

**SUOJAAKO URHEILUSEURAHARRASTAMINEN 18–21-VUOTIAITA NUORIA
AIKUISIA SÄÄNNÖLLELTÄ PÄIHTEIDENKÄYTÖLTÄ?
Terveyttä edistävä liikuntaseura -tutkimuksen tuloksia vuodelta 2018**

Karoliina Salminen

Terveyskasvatuksen pro gradu -tutkielma
Liikuntatieteellinen tiedekunta
Jyväskylän yliopisto
Kevät 2023

TIIVISTELMÄ

Salminen, K. 2023. Suojaako urheiluseuraharrastaminen 18–21-vuotiaita nuoria aikuisia säännölliseltä päihteidenkäytöltä? Terveyttä edistävä liikuntaseura -tutkimuksen tuloksia vuodelta 2018. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, terveyskasvatuksen pro gradu -tutkielma, 66 s.

Urheiluseurassa harrastamisen tiedetään olevan yhteydessä suotuisasti moniin terveystottumuksiin. Viitteitä kuitenkin on, että urheiluseurassa harrastavat nuoret aikuiset saattavat käyttää jopa yleisemmin joitakin päihteitä kuin muut nuoret aikuiset. Nuorten aikuisten urheiluseuraharrastamisen ja päihteidenkäytön välistä yhteyttä ei ole kattavasti tutkittu. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, miten urheiluseuraharrastaminen on yhteydessä nuorten aikuisten säännölliseen alkoholin, tupakan ja nuuskan käyttöön sekä humalajuomiseen.

Tutkimuksen aineistona käytettiin Terveyttä edistävä liikuntaseura -seurantatutkimuksen vuoden 2018 aineistoa, joka oli kerätty 18–21-vuotiailta suomalaisilta nuorilta aikuisilta (N=655). Nuoret aikuiset jaettiin vastausten perusteella vastaushetkellä urheiluseurassa harrastaviin, urheiluseuraharrastamisen lopettaneisiin sekä ei ikinä urheiluseurassa harrastaneisiin. Nuorten aikuisten päihteidenkäyttöä tarkasteltiin säännöllisen alkoholin, tupakan ja nuuskan käytön sekä humalajuomisen osalta. Tutkimuksen taustamuuttujina olivat vastaajan sukupuoli, asuinpaikkakunnan tyyppi sekä pääasiallinen toiminta. Analyysit suoritettiin SPSS 28-ohjelmalla ristiintaulukoinnin, khiin neliö (χ^2) -testin sekä binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla.

Tulokset osoittivat, että khiin neliö (χ^2) -testillä tarkasteltaessa tupakointi oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä urheiluseuraharrastamiseen ($p=0,001$). Tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä ei havaittu muiden päihteiden osalta. Binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla tarkasteltiin urheiluseuraharrastamisen, sukupuolen, asuinpaikkakunnan tyyppin sekä pääasiallisen toiminnan yhteyttä päihteidenkäyttöön. Taustatekijät samanaikaisesti huomioiden urheiluseurassa harrastavat nuoret aikuiset käyttivät harvemmin säännöllisesti alkoholia, kun heitä verrattiin urheiluseuraharrastamisen lopettaneisiin ($p=0,018$) ja ei ikinä urheiluseurassa harrastaneisiin ($p=0,010$). Myös säännöllinen tupakointi oli vähäisempää urheiluseuraharrastajilla verrattuna urheiluseuraharrastamisen lopettaneisiin ($p=0,001$) ja ei ikinä urheiluseurassa harrastaneisiin ($p=0,006$). Tilastollisesti merkitseviä eroja urheiluseuraharrastajien, lopettaneiden sekä ei ikinä harrastaneiden välillä ei havaittu säännöllisen nuuskan käytön ja humalajuomisen suhteen.

Urheiluseuraharrastaminen saattaa suojata nuoria aikuisia päihteiden säännölliseltä käytöltä. Tutkimustieto tämän ikäisellä otannalla ja suomalaisen urheiluseurakulttuuriin sopivana on vähäistä, joten tutkimus toi tärkeää lisätietoa keskusteluun nuorten aikuisten säännöllisen päihteidenkäytön taustalla olevista tekijöistä. Jatkotutkimuksien avulla voidaan selvittää, onko urheiluseuraharrastamisen ja päihteidenkäytön välillä syy-seuraussuhdetta, ja mitkä mahdolliset tekijät urheiluseuratoiminnassa ovat yhteydessä harrastajien vähäisempään päihteidenkäyttöön.

Asiasanat: urheiluseuraharrastaminen, päihteidenkäyttö, nuoret aikuiset

ABSTRACT

Salminen, K. 2023. Does sports club participation protect against regular substance use in 18- to 21-year-old young adults? Results from The Finnish Health Promoting Sports Club (FHPSC) Study 2018, University of Jyväskylä, Master's thesis, 66 pp.

Sports club participation is known to have a positive effect on many aspects of an individual's health behaviour. However, in some cases young adult sports club participants' substance use seems to be heavier than their non-participating peers' use. The research on the association between sports club participation and substance use in young adults is scarce. The aim of this study was to examine whether sports club participation is associated with regular alcohol, tobacco, and snus use as well as recurrent binge drinking.

This thesis was based on the results of The Finnish Health Promoting Sports Club (FHPSC) cohort study, whose data was collected in 2017–2018. The sample was 18 to 21-year-old young adults who were current, former, or never sports club participants. Substance use was examined by regular alcohol, tobacco, and snus use as well as by binge drinking episodes. The background variables were gender, urban-rural residence, and the main type of economic activity. The data was analysed with SPSS 28, using cross tabulation, chi square test, and binary logistic regression.

A chi square test showed that there was a statistically significant association between regular tobacco use and sports club participation ($p=0,001$). No statistically significant association was found between sports club participation and other substance use. Binary logistic regression analyses were adjusted by sports club participation, gender, urban-rural residence, and the main type of economic activity. The study results reveal that when background variables were taken into consideration, sports club participants used statistically significantly less alcohol regularly when compared to former participants ($p=0,018$) and never participated young adults ($p=0,010$). Current sports club participants were also less likely to use tobacco regularly when compared to former participants ($p=0,001$) and never participants ($p=0,006$). No statistically significant differences were found between current sports club participants and former or never participants in binge drinking and regular snus use variables.

Sports club participation might prevent young adults from regular substance use. Research is lacking in this age group and in a context that matches the nature of Finnish sports clubs. The results of this study bring new important knowledge in the discussion about factors associated with substance use in young adults. Future studies should investigate whether there is a causal relationship between sports club participation and substance use, and what factors in the sports club context are influencing the participants' substance use.

Key words: sports club participation, substance use, young adults

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	1
2	PÄIHTEET JA NUORET AIKUISET	3
2.1	Nuorten aikuisten päihteidenkäyttö	3
2.2	Päihteidenkäytön seuraukset.....	4
2.3	Päihteidenkäyttöön yhteydessä olevat tekijät	6
2.3.1	Yksilötekijät	6
2.3.2	Ympäristötekijät	7
2.3.3	Sosiodemografiset tekijät	9
3	URHEILUSEURATOIMINTA JA NUORET AIKUISET.....	11
3.1	Urheiluseuraharrastamisen syyt nuorilla aikuisilla.....	11
3.1.1	Yksilötekijät	12
3.1.2	Ympäristötekijät	14
3.2	Urheiluseuratoiminta terveyden edistäjänä	16
4	URHEILUSEURAHARRASTAMISEN YHTEYS PÄIHTEIDENKÄYTTÖÖN.....	18
4.1	Alkoholi ja humalajuominen	18
4.2	Tupakka ja nuuska	19
5	TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	20
6	TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT	21
6.1	Tutkimukseen valitut muuttujat sekä muuttujamuunnokset.....	21
6.2	Aineiston analysointimenetelmät	24
7	TULOKSET	26
7.1	Urheiluseuraharrastamisen yhteys säännölliseen alkoholin käyttöön	28
7.2	Urheiluseuraharrastamisen yhteys humalajuomiskertojen määrään.....	30
7.3	Urheiluseuraharrastamisen yhteys säännölliseen tupakan käyttöön.....	31

7.4 Urheiluseuraharrastamisen yhteys säännölliseen nuuskan käyttöön.....	33
8 POHDINTA.....	36
8.1 Tutkimuksen tuloksien tarkastelu.....	36
8.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys.....	40
8.3 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset	42
LÄHTEET	44

1 JOHDANTO

Suomalaisten nuorten aikuisten tupakointi ja alkoholinkäyttö on vähentynyt viime vuosikymmeninä ja yhä useampi mieltää itsensä raittiiksi (Kinnunen ym. 2019). Vaikka tupakointi ja alkoholinkäyttö on vähentynyt, niin jopa kolmas korkeakouluopiskelijoista raportoi ongelmalliseen alkoholinkäyttöön viittaavaa käyttöä (El Ansari ym. 2021) ja 18–29-vuotiaista miehistä reilu viidennes ja naisista lähes kuudennes tupakoi vähintään päivittäin (Jääskeläinen ym. 2019). Nuuskan käyttö on taasen lisääntynyt nuorilla aikuisilla (Kinnunen ym. 2019; Koskinen & Virtanen 2022). Alkoholien käyttö sekä tupakointi ovat maailmanlaajuisesti merkittävimpiä tautitaakkaa ja kuolemia aiheuttavia tekijöitä (Abbasi-Kangevari ym. 2020; Venkateswaran ym. 2018), kuin myös merkittävä kansantaloudellinen rasite: Suomessa alkoholinkäytön haittojen arvioitiin aiheuttavan vuonna 2016 jopa lähes miljardin euron julkiset kustannukset (THL 2018).

Varhaisaikuisuudessa päihdekokeilut ovat yleisiä, kun nuori aikuinen etsii identiteettiään ja itselleen sopivia käyttäytymismalleja (Haydon ym. 2011; Howard & Galambos 2011). Nuorten aikuisten päihteidenkäytön yleisyyteen on yhteydessä yhteiskunnallisten rajoittavien toimien (Levy ym. 2012) lisäksi lukuisat sosiodemografiset ja yksilölliset tekijät (Gray & Squeglia 2018; Schulte ym. 2009; Stone ym. 2012). Myös nuorena aikuisuudessa sosiaalisten suhteiden merkitys päihteidenkäyttöön on tunnistettu (Arnett 2014; Andrews ym. 2002).

Urheiluseuratoiminta on sosiaalinen ympäristö, jossa yksilö-, ympäristö- ja organisaatiotason tekijät toimivat vuorovaikutuksessa, vaikuttaen osallistujien terveyteen ja hyvinvointiin (WHO 2022). Urheiluseuraharrastamisen tiedetään olevan nuorilla ja nuorilla aikuisilla positiivisesti yhteydessä lukuisiin elämän osa-alueisiin, kuten parempaan terveyteen (Barbry ym. 2022) ja myönteisempään terveyskäyttäytymiseen (Mononen ym. 2021, 37). Toisaalta urheiluseurat voivat olla myös alusta epäsuotuisan käyttäytymisen muodostumiselle, sillä tutkimuskirjallisuudessa on havaittu urheiluseurassa (Ward & Gryczynski 2007) ja korkeakoulujen urheilujoukkueissa harrastavilla yleisempää alkoholinkäyttöä kuin muilla nuorilla aikuisilla (Ford 2007; Martens ym. 2006). Toisaalta tupakointi näyttää olevan vähäisempää urheiluseuraharrastajilla kuin muilla nuorilla aikuisilla (Primack ym. 2010). Urheiluseuratoiminta nähdään tärkeänä ympäristönä terveydenedistämistoimille (Geidne ym. 2013), kuten päihteidenkäytön ehkäisemiselle.

Urheiluseuraharrastamisen ja päihteidenkäytön välisiä yhteyksiä ei ole kuitenkaan kattavasti tutkittu nuorilla aikuisilla, vaikkakin urheiluseurassa harrastavien nuorten päihteidenkäyttöä on selvitetty pohjoismaisissa tutkimuksissa (mm. Halldorsson & Thorlindsson 2014; Kristjansson ym. 2016; Ng ym. 2017; Torstveit ym. 2018). Lisäksi tutkimuskirjallisuudessa on vain harvoin (mm. Lau ym. 2019; Sekulic ym. 2017) tarkasteltu miten urheiluseuraharrastajat eroavat harrastamisen lopettaneista nuorista päihteidenkäytön suhteen.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella 18–21-vuotiaiden nuorten aikuisten urheiluseuraharrastamisen yhteyttä säännölliseen alkoholin, tupakan ja nuuskan käyttöön sekä humalajuomiseen ottaen huomioon niihin mahdollisesti yhteydessä olevat taustatekijät. Tuloksien perusteella voidaan arvioida säännöllisen päihteidenkäytön yleisyyttä niin urheiluseurassa harrastavissa, harrastamisen lopettaneissa kuin myös ei ikinä urheiluseurassa harrastaneissa nuorissa aikuisissa. Lisäksi urheiluseuraharrastamisen, taustatekijöiden ja päihteidenkäytön välisien yhteyksien ymmärtämisen avulla voidaan tunnistaa paremmin säännölliselle päihteidenkäytölle haavoittuvassa asemassa olevia nuoria aikuisia.

