökohtaiseen kiinnostukseen perustuvaa fyysistä aktiivisuutta. Liikuntakäyttäytymisen käsite liittyy itse toimintaan sekä liikunnan heijastumiseen yksilön tajunnassa. Liikuntakäyttäytymisellä tarkoitetaan myös aktiiviseen liikuntaan kohdistuvien ja sitä säätelevien tarpeiden, tavoitteiden, motiivien ja elämysten kokonaisuutta (Telama ym. 1989, 9-10). Laakson (1981, 15-16) mukaan liikuntaharrastuksella tarkoitetaan liikunnallisen vaihtoehdon toistuvaa tietoista valitsemista, kun valinnalle on ominaista pysyväisluontoinen motivaatio itse liikuntaa tai sen seurauksia kohtaan. Liikuntaa on syytä tarkastella eritoten harrastuksen kehittymisen kannalta. Kehittymisnäkökulma on otettu huomioon tässä tutkimuksessa.

Liikuntaharrastus on nähty yhteiskunnan säätelemäksi ilmiöksi, jonka mukaan kaikkea vapaa-ajalla tapahtuvaa fyysistä aktiivisuutta ei katsota liikuntaharrastukseksi. Liikuntaharrastus voidaan määritellä monin eri tavoin riippuen tutkimusmenetelmästä, mutta lopulta liikuntaharrastuksen määrittelyn ratkaisee tutkijain itse. Liikuntaharrastukseksi on laskettu sellaiset fyysiset toiminnot, jotka vastaaja on itse määritellyt liikuntaharrastukseksi. (Laakso 1986.) Liikuntaharrastuksen määrittely, liikunnan määrä ja intensiteetin arviointi vaikuttavat oleellisesti liikuntaharrastuneisuudesta tehtyjen tutkimusten tuloksiin.

Samojen henkilöiden pitkittäistutkimus antaa parhaan mahdollisuuden tutkia liikuntaharrastuksessa tapahtuvia muutoksia iän kasvaessa (Hirvensalo 1998, 5). Tällä hetkellä liikuntaa voidaan mitata käytännössä vain kyselyjen ja haastattelujen perusteella. Tärkeitä liikunnasta selvitettäviä asioita ovat sen muoto tai laji, useus viikossa, kesto sekä koettu kuormittavuus. Lisäksi mitattu tai arvio liikunnan kokonaismäärästä esimerkiksi viikossa tai energiankulutuksena ovat tärkeitä seikkoja. (Vuori ym. 2005.)

Liikuntaharrastuksen pysyvyyttä voidaan selittää Banduran (1977) teorialla ihmisen kyvystä luottaa omiin voimavaroihinsa jonkin tehtävän suorittamiseksi eli pystyvyys- tai suoriutuvuusodotuksista (self-efficacy) ja sitkeydestä (hardiness) suorittaa tehtävä. Parantamalla näitä tekijöitä tuetaan liikunnan pysyvyyttä ja päinvastoin, jos luottamus omiin kykyihin on heikko, on muutoksenkin pysyvyys huono. Pystyvyysodotusten on todettu edistävän parhaiten liikunnan omaksumista aikuisväestössä. Pystyvyyteen vaikuttavat neljä tekijää; omat ensi- ja toissijaiset liikuntakokemukset, sanalliset ohjeet ja neuvot sekä elimistön fysiologinen tila. Ensisijaisilla liikuntakokemuksilla on todettu

olevan suurin merkitys pystyvyysodotuksiin Toissijaiset odotukset perustuvat omiin kokemuksiin toisten liikunnasta ja tulevat perheeltä, erilaisilta tukihenkilöiltä, kuten myös sanalliset ohjeet ja neuvot. Elimistön fysiologiseen tilaan kuuluvat hetkelliset tuntemukset ja tunteet esim. kipu tai hermostuminen. Nämä neljä tekijää tukevat pystyvyysodotuksia, mutta jokainen niistä voi olla myös liikunnan omaksumisen este, johtuen yksilöllisten sosiaalisten ja muiden tekijöiden vaikutuksesta. Pystyvyysodotuksilla ja liikunta-aktiivisuuden muutoksella on vahva keskinäinen yhteys ja pystyvyys on voimakas ennustaja liikuntamuutokselle. (Clark 1997.)

Vuori on referoinut Englannissa v. 1993 tehtyä haastattelututkimusta, jossa on selvitetty asenteita, käsityksiä ja mielikuvia liikunnan ja vapaa-ajan toimintojen luonteesta eri lailla liikuntaa harrastavissa ryhmissä. Ryhmät oli jaettu liikunnan intensiteetin perusteella aktiivisiin, yrittäjiin ja inaktiiveihin liikkujiin. Aktiiviliikkujalla tarkoitettiin vähintään kolme kertaa viikossa 20 min kerrallaan liikkuvia ja jotka olivat vahvasti motivoituneita liikuntaan. Yrittäjät liikkuvat yksi tai kaksi kertaa viikossa ja olivat kohtalaisesti motivoituneita. Vähemmän kuin kerran viikossa liikkuvat ja heikosti motivoituneet olivat inaktiiveja. Tämä ryhmä jakautui vielä apaattisiin ja liikunnan hylkääjiin. (Vuori 1994.)

Aktiiviliikkuja nauttii suuresti liikunnasta ja kokee saavansa siitä myös sosiaalista hyötyä. Hän saa tyydytystä harrastuksestaan ja arvostaa voimakkaasti liikunnan terveydellisiä ja ulkonäköön vaikuttava tekijöitä. Liikunta on hänelle elämäntapa, iästä riippumatta. Hän pitää itsensä kanssa kilvoittelusta ja osallistuu seuratoimintaan. Yrittäjäkin harrastelee liikuntaa ja kokee saavansa siitä hyötyä. Hän voi tuntea syyllisyyttä, jos ei liiku, mutta on silti tyytyväinen liikuntaansa periaatteella, että vähänkin on parempi kuin ei mitään. Inaktiiveista apaattinen voi harrastaa liikuntaa ajoittain erityisistä syistä kuten laihduttamisen, ulkonäön tai sosiaalisten syiden vuoksi. Hän ei kuitenkaan pidä liikunnasta. Hän mainitsee usein ajan, rahan tai mahdollisuuksien puutteen syyksi. Inaktiiveista liikunnan hylkääjä torjuu fyysisen aktiivisuuden ajatuksenakin. Hän pitää liikuntaa epämiellyttävänä tai vaikeana eikä koe tarvetta kohentaa terveyttään. (Vuori 1994.) Tässä tutkimuksessa mukaeltiin Vuoren referoimaa luokitusta kuvaamaan maahanmuuttajien liikunnan intensiteettiä ja mukaan lisättiin kilpaurheilijat viidenneksi ryhmäksi.

Liikunta yhteisötason ilmiönä kuvastaa yhteiskunnan kehittyessä syntynyttä harrastuksenomaista liikuntaa ja sitä sääteleviä tapa- ja normijärjestelmiä, jotka eri kulttuurien heijastamalla tavalla vastaavat yksilön liikuntakäyttäytymisen tavoitteita ja tarpeita. Liikunnan yhteisötason ilmiöistä näkyvin on kilpaurheilu, jolla tarkoitetaan tarkkojen sääntöjen ja normien säätelemää organisoitua liikuntaa, joka keskittyy siihen erikoistuneisiin järjestöihin ja seuroihin (Telama ym. 1989, 10). Tässä tutkimuksessa tarkastellaan liikuntaa sekä yksilö- että yhteisötasolla.

Liikunnallisen vapaa-ajan ovat Herva ja Vuolle (1991) eritelleet seitsemään luokkaan; ulkoilu ja kävely, hyötyliikunta, organisoitu (järjestö) liikunta, vapaamuotoinen (omatoiminen) liikunta, erittelemätön liikunta, urheilutapahtumat eli penkkiurheilu ja liikuntaan käytetyt matkat.

Tässä tutkimuksessa käytettiin maahanmuuttajien liikuntaharrastusta kuvaamaan Hervan ja Vuolteen luokittelun neljää ensimmäistä luokkaa. Ulkoilu, kävely ja hyötyliikunta, kuten metsästys, kalastus, marjastus ja sienestys luokiteltiin yhdeksi ryhmäksi. Vapaamuotoinen liikunta on omatoimista, ei-järjestettyä tai ohjattua liikuntaa kuten juoksua, pyöräilyä, uintia, hiihtoa, kotivoimistelua, pallopelejä sekä muuta aktiivista liikunnallista toimintaa. Organisoidulla liikunnalla tarkoitetaan ulkopuolisesti ohjattua tai (liikunta)järjestöjen piirissä tapahtuvaa liikuntaa. Esimerkiksi ohjattu voimistelu ja tanssi, pelaaminen joukkueessa, kamppailulajit ja kilpaileminen ovat organisoitua liikuntaa. (Herva & Vuolle 1991, 35-36.)

Yksilökeskeisyys on perinteisesti ollut länsimainen tapa arvioida liikunnan funktiota, kun taas yhteiskunnallisuuden korostaminen on kuulunut itämaiseen traditioon lähestyä liikuntaa. Yksilökeskeisyyteen kuuluvat tarveteoriat, joilla on kuvattu ihmisen liikuntaharrastuksen sisäisiä vaikuttimia, motiiveja, jotka perustuvat biologisen perimän tuottamaan tarvejärjestelmään. Liikuntaharrastusta ei voida kuitenkaan tyydyttävästi selittää perimän pohjalta, vaan siihen vaikuttavat myös yhteiskunnan aineellinen ja sosiaalinen rakenne sitoutuneena elämäntoimintoihin tai elämäntavaksi, jonka pohjalta kunkin ihmisen liikuntaharrastus määräytyy. (Vuolle 1989.)

3.1.1 Liikuntaharrastus ja elämäntapa

Liikunta on vain yksi osa elämäntapaa ja usein elämäntavan muutokset heijastuvat myös liikuntaharrastukseen. Vain suhteellisen harvoilla ihmisillä liikunta on elämäntyylin määräävässä asemassa. Vapaa-ajan osuuden lisääntyessä lisääntyy myös liikunnan määrä, esim. työttömät käyttävät liikuntaan enemmän aikaa kuin työssäkäyvät. Liikunnan harrastaminen muuttuu yleensä myös elämäntilanteiden mukaan. Työelämään siirtyminen, perheellistyminen, eläkkeelle jääminen, työttömyys, asuinpaikan muutto ja sairastuminen ovat suuria elämänmuutoksia, ja ne vaikuttavat myös liikuntaharrastusaktiivisuuteen. Monella voi olla kynnys etsiä uusi liikuntaharrastus uudelta asuinpaikalta. (Mäntylä & Pyykkönen 1995, 90-91.)

Liikunta merkitsee ihmisille eri asioita. Klemola (1998) esittää neljä keskeistä liikuntaan liittyvää projektia: voiton, terveyden, ilmaisun ja itsen projektit. Voiton projektiin on jaoteltu huippu- ja kilpaurheilu, terveyden projektiin kunto- ja terapialiikunta, jossa päämääränä on ideaali keho ja kunto. Ilmaisun projektissa on mm. tanssi ja itsen projektissa kaikki liikkumisen tavat, joilla on pyrkimys tutkia itseä erilaisten kehollisten taitojen esim. joogan kautta. (Klemola 1998, 5, 120.)

Liikunnan voi Roosin (1989) mukaan nähdä alueena, jolla tietynlaista elämäntapaa toteutetaan. Liikunta voi heijastaa yksilön itsekuria, elämäntilainta tai suhdetta omaan ruumiiseen (terveys, nautinto, ruumiin käyttö identiteetin ilmaisemiseen), toisin sanoen habitukseen. Elämäntapa ja liikunta kuvastavat myös yksilön sosiokulttuurista asemaa ja harjoitetun liikuntamuodon suhdetta eli yksilön valitsema liikuntaharrastus voi tuoda esille hänen sosiaalisen asemansa yhteiskunnassa. (Roos 1989, 17-18.)

Liikuntaharrastuksia voidaan Klemolan (1998) mukaan kuvata myös niihin liittyvien tavoitteiden mukaan. Hyötyliikkujalle liikunta antaa aineellista hyötyä, kuten esim. marjastus ja sienestys. Myös itse liikkumisessa ihminen voi kokea mielihyvää, mutta se on aina kuitenkin sivuasia. Harrasteliikkujan keskeisenä tavoitteena on mielihyvä, virkistys ja vaihtelu. Hän hakee liikunnasta kokemuksia ja virikkeitä. Kuntoliikkujalle liikunta sinänsä on tärkeä esim. juoksu tai kuntosalitoiminta. Pääasia on tulos, jonka säännöllisi-

nen liikunta tuottaa. Liikunnan tehtävä on parantaa fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia.

Liikuntaharrastuksen rooli vaihtelee elämänkaaren eri vaiheissa. Liikunnallisesti aktiivisen elämäntavan säilyttäminen on haasteellista. Työikäisille terveyden ja hyvinvoinnin sekä toimintakyvyn ylläpitäminen ja lisääminen voivat jo toimia motiiveina liikuntaharrastukselle. Aikuisilla korostuu omaehtoinen liikunta. (Lintunen 2003.)

3.1.2 Liikuntaharrastuksen motiivit ja esteet

Motivaation käsite on hypoteettinen konstruktio, jonka käytön tarkoituksena on ymmärtää ihmisen toimintaa. Motivaatio on kuin tuuli, kukaan ei sitä näe, mutta sen vaikutukset näkyvät. Hypoteettiset käsitteet, kuten harrastus ja motivaatio pitää tutkimuksessa operationalisoida eli antaa niille jokin mitattavissa oleva määritelmä. (Metsämuuronen 2000, 26-27.). Tässä tutkimuksessa operationalisointi suoritettiin yksinkertaisesti kysymällä, mikä sai vastaajan liikkumaan ja negaation kautta, mitkä tekijät estivät liikkumasta (ks. Liite 2).

Motivaatio liittyy niin ikään liikunnan yksilön käyttäytymisen ja tietoisien toiminnan tason ilmiöihin. Liikuntaharrastuksen motivaation katsotaan syntyvän erilaisten tarpeiden pohjalta. Harrastus voi toisaalta pohjautua useisiin samanaikaisesti vaikuttaviin motiiveihin ja niiden taustalla oleviin tarpeisiin. On myös huomattava, että tarpeet ja motiivit eivät ole irrallisia, vaan niihin liittyy myös normeja ja arvoja, jotka voivat määrittää yksilön liikuntakäyttäytymistä (Laakso, 1981). Liikunnan kannalta on siten merkityksellistä, miten liikunnan tavoitteet liittyvät yksilön arvostrukturiin.

Motivaatioteorioita on lukuisia ja niitä ovat kehitelleet mm. Maslow (1972), Madsen (1983), sekä Leontjev (1977). Paljon käytetty Kenyonin motiiviluokitus vuodelta 1971 jakaa motiivit seitsemään luokkaan, missä liikunta nähdään sosiaalisena kokemuksena, terveyttä ja kuntoa edistävänä, tunnetiloja tuottavana, esteettisenä elämyksenä, suorituskorosteisena, jännityksen laukaisijana sekä sattuman kaltaisena uhkapelinä. (Telama 1986.)

Ihmisen käyttäytymisen päämääristä ja motivaatiosta puhuttaessa käsitellään myös tarpeita. Tunnetuimman tarveteorian on luonut Maslow (1972) ja tätä teoriaa voidaan soveltaa myös liikuntamotivaation kuvailussa. Maslowin käsityksen mukaan ensin tulee tyydyttää fysiologiset perustarpeet ennen kuin voi syntyä henkisiä tarpeita, joista korkeimmalla tasolla on itsensä toteuttamisen tarve. Madsenin (1983) motiiviluokituksia on useita ja niistä liikuntaan soveltuvia olisivat mm. emotionaaliset (aggressiomotiivit), sosiaaliset (kontaktimotiivi), kognitiiviset (motivoiva asennoituminen, uteliaisuus) ja toimintamotiivit (liikunnan ja luomisen tarve). Leontjevin (1977) mukaan todelliset motiivit saadaan selville vain observoimalla, jolloin voidaan todeta motivoituneisuus itse toiminnassa.

Liikuntamotivaatiotutkimus pyrkii vastaamaan kysymykseen, mikä saa ihmiset liikkumaan ja mikä siinä kiinnostaa. Liikuntaharrastuksen taustalla vaikuttavaa pysyväisluonteista tavoitteisuutta ja kiinnostusta tiettyä toimintaa kohtaan nimitetään yleismotivaatioksi. Lopulliseen toteutumiseen vaikuttavia päätöksiä nimitetään tilannemotivaatioksi. Kun yleismotivaatio on vahva eivät esteet haittaa liikunnan harrastamista. (Telama 1986.)

Eichberg (1998) jakaa liikunnan kolmeen pääryhmään motiivien ja merkitysten mukaan. Ne ovat liikunta suorituksena, liikunta hyvinvoinnin edistäjänä ja liikunta ruumiinkokemisena. Liikunta suorituksena, tuloshakuisuutena, on perustana organisoidulle urheilutoiminnalle. Liikunta hyvinvoinnin edistäjänä peilaa fyysistä ja sosiaalipsykologista terveyttä. Liikunta ruumiinkokemisena koetaan viihtymisen ja nautinnon kautta.

Liikuntamotiivit vaihtelevat niin kulttuurissa kuin yksilötasolla. Liikuntakulttuurin muutos vaikuttaa yksilöön ja hänen motiiveihinsa harrastaa liikuntaa samalla tapaa kuin yksilön elämäntilanteen muutos. Aikuisten liikuntaharrastusta motivoivat monet tekijät, kuten mm. terveys, painonhallinta, ulkonäkö, ystävyysuhteet sekä ilo ja virkistys. Liikuntaharrastusta aloitettaessa odotukset ovat tärkeitä ja ne voivat olla sekä hyvin yksilöllisiä että kulttuurisidonnaisia. (Hirvensalo & Häyrynen 2003, 49-50.)

Tutkimuksen kannalta on myös mielenkiintoista tietää, miksi ihmiset eivät harrasta liikuntaa. Tällöin halutaan saada selville syyt ja selitykset vähäiselle liikuntaharrastukselle. Liikuntaharrastuksen esteet voivat johtua yksilön tai ympäristön fyysisistä tai sosia-

lisista esteistä, esim. ystävien puute, vähäinen kiinnostus, muut harrastukset tai sääolosuhteet ja harrastusmahdollisuuksien puute. Myös tiedon puute vähentää liikunnan harrastamisen todennäköisyyttä. (Telama 1986; Hirvensalo & Häyrynen 2003.)

Monet ihmiset saattavat harrastaa useita liikuntalajeja ja motiivit eri lajien harrastamiseksi voivat vaihdella. Tässä tutkimuksessa tarkastellaan liikuntalajeja ryhmittäin Herwan ja Vuolteen luokittelun pohjalta sekä viittä suosituinta liikuntalajia erikseen.

3.2 Liikunnan sosiaalinen ulottuvuus

Liikunnan harrastaminen voidaan nähdä yhtenä sosiaalisen toiminnan muotona, joten liikuntaa voidaan pitää omana kulttuurialueenaan (Juppi 1985, 4). Yksilötasolla liikuntaharrastuksen muodostumiseen vaikuttava tekijä on juuri sosiaalinen ympäristö, joka määrää pitkälti yksilön asenteen liikuntaa kohtaan. Sosialisatio vaikuttaa siihen, miten yksilö omaksuu sellaiset tiedot ja taidot, jotka synnyttävät liikuntaharrastuksen (Heikkinen & Vuori 1980, 271 -274).

Onko liikuntaharrastus elämän eliksiiriä vai tuskaista ponnistelua? Toiselle liikunta on sosiaalista ajanvietettä, toinen taas saa nautintonsa liikunnan tuomista tuloksista. Ihmiset tuntuvat olevan hyvin tietoisia terveellisistä ja hyvistä elämäntavoista. Moni liikkuu juuri terveydellisistä syistä ja haluaa pysyä hyvässä kunnossa. Toiset hakevat liikunnasta elämyksiä ja irtiottoa arjen stressistä. (Csíkszentmihályi 1992, 121.)

Liikunnan sosiaalisten suhteiden merkitystä on korostettu jo kauan, esim. olympialiikkeen keskeisiin tavoitteisiin on kuulunut ystävyyksien luominen yli kansallisuus- ja roturajojen. Liikkumisen syynä nähdään yleisesti se, että ryhmä on mukava ja että liikunnan avulla saadaan ystäviä. Sosiaalisilla tekijöillä on myös vahva yhteys siihen miten innokkaasti liikuntaa harrastetaan. (Ojanen 2001, 116.)

Integraation edellytyksenä voidaan pitää sosiaalisia suhteita, kohtaamisia. Positiivisten kohtaamisten edellytyksenä on kulttuurien välinen kommunikaatio, joka edistää ryhmien välistä toimintaa. Kontaktit muiden ihmisten kanssa ovat tärkeä osa kommunikaatio- ja integraatioprosessia, jossa yksilöt pääsevät ryhmiin ja löytävät paikkansa uudessa

yhteiskunnassa. (Kim 1997.) Bourdieun (1998) käsityksen mukaan yhteiskunta rakentuu sosiaalisten vuorovaikutusten kentistä, jotka toimivat konfliktien ja kilpailujen areenoina. Sosiaalinen pääoma kiinnittyy sosiaalisiin verkostoihin, joissa osallistujat hyväksyvät ja tunnistavat toisensa.

Kontaktiteorian mukaan ennakkoluulot vähenevät, kun enemmistön ja vähemmistön väliset kontaktit lisääntyvät, monipuolistuvat ja muuttuvat henkilökohtaisimmiksi. Kontaktiteoria perustuu ajatukseen siitä, että oppimalla tuntemaan ja ymmärtämään toisiaan eri kulttuuritaustan omaavien ihmisten asenteet muuttuvat toisiaan kohtaan myönteisemmiksi. (Jaakkola 2000; Forbes 1997, 22; Liebkind 1988, 119.) Monet tilastot (esim. Mol 2004) osoittavat, että maahanmuuttajilla on kantaväestöä suurempi riski jäädä ulkopuoliseksi ja tulla muun yhteiskunnan puolelta torjutuksi.

Konfliktiteorian mukaan syrjintä ja ulkomaalaisvastaisuus lisääntyvät, jos eri ryhmät joutuvat toistensa kanssa tekemisiin tai kun vähemmistön määrä enemmistökulttuuriin nähden kasvaa tai kun vähemmistö ja enemmistö joutuvat kilpailemaan samoista rajallisista voimavaroista, esim. työpaikoista. Valtaväestön asenteet maahanmuuttajia kohtaan ovat sitä kielteisemmät, mitä enemmän valtaväestön jäsenet kokevat sosioekonomisen asemansa uhatuksi ulkomaalaisten vuoksi. (Jaakkola 1999, 185; 2000, 29).

Maahanmuuttajien suurimpia ongelmia ovat vähäiset kontaktit kantaväestöön ja he tarvitsivat arkielämän kontakteja suomalaisiin ystäviin ja työtovereina. Mitä enemmän ryhmät ja niiden jäsenet ovat tekemisissä toistensa kanssa, sitä paremmiksi ryhmien väliset suhteet tulisivat. (Forsander ym. 1994, 23; Liebkind 1994.) Tätä problematiikkaa tässä tutkimuksessa myös sivuttiin kysymällä mm., onko liikunta tuonut kontakteja kantaväestöön.

3.3 Liikuntaneuvonta

Liikuntaneuvonta voidaan Kansanterveyslain (1972, 137) mukaan nähdä terveysneuvonnan osa-alueena. Sen ensisijainen tehtävä on terveyttä edistävien liikuntatottumusten luominen kaikkien väestöryhmien keskuudessa. Tähän pyritään jakamalla tietoa liikun-

nan ja terveyden välisistä suhteista ja tiedottamalla liikuntapalveluista sekä antamalla ohjausta terveellisen liikunnan harrastamiseen.

Aikuisten liikuntaneuvontaa on pyritty kehittämään valtaistumis-näkökulmasta, jonka tavoitteena on muokata yhteiskuntaa ja ympäristöä liikuntaystävällisempään suuntaan sekä vahvistaa ihmisten kykyjä ja taitoja tehdä itse terveyttään ja liikkumistaan koskevia valintoja (Hirvensalo & Häyrynen 2003).

Maahanmuuttajien liikuntaharrastusten helpottamiseksi Myrén (1999) suosittelee monenlaisia toimenpiteitä. Liikuntatoimintaa järjestävien tahojen tulisi ottaa huomioon erilaiset maahanmuuttajaryhmät toiminnassaan ja järjestää heille myös omia palveluita. Naiset ovat jääneet syrjään liikunnasta, joten heihin tulisi kiinnittää erityistä huomiota. Kotoutumisprosessin eri vaiheissa olevat maahanmuuttajat tulisi ottaa huomioon eri tavoin, mutta myös muistaa, että osa ei välttämättä koskaan halua urheilla yhdessä suomalaisten kanssa. Maahanmuuttajat pitäisi ottaa mukaan jo palveluiden suunnitteluvaiheeseen.

Erilaisista vapaa-ajan mahdollisuuksista pitäisi tiedottaa myös maahanmuuttajille ja osa informaatiosta tulisi olla näiden omalla kielellä. Liikuntaryhmien ohjaajien tulisi huomioida heikosti suomea puhuvat ja joskus myös tulkin käyttö saattaisi olla tarpeellista. Toiminnan suunnittelussa kulttuurierot ja uskonto tulisi ottaa huomioon ja järjestää muslimeille sukupuolen mukaan eriytettyä toimintaa. Liikuntatiloja ja liikuntavuoroja tulisi tarjota myös maahanmuuttajille. (Myren 1999, 120.)

Maahamme on perustettu Suomen monikulttuurinen liikuntaliitto; Finnish Multicultural Sports Federation (FIMU), joka on maahanmuuttajien oma järjestö. Se perustettiin vuonna 1999 ja siitä tuli SLU:n jäsenjärjestö syksyllä 2000. Järjestön tarkoituksena on edistää maahanmuuttajien liikuntamahdollisuuksia ja olla maahanmuuttajaseurojen yhteisiä etuja valvova elin. Järjestöön kuuluu urheiluseuroja eri puolilta Suomea ja monet näistä seuroista tekevät yhteistyötä Suomen Liikunnan ja Urheilun kanssa paikallisten suvaitsevaisuushankkeiden toteuttajina. (Fimu ry 2008.) Suomeen on perustettu myös Liikkukaa ry. Nimi ”Liikkukaa” on lyhennys sanoista liikuntaa ja kulttuuria kansainvälisesti. Se on asiantuntija- ja hallinto-organisaatio maahanmuuttajien liikuntakentässä ja jäsentensä kautta sillä on vahva tuntuma ruohonjuuritasolle. Yhdistyksen perusti vuonna

1999 joukko opiskelijoita. Liikkukaa ry:llä on laaja kokemus monikulttuurisuuden asettamista haasteista ja niiden ratkaisemisesta, mitä se edelleen kehittää kansallisen ja kansainvälisen verkostonsa avulla. (Liikkukaa 2008.)

Turun kaupungin Liikuntapalvelukeskus on aktiivisesti kehittänyt maahanmuuttajille suunnattua liikuntatoimintaa vuodesta 1996 lähtien, jolloin Liikuntapalvelukeskukseen palkattiin liikunnanohjaaja, jonka erityisalana on maahanmuuttajien liikuntatoiminta (Turku 2005). Maahanmuuttajien liikuntatoiminnan tavoitteena Turun kaupungin Liikuntapalvelukeskuksessa on aktivoida Turussa asuvia maahanmuuttajia liikunnan ja liikuntakulttuurin pariin siten, että eri kulttuuriset ja uskonnolliset lähtökohdat otetaan tarpeen mukaan huomioon sekä edistää maahanmuuttajien kotoutumista suomalaiseen yhteiskuntaan liikunnan avulla.

Maahanmuuttajien liikuntapalveluvastaava antaa henkilökohtaista liikuntaneuvontaa. Asiakkaalle pyritään löytämään hänen elämäntilanteeseensa sopiva palvelu tai tapa liikua. Asiakkaalle kerrotaan myös perustietoja liikunnan terveysvaikutuksista ja hänelle sopivista liikuntamuodoista. Maahanmuuttajien liikuntapalveluvastaavan tehtäviin kuuluu maahanmuuttajien liikuntapalvelujen kehittäminen yhteistyössä asukkaiden, eri hallintokuntien, hankkeiden ja yhdistysten kanssa maahanmuuttajien kotouttamiseksi, maahanmuuttajien liikuntatiedotuksesta ja -neuvonnasta vastaaminen mm. esitteiden, lehtien, luentojen, tiedotustilaisuuksien ja koulutuksien avulla, maahanmuuttajayhdistysten liikunnan tukeminen mm. avustuksilla ja koulutuksilla, alueellisten liikuntapalveluiden (aktivoiva liikuntatoiminta ja -olosuhteet) suunnittelu, koordinointi ja toteutus yhteistyössä asukkaiden, urheiluseurojen ja muiden yhdistysten sekä liikuntapalvelukeskuksen liikuntasuunnittelijan ja eri hallintokuntien kanssa. (Turku 2005.)

Liikuntapalvelukeskus on ollut osaltaan mukana kotoutumisohjelman laadinnassa ja toteuttamisessa. Liikuntalain lisäksi laki maahanmuuttajien kotoutumisesta ohjaa Liikuntapalvelukeskuksen monikulttuurista toimintaa. Lain mukaan kunnalla on yleis- ja yhteensovittamisvastuu maahanmuuttajien kotouttamisen kehittämisestä, suunnittelusta ja seurannasta. Kunnan tulee järjestää kotoutumista edistäviä ja tukevia toimenpiteitä ja palveluja maahanmuuttajille. Maahanmuuttajien kotoutumisen edistämiseksi ja tukemiseksi on Turussa laadittu laajasti eri hallintokuntien ja valtion viranomaisten yhteistyöllä vuonna 2001 kotouttamisohjelma, jota tarkastettiin vuonna 2006, jolloin myös maa-

hanmuuttajayhdistysten mielipiteitä ohjelman suhteen kuultiin. Ohjelma sisältää ohjeistuksen yhteistyöstä ja vastuista sekä maahanmuuttajien tarpeiden huomioon ottamisesta, kun yhteiskunnan muita palveluja ja toimenpiteitä suunnitellaan ja järjestetään. Ohjelmaan on sisällytetty myös etnisen tasa-arvon ja hyvien etnisten suhteiden edistäminen ja syrjinnän ehkäiseminen. (Turku 2005.)