2 PÄIHTEET JA NUORET AIKUISET

Varhaisaikuisuus on elämänvaihe, jota kuvastaa itsensä etsiminen ja suuret elämänmuutokset (Arnett 2000; Nelson ym. 2008), kuten kotoa poismuutto, oppivelvollisuuden loppuminen ja parisuhteen muodostaminen (Buchmann & Kriesi 2011). Euroopassa muutos nuoruudesta aikuisuuteen on muuttunut nopeasta ja jäsentyneestä elämänvaiheesta hitaampaan ja vähemmän yhtenäiseen, ja monet elämäntapahtumat tapahtuvat aikaisempaa myöhemmin, ne ovat vähemmän yhteydessä toisiinsa sekä ne eivät välttämättä tapahdu samassa järjestyksessä (Lesnard ym. 2016). Varhaisaikuisuus ja nuoruus ovat usein päällekkäisiä käsitteitä, ja nuorista puhuttaessa voidaan tarkoittaa 15–24-vuotiaita (YK 1981) tai kaikkia alle 29-vuotiaita henkilöitä (Nuorisolaki 1285/2016), kun taas varhaisaikuisuudesta tai nuorista aikuisista puhuttaessa tarkoitetaan 18–25-vuotiaita henkilöitä (Arnett 2000). Nuoruus voidaankin määritellä kronologisesti, biologisesti tai kulttuurisidonnaisesti (Howard & Galambos 2011; Myllyniemi & Berg 2013; Nuorisolaki 1285/2016; YK 1981).

Varhaisaikuisuudessa usein kokeillaan rajoja ja etsitään itselle sopivia käyttäytymismalleja, ja esimerkiksi päihdekokeilut ovat yleisiä (Haydon ym. 2011; Howard & Galambos 2011). Päihteiden kokeilu nähdään osittain normaalina vaiheena nuorena aikuisuudessa (Howard & Galambos 2011). Päihteitä ovat päihdyttävässä tarkoituksessa käytettäviä psyykkisiin toimintoihin vaikuttavia aineita, kuten alkoholi, huumeet ja päihtymystarkoitukseen käytetyt lääkkeet (THL 2020). Tupakkatuotteet, kuten tupakka ja nuuska, ovat taasen nikotiinia sisältäviä tuotteita, jotka aiheuttavat riippuvuutta (USDHHS 2014). Tässä tutkielmassa puhuttaessa päihteistä tarkoitetaan kolmea laillista päihtymistä tai riippuvuutta aiheuttavaa ainetta: alkoholia, tupakkaa ja nuuskaa.

2.1 Nuorten aikuisten päihteidenkäyttö

Suomalaisten 18-vuotiaiden viikoittainen alkoholin käyttö, humalajuominen sekä päivittäinen tupakointi on vähentynyt viimeisten vuosikymmenien aikana (Kinnunen ym. 2019), ja samansuuntaisia trendejä on havaittu esimerkiksi Norjassa nuorilla aikuisilla tupakankäytön osalta (Tjora ym. 2020) ja muualla Euroopassa hieman nuoremmilla alkoholin ja tupakankäytön osalta (Kraus ym. 2016; de Looze ym. 2015). Vaikka raittiiden nuorten aikuisten osuus on lisääntynyt (Kinnunen ym. 2019), niin kuitenkin suomalaisista korkeakouluopiskelijoista lähes

kolmannes käyttää alkoholia liikaa (Parikka ym. 2021) ja lähes kolmannes raportoi alkoholin ongelmakäyttöön viittaavaa käyttöä (El Ansari ym. 2021). 18-vuotiaista nuorista aikuisista alkoholia käyttää vähintään viikoittain joka neljäs miehistä ja joka kuudes naisista (Kinnunen ym. 2019). Alkoholi juomia ovat alkoholipitoisuudeltaan vähintään 1,2 tilavuusprosenttia ja enintään 80 tilavuusprosenttia sisältävät juomat (Valvira 2020), kuten oluet, viinit ja viinat (IARC 2012). Humalajuomisella tarkoitetaan suurten alkoholimäärien juomista kerralla, ja tutkimuskirjallisuudessa humalajuomiskerroiksi on määritelty, kun nuori aikuinen on juonut kerralla alkoholia 6 annosta tai enemmän (Parikka ym. 2021) tai arvioinut juoneensa itsensä tosi humalaan asti (Kinnunen ym. 2019).

Päivittäin tupakkatuotteita tai sähkösavukkeita käyttää 18–29-vuotiaista miehistä reilu viidennes ja naisista lähes kuudennes (Jääskeläinen ym. 2019), ja 18-vuotiaissa (Kinnunen ym. 2019) ja korkeakouluopiskelijoissa niin miesten kuin naisten nuuskan käyttö on yleistynyt (Koskinen & Virtanen 2022). Nuuskankäyttö on edelleen yleisempää nuorilla miehillä kuin nuorilla naisilla (Kinnunen ym. 2019). Tupakkatuotteet voivat olla poltettavia, kuten savukkeet, sikarit ja piiput (IARC 2012; THL 2020), tai savuttomia, kuten purutupakka ja nenään tai suuhun asetettava tupakkajauhe (IARC 2012; Tupakkalaki 549/2016 2016). Kosteaa ruotsalaistyyppistä nuuskaa käytetään tyypillisimmin asettamalla annospussi suuhun ylä- tai alahuuleen (Ollila ym. 2021). Kosteaa suunuuskaa käytetään erityisesti Pohjoismaissa (IARC 2012), ja muualla Euroopassa käyttö on vähäistä (Leon ym. 2016). Päihteidenkäyttö on monilta osin ongelmallista ottaen huomioon käyttöön liitetyt lukuisat terveydelliset haitat.

2.2 Päihteidenkäytön seuraukset

Päihteidenkäyttö, ja erityisesti runsas käyttö, on vahingollista, sillä käyttö on linkitetty useaan akuuttiin ja pitkäaikaiseen haittaan. Runsa alkoholin käyttö vaikuttaa negatiivisesti aivojen kehitykseen ja kognitiiviseen suoriutumiskykyyn niin nuorilla (Bava & Tapert 2010; Squeglia ym. 2009) kuin nuorilla aikuisilla (Cservenka & Brumback 2017). Alkoholi ja mielenterveyden ongelmat ovat monin tavoin yhteydessä toisiinsa: Nuorilla aikuisilla masennus on yhdistetty humalajuomiseen (Paschall ym. 2005) ja humalajuominen aikuisuudessa näyttää ennustavan masennusoireita (Paljärvi ym. 2009). Nuoren aikuisuuden alkoholin ongelmakäytön on havaittu olevan yhteydessä koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle jäämiseen (Mäkelä & Paljärvi 2015) sekä ennen aikaiselle työkyvyttömyyseläkkeelle jäämiseen (Sidorchuk ym. 2012).

Alkoholinkäytön haitat ovat myös akuutteja, sillä tapaturmien määrän (Taylor ym. 2010) sekä nuorilla aikuisilla riskikäyttäytymisen on huomattu lisääntyvän kerralla juodun alkoholin määrän ja juomiskertojen määrän lisääntyessä (Thompson ym. 2012).

Nuorten aikuisten säännöllinen tupakointi on taasen yhdistetty muun muassa keuhkojen heikentyneeseen toimintaan (Urrutia ym. 2005), hampaiden menetykseen (Ylöstalo ym. 2004), masennukseen (Lee ym. 2022) sekä aikuisväestöllä aivoinfarktiin (Rissanen ym. 2019) ja sydänsairauksien kuolleisuuteen (Khan ym. 2015). Tupakansavussa on yli 70 syöpää aiheuttavaa karsinogeeniä, ja tupakoinnin onkin todettu aiheuttavan lukuisia syöpiä (IARC 2012), kuten paksusuolen syöpää (Liang ym. 2009) ja naisilla rintasyöpää (Bjerkaas ym. 2013; Dossus ym. 2014). Tutkimuksissa on osoitettu tupakoivilla urheilijoilla olevan heikompi sydämen toimintakyky urheilusuorituksissa ja sen jälkeen (Jang ym. 2017; Pepera & Panagiota 2021), heikompi keuhkojen toimintakyky (Jang ym. 2017; Šaranović ym 2019) sekä suurempi rasvamassan ja pienempi lihasmassan osuus kehossa (Šaranović ym 2019) kuin tupakoimattomilla urheilijoilla.

Myös nuuskan käyttö on mahdollisesti yhteydessä joidenkin syöpien syntyyn (Norwegian Institute of Public Health 2019). Nuuskan käyttö on myös yhdistetty miehillä kohonneeseen yleiseen kuolleisuusrisktiin (Byhamre ym. 2021), naisilla heikompaan itsearvioituun terveydentilaan (Lund ym. 2018) sekä runsas käyttö on yhdistetty tyypin II diabetekseen ja metaboliseen oireyhtymään (Norwegian Institute of Public Health 2019). Lisäksi nuuskankäyttö on yhteydessä nuorilla epäsäännöllisiin ruokailutottumuksiin ja nuorilla tytöillä häiriintyneeseen syömiseen (Reas ym. 2019). Nuuskan käyttö aiheuttaa myös haittavaikutuksia esimerkiksi suorituskykyyn, sillä nikotiini lisää verenkierron rasitusta ja täten heikentää rasituksen sietoa (Patja & Borodulin 2020).

Toisin kuin tupakkatuotteissa, nuuskan nikotiinimäärää ei säännöstellä (Ollila ym. 2021), ja myös nuuskan sisältämä nikotiini aiheuttaa fyysisiä sekä psyykkisiä käyttö- ja vieroitusoireita (Patja & Borodulin 2020). Nuoruuden nuuskan käytön on havaittu olevan yhteydessä tupakoinnin aloittamiseen varhaisaikuisuudessa (Araneda ym. 2020; Grøtvedt ym. 2013). Toisaalta nikotiinituotteiden käyttöön liitetään myös positiivisia kokemuksia. Urheilijat kertovat käyttävänsä nikotiinituotteita keskittymis- ja suorituskyvyn sekä reaktioajan parantamiseksi (Mündel 2017), rentoutumisen (Pelto-Arvo & Palomäki 2017) ja

painonhallinnan apuna, endorfiinin vaikutuksen tehostamiseksi sekä suun kuivumisen ehkäisemiseksi (Patja & Borodulin 2020).

2.3 Päihteidenkäyttöön yhteydessä olevat tekijät

Päihteiden kokeilu on yleistä varhaisaikuisuudessa (Kinnunen ym. 2019). Päihteidenkäyttöön, ja erityisesti sen runsauteen ja ongelmalliseen käyttöön, ovat yhteydessä nuorilla ja nuorilla aikuisilla samanaikaisesti lukuisat biologiset, sosiaaliset ja psyykkiset yksilötekijät yhdessä ympäristötekijöiden kanssa (Gray & Squeglia 2018; Schulte ym. 2009; Stone ym. 2012).

2.3.1 Yksilötekijät

Nuorten aikuisten päihteidenkäyttöön on oleellisesti yhteydessä yksilölliset tekijät. Yksilön perinnöllisillä ominaisuuksilla on oma osuutensa, sillä päihderiippuvuuksiin on pystytty yhdistämään joitakin geneettisiä tekijöitä (Li ym. 2011; Stone ym. 2012), ja esimerkiksi tupakoimiseen näyttää olevan yhteydessä nikotiinin metaboloitumiseen vaikuttava CYP2A6-entsyymi (Thorgeirsson ym. 2010). Aivot kehittyvät läpi nuoruuden ja joiltakin osin kypsyminen tapahtuu vasta varhaisaikuisuudessa, vaikuttaen päätöksentekoon, impulsiivisuuteen sekä motivaatioon (Gray & Squeglia 2018). Nuorilla aikuisilla riskikäyttäytyminen on yhteydessä humalajuomiseen (de Haan ym. 2015), ja nuoremmilla on havaittu vielä kehitysvaiheessa olevien aivojen toimintojen altistavan nuoria päihteiden riskikäytölle (Schulte ym. 2009). Päihteidenkäyttöön liitetään myös positiivisia kokemuksia, sillä nuoret ja nuoret aikuiset ovat kertoneet alkoholinkäytön motiiveiksi sosiaaliset syyt sekä viihtymisen (Kuntsche ym. 2005).

Toisaalta hyvät itsesäätelytaidot, eli korkea kyky säädellä omia tunteita ja käytöstä, ovat nuorilla aikuisilla yhteydessä vähäisempään alkoholinkäyttöön (Quinn & Fromme 2010). Nuorilla sekä nuorilla aikuisilla persoonallisuuden ja luonteen piirteistä elämishakuisuus (Adan ym. 2017; Stone ym. 2012; Yusko ym. 2008), korkea impulsiivisuus sekä ulospäinsuuntautuneisuus (Adan ym. 2017) ovat yhteydessä alkoholin käyttöön, ja samat piirteet näyttävät olevan yhteydessä myös muihin riippuvuutta aiheuttavaan käyttäytymiseen, kuten ongelmalliseen raha- ja digipelaamiseen (Walther ym. 2012). Mielenterveyden ongelmat,

kuten masennus ja ahdistus, ovat yleisempiä alkoholia, tupakkaa tai kannabista käyttävien nuorten ja nuorten aikuisten keskuudessa (Esmaeelzadeh ym. 2018). Alkoholinkäytön ongelmien ja masennuksen välillä on arvioitu olevan syy-seuraussuhde, vaikkakaan yhteyden suunta ei ole selkeä: alkoholinkäyttö saattaa altistaa masennukselle tai masennus alkoholinkäytölle (Boden & Fergusson 2011).

2.3.2 Ympäristötekijät

Niin nuorten kuin nuorten aikuisten päihteidenkäyttöä pyritään ehkäisemään erinäisten yhteiskunnallisten toimien avulla. Suomessa alkoholi- (Alkoholilaki 1102/2017 2018) ja tupakkatuotteiden (Tupakkalaki 549/2016 2016) laillinen hallussapito- ja ostoikäraja on 18 vuotta, kun taas nuuskan myynti on laitonta kaikenikäisille (Tupakkalaki 549/2016 2016). Toisaalta vuonna 1995 asetettu nuuskan myyntikielto ei näyttänyt pysäyttävän tai vähentävän alaikäisten nuorten nuuskankäyttöä (Huhtala ym. 2006). Nuuskaa tuodaan Suomeen Ruotsista ja Venäjältä sekä risteilyaluksilta, sillä nuuskan myynti on sallittua Ruotsin aluevesillä (Salminen ym. 2017).

On arvioitu, että tehokkailla tupakointia rajoittavilla toimilla, kuten esimerkiksi verotuksella, mainontakielloilla ja varoitusmerkinnöillä, voidaan merkittävästi vähentää tulevaisuuden tupakoinnin yleisyyttä sekä tupakointiin liittyviä kuolemia (Levy ym. 2012). Nuorilla aikuisilla tupakkamainonnalle altistuminen on yhteydessä yleisempään tupakointiin (Ling ym 2009), kun taas tupakoinninvastaiselle mainonnalle altistuminen on yhteydessä tupakoinnin lopettamiseen tai käytön vähentämiseen (Terry-McElrath ym. 2013). Nuorten ja nuorten aikuisten päihteidenkäyttöön on myös huomattu olevan epäsuotuisasti yhteydessä päihteisiin liittyvän sosiaalisen median sisällölle altistuminen (Davis ym. 2019).

Tiedetään, että alaikäisillä nuorilla positiiviset vanhemmuustyylit (Ryan ym. 2010), selkeiden sääntöjen asettaminen (Van Der Vorst ym. 2007) ja korkeampi valvonta ovat yhteydessä vähäisempään päihteidenkäyttöön (Dever ym. 2012; Kristjansson ym. 2016; Raitasalo ym. 2018). Valitettavasti perheolosuhteet saattavat myös altistaa nuoria huonoille terveystottumuksille, sillä esimerkiksi tupakoivien vanhempien nuoret tupakoivat yleisemmin kuin muut nuoret (Kestilä & Salasuo 2006; Kinnunen ym. 2018; Williams ym. 2015). Varhaisaikuisuudessa vanhempien merkitys nuoren aikuisen elämään vähenee, kun

vanhempien rooli nuoren aikuisen sosialisatiossa heikentyy (Arnett 2014). Myös vanhempien asettamat rajat ja säännöt vähenevät tai poistuvat kokonaan (Arnett 2014), joka mahdollistaa nuoren aikuisen lisääntyneen päätäntävällän elämästään ja valinnoistaan. Onkin huomattu, että kotoa poismuutto ja korkeakouluopintojen aloittaminen ovat yhteydessä nuorilla aikuisilla alkoholinkäytön ja humalajuomisen lisääntymiseen (White ym. 2006). Vaikka nuoruuden ja varhaisaikuisuuden muutosvaiheessa nuori aikuinen etsii itseään autonomisena yksilönä, on vanhempien tuki kuitenkin edelleen tärkeää muutoksen onnistumisessa (Howard & Galambos 2011).

Siirryttäessä nuoruudesta varhaisaikuisuuteen nuoren ja vanhemman suhde muuttuu (Galambos & Kotylak 2012), ja nuoren aikuisen sosiaaliset suhteet järjestäytyvät uudelleen (Nelson ym. 2008). Nuoruuden ja aikuisuuden muutosvaiheessa nuori työstää identiteettiään positiivisen itsekäsityksen luomiseksi, ja nuori ottaa mallia vertaisistaan, jotka hän näkee myönteisessä valossa (Dijkstra & Veenstra 2011). Tiedetäänkin, että nuoruudessa paine yhdenmukaisuuteen ympäristön kanssa on suurimmillaan, ja nuoret ovat erityisen alttiita mukautumaan muiden mielipiteisiin ja käyttäytymiseen sosiaalisten normien kautta (Dijkstra & Veenstra 2011). Varhaisaikuisuudessa ystävyysuhteet vaikuttavan olevan merkityksellisempiä kuin nuoruudessa, mutta toisaalta ystävien vaikutus yksilön elämään voi heikentyä, kun ystävien kanssa vietetty aika vähenee ja nuoret aikuiset tekevät itsenäisiä päätöksiä elämästään (Arnett 2014).

Nuoruudessa ystävyysuhteissa tapahtuu valikointia, vaikuttamista ja projektiota, kun nuori omaksuu itselleen ystäviensä käyttäytymistä (Glanz ym. 2015, 207–209), mutta myös heijastaa omaa käyttäytymistään ystäviinsä ja valikoi ystävikseen samanlaista käyttäytymistä toteuttavia nuoria (Arnett 2014). Varhaisaikuisuudessa ystävyysuhteiden valikointi saattaa olla jopa voimakkaampaa, kun nuori aikuinen voi itsenäisesti päättää ystävyysuhteistaan ilman vanhempien tai kouluympäristön tuomaa vaikutusta (Arnett 2014). Nuorilla aikuisilla on havaittu päihteidenkäytön olevan yhteydessä ystävien päihteidenkäyttöön (Andrews ym. 2002), ja esimerkiksi korkeakouluopiskelijoiden alkoholinkäyttöön on huomattu olevan yhteydessä opiskelijaystävien alkoholinkäyttö (Russell ym. 2021). Myös hieman nuoremmilla on havaittu tupakoinnin olevan yhteydessä ystävien tupakointiin (Simons-Morton & Farhat 2010; Stone ym. 2012; Williams ym. 2015).

2.3.3 Sosiodemografiset tekijät

Eroja päihteidenkäytössä on havaittu myös väestöryhmien välillä. Nuorilla aikuisilla nuuskaaminen (Tjora ym. 2020), tupakointi (Chen & Jacobson 2012; Tjora ym. 2020) sekä päihteidenkäyttö ja päihteidenkäytön ongelmat ovat yleisempiä miehillä kuin naisilla (Stone ym. 2012). Miesten päihteidenkäyttö myös lisääntyy naisia enemmän nuoruuden ja varhaisaikuisuuden aikana (Chen & Jacobson 2012). Myös koko aikuisväestössä tupakoinnin on havaittu olevan yleisempää miehillä (Oura ym. 2020).

Suomessa on havaittu eroja päihteidenkäytössä asuinpaikkakunnan tyypin mukaan. Kaupunkialueilla asuvan aikuisväestön on havaittu käyttävän maaseudulla asuvia yleisemmin alkoholia liikaa (Kaikkonen ym. 2013), ja nuorten aikuisten miesten nuuskankäyttö näyttää olevan yleisempää kaupunkialueella asuvilla, kun heitä verrataan haja-asutusalueella asuviin nuoriin aikuisiin miehiin (Mattila ym. 2012). Ruotsissa on taasen havaittu, että 16–24-vuotiaat maaseudulla asuvat nuoret aikuiset polttavat päivittäin tupakkaa yleisemmin, kuin kaupungeissa asuvat samanikäiset nuoret aikuiset (Jonsson ym. 2019).

Koulutus ja koulumenestys näyttää olevan yhteydessä nuorten aikuisten päihteidenkäyttöön. Alkoholin ja tupakkatuotteiden käyttö on yleisempää matalan koulutustason omaavilla (Engström ym. 2010; Kestilä & Salasuo 2006). Nuoruuden päihteidenkäyttö ja heikko koulumenestys näyttää linkittyvän yhteen (Haukkala ym. 2006; Kinnunen ym. 2018; Williams ym. 2015), myös kun yhteyksiä tarkastellaan uudelleen varhaisaikuisuudessa (Latvala ym. 2014). Vain peruskoulun käyneet nuoret aikuiset suurkuluttavan alkoholia yleisemmin kuin ylemmän korkeakoulun suorittaneet nuoret aikuiset (Kestilä & Salasuo 2006). Päihteidenkäytön yleisyydessä on havaittu myös eroja koulutuspolkujen välillä, sillä humalahakuinen juominen ja tupakkatuotteiden käyttö on yleisempää ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoilla verrattuna lukiolaisiin (Ollila & Ruokolainen 2022; THL 2018). Lisäksi verrattuna yliopisto-opiskelijoihin, ammattikorkeakoulussa opiskelevat käyttävät yleisemmin päivittäin tupakkaa ja nuuskaa sekä käyttävät yleisemmin alkoholia liikaa ja humalahakuisesti (Parikka ym. 2021).

Koulutuksen lisäksi päihteidenkäyttöön näyttää olevan yhteydessä myös muut sosioekonomiset tekijät, kuten työllisyystilanne. Matalan sosioekonomisen aseman omaavat nuoret aikuiset käyttävät muita yleisemmin alkoholia (Redonnet ym. 2011), tupakkaa (Redonnet ym. 2011;

Tjora ym. 2020) sekä nuuskaa (Tjora ym. 2020), ja suomalaisessa vuosikymmeniä kestäneessä seurantatutkimuksessa yleisempään tupakointiin havaittiin olevan yhteydessä matalampi sosioekonominen status (Oura ym. 2020). Aikuisväestössä alkoholinkäyttöön ja humalajuomiseen on yhteydessä työpaikan menetys viimeisen vuoden aikana (Popovici & French 2013), ja alkoholin ja tupakkatuotteiden käyttö on yleisempää työttömillä nuorilla aikuisilla (Stone ym. 2012). Verrattuna työssä käyviin nuoriin aikuisiin, työttömät nuoret aikuiset suurkuluttavat yleisemmin alkoholia (Kestilä & Salasuo 2006) ja aikuisuuden työttömyyden on havaittu ennustavan elinikäistä tupakointia (Oura ym. 2020). Toisaalta taasen suomalaisessa tutkimuksessa havaittiin, että 18–21-vuotiaana työelämään siirtyneet tupakoivat yleisemmin kuin myöhemmin työelämään siirtyneet (Shiri ym. 2021), ja opiskelijana toimivat nuoret aikuiset miehet suurkuluttavat alkoholia työssä käyviä nuoria aikuisia harvemmin (Kestilä & Salasuo 2006).

3 URHEILUSEURATOIMINTA JA NUORET AIKUISET

Urheiluseuratoiminta liikuttaa vuosi vuoden jälkeen suuria määriä niin lapsia, nuoria, aikuisia kuin vanhuksia. Tänä päivänä urheiluseuroja onkin arviolta Suomessa jo 10 000 (Koski 2013). Urheiluseurat ovat keskeinen osa kansalaisyhteiskunnan organisoitua järjestötoimintaa (Lehtonen & Hakonen 2013), ja valtaosa urheiluseuratoiminnasta perustuu toimijoiden vapaaehtoisuuteen niin Suomessa (Szerovay 2021) kuin useassa Euroopan maassa (Bergsgard & Norberg 2010; Breuer ym. 2017; Euroopan komissio 2007a). Järjestöpohjainen urheiluseuratoiminta on voittoa tavoittelematonta ja se keskittyy jäsenistön tarpeiden täyttämiseen (Breuer ym. 2017; Euroopan komissio 2007a), ja toimintaa ohjaavat esimerkiksi kilpailulliset tavoitteet, liikunnan edistäminen tai nuorisokasvatus (Itkonen 2000, 23–24; Koski & Mäenpää 2018, 38).

Liikunta- ja urheiluseuran määrittelyn alle lukeutuvat perinteisten urheiluseurojen lisäksi myös oppilaitosten, työpaikkojen, asukas- ja kyläyhdistysten sekä kaveriporukoiden perustamat seurat ja kerhot (Koski & Mäenpää 2018, 105). Mukailten eri kirjallisuudessa käytettyjä urheiluseuran määritelmiä (Bean ym. 2014; Booth ym. 2015; Holt & Knight 2011; Logan & Cuff 2019), tämän tutkielman viitekehyksessä tarkoitetaan urheiluseuratoiminnalla koululiikunnan ulkopuolella tapahtuvaa, koulun, järjestön tai urheiluseuran järjestämää liikuntaa ja urheilua, joka sisältää muodollista harjoittelua. Lisäksi toiminta sisältää sääntöjä ja se voi sisältää kilpailuasetelman. Urheiluseuraharrastajilla tarkoitetaan taasen sellaisia henkilöitä, jotka osallistuvat urheiluseuran toimintaan itse harrastajina, eivätkä pelkästään valmentajina, ohjaajina tai muina taustahenkilöinä.

3.1 Urheiluseuraharrastamisen syyt nuorilla aikuisilla

Urheiluseuraharrastamisen yleisyys vähenee iän myötä: 15-vuotiaista nuorista urheiluseurassa harrastaa 44 prosenttia (Blomqvist ym. 2019), 18–20-vuotiaista lukiolaisista 30 prosenttia (Mononen ym. 2021, 37) ja aikuisväestöstä enää noin 15 prosenttia (Lehtonen & Hakonen 2013). Drop out -ilmiöllä tarkoitetaan nuoruudessa tapahtuvaa poisjääntiä urheiluseuratoiminnasta (Witt 2018), ja esimerkiksi reilu puolet 18–20-vuotiaista lukiolaisista on lopettanut urheiluseuraharrastamisen (Mononen ym. 2021, 36–37). Vaikuttaa myös siltä, että 15–19-ikävuoden välillä vain harvoin urheiluseurassa harrastamattomat aloittavat

harrastamisen (Rinta-Antila ym. 2022). Urheiluseurojen haasteena on pitää nuoret ja nuoret aikuiset mukana harrastustoiminnassa, ja ratkaisuksi on ehdotettu seuratoiminnan kehittämistä vastaamaan paremmin nuorten aikuisten erilaisiin tarpeisiin (Jakobsson ym. 2014). Urheiluseuraharrastamiseen, sen lopettamiseen ja harrastamattomuuteen on yhdistetty lukuisia tekijöitä niin yksilön kuin ympäristön tasolla.

3.1.1 Yksilötekijät

Varhaisaikuisuudessa tapahtuu suuria elämänmuutoksia (Arnett 2000; Nelson ym. 2008), ja tällöin tapahtuu usein myös muutoksia urheiluseuraharrastamisessa. Yleisimmin syyt urheiluharrastamisen lopettamiseen liittyvät sisäisiin tekijöihin ja ihmisten välisiin suhteisiin, ja joskus myös rakenteellisiin rajoituksiin, kuten loukkaantumisiin ja taloudellisiin syihin (Crane & Temple 2015; Witt 2018). Nuorilla aikuisilla urheiluseuraharrastamisen lopettamiseen on yhteydessä esimerkiksi kotoa poismuutto sekä avo- tai avioliittoon siirtyminen (Houten ym. 2017) tai tarve keskittyä opiskeluun (Rinta-Antila ym. 2022). Hieman nuoremmilla harrastamisen lopettamisen syiksi on mainittu muun muassa haasteet ajankäytössä, jotka voivat liittyä harrastusmatkoihin tai elämän muiden osa-alueiden velvollisuuksiin (Crane & Temple 2015).