Monikulttuurisuuden edistäminen on otettu huomioon Turun kaupungin liikuntatoimen strategian arvoissa. Oikeudenmukaisuus on keskeinen periaate organisaation sisällä ja ulkoisten palvelujen tuottamisessa. Yhdenvertainen kohtelu koskee kaikkia liikunnan harrastajia, myös maahanmuuttajia. Oikeudenmukaisuus huomioidaan myös kehittämällä maahanmuuttajien liikuntatoimintaa. Turun kaupungin Liikuntapalvelukeskus on kehittänyt maahanmuuttajien liikuntatoimintaa osana aktiivista kaupunkilaisten liikuttamiseen. Turun 13 vuoden onnistuneista terveyttä edistävän liikunnan kokemuksista julkaistiin syksyllä 2006 kirja Turku liikkeellä - liikuntaa terveyden edistämiseksi, jossa mm. käytäntöjä liikunnan tasa-arvon toteuttamiseen -osiossa kuvataan maahanmuuttajien liikuntatoimintaa ja esimerkkejä maahanmuuttajien liikuntapalveluista. (Turku 2005.)

Liikuntapalvelujen hinnoittelulla on pyritty edistämään maahanmuuttajien liikuntaaktiivisuutta varsinkin kotoutumisen alkuvaiheessa. Liikuntapalvelukeskuksen liikuntapalveluihin osallistuminen on liikuntalautakunnan hyväksymän hinnaston mukaan maksutonta alle kolme vuotta Turussa olleille KOTO- toimintaan kuuluville maahanmuuttajille. (Turku 2005.)

Yhteistyö maahanmuuttajayhdistysten kanssa on laaja-alaista. Liikuntaryhmiä, tapahtumia, kursseja ja turnauksia järjestetään yhteistyössä yhdistysten kanssa. Maahanmuuttajien liikuntapalveluvastaava järjestää yhdistystilaisuuksia 2-3 kertaa vuodessa tietojen vaihtamiseksi ja uusien tarpeiden kartoittamiseksi mm. eri etnisten ryhmien näkökulmista. Turussa toimii aktiivisesti n. 30 maahanmuuttajayhdistystä ja Liikuntapalvelukeskuksen yhdistysinfotilaisuuksiin on osallistunut 10-15 maahanmuuttajayhdistystä. Yhdistyksille on pidetty myös luentoja liikunnan merkityksestä terveydelle ja infotilaisuuksia liikuntapalveluista. Maahanmuuttajien määrän nopeasti lisääntyessä on pyritty tukemaan yhdistyksiä kehittämään omaa liikuntatoimintaa jäsenistölleen. (Turku 2005.) Vuorenmaa (1999) laati opasvihkosen maahanmuuttajien liikuntatoiminnan käynnistä-

misestä ja liikuntatoimintaan osallistumisesta Turussa suomen- ja englanninkielisenä. Maahanmuuttajia rohkaistaan ja motivoidaan osallistumaan turkulaisten urheiluseurojen toimintaan. Viime vuosina on yritetty löytää uusia tiedotuskanavia maahanmuuttajille suunnatun liikuntatoiminnan tiedotukseen. Käännöksiä maahanmuuttajien liikuntapalveluista on käännetty kymmenelle Turussa eniten käytetylle kielelle. UKK-Instituutin liikuntapiirakka ja maahanmuuttajien liikuntapalveluvastaavan yhteystiedot on käännetty myös kymmenelle kielelle. Kaikkiin turkulaisiin koteihin (noin 100.000 taloutta) kolme kertaa vuodessa jaettava Turku-liikkeelle lehti tiedottaa Liikuntapalvelukeskuksen järjestämistä palveluista. Lehdessä on osio monikulttuurisen liikunnan esittelylle.

Suomen muuttuessa monikulttuurisemmaksi on myös maahanmuuttajien liikuntaan kiinnitetty yhä enemmän huomiota. Hyvien etnisten suhteiden toteutuminen edellyttää sitä, että maahanmuuttajien osallistuminen liikuntatoimintaan lisääntyy ja maahanmuuttajat käyttävät liikuntapalveluja tasavertaisesti muun väestön kanssa. Tähän asiaan on Suomen Liikunta ja Urheilu (SLU) kiinnittänyt huomiota mm toiminta- ja taloussuunnitelmassaan vuodelle 2003. SLU on tuottanut myös oppaan maahanmuuttajien liikuntaharrastuksen lisäämiseksi (Huotari ym. 2003). Tutkielmassa sivutaan myös tätä problematiikkaa ja maahanmuuttajien liikuntapalvelujen käytön muutoksia, sillä aineistoa on kerätty kahdelta eri vuosikymmeneltä.

3.4 Liikuntakulttuuri

Kulttuuri on määritelty monella eri tavalla. Alkuaan latinakieliseen sanaan 'cultura' palautuva kulttuurin käsite on vuosisatojen kuluessa kokenut monia muutoksia. Antiikin merkityksessä termi viittasi lähinnä maan viljelemiseen ja puutarhan hoitoon, mutta 1700-luvun mittaan kulttuurilla alettiin tarkoittaa länsimaisten yhteiskuntien ihmisten elämäntapojen ja arvojen muodostamia kokonaisuuksia. Kulttuuri koostuu väestön monista yhteisistä ajattelu- ja toimintatavoista, tiedoista ja taidoista sekä asenteista ja arvoista. Kulttuuri on myös määritelty kaikista niistä ratkaisuksista käsin, jotka ryhmä ihmisiä on keksinyt sopeutuakseen luonnonympäristöön ja sosiaaliseen ympäristöönsä. (Kupiainen & Sevänen 1994.)

Hofstede (1993) ilmentää kulttuurin tasoja ns. sipulikuvion avulla, jonka pintatason muodostavat symbolit. Sen alla ovat sankarit, rituaalit ja ytimenä arvot, käytännöt. Symbolit ovat sanoja ja eleitä, joiden merkityksen tunnistavat vain samaan kulttuuriin kuuluvat henkilöt. Kieli ja pukeutuminen kuuluvat asianomaisen kulttuurin symboliikkaan. Sankarit ovat henkilöitä, joiden luonteenpiirteitä kyseisen kulttuurin piirissä suuresti arvostetaan. Näin he tulevat samaistumisen kohteeksi ja toimivat käyttäytymismalleina. Rituaalit ovat toimintoja, joita jossain kulttuurissa pidetään sosiaalisesti välttämättöminä. Rituaalit ovat käyttäytymistapoja, seremonioita ja esim. tavat tervehtiä ja puhutella muita ihmisiä sisältävät kaikissa kulttuureissa omat rituaalinsa.

Kulttuurin ytimenä ovat arvot. Ne sisältävät arvostuksia esimerkiksi sellaisista asioista kuin hyvyys ja pahuus, likaisuus ja puhtaus, kauneus ja rumuus, luonnollisuus ja luonnottomuus. Arvo on henkilön sisäistetty uskomus siitä, kuinka hänen pitäisi käyttäytyä. Erään määritelmän mukaan arvo on tavoiteltava käyttäytymisen muoto. Arvot ovat kulttuurin ytimenä ja ne säätelevät käyttäytymistämme. Käyttäytymistämme esimerkiksi säätelee koko joukko ns. sanattomia sääntöjä, joiden olemassaoloa emme edes huomaa, ellei joku riko niitä. (Hofstede 1993, 24-26.) Erilaisten kulttuurien kohdatessa kohtaavat myös erilaiset maailmankuvat, elämäntavat ja käytännöt. Suhteellisen helposti havaittavia ja tutkittavia kulttuurin ilmenemismuotoja ovat erilaiset tavat, kieli, ruoka ja vaateetus. Vaikeimmin suoraan havaittavia kulttuurin ilmenemismuotoja ovat sen sijaan esimerkiksi arvot, arvostukset, uskomukset ja asenteet.

Kulttuuri on opittua, ei perittyä. Se on peräisin sosiaalisesta ympäristöstä, ei geneistä. Kulttuuri tulisi erottaa ihmisluonnosta ja toisaalta yksilön persoonallisuudesta, vaikka yhteiskuntatieteilijät keskustelevatkin siitä, missä raja kulkee ihmisluonnon ja kulttuurin ja toisaalta kulttuurin ja persoonallisuuden välillä. (Hofstede 1993.) Gordonin (2005) mukaan kulttuurista puhuttaessa käsitellään niitä tapoja, joilla ihmiset elävät yhdessä, sekä niitä tapoja, joilla he hahmottavat ja tulkitsevat tätä yhdessä elämistä. On varsin tavallista, että valtioissa on joko historiallisen kehityksen tuloksena tai maahanmuuton seurauksena useita etnisiä ryhmiä, joilla on oma kielensä ja kulttuurinsa. Kulttuurilla tarkoitetaan niitä ihmisten välisiä ja ihmisten ja luonnon välisiä vuorovaikutusten suhteita, joihin kaikki yhdessäolo perustuu. (Kupiainen & Sevänen 1994.)

Kun ihminen siirtyy itselleen vieraan kulttuurin pariin, hän joutuu tekemisiin itselleen vieraiden asioiden kanssa. Uuden kulttuurin kohtaamisen saama muoto riippuu suuresti siitä, kuinka ihminen kokee kyseisen kulttuurin arvot ja käyttäytymismallit. Monet kohtaamamme arvot saattavat olla oman kulttuurimme näkökulmasta perifeerisia, jolloin niistä poikkeaminen ei meitä haittaa. Osa poikkeavista arvoista saattaa kuitenkin sotia oman maailmankuvamme keskeisiä arvostuksia vastaan, että voimme huonosti. (Herlitz 2007.)

Hofsteden mukaan vierasmaalainen kokee yleensä jonkinlaisen kulttuurishokin riippumatta siitä, minkälaisissa olosuhteissa muutto on tapahtunut. Muuttaja voi pyrkiä opetelemaan uuden ympäristön symboleja ja rituaaleja, mutta on epätodennäköistä, että hän tunnistaisi niiden takana olevat arvot. Tämä kiusaa häntä tavallisesti ja aiheuttaa avuttomuuden ja vihan tunteita uutta ympäristöä kohtaan ja vaikuttaa usein myös fyysiseen toimintaan. (Hofstede 1993, 299.)

Kulttuurishokki on sopeutumiseen liittyvä ilmiö. Sopeutumisprosessia voidaan kuvata aikajanalla. Aikaa ei ole tarkemmin määritelty, mutta sopeutumisprosessi kaikkiaan vaatii vuosia. Prosessin ensimmäistä vaihetta on nimetty euforiaksi ja on nimensä mukaisesti eräänlainen kuherruskuukausi uuden kulttuurin kanssa. Innostunut vaihe jää tavallisesti lyhyeksi ja joutuminen tekemisiin arkisten tosiasioiden kanssa johtaa depressiivisiin tunteisiin. Kulttuurishokiksi nimetty vaihe on henkisessä mielessä lisääntyvää avuttomuutta ja usein vihamielisyyttä uutta kulttuuria kohtaan. Kolmannessa vaiheessa alkaa varsinainen sopeutuminen muuttajan omaksuttua paikallisia arvoja ja opittuaan vähitellen toimimaan uusissa oloissa. Prosessin lopussa vakiintunut mielentila voi merkitä kielteisyyttä uutta kulttuuria kohtaan, jos muuttaja tuntee jäävänsä muukalaiseksi ja syrjityksi. Hän voi saavuttaa myös yhtä hyvän mielentilan kuin ennen muuttamista tai vieläpä entistä paremman. (Hofstede 1993; Liebkind 1994.)

Monikulttuurisuus on aikamme avainsana. Mikä ihmisiä erottaa, mikä yhdistää? Onko se liikunta, kielen esperanto? Monikulttuurisuus on kuin uusi ja ainutlaatuinen historiallinen ongelmakenttä. Mitkään kulttuurit eivät ole puhtaita vaan syntyneet vuorovaikutuksessa muiden kulttuurien kanssa, joten kaikki kulttuurit ovat monikulttuurisia. (Laaksonen 2007.)

Monikulttuurisen yhteiskunnan ideaalin mukaan etniset ryhmät sekä säilyttävät oman kulttuuriperintensä että sopeutuvat suomalaiseen yhteiskuntaan. Berryn (1992) mukaan kulttuuri on tietyn ihmisryhmän yhteinen elämäntapa. Matinheikki-Kokko (1999) erottaa monikulttuurisuudessa kuvailevan ja normatiivisen merkityksen. Kuvailevassa merkityksessä Suomi on ollut monikulttuurinen maa itsenäistymisen ajoista lähtien ja myös sitä ennen. Sen sijaan normatiivisessa, etnistä tasa-arvoa ja moniarvoisuutta painottavassa merkityksessä Suomi on vielä varsin monokulttuurinen maa. Vaikka virallinen politiikka on suosinut maahanmuuttajien oman kulttuuriperinnön säilyttämistä, niin kaikki suomalaiset eivät ole vieläkään halukkaita hyväksymään omista kulttuurisista normeistaan poikkeavaa käyttäytymistä ja ajattelua. Mitä enemmän maahanmuuttajan tausta poikkeaa suomalaisesta, sitä varauksellisemmin maahanmuuttajaan suhtaudutaan.

Liikunnan juuret ulottuvat pitkälle esihistoriaan. Ihmisen toiminto on riippunut siitä kulttuurista ja yhteiskunnasta, jossa hän elää ja niistä on myös riippunut paljolti se, millaiseksi liikunta on eri puolilla maailmaa kehittynyt (Seppänen 1990, 1). Kaikkialla maapallolla harrastetaan liikuntaa, mutta eri tavoin ja merkityksin. Vaihtelu perustuu osin luonnonolosuhteisiin esim. hiihdetään vain siellä, missä on lunta. Hiihto ja mäkihyppy ovat Pohjoismaiden tuotteita, jääpelit Hollannista, kriketti Englannista ja jalkapallo, tennis ja eri lyöntipelit kuuluvat myös Euroopan perinteeseen. Nyrkkeilyn ja painin juuret löytyvät jo sumerien ja egyptiläisten kulttuurien varhaiskausalta (Seppänen 1990, 3-6).

Myös suhtautuminen kilpailuun on erilaista länsimaisessa ja itämaisessä kulttuuriperinteessä. Voittamisen sijaan itämaisen kulttuurin edustaja pyrkii itsehallintaan, täydelliseen tasapainoon ja suoritukseen. Länsimainen liikunta on kilpailu- ja huippu-urheilukeskeistä ja se näkyy nykyään myös kuntourheilussa. Eri liikuntamuotoja arvostetaan kussakin yhteiskunnassa omien perinteiden ja muualta saatujen vaikutteiden pohjalta ja jokaiselta kansakunnalta löytyy myös oma ns. kansallisurheilunsa. (Seppänen 1990, 12-14; Itkonen 1997, 46.) Kulttuurilla on merkitystä niin liikunnan kansallisten kuin kansainvälistenkin tavoitteiden osalta. Liikunta on osa kansallista kulttuuriperintöä, mikä näkyy täten harrastettavissa liikuntamuodoissa. Suomen ilmasto ja vuodenajat mahdollistavat hyvin monipuoliset liikuntamahdollisuudet ja -muodot. (Laakso 2003.)

Maamme liikuntakulttuuri perustuu suurelta osin kansalaistoimintaan. Suomessa toimii yli 7000 liikunta- ja urheiluseuraa. Seuroissa on mukana yhteensä yli 500 000 vapaaehtoista. Toisaalta liikuntakulttuuri on sidoksissa lainsäädäntöön, sillä Suomessa on säädetty liikuntalaki. Liikuntalain mukaan kuntien tulee luoda edellytyksiä kuntalaisten liikunnalle. Laki kehottaa kuntia kehittämään terveyttä edistävää liikuntaa ja tukemaan kansalaistoimintaa. Kuntien toivotaan tarjoavan liikuntapaikkoja ja järjestettyä liikuntaa erilaiset käyttäjäryhmät huomioiden. Tätä tarkoitusta varten kunnille myönnetään valti-onosuutta liikuntatoiminnan käyttökustannusten kattamiseksi. Liikuntakulttuuri on käynyt läpi melkoisia muutosprosesseja viimeisen parin kolmenkymmenen vuoden aikana.

Mikkolan (2001) mukaan kielellä on keskeinen merkitys kulttuuriin ja identiteetin muo-vautumiseen. Opetushallitus ottaakin huomioon kulttuurin erityispiirteet, jotka suurelta osin perustuvat opiskelijan äidinkieleen. Tässä tutkimuksessa myönnetään oman kulttuurin ja kielen merkitys, mutta halutaan myös tarkastella liikuntakäyttäytymisen merki-tystä ja asemaa identiteetin muovautumiseen integraatioprosessissa.

4 MAAHANMUUTTAJIEN LIIKUNTA

4.1 EU ja liikunta

Aiempaa tutkimusaineistoa työttömien aikuisten maahanmuuttajien liikunnasta Suo-messa on saatavilla varsin vähän. Syy vähäisyyteen on ehkä johtunut siitä, että edel-leenkin Suomessa on maahanmuuttajia suhteellisesti huomattavasti vähemmän kuin muissa Euroopan maissa. Toinen syy lienee se, että maahanmuutto on Suomessa aika uusi ilmiö. Maahanmuutto alkoi meillä voimakkaammin lisääntyä vasta 1990-luvun loppupuolella. Muualla Euroopassa maahanmuuttajia on ollut huomattavasti aikaisem-min ja runsaammin. Tästä johtuen maahanmuuttajiin ja heidän integroitumiseensa liit-tyvät kysymykset on otettu huomioon muualla Euroopassa paljon varhemmin kansalli-silla ja eurooppalaisilla forumeilla. Maahanmuuttajien liikunnan ja integraation yhteyttä on poliittisella tasolla tarkasteltu jo 1970-luvulta lähtien. Euroopan neuvosto on pitänyt

seminaareja koskien maahanmuuttajien liikuntaa ja integroitumista liikunnan avulla. Tarkastellaan niistä seuraavaksi muutamia.

Ensimmäinen seminaari (Sport for Immigrants) oli vuonna 1979 Portugalissa, missä oli koolla 14 maata. Jo silloin korostettiin liikunnan merkitystä sosiaalisessa integraatiossa. Johtopäätöksenä seminaarissa oli mm. seuraavanlaisia asioita: Urheilu antaa maahanmuuttajalle mahdollisuuden tutustua syntyperäiseen väestöön osallistumisen myötä ja auttaa siten rikkomaan kieli- ja kulttuuriesteitä. Heille tulee luoda mahdollisuuksia perustaa omia liikuntayhdistyksiä. Liikuntaa kaikille, sport for all, takaa jokaiselle oikeuden osallistua liikuntaan. Liikunnalla on hyvinvointirooli yhteiskunnassa ja maahanmuuttajille tulee tarjota heidän toivomiaan liikuntamahdollisuuksia. Eri ikäryhmille ja eri uskontokunnille sekä erityisesti naisille tulee järjestää mahdollisuuksia harrastaa liikuntaa. Suvaitsevaisuus ja erilaisuuden kunnioittaminen oli kaikkien tavoitteena. (Council of Europe 1979.)

Euroopan neuvoston toinen seminaari pidettiin Portugalissa 1982, jolloin mukana oli kymmenen maata mm. Ruotsi ja Norja. Johtopäätökset olivat samansuuntaiset kuin aikaisemmassa seminaarissa. Vakuutettiin, että liikunnan avulla osallistuminen uuden maan yhteiskuntaan lisääntyy. Analysoitiin keinoja, joilla helpottaa maahanmuuttajien osallistumista liikuntaan ja liittymistä seuroihin. Yhteistyötä tiedotusvälineiden ja järjestöjen välillä tulee parantaa. Euroopan maiden tulee osoittaa avoimuutta ja solidaarisuutta ja ymmärtää poliittisen, taloudellisen ja kulttuurillisen integraation tärkeys. (Council of Europe 1982.)

Suomi oli mukana Euroopan urheilusta vastaavien ministereiden kokouksessa Lissabonissa vuonna 1995, jolloin teemana oli suvaitsevaisuus. Silloinen kulttuuriministerimme Claes Andersson korosti puheessaan liikunnan terveydellistä, sosiaalista ja taloudellista roolia eurooppalaisten hyvinvoinnin edistämisessä ja yhteiskunnan kehittämisessä. Liikunnan edistäminen eurooppalaisen liikunnan peruskirjan kestävästä kehityksestä koskevien periaatteiden pohjalta on tärkeä yhteiskuntapoliittinen haaste. Urheilu haluaa toimia yhteiskunnallisena kehittäjänä. Andersson korosti Euroopan neuvoston ainutlaatuisia asemaa hallitusten välisen liikuntapoliittisen yhteistyön edistäjänä. Neuvosto on ainoa lähes kaikki Euroopan maat yhdistävä järjestö, jonka ohjelmaan liikunta-alan yhteistyö kuuluu. (Council of Europe 1995.)

Suvaitsevaiseen Suomeen – toimintaohjelma vuonna 1994 käynnisti suvaitsevaisuutta edistävien kampanjoiden aikakauden Suomessa. Vuonna 1995 toteutettiin Euroopan neuvoston rasismien, muukalaisvihan, antisemitismin ja suvaitsemattomuuden vastainen kampanja lähes kaikissa Euroopan neuvoston jäsenmaissa. Suomessa toteutettiin kampanja nimellä ”Kaikki erilaisia – kaikki samanarvoisia”. Termi (sport for all) - liikuntaa kaikille - otettiin käyttöön Euroopan neuvoston kokouksessa 1966. (Myren 2003.)

Suomen maahanmuuttopolitiikka on uudistunut Euroopan Unioniin liittymisen myötä. Kansainvälistä vertailutietoa aikuisväestön liikunnan harrastamisesta saadaan Euroopan komission liikunnan ja urheilun barometrista. Viimeisin barometri toteutettiin kaikissa EU:n 25 jäsenmaassa loppuvuodesta 2004, ja tutkimukseen haastateltiin jäsenmaiden kansalaisia 15-ikävuodesta ylöspäin. Suomalaisia vastaajia tutkimuksessa oli 1 005. (European Commission 2004.) Tutkimuksen mukaan suomalainen aikuisväestö on EU-maiden ahkerinta harrastamaan liikuntaa. Suomalaisista 45 % harrastaa vähintään kolme kertaa viikossa liikuntaa ja 76 % vähintään kerran viikossa. Heti Suomen perässä on Ruotsi ja sitten Tanska. Pohjoismaalaiset ovatkin EU:n liikkuvinta väestöä. Tiedot useammasta harjoituskerrasta viikossa eivät selviä kaikkien maiden osalta tutkimusraportista.

Euroopan neuvoston käynnistämässä Compass-tutkimuksessa vertailtiin kuuden Euroopan maan liikuntaharrastuksia eri elämänvaiheissa. Suomalaiset ovat erityisesti 50 ikävuoden jälkeen selvästi aktiivisempia liikkujia kuin muiden maiden aikuisväestö. Keski- ja Etelä-Euroopan maissa liikuntaharrastus laskee tasaisesti iän myötä. (Vuolle 2000; Lintunen 2003.)

4.2 Liikuntakäyttäytyminen Suomessa

Kotimaassa tehdyistä aikuisten maahanmuuttajien liikuntatutkimuksista osa käsittelee ammattiuurheilua. Olin ym. (1990) tutkivat ulkomaalaisten pelaajien integroitumista suomalaiseen kulttuuriin ja ympäristöön selvittämällä vapaa-ajan harrastuksia ja sosiaalisia suhteita sekä mahdollisia esteitä integroitumiselle. Mitkä olivat motiivit, jotka saivat amatikseen pelaavat koripalloilijat, lentopalloilijat ja jääkiekkoilijat tulemaan Suomeen? Tutkimustuloksena sosiaalinen integroituminen suomalaisiin joukkuepelaaj-

jiin lisääntyi, mutta vapaa-ajan kontaktit muihin suomalaisiin ei-urheilijoihin vähenivät siirryttäessä 1980-luvulta 1990-luvulle. Kieli- ja kommunikointivaikeudet olivat suurin este integroitumiselle. (Olin ym. 1990.)

Maahanmuuttajien liikuntakäyttäytymiseen perehdytään tarkemmin vuonna 1999 julkaistussa LIKESin tilaamassa tutkimuksessa. Siinä Myrén tutki maahanmuuttajien vapaa-ajan viettoa ja erityisesti liikunnan merkitystä Suomessa asuvien ulkomaalaisten elämässä ja osana kotoutumisen prosessia. Kyselyn tulosten perusteella ystävien ja sukulaisten kanssa seurustelu on selkeästi tärkein vapaa-ajanviettotapa. Lukeminen, television katselu sekä radion kuuntelu olivat toiseksi useimmin mainittuja harrastuksia, kolmannella sijalla oli liikunta. Syyt harrastaa liikuntaa olivat maahanmuuttajien keskuudessa hyvin samanlaisia kuin suomalaistenkin motiivit: terveys, hyvä kunto, ulkonäkö, kilpailu, ystävien tapaaminen ja uusiin lajeihin tutustuminen. Suosituimpia lajeja maahanmuuttajien keskuudessa olivat kävely, pyöräily, uinti ja erityisesti miehillä jalkapallo. (Myren 1999.)

Myrénin (1999) tutkimukseen osallistuneista harvat maahanmuuttajat harrastivat liikuntaa yhdessä suomalaisten kanssa tai edes yhdessä muiden maahanmuuttajien kanssa. Syynä tähän oli pääasiassa keho tarjonta. Kunnat eivät järjestä pelkästään maahanmuuttajille suunnattuja liikuntapalveluita tarpeeksi. Lisäksi maahanmuuttajat eivät saaneet riittävästi tietoa erilaisista liikuntamahdollisuuksista ja -ryhmistä. Toisaalta myös liikunnan harrastamiseen ja muuhun vapaa-ajan viettoon vaikuttavat monet kulttuuriset tekijät. Myös ikä, sukupuoli ja sosiaaliset suhteet vaikuttavat maahanmuuttajien valitsemiin harrastuksiin. Esimerkiksi islaminuskoisille voi olla mahdotonta harrastaa liikuntaa samoissa tiloissa toisen sukupuolen edustajien kanssa.

Hynysen (2002) esityksen mukaan maahanmuuttajamiehet ovat mm. kiinnostuneita jalkapallosta, koripallosta ja naiset tanssista. Jalkapallon - ja ylipäänsä urheilun - kieli on universaalia, ja yhdessäolo on luontevaa, vaikka muuta kielitaitoa ei olisikaan. Eri urheilulajien säännöt ovat samat kaikkialla maailmassa, ja taitavia suorituksia arvostetaan samoin perustein kaikkialla. Maahanmuuttajanaiset ovat usein miehiään enemmän kotipiirissä. Silti hekin hakevat itselleen sopivia kokoontumispaikkoja. Liikuntapaikat ja

niissä tapahtuva liikuntaharrastus tarjoavat yhden väylän yhteisöön ja myös pitkällä aikavälillä myös integraatioon.

Myren (2003) on tutkinut myös maahanmuuttajien liikuntaa suvaitsevaisuushankkeiden yhteydessä. Tosin Myrénin tutkimissa hankkeissa suurin osa liikuntaan osallistuneista oli nuoria maahanmuuttajia, kun taas tässä tutkimuksessa kohteena on aikuisten työttömien maahanmuuttajien liikuntakäyttäytyminen. Tämän tutkimuksen perusteella liikunta voi toimia sosiaalisten suhteiden rakentamisen kenttänä. Myrénin mukaan moni maahanmuuttaja on alkanut myös harrastaa liikuntaa säännöllisesti ja jonkin verran on saatu mukaan myös naisia.

Itkonen (1997) on hahmotellut liikuntakulttuurin ja suvaitsevaisuuden välisiä kytkentöjä. Hän toteaa mm., että uskonnon merkitys suvaitsevaisuuden määrittämisessä on erittäin suuri. Liikuntaa voi harrastaa itsensä hoitamiseksi, mutta sen tulee tapahtua yksin tai samaa sukupuolta olevien ryhmässä. Islamilaisessa kulttuurissa rajat ovat vielä tiukemmat. Tutkimuksessa tarkastellaan suvaitsevaisuuden muutosta ja nykytilaa sekä esitetään toimintaehdotuksia suvaitsevaisuuden edistämiseksi.

Kansallisessa liikuntatutkimuksessa on seurattu aikuisten vapaa-ajan intensiivisen liikunnan kehittymistä vuodesta 1994 (Suuri kansallinen liikuntatutkimus 2001 – 2002). Intensiivisestä liikunnasta on käytetty nimitystä terveyden kannalta riittävä liikunta. Kriteerinä on liikunnan ja kuntoilun harrastus vähintään kolme kertaa viikossa siten, että se on luonteeltaan ripeää ja reipasta tai voimaperäistä ja rasittavaa. Sama tutkimus kertoo tuloksia mm. suomalaisten liikuntaharrastamisen aktiivisuudesta, eri lajien harrastajamääristä ja suosituista harrastuspaikoista. Yli kaksi kolmannesta aikuisista suomalaisista sanoo liikkuvansa reippaasti vähintään kolmesti viikossa. Terveys on yhä tärkein motiivi liikkumiseen, mutta todellisuudessa vain niukasti yli puolet liikkuu terveytensä kannalta riittävästi. Suosituimmat lajit ovat aikaisempien vuosien tapaan kävelylenkkeily, pyöräily ja hiihto. Kymmenen suosituimman lajin joukossa on myös juoksulenkkeily ja sauvakävely.

Kansallinen liikuntatutkimus on uusittu vuosina 2005-2006 (Kansallinen liikuntatutkimus 2005-2006). Sen tulokset eroavat jossain määrin aikaisemmasta tutkimuksesta. Terveyden kannalta riittäväksi liikunnaksi tulkitaan vähintään 30 minuuttia ja vähintään

neljä kertaa viikossa sellaista liikuntaa tai kuntoilua, että se on luonteeltaan vähintäänkin hengästyttävää. Vain reilu kolmannes (36 %) aikuisväestöstä liikkuu terveyden kannalta riittävästi. Melkein 1,2 miljoonaa suomalaista voi olla tyytyväisiä liikunnan harrastamiseensa. Riittämättömästi liikkuvia on peräti 2,1 miljoonaa. Tähän lukuun sisältyvät ne, jotka eivät liiku lainkaan, liikkuvat liian harvoin tai joiden liikunta on teholtaan liian vähäistä. Eri ammattiryhmien väliset erot tällä mittarilla eivät ole suuria. Näyttäisi kuitenkin siltä, että tällä tavalla määriteltynä riittämättömästi liikkuvia löytyy keskimäärin enemmän johtajien sekä yrittäjien ja viljelijöiden keskuudesta.