Yksilön sosiodemografiset tekijät ovat yhteydessä urheiluseuraharrastamiseen. Nuorilla ja nuorilla aikuisilla on havaittu, että urheiluseuroissa harrastavat yleisimmin miehet ja pojat kuin naiset ja tytöt (Barbry ym. 2022; Strandbu ym. 2019; Vandermeerschen ym. 2015). Urheiluseurassa harrastavilla nuorilla aikuisilla on parempi koulumenestys, kuin muilla nuorilla aikuisilla (Vasold ym. 2019), ja hieman nuoremmilla on huomattu, että kaupungissa asuvat nuoret (Hakanen ym. 2019) sekä korkeammin koulutettujen vanhempien nuoret harrastavat yleisemmin urheiluseuroissa kuin muut nuoret (Palomäki ym. 2016; Vandermeerschen ym. 2015). Toisaalta eräässä tutkimuksessa havaittiin matalan sosioekonomisen aseman omaavien aikuisten harrastavan jopa yleisemmin urheiluseuroissa (Eime ym. 2015).

Urheiluseuraharrastamiseen on havaittu olevan yhteyksissä lukuisia psyykkisiä sekä kognitiivisia tekijöitä. Urheiluseurassa harrastavia aikuisia näyttää yhdistävän tietyt luonteenpiirteet, sillä urheiluseuraharrastaminen on tutkimuksissa yhdistetty aikuisilla luonteenpiirteistä ulospäinsuuntautuneisuuteen, avoimuuteen uusille kokemuksille sekä

psykkiseen tasapainoon (Allen ym. 2013). Myös yksilöllinen motivaatio selittää urheiluseuraharrastamista. Erityisesti sisäisen motivaation, eli yksilön pyrkimys saavuttaa itse määrittelemiään tavoitteita, on huomattu olevan yhteydessä urheiluharrastamiseen (Gröpel ym. 2016; Teixeira ym. 2012). Urheiluseurassa harrastamattomat ovatkin raportoineet harrastamattomuuden syyksi muun muassa motivaation puutteen (Mononen ym. 2021, 43–44).

Itsemääräämisteorian (Self Determination Theory) mukaan motivaation keskeisiä perusteita ovat kolme psykologista perustarvetta: autonomian tunne, eli mahdollisuus vaikuttaa omaan toimintaan ja sen säätelyyn, kyvykkyys, eli luottamus omiin kykyihin ja kokemus onnistumisesta, sekä sosiaalinen yhteenkuuluvuus (Ryan & Deci 2000). Liikunnan motiivit ovat hyvin samansuuntaiset niin lapsilla kuin nuorilla aikuisilla (Zacheus & Saarinen 2019, 97–99). Nuorilla aikuisilla liikkumista motivoivia tekijöitä ovat muun muassa terveyden tavoittelu ja ylläpito, kunnon kohottaminen sekä ilon, hyvinolontunteen tai onnistumisen elämyksien kokeminen (Grénman ym. 2018; Zacheus & Saarinen 2019, 99).

Urheiluseuraharrastamisen syyksi taasen nuoret aikuiset kertovat kokemuksen liikuntataitojen kehittymisestä, kun taas vain harvoin kilpaileminen koetaan tärkeäksi urheiluseuraharrastamisen jatkamisen kannalta (Jakobsson 2014). Hieman nuoremmilla onkin huomattu, että yksi syy urheiluseuraharrastamisen lopettamiselle näyttää olevan harrastuksen liiallinen kilpailullisuus (Jakobsson & Lundvall 2021). 18–20-vuotiaista reilu puolet harrastaakin urheiluseurassa ilman kilpailullisia tavoitteita (Mononen ym. 2020, 40). Kuitenkin urheiluseuraharrastuksien kilpailulliset ominaisuudet muuttuvat iän karttuessa – mitä vanhemmista nuorista ja nuorista aikuisista puhutaan, niin sitä suuremmaksi kasvaa valtakunnallisella tai paikallis- ja aluetasolla kilpailevien harrastajien osuus, ja vastaavasti harrastetasolla kilpailevien ja kilpailutoimintaan osallistumattomien osuus pienenee (Blomqvist ym. 2019, 51–52; Mononen ym. 2020, 40).

Nuorten aikuisten urheiluseuraharrastuksessa mukana pysymiseen on keskeisesti yhteydessä yksilön osallistuminen ja vaikuttaminen (Lindgren ym. 2017). Osallistumisella tarkoitetaan nuorten harrastavien aikuisten kokemusta siitä, että jokaisella on oikeus osallistua riippumatta taitotasosta, tavoitteista, sosioekonomisesta asemasta, sukupuolesta tai seksuaalisesta suuntautumisesta (Lindgren ym. 2017). Tiedetäänkin, että hieman nuoremmilla harrastamisen lopettamisajatuksiin on yhteydessä kokemukset siitä, ettei nuori voi olla harrastuksissaan vapautuneesti oma itsensä (Tiirikainen & Konu 2013). Kolmannes 20–29-vuotiaista nuorista

on kokenut vähintään joskus kiusaamista, syrjintää tai muu epäasiallista käytöstä liikuntaharrastuksessaan (Zacheus & Saarinen 2019, 102), ja hieman nuoremmissa on huomattu kiusaamisesta erityisesti kärsivän vähemmistöryhmät, kuten etniseen, aatteelliseen tai uskonnolliseen ja seksuaalivähemmistöön kuuluvat sekä muunsukupuoliset nuoret (Hakanen ym. 2019). Lisäksi toiminnanrajoitteita kokevat nuoret osallistuvat muita nuoria harvemmin urheiluseuratoimintaan (Ng ym. 2021), ja vähemmistöryhmään kuuluvat tytöt harrastavat harvemmin urheiluseurassa, kun heitä verrataan vähemmistöryhmiin kuuluviin poikiin tai valtaväestöön kuuluviin nuoriin (Strandbu ym. 2019).

Vaikuttamisella tarkoitetaan taasen sitä, että nuoret aikuiset harrastajat voivat vaikuttaa seuran toimintaan sekä kokevat ilmapiirin olevan avoin keskustelulle (Lindgren ym. 2017). Valmentajan ja pelaajan välisen vuorovaikutussuhteen heikko laatu tai ongelmat voivat vaikuttaa lopettamiseen yhdessä heikon motivaatioilmapiirin kanssa (Rottensteiner ym. 2015). Sosiaalisten suhteiden merkitys yksilön motivaatioon urheiluseuraharrastamisessa onkin tunnistettu tutkimuskirjallisuudessa.

3.1.2 Ympäristötekijät

Sosiaalinen yhteenkuuluvuus esiintyy ihmisen luontaisena tarpeena kuulua ryhmään, saada positiivisia tunteita ryhmässä toimimisessa sekä kokea olevansa hyväksytty (Ryan & Deci 2000). Myös Lindgren ja muut (2017) kuvailevat sosiaalisen yhteenkuuluvuuden olevan yksi tärkeistä tekijöistä nuorten aikuisten urheiluseuraharrastamisen jatkamisessa. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus esiintyy urheiluseuratoiminnassa jäsenten kokemuksena ystävydestä, yhteenkuuluvuudesta sekä henkisestä tuesta. Yhteenkuuluvuuden ja ystävyuden kautta urheiluseuraharrastajat kokevat myös viihtyvyyttä ja nautintoa harrastuksessaan (Lindgren ym. 2017). Nuoret aikuiset kertovatkin urheiluseuraharrastamisen jatkamisen syiksi yhteenkuuluvuuden tunteen sekä kokemuksen hauskanpidosta ja viihtyvyydestä (Jakobsson ym. 2014). Hieman nuoremmilla taasen on huomattu kokemuksen negatiivisesta joukkueilmapiiristä olevan yhteydessä harrastamisen lopettamiseen (Crane & Temple 2015).

Urheiluseuraharrastuksessa merkityksellistä on myös valmentajan tarjoama henkinen tuki, joka näkyy hyvänä valmentajan ja pelaajan välisenä suhteena (Lindgren ym. 2017). Hieman nuoremmilla kokemukset omasta vuorovaikutussuhteestaan valmentajan kanssa ovat

merkityksellisiä harrastamisen jatkamisen kannalta (Rottensteiner ym. 2015; Tiirikainen & Konu 2013), ja reilu kolme neljästä harrastavasta nuoresta kokeekin, että valmentaja on kiinnostunut siitä, mitä nuorelle kuuluu (Mononen ym. 2021, 41). Lopettamista miettineissä urheiluseuraharrastajissa on yleisempää kokemus siitä, että valmentaja osoittaa vain vähäistä kiinnostusta valmennettaviaan kohtaan (Tiirikainen & Konu 2013).

Urheiluseuraharrastuksessa olevien joukkuekavereiden sekä valmentajien lisäksi myös vanhempien tuella näyttää olevan merkitystä nuorten aikuisten urheiluseuraharrastamisessa. Varhaisaikuisuudessa vanhempien merkitys nuoren aikuisen elämään muuttuu (Arnett 2014) ja kokemus vanhempien liikunnallisesta tuesta vähentyy (Hakanen ym. 2019). Kuitenkin edelleen vanhempien tuella on merkitystä nuorilla ja nuorilla aikuisilla urheiluseuraharrastamisen jatkamisessa, erityisesti naisilla (Rinta-Antila ym. 2022). Liikunnallisella tuella tarkoitetaan aineetonta tukea, kuten kannustusta liikuntaan, liikunnallisen mallin näyttämistä tai liikunnan arvostuksen osoittamista, sekä aineellista tukea, joita ovat esimerkiksi taloudellinen tuki ja kyyditseminen joukkueen tapahtumiin (Beets ym. 2010; Palomäki ym. 2017).

Yksi keskeinen osa-alue nuorten aikuisten urheiluseuraharrastamisen kannalta ovat hyvät olosuhteet (Lindgren ym. 2017). Hyvillä olosuhteilla tarkoitetaan harrastamisen matalia taloudellisia kustannuksia sekä harrastamiseen käytettyjen tilojen soveltuvuutta ja kehittämistä (Lindgren ym. 2017). Urheiluseuroissa lasten ja nuorten harrastaminen on kallistunut 2000-luvulla, ja erityisesti kilpaurheilussa kustannukset ovat jopa kaksinkertaistuneet (Puronaho 2014). Urheiluseuraharrastamiseen näyttääkin olevan yhteydessä taloudelliset kustannukset, sillä esimerkiksi työttömällä nuorilla ja nuorilla aikuisilla harrastamisen taloudelliset kustannukset ovat yleisin syy seuraharrastamisen lopettamiselle (Huhta 2015). Hieman nuoremmilla on havaittu, että taloudellisesti heikommassa asemassa olevien perheiden nuoret liikkuvat harvemmin urheiluseuroissa kuin paremmin toimeentulevien perheiden nuoret (Palomäki ym. 2016; Hakanen ym. 2019).

3.2 Urheiluseuratoiminta terveyden edistäjänä

Vaatimukset urheilutoiminnalle ja urheiluseuroille ovat kasvaneet, ja urheiluseuroilta odotetaan nykyään ammattimaista toimintaa sekä laadukkaita palveluja (Koski & Mäenpää 2018, 36–37). Liikunnan ja mielekkään harrastamisen lisäksi seuroilta ja harrastustoiminnalta on alettu vaatia myös yhteiskunnallista vastuuta. Euroopan komission urheilun valkoisessa kirjassa (White Paper on Sport) voittoa tavoittelemattomien urheiluorganisaatioiden yhteiskunnallisiksi tehtäviksi mainitaan muun muassa kansanterveyden edistäminen, sosiaalisen osallisuuden ja integraation vahvistaminen, aktiivisen kansalaisuuden edistäminen sekä kestävän kehityksen tukeminen (Euroopan komissio 2007b). Suomessa Olympiakomitea on taasen laatinut jäsenjärjestöilleen toiminnan tueksi eettiset periaatteet sekä vastuullisuusohjelman (Olympiakomitea 2021).

Urheiluseuratoiminta nähdään myös entistä enemmän mahdollisuutena toimia terveydenedistämisen ympäristönä (Geidne ym. 2013; WHO 2022). Terveyttä edistävässä urheiluseurassa terveydenedistäminen on sisällytetty urheiluseuran kaikkeen toimintaan ja kirjallisiin käytäntöihin (WHO 2022). Seurat tarjoavatkin hyvän alustan informaaliselle kasvatustoiminnalle, sillä toimintaan osallistutaan vapaaehtoisesti (Kokko 2014). Urheiluseuraympäristössä on myös toteutettu joitakin päihteiden käyttöä ehkäiseviä interventioita onnistuneesti (Kingsland ym. 2016; Wicki ym. 2018). Terveysten edistämistoimien avulla seurat voivat osaltaan vastata yhteiskunnan vaatimukseen kansanterveyden edistämiseksi, mutta myös saavuttaa omia päätavoitteitaan, joita ovat esimerkiksi urheilijoiden kehittyminen ja urheilusuoritusten parantuminen (Kokko 2014).

Niin lapsilla, nuorilla (Eime ym. 2013a) kuin aikuisväestöllä on havaittu urheiluseuraharrastamisella olevan positiivisia yhteyksiä hyvinvointiin (Eime ym. 2013b). Urheiluseurassa harrastavilla nuorilla aikuisilla on muita nuoria aikuisia parempi fyysinen toimintakyky (Barbry ym. 2022) ja matalampi leposyke (Pentikäinen ym. 2022). Positiivisia yhteyksiä on havaittu myös hieman nuoremmilla terveystyöskäytymisessä ja elintavoissa, sillä urheiluseurassa harrastavat nukkuvat arkipäivinä enemmän (Mäkelä ym. 2016; Torstveit ym. 2018), syövät täysipainoisemmin (Torstveit ym. 2018), kuten yleisemmin päivittäin vihanneksia (Heikkilä ym. 2021), sekä liikkuvat yleisemmin fyysisen aktiivisuuden suositusten mukaisesti kuin muut nuoret (Kokko ym. 2019; Mononen ym. 2021, 37; Mäkelä ym. 2016; Telford ym. 2015). Urheiluseuraharrastaminen pitkäjäksoisesti nuoruudessa on vielä

aikuisuudessakin positiivisesti yhteydessä työssä jaksamiseen (Yang ym. 2010). Lisäksi aikuisväestössä joukkueurheilun harrastaminen on yhteydessä lukuisiin myönteisiin sosiaalisiin, psyykkisiin sekä psykososiaalisiin tekijöihin, kuten yhteenkuuluvuuden tunteeseen, sosiaaliseen kanssakäymiseen, positiivisiin ihmissuhteisiin, emotionaaliseen tukeen sekä korkeampaan itsetuntoon ja itseluottamukseen (Andersen ym. 2019). Erityisesti urheiluseuraharrastamisen sosiaalinen puoli näyttää olevan merkityksellinen, sillä aikuisilla urheiluseurassa harrastavilla naisilla on parempi mielenterveys ja tyytyväisyys elämään, kun heitä verrataan kuntosalilla liikkuviin ja vapaa-ajan kävelyä harrastaviin aikuisiin (Eime ym. 2010).

Lukuisista urheiluseuraharrastamisen ja hyvinvoinnin välisistä myönteisistä yhteyksistä huolimatta huoli urheiluseurassa harrastavien nuorten aikuisten päihteidenkäytöstä on herännyt. Tutkimuskirjallisuudessa on havaittu urheiluseurassa harrastavilla yleisempää alkoholinkäyttöä kuin muilla nuorilla aikuisilla (Ward & Gryczynski 2007), ja samansuuntaisia tuloksia on havaittu hieman nuoremmilla humalajuomisen osalta (Butler ym. 2019). Nuorten nuuskaamista selvittävässä raportissa nuoret urheiluseuraharrastajat nousivat esille nuuskan käyttäjäryhmänä (Piispa 2018). Tutkimusten valossa ei ole kuitenkaan täysin yksiselitteistä, onko urheiluseuraharrastamisella mahdollisesti suojaava tai altistava yhteys nuorten aikuisten alkoholin, tupakan ja nuuskan käyttöön.

4 URHEILUSEURAHARRASTAMISEN YHTEYS PÄIHTEIDENKÄYTTÖÖN

Systemaattisten katsauksien ja meta-analyysien perusteella tiedetään, että määrittelemättä tarkemmin harrastusympäristöä, liikuntaa ja urheilua harrastavat nuoret ja nuoret aikuiset käyttävät harvemmin tupakkaa (Diehl ym. 2012; Lisha & Sussman 2010) mutta yleisemmin alkoholia kuin muut samanikäiset nuoret ja nuoret aikuiset (Diehl ym. 2012; Kwan ym. 2014; Lisha & Sussman 2010). Samansuuntaisia yhteyksiä on havaittu myös yksittäisissä tutkimuksissa, joissa on tutkittu liikuntaa ja urheilua harrastavia nuoria aikuisia miehiä: tupakointi on vähäisempää (Gossin ym. 2020; Henchoz ym. 2014; Mattila ym. 2012), mutta nuuskankäyttö yleisempää verrattuna muihin nuoriin miehiin (Gossin ym. 2020; Henninger ym. 2015; Mattila ym. 2012; Päckilä ym. 2017). Tutkimustieto urheiluseurassa harrastavien nuorten aikuisten päihteidenkäytöstä on kuitenkin vähäistä.

4.1 Alkoholi ja humalajuominen

Nuorten aikuisten urheiluseuraharrastamisen ja alkoholinkäytön välisestä yhteydestä ei ole kattavasti tutkimustietoa. Vaikuttaa kuitenkin siltä, että urheiluseurassa harrastavien nuorten aikuisten alkoholinkäyttö saattaa olla jopa yleisempää kuin muiden nuorten aikuisten. Urheiluseurassa harrastavilla nuorilla aikuisilla on havaittu yleisempää alkoholinkäyttöä (Ward & Gryczynski 2007), ja korkeakoulujen urheilujoukkueessa harrastavat nuoret aikuiset ovat yleisemmin humalassa kuin muut korkeakouluopiskelijat (Ford 2007; Martens ym. 2006). Alaikäisten nuorien kohdalla on taasen pohjoismaisissa tutkimuksissa huomattu alkoholinkäytön (Halldorsson ym. 2014; Kristjansson ym. 2016) ja humalajuomisen (Kristjansson ym. 2016; Torstveit ym. 2018) olevan vähäisempää urheiluseurassa harrastavilla verrattuna muihin nuoriin, kun taas kansainvälisissä tutkimuksissa on havaittu humalajuomisen olevan yleisempää harrastavilla nuorilla verrattuna muihin (Butler ym. 2019).

Eräessä seurantatutkimuksessa havaittiin humalajuomisen olevan yleisempää joukkuelajeja urheiluseurassa harrastavilla 17-vuotiailla tytöillä, kun heitä verrattiin harrastamisen lopettaneisiin ja ei ikinä harrastaneisiin (Lau ym. 2019). Nuoruuden aikaisen urheiluseuraharrastamisen on myös huomattu olevan yhteydessä varhaisaikuisuuden yleisempään humalajuomiseen (Wichstrøm & Wichstrøm 2009) ja korkeampaan haitallisen alkoholinkäytön riskiin (Veliz ym. 2015). Lisäksi eroja päihteidenkäytössä on havaittu urheiluseuraharrastajien välillä, sillä nuorilla aikuisilla on huomattu alkoholinkäytön olevan

yleisempää joukkuelajeissa kilpailevilla nuorilla aikuisilla, kun heitä verrataan yksilölajeissa kilpaileviin (Peretti-Watel ym. 2003), ja sama ilmiö on havaittu myös hieman nuoremmilla joukkue- ja yksilölajien harrastajilla (Denault & Poulin 2018).

4.2 Tupakka ja nuuska

Urheiluseurassa harrastavat nuoret aikuiset käyttävät muita nuoria aikuisia harvemmin tupakkaa (Primack ym. 2010), ja samansuuntaisia havaintoja on tehty myös hieman nuoremmilla (Kristjansson ym. 2016; Lee & Vandell 2015; Martinsen & Sundgot-Borgen 2014; Milicic ym. 2019; Pedersen & von Soest 2014; Veliz ym. 2017; Williams ym. 2020). Eräässä seurantatutkimuksessa huomattiin, että 16- ja 18-ikävuoden välillä urheiluseuraharrastamisen lopettaneet käyttivät yleisemmin tupakkaa ja olivat yleisemmin aloittaneet tupakanpolton seurannan aikana kuin sellaiset nuoret, jotka eivät lainkaan harrastaneet urheiluseurassa (Sekulic ym. 2017). Lisäksi Suomessa huippu-urheilevien nuorten aikuisten on havaittu käyttävän harvemmin tupakkaa verrattuna muihin samanikäisiin nuoriin aikuisiin (Alaranta ym. 2006).

Urheiluseurassa harrastavien nuorten aikuisten nuuskankäyttöä ei ole juurikaan tutkittu, mutta hieman nuoremmilla on havaittu nuuskankäytön olevan vähäisempää urheiluseuraharrastajilla verrattuna ei lainkaan urheiluseurassa harrastaviin (Torstveit ym. 2018). Toisaalta, kun suomalaisia huippu-urheilijoita verrattiin muihin samanikäisiin nuoriin aikuisiin, huomattiin päivittäisen ja satunnaisen nuuskankäytön olevan yleisempää urheilijoilla (Alaranta ym. 2006). Nuuskankäyttö näyttää olevan yleisempää joukkuelajeja harrastavilla nuorilla aikuisilla miehillä, kun heitä verrataan muihin nuoriin aikuisiin miehiin (Mattila ym. 2012). Lisäksi verrattuna yksilölajien harrastajiin, nuuskankäyttö on yleisempää joukkuelajeja harrastavilla nuorilla aikuisilla miehillä (Gossin ym. 2020) ja naisilla (Rolandsson ym. 2014). Samansuuntaisia tuloksia on havaittu myös alaikäisillä urheiluseurassa joukkuelajeja harrastavilla nuorilla (Martinsen & Sundgot-Borgen 2014; Ng ym. 2017). Nuorten aikuisten miesten nuuskankäyttö on yhdistetty lajeista jääkiekkoon sekä painonnostoon (Mattila ym. 2012).

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena on selvittää 18–21-vuotiaiden nuorten aikuisten säännöllisen alkoholin, tupakan ja nuuskan käytön sekä humalajuomisen ja urheiluseuraharrastamisen välistä yhteyttä. Tutkimuskysymykset ovat:

1. Miten urheiluseurassa harrastaminen, harrastamisen lopettaminen ja ei ikinä harrastaminen on yhteydessä nuorten aikuisten vähintään viikoittaiseen alkoholin, tupakan ja nuuskan käyttöön sekä yli kymmenen humalajuomiskerran määrään?
2. Miten urheiluseuraharrastaminen, sukupuoli, asuinpaikkakunnan tyyppi ja pääasiallinen toiminta ovat yhteydessä nuorten aikuisten vähintään viikoittaiseen alkoholin, tupakan ja nuuskan käyttöön ja yli kymmenen humalajuomiskerran määrään?

6 TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT

Tutkielman aineistona käytettiin Terveyttä edistävä liikuntaseura (TELS, Finnish Health Promoting Sports Club, FHPSC) -seurantatutkimuksen toisen vaiheen aineistoa. Kokon ja muiden (2015) TELS-seurantatutkimuksen tavoitteena on tutkia ja seurata urheiluseuratoimintaan osallistuvien nuorten terveydentilaa ja terveyskäyttäytymistä, kuten unen määrää, fyysisen aktiivisuuden ja harjoittelun määrää, ravitsemustottumuksia ja päihteiden käyttöä sekä urheiluvammojen ja kipujen esiintyvyyttä suhteessa ei-osallistuviin nuoriin. Lisäksi tutkimuksen tavoitteena on selvittää urheiluseurojen ja valmentajien terveyden edistämistoimintaa sekä tarkastella urheiluseurojen orientaation ja seurojen ja/tai valmentajien terveyden edistämisasiivisuuden yhteyttä (Kokko ym. 2015).

TELS-tutkimus (Kokko ym. 2015) toteutetaan kolmessa eri vaiheessa yhteistyönä Jyväskylän yliopiston, UKK-instituutin sekä kuuden suomalaisen liikuntalääketieteen keskuksen kanssa. Tutkimuksen ensimmäisen vaiheen aineisto on kerätty vuosina 2013–2014, jolloin tutkittavat olivat 14–16-vuoden ikäisiä. Aineisto kerättiin maantieteellisesti edustavasta stratifioidusta otannasta peruskouluja sekä urheiluseuroja. Tutkimukseen osallistui 154 seuraa, jotka edustivat kymmentä Suomen suosituinta urheilulajia: talvilajeista mukana olivat koripallo, maastohiihto, salibandy, jääkiekko sekä luistelu ja kesälajeista mukana olivat jalkapallo, voimistelu, suunnistus, uinti sekä yleisurheilu (Kokko ym. 2015).

Tutkimuksen ensimmäisessä vaiheessa kouluista ja urheiluseuroista vastasi yhteensä 2407 nuorta kysymyksiin terveyskäyttäytymisestä ja terveydentilasta (Kokko ym. 2015). Urheiluseuranuoret ja valmentajat vastasivat sähköiseen kyselylomakkeeseen vapaa-ajallaan, ja koulujen kautta osallistuneet oppilaat koulupäivän aikana opettajan valvonnan alla (Kokko ym. 2015). Tutkimuksen toisen vaiheen tiedonkeruu toteutettiin vuosina 2017–2018, jolloin vastaajat olivat keskimäärin 19-vuotiaita (Aira ym. 2021). Tässä tutkielmassa käytetään toisen vaiheen aineistoa, johon vastasi yhteensä 655 nuorta aikuista.

6.1 Tutkimukseen valitut muuttujat sekä muuttujamuunnokset

Tässä pro gradu -tutkielmassa käytettiin selitettävänä muuttujina vastaajien raportoimaa alkoholin, tupakan ja nuuskan käyttöä sekä humalajuomiskertojen määrää. Selittävinä tekijöinä

käytettiin vastaajan urheiluseuraharrastamista vastaushetkellä, aiemmin tai ei ikinä. Taustatekijämuuttujina olivat vastaajan sukupuoli, asuinpaikkakunnan tyyppi sekä pääasiallinen toiminta.

Selitettävät muuttujat. TELS-tutkimuksen kyselyssä nuorten aikuisten päihteidenkäytön useutta selvitettiin neljällä kysymyksellä. Alkoholinkäyttöä selvitettiin kysymyksellä ”kuinka usein kaiken kaikkiaan käytät alkoholia, esimerkiksi puoli pulloa keskiolutta tai enemmän?”, jossa vastausvaihtoehdot olivat ”en käytä alkoholi juomia”, ”harvemmin”, ”noin kerran kuukaudessa”, ”pari kertaa kuukaudessa” ja ”kerran viikossa tai useammin” (Inchley ym. 2018). Vastauksista muodostettiin kaksi ryhmää, joissa vähintään viikoittaisen eli säännöllisen alkoholinkäytön ryhmään kuuluivat vastausvaihtoehdon ”kerran viikossa tai useammin” valinnet, ja epäsäännöllisen alkoholinkäytön ryhmään kuuluivat muut vastausvaihtoehdot valinnet vastaajat.