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan Turun seudulla asuvien aikuisten maahanmuuttajien liikuntaharrastuneisuutta kahden eri aikajakson aikana eri henkilöillä. Tutkimuksessa selvitetään, muuttuuko liikuntaharrastus kotimaan ja Suomen välillä.

5 TUTKIMUSKYSYMYKSET, MENETELMÄT JA AINEISTOT

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää työttömien aikuisten maahanmuuttajien vapaa-ajan liikuntaa siirryttäessä kulttuurista toiseen. Tutkimuksessa tarkasteltiin myös, muuttuiko vastaajan liikuntakäyttäytyminen uudessa kotimaassaan verrattuna kotimaahan, mitä tekijöitä liikuntakäyttäytymiseen liittyy, ja toimiiko liikunta kotoutumisen välineenä. Tutkimuksella pyrittiin myös kartoittamaan liikuntaneuvonnan tarvetta liikuntapalvelujen tuottamiseksi ja maahanmuuttajien käsityksiä suomalaisesta liikuntakulttuurista.

Tutkimuskysymykset:

1. Millaista liikuntaharrastus oli ennen Suomeen tuloa vuosina 1996 ja 2004?
2. Millaista liikuntaharrastus on ollut Suomessa vuosina 1996 ja 2004?
3. Onko tapahtunut muutoksia tutkittavien liikuntaharrastuksessa siirryttäessä kulttuurista toiseen?
4. Onko tapahtunut muutoksia tutkimusajankohtien vuosien 1996 ja 2004 välillä?

5. Onko liikuntakulttuureissa kotimaan ja Suomen välillä eroja ja onko kotoutumista tapahtunut?

5.1 Menetelmän valinta

Tutkimusmenetelmillä tarkoitetaan empiirisen tutkimuksen konkreettisia aineiston hankinta ja -analyysimetodeja tai -tekniikoita, jotka voidaan jakaa laadullisiin (kvalitatiivisiin) ja määrällisiin (kvantitatiivisiin) menetelmiin. Tässä tutkimuksessa käytettiin pääosin kvantitatiivisia menetelmiä. Tarkoituksena on kartoittaa ja kuvata liikuntaharrastusta. Hypoteeseja ei asetettu. Yhteiskuntatieteissä suosituimpia aineiston keräämismenetelmiä ovat haastattelut, lomakekyselyt ja erilaiset havainnoinnin muodot (Hirsjärvi ym. 1997, 184-185). Aineiston kerääminen suoritettiin lomakekyselynä käyttämällä suomenkielistä strukturoitua kyselylomaketta.

Lomaketta testattiin esikyselyssä, jonka tavoitteena oli selvittää lomakkeen ymmärrettävyys. Esikysely tehtiin maaliskuussa 1996 tutkijan ohjaamilla oppitunneilla kahdelle eri maahanmuuttajaryhmälle, joissa oli edustettuina molemmat sukupuolet, eri-ikäiset ja eri maista kotoisin olevat opiskelijat. Esikyselyn perusteella todettiin, että lomake oli ymmärrettävä maahanmuuttajan vastata. Kyselylomake ja siihen liittyvä saate ovat liitteinä.

Kyselymenetelmää, jossa tutkija jakaa lomakkeet henkilökohtaisesti ja samalla kertoo tutkimuksen tarkoituksen, selostaa kyselyä ja vastaa kysymyksiin kutsutaan informoiduksi kyselyksi (Hirsjärvi ym. 1997, 192-193). Tämä tutkimus toteutettiin edellä kerrotulla tavalla.

5.2 Aineistojen keruu

Tutkimuksen perusjoukon muodostivat Turun Ammatillisen Aikuiskoulutuskeskuksen (TuAKK:n) ja Turun Ammatti-Instituutin (TAI:n) maahanmuuttajaopiskelijat, jotka ennen opiskelujaksoa olivat työttömiä. Tutkimusaineistot kerättiin vuosina 1996 ja 2004. Kyselyyn vastanneet olivat eri henkilöitä näissä kahdessa aineistossa.

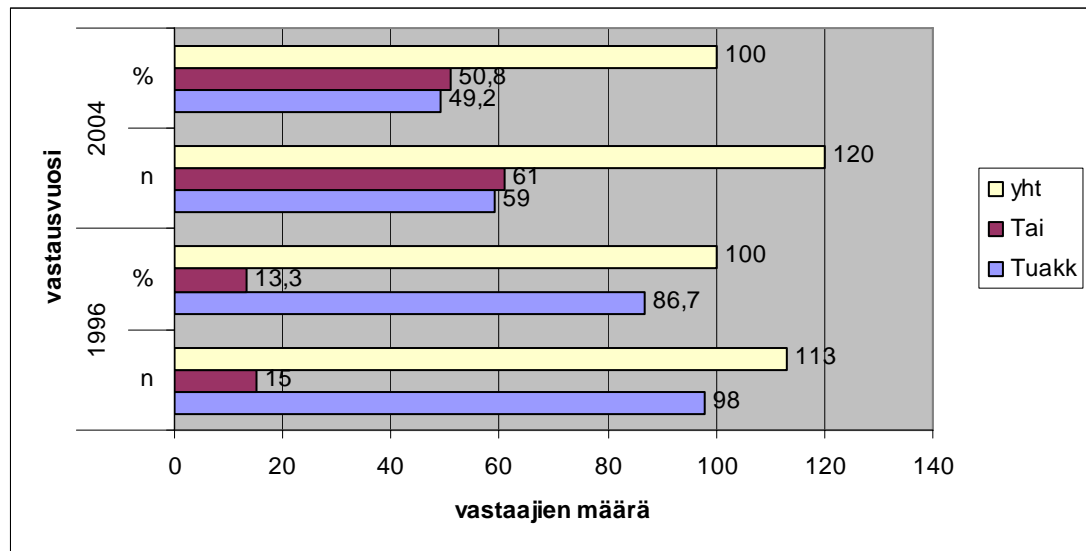
Taustatietojen lisäksi maahanmuuttajilta kysyttiin liikuntaharrastuksesta, liikunnan sosiaalisesta ulottuvuudesta, liikuntaneuvonnasta ja liikuntakulttuurista. Vastajat eivät olleet vielä silloin osallistuneet tutkijan liikuntatunneille, joten tutkimuksen tekijällä ei ollut vaikutusta vastausvaihtoehtojen valintaan. Molemmilla tutkimuskerroilla kyselylomakkeeseen vastattiin oppitunneilla luokkatilanteissa, joissa oli tutkijan lisäksi mukana suomenkielen opettaja. Ensiksi selostettiin tutkimuksen tarkoitus ja luottamuksellisuus. Sen jälkeen tutkija esitteli saatekirjelmän ja kyselylomakkeen kalvoilla. Kyselylomakkeen täyttö eteni tutkijan johdolla kysymys kerrallaan. Toisinaan tutkija käänsi kysymykset englanniksi tai opiskelijatoverit auttoivat toisiaan ja tulkkasivat toisilleen. Lomakkeet kerättiin tunnin lopuksi.

Tutkimuskyselyn ensimmäinen vaihe toteutettiin huhtikuussa 1996. Tutkimusajankohdaksi oli TuAKK:ssa maahanmuuttajaopiskelijoita kaikkiaan 235, joista 225 oli kielipainotteisessa ohjaavassa koulutuksessa ja 10 ammattiin valmentavassa koulutuksessa. He olivat kotoisin 30 eri maasta. Eniten heitä oli Bosniasta (38), Venäjältä (30) ja Kosovosta (22). TAI:n hotelli- ja ravintola-alan koulutusyksikössä opiskeli 15 maahanmuuttajaa, jotka olivat 10 eri maasta lähtöisin; heistä neljä oli Virostä, kaksi Venäjältä ja kaksi Mauritiukselta.

Kyselyyn vastaajat voidaan valita tutkimukseen satunnaisesti tai ei-satunnaisesti. Ei-satunnaiselle otokselle on tyypillistä se, että koehenkilöt on valittu tutkijan mielenkiinnon mukaan joko saatavuuden tai harkinnan mukaan (Metsämuuronen, 2000, 37). Tämän tutkimuksen ensimmäiseen otokseen valikoitui tutkimushetkellä huhtikuussa 1996 läsnä olevat opiskelijat, joilla oli aikaa ja mielenkiintoa vastata kyselyyn. Vastaajien määrä oli 113. Heistä 98 oli TuAKK:sta, kotoisin 28 eri maasta. Eniten heitä oli Venäjältä (26), Bosniasta (13) ja Virostä (12). Kaikki TAI:n 15 maahanmuuttajaopiskelijaa vastasivat kyselyyn.

Täsmälleen samaa lomaketta ja aineiston keruutekniikkaa kuin v. 1996 käytettiin tutkimuksen toisessa vaiheessa kesäkuussa 2004. Tutkimusajankohtana oli TuAKK:ssa työvoimapolitiittisessa maahanmuuttajakoulutuksessa 163 ja ammatillisessa koulutuksessa 14 maahanmuuttajaa. He olivat lähtöisin 28 eri maasta. TAI:ssa opiskeli 151 maahanmuuttajaa eri koulutusaloilla ja he olivat 38 eri maasta kotoisin. Toisessa otoksessa vas-

taajien määrä oli 120. Vastajista 59 oli Turun AKK:sta ja he olivat kotoisin 16 eri maasta, eniten Venäjältä, Irakista ja Virosta. TAI:sta oli 61 vastaajaa ja he olivat kotoisin 30 eri maasta, eniten Irakista, Venäjältä ja Kosovosta. Vastajien määrät oppilaitoksittain ja tutkimusajankohdittain on esitetty kuviossa 1.



Kuvio 1. Vastajien määrät oppilaitoksittain ja tutkimusajankohdittain

Tutkimusaineiston analysoinnissa käytettiin SPSS 14.0 for Windows-ohjelmaa. Lisäksi laadullinen analyysi tehtiin avoimista kysymyksistä.

5.3 Tutkimusjoukon taustatiedot

Tutkimuskyselyyn vastasi molempina tutkimusajankohtina kaikkiaan 233 maahanmuuttajaopiskelijaa, mikä on 40 prosenttia koko perusjoukosta 578. Vuoden 1996 prosentti oli 45 ja vuoden 2004 prosentti oli 37. Tutkimusjoukosta saatuja tuloksia ei voida tilastollisesti yleistää muuhun kuin oppilaitosten populaatioihin, koska aineisto on pieni, ja se edusti vain työttömiä aikuisia maahanmuuttajia. Kaikkiaan Turussa oli tutkimusajankohtina vuonna 1996 ulkomaalaisia 4140, joista 2,7 prosenttia vastasi kyselyyn. Vuonna 2004 vastaavasti ulkomaalaisia oli 7633, joista 1,6 prosenttia vastasi kyselyyn. Otos ei ollut edustava, mutta joitakin päätelmiä lomaketietojen perusteella voidaan tehdä.

Vastanneista miesten osuus oli kaikkiaan 46 ja naisten 54 prosenttia. Sukupuolijakauma noudattaa hyvin yleistä tilastollista jakaumaa sekä näissä oppilaitoksissa että Turussa ja Suomessa. Tosin tässä otoksessa naisten osuus on hieman suurempi kuin miesten verrattuna yleisiin tilastotietoihin maamme ulkomaalaisväestöstä.

Taulukossa 2 on vastaajien sukupuolijakauma tutkimuksen eri ajankohtina. Vuonna 1996 miehiä ja naisia oli molempia n. 50 prosenttia. Vuonna 2004 miehiä oli 43 ja naisia 57 prosenttia. Naisten osuus oli lisääntynyt selvästi viimeisessä aineistossa. Maassamme on tilastojen mukaan ollut kuitenkin koko ajan hieman enemmän maahanmuuttajamiehiä kuin – naisia.

Taulukko 2. Sukupuoli

Sukupuoli	1996		2004	
	n	%	n	%
mies	57	50,4	51	42,5
nainen	56	49,6	69	57,5
yht.	113	100	120	100

Vastaajien ikäjakauma (taulukko 3) oli molemmilla kerroilla samansuuntainen, sillä tutkittiinhan aikuisia maahanmuuttajaopiskelijoita. Ensimmäisessä aineistossa eniten (37 prosenttia) oli 30-39-vuotiaita ja heidän määränsä laski kuten muidenkin vanhempien ikäryhmien toisessa aineistossa. Vastaavasti nuorten alle 30-vuotiaiden osuus lisääntyi kuusi prosenttia toisessa aineistossa ja silloin alle 40-vuotiaiden määrä oli kaikkiaan 68 prosenttia vastaajista. Yli 50-vuotiaiden osuus molemmissa aineistoissa oli hieman yli 10 prosenttia. Ikäjakauma vastaa kotouttamiskoulutuksen ikärajoja ja on suuntaa antava.

Taulukko 3. Ikä

Ikä	1996		2004	
	n	%	n	%
alle 30 v	32	28,3	41	34,2
30 -39 v	42	37,2	41	34,2
40 -49 v	26	23	25	20,8
50 v ja yli	13	11,5	13	10,8
yht.	113	100	120	100

Vastaajat olivat kotoisin 40 eri maasta. Taulukossa 4 on yhdistetty kaikkien vastaajien kotimaat seitsemään luokkaan. Omana ryhmänään ovat venäläiset, sillä heitä oli ensimmäisessä aineistossa neljäsosa ja toisessa lähes viidesosa. Lähi-idästä tulleiden osuus kasvoi kolmesta 22 prosenttiin. Kaukoidästä tulleiden osuus lisääntyi viisi prosenttia ja samalla venäläisten osuus väheni kahdeksan prosenttia. Muun Euroopan osuus oli suurin molemmissa aineistoissa. Baltian maiden ja Afrikan maiden vastaajien osuus väheni. Kahdeksan vuoden aikana maahanmuuttopolitiikassa sekä maailman poliittisessa tilanteessa tapahtui suuria muutoksia, jotka heijastuivat myös Suomeen ja Suomen vastaanottamiin maahanmuuttajiin. Ne selittänevät muutokset vastaajien kansallisuuksissa v. 1996 ja v. 2004 välillä.

Taulukko 4. Vastaajien kotimaa

Kotimaa	1996		2004	
	n	%	n	%
Venäjä	29	25,7	21	17,5
Baltian maat	14	12,4	11	9,2
Muu Eurooppa	32	28,3	29	24,2
Afrikka	19	16,8	10	8,3
Lähi-itä	4	3,5	26	21,7
Kaukoita	12	10,6	19	15,8
Muut maat	3	2,7	4	3,3
yht.	113	100	120	100

Baltian maihin luokiteltiin mm. Viro ja Latvia. Muuhun Eurooppaan luokiteltiin vastaavasti mm. Jugoslavia, Kosovo, Bosnia, Albania, Saksa, Ranska ja Ruotsi Afrikasta oli lukuisia maita mukana mm. Marokko, Somalia, Kenia, Ruanda, Mauritius. Lähi-idän alueelta olivat Irak ja Iran. Kaukoidästä olivat mm. Afganistan, Intia, Kiina, Vietnam ja Filippiinit. Muut maat olivat mm. Brasilia, Kolumbia ja Uruguay. Monista maista oli vain yksi vastaaja, joten tuloksia tarkastellaan kokonaisuuksina eikä yleistyksiä voida tehdä vastaajien kansallisuuden suhteen.

Suomen kansalaisia oli koko vastaajajoukosta ensimmäisessä aineistossa vain neljä ja toisessa kuusi prosenttia. Äidinkielenään puhui venäjää ensimmäisessä aineistossa 33 ja toisessa 28 prosenttia. Arabiankielisten (arabi, kurdi, persia) osuus kasvoi viidestä 27 prosenttiin tutkimusajankohtien välillä. Kasvu heijastaa aikaisemmin jo mainittuja maahanmuuttajapolitiikan ja maailman poliittisen tilanteen muutoksia.

Kristittyjen ja islaminuskoisten osuus oli kummassakin aineistossa selvästi suurin (taulukko 5). Kristittyjen määrä nousi hieman ja vastaavasti islaminuskoisten laski kyselyjen välillä. Tämä selittyy sillä mistä maista maahanmuuttajat tulivat eri vuosina Suomeen. Muitten uskontokuntien (buddhalaisuus, hindulaisuus) osuus oli keskimäärin viisi prosenttia. Ilman vakaumusta olevia oli runsaasti eli 23 prosenttia ensimmäisessä ja toisessa 13 prosenttia. Vuoden 2004 vastaajista kahdeksan prosenttia ei vastannut uskontokysymykseen. On muistettava, että vastaajat olivat eri henkilöitä näissä kahdessa aineistossa. Uskontoa tarkastellaan liikuntaharrastusaktiivisuuden yhteydessä.

Taulukko 5. Vastaajien uskonto

Uskonto	1996		2004	
	n	%	n	%
kristinuskko	42	37,2	48	40,0
islam	40	35,4	38	31,7
muu	5	4,4	8	6,7
ei vakaumusta	26	23	16	13,3
ei vastausta	0	0	10	8,3
yht.	113	100	120	100

Vastaajien ikärakenne selittää sen, että vastaajista oli avio- tai avoliitossa molemmissa aineistoissa 75 prosenttia (taulukko 6). Naimattomia oli ensimmäisessä aineistossa 20 ja toisessa 13 prosenttia, eronneita oli 4 ja 8 prosenttia. Leskien osuus oli alle kaksi prosenttia molemmissa. Perheet olivat vastaajien mukana Suomessa, ensimmäisessä aineistossa 89 ja toisessa 80 prosenttisesti. Yksi- tai kaksilapsisia perheitä oli molemmissa 35 prosenttia. Kolme lasta tai enemmän oli vastaavasti 23 prosentilla v. 1996 ja 16 prosentilla v. 2004 vastaajista.

Taulukko 6. Vastaajien siviilisäätty

Siviilisäätty	1996		2004	
	n	%	n	%
naimaton	23	20,4	16	13,3
avio-/avoliitto	84	74,3	90	75,0
eronnut	4	3,5	10	8,3
leski	2	1,8	2	1,7
ei vastausta	0	0	2	1,7
yht.	113	100	120	100

Tarkasteltaessa oleskeluaikaa Suomessa näkyy selkeä muutos aineistojen välillä. Vuonna 1996 puolet vastaajista oli ollut Suomessa yhdestä kolmeen vuotta ja vastaavasti vuonna 2004 vain 15 prosenttia. Yli viisi vuotta Suomessa olleiden vastaajien määrä kohosi 14 prosentista 37 prosenttiin ja alle vuoden olleiden 15 prosentista 27 prosenttiin. Tulos selittynee ammatillisen koulutuksen tarjonnan lisääntymisestä sekä kotouttamiskoulutuksen kohdentumisesta alle kolme vuotta Suomessa olleisiin työttömiin. Oleskeluaikaa tarkastellaan liikuntaharrastusaktiivisuuden yhteydessä.

Koulutustaustaltaan vastaajista suurimman ryhmän muodostivat ammatillisen koulutuksen saaneet, heitä oli 40 prosenttia v. 1996 ja 44 prosenttia v. 2004. Akateemisesti koulutettuja oli viidesosa. Peruskoulun tai lukion olivat käyneet kolmasosa vastaajista. V. 1996 oli viisi vastaajaa, jotka eivät olleet saaneet kotimaassaan mitään koulutusta. Työelämässä kotimaassa oli ollut 60 ja 56 prosenttia. Heistä työskenteli johtavassa asemassa tai yrittäjänä seitsemän ja kuusi prosenttia. Kotona työskenteli 11 ja kolme prosenttia. Opiskelijoina oli ollut 20 ja 31 prosenttia. Työttömänä oli ollut neljä ja kuusi prosenttia, mikä on todella vähän verrattuna maahanmuuttajien työllisyystilanteeseen Suomessa.

Vastaajista 52 prosenttia v. 1996 ja 60 prosenttia v. 2004 halusi opiskella Suomessa. Kaikki vastaajat halusivat opiskella suomenkieltä ja osa myös jatkaa omaa ammatillista koulutustaan. Työssä halusi olla 35 prosenttia. Monella oli toiveena oman yrityksen perustaminen. Halukkuutta työmarkkinoille ilmeni, sillä moni voisi tehdä työkseen vaikka mitä. Monet vastaajista halusivat sekä opiskella että käydä työssä.

6 TULOKSET

6.1 Maahanmuuttajien liikunta kotimaassa

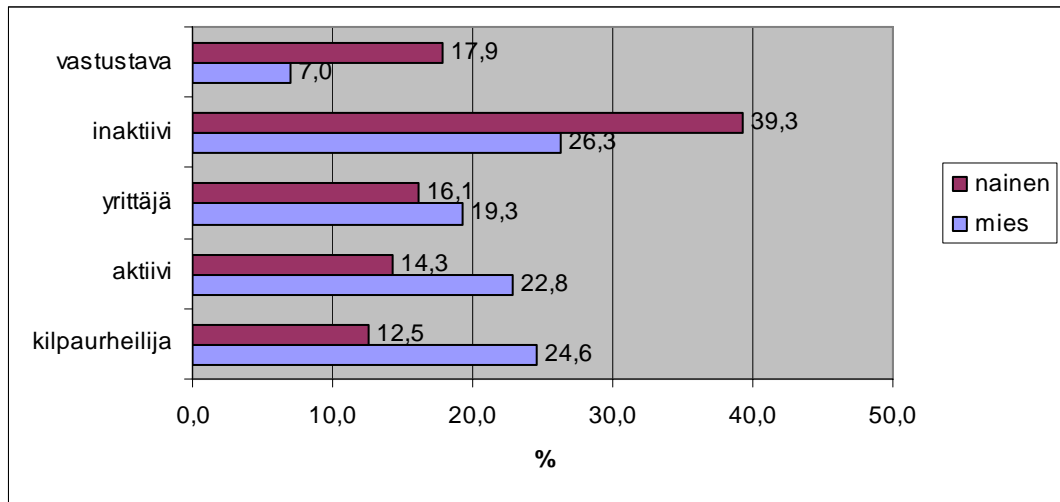
Maahanmuuttajien kotimaassa harrastama vapaa-ajan liikunta luokiteltiin liikunnan intensiteetin perusteella vastustajiin, aktiivisiin, yrittäjiin, inaktiiveihin ja kilpaurheilijoihin. Aktiiviliikkuja harrasti liikuntaa vähintään kolme kertaa viikossa n. 20 minuuttia kerrallaan ja oli vahvasti motivoitunut liikkumaan. Kaikista vastaajista oli vuoden 1996

aineistossa aktiiviliikkuja 18 prosenttia ja vuoden 2004 aineistossa 28 prosenttia. Yrittäjä harrasti liikuntaa yksi tai kaksi kertaa viikossa ja oli kohtalaisesti motivoitunut liikumaan. Heitä oli 18 prosenttia v.1996 ja 33 prosenttia v. 2004 kaikista vastaajista.

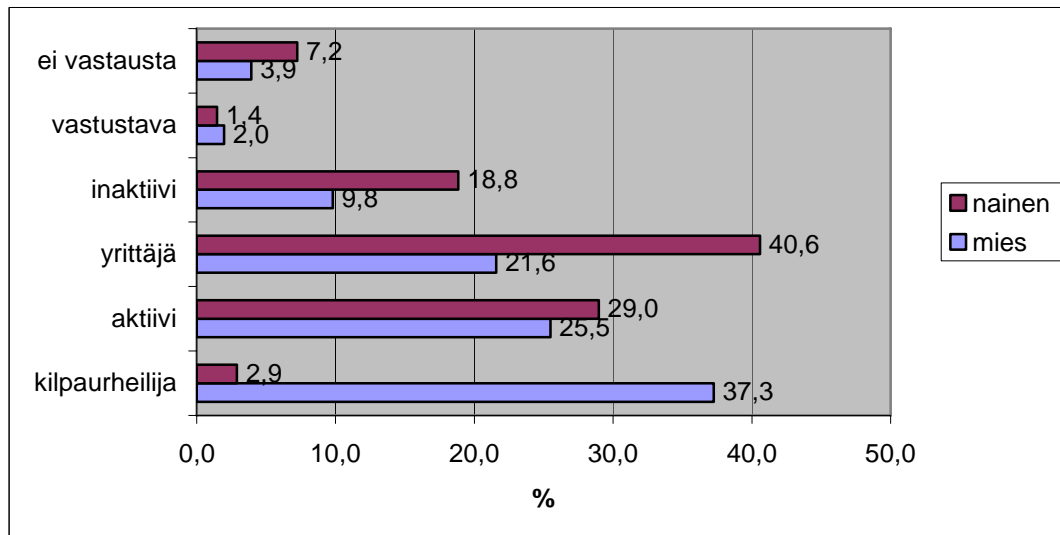
Inaktiiveja oli kahdenlaisia; välinpitämätön, joka liikkui vähemmän kuin kerran viikossa ja oli heikosti motivoitunut sekä liikunnan vastustaja, joka ei harrastanut liikuntaa ja oli kielteisesti motivoitunut. Välinpitämättömiä oli 33 ja 15 prosenttia. Liikunnan vastustajia oli 12 ja kaksi prosenttia. Lisäksi kysyttiin, oletko kilpaurheilija ja liikutko vähintään neljä kertaa viikossa. Heitä oli molemmissa aineistoissa 18 prosenttia. Vuoden 2004 kyselyyn vastanneista 4 prosenttia ei vastannut kysymykseen.

Verrattaessa näiden kahden aineiston vastaajien liikunta-aktiivisuutta niin se oli selvästi lisääntynyt v. 2004 vastaajilla. Kilpaurheilijoita sekä aktiiveja eli viikossa vähintään kolme kertaa liikkuvia oli v. 1996 vastaajista 36 prosenttia ja v. 2004 vastaajista 46 prosenttia. Kun yrittäjät otetaan mukaan, niin peräti 79 prosenttia liikkui vähintään kerran viikossa v. 2004. Vastaava määrä v. 1996 oli 54 prosenttia. Inaktiiveja välinpitämättömiä sekä inaktiiveja liikunnan vastustajia oli taas paljon vähemmän eli yhteensä 17 prosenttia vastaajista, kun v. 1996 heitä oli peräti 45 prosenttia vastaajista.

Kuvioissa 2 ja 3 tarkastellaan liikunta-aktiivisuutta sukupuolen mukaan, ja molemmissa aineistoissa miehet liikkivat enemmän, mutta naisten liikunnan määrä oli selvästi lisääntynyt v. 2004 vastaajilla verrattuna v. 1996 vastaajiin. Miehet olivat kilpaurheilijoita. Heistä jopa kolmasosa kilpaili v. 2004 ja neljäsosa v. 1996. Kilpailulajeista selvä ykkönen oli jalkapallo ennen yleisurheilua ja kamppailulajeja. Kriketti ja rugby olivat myös suosittuja. Inaktiiveista oli naisia peräti 57 prosenttia ja miehistäkin 33 prosenttia v. 1996 ja vastaavasti vain kahdeksan prosenttia naisista ja kuusi prosenttia miehistä v. 2004. Naisten aktiiviliikkujiin ja yrittäjien määrä vastaajista v. 2004 oli 70 prosenttia ja v.1996 vastaajista 30 prosenttia eli se lisääntyi yli kaksinkertaiseksi.



Kuvio 2. Sukupuoli ja liikunta-aktiivisuus kotimaassa v. 1996

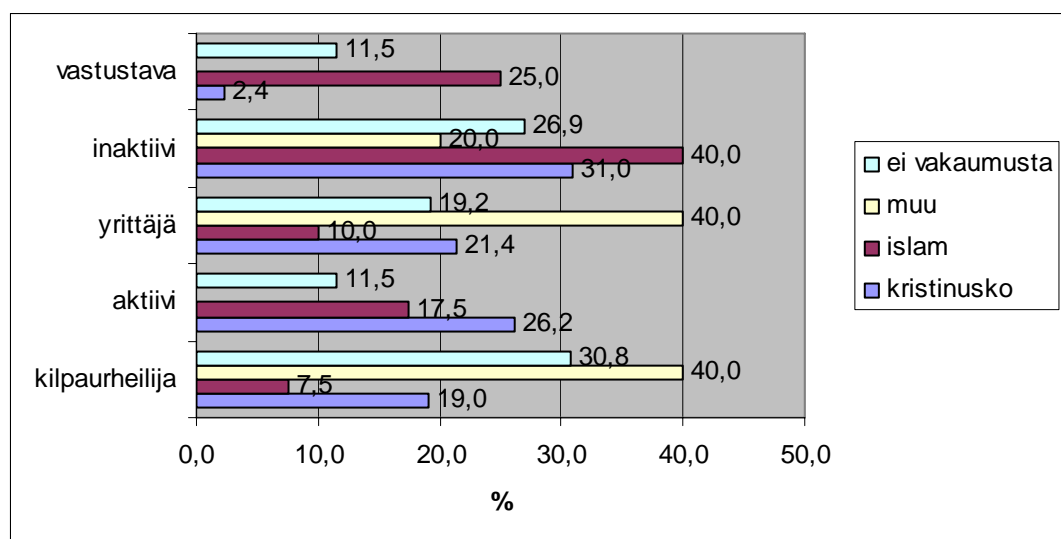


Kuvio 3. Sukupuoli ja liikunta-aktiivisuus kotimaassa v. 2004

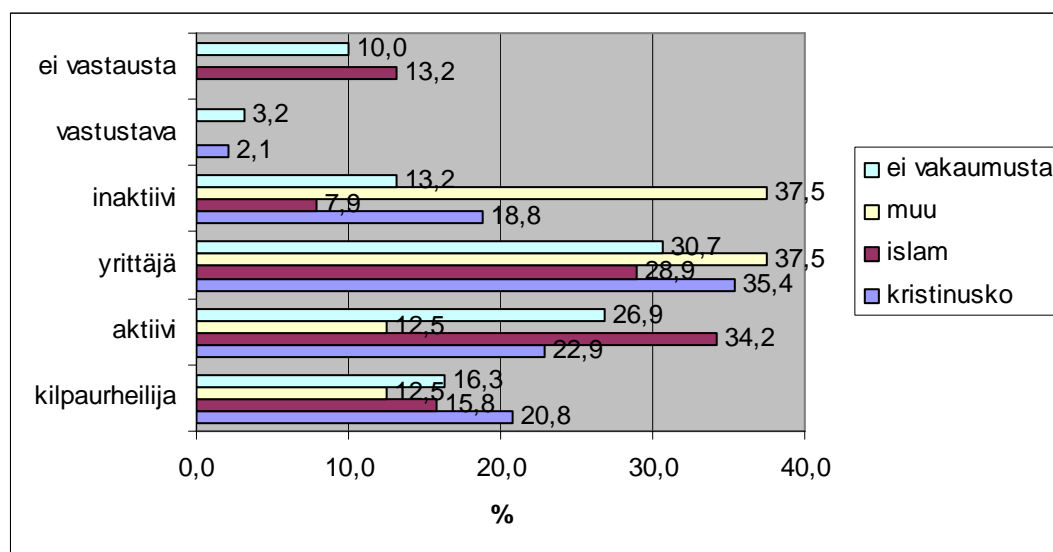
Vastaajien ikä oli jonkin verran yhteydessä liikuntakertojen määrään. Alle 30-vuotiaat olivat kilpaurheilijoita ja aktiiviliikkuja. Heitä oli v. 1996 vastaajista 66 prosenttia ja v. 2004 vastaajista 48 prosenttia. Mutta myös inaktiiveja oli tässä ikäryhmässä molemmissa aineistoissa 13 prosenttia. V. 1996 yli 50-vuotiaista oli inaktiiveja 92 prosenttia mutta v. 2004 vain seitsemän prosenttia. Ikäryhmissä 30-39 ja 40-49 vuotta v.1996 kilpaurheilijoiden, aktiiviliikkujiin ja yrittäjien määrä oli 50 ja v.2004 80 prosenttia. Tämä selittää liikunta-aktiivisuuden lisääntymisen v. 2004. Vanhemmat ikäryhmät ovat alkaneet harrastaa liikuntaa enemmän 2000-luvulla.