Vastaajien humalajuomista selvitettiin kysymyksellä ”oletko koskaan juonut alkoholi juomia niin paljon, että olet ollut todella humalassa?”, jossa vastausvaihtoehdot olivat ”en koskaan”, ”kyllä, kerran”, ”kyllä, 2–3 kertaa”, ”kyllä, 4–10 kertaa” ja ”kyllä, useammin kuin 10 kertaa” (Inchley ym. 2018). Ne vastaajat, jotka kertoivat olleensa yli kymmenen kertaa humalassa, muodostivat säännöllisesti humalajuoneiden ryhmän, ja muut vastausvaihtoehdot muodostivat epäsäännöllisesti humalajuoneiden ryhmän.

Vastaajien tupakan käyttöä mitattiin kysymyksellä ”kuinka usein tupakoit tällä hetkellä?”, jossa vastausvaihtoehdot olivat ”en polta”, ”harvemmin kuin kerran viikossa”, ”viikoittain, mutta en päivittäin” ja ”päivittäin” (Inchley ym. 2018). Vastaajien nuuskan käyttöä mitattiin kysymyksellä ”nuuskaatko nykyisin?”, jossa vastausvaihtoehdot olivat ”en käytä nuuskaa”, ”harvemmin kuin kerran viikossa”, ”viikoittain, mutta en päivittäin” ja ”päivittäin” (muokattu Inchley ym. 2018). Niin tupakan kuin nuuskan käytön osalta vastaajat ryhmiteltiin säännöllisen tai epäsäännöllisen käytön ryhmään. Säännöllisen tupakan tai nuuskan käytön ryhmiin kuuluivat vastausvaihtoehdot ”viikoittain, mutta ei päivittäin” tai ”päivittäin” valinnet, kun taas epäsäännöllisen käytön ryhmiin kuuluivat vastausvaihtoehdot ”harvemmin kuin kerran viikossa”, ”en käytä nuuskaa” tai ”en polta” valinnet. Alkoholien, tupakan ja nuuskan käytön sekä humalajuomisen muuttujat muunnettiin dikotomiseen muotoon, jossa arvo 1 edusti alkoholien, tupakan ja nuuskan käytön sekä humalajuomisen osalta säännöllistä käyttöä. Selitettävien muuttujien uudet arvot on esitelty taulukossa 1.

TAULUKKO 1. Selitettävien muuttujien uudelleenluokittelu khiin neliö -testiin sekä binääriseen logistiseen regressioanalyysiin. Selitettävän muuttujan arvo on 1.

Selitettävä muuttuja	Arvo	
	0	1
Alkoholin käyttö	< viikoittain	≥ viikoittain
Humalajuominen	< 11 kertaa	≥ 11 kertaa
Tupakan käyttö	< viikoittain	≥ viikoittain
Nuuskan käyttö	< viikoittain	≥ viikoittain

Selittävät muuttujat. Nuorten aikuisten nykyistä ja mennyttä urheiluseuraharrastamista selvitettiin kahden eri kysymyksen avulla. Nykyhetken urheiluseuraharrastamista selvitettiin kysymyksellä ”Oletko tällä hetkellä jonkin urheiluseuran jäsen?”, jonka vastausvaihtoehdot olivat ”en”, ”kyllä, ja otan osaa urheiluseuran harjoituksiin”, ”kyllä, mutta en osallistu urheiluseuran harjoituksiin”, ”kyllä, toimin valmentajana tai muuna seuran toimihenkilönä” ja ”kyllä, otan osaa urheiluseuran harjoituksiin ja toimin valmentajana tai muuna seuran toimihenkilönä”. Nuorten aikuisten aikaisempaa urheiluseuraharrastamista selvitettiin kysymyksellä: ”Oletko aiemmin osallistunut urheiluseuran harjoituksiin”, johon vastasivat vain aikaisempaan kysymykseen ”en” ja ”kyllä, toimin valmentajana tai muuna seuran toimihenkilönä” vastanneet. Vastausvaihtoehdot olivat ”en” ja ”kyllä”.

Urheiluseuraharrastamista selvittävien kahden kysymyksen vastauksien perusteella luotiin uusi muuttuja, jossa vastaajat ryhmiteltiin nykyhetkellä urheiluseurassa harrastaviin, aikaisemmin urheiluseurassa harrastaneisiin eli lopettaneisiin sekä ei ikinä urheiluseurassa harrastaneisiin. Nykyhetkellä urheiluseurassa harrastaviin luokiteltiin ne, jotka ilmoittivat olevansa urheiluseuran jäseniä ja osallistuvansa urheiluseuran harjoituksiin tai ilmoittivat olevansa jäseniä ja osallistuvansa harjoituksiin sekä sen lisäksi toimivansa valmentajana tai muuna seuran toimihenkilönä. Aikaisemmin urheiluseurassa harrastaneisiin eli lopettaneisiin luokiteltiin vastaajat, jotka ilmoittivat, etteivät ole urheiluseuran jäseniä tai ovat jäseniä, mutta toimivat nykyhetkellä vain valmentajina tai muuna seuran toimihenkilönä ja ovat aikaisemmin osallistuneen urheiluseuran harjoituksiin. Ei ikinä urheiluseurassa harrastaneisiin luokiteltiin vastaajat, jotka ilmoittivat, etteivät ole urheiluseuran jäseniä tai ovat jäseniä, mutta toimivat nykyhetkellä vain valmentajina tai muuna seuran toimihenkilönä ja eivät ole ikinä osallistuneet urheiluseuran harjoituksiin.

Taustamuuttajat. Tutkimuksen taustamuuttujia olivat sukupuoli, asuinpaikkakunnan tyyppi ja pääasiallinen toiminta. Sukupuolta kysyttiin kysymyksellä ”Sukupuolesi”, jossa vastausvaihtoehdot olivat ”tyttö” ja ”poika”. Tähän tutkielmaan vastausvaihtoehdon ”tyttö” valinneet luokitellaan ”nainen” ja ”poika” valinneet ”mies” Vastaajan asuinpaikkakunnan tyyppiä kysyttiin kysymyksellä ”Minkälaisella paikkakunnalla asut nykyisin?”, jonka vastausvaihtoehtoja olivat ”Kaupungissa, keskustassa”, ”Kaupungissa, keskustan ulkopuolella”, ”Maaseudulla kirkonkylässä tai asutuskeskuksessa” ja ”Maaseudulla kirkonkylän tai asutuskeskuksen ulkopuolella”.

Vastaajan pääasiallista toimintaa kysyttiin kysymyksellä ”Mikä on pääasiallinen toimintasi tällä hetkellä/Mitä pääasiallisesti teet tällä hetkellä?”. Vastausvaihtoehtoina olivat ”opiskelu”, ”töissä tai yrittäjä”, ”työtön tai lomautettu”, ”varus- tai siviilipalvelusmies”, ”äitiys- tai vanhempainvapaa” ja ”muu, mitä?”. Pienen osaryhmän koon takia vastaukset ”äitiys- tai vanhempainvapaa” ja ”muu, mitä” luokiteltiin yhteen muuttujaksi ”äitiys- tai vanhempainvapaa tai muu”.

6.2 Aineiston analysointimenetelmät

Aineiston analyysi toteutettiin IBM SPSS Statistics 28 -ohjelmistolla. Kaikkiin käytettyihin testeihin valittiin tilastollisen merkitsevyyden rajaksi $p < 0,05$ ja luottamusväliksi 95 %. Aineiston normaalijakautuneisuutta tarkasteltiin vinouden ja huipukkuuden sekä Kolmogorov-Smirnovin-testin avulla. Käytetyt analyysimenetelmät tutkimuskysymyksen mukaan esitellään taulukossa 2.

TAULUKKO 2. Käytetyt analyysimenetelmät tutkimuskysymyksen mukaan.

Tutkimuskysymykset	Analyysimenetelmät
1. Onko urheiluseurassa harrastavien, harrastamisen lopettaneiden ja ei ikinä harrastaneiden välillä eroa vähintään viikoittaisen alkoholin, tupakan tai nuuskan käytössä tai yli kymmenen humalajuomiskerran määrässä?	ristiintaulukointi, Khiin neliö (χ^2) -testi
2. Ovatko urheiluseuraharrastaminen, sukupuoli, asuinpaikkakunnan tyyppi ja pääasiallinen toiminta yhteydessä nuoren vähintään viikoittaisen alkoholin, tupakan tai nuuskan käyttöön tai yli kymmenen humalajuomiskerran määrään?	Binäärinen logistinen regressioanalyysi

Alkoholin, tupakan ja nuuskan käytön sekä humalajuomiskertojen määrän yhteyttä urheiluseuraharrastamiseen tarkasteltiin ristiintaulukoinnin ja khiin neliö (χ^2) -testin avulla. Ristiintaulukoinnin avulla tarkastellaan yhteyttä kahden eri muuttujan välillä ja χ^2 -testillä selvitetään muuttujien välinen riippumattomuus (Metsämuuronen 2006, 347; Valli 2015). Khiin neliö -testin oletuksena on, että muuttujat ovat nominaaliasteikollisia sekä korkeintaan 20 % teoreettisista solufrekvensseistä saa olla alle 5 ja jokaisen teoreettisen solufrekvenssin on oltava suurempi kuin 1 (Valli 2015). Urheiluseuraharrastamisen yhteyttä päihteidenkäyttöön tarkasteltiin ristiintaulukoinnin ja khiin neliö (χ^2) -testin avulla erikseen jokaisen päihdemuuttujan osalta.

Urheiluseuraharrastamisen ja taustatekijöiden yhteyttä päihteidenkäyttöön tarkasteltiin binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla. Logistisen regressioanalyysin mallien avulla pyritään löytämään muuttujia, joilla kyetään selittämään tai ennustamaan tarkasteltuun luokkaan kuulumisen todennäköisyyttä (Tähtinen ym. 2020). Kun logistisen regressioanalyysin selitettävä muuttuja on kaksikategorinen, puhutaan binäärisestä logistisesta regressioanalyysistä (Tähtinen ym. 2020). Binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla voidaan selvittää, mitkä tekijät selittävät yhdessä selitettävää, kaksikategorista muuttujaa (Metsämuuronen 2006; 670).

Urheiluseuraharrastamisen, sukupuolen, asuinpaikkakunnan tyyppin ja pääasiallisen toimen yhteyksiä päihteidenkäyttöön tarkasteltiin erikseen jokaisen päihdemuuttujan osalta. Kaikki selittävät muuttujat syötettiin malliin samanaikaisesti. Analyysin tulokset esitetään ristitulosuhteena (vetosuhde, odds ratio, OR), joka kertoo, kuinka moninkertainen tarkastellun tekijän todennäköisyys on tarkastelun ulkopuolella olevan tekijän todennäköisyyteen verrattuna (Ketokivi 2015). Logistisen regressioanalyysin perusoletuksena on, että mallin residuaalit ovat normaalisti jakautuneita ja niiden hajonta on tasainen, sekä selittävien muuttujien välillä ei esiinny suurta korrelaatiota (Metsämuuronen 2006, 672–673).

7 TULOKSET

Tämän tutkielman aineistona käytettiin Terveyttä edistävä liikuntaseura (TELS) - seurantatutkimuksen toisen vaiheen aineistoa, johon vastasi yhteensä 655 nuorta aikuista. Vastaajista 62,1 % oli naisia ja vastaajien keski-ikä oli 19,4 vuotta. Reilu puolet (53,9 %) raportoi pääasialliseksi toiminnakseen opiskelun ja neljännes (25,0 %) työnteon tai yrittäjyyden. Yli puolet vastanneista (58,1 %) asui kaupunkialueella keskustan ulkopuolella. Vastaajien perustiedot ja jakaumat on esitelty taulukossa 3.

TAULUKKO 3. Aineiston kuvailevat tiedot.

Vastaajien perustiedot	% (n)
Sukupuoli	
Nainen	62,1 (406)
Mies	37,9 (248)
Yhteensä	100 (654)
Asuinpaikkakunnan tyyppi	
Kaupungissa, keskustassa	24,0 (156)
Kaupungissa, keskustan ulkopuolella	58,1 (377)
Maaseudulla kirkonkylässä tai asutuskeskuksessa	12,5 (81)
Maaseudulla kirkonkylän tai asutuskeskuksen ulkopuolella	5,4 (35)
Yhteensä	100 (649)
Pääasiallinen toiminta	
Opiskelu	53,9 (349)
Työssä tai yrittäjä	25,0 (162)
Lomautettu tai työtön	7,9 (51)
Varus- tai siviilipalvelus	6,0 (39)
Äitiys- tai vanhempainvapaa tai muu	7,2 (47)
Yhteensä	100 (648)
Ikä, vuosia	
keskiarvo 19,4, min. 18,00 ja max. 21,25, keskihajonta 0,64, moodi 19,25 (n=380)	

Valtaosa vastaajista ei ollut ikinä käyttänyt nuuskaa (89,4 %) tai tupakkaa (84,4 %), kun taas vain pieni osuus vastaajista ei ollut ikinä käyttänyt alkoholia (12,6 %). Vähintään viikoittain alkoholia käytti joka kymmenes (10,8 %) vastaajista, kun taas joka neljäs (27,9 %) vastaajista raportoi olleensa yli kymmenen kertaa humalassa elämänsä aikana. Vastaajista päivittäin tupakoi 4,0 prosenttia ja nuuskasi 4,9 prosenttia. Vastaajien päihteidenkäytön jakauma on esitelty taulukossa 4.

TAULUKKO 4. Päihteidenkäytön jakauma aineistossa.

Vastaajien päihteidenkäyttö	% (n)
Alkoholin käyttö	
Ei ikinä	12,6 (82)
Harvemmin kuin kerran kuukaudessa	22,3 (145)
Vähintään kuukausittain, mutta ei viikoittain	54,2 (352)
Vähintään viikoittain tai useammin	10,8 (70)
Yhteensä	100 (649)
Humalajuominen	
Ei ikinä	23,9 (155)
Kyllä, 1–3 kertaa	27,1 (176)
Kyllä, 4–10 kertaa	21,0 (136)
Yli kymmenen kertaa	27,9 (181)
Yhteensä	100 (649)
Tupakan käyttö	
Ei ikinä	84,4 (548)
Harvemmin kuin kerran viikossa	8,8 (57)
Vähintään viikoittain, mutta ei päivittäin	2,8 (18)
Päivittäin	4,0 (26)
Yhteensä	100 (649)
Nuuskan käyttö	
Ei ikinä	89,4 (580)
Harvemmin kuin kerran viikossa	3,2 (21)
Vähintään viikoittain, mutta ei päivittäin	2,5 (16)
Päivittäin	4,9 (32)
Yhteensä	100 (649)

7.1 Urheiluseuraharrastamisen yhteys säännölliseen alkoholin käyttöön

Urheiluseuraharrastamisen lopettaneissa (13,0 %) sekä ei ikinä harrastaneissa (13,1 %) alkoholin säännöllinen eli vähintään viikoittainen käyttö oli prosenttiosuuksiltaan suurempaa kuin urheiluseurassa vastaushetkellä harrastavilla (7,1 %). Kuitenkin valtaosa niin urheiluseurassa vastaushetkellä harrastavista, lopettaneista kuin harrastamattomista käytti alkoholia harvemmin kuin viikoittain. Kun khiin neliö (χ^2) -testin avulla analysoitiin urheiluseuraharrastamisen ja alkoholinkäytön välistä yhteyttä, ei muuttujien välillä havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja (Taulukko 5).

TAULUKKO 5. Alkoholin käyttö urheiluseuraharrastamisen mukaan.

	Urheiluseuraharrastaminen		
	Kyllä	Lopettanut	Ei ikinä
	% (n)	% (n)	% (n)
Alkoholin käyttö			
Ei käytä tai harvemmin kuin viikoittain	92,9 (224)	87,0 (194)	86,9 (159)
Vähintään viikoittain	7,1 (17)	13,0 (29)	13,1 (24)
Yhteensä	100 % (241)	100 (223)	100 (183)
p-arvo *)	p=0,059, df=2, $\chi^2=5,644$		

*) χ^2 -testi harrastusryhmien välillä, Cramérin V = 0,093

Urheiluseuraharrastamisen ja alkoholin käytön välinen yhteys kuitenkin muuttui tilastollisesti merkitseväksi, kun vastaajan säännöllistä alkoholinkäyttöä tarkasteltiin vastaajan urheiluseuraharrastamisen, sukupuolen, asuinpaikkakunnan tyyppin ja pääasiallisen toiminnan mukaan binäärisellä logistisella regressioanalyysillä. Kun mallissa tarkasteltiin samanaikaisesti eri taustatekijöiden ja urheiluseuraharrastamisen yhteyttä säännölliseen alkoholinkäyttöön, niin käytön havaittiin olevan tilastollisesti merkitsevästi vähäisempää urheiluseurassa harrastavilla vastaajilla. Verrattuna urheiluseuraharrastajiin, urheiluseuraharrastamisen lopettaneet (OR 2,22; p=0,018) sekä ei ikinä urheiluseurassa harrastaneet (OR 2,52; p=0,010) kuuluivat tilastollisesti merkitsevästi yleisemmin säännöllisen alkoholinkäytön ryhmään.

Myös tarkastelluissa taustatekijöissä havaittiin eroja, sillä verrattuna naisiin, miehet kuuluivat yleisemmin säännöllisen alkoholinkäytön ryhmään (OR 3,81, p<0,001). Lisäksi työssä käyvät tai yrittäjinä toimivat kuuluivat yleisemmin säännöllisen alkoholinkäytön ryhmään, kun heitä

verrattiin opiskelijoihin (OR 1,99; p=0,025). Saatu malli sopi hyvin aineistoon: $\chi^2 (10) = 45,415$, $p < 0,001$. Taulukossa 6 on esitelty säännöllisen alkoholinkäytön ja eri tekijöiden väliset yhteydet.

TAULUKKO 6. Alkoholien käyttö urheiluseuraharrastamisen, sukupuolen, asuinpaikkakunnan tyyppin ja pääasiallisen toiminnan mukaan binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla tarkasteltuna (vähintään viikoittainen alkoholien käyttö=1).

Muuttuja		OR ¹⁾	95 % LV ²⁾	p-arvo
Urheiluseuraharrastaminen	Kyllä	1.00 ³⁾		
	Lopettanut	2,22	1,15–4,32	0,018
	Ei ikinä	2,52	1,24–5,09	0,010
Sukupuoli	Nainen	1.00 ³⁾		
	Mies	3,81	2,18–6,67	<0,001
Pääasiallinen toiminta	Opiskelu	1.00 ³⁾		
	Työssä tai yrittäjä	1,99	1,09–3,64	0,025
	Lomautettu tai työtön	1,53	0,58–4,02	0,389
	Varus- tai siviilipalvelus	2,25	0,91–5,56	0,078
	Vanhempainvapaa tai muu	0,58	0,13–2,59	0,479
Asuinpaikkakunnan tyyppi	Kaupungissa keskustassa	1.00 ³⁾		
	Kaupungissa keskustan ulkopuolella	0,66	0,36–1,21	0,176
	Maaseudulla kirkonkylässä tai asutuskeskuksessa	0,44	0,17–1,16	0,096
	Maaseudulla kirkonkylän tai asutuskeskuksen ulkopuolella	0,90	0,30–2,77	0,860

1) Ristitulosuhteen (OR) luottamusväli

2) 95 % luottamusväli

3) Viiteryhmä merkittiin arvolla 1.00

Omnibus= $\chi^2 (10) = 45,415$, $p < 0,001$

Hosmer and Lemeshow: $\chi^2 (7) = 6,420$, $p = 0,492$

7.2 Urheiluseuraharrastamisen yhteys humalajuomiskertojen määrään

Elämän aikainen humalajuominen oli yleisintä urheiluseuraharrastamisen lopettaneiden ryhmässä. Kun noin neljäsosa vastaushetkellä harrastavista (24,5 %) ja harrastamattomista (26,5 %) oli ollut yli kymmenen kertaa humalassa, niin urheiluseuraharrastamisen lopettaneista jopa kolmasosa (33,2 %) oli ollut yli kymmenen kertaa humalassa. Khiin neliö (χ^2) -testin perusteella urheiluseuraharrastamisen ja humalajuomisen välillä ei ollut kuitenkaan tilastollisesti merkitsevää yhteyttä (taulukko 7).

TAULUKKO 7. Humalajuominen urheiluseuraharrastamisen mukaan prosenttiosuuksina ja tapausmäärinä.

	Urheiluseuraharrastaminen		
	Kyllä	Lopettanut	Ei ikinä
	% (n)	% (n)	% (n)
Humalajuominen			
Kymmenen kertaa tai alle	75,5 (182)	66,8 (149)	73,8 (135)
Yli kymmenen kertaa	24,5 (59)	33,2 (74)	26,2 (48)
Yhteensä	100 (241)	100 (223)	100 (183)
p-arvo *)	p=0,094, df=2, $\chi^2=4,739$		

*) χ^2 -testi harrastusryhmien välillä, Cramérin V = 0,086

Humalajuomisen ja urheiluseuraharrastamisen välinen yhteys ei muuttunut, kun yhteyttä tarkasteltiin binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla. Urheiluseuraharrastamisen ja humalajuomisen välillä ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä, kun mallissa tarkasteltiin samanaikaisesti urheiluseuraharrastamisen, sukupuolen, asuinpaikkakunnan tyyppin ja pääasiallisen toiminnan yhteyttä humalajuomiseen. Eroja kuitenkin havaittiin taustatekijöissä. Humalajuominen oli yleisempää miehillä kuin naisilla (OR 1,61; p=0,014) ja työssä käyvillä tai yrittäjinä toimivilla kuin opiskelijoilla (OR 2,99; p<0,001). Lisäksi eroja havaittiin asuinpaikkakunnan tyyppin mukaan, sillä kaupungin keskustassa asuvilla humalajuominen oli yleisempää verrattuna kaupungissa keskustan ulkopuolella asuviin (OR 0,60; p=0,017) ja maaseudulla kirkonkylässä tai asutuskeskuksessa asuviin (OR 0,46; p=0,018). Saatu malli sopi hyvin aineistoon: $\chi^2(10) = 45,512$, p=0,001. Selittävien tekijöiden yhteys humalajuomiseen on esitelty taulukossa 8.

TAULUKKO 8. Humalajuominen urheiluseuraharrastamisen, sukupuolen, asuinpaikkakunnan tyyppin ja pääasiallisen toiminnan mukaan binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla tarkasteltuna (yli kymmenen kertaa humalassa=1).

Muuttuja		OR ¹⁾	95 % LV ²⁾	p-arvo
Urheiluseuraharrastaminen	Kyllä	1.00 ³⁾		
	Lopettanut	1,45	0,95–2,22	0,085
	Ei ikinä	1,05	0,66–1,68	0,833
Sukupuoli	Nainen	1.00 ³⁾		
	Mies	1,61	1,10–2,36	0,014
Pääasiallinen toiminta	Opiskelu	1.00 ³⁾		
	Työssä tai yrittäjä	2,99	1,97–4,53	<0,001
	Lomautettu tai työtön	1,37	0,68–2,74	0,378
	Varus- tai siviilipalvelus	1,90	0,89–4,05	0,096
	Vanhempainvapaa tai muu	1,82	0,91–3,63	0,089
Asuinpaikkakunnan tyyppi	Kaupungissa keskustassa	1.00 ³⁾		
	Kaupungissa keskustan ulkopuolella	0,60	0,39–0,91	0,017
	Maaseudulla kirkonkylässä tai asutuskeskuksessa	0,46	0,24–0,88	0,018
	Maaseudulla kirkonkylän tai asutuskeskuksen ulkopuolella	0,41	0,16–1,02	0,056

1) Ristitulosuhteen (OR) luottamusväli

2) 95 % luottamusväli

3) Viiteryhmä merkittiin arvolla 1.00

Omnibus= $\chi^2(10) = 45,512, p=0,001$

Hosmer and Lemeshow: $\chi^2(8) = 5,408, p=0,713$

7.3 Urheiluseuraharrastamisen yhteys säännölliseen tupakan käyttöön

Tupakan käytön ja urheiluseuraharrastamisen välillä oli tilastollisesti merkitsevä yhteys khiin neliö (χ^2)-testillä tarkasteltuna ($p=0,001$). Valtaosa vastanneista niin harrastajissa, lopettaneissa kuin ei ikinä harrastaneissa käytti tupakkaa harvemmin kuin viikoittain. Säännöllinen tupakointi oli kuitenkin yleisempää urheiluseuraharrastamisen lopettaneilla (9,9 %) ja ei ikinä

harrastaneilla (9,3 %) kuin harrastavilla nuorilla aikuisilla (2,1 %). Urheiluseuraharrastamisen ja tupakoinnin välinen yhteys on esitelty taulukossa 9.

TAULUKKO 9. Tupakan käyttö urheiluseuraharrastamisen mukaan prosenttiosuuksina ja tapausmäärinä.

	Urheiluseuraharrastaminen		
	Kyllä	Lopettanut	Ei ikinä
	% (n)	% (n)	% (n)
Tupakan käyttö			
Ei käytä tai harvemmin kuin viikoittain	97,9 (236)	90,1 (201)	90,7 (166)
Vähintään viikoittain tai päivittäin	2,1 (5)	9,9 (22)	9,3 (17)
Yhteensä	100 % (241)	100 (223)	100 (183)
p-arvo *)	p=0,001, df=2, $\chi^2=13,586$		

*) χ^2 -testi harrastusryhmien välillä, Cramérin V = 0,145

Urheiluseuraharrastamisen ja säännöllisen tupakoinnin välinen yhteys pysyi tilastollisesti merkitseväenä, kun binäärisen logistisen regressioanalyysin mallissa tarkasteltiin samanaikaisesti myös taustatekijöitä. Mallin avulla tarkasteltiin säännöllisen tupakoinnin ja urheiluseuraharrastamisen, sukupuolen, asuinpaikkakunnan tyyppin ja pääasiallisen toiminnan välisiä yhteyksiä. Urheiluseuraharrastamisen lopettaneet (OR 5,12, p=0,001) ja ei ikinä urheiluseurassa harrastaneet (OR 4,29, p=0,006) kuuluivat urheiluseurassa harrastavia yleisemmin säännöllisen tupakoinnin ryhmään. Tilastollisesti merkitseviä eroja muiden taustatekijöiden ja säännöllisen tupakoinnin välillä ei havaittu. Saatu malli sopi hyvin aineistoon: $\chi^2 (10) = 24,556$, p=0,006. Selittävien tekijöiden yhteys säännölliseen tupakointiin on esitelty taulukossa 10.

TAULUKKO 10. Tupakan käyttö urheiluseuraharrastamisen, sukupuolen, asuinpaikkakunnan tyyppin ja pääasiallisen toiminnan mukaan binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla tarkasteltuna (vähintään viikoittainen tai päivittäinen tupakan käyttö=1).