Tarkasteltaessa kansallisuuden perusteella liikuntaintensiteettiä havaittiin, että v. 1996 kilpaurheilijat tulivat Baltiasta ja Afrikasta. Somalian kuusi yli 50-vuotiasta naista olivat ainoat liikunnan vastustajat. Aktiivisimmat yli kolme kertaa viikossa liikkuvat tulivat Kaukoidästä ja muusta Euroopasta. Heitä oli molemmissa yli 40 prosenttia. Venäjältä tulleista lähes puolet oli inaktiiveja. Lähi-idästä oli vain neljä vastaajaa, ja he eivät harrastaneet liikuntaa. Urheiluseuroihin kuului 24 prosenttia vastaajista. Vuonna 2004 kilpaurheilijat tulivat Afrikasta. Aktiiviliikkujat edustivat edelleen Baltiaa ja Kauko-itää. Venäjältä tuli edelleen inaktiiveja eniten eli 42 prosenttia. Lähi-idän vastaajien määrä oli nyt 26, ja heistä 91 prosenttia liikkui vähintään kerran viikossa. Urheiluseuroihin kuului 17 prosenttia vastaajista.

Verrattaessa vastaajien uskontoa ja liikunta-aktiivisuutta havaittiin, että v. 1996 kristinuskon uskonnokseen ilmoittaneista liikkui vähintään kolme kertaa viikossa lähes puolet ja inaktiiveja oli kolmasosa. Islaminuskoisista vastaavat luvut olivat 65 ja 25 prosenttia. Muiden uskontokuntien ja ilman vakaumusta olevien vastaukset jakaantuivat tasaisesti kaikkiin liikuntaryhmiin. Vuonna 2004 kristinuskotaustaisten liikunta oli samsuuntainen. Aktiiveja oli lähes puolet ja inaktiiveja viidesosa. Inaktiiveista osa oli alkanut harrastamaan liikuntaa vähintään kerran viikossa. Islaminuskoisten kohdalla muutos oli suurempi. Aktiiviliikkujien määrä väheni näillä vastaajilla 50 prosenttiin ja inaktiiveja oli vain kolme prosenttia. Muutos oli iso verrattuna v. 1996 vastaajiin. Uskontoa ja liikunta-aktiivisuutta tarkastellaan sukupuolen mukaan kuvioissa 4 ja 5.



Kuvio 4. Uskonto ja liikunta-aktiivisuus kotimaassa v. 1996



Kuvio 5. Uskonto ja liikunta aktiivisuus kotimaassa v. 2004

Miehistä kristinuskotaustaiset ja ilman vakaumusta olevat v. 1996 jakautuivat tasaisesti kaikkiin liikuntaryhmiin. Islaminuskoisista 38 prosenttia oli inaktiiveja sekä liikunnan vastustajia ja aktiiviliikkuja 43 prosenttia. Kolmesta muuta uskontoa tunnustavista vastaajista oli kaksi kilpaurheilijaa ja yksi inaktiivi. Vuonna 2004 kristinuskokoiset olivat kilpaurheilijoita. Islaminuskoisten inaktiiveja oli 13 prosenttia ja aktiiviliikkuja 75 prosenttia. Muutokset aineistojen välillä olivat selkeitä. Muiden uskontokuntien ja ei vakaumusta olevien vastaajien liikuntaryhmät jakautuivat tasaisesti.

Naisista kristinuskotaustaiset ja ilman vakaumusta olevat vastaajat jakautuivat myös v. 1996 tasaisesti liikuntaryhmiin miesten tavoin. Islaminuskoisista peräti 95 prosenttia oli inaktiiveja ja liikunnan vastustajia. Kaksi muuhun uskontoryhmään kuuluvaa vastaajaa liikkuvat yksi tai kaksi kertaa viikossa. Vuonna 2004 sekä kristinuskoa tunnustavista että islaminuskoisista liikkui vähintään kerran viikossa 73 prosenttia. Selkeä muutos on tapahtunut kahdeksan vuoden aikana. Verrattaessa uskonnon vaikutusta liikuntaan miesten ja naisten osalta niin uskonto rajoitti hieman enemmän naisten liikunta-aktiivisuutta kuin miesten. Islaminuskoisten liikunta lisääntyi sekä miehillä että naisilla 2000-luvulla. Tosin aineistot ovat pienet ja vastaajat eri henkilöitä.

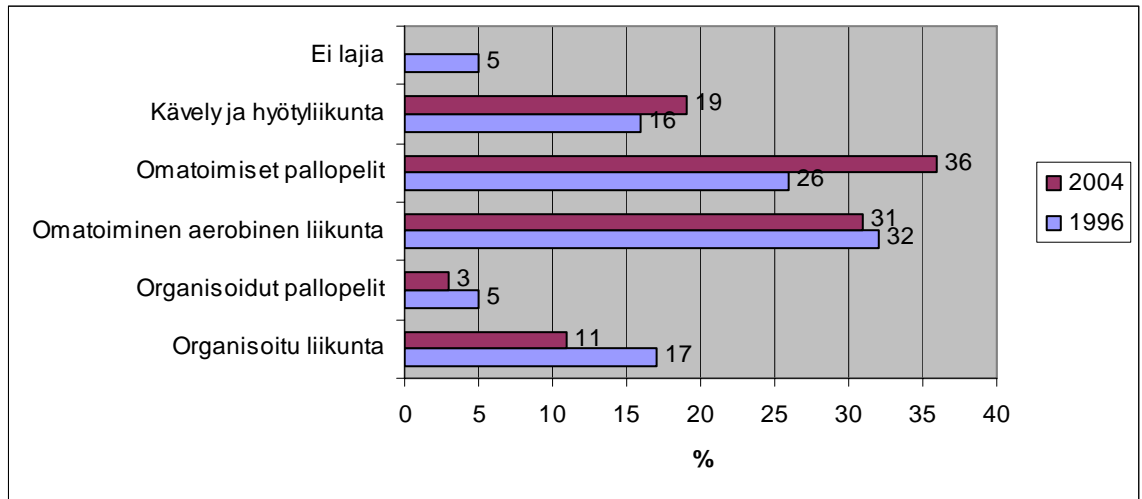
Kummassakaan aineistossa ei siviilisäädyllä ollut erotteluvaa vaikutusta liikunta-aktiivisuuteen. Kaikki naimattomat, naimisissa olevat, eronneet ja lesket jakautuivat

tasaisesti kaikkiin liikuntaryhmiin. Myöskään koulutus ei tuonut eroja liikunta-aktiivisuuteen. Tosin v. 1996 peruskoulun käyneistä 71 prosenttia oli inaktiiveja ja liikunnan vastustajia ja v. 2004 vastaajista vain 15 prosenttia.

Työmarkkina-asema ei myöskään erotellut selkeästi liikunta-aktiivisuutta. V. 1996 opiskelijat ja työssä kodin ulkopuolella olevat liikkuvat ahkerasti. Yli kolme kertaa viikossa liikkui opiskelijoista 57 prosenttia ja työssäkäyvistä 40 prosenttia. V. 2004 opiskelijoista 49 ja työssäkäyvistä 42 prosenttia liikkui yli kolme kertaa viikossa.

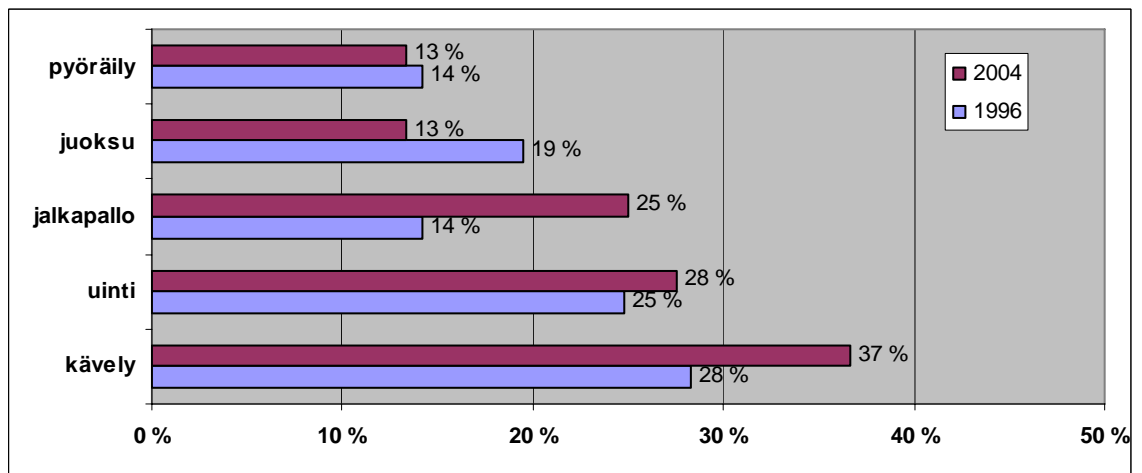
6.2 Kotimaassa harrastetut liikuntalajit ja liikuntamotiivit

Maahanmuuttajien harrastamia liikuntalajeja kysyttiin avonaisella kysymyksellä, missä liikuntalajit tuli nimetä tärkeysjärjestyksessä. Koko tutkimusaineistossa liikuntalajeja nimettiin yli 50. Niistä muodostettiin Hervan ja Vuolteen luokituksen pohjalta viisi luokkaa. Organisoituun liikuntaan kuuluivat erilaiset voimistelu- ja tanssilajit sekä kamppailulajit mm. karate ja aikido. Organisoituihin (joukkue)pallopeleihin luokiteltiin omaksi luokaksi niiden suuren määrän vuoksi. Niihin kuuluivat mm. jalka-, lento-, kori- ja käsipallo, baseball, kriketti ja rugby. Omatoimiseen aerobiseen liikuntaan kuuluivat mm. juoksu, pyöräily, uinti ja kuntosalityöskentely. Omatoimisiin pallo- ja mailapeleihin kuuluivat mm. tennis, pöytätennis ja sulkapallo ja lisäksi yksilölajeista mm. golf ja keilailu. Kävelyyn yhdistettiin hyötyliikunta sen vähäisen harrastuksen vuoksi. Tarkasteltaessa vuosien 1996 ja 2004 vastaajien harrastamia liikuntalajeja niin eniten harrastettiin omatoimisia pallopelejä ja omatoimista aerobista liikuntaa. Suurimmat muutokset näkyvät organisoidun liikunnan vähentymisenä ja omatoimisten pallopelien lisääntymisenä v. 2004. Jakaumat on esitetty kuviossa 6.



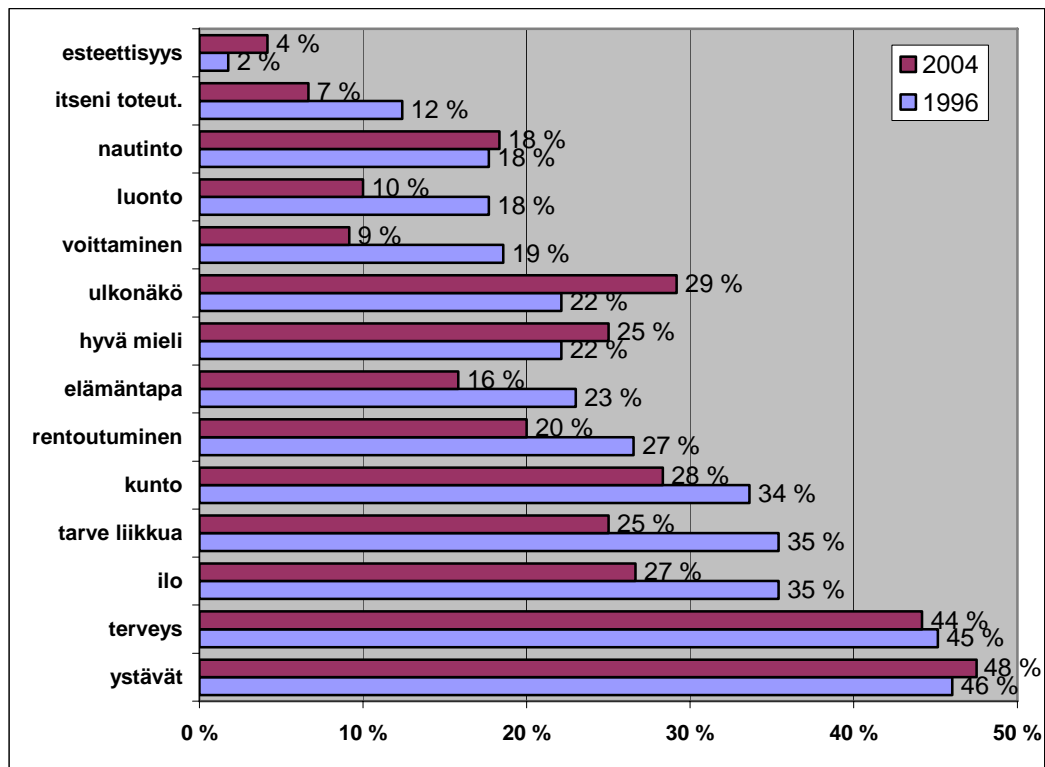
Kuvio 6. Kotimaassa harrastetut yhdistetyt liikuntalajiryhmät vv. 1996 ja 2004

Kuviossa 7 on esitetty erikseen yksittäisistä liikuntalajeista eniten kotimaassa harrastetut lajit vuosina 1996 ja 2004 ja vertailtu niitä. Kävelyä, uintia ja juoksua harrasti vuoden 1996 vastaajista noin neljäsosa. Kävely, uinti ja jalkapallo olivat suosituimmat vuonna 2004.



Kuvio 7. Kotimaassa harrastetut yksittäiset liikuntalajit vv. 1996 ja 2004

Liikuntamotivaatiota tarkasteltaessa havaittiin, että molemmissa aineistoissa muutama vastaajista harrasti viittä lajia, viidesosa neljää lajia, kolmasosa kolmea lajia, yli puolet kahta lajia ja lähes kaikki mainitsivat jonkin lajin. Henkilön harrastaessa useampaa liikuntalajia saattaa motivaatiotekijöitäkin olla useita.



Kuvio 8. Liikuntamotiivit molemmissa aineistoissa

Vastaajat saattoivat mainita siis jopa kahdeksan motiivitekijää syiksi, miksi he harrastivat liikuntaa. Kuviossa 8 näkyy kuinka moni vastaajista oli valinnut tietyn motiivin 15 eri muuttujavaihtoehdosta. Vuonna 1996 eniten liikuntaharrastukseen vaikuttivat ystävät, terveys, ilo, kunto ja tarve liikkua. Nämä motiivit mainitse yli 30 prosenttia vastaajista. Elämäntapakin oli 23 prosentille vastaajista tärkeä motiivi. Vuonna 2004 tärkeimmät motiivit olivat ystävät, terveys, ulkonäkö ja kunto. Verrattaessa aineistoja niin v. 2004 lisääntyivät ulkonäön (7 %-yksikköä), hyvän mielen, esteettisyyden ja nautinnon motiivit. Eniten vastaavasti laskivat tarve liikkua (10 %-yksikköä), ilo, voittaminen, luonto, rentoutuminen ja elämäntapa (7 %-yksikköä). Sosiaalisuus ja terveys olivat lähes puolelle vastaajista tärkeimmät motiivit.

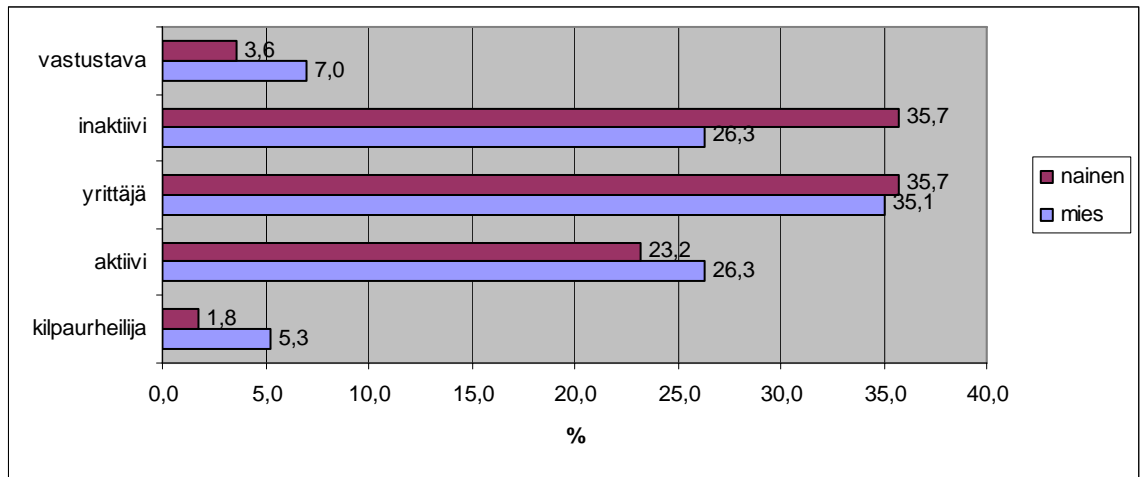
6.3 Maahanmuuttajien liikunta Suomessa

Maahanmuuttajien Suomessa harrastama vapaa-ajan liikunta luokiteltiin liikunnan intensiteetin perusteella niin ikään viiteen luokkaan; vastustajiin, aktiivisiin, yrittäjiin,

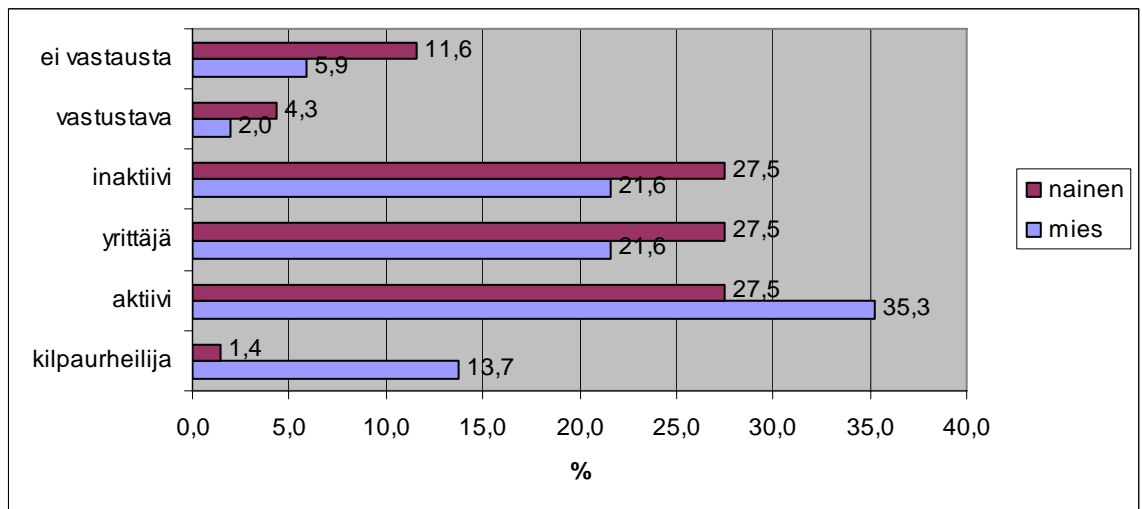
inaktiiveihin ja kilpaurheilijoihin. Aktiiviliikkuja harrasti siis liikuntaa vähintään kolme kertaa viikossa n. 20 minuuttia kerrallaan ja oli vahvasti motivoitunut liikkumaan. Kaikista vastaajista oli vuoden 1996 aineistossa aktiiviliikkuja neljäsosa ja vuoden 2004 aineistossa kolmasosa. Yrittäjä harrasti liikuntaa yksi tai kaksi kertaa viikossa ja oli kohtalaisesti motivoitunut liikkumaan. Heitä oli kolmasosa v. 1996 ja neljäsosa v. 2004 kaikista vastaajista. Inaktiiveja oli kahdenlaisia; välinpitämätön, joka liikkui vähemmän kuin kerran viikossa ja oli heikosti motivoitunut sekä liikunnan vastustaja, joka ei harrastanut liikuntaa ja oli kielteisesti motivoitunut. Välinpitämättömiä oli kolmasosa v. 1996 ja neljäsosa v. 2004. Liikunnan vastustajia oli v. 1996 viisi ja v. 2004 kolme prosenttia. Lisäksi kysyttiin, oletko kilpaurheilija ja liikutko vähintään neljä kertaa viikossa. Heitä oli v. 1996 neljä ja v. 2004 seitsemän prosenttia. Vuonna 2004 kyselyyn vastanneista yhdeksän prosenttia ei vastannut kysymykseen.

Verrattaessa kahden eri aineiston vastaajien liikunta-aktiivisuutta niin suuria eroja ei ollut. Kilpaurheilijoita sekä aktiiveja eli viikossa vähintään kolme kertaa liikkuvia oli v. 1996 vastaajista 29 prosenttia ja v. 2004 vastaajista 38 prosenttia. Kun yrittäjät otetaan mukaan, niin vähintään kerran viikossa liikkuvien määrässä ei ollut eroja. V.1996 heitä oli 64 prosenttia ja v. 2004 63 prosenttia. Inaktiiveja välinpitämättömiä sekä inaktiiveja liikunnan vastustajia oli v.1996 yhteensä 36 prosenttia vastaajista, ja v. 2004 heitä oli 28 prosenttia vastaajista.

Kuvioissa 9 ja 10 kuvataan liikunta-aktiivisuutta sukupuolen mukaan. Verrattaessa aineistoja ei sukupuolten välillä ollut suuria eroja. Kilpaurheilijoista miehiä oli viisi prosenttia v.1996 ja 14 prosenttia v. 2004. Molempina vuosina oli yksi naisurheilija. Kilpailulajeista selvä ykkönen oli jalkapallo ennen kamppailulajeja ja yleisurheilua. Vähintään kolme kertaa viikossa liikkuvia miehiä oli kolmasosa v. 1996 ja v. 2004 lähes puolet. Naisista näin aktiivisia oli neljäsosa v. 1996 ja kolmasosa v. 2004. Inaktiiveista oli naisia 40 prosenttia ja miehiä 33 prosenttia v. 1996 ja v. 2004 vastaavasti 32 prosenttia naisista ja 24 prosenttia miehistä. Maahanmuuttajat näyttävät liikkuvan Suomes- sa kohtalaisesti, ja liikunta-aktiivisuus lisääntyi 2000-luvulla. Miehistä jopa lähes puolet ja naisista kolmasosa liikkui terveytensä kannalta riittävästi. Kolmasosa sekä miehistä että naisista liikkui vielä vähintään yksi tai kaksi kertaa viikossa.



Kuvio 9. Sukupuoli ja liikunta-aktiivisuus Suomessa v. 1996



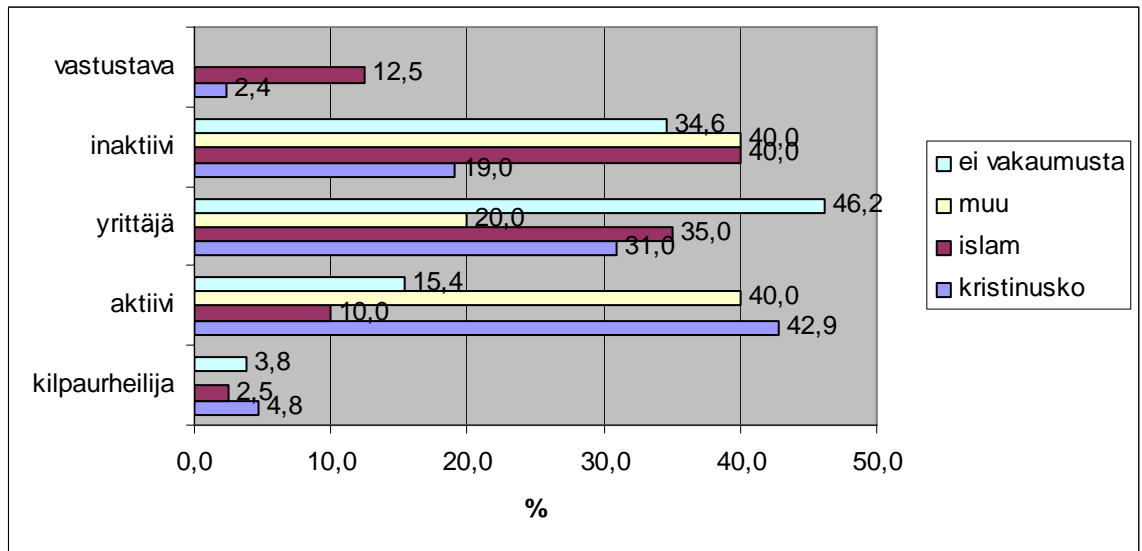
Kuvio 10. Sukupuoli ja liikunta-aktiivisuus Suomessa v. 2004

Tarkasteltaessa iän mukaan liikunta-aktiivisuutta Suomessa havaittiin, että vastaajat kaikissa ikäryhmissä ja molemmissa aineistoissa liikkuvat melko paljon. Alle 30-vuotiaita aktiiviliikkujiä oli 41 prosenttia v. 1996 ja 27 prosenttia v. 2004. Heistä kilpaurheilijoita oli enemmän v. 2004 eli 22 prosenttia. V. 1996 aktiiviliikkujiä oli ikäryhmässä 40-49 vuotta 31 prosenttia ja kaikista alle 50 vuotta yli 70 prosenttia liikkui yksi tai kaksi kertaa viikossa. Ikäryhmästä 50 v ja yli inaktiiveja oli 69 prosenttia. Vuonna 2004 lähes puolet ikäryhmästä 50 v ja yli liikkui vähintään kolme kertaa viikossa ja heistä 39 prosenttia oli inaktiiveja. Kaikista ikäryhmistä yli 60 prosenttia liikkui

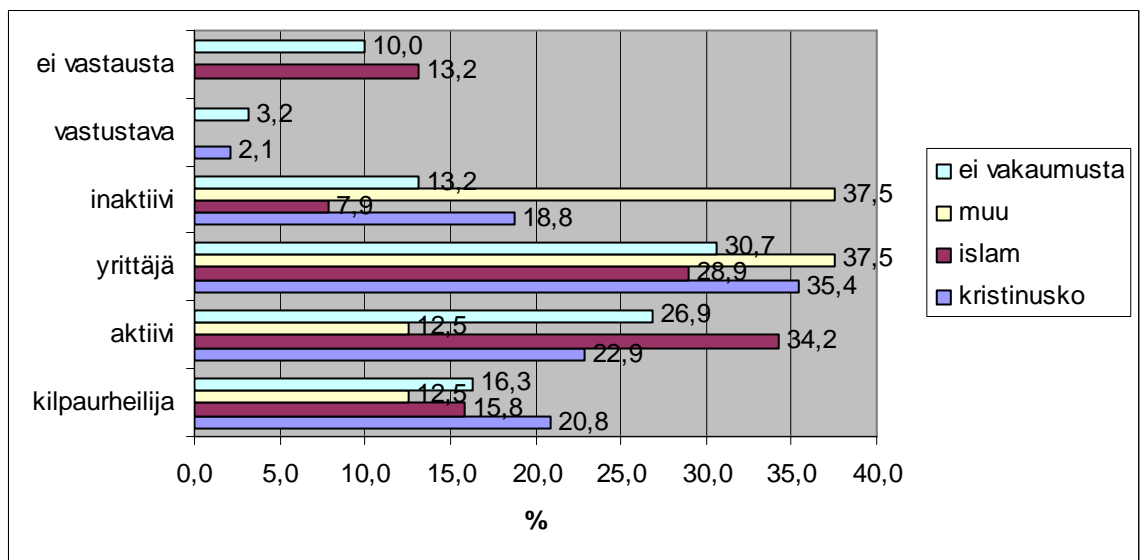
yksi tai kaksi kertaa viikossa. Liikunnan harrastamisen lisääntyminen vanhemmissa ikäryhmissä näyttää lisääntyneen myös Suomessa etenkin v. 2004.

Tarkasteltuna kotimaan ryhmien mukaan vastaajia niin Suomessa v. 1996 kilpaurheilijat tulivat Afrikasta, heistä 16 prosenttia kilpaili ja Baltiasta. Aktiivisimmat yli kolme kertaa viikossa liikkuvat tulivat Afrikasta 37 prosenttia ja Baltiasta 36 prosenttia. Venäjältä tulleista puolet liikkui yksi tai kaksi kertaa viikossa. Lähi-idästä oli vain neljä vastaajaa, ja heistä kaksi harrasti vähän liikuntaa. Inaktiivisin ryhmä 54 prosenttia tuli muusta Euroopasta. Urheiluseuroihin kuului 10 prosenttia vastaajista. V. 2004 kilpaurheilijat tulivat Lähi-idästä, heistä jopa 15 prosenttia kilpaili ja Baltiasta. Aktiiviliikkuja oli kolmasosa kaikissa ryhmissä ja Venäjältä jopa 38 prosenttia. Inaktiivisimmat tulivat Venäjältä 43 prosenttia ja Afrikasta 40 prosenttia. Urheiluseuroihin kuului yhdeksän prosenttia vastaajista.

Kuviossa 11 tarkastellaan uskontoa ja liikunta-aktiivisuutta v. 1996. Lähes puolet kristinuskon uskonnokeeseen ilmoittaneet liikkuvat vähintään kolme kertaa viikossa, ja inaktiiveja oli viidesosa. Islaminuskoisista vastaavat luvut olivat 10 ja 53 prosenttia. Muihin uskontokuntiin kuuluvista 40 prosenttia liikkui vähintään kolme kertaa viikossa ja heistä inaktiiveja oli myös 40 prosenttia. Ilman vakaumusta olevista lähes puolet liikkui yksi tai kaksi kertaa viikossa, ja kolmasosa oli inaktiiveja. Vuonna 2004 kristinuskoa tunnustavien liikunta-aktiivisuus laski. Aktiiveja ja inaktiiveja oli molempia kolmasosa. Islaminuskoisten kohdalla muutos oli suurempi. Kilpa-urheilijoita oli 11 prosenttia, aktiiviliikkuja ja yrittäjiäkin molempia 32 prosenttia, ja inaktiiveja oli vain 13 prosenttia. Muutos oli iso verrattuna v.1996 vastaajiin. Muihin uskontokuntiin kuuluvista 25 prosenttia liikkui vähintään kolme kertaa viikossa, ja inaktiiveja oli peräti puolet. Ilman vakaumusta olevista puolet liikkui vähintään kolme kertaa viikossa. Kuviossa 12 tarkastellaan uskontoa ja liikunta-aktiivisuutta v. 2004.



Kuvio 11. Uskonto ja liikunta-aktiivisuus Suomessa v. 1996



Kuvio 12. Uskonto ja liikunta-aktiivisuus Suomessa v. 2004

Tarkasteltaessa uskontoa ja liikunta aktiivisuutta sukupuolen mukaan niin miehistä kristinuskotaustaiset ja ilman vakaumusta olevat v. 1996 jakautuivat tasaisesti kaikkiin liikuntaryhmiin, ja aktiiviliikkuja eli vähintään kolme kertaa viikossa liikkuvia oli 47 prosenttia. Islaminuskoisista 43 prosenttia oli inaktiiveja sekä liikunnan vastustajia ja aktiiviliikkuja 24 prosenttia. Muuta uskontoa tunnustavista kolmasosa ja ilman vakaumusta olevista vastaajista puolet liikkui yksi tai kaksi kertaa viikossa. Vuonna 2004 kristinuskotaustaisia oli kilpaurheilijoita 17 prosenttia ja aktiiviliikkuja 33 pro-

senttia. Islaminuskoisia kilpaurheilijoita oli 25 prosenttia ja aktiiviliikkuja 31 prosenttia ja inaktiiveja 19 prosenttia. Aineistojen välillä oli siten selviä eroja. Muiden uskontokuntien ja ei vakaumusta olevien vastaajien liikuntaryhmät jakautuivat tasaisesti.

Naisista kristinuskotaustaisista v. 1996 liikkui lähes puolet aktiivisesti eli vähintään kolme kertaa viikossa ja yksi tai kaksi kertaa liikkuvia oli 35 prosenttia. Islaminuskoisista 63 prosenttia olivat inaktiiveja ja liikunnan vastustajia. Muuhun uskontoryhmään kuuluvista ja ei vakaumusta olevista vastaajista puolet oli inaktiiveja. Vuonna 2004 sekä kristinuskoa tunnustavista oli aktiiviliikkuja 27 prosenttia ja inaktiiveja peräti 40 prosenttia. Islaminuskoisista aktiiviliikkuja oli 32 prosenttia ja vähintään kerran viikossa liikkuvia 36 prosenttia sekä inaktiiveja vain yhdeksän prosenttia. Selkeä muutos on tapahtunut kahdeksan vuoden aikana. Muuhun uskontoryhmään kuuluvista ja ei vakaumusta olevista vastaajista oli edelleen puolet inaktiiveja. Onko uskontojen maailmassa ja etenkin islaminuskoisten kulttuurissa tapahtunut myös Suomessa myönteistä suuntausta naisten liikuntaa kohtaan? Tosin aineistot ovat pienet ja vastaajat eri henkilöitä, niin suoria johtopäätöksiä ei voida tehdä.

Verrattaessa vuosien 1996 ja 2004 vastaajien uskontoa ja liikunta-aktiivisuutta Suomessa miesten ja naisten osalta havaittiin, että uskonto on voinut ehkä rajoittaa hieman enemmän naisten liikunta-aktiivisuutta kuin miesten erityisesti islaminuskoisilla. Islaminuskoisten liikunta lisääntyi kuitenkin naisilla selvästi enemmän kuin miehillä. Kristinuskoa tunnustavilla naisilla liikunta-aktiivisuus näyttää vähentyneen, kun taas miehillä aktiivisuus lisääntyi v. 2004 verrattuna vuoden 1996 tuloksiin.

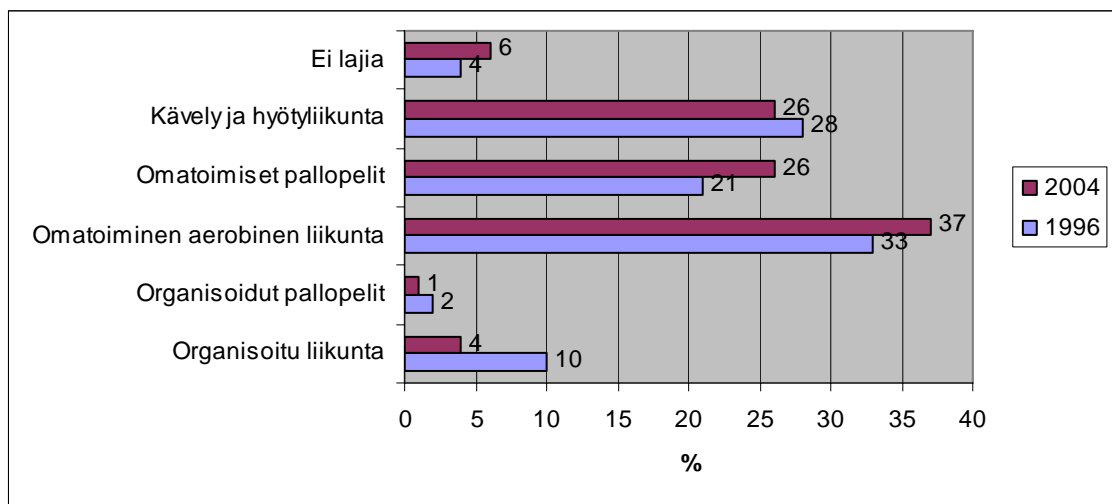
Kummassakaan aineistossa ei siviilisäädyllä ollut kovin erotteluvaa vaikutusta liikunta-aktiivisuuteen. Siten naimattomat, naimisissa olevat, eronneet ja lesket jakautuivat suhteellisen tasaisesti kaikkiin liikuntaryhmiin. Vuonna 1996 naimattomista vastaajista neljäsosa liikkui vähintään kolme kertaa viikossa kun vuonna 2004 vastaavasti puolet. Samoin naimisissa olevat liikkuivat v. 2004 hivenen enemmän kuin v. 1996 vastaajat.

Koulutusta ja liikunta-aktiivisuutta tarkasteltaessa havaittiin, että v. 1996 vähintään kolme kertaa viikossa liikkuvia oli lukion käyneistä 42 prosenttia, ammattikoulun käyneistä 31 prosenttia, peruskoulun käyneistä 29 prosenttia ja akateemisista 17 prosenttia. Peruskoulun käyneistä ja akateemisista puolet oli inaktiiveja. Vuonna 2004 vähintään

kolme kertaa viikossa liikkuvia oli akateemisista 58 prosenttia, peruskoulun käyneistä 39 prosenttia, lukiolaisista 38 prosenttia ja ammattikoulun käyneistä 31 prosenttia. Inaktiiveja oli ammattikoulun käyneistä 38 prosenttia, akateemisista 31 prosenttia ja peruskoulun käyneistä enää 15 prosenttia. Verrattaessa aineistoja niin v. 2004 akateemiset ja peruskoulun käyneet olivat lisänneet liikkumistaan selvästi. Se saattaa olla yhteydessä liikuntaneuvonnan lisääntymiseen maahanmuuttajille.

6.4 Suomessa harrastetut liikuntalajit ja liikunnan esteet

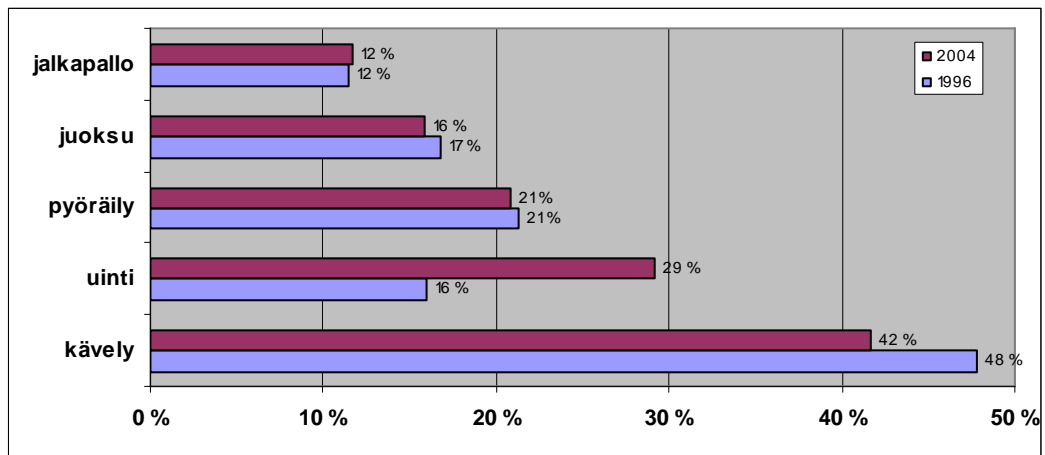
Tarkasteltaessa vuosien 1996 ja 2004 vastaajien Suomessa harrastamia liikuntalajeja ryhmittäin havaittiin, että eniten harrastettiin omatoimista aerobista liikuntaa. Suurin muutos näkyy organisoidun liikunnan vähentymisenä ja omatoimisten pallopelien lisääntymisenä v. 2004. Jakaumat on esitetty kuviossa 13. Vertailu kotimaassa ja Suomessa harrastetuista lajeista ryhmittäin kaikkien vastaajien osalta esitetään kappaleessa 6.5.



Kuvio 13. Suomessa harrastetut yhdistetyt liikuntalajiryhmät vv. 1996 ja 2004

Kuviossa 14 on esitetty erikseen yksittäisistä liikuntalajeista eniten Suomessa harrastetut lajit vuosina 1996 ja 2004 ja vertailtu niitä. Kävelyä harrasteti lähes puolet vuoden 1996 vastaajista ja pyöräilyä viidesosa. Kävely ja uinti olivat suosituimmat vuonna 2004. Verrattaessa yksittäisten liikuntalajien harrastamista kotimaassa (kuvio 7) Suo-

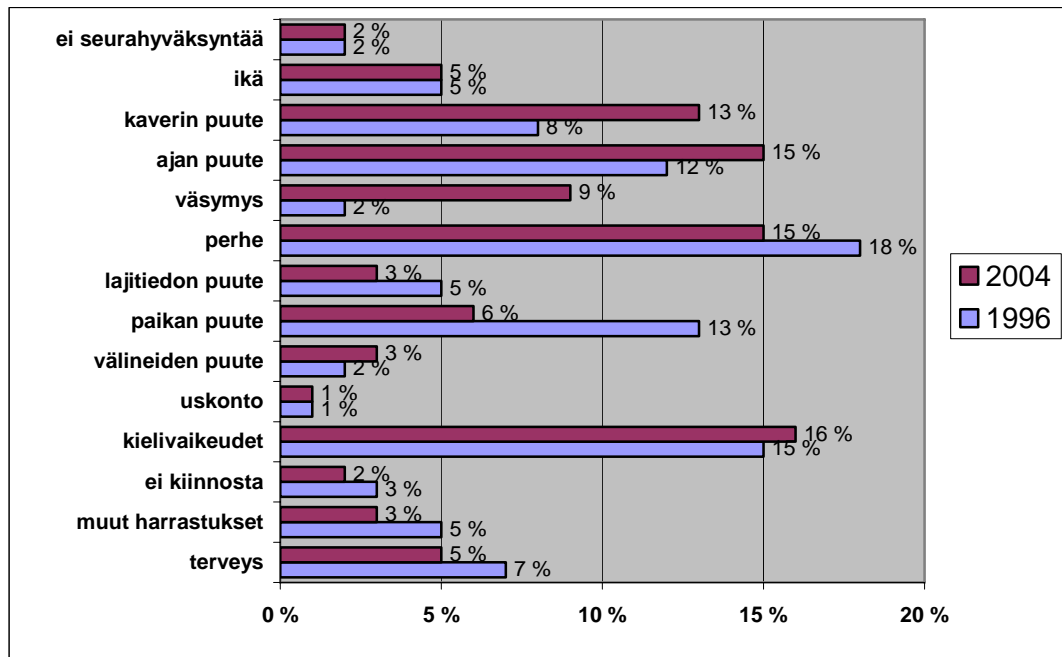
messa (kuvio 14) harrastettuihin lajeihin niin havaittiin, että jalkapallon pelaaminen väheni eniten, ja kävelyn osuus lisääntyi eniten.



Kuvio 14. Suomessa harrastetut yksittäiset liikuntalajit vv. 1996 ja 2004

Liikuntaharrastusta estäviä tekijöitä kysyttiin niiltä, jotka eivät harrasta liikuntaa ja pyydettiin valitsemaan 15 eri vaihtoehdosta kaikki vastaajan liikuntaa estävät tekijät. Osa vastaajista saattoi vastata kysymykseen, vaikka harrasti liikuntaa, koska yli puolet vastaajista vastasi kysymykseen. Vastaajilla saattoi olla jopa neljä erilaista estettä harrastaa liikuntaa ja puolella vastaajista oli kaksi estettä.

Kuviossa 15 nähdään, mitä esteitä liikunnalle Suomessa oli vastaajien mielestä. Vuonna 1996 eniten liikuntaharrastusta estäviä tekijöitä olivat perhe, kieli, tiedon puute liikuntapaikoista ja ajan puute. Vuonna 2004 mainittiin esteiksi kieli, perhe, liikuntakaverin puute ja ajan puute. Verrattaessa vuoden 1996 tuloksia vuoden 2004 tuloksiin niin havaittiin, että väsymys on kasvanut seitsemän prosenttiyksikköä, liikuntakaverin puute viisi prosenttiyksikköä ja ajan puute kolme prosenttiyksikköä. Eniten eli seitsemän prosenttiyksikköä laski tieto liikuntapaikoista. Näitä eroja voi osaltaan selittää se, että liikuntaneuvonta on Turussa saavuttanut maahanmuuttajat. Uskonto ei rajoittanut liikuntaharrastusta kummassakaan aineistossa.



Kuvio 15. Liikuntaa rajoittavat esteet vv. 1996 ja 2004

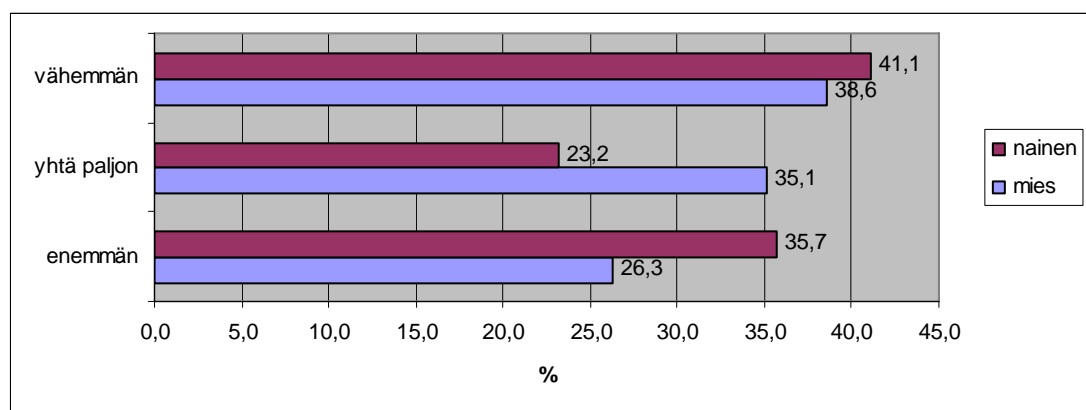
Vastaajilta kysyttiin myös, mitä liikuntalajeja he haluaisivat harrastaa Suomessa. Neljäsosa vastaajista vastasi kysymykseen kummassakin aineistossa, ja lajitoiveet olivat samansuuntaiset. Eniten lajeista toivottiin uintia, aerobicia ja tanssia, hiihtoa, luistelua sekä tennistä. Joukkuepalloneleistä eniten toivottiin jalka-, kori- ja lentopalloa. Oppilaitoksissa toiveet toteutettiin ja tutustuttiin moniin muihinkin lajeihin.

Tarkasteltaessa Suomessa oleskeluajan vaikutusta liikunta-aktiivisuuteen niin v.1996 alle vuoden Suomessa asuneista 76 prosenttia oli inaktiiveja, ja 24 prosenttia liikkui vähintään kolme kertaa viikossa. Oleskeluajan pidetessä vuodesta kolmeen aktiiveja oli 30 prosenttia, yrittäjiä 43 prosenttia ja inaktiiveja 23 prosenttia. Kolmesta viiteen vuotta oleskelleilla liikunnan määrä oli samansuuruista. Yli viisi vuotta oleskelleista aktiiveja oli 25 prosenttia ja inaktiiveja 44 prosenttia. Vuonna 2004 alle vuoden oleskelleista inaktiiveja oli 38 prosenttia ja aktiiveja vastaavasti 28 prosenttia. Vuodesta kolmeen oleskelleista aktiiveja oli 45 prosenttia ja heistä kilpaurheilijoita 17 prosenttia. Kolmesta vuodesta viiteen vuoteen aktiiveja oli 35 prosenttia ja yli viisi vuotta oleskelleista peräti 43 prosenttia ja kilpaurheilijoita heistä oli yhdeksän prosenttia. Verrattaessa aineistoja niin havaittiin, että v. 2004 liikunta-aktiivisuus lisääntyi selvästi oleskeluajan lisääntyessä, kun taas v. 1996 aktiivisuus pysyi samansuuruisena oleskeluajasta riippumatta.

6.5 Kotimaassa ja Suomessa harrastetun liikunnan vertailu

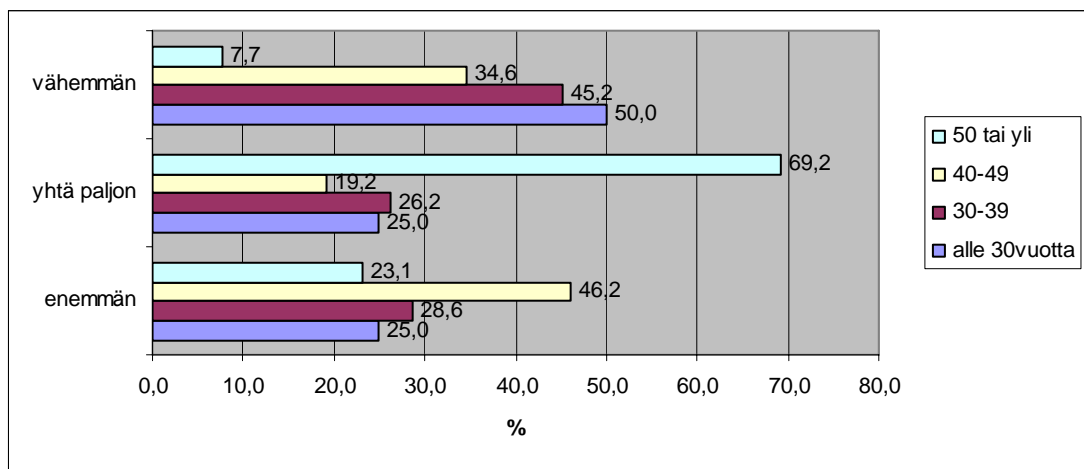
Liikuntaharrastuksen muuttumista siirryttäessä kulttuurista toiseen eli kotimaasta Suomeen tarkastellaan sukupuolen, iän ja uskonnon mukaan ja verrataan tuloksia vastaajien omaan arvioon liikkumisestaan. Lisäksi verrataan liikuntalajeja ryhmittäin. Tarkasteltaessa ensin vuotta 1996 niin koko vastaajajoukon aktiiviliikkujien ja yrittäjien määrät lisääntyivät ja kilpaurheilijoiden ja inaktiivien väheni. Miesten kilpaurheilu väheni 25 prosentista viiteen prosenttiin. Aktiiviliikkujien määrä kasvoi hieman ja yrittäjien kasvoi 19 prosentista 35 prosenttiin. Inaktiiveja oli saman verran 33 prosenttia. Liikkuminen ei sinänsä vähentynyt, vaan kilpaurheileminen väheni. Naisten osalta kilpaurheilu väheni 13 prosentista kahteen prosenttiin. Aktiiviliikkujien määrä kasvoi 14 prosentista 23 prosenttiin ja yrittäjien peräti 16 prosentista 36 prosenttiin. Inaktiivien määrä väheni 57 prosentista 40 prosenttiin. Naisten liikunnassa ei ollut suuria muutoksia.

Miesten oma arvio siitä oliko liikuntaa enemmän, yhtä paljon vai vähemmän kotimaassa kuin Suomessa jakautui melko tasaisesti. Syyt siihen, miksi liikuttiin enemmän, olivat Suomen tarjoamat harrastusmahdollisuudet ja se, että oli myös enemmän aikaa liikkua. Osa liikkui terveytensä vuoksi. Liikunnan vähenemisen syytä olivat mm. perhe, ilmasto, stressi, ajan puute ja harrastusten kalleus. Naiset arvioivat oman liikkumisensa kuitenkin vähentyneen enemmän kuin lisääntyneen. Molemmat sukupuolet arvioivat siis liikunta-aktiivisuutensa vähentyneen, ja ainakin se muuttui. Jakaumat on esitetty kuviossa 16.



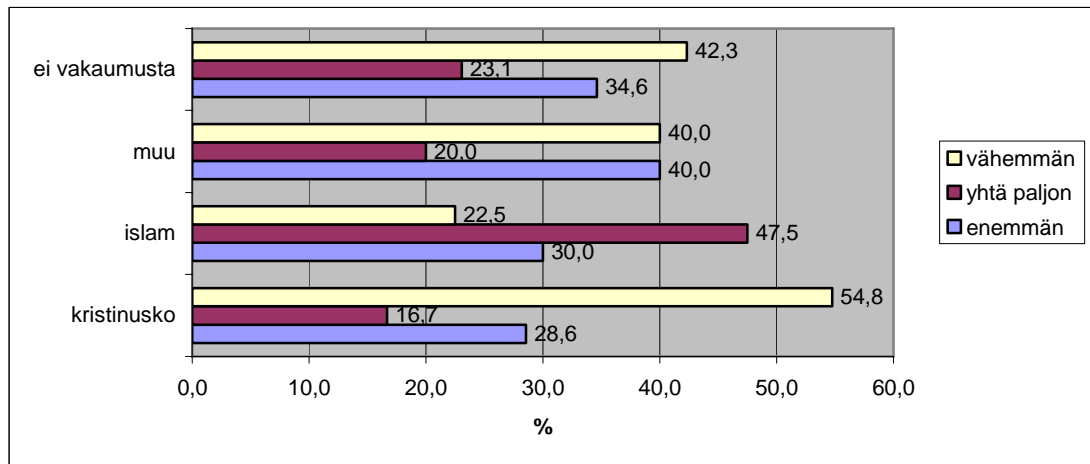
Kuvio 16. Sukupuolen ja liikunta-aktiivisuuden vertailu v. 1996

Iän mukaan tarkasteltuna miesten alle 30-vuotiaiden kilpaurheilu väheni 31 prosentista kuuteen prosenttiin, aktiiviliikkujien ja yrittäjien taas kasvoi hieman. Oman arvion mukaan puolella vastaajista liikunnan määrä väheni. Samoin 30-39-vuotiaiden kilpaurheilu väheni 19 prosentista viiteen prosenttiin. Yrittäjien määrä kasvoi ja inaktiivien väheni. Oman arvion mukaan 45 prosentilla liikunta väheni. Vanhempien ikäryhmien liikunta lisääntyi Suomessa, 40–49-vuotiaista oli puolet kotimaassaan inaktiiveja, mutta Suomessa heistä 70 prosenttia liikkui vähintään yksi tai kaksi kertaa viikossa. Yli 50-vuotiaiden inaktiivisuus väheni 92 prosentista 69 prosenttiin. Molemmat ikäryhmät arvioivat liikuntansa lisääntyneen Suomessa. Jakaumat on esitetty kuviossa 17.



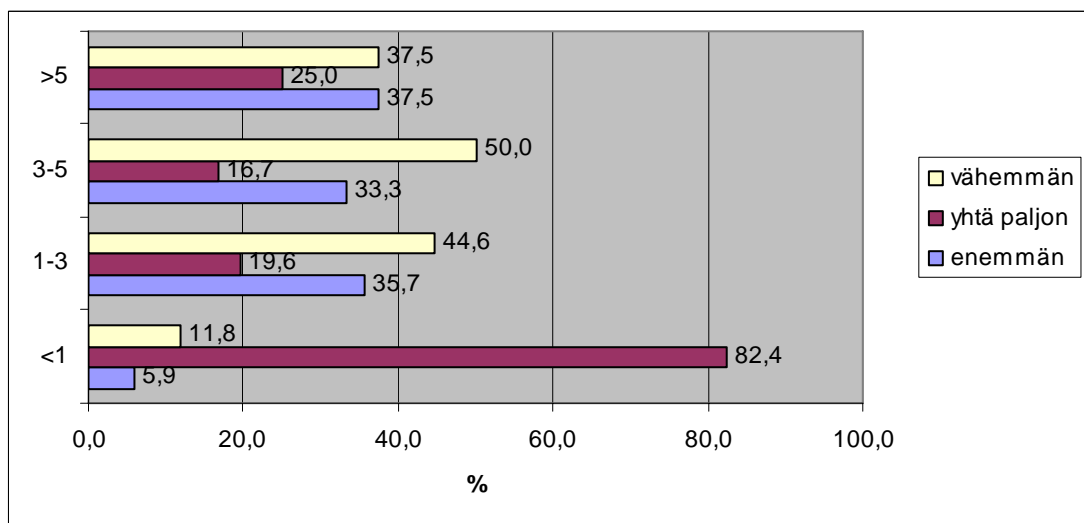
Kuvio 17. Iän ja liikunta-aktiivisuuden vertailu v. 1996

Uskonnon mukaan tarkasteltuna kilpaurheilu väheni kaikilla uskontoryhmillä, mikä on ymmärrettävää, kun siirrytään toiseen maahan ja kulttuuriin. Inaktiivisuus väheni myös eli vastaajista yli puolet liikkui vähintään kerran tai kaksi viikossa. Subjekttiivisen arvion mukaan eniten väheni kristinuskoa tunnustavien ja ei vakaumusta olevien liikunta. Islaminuskoiset ilmoittivat liikkuvansa enemmän tai ainakin yhtä paljon. Arvioinnit on esitetty kuviossa 18. Vastaajien oma arvio oli yhtenevä tulosten kanssa, mutta aineiston pienuuden vuoksi ei voida tehdä yleistyksiä.



Kuvio 18. Uskonnon ja liikunta-aktiivisuuden vertailu v.1996

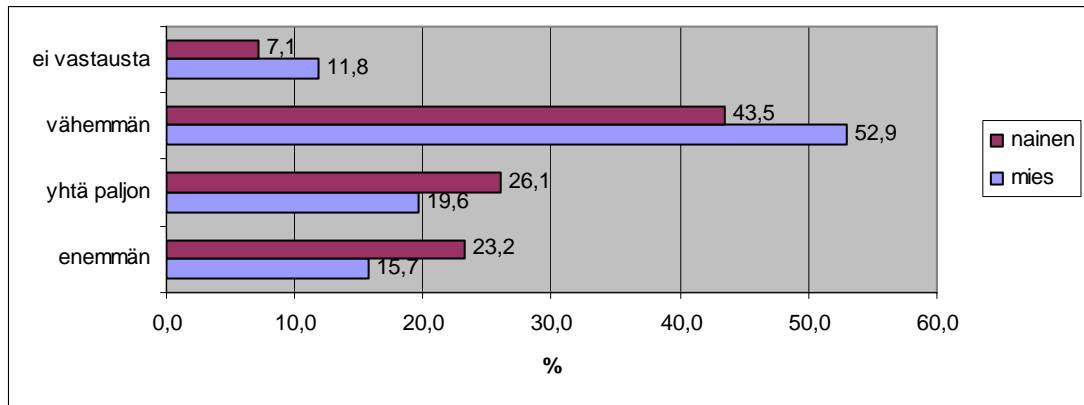
Kuviossa 19 esitetään vastaajien oma arvio liikunta-aktiivisuudestaan verrattuna oleskelu-aikaan Suomessa. Alle vuoden oleskelleet arvioivat yllättävästi liikunta-aktiivisuuden pysyneen samana, ja vastaavasti muut ryhmät arvioivat harrastavansa vähemmän ja eniten ryhmässä kolmesta viiteen vuoteen.