Muuttuja		OR ¹⁾	95 % LV ²⁾	p-arvo
Urheiluseuraharrastaminen	Kyllä	1.00 ³⁾		
	Lopettanut	5,12	1,89–13,91	0,001
	Ei ikinä	4,29	1,53–12,04	0,006
Sukupuoli	Nainen	1.00 ³⁾		
	Mies	1,25	0,64–2,44	0,509
Pääasiallinen toiminta	Opiskelu	1.00 ³⁾		
	Työssä tai yrittäjä	1,57	0,76–3,27	0,227
	Lomautettu tai työtön	1,06	0,29–3,83	0,927
	Varus- tai siviilipalvelus	0,75	0,16–3,58	0,717
	Vanhempainvapaa tai muu	2,33	0,85–6,38	0,100
Asuinpaikkakunnan tyyppi	Kaupungissa keskustassa	1.00 ³⁾		
	Kaupungissa keskustan ulkopuolella	0,83	0,38–1,81	0,641
	Maaseudulla kirkonkylässä tai asutuskeskuksessa	1,23	0,44–3,39	0,694
	Maaseudulla kirkonkylän tai asutuskeskuksen ulkopuolella	2,72	0,90–8,23	0,077

1) Ristitulosuhteen (OR) luottamusväli

2) 95 % luottamusväli

3) Viiteryhmä merkittiin arvolla 1.00

Omnibus= $\chi^2 (10) = 24,556$, $p=0,006$

Hosmer and Lemeshow: $\chi^2 (8) = 6,904$, $p=0,547$

7.4 Urheiluseuraharrastamisen yhteys säännölliseen nuuskan käyttöön

Valtaosa vastanneista käytti nuuskaa harvemmin kuin viikoittain tai ei ollenkaan. Säännöllisesti nuuskaavia oli prosentuaalisesti suurin osuus urheiluseuraharrastamisen lopettaneiden ryhmässä, sillä 9,4 % raportoi säännöllistä nuuskankäyttöä. Vastaavat luvut olivat urheiluseurassa harrastavilla 5,8 % ja ei ikinä harrastaneilla 7,1 %. Urheiluseuraharrastajien, lopettaneiden sekä ei ikinä harrastaneiden välillä ei ollut tilastollisesti merkitseviä eroja

nuuskankäytössä, kun yhteyttä tarkasteltiin khiin neliö (χ^2) -testillä. Taulukossa 12 on esitelty urheiluseuraharrastamisen ja nuuskan käytön välisiä yhteyksiä (Taulukko 11).

TAULUKKO 11. Nuuskan käyttö urheiluseuraharrastamisen mukaan.

	Urheiluseuraharrastaminen		
	Kyllä	Lopettanut	Ei ikinä
	% (n)	% (n)	% (n)
Nuuskan käyttö			
Ei käytä tai harvemmin kuin viikoittain	94,2 (227)	90,6 (202)	92,9 (170)
Vähintään viikoittain tai päivittäin	5,8 (14)	9,4 (21)	7,1 (13)
Yhteensä	100 (241)	100 (223)	100 (183)
p-arvo *)	p=0,328, df=2, $\chi^2=2,232$		

*) χ^2 -testi harrastusryhmien välillä, Cramérin V = 0,059

Nuuskankäytön sekä urheiluseuraharrastamisen välinen yhteys ei muuttunut, kun yhteyttä tarkasteltiin binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla. Kun mallissa tarkasteltiin samanaikaisesti vastaajan urheiluseuraharrastamista, sukupuolta, asuinpaikkakunnan tyyppiä ja pääasiallista toimintaa, säännöllinen nuuskan käyttö ei eronnut tilastollisesti merkitsevästi urheiluseurassa harrastavien ja harrastamisen lopettaneiden sekä ei ikinä harrastaneiden välillä. Tilastollisesti merkitseviä eroja havaittiin kuitenkin taustatekijöiden ja säännöllisen nuuskankäytön välillä. Säännöllinen nuuskankäyttö oli tilastollisesti merkitsevästi yleisempää miehillä kuin naisilla (OR 7,81; p<0,001). Lisäksi säännöllinen nuuskan käyttö oli yleisempää työssäkäyvillä tai yrittäjillä (OR 2,28; p=0,026) ja varus- ja siviilipalvelusta suorittavilla (OR 3,29; p=0,012) kuin opiskelijoilla. Saatu malli sopi hyvin aineistoon: $\chi^2(10) = 58,679$, p<0,001. Selittävien muuttujien yhteys nuuskan säännölliseen käyttöön on esitelty taulukossa 12.

TAULUKKO 12. Nuuskan käyttö urheiluseuraharrastamisen, sukupuolen, asuinpaikkakunnan tyyppin ja pääasiallisen toiminnan mukaan binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla tarkasteltuna (vähintään viikoittainen tai päivittäinen nuuskan käyttö=1).

Muuttuja		OR ¹⁾	95 % LV ²⁾	p-arvo
Urheiluseuraharrastaminen	Kyllä	1.00 ³⁾		
	Lopettanut	1,84	0,86–3,89	0,108
	Ei ikinä	1,71	0,74–3,98	0,213
Sukupuoli	Nainen	1.00 ³⁾		
	Mies	7,81	3,59–17,00	<0,001
Pääasiallinen toiminta	Opiskelu	1.00 ³⁾		
	Työssä tai yrittäjä	2,28	1,10–4,71	0,026
	Lomautettu tai työtön	0,65	0,14–2,97	0,578
	Varus- tai siviilipalvelus	3,29	1,30–8,33	0,012
	Vanhempainvapaa tai muu	0,45	0,06–3,57	0,450
Asuinpaikkakunnan tyyppi	Kaupungissa keskustassa	1.00 ³⁾		
	Kaupungissa keskustan ulkopuolella	1,06	0,49–2,29	0,890
	Maaseudulla kirkonkylässä tai asutuskeskuksessa	0,86	0,29–2,51	0,782
	Maaseudulla kirkonkylän tai asutuskeskuksen ulkopuolella	0,30	0,04–2,52	0,264

1) Ristitulosuhteen (OR) luottamusväli

2) 95 % luottamusväli

3) Viiteryhmä merkittiin arvolla 1.00

Omnibus= $\chi^2 (10) = 58,679$, $p < 0,001$

Hosmer and Lemeshow: $\chi^2 (7) = 2,568$, $p = 0,922$

8 POHDINTA

Tämän pro gradu -tutkielman tavoitteena oli selvittää, eroaako nuorten aikuisten säännöllinen alkoholin, tupakan tai nuuskan käyttö sekä humalajuominen urheiluseuraharrastamisen mukaan. 18–21-vuotiaita urheiluseurassa harrastavia verrattiin aiemmin urheiluseurassa harrastaneisiin sekä ei ikinä urheiluseurassa harrastaneisiin samanikäisiin nuoriin aikuisiin. Tarkoituksena oli selvittää eri taustatekijät huomioiden, onko urheiluseuraharrastamisella mahdollisesti suojaava tai altistava yhteys eri päihteiden säännölliselle käytölle. Tutkielman tuloksista selvisi, että urheiluseurassa harrastavat nuoret aikuiset käyttivät harrastamisen lopettaneita sekä ei ikinä harrastaneita nuoria aikuisia harvemmin säännöllisesti alkoholia ja tupakkaa. Tilastollisesti merkitseviä eroja ei havaittu humalajuomisen sekä säännöllisen nuuskan käytön yleisyyden suhteen.

8.1 Tutkimuksen tuloksien tarkastelu

Säännöllisen alkoholin ja tupakan käytön huomattiin olevan vähäisempää urheiluseurassa harrastavien nuorten aikuisten keskuudessa verrattuna muihin nuoriin aikuisiin. Tupakoinnin osalta tulokset ovat yhdenmukaiset aikaisemman tutkimuskirjallisuuden kanssa, sillä verrattuna muihin samanikäisiin, tupakoinnin on havaittu olevan vähäisempää nuorilla (Martinsen & Sundgot-Borgen 2014; Pedersen & von Soest 2014; Veliz ym. 2017) ja nuorilla aikuisilla urheiluseuraharrastajilla (Primack ym. 2010). Alkoholinkäytön osalta tämän tutkielman tulokset erosivat aiemmista havainnoista, sillä aiemmassa tutkimuskirjallisuudessa alkoholinkäytön on jopa havaittu olevan urheiluseurassa harrastavilla nuorilla aikuisilla yleisempää (Ward & Gryczynski 2007).

Urheiluseurassa harrastavien vähäisempää säännöllistä alkoholinkäyttöä saattaa selittää urheilukulttuuriin ja urheilulliseen elämäntapaan liittyvät sosiaaliset normit, joihin ei usein mielletä sopivan runsasta alkoholin käyttöä (Kokko 2012, 34–36). Urheiluseurassa joukkueista muodostuu usein tiiviitä ryhmiä, jonka jäsenien toimintaa ohjaavat ryhmäkohtaiset normit. Sosiaaliset normit voivat vaikuttaa niin myönteisesti kuin kielteisesti nuorten aikuisten harrastajien päihteidenkäyttöön, sillä esimerkiksi korkeakoulun urheilujoukkueissa harrastavilla kokemus joukkuekavereiden tai valmentajien myönteisestä suhtautumisesta alkoholinkäyttöön (Graupensperger ym. 2020; Massengale ym. 2017; Seitz ym. 2014) sekä

uskomus joukkuekavereiden alkoholinkäytöstä on yhteydessä yleisempään alkoholinkäyttöön (Graupensperger ym. 2020; Massengale ym. 2017). Alaikäisillä nuorilla on havaittu, että tupakoinnin koetaan olevan epäsopivaa urheiluseurassa harrastaville ja aiheuttavan negatiivisia seurauksia (Olsen ym. 2021). Toisaalta urheiluseurajoukkueiden edustajat ja pelaajat saattavat jopa kokea nuuskan olevan sopivampi päihde urheilijalle kuin alkoholi tai tupakka (Venäläinen ym. 2019).

Tutkielman yhtenä tarkoituksena oli saada lisätietoa siitä, eroavatko urheiluseurassa nykyhetkellä harrastavat nuoret aikuiset harrastamisen lopettaneista ja ei ikinä harrastaneista nuorista aikuisista säännöllisen päihteidenkäytön suhteen. Aikaisempi tutkimuskirjallisuus aiheesta on rajallista, sillä usein tutkimuksissa on vertailtu urheiluseuraharrastajia harrastamattomiin – harrastamisen lopettaneiden ryhmä on jäänyt pimentoon ja mahdollisia yhteyksiä päihteiden käyttöön ei ole voitu arvioida. Aineistosta ei kuitenkaan ollut mahdollista määritellä, kuinka kauan urheiluseuraharrastaminen oli kestänyt vastaushetkellä tai ennen harrastamisen lopettamista. Urheiluseuraharrastamisen mahdollinen suojaava yhteys alkoholin ja tupakan säännölliseen käyttöön saattaakin johtua harrastamisen kokonaiskestosta tai harrastamisesta kriittisessä nuoruuden kehitysvaiheessa, eikä niinkään urheiluseuraharrastamisesta vastaushetkellä.

Urheiluseuraharrastajat sekä harrastamisen lopettaneet saattavat erota toisistaan motivaation ja tavoitteiden osalta. Nuoruudessa yksi syy urheiluseuraharrastamisen lopettamiselle on harrastuksen liiallinen kilpailullisuus (Jakobsson & Lundvall 2021), ja mitä vanhemmista nuorista puhutaan, niin sitä suuremmaksi kasvaa valtakunnallisella tasolla kilpailevien nuorten osuus kaikista harrastajista (Blomqvist ym. 2019, 51–52; Mononen ym. 2020, 40). 18–21-vuotiaana urheiluseurassa harrastavissa saattaa olla suuri osuus tavoitteellisesti ja kilpailullisesti harrastavia, kun nuoruuden aikana ovat mahdollisesti jättäytyneet pois vähemmän urheiluseuraharrastuksissaan tavoitteita omaavat nuoret. Joukkueen normeja ja toimintaa saattavatkin ohjata yksilön tai ryhmän yhteiset urheilulliset tavoitteet, joihin runsaan päihteidenkäytön koetaan vaikuttavan kielteisesti. Nuorilla aikuisilla näkemys humalajuomisen vähäisistä negatiivisista seurauksista on yhteydessä yleisempään humalajuomiseen (Lewis ym. 2017), ja hieman nuoremmissa havaittiin urheiluseuratoimintaan osallistuvilla nuorilla alkoholin riskitason käytön olevan vähäisempää, jos alkoholin käytön koettiin vaikuttavan epäsuotuisasti urheilusuoritukseen (Zamboanga ym. 2012). Interventiotutkimuksessa havaittiin myönteisiä vaikutuksia korkeakoulun urheilujoukkueessa urheiluvien alkoholinkäytössä, kun

heille annettiin yksilöllistä ohjausta, jossa keskusteltiin käytön vaikutuksista urheilusuoritukseen ja muihin henkilökohtaisiin tavoitteisiin (Cimini ym. 2015). Toisaalta eräässä urheiluseuratoimijoiden tutkimushaastattelussa nousi esille, että nuuskan käytön haitalliset vaikutukset terveyteen ja suorituskykyyn ovat heikosti tunnistettuja (Venäläinen ym. 2019).

Toisin kuin säännöllisen alkoholin ja tupakan käytön suhteen, tässä tutkielmassa ei havaittu eroja säännöllisessä nuuskan käytössä ja humalajuomisessa urheiluseuraharrastajien ja muiden nuorten aikuisten välillä. Aiemmassa tutkimuskirjallisuudessa humalajuomisen on huomattu olevan korkeakoulujen urheilujoukkueissa harrastavilla nuorilla aikuisilla yleisempää kuin muilla nuorilla aikuisilla (Ford 2007; Martens ym. 2006), ja hieman nuoremmilla urheiluseuratoimintaan osallistuvilla taasen joko yleisempää (Butler ym. 2019) tai vähäisempää kuin muilla (Kristjansson ym. 2016; Torstveit ym. 2018). Urheiluseurassa harrastavien nuorten aikuisten nuuskankäyttöä ei ole tarkasteltu kattavasti tutkimuskirjallisuudessa, mutta hieman nuoremmilla on havaittu nuuskankäytön olevan vähäisempää urheiluseuraharrastajilla (Torstveit ym. 2018), vaikkakin on havaittu viitteitä joukkuelajeja harrastavien nuorten aikuisten miesten