Kuvio 19. Oleskeluajan ja liikunta-aktiivisuuden vertailu v. 1996

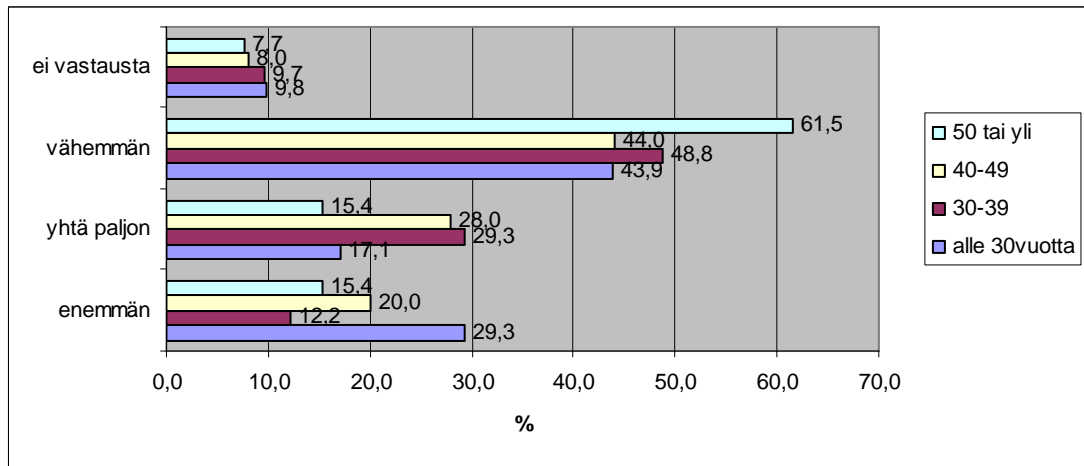
Vastaavat vertailut tehtiin vuoden 2004 osalta. Koko vastaajajoukossa aktiiviliikkujien ja inaktiivien määrä lisääntyi, ja kilpaurheilijoiden ja yrittäjien määrä väheni. Miesten osalta kilpaurheilu väheni 37 prosentista 14 prosenttiin. Aktiiviliikkujien määrä kasvoi 26 prosentista 35 prosenttiin, ja inaktiivien määrä lisääntyi 12 prosentista 24 prosenttiin. Yli puolet heistä arvioi oman liikkumisensa vähentyneen. Naisilla aktiiviliikkujien mää-

rä säilyi samana 28 prosenttia, yrittäjien väheni 41 prosentista 28 prosenttiin ja inaktiivien lisääntyi 20 prosentista 32 prosenttiin. Naisten subjektiiviset arviot olivat hievenen positiivisemmat, kuin mitä tulokset näyttivät mutta suuntaa antavia. Jakaumat on esitetty kuviossa 20.



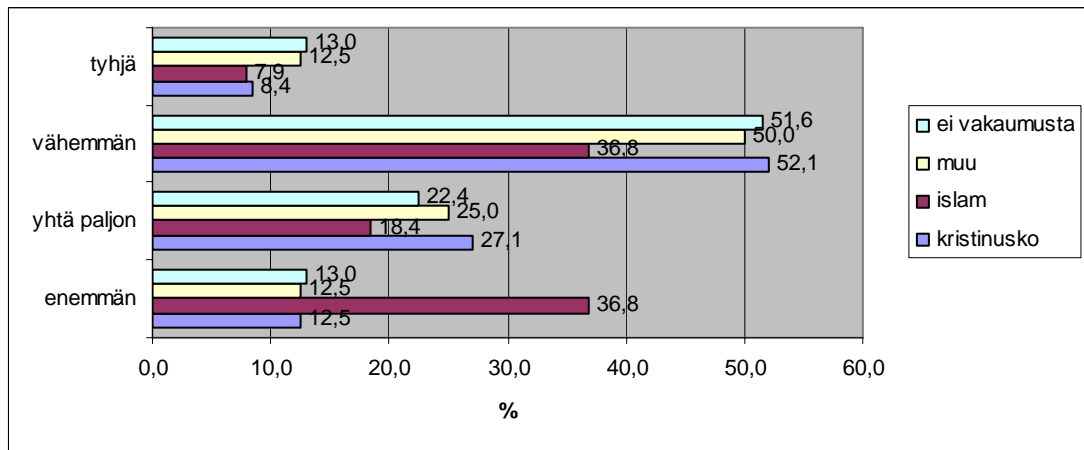
Kuvio 20. Sukupuolen ja liikunta-aktiivisuuden vertailu v. 2004

län mukaan tarkasteltuna miesten alle 30-vuotiaiden kilpaurheilu väheni 22 prosentista 10 prosenttiin, aktiiviliikkujien kasvoi 27 prosentista 34 prosenttiin. Yrittäjien taas väheni hieman. Oman arvion mukaan 44 prosentilla vastaajista liikunnan määrä väheni. Samoin 30-39-vuotiaiden kilpaurheilu väheni 15 prosentista viiteen prosenttiin. Yrittäjien määrä kasvoi ja inaktiivien väheni n. 10 prosenttia. Oman arvion mukaan 49 prosentilla liikunta väheni. Vanhempien ikäryhmien liikunta lisääntyi Suomessa, 40–49-vuotiaista oli 32 prosenttia kotimaassaan inaktiiveja, mutta Suomessa heistä 64 prosenttia liikkui vähintään yksi tai kaksi kertaa viikossa. Yli 50-vuotiaiden inaktiivisuus lisääntyi seitsemän prosenttia ja aktiiviliikkujien määrä kasvoi 31 prosentista 46 prosenttiin. Heistä oli ollut kilpaurheilijoita 23 prosenttia. Kaikki ikäryhmät arvioivat liikuntansa vähentyneen Suomessa ja sitä analyysitkin osoittivat. Kaikilla ikäryhmillä inaktiivisuus lisääntyi ja kilpaurheilu väheni. Jakaumat on esitetty kuviossa 21.



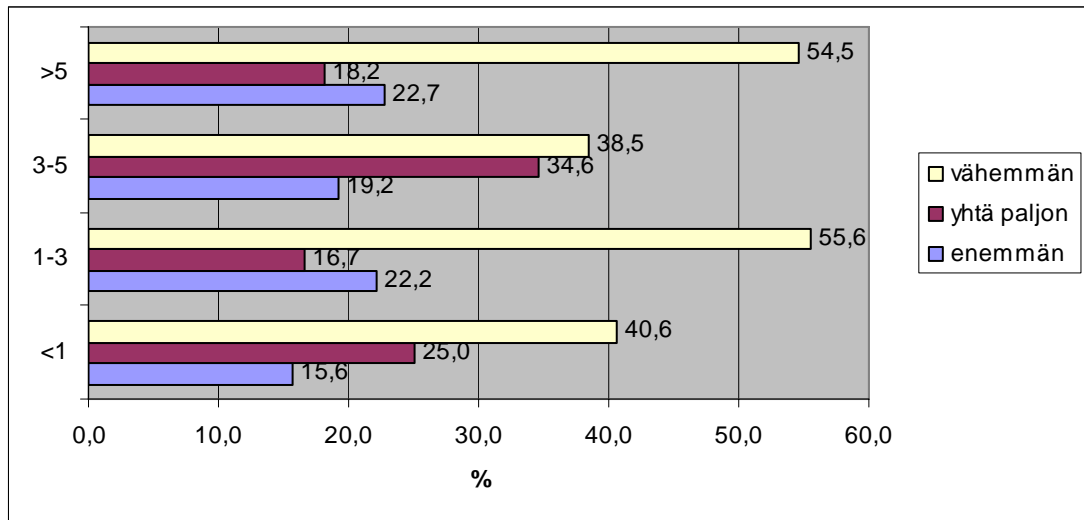
Kuvio 21. Iän ja liikunta-aktiivisuuden vertailu v. 2004

Uskonnon mukaan tarkasteltuna kilpaurheilu väheni kaikilla uskontoryhmillä mutta vähiten islaminuskoisilla. Inaktiivisuus lisääntyi Suomessa. Islaminuskoisista 10 prosenttia ja muista kolmannes ei harrastanut liikuntaa. Oman arvion mukaan eniten väheni kristinuskoa tunnustavien ja ei vakaumusta olevien liikunta. Islaminuskoisista yli kolmannes arvioi liikuntansa lisääntyneen ja samoin kolmannes vähentyneen (vrt. Kuvio 12.).



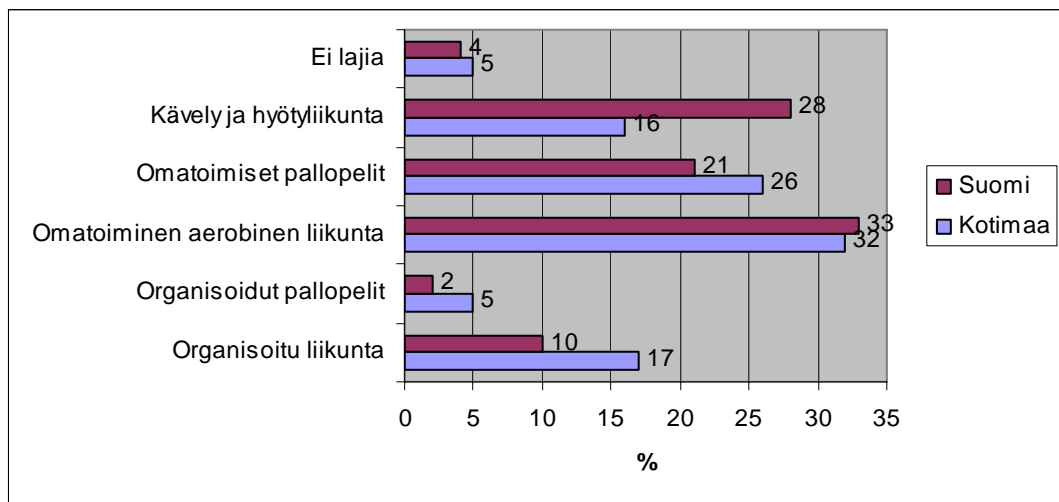
Kuvio 22. Uskonnon ja liikunta-aktiivisuuden vertailu v. 2004

Kuviossa 23 esitetään vastaajien oma arvio liikunta-aktiivisuudestaan verrattuna oleskelu-aikaan Suomessa. Kaikki ryhmät arvioivat liikkuvansa selvästi vähemmän kuin kotimaassa.

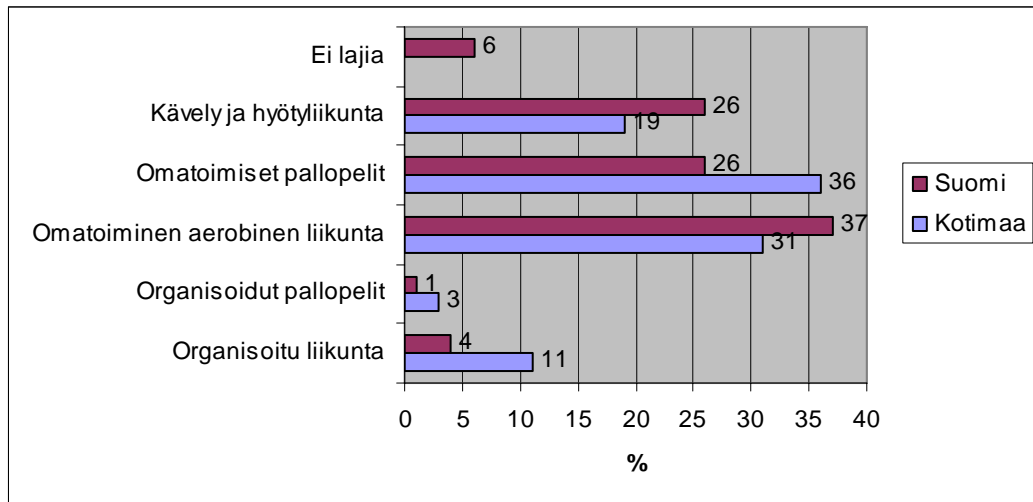


Kuvio 23. Oleskeluajan ja liikunta-aktiivisuuden vertailu v. 2004

Kuvioissa 24 ja 25 verrataan liikuntalajiryhmien osalta kotimaata ja Suomea eri aineistojen osalta. Harrastetut määrät ovat hyvin samansuuntaiset ja suuruiset, joten mitään merkittävää ero ei ole.

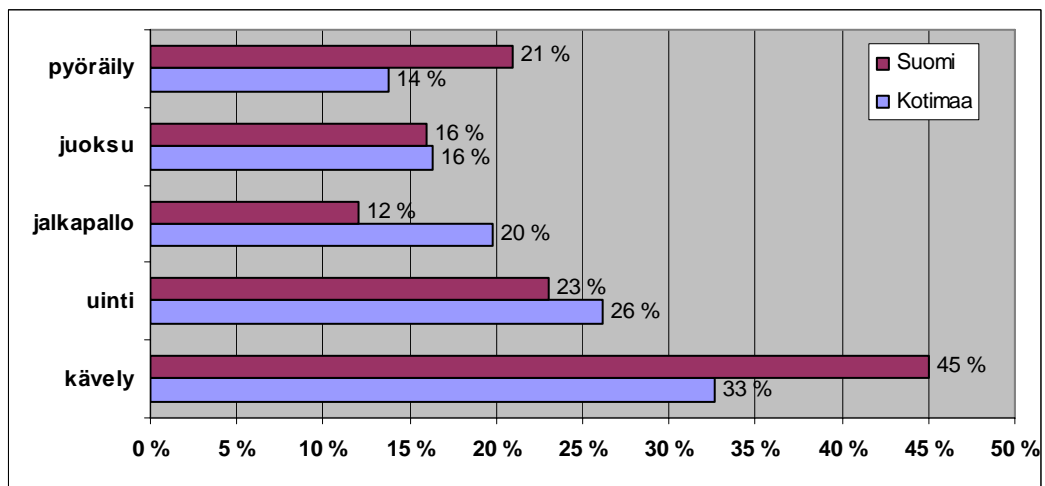


Kuvio 24. Liikuntalajiryhmien vertailu kotimaassa ja Suomessa v.1996



Kuvio 25. Liikuntalajiryhmien vertailu kotimaassa ja Suomessa v. 2004

Kuviossa 26 on kuvattu koko aineiston vastaajien suosituimmat liikuntalajit kotimaassa ja Suomessa. Kävely oli suosituin liikuntalaji sekä kotimaassa että Suomessa ja sen osuus kasvoi jopa 12 prosenttia. Lähes puolet vastaajista harrasti kävelyä. Pyöräily oli toinen laji minkä harrastus lisääntyi Suomessa ja sen osuus kasvoi seitsemän prosenttia. Uinnin ja juoksun harrastusmäärät laskivat hieman. Eniten kuitenkin väheni jalkapallon pelaaminen eli peräti kahdeksan prosenttia. Kuvioista voi nähdä, että tietynlainen lajisuuskollisuus säilyy kuitenkin siirryttäessä kulttuurista toiseen ja muutokset johtunevat enemmänkin ympäristötekijöistä kuin yksilöistä.

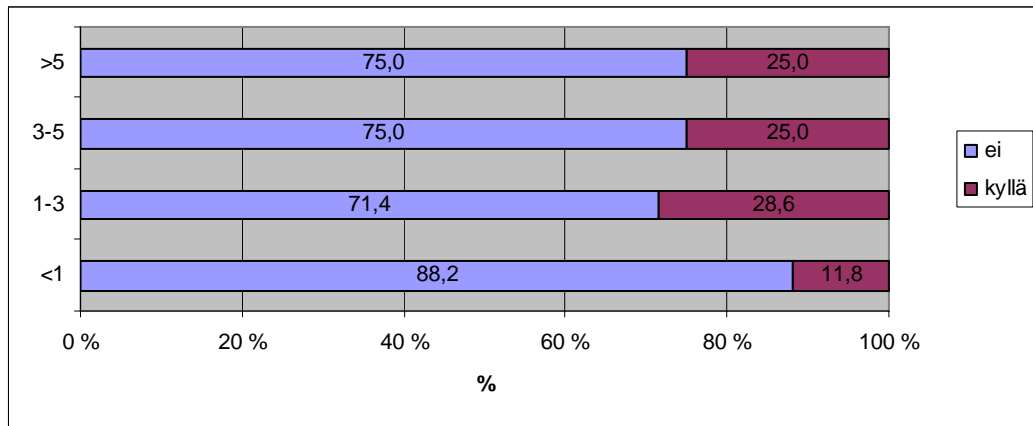


Kuvio 26. Suosituimmat liikuntalajit kotimaassa ja Suomessa vv. 1996 ja 2004

6.6 Liikunta ja sosiaaliset suhteet Suomessa

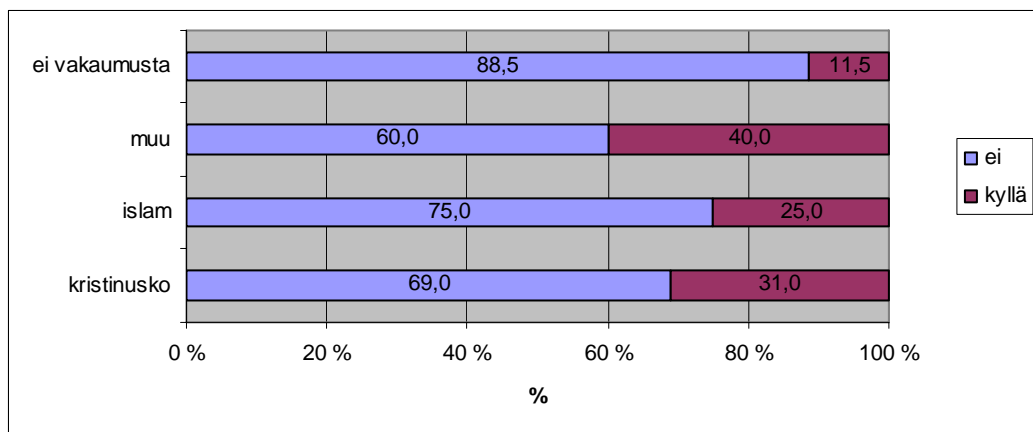
Sosiaalisten suhteiden ja liikuntaharrastusten välistä suhdetta tarkasteltiin kysymyksillä, joilla vastaaja arvioi ystäväystymistä suomalaisten kanssa ja keiden kanssa hän yleensä harrastaa liikuntaa. Suomalaisten ystävien saamisen helppoutta tai vaikeutta kysyttiin viisiasteikkoisella luokittelulla. Tarkasteltaessa ensin v. 1996 aineistoa niin havaittiin, että vastaajista kaksi prosenttia piti ystäväystymistä erittäin helppona ja yhdeksän prosenttia erittäin vaikeana, 20 prosenttia helppona, 28 prosenttia vaikeana sekä ei osannut sanoa 39 prosenttia. Miesten oli hieman helpompi tutustua kuin naisten. Miehistä 4 prosenttia piti ystäväystymistä erittäin helppona, 21 prosenttia helppona, 40 prosenttia ei osannut sanoa, vaikeana 28 prosenttia ja 5 prosenttia erittäin vaikeana. Naisista 13 prosenttia piti ystäväystymistä erittäin vaikeana. Kysymykseen, saatiinko liikuntaharrastusten kautta ystäviä, vastasi 25 prosenttia vastaajista kyllä, miehistä 35 prosenttia ja naisista 14 prosenttia. Eniten kyllä vastauksia antoivat 30-39-vuotiaat 31 prosenttia. Yhtään ystävää liikunnan avulla eivät saaneet yli 50-vuotiaat. Lähi-idästä tulleet eivät saaneet yhtään ystävää. Venäjältä tulleista sai ystäviä liikunnan avulla seitsemän prosenttia, muualta Euroopasta tulleista 38 prosenttia ja muualta maailmasta 67 prosenttia. Muiden vapaa-ajan harrastusten avulla ystäväystyi 39 prosenttia vastaajista.

Kuviossa 27 tarkastellaan oleskeluajan pituuden ja liikuntaharrastusten kautta saatujen ystävien määrää. Kaikkein vaikeinta oli ollut ymmärrettävästi niillä vastaajilla, jotka olivat olleet Suomessa alle vuoden, ja heistä 76 prosenttia ei harrastanut liikuntaa. Liikuntaharrastusaktiivisuus lisääntyi, kun oli oleskeltu Suomessa vuodesta kolmeen vuoteen ja täten myös ystäväystyminen helpottui kontaktien lisääntymisen myötä. Vielä viiden oleskeluvuoden jälkeenkin ystävyys-suhteita syntyi vain neljäsosalla vastaajista.



Kuvio 27. Oleskeluaika ja ystävyystyminen liikuntaharrastusten kautta v.1996

Kuviossa 28 tarkastellaan uskonnon ja liikuntaharrastusten kautta saatujen ystävien määrää. Uskonnolla ei ollut todennäköisesti vaikutusta vaan sillä, miten usein harrastettiin liikuntaa. Kristinuskoa tunnustavat ja muihin uskontokuntiin kuuluvat harrastivat enemmän kuin ei vakaumusta olevat ja islaminuskoiset, ja he myös saivat enemmän ystäviä liikunnan kautta.

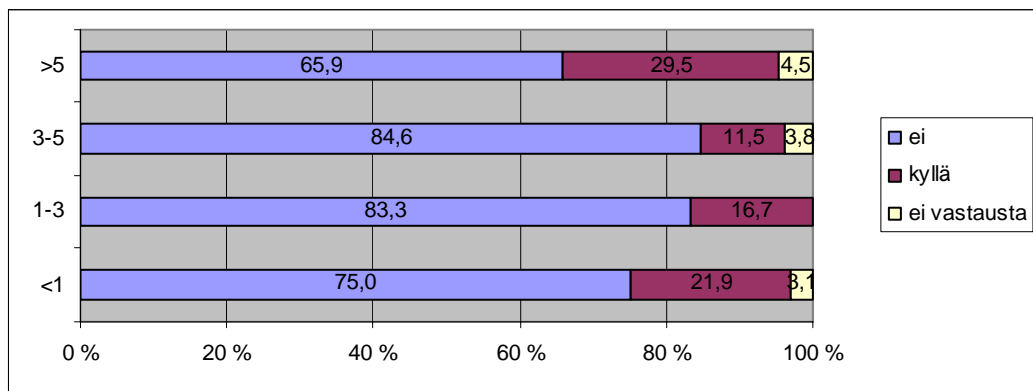


Kuvio 28. Uskonto ja ystävyystyminen liikuntaharrastusten kautta v.1996

Tarkasteltaessa v. 2004 aineistoa niin vastaajista kolme prosenttia piti ystävyystymistä erittäin helppona ja kahdeksan prosenttia erittäin vaikeana, 13 prosenttia helppona, 47 prosenttia vaikeana sekä ei osannut sanoa 26 prosenttia. Miesten ja naisten oli yhtä vaikeaa saada suomalaisia ystäviä. Miehistä 8 prosentilla oli erittäin vaikeaa saada ystäviä ja vaikeaa peräti 45 prosentilla. Naisista vastaavasti erittäin vaikeaa oli 9 prosentilla ja vaikeaa 49 prosentilla. Kysymykseen, saatiinko liikuntaharrastusten kautta ystäviä, vastasi 22 prosenttia vastaajista kyllä, miehistä 29 prosenttia ja naisista 16 prosenttia. Eniten kyllä vastauksia antoivat alle 30-vuotiaat. Venäjältä tulleet eivät saaneet yhtään ys-

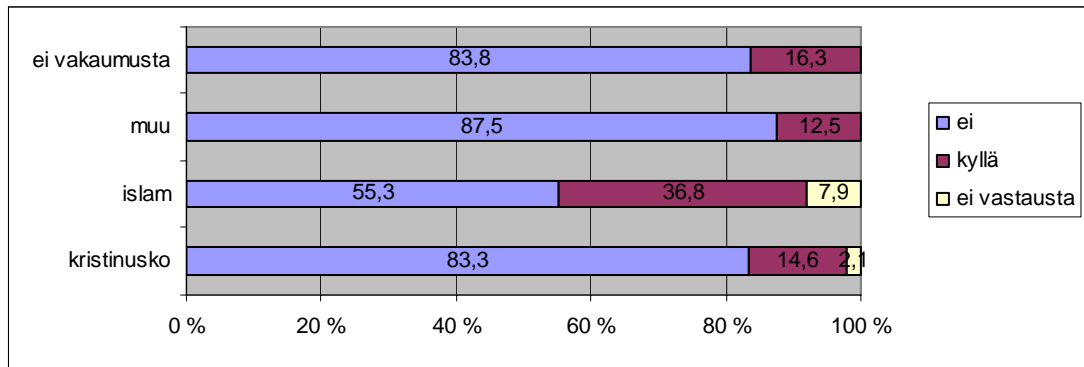
tävää. Lähi-idästä ja muualta Euroopasta tulleista 31 prosenttia sai ystäviä. Muiden vapaa-ajan harrastusten avulla ystäväystyi suomalaisten kanssa 22 prosenttia.

Kuviossa 29 tarkastellaan oleskeluajan pituuden ja liikuntaharrastusten kautta saatujen ystävien määrää. Alle vuoden Suomessa olleista vastaajista joka viides sai ystäviä liikuntaharrastusten kautta, vaikka heidän liikunta-aktiivisuutensa oli kaikista vähäisin verrattuna kauemmin maassa olleisiin. Vuodesta kolmeen ja kolmesta viiteen vuoteen Suomessa oleskelleet harrastivat paljon liikuntaa, mutta he eivät saaneet ystäviä liikunnan avulla. Yli viisi vuotta maassa olleista kolmasosa liikkui aktiivisesti ja sai myös ystäviä eniten.



Kuvio 29. Oleskeluaika ja ystäväystyminen liikuntaharrastusten kautta v. 2004

Kuviossa 30 tarkastellaan uskonnon ja liikuntaharrastusten kautta saatujen ystävien määrää. Uskonnolla ei todennäköisesti tässäkään aineistossa ollut yhteyttä ystäväystymiseen vaan sillä, miten usein harrastettiin liikuntaa. Kristinuskotaustaiset ja muihin uskontokuntiin kuuluvat harrastivat liikuntaa suhteellisen vähän, eivätkä he saaneet ystäviä sitä kautta. Ei vakaumusta olevat harrastivat liikuntaa paljon, mutta eivät ystäväystyneet. Islaminuskoiset liikkuvat kaikkein eniten ja saivat myös eniten ystäviä.



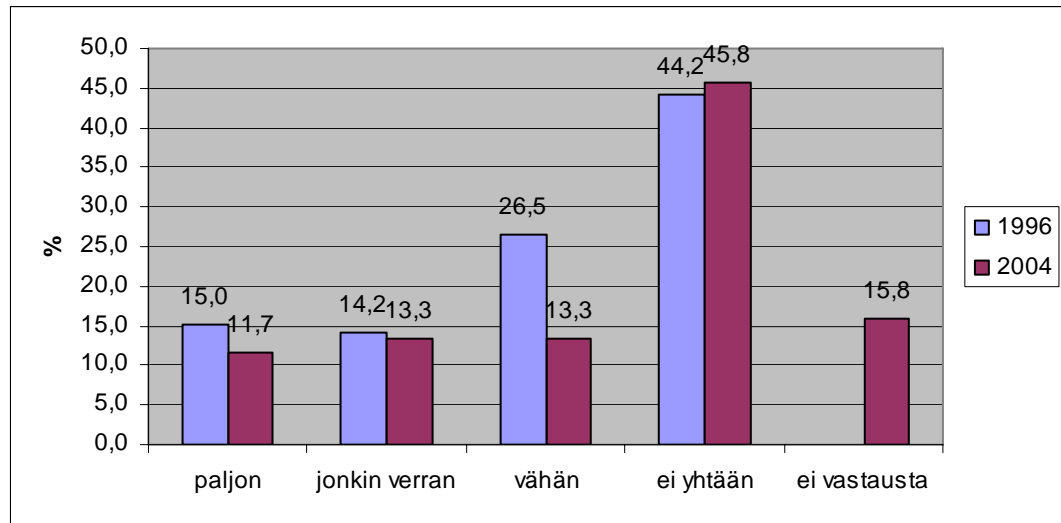
Kuvio 30. Uskonto ja ystävyystyminen liikuntaharrastusten kautta v. 2004

Vuoden 1996 ja 2004 vastaajien välillä oli selviä eroja. Vuonna 2004 puolet vastaajista ilmoitti ystävien saamisen olevan vaikeaa. Miehillä oli vaikeampaa saada ystäviä liikunnan kautta kuin aikaisemmassa aineistossa. Vuonna 1996 oleskelunajan vaikutus oli realistinen liikunnan kautta saatuihin ystäviin eli mitä kauemmin sen enemmän ystäviä. Mutta v. 2004 alle vuoden ja yli viisi vuotta olleet olivat saaneet enemmän ystäviä kuin muut. On muistettava, että vastaajat olivat eri henkilöitä aineistoissa ja maahanmuuttajat eri maista ja uskontokunnista, joten tulokset vaihtelevat. Tulosten perusteella uskonto ei näytä olevan este liikuntaharrastuksille.

Kenen tai keiden kanssa sitten liikuntaa harrastetaan? Vastaajien tuli subjektiivisesti arvioida liikkuko oman maan kansalaisten, muiden ulkomaalaisten, suomalaisten kanssa vai liikkuko yksin ja kuinka paljon. Asteikko oli paljon, jonkin verran, vähän, ei yhtään. Tarkastellaan vuosia 1996 ja 2004 vertaillen koko aineiston suhteen, mutta ensin erikseen.

Vuonna 1996 liikunta oman maan kansalaisten kanssa jakautui luokkiin tasaisesti. Suurin vastausmäärä oli luokassa vähän 28 prosenttia; miehistä 35 prosenttia vähän ja naisista 21 prosenttia. Muitten ulkomaalaisten kanssa ei liikkunut yhtään 56 prosenttia; miehistä 46 prosenttia ja naisista 66 prosenttia. Yksin liikuttiin paljon 31 prosenttia; miehistä 26 prosenttia ja naisista 36 prosenttia. Suomalaisten kanssa ei liikkunut yhtään 44 prosenttia; miehistä 35 prosenttia ja naisista 54 prosenttia. Vastaavasti paljon suomalaisten kanssa liikkuvia oli 15 prosenttia; miehistä 18 prosenttia ja naisista 13 prosenttia. Liikuntakaverijärjestys oli yksin, oman maan kansalaisten, suomalaisten ja muiden ul-

komaalaisten kanssa. Kuviossa 31 kuvataan jakaumia ystäväystymisestä suomalaisten kanssa vuosina 1996 ja 2004.



Kuvio 31. Ystäväystyminen suomalaisten kanssa liikuntaharrastusten avulla vv. 1996 ja 2004

Vuonna 2004 liikunta oman maan kansalaisten kanssa jakautui myös tasaisesti eri luokkiin. Eniten vastauksia tuli luokkaan ei yhtään 32 prosenttia; miehistä 28 prosenttia ja naisista 35 prosenttia. Muitten ulkomaalaisten kanssa ei liikkunut yhtään 39 prosenttia; miehistä 29 prosenttia ja naisista 46 prosenttia. Yksin liikkui paljon 27 prosenttia; miehistä 20 prosenttia ja naisista 32 prosenttia. Suomalaistenkaan kanssa ei liikutu yhtään 46 prosenttia; miehistä 39 prosenttia ja naisista 51 prosenttia. Vastaavasti paljon suomalaisten kanssa liikkuvia oli 12 prosenttia; miehistä 14 prosenttia ja naisista 10 prosenttia. Liikuntakaverijärjestys oli sama kuin v. 1996 eli yksin, oman maan kansalaisten kanssa, suomalaisten ja muiden ulkomaalaisten kanssa.

Aineistoja vertailtaessa maahanmuuttajat liikkuvat paljon yksin ja toiseksi eniten oman maan kansalaisten kanssa. Sosiaalinen kanssakäyminen tuntui vähenevän v. 2004 ja ei liikutu paljon kenenkään kanssa. Naisetkaan eivät enää liikkuneet oman maan kansalaisten kanssa vaan mieluummin yksin. Liikuntaharrastusaktiivisuuskin väheni joten sosiaalisten suhteiden luominen liikunnan avulla on vaikeaa. Aineistojen pienuuden vuoksi eivät tulokset ole yleistettävissä.

6.7 Liikuntaneuvonnan saatavuus ja tarve

Liikuntaneuvontakysymyksissä tiedusteltiin, kuinka paljon ja mistä maahanmuuttajat olivat saaneet tietoa paikkakunnalla järjestettävästä liikuntatoiminnasta sekä minkälaista tietoa he haluaisivat. Vuoden 1996 vastaajista 35 prosenttia oli saanut vähän tietoa; miehistä 40 prosenttia ja naisista 29 prosenttia. Erittäin vähän tietoa oli saanut 24 prosenttia, miehistä 21 prosenttia ja naisista 27 prosenttia. Erittäin paljon tai paljon tietoa sai vastaajista 13 prosenttia. Oleskeluajan ja tiedon määrää verrattaessa tieto lisääntyi oletetusti oleskeluajan pituuden mukaan. Alle vuoden Suomessa olleista 70 prosenttia oli saanut vähän tai erittäin vähän tietoa ja loput eivät osanneet vastata. Erittäin paljon ja paljon tietoa olivat saaneet vuodesta kolmeen oleskelleista 14 prosenttia, kolmesta viiteen vuotta 17 prosenttia ja yli viisi vuotta oleskelleet 19 prosenttia. Tietoa oli saatu eniten oman maan kansalaisilta 32 prosenttia, toiseksi suomalaisilta ystäviltä 16 prosenttia, kolmanneksi lehdistä ja ulkomaalaisilta ystäviltä sekä oppilaitoksista seitsemän prosenttia. Turun kaupungin silloisen liikuntaviraston informaatio oli tavoittanut vain neljä prosenttia maahanmuuttajista. Vastaajista 36 prosenttia halusi perustietoa liikunta-paikoista ja hinnoista, 23 prosenttia halusi tarkempaa tietoa lajeista ja seuroista, yhdeksän prosenttia ei halunnut tietoa ja 45 prosenttia ei osannut sanoa.

Vuoden 2004 vastaajista 33 prosenttia oli saanut vähän tietoa; miehistä 33 prosenttia ja naisista 32 prosenttia. Erittäin vähän tietoa oli saanut 17 prosenttia, miehistä kahdeksan prosenttia ja naisista 23 prosenttia. Erittäin paljon tai paljon tietoa sai vastaajista 28 prosenttia. Naisista jopa seitsemän prosenttia sai erittäin paljon tietoa. Oleskeluajan ja tiedon määrää verrattaessa tieto lisääntyi oletetusti oleskeluajan pituuden mukaan. Erittäin paljon ja paljon tietoa olivat saaneet alle vuoden oleskelleet 19 prosenttia, vuodesta kolmeen 22 prosenttia, kolmesta viiteen vuotta 28 prosenttia ja yli viisi vuotta olleet 36 prosenttia. Tietoa oli saatu eniten oman maan kansalaisilta 22 prosenttia, toiseksi eniten internetistä ja lehdistä 16 prosenttia, kolmanneksi suomalaisilta ystäviltä 15 prosenttia sekä oppilaitoksista 13 prosenttia. Liikuntapalvelukeskuksen informaatio tavoitti nyt viisi prosenttia vastaajista. Maahanmuuttajista 17 prosenttia halusi perustietoa liikunta-paikoista ja hinnoista, kahdeksan prosenttia halusi tarkempaa tietoa lajeista ja seuroista, 23 prosenttia ei halunnut tietoa ja puolet ei osannut sanoa.

Tiedon saatavuus oli lisääntynyt selvästi kahdeksan vuoden aikana. Internetin välityksellä tiedon saanti oli helpottunut huomattavasti, ja Turun kaupungin Liikuntapalvelukeskus oli markkinoinut palvelujaan hyvin. Liikuntaneuvonta saavutti miehet hivenen paremmin ja vuoden 2004 vastaajista kolmasosa oli saanut paljon ja riittävästi tietoa.

6.8 Liikuntakulttuurin yhtäläisyydet ja erot sekä sopeutuminen

Liikunnan ja urheilun harrastamisen edellytykset vaihtelevat maapallon eri alueilla. Köyhyyden, nälän, sotien ja ympäristökatastrofien runtelemilla alueilla ei ensimmäisenä tule mieleen liikunnan harrastaminen. Maailmanlaajuinen epätasapaino heijastuu myös liikuntakulttuurien sisälle.

Maahanmuuttajilta tiedusteltiin avoimilla kysymyksillä oman maan liikuntakulttuurista ja suosituimmista liikuntaharrastuksista. Liikunnan kieli on kansainvälistä ja tämä näkyy vastauksissa. Kaikkialla harrastetut eri liikuntalajit ovat pitkälti samoja kuin suomalaistenkin harrastamat lajit. On kävelyä, juoksua, pyöräilyä, erilaisia pallopelejä paljon, uidaan ja voimistellaan. Suosituin laji maailmassa on jalkapallo, lajien kuningas. Vastauksista nousivat esille pallopeleistä jalkapallon lisäksi koripallo ja käsipallo, mailapeleistä tennis ja pöytätennis.

Maahanmuuttajilta tiedusteltiin myös, minkälaista liikuntaa suomalaiset heidän mielestään harrastavat ja mitkä ovat suosittuja lajeja. Vastuksista selvästi erottuivat jääkiekko, mäkihyppy ja autourheilu. Näitähän suomalaiset eivät laajasti harrasta, vaan median ja penkkiurheilun merkitys näkyi vastauksissa. Mainittiin myös koko kansan lajeja, juoksu, uinti, pyöräily ja tietenkin talvilajit hiihto ja luistelu. Samoin sauvakävelyn suosio huomattiin, ja vähän ihmeteltiin sitä.

Suomen ja oman maan liikuntatapojen ja liikuntakulttuurin vertailussa nousi selkeästi esille ilmaston vaikutus ja liikuntaharrastusten kalleus. Monien mielestä Suomi tarjoaa hyvät ja paremmat mahdollisuudet liikunnan harrastamiselle kuin oma maa. Vastaajista 17 prosenttia sekä miehistä että naisista v. 1996 oli sitä mieltä että eroja liikunnan harrastamisessa ei ollut. Kolmasosa vastaajista ei osannut sanoa tai selittää eroja. Liikunnan harrastamisen kalleuden mainitsi viidesosa vastaajista. Sukupuolten välillä ei vasta-

uksissa ollut eroja. Oleskeluaika vaikutti siten, että alle vuoden Suomessa olleista 59 prosenttia mainitsi kustannusten kalleuden liikuntalajien harrastamisessa. Vuodesta kolmeen oleskelleista 43 prosenttia ei osannut sanoa eroja. Kolmesta viiteen vuotta olleet näkivät erot mahdollisuuksissa harrastaa eri lajeja vuodenaikojen mukaan. Yli viisi vuotta olleista kolmasosa ei enää havainnut eroja liikuntatavoissa. Maahanmuuttajat ilmoittivat useita syitä Suomen ja kotimaan liikuntakulttuurin erilaisuuteen. Seuraavassa esitetään muutamia autenttisia vastaajien nimeämiä syitä vuodelta 1996:

Filippiiniläinen nainen: *Suomessa on kallis. Minun kotimani ei tarvitse mitään koska ulkona on ihana ilma.*

Venäläinen nainen: *Venäjällä ei ole paljon uimahalia, kaupungissa ei ole pyörän tieta, vähän urheilukeskusta, metsässä ei ole kuntopolkua. Vähän tennis kenttia. Suomessa on enemmän kuntosalia.*

Virolainen nainen: *Tallinnassa nummen metsässä kuntorata valoton, Suomessa Turussa Varissuon kuntorata valaistu.*

Iranilainen nainen: *Ei ole orheilua Iranissa.*

Kiinalainen nainen: *Skiing and ice honky sports are games in Finland. Pöytätennis and hand ball are games in China.*

Kazahstanilainen nainen: *Oli eroja mutta en muista konkreettisesti.*

Venäläinen mies: *Venäjällä on kovempi harrasta. Kovat valmentajat.*

Albanialainen mies: *Urheilu on sama, mutta eroa on että Suomessa pidetään enemmän talvi-urheilua minun kotimani ovat kesäurheilulajeja.*

Pohjois-irlantilainen mies: *Oman maani kanustaa liikunta enemän kuin Suomi. Esim. urheilukeskusta antavat pienentää hintaa työmetömöseen ihmisiin.*

Turkkilainen mies: *Suomessa on kylmä, koko aika urhejlukenta sisällä urhejlija. Turkissa on kuuma ulkona urhejlija ei ongelmia tule ei rahaa.*

Tunisialainen mies: *Ei ole sama minun massa siki minun massa minä en maksa mitään mitä minä tarvi jos minä haluan pela (sport) mutta Suomesa minä tavisen maksa kaikki itse.*

Ranskalainen mies: *Se on kulttuurin erotus. Ranskassa jos sinä harrastat liikuntaa sinulla ei ole mitaan päässänsä. Se on väärin mutta totta.*

Kalifornialainen mies: *Liian suuri kysymys.*

Vuonna 2004 vastaajista 10 prosenttia oli sitä mieltä, että eroja liikunnan harrastamisessa ei ollut, miehistä kuusi ja naisista 13 prosenttia. Vastaajista 37 prosenttia ei osannut sanoa tai selittää eroja. Liikunnan harrastamisen erilaiset mahdollisuudet mainitsi 30 prosenttia vastaajista. Sukupuolten välillä ei vastauksissa ollut eroja. Oleskeluaika vaikutti siten, että alle vuoden Suomessa olleista 50 prosenttia ei osannut sanoa eroja. Vuodesta kolmeen ja kolmesta viiteen vuoteen oleskelleista 28 prosenttia näki erot mahdollisuuksissa harrastaa eri lajeja vuodenaikojen mukaan ja 45 prosenttia ei osannut sanoa eroja. Yli viisi vuotta Suomessa olleista 70 prosenttia mainitsi liikuntatarjonnan monipuolisuuden positiivisena puolena ja kalliit kustannukset negatiivisena. Seuraavassa esitetään muutamia autenttisia vastaajien esittämiä syitä vuodelta 2004:

Kolumbialainen nainen: *Maassani harrastetaan liikunta omaan henkisen ja hyvinvoinnin takia, täällä ulkonäön takia.*

Iranilainen nainen: *Tällä todella enemmän ja naisellä vapampi kuin oma maa.*

Bosnialainen nainen: *Bosniassa vanha yli 30 eivät liku mutta suomalaiset vanha liikkuva paljon.*

Etiopialainen nainen: *Ero on suomalaiset kävelevät luontolle enemmän kun etiopialaiset.*

Violainen nainen: *Sauvakävely näytti alussa oudolta. Suomessa mielestäni harrastetaan liikuntaa enemmän, jopa iäkkäät ihmiset liikkuvat mielellään.*

Romanilainen nainen: *Suomessa on enemmän urheilu paikoja kuin Romaniassa ja meillä ei ole niin tärkeä talven urheilut kuin suomalaisille.*

Italialainen mies: *Suomessa parempi luonto ja ilma auttavat ja antavat inspiraatio.*

Ruotsalainen mies: *Se on sama mutta ruotsilla on enemä jalkapallo.*

Palestiinalainen mies: *Suomessa minä en tiedä missä kaikki pelat ovat.*

Sveitsiläinen mies: *Voi olla että tällä liikunta on tärkeämpi kun kotimassa.*

Irakilainen mies: *Uskonto vaikuta ei mahdollisuuksia, politiikka vaikuta, suomalainen liiku enemmän.*

Itävaltalainen mies: *Ihmeset (depressivi), ei vuori.*

Englantilainen mies: *Weather, saunas, seasons.*

Liikuntakulttuurissa näyttää olevan eroja erityisesti ilmaston takia. Myös tietyt lajit määrittävät liikuntakulttuurin suuntaa. Vastaajat myöntävät harrastusmahdollisuuksia

olevan enemmän Suomessa, mutta toisaalta pitävät harrastamista kalliimpina kuin kotimaassaan. Liikunnan asemaa Suomessa pidetään myös tärkeämpänä kuin kotimaassa.

Viimeisenä avoimena kysymyksenä oli, oletko mielestäsi sopeutunut suomalaiseen yhteiskuntaan. Vuoden 1996 vastaajista vastasi yksinkertaisesti kyllä 57 prosenttia, miehistä 61 ja naisista 52 prosenttia. Sopeutumattomia oli yhdeksän prosenttia, miehistä seitsemän ja naisista 11 prosenttia. Ei osannut sanoa oli 19 prosenttia, miehistä 14 ja naisista 23 prosenttia. Oleskeluaika vaikutti siten, että alle vuoden olleista jopa 71 prosenttia vastasi kyllä. Vuodesta kolmeen oleskelleista 52, kolmesta viiteen 54 ja yli viisi vuotta 63 prosenttia vastasi sanalla kyllä. Muutamia autenttisia mielipiteitä sopeutumisesta esitetään seuraavassa vuodelta 1996:

Thaimaalainen nainen: *Kaunis maa, hyvä ilma.*

Bosnialainen nainen: *Suomessa hyvä olla.*

Kiinalainen nainen: *Kyllä I want to stay here.*

Irlantilainen nainen: *Olen sopeutunut. Ensi vuonsi oli vaikea.*

Iranilainen nainen: *Vähän, joskus on vaikea koska mina olen ulkomalainen.*

Venäläinen mies: *Minusta melko hyvin, mutta periaatteessa vaikeaa sanoa vielä, koska olen asunut Suomessa vähän aikaa.*

Kosovolainen mies: *Minä viihdyn Suomessa mutta kaipan oma koti massa.*

Latvialainen mies: *Suomessa minä pärjään parempi kuin kotimaassa.*

Kalifornialainen mies: *Hyvää kysymys! Erällä tavalla – yes ja sitten paljon enemmän tavalla - no, ei... ja enkä halua – jos puhumme juomisen tavat ja naita muita ”joka miehen” tavat ja menetelmat.*

Ranskalainen mies: *Kyllä mutta liikunta on hyvä tapa ydistää ihmisiä ja parantaa joka päivä yhteisön elämää.*

Vuoden 2004 vastaajista 38 prosenttia vastasi sopeutuneensa Suomeen ilmoittamalla kysymykseen no 35 vastaukseksi kyllä. Heistä oli miehiä 24 ja naisia 48 prosenttia. Sopeutumattomia eli ei-vastauksia oli 14 prosenttia, ja heistä miehiä 20 ja naisia 10 prosenttia. Naiset lisäksi korostivat sopeutumistaan, kuten seuraavista sitaateista vuodelta 2004 havaitaan. Miehistä peräti 33 prosenttia ei osannut sanoa, olivatko sopeutuneet. Oleskeluajan mukaan tarkasteltuna alle vuoden oleskelleet sopeutuivat taas hyvin eli 63 prosenttia. Vuodesta kolmeen oleskelleista 34 prosenttia vastasi positiivisesti kysymyk-

seen. Kolmesta viiteen vuotta oleskelleista 42 prosenttia ei osannut sanoa, oliko sopeutunut vai ei. Yli viisi vuotta Suomessa olleista 34 prosenttia vastasi kyllä. Muutamia autenttisia mielipiteitä sopeutumisesta esitetään seuraavassa vuodelta 2004:

Afganistanilainen nainen: *Kyllä minä halun in Suomessa.*

Kolumbialainen nainen: *Olen jollakin tavalla.*

Iranilainen nainen: *Kyllä yrittään.*

Etiopialainen nainen: *Ei vielä, koska se kesta eneman aika sopeutunu, mutta tulevaisuudessa kun oppi enemaan suomeen kieltä varmasti kyllä.*

Intialainen nainen: *It was difficult in the start but as time goes by feel like home.*

Ruotsalainen mies: *Joo Suomi on kiva mutta joskus ei hauska koska mä on ruotsalainen.*

Irakilainen mies: *En halua lähteä pois, haluan opiskella ja hankkia talo.*

Itävaltalainen mies: *Se on vaikea minulle joskus, koska minä olen ulkomaalainen! Minä en voi kieli niin hyvä.*

Englantilainen mies: *Kyllä. Se on helppo kun on englantilainen, mutta oppia suomen kieli ei ole helppo! Luonto on kaunis ja ihmiset ovat ystävällinen. Pidän Suomesta!*

Kurdistanilainen mies: *Vaikea kysymys tästä asiasta pitää puhua ja keskustella paljon, en pysty säälitämään koska se on hyvä aihe ja syy. Kuitenkin uudessa maassa elämä näyttää vaikealta ja sopeutuminen ei ole aina helppoa se vie paljon aika ja suurin osa riippu Suomen yhteiskunnasta ja kulttuurista.*

Vastaajat pitivät Suomea hyvänä maana ja halusivat asua täällä. Kielen oppimisen merkitys korostui sopeutumisen edellytyksenä. Mainittiin myös liikunnan merkitys ihmisiä yhdistävänä tekijänä. Suomalaisen yhteiskunnan ja kulttuurin rooli näkyi siinä miten vastaajat kokivat kantaväestön suhtautumisen maahanmuuttajiin. Vuoden 1996 vastaajat sopeutuivat omasta mielestään paremmin kuin vuoden 2004 vastaajat.

7 POHDINTA

Liikuntaa maahanmuuttajien elämässä lähestyttiin tässä tutkimuksessa monista näkökulmista kahtena eri ajanjaksona. Liikunta tarjoaa erinomaiset mahdollisuudet yhdessä toimimiseen ja uusiin ihmiskontakteihin. Liikunnasta on tullut yhä voimakkaammin kansainvälinen ilmiö. Monia liikuntamuotoja harrastetaan samoin tavoin eri puolilla maapalloa. Liikunta fyysisenä toimintana perustuu sanattomaan viestintään, mikä antaa mahdollisuuksia eri kulttuureista tulevien ihmisten kohtaamiseen liikuntatilanteissa. Tällä on merkitystä esimerkiksi muutettaessa maasta toiseen. (Laakso 2003.) Tätä taustaa vasten maahanmuuttajien liikuntatutkimus voi antaa käytännön tietoa esim. liikunta-neuvonnalle ja maahanmuuttajien kotoutumiskoulutukseen.

Samojen henkilöiden pitkittäistutkimus olisi ollut suotavin menetelmä tutkia liikuntaharrastuksessa tapahtuvia muutoksia. Tässä tutkimuksessa ei siihen päästy, vaikka alunperin pitkittäistutkimus oli tavoitteena. Siksi tutkimukseen vastaajina olivat eri maahanmuuttajat vuosina 1996 ja 2004. Tätä seikkaa voidaan pitää tutkimuksen ehkä suurimpana rajoituksena. Toisaalta on todettava, että esim. v. 1996 maahanmuuttajia olisi ollut mahdotonta tavoittaa v. 2004 johtuen mm. henkilötietosuojasta. Silti tutkimus antaa selviä viitteitä siitä, miten maahanmuuttajien liikuntaharrastus on muuttunut, koska aineistoa oli saatavilla tutkittujen kotimaassaan suorittamasta liikunnasta verrattuna Suomessa tapahtuneeseen liikuntaan. Toisena rajoitteena voitaneen pitää sitä, että tutkimuksen tuloksia ei voida yleistää koko aikuiseen maahanmuuttajapopulaatioon vaan ainoastaan tutkimusajankohtina TuAKKissa ja TAIssa opiskelleisiin maahanmuuttajiin. Siitä huolimatta varovaisuudella voidaan todeta, että tutkimustulokset luotettavasti osoittavat esim., miten maahanmuuttajat liikkuvat, keiden kanssa he liikkuvat, ja onko liikunnalla mitään yhteyttä kotoutumiseen.

Tarkoitukseni oli ensin tarkastella tarkemmin liikuntaa maahanmuuttajien elämässä sukupuolen ja uskonnon näkökulmasta. Ne eivät kuitenkaan taustamuuttujina erityisesti korostuneet, joten halusin kuvata ja kartoittaa liikuntaharrastusta myös muiden taustamuuttajien kautta.

Tutkimuksen ensimmäisenä kysymyksenä oli, millaista maahanmuuttajien liikuntaharrastus oli kotimaassa. Terveysten kannalta riittävästi liikkuvien määrä lisääntyi vuoden 1996 vastaajia verrattaessa vuoden 2004 vastaajiin kolmasosasta puoleen, ja etenkin kilpaurheilijoiden määrä kasvoi. Naisten liikuntaharrastus lisääntyi myös voimakkaasti samoin vanhempien henkilöiden. Tutkimusajankohtien välillä Venäjältä kotoisin olevien vastaajien liikunnan väheneminen v. 2004 voi johtua siellä tapahtuneista yhteiskunnan ja liikuntakulttuurin muutoksista. Islaminuskoisten sekä miesten että naisten liikunta lisääntyi, mutta muuten uskonnolla ei näyttänyt olevan yhteyttä harrastusaktiivisuuteen. Onko uskontojen maailmassa ja etenkin islaminuskoisten kulttuurissa tapahtunut myönteistä suuntausta naisten liikuntaa kohtaan? Tosin aineistot ovat pienet ja vastaajat eri henkilöitä, niin ehkä näin rohkeita johtopäätöksiä ei voida tehdä. Harrastetut liikuntalajit olivat pitkälti samanlaisia kuin suomalaisten; kävelyä, uintia ja etenkin jalkapalloa. Omatoimiset pallopelit olivat suosituimpia, jalkapallon lisäksi kori- lento- ja käsipallo. Liikuntaharrastuksen motiiveina korostuivat sosiaalisuus ja terveys. Kotimaa, koulutus, perhesuhteet taikka työmarkkina-asema eivät näyttäneet olevan yhteydessä harrastusaktiivisuuteen kummassakaan aineistossa.

Toinen tutkimuskysymys oli, millaista maahanmuuttajien liikuntaharrastus oli Suomessa. Terveytensä kannalta riittävästi liikkuvien määrä lisääntyi vuosien 1996 ja 2004 aineistojen vertailussa neljäsosasta kolmasosaan. Kilpaurheilu väheni Suomessa selvästi. Heistä moni jatkoi kuitenkin aktiivisesti liikkumistaan ja myös moni inaktiiviksi tunnus- tautunut aloitti liikuntaharrastuksen. Suomessa oli mahdollisuuksia ja aikaa harrastaa liikuntaa ja uusia kiinnostavia lajeja löytyi omien lempilajien lisäksi. Maahanmuuttajien liikuntaneuvonta oli jo vakiinnuttanut asemansa ja löytänyt asiakkaansa, samoin tiedotusvälineiden osuus kasvoi v. 2004 aineiston perusteella tarkastellen. Naisten ja iäk- käämpien liikuntaharrastus myös näytti lisääntyvän. Venäjältä tulleista yli kolmasosa liikkui v. 2004 Suomessa terveytensä kannalta riittävästi. Ei vakaumusta olevat lisäsivät myös liikkumistaan ja suurin ryhmä heistä olivat venäläiset. Islaminuskoisten liikunta- harrastuksen lisääntyminen oli yhteydessä lukuisista islamilaisista maista tulleiden maahanmuuttajien määrän lisääntymiseen eli varsinaisesti eri uskontokunnilla ei voida sanoa olevan yhteyttä harrastusaktiivisuuteen. Kotimaalla ja koulutustaustalla ei ollut mainittavaa yhteyttä harrastusaktiivisuuteen.

Liikuntaharrastuksen painopiste oli omatoimisessa aerobisessa liikunnassa ja suosituimmat lajit olivat kävely, uinti ja pyöräily. Liikuntaharrastuksen vähentymisen syiksi mainittiin ensisijaisesti perhe, ajan puute sekä kielitaidon puute. Oleskeluajan ja kulttuurishokin yhteys näkyi siinä, että alkuhämmennyksen jälkeen tuli lievää laskua harrastusaktiivisuudessa, mikä alkoi kuitenkin lisääntyä ajan kuluessa uudestaan. Tarkasteltaessa tutkimustuloksia suhteessa Myrenin vuoden 1999 tutkimukseen, niin ne ovat hyvin pitkälle samansuuntaiset. Vuosien kuluessa ja maahanmuuttajien määrien lisääntyessä näyttää ensimmäisen polven maahanmuuttajilla olevan alkuhankaluuksien jälkeen positiivinen suhde liikuntaa kohtaan.

Turun kaupunki aloitti maahanmuuttajien liikuntatoiminnan vuonna 1996. Lähtökohtana oli kaupunkiin muuttaneiden ulkomaalaisten määrän nopea kasvu. Yhdeksi keskeiseksi tavoitteeksi asetettiin vähän tai ei lainkaan liikuntaa harrastavien naisten aktivoiminen. Lisäksi tavoitteena oli kehittää maahanmuuttajille suunnattuja liikuntapalveluja ja motivoida heitä osallistumaan erilaisiin liikunnallisiin tapahtumiin. Maahanmuuttajatkin haluavat harrastaa liikuntaa. Heidänkin mielestä sitä on hauska harrastaa yhdessä. Miten se on mahdollista, sitä moni maahanmuuttaja on joutunut pohtimaan?

Kolmantena tutkimuskysymyksenä tarkasteltiin, oliko liikuntaharrastuksissa tapahtunut muutoksia maahanmuuttajan siirtyessä kulttuurista toiseen. Aihetta lähestyttiin liikunnan ja elämäntavan kautta ja havaittiin, että liikuntakäyttäytyminen on sisäsyntyistä eli siihen kasvaa. Sosiaalisena perintönä se kulkee ihmisen mukana kaikkialla. Ympäristötekijät, olosuhteet ja mahdollisuudet vaikuttavat enemmänkin siihen miten liikuntaharrastus muuttuu tai vaihtelee. Liikuntaharrastuksen intensiteetissä tapahtui hivenen muutosta. Etenkin organisoitu liikunta ja kilpaurheilu vähenivät, mutta liikunta-aktiivisuus säilyi ja siirryttiin omatoimisen aerobisen liikunnan pariin. Kävely kasvatti suosiotaan, ja arkiliikunnan merkitys kasvoi. Maahanmuuttajat arvioivat myös oliko heidän omasta mielestään liikunta lisääntynyt, vähentynyt vai pysynyt samana Suomessa. Kolmasosa sekä miehistä että naisista arvioi liikuntansa lisääntyneen ja vastaavasti lähes puolet vähentyneen. Nuoret, alle 30-vuotiaat arvioivat liikuntansa vähentyneen selvästi enemmän kuin muut ryhmät. Uskontokunnittain tarkasteltaessa islaminuskoisten arvio omaista liikunta-aktiivisuudestaan säilyi pitkälti samana, kun taas muissa uskonnoissa näytti vähenneen.

Neljäntenä tutkimuskysymyksenä oli, mitä muutoksia oli tapahtunut kahdeksan vuoden aikana eri vastaajajoukoissa. Oliko liikunnan harrastaminen erilaista 1990-luvulla ja 2000-luvulla? Vuoden 2004 maahanmuuttajien liikuntaharrastus oli runsasta sekä kotimaassaan että Suomessa. Vastaajien kiinnostus omasta terveydestä ja liikunnasta oli lisääntynyt. Liikuntaharrastusten motiivit muuttuivat myös. Niissä näkyi liikunnan kaupallistuminen ja materialisoituminen, ulkonäön, kunnon ja nautinnon korostuminen ja toisaalta sosiaalisuuden vähentyminen. Maahanmuuttajat harrastivat liikuntaa enimmäkseen yksin tai oman maan kansalaisten kanssa. Suomalaisien kanssa liikuttiin vähän, eikä ystävyys-suhteita saatu luotua liikunnan avulla. Tärkein tutkimustulokseni näyttää siten olevan, että valtaosa maahanmuuttajista ei saanut liikunnan kautta suomalaisia ystäviä. Etenkin 2000-luvulla sosiaaliset kontaktit vähenivät ja keskityttiin omaan nautintoon ja kuntoiluun. Myöskään oleskeluajan lisääntyessä eivät kontaktit suomalaisiin lisääntyneet.

Vuonna 1995 käynnistyi Euroopan neuvoston rasismien ja suvaitsemattomuuden vastainen kampanja. Kaikissa maissa se kulki mustavalkoisella tunnuksella kaikki erilaisia – kaikki samanarvoisia. Suomessa kampanja sai rahoituksensa opetusministeriöltä. Haimme rahoitusta vuonna 1996 Turun Ammatilliselle Aikuiskoulutuskeskukselle liikuntatoiminnan edistämiseksi oppilaitoksessa, mutta emme saaneet. Kampanja ja rahoitus kohdistettiin nuorisoon ja seuratoimintaan, joten aikuiset jäivät huomiotta. Olisi hyvä kohdistaa liikunnan suvaitsevaisuushankkeet myös aikuisiin maahanmuuttajiin, jotta kontaktit kantaväestöön lisääntyisivät ja syntyisi ystävyys-suhteita liikunnan kautta, ja kotoutuminenkin helpottuisi.

Viimeinen tutkimuskysymys käsitteli liikuntakulttuureiden eroja kotimaan ja Suomen välillä ja liikunnan ja kotoutumisen mahdollista yhteyttä. Liikuntakulttuurin eroja selitti osin ilmasto, mahdollisuuksien runsaus, taloudelliset syyt ja käytettävissä oleva aika. Kulttuurista riippuen tietyt lajit painoutuivat maahanmuuttajan liikuntaharrastuksessa esim. kiinalaisilla pöytätennis. Liikunnan asemaa Suomessa pidettiin myös tärkeämpänä kuin kotimaassa. Kielen oppimisen merkitystä sopeutumisessa korostavat tutkimuksen vastaajat arvioidessaan oman maansa ja Suomen liikuntatapoja ja niiden eroja sekä sopeutumistaan Suomeen. Muutkin tutkimukset vahvistavat kielen merkityksen kotoutumisessa (esim. Mikkola 2001). Mielenkiintoista oli havaita, että v. 1996 vastaajista huomattavasti suurempi osa katsoi sopeutuneensa Suomeen kuin v. 2004 vastaajista.

Kansainvälistyvässä maailmassa ihmisten liikkuminen maista toisiin lisääntyy. Kaikkien kannalta on suotavaa, että maahanmuuttajat kotoutuvat Suomeen mahdollisimman hyvin ja nopeasti. Juuri kotoutumisessa liikunta ja urheilu voivat olla tärkeitä tekijöitä. Vapaaehtoisuuteen perustuva seuratoiminta voi parhaimmillaan olla areena, jolla eri kulttuurien edustajat kohtaavat ja hakeutuvat ymmärrystä lisäävään yhteistyöhön.

Suomalainen yhteiskunta muuttui monikulttuuriseksi vasta viime vuosina. Maahanmuuttajien tulo maahanme ajoittui 1990-luvun laman aikaan. Suomalaisten oli helppo hakea syyllisiä omaan työttömyyteensä ja ahdinkoonsa tänne tulleista, erilaisista ihmisistä. Tilanne on helpottunut, mutta edelleen suomalaisten asenteet ovat kielteisiä. Monet maahanmuuttajat eivät kuitenkaan pidä Suomea kovin rasistisena, mutta erilaisena täällä toimiminen ei ole aina helppoa. Liikunta on hyvä ennakkoluulojen poistaja, mutta vain jos kaikkia kohdellaan samanarvoisina. Meillä suomalaisilla on taipumus suhtautua kaikkeen vieraaseen varauksellisesti, jopa pelokkaasti. Erilaiset tavat, kieli ja ihonväri saavat meidät varuilemme.

Maahanmuuttajille tulee luoda edellytyksiä harrastaa liikuntaa niin omissa ryhmissään kuin niin sanotuissa sekaryhmissä. Maahanmuuttajien omissa ryhmissä harjoitettu liikunta ja urheilu voivat ylläpitää tarvittavaa oman kulttuurin ja identiteetin säilyttämistä. Kantaväestön kanssa harjoitettu liikunta edesauttaa tutustumista suomalaisiin käytäntöihin ja tottumuksiin. Muista kulttuureista tulleiden kanssa liikkuminen ja urheileminen toimivat puolestaan osana yleisempää kansainvälistymistä.

Maahanmuuttajien saattaminen liikunnan ja urheilun piiriin on yhteinen haaste. Julkisen vallan tulee huolehtia siitä, että heillä on uusissa ympäristöissään mahdollisuuksia liikua ja urheilla. Maahanmuuttajien kotouttamisohjelmissa liikunnalle ja urheilulle tulee antaa erityinen sijansa. Mahdollisuus liikuntaan tulee tarjota jo pakolais- ja vastaanotto-keskuksissa. Julkisen hallinnon tulee antaa taloudellista tukea niin maahanmuuttajien liikuntaan kuin kotouttamista edistävään suvaitsevaisuustyöhön. Maahanmuuttajat kantavat mukanaan myös omaa liikunta- ja urheiluhistoriaansa. Heille tulisikin tarjota mahdollisuuksia oppimiensa liikuntamuotojen ja urheilulajien harjoittamiseen. Liikunta- ja urheilutoimintojen suunnittelussa maahanmuuttajien tulee saada olla aktiivisessa roolissa.

Suvaitsevaisuuden suhteen liikuntakulttuuri on kaksijakoinen ilmiö. Yhtäältä liikunta sisältää mahdollisuuden suvaitsevaisuuden edistämiseen, ja toisaalta liikuntakulttuuri on myös suvaitsemattomuuden kenttä, ristiriitoinen, jännitteinen ja epätasa-arvon ilmentymineen. Tällä hetkellä järjestetään useita suvaitsevaisuuskampanjoita Suomessa etenkin nuorisolle liikuntaharrastusten kautta. Toisen polven nuoret maahanmuuttajat ovat oppineet jo kielen vanhempiaan paremmin, joten ystävyysuhteiden luominen helpottuu. Suvaitsevaisuustyön siirtyessä entistä tietoisemman ja tavoitteellisemman toteutuksen piiriin käynnistyy myös sopivien toimintamuotojen ja – sisältöjen etsiminen. Nähtäväksi jää, millaisen aseman liikunta ja urheilu suvaitsevaisuustyön muotona saavuttavat. Yhteistyötä urheilun varaan on sikäli helppo rakentaa, sillä liikuntakulttuurin alueella on jo olemassa laaja kansainvälinen yhteistyön verkko. Olemme vasta matkalla kohti liikuntakulttuuria, jossa on tilaa kaikille.

Suomen maahanmuuttopolitiikka sai kohtalaisen hyvät kotouttamisindeksin arvosanat EU-maiden välisessä vertailussa vuodelta 2008, jossa oli mukana 28 maata. Suomi sijoittui viidenneksi (Mipex 2008). Arviointi antaa erityistä kiitosta Suomelle syrjinnän vastaisesta lainsäädännöstä, työmarkkina-asemaan liittyvistä oikeuksista ja perheiden yhdistämisestä. Oman tutkimukseni perusteella kotoutumisessa liikunnan avulla ei edistetty, eikä oleskeluajankaan pidentyminen lisännyt kontakteja suomalaisiin.

Useat sukupolvet ovat rakentaneet liikuntakulttuurin kansainvälisiä verkostoja, ja urheilun ja liikunnan kansainvälisen yhteistyön määrää on mahdoton kuvata. Kansainvälisessä vuorovaikutuksessa urheilu ja liikunta ovat aitoa ihmisten välistä yhteistoimintaa. Kansalaistoimintana liikunta tarjoaa kokemuksellisia kohtaamisen paikkoja. Yhdeksi tutkimuskysymykseksi voisi nostaa sen, miten suomalaiset ottavat maahanmuuttajat vastaan ja löytyykö maahanmuuttajille luonteva paikka suomalaisessa liikuntakulttuurissa. Uusissa tutkimuksissa maahanmuuttajien liikuntaharrastusta pitäisikin tutkia näistä näkökulmista.

LÄHTEET

- Bandura, A. 1977. Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review* 81, 191-215.
- Berry, J. 1992. Adaptation and acculturation in a new society. *International Migration* 30, 69-86.
- Bourdieu, P. 1998. Järjen käytännöllisyys. Toiminnan teorian lähtökohtia. Suomentanut Mika Siimes. Tampere: Vastapaino.
- Clark, D. 1997. Physical Activity Efficacy and Effectiveness among Older Adults and Minorities. *Diabetes Care* 20, 1176-1182.
- Council of Europe, 1979. European seminar on sport for immigrants. Report. Lisbon 11-14.12.1979. Instituto nacional dos desportos Portugal.
- Council of Europe, 1982. 2nd European seminar on sport for immigrants. Report Portugal 21-25.6.1982. Ministerio da qualldade de vida direccao-geral dos desportos.
- Council of Europe, 1995. 8th conference of European ministers responsible for sport. Report. Lisbon 17-18.5.1995.
- Csikszentmihályi, M. 1992. Flow. Den optimala upplevelsens psykologi. Originalets titel: Flow. The psychology of optimal experience. Omsalg av Anders Rahm. Stockholm: Bokförlaget Natur och Kultur.
- Domander, M. 1994. Kulttuuritausta ja maahanmuuttajakoulutuksen tuloksellisuus. Siirtolaisuusinstituutti. Jyväskylä: Gummerus.
- Eichberg, H. 1998. Body cultures. Essays on sport, space and identity. London: Routledge.
- European Commission, 2004. The citizens of the European Union and Sport. Viitattu 2.1. 08. http://europa.eu.int/comm/public_opinion/archives/ebs/ebs_213_report_en.pdf
- Fimu ry. 2008. Viitattu 13.3.08. <http://www.fimu.org>.
- Forbes, H.D. 1997. Ethnic conflict. Commerce, culture and the contact hypothesis. New Haven and London: Yale University Press.
- Forsander, A. & Alitolppa-Niitamo, A. 2000. Maahanmuuttajien työllistyminen ja työhallinto – keitä, miten ja minne. Työhallinnon julkaisu 242. Työministeriö. Helsinki: Valopaino Oy.
- Forsander, A., Ekholm, E. & Saleh, R. 1994. Monietninen työ: Haaste ammattitaidolle. Helsingin yliopisto. Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus. Helsinki.

- Gordon, T. 2005. Kulttuuri, erot ja kohtaamiset. Teoksessa R. Mietola, E. Lahelma, S. Lappalainen & T. Palmu (toim.) Kohtaamisia kasvatuksen ja koulutuksen kentillä: erotekoja ja yhdessä tekemistä. Suomen kasvatustieteellinen Seura. Kasvatusalan tutkimuksia 22.
- Hallituksen esitys. 2002. Viitattu 9.1.08
<http://www.finlex.fi/fi/esitykset/he/2002/20020145>
- Heikkinen, E. & Vuori, I. 1980. Liikunta ja terveys. Helsinki: Tammi.
- Herlitz, G. 2007. Kulturgrammatik. Uppsala: Uppsala publishing house.
- Herva, H. & Vuolle, P. 1991. Liikunta suomalaisten ajankäytössä. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 79. Jyväskylän yliopiston monistuskeskus.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammer-Paino.
- Hirvensalo, M. 1998. Iäkkäiden henkilöiden liikuntaharrastus sekä liikkumiskyvyn ja liikuntaharrastuksen yhteys kuolleisuuteen ja avun tarpeeseen kahdeksan vuoden seurannan aikana. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Lisensiaatintyö.
- Hirvensalo, M. & Häyrynen, T. 2003. Aikuisten liikunta. Teoksessa P. Heikinaro - Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan Porvoo: WSOY, 47-60.
- Hofstede, G. 1993. Kulttuurit ja organisaatiot: mielen ohjelmointi. Suomentanut R. Liljamo. Helsinki: WSOY.
- Huotari, K., Heinonen, K., Niemelä, V. & Salminen, M. 2003. Liikuntaa ja urheilua Suomessa - Liikuntaopas maahanmuuttajille. Suomen Liikunta ja Urheilu ry. SLU-julkaisusarja 5/03. Helsinki.
- Hynynen, A. 2002. Kotoutumisen paikat, kaupunkitila maahanmuuttajien integraation välittäjänä, esitelmä Asuntopoliittiset neuvottelupäivät 1.-3.10.2002 m/s Mariella, Helsinki - Tukholma – Helsinki.
- Itkonen, H. 1997. Liikuttaako suvaitsevaisuus? Tutkimus liikuntakulttuurin suvaitsevaisuudesta. Joensuun yliopisto. Karjalan tutkimuslaitoksen julkaisuja nro 118. Joensuu.
- Jaakkola, M. 1999. Maahanmuutto ja etniset asenteet. Työpoliittinen tutkimus 213. Työministeriö. Helsinki: Edita.
- Jaakkola, M. 2000. Asenneilmasto Suomessa vuosina 1987–1999. Teoksessa K. Liebkind (toim.) Monikulttuurinen Suomi. Helsinki: Gaudeamus, 28–55.
- Juppi, J. 1985. Suomen julkinen liikuntapolitiikka rahoituksen näkökulmasta tarkasteltuna. Lappeenranta: Etelä-Saimaan Kustannus Oy.

- Kansallinen liikuntatutkimus 2005-2006. Viitattu 3.3.08.
<http://www.kunto.fi/index.php?id=574>
- Kansanterveyslaki 28.1.1972/66.
- Kenyon, G. S. 1971. A conceptual model for characterizing physical activity. Teoksessa J. Loy & G. Kenyon (Eds.) Sport, culture & society. 3edition. New York: McMillan.
- Klemola, T. 1998. Ruumis liikkuu – liikkuuko henki? Fenomenologinen tutkimus liikunnan projekteista. Tampere: Tampereen yliopiston Jäljennepalvelu.
- Kim, Y.Y. 1997. Adapting to new culture. Teoksessa L. Samovar & R. Porter (Eds.) Intercultural Communication. A Reader. Eight Edition. Belmont, CA: Wadsworth Publishing Company. An International Thomson Publishing Company, 404-417.
- Koistinen, L. 1997. Polkuja perille. Turun seudun maahanmuuttajien työvoimapalvelut ja työllistyminen 1994 - 1996. Työhallinnon julkaisusarja 175.
- Kupiainen, J. & Sevänen, E. (toim.) 1994. Kulttuurintutkimus: Johdanto. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Laakso, L. 1981. Lapsuuden ja nuoruuden kasvuympäristö aikuisiän liikuntaharrastusten selittäjänä: retrospektiivinen tutkimus. Jyväskylän yliopisto. Väitöskirja.
- Laakso, L. 1986. Aikuisväestön vapaa- ajan liikuntaharrastus. Teoksessa P. Vuolle, R. Telama & L. Laakso (toim.). Näin suomalaiset liikkuvat. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisu 50. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Laakso, L. 2003. Liikuntakasvatuksen ja liikuntapedagogiikan perusteet. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WSOY, 14-23.
- Laaksonen, A. 2007. Maahanmuuttajaoppilaat erityiskouluissa. Turun yliopiston julkaisu: sarja C osa 262.
- Laki maahanmuuttajien kotouttamisesta ja turvapaikanhakijoiden vastaanotosta 493 /1999.
- Lamppu, V-M. 2001. Aikuisten maahanmuuttajakoulutuksen vaikuttavuuden keskeiset kriteerit. Opetushallitus. Moniste 19/2001.
- Leontjev, A. N. 1977. Toiminta, tietoisuus ja persoonallisuus. Helsinki: Kansankulttuuri.
- Liebkind, K. 1988. Me ja muukalaiset – ryhmärajat ihmisten suhteissa. Helsinki: Gaudeamus.
- Liebkind, K. 1994. Maahanmuuttajat ja kulttuurien kohtaaminen. Teoksessa K.Liebkind (toim.) Maahanmuuttajat. Kulttuurien kohtaaminen Suomessa. Helsinki: Hakapaino Oy.

- Liikkukaa ry. 2008. Viitattu 28.6.08. <http://www.liikkukaa.org>.
- Lintunen, T. 2003. Liikunta ihmisen elämänkulussa. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WSOY, 24-29.
- Madsen, K. B. 1983. Yleinen psykologia. Espoo: Weilin & Göös.
- Manninen, M. 2002. Katsaus kotoutumistutkimukseen. Työministeriö. Maahanmuutto-asiaa nr 5.
- Martikainen, T. 1996. Moniarvoinen Turku: Käsikirja uskonnollisista, maailmankatso-
muksellisista ja etnisistä yhteisöistä. Åbo Akademi. Religionsvetenskapliga skrifter
32.
- Maslow, A. H. 1972. Motivation and personality. New York: Harper & Row.
- Matinheikki – Kokko, K. 1999. Monikulttuurinen koulutus - perusteita ja kokemuksia.
Opetushallitus: Hakapaino.
- Metsämuuronen, J. 2000. Metodologian perusteet ihmistieteissä. Metodologia – sarja 1.
Tarto: Tarton yliopiston kirjapaino.
- Mikkola, P. 2001. Kahden kulttuurin taitajaksi. Maahanmuuttajaoppilaan monikulttuu-
rinen identiteetti, tavoitteet ja toiminta. Turun yliopisto. Sarja C osa 171.
- Mipex 2008. (Migrant integration policy index). Viitattu 28.6.08.
<http://www.integrationindex.eu/>
- Mol. 2004. Työministeriön nettisivusto. Viitattu 1.3.08.
http://www.mol.fi/mol/fi/99_pdf/fi/04_maahanmuutto/08_maahanmuuttotilastot/kal_
su.
- Myrén, K. 1999. Pois paitsiosta – maahanmuuttajien liikuntaharrastukset ja vapaa-ajan
vietto Suomessa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 122. Jyväskylä. LIKES.
- Myrén, K. 2003. Kohtaamisia liikunnan kentällä - liikunnan suvaitsevaisuushankkeiden
arviointi 1996 - 2002. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 143. Jyväskylä. LI-
KES.
- Mäntylä, K. & Pyykkönen, T. 1995. Teoksessa T. Pyykkönen (toim.) Kevyt alkusoitto
liikuntauralle. Liikuntatieteellisen seuran moniste nro 20. Toinen uudistettu painos.
Helsinki: Paintmedia Oy.
- Ojanen, M. 2001. Liiku oikein, voi hyvin. Liikunnan merkitys hyvinvoinnille. Helsinki:
Liikuntatieteellinen seura.

- Olin, K., Heinonen, O. & Lahtinen, J. 1990 . Social integration of foreign professional players into sport and society: A migration perspective. University of Jyväskylä. Department of Social Sciences of Sport. Research Reports no 52.
- Roos, J. P. 1989. Liikunta ja elämäntapa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto – Nykykulttuurin tutkimusyksikkö. Julkaisu 14.
- Seppänen, P.1990. Urheilu ja yhteiskunta. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan sosiaalitieteiden laitos. Tutkimuksia No 49.
- SLU:n toiminta- ja taloussuunnitelma 2003. Viitattu 3.3.08.
<http://www2.slu.fi/lehtiarkisto/materiaali.TTS2003./TTS2003.pdf#search=%22liikuntakulttuurin%20muutokset%2C%20maahanmuuttajat%22>
- Suomen tilastollinen vuosikirja 2004.
- Suuri kansallinen liikuntatutkimus 2001 – 2002. Aikuisliikunta. SLU:n julkaisusarja 5/02.
- Telama, R. 1986. Mikä liikunnassa kiinnostaa – liikuntamotivaatio. Teoksessa P. Vuolle, R. Telama & L. Laakso (toim.) Näin suomalaiset liikkuvat. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 50. Helsinki: Valtion painatuskeskus, 149-175.
- Telama, R., Juppi, J. & Nieminen, L. (toim.) 1989. Liikuntatiede: mitä se on. Helsinki: Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu n:o 118.
- Tilastokeskus. 2005. Viitattu 3.3.08.
http://www.stat.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto.html#ulkomaidenkansalaiset
- Turku. 2005. Viitattu 3.3.08.
http://www05.turku.fi/liikunta/toimintaa_ja_tapahtumia/mamu.shtml
- Työministeriö. 2005. Yhteistyössä kotoutumiskoulutusta toteuttamaan. Työ- ja opetushallinnon työryhmän raportti. Työhallinnon julkaisu 351. Helsinki: Valopaino.
- Ulkomaalaislaki. 2004. Viitattu 2.2.08.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2004/20040301>
- Yhdenvertaisuus. 2008. Viitattu 10.1.08. <http://www.yhdenvertaisuus.fi>
- Valtonen, K. 1999. Pakolaisten kotoutuminen Suomeen 1990-luvulla. Työministeriö. Helsinki: Valopaino.
- Vuolle, P. 1989. Liikunnan yhteiskunnalliset ulottuvuudet. Liikunta ja tiede 26 (2), 88-93.
- Vuolle, P. 2000. Liikunnan merkitys rakentuu elämänkaarella. Teoksessa M. Miettinen (toim.) Haasteena huomisen hyvinvointi – miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu II. Tutkimuskatsaus. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 124, 23-46.

- Vuorenmaa, E-M. 1999. Liiku nyt –käsikirja. Ohjeita maahanmuuttajille liikuntatoiminnan käynnistämisestä ja liikuntatoimintaan osallistumisesta Turussa. Turku: Be-
cola Oy.
- Vuori, I. 1994. Jalkaudu suomalainen. Liikunta & tiede 2/94, 22-28.
- Vuori, I., Taimela, S. & Kujala, U. 2005. Liikuntalääketiede. Helsinki: Duodecim.
- Väestökisterikeskus. Väestötietojärjestelmä. Tilasto ulkomaan kansalaisista Turussa
huhtikuussa 1996, 185-190. Turun kihlakunnan rekisteritoimisto.

LIITTEET

Liite 1

RIITTA AHJOKIVI
TUAKK

4.4.1996

TERVEHDYS!

Opiskelen JYVÄSKYLÄN YLIOPISTON LIIKUNTATIETEELLISESSÄ
TIEDEKUNNASSA

ja teen lopputyötäni maahanmuuttajien liikunnasta ja urheilusta

TURUN AMMATILISESSA AIKUISKOULUTUSKESKUKSESSA ja
AMMATTI-INSTITUUTISSA.

Olen kiinnostunut SINUN kokemuksistasi ja mielipiteistäsi liikunnasta.
Toivon, että SINULTA liikenisi hetki aikaa tälle kyselylle.

Tiedot käsitellään luottamuksellisesti!

Kiitos

Liite 2

KYSELYLOMAKE

Ympyröi sopiva vaihtoehto tai vastaa sanallisesti!

TAUSTATIEDOT

1. **Sukupuoli**
1. mies
2. nainen
2. **Syntymävuosi** _____
3. **Syntymämaa** _____
4. **Kansallisuus** _____
5. **Äidinkieli** _____
6. **Uskonto** _____
7. **Siviilisäät**
1. naimaton
2. naimisissa tai avoliitossa
3. eronnut
4. leski
8. **Onko perheesi Suomessa?**
1. ei
2. kyllä, keitä? _____

9. **Milloin tulit Suomeen?**
kuukausi _____ vuosi _____
10. **Mitä kouluja olet käynyt ja montako vuotta?**
1. peruskoulu _____ v.
2. lukio _____ v.
3. ammatillinen koulutus _____ v.
mikä ammatti? _____
4. akateeminen koulutus _____ v.
mikä tutkinto? _____
5. muu, mikä? _____
11. **Mitä teit kotimaassasi?**
1. opiskelija, missä? _____
2. työssä, missä ammatissa? _____
3. tein työtä kotona
4. työtön
5. muuta, mitä? _____

12. **Mitä haluat tehdä Suomessa?**
1. opiskella, mitä? _____
missä? _____
 2. olla työssä, missä ammatissa? _____

 3. muuta, mitä? _____

VAPAA-AIKA JA LIIKUNTAHARRASTUS ENNEN SUOMEEN TULOJA

13. **Miten vietit vapaa-aikasi kotimaassasi?
Tunnista liikuntatyylisi ja ympyröi se.
Olitko sinä...**
1. Kilpaurheilija =
Urheilut vähintään 4 x viikossa.
Missä lajeissa kilpailit? _____
 2. Aktiiviliikkuja =
Liikuit säännöllisesti vähintään 3 x viikossa, vähintään 20 min. kerrallaan.
Olit vahvasti motivoitunut liikuntaan.
 3. Yrittäjä/liikunnan harrastaja =
Harrastit liikuntaa 1-2 x viikossa.
Olit kohtalaisesti motivoitunut liikuntaan.
 4. Inaktiivi/välinpitämätön =
Liikuit vähemmän kuin kerran viikossa.
Olit heikosti motivoitunut liikuntaan.
 5. Inaktiivi/liikunnan vastustaja =
Et harrastanut liikuntaa ja olit kielteisesti motivoitunut.
14. **Mitä liikuntalajeja harrastit?
Luettele lajit tärkeysjärjestyksessä.**
1. _____
 2. _____
 3. _____
 4. _____
 5. _____
15. **Kuinka tehokkaasti harrastit liikuntaa?**
1. hengästyin ja hikoilin runsaasti
 2. hengästyin ja hikoilin jonkin verran
 3. en hengästynyt enkä hikoillut

16. **Mikä sai sinut harrastamaan liikuntaa ja urheilua kotimaassasi?
Ympyröi kaikki liikuntaasi vaikuttaneet tekijät.**

1. kunnon parantaminen
2. terveyden ylläpitäminen
3. ystävät, yhdessäolo
4. ilo ja virkistys
5. kosketus luontoon
6. rentoutuminen
7. hyvän mielen saavuttaminen
8. voittamisen halu
9. itseni toteuttaminen
10. tarve liikkua
11. elämäntapa
12. parempi ulkonäkö
13. nautinto
14. esteettisyys
15. muu, mikä? _____

17. **Kuuluitko johonkin urheiluseuraan?**

1. en
2. kyllä, mitä lajia harrastit tässä urheiluseurassa?

VAPAA-AIKA JA LIIKUNTAHARRASTUS SUOMESSA

18. **Miten vietät vapaa-aikasi Suomessa?
Tunnista liikuntatyylisi ja ympyröi se.
Oletko sinä...**

1. Kilpaurheilija =
Urheilet vähintään 4 x viikossa.
Missä lajissa kilpailet? _____
2. Aktiiviliikkuja =
Liikut säännöllisesti vähintään 3 x viikossa, vähintään 20 min. kerrallaan.
Olet vahvasti motivoitunut liikuntaan.
3. Yrittäjä/liikunnan harrastaja =
Harrastat liikuntaa 1-2 x viikossa.
Olet kohtalaisesti motivoitunut liikuntaan.
4. Inaktiivi/välinpitämätön =
Liikut vähemmän kuin kerran viikossa.
Olet heikosti motivoitunut liikuntaan.
5. Inaktiivi/liikunnan vastustaja =
Et harrasta liikuntaa ja olet kielteisesti motivoitunut.

19. Mitä liikuntalajeja harrastat?
Luettele lajit tärkeysjärjestyksessä.
1. _____
 2. _____
 3. _____
 4. _____
 5. _____
20. **Kuinka tehokkaasti harrastat liikuntaa?**
1. hengästyn ja hikoilen runsaasti
 2. hengästyn ja hikoilen jonkin verran
 3. en hengästy enkä hikoile
21. **Kuulutko johonkin urheiluseuraan Suomessa?**
1. en
 2. kyllä, mitä lajia harrastat tässä urheiluseurassa?

22. **Harrastatko liikuntaa nyt Suomessa?**
1. enemmän kuin kotimaassasi
 2. saman verran
 3. vähemmän kuin kotimaassasi
miksi? _____
23. Jos et harrasta liikunta Suomessa, niin miksi et?
Ympyröi kaikki liikuntaasi estävät tekijät.
1. terveydelliset syyt
 2. muut harrastukset
 3. ei kiinnostu
 4. kielivaikeudet
 5. uskonto (sukupuolen vaikutus)
 6. ei ole liikuntavälineitä
 7. en tiedä liikuntapaikoista
 8. en tiedä liikuntalajeista
 9. perhe, kotityöt
 10. olen väsynyt
 11. ei ole aikaa
 12. ei ole liikuntakaveria
 13. ikä, olen vanha
 14. minua ei ole hyväksytty liikuntaseuraan
 15. muu syy, mikä?

24. **Mitä liikuntalajeja haluat harrastaa Suomessa?**
- _____

SOSIAALISET SUHTEET

25. Onko mielestäsi helppoa vai vaikeaa saada suomalaisia ystäviä?
 1. erittäin helppoa
 2. helppoa
 3. en osaa sanoa
 4. vaikeaa
 5. erittäin vaikeaa
26. Oletko saanut suomalaisia ystäviä liikuntaharrastusten avulla?
 1. en
 2. kyllä, miten? _____

27. Oletko saanut suomalaisia ystäviä muiden vapaa-ajan harrastusten avulla?
 1. en
 2. kyllä, miten? _____

28. Vertaile, miten paljon harrastat liikuntaa (merkitse yksi kohta jokaisesta vaihtoehdosta).
- | | | paljon | jonkin vähän | en | |
|-----------------------------------|-----|--------|--------------|-----|--|
| | | verran | yhtään | | |
| 1. oman maasi kansalaisten kanssa | () | () | () | () | |
| 2. muiden ulkomaalaisten kanssa | () | () | () | () | |
| 3. suomalaisten kanssa | () | () | () | () | |
| 4. yksin | () | () | () | () | |

LIIKUNTANEUVONTA

29. Oletko saanut liikuntaneuvontaa ja tietoa liikuntamahdollisuuksista Suomessa?
 1. erittäin paljon
 2. paljon
 3. en osaa sanoa
 4. vähän
 5. erittäin vähän

30. Mistä olet saanut tietoa liikuntamahdollisuuksista?
Ympyröi kaikki, mistä olet saanut tietoa.

1. kansainvälinen palvelukeskus
2. pakolaistoimisto
3. kansainvälinen kohtaustapa
4. oppilaitos, mikä? _____
5. työpaikka, mikä? _____
6. liikuntavirasto
7. ystävät, oman maani kansalaiset
8. ystävät, muut ulkomaalaiset
9. ystävät, suomalaiset
10. muualta, mistä? _____

31. **Millaista liikuntaneuvontaa ja -tietoa haluaisit saada?**

LIKUNTAKULTTUURI

32. Kerro, millaista liikuntaa kotimaassasi harrastettiin.
Mitkä olivat suosituimmat liikuntalajit?

33. Kerro, mitä tiedät suomalaisten liikuntatottumuksista.
Mitkä ovat suosittuimmat liikuntalajit Suomessa?

34. **Mitä eroa on Suomen ja oman maasi liikuntatapojen välillä?**

35. **Oletko mielestäsi sopeutunut suomalaiseen yhteiskuntaan?**

KIITOS VASTAUKSISTASI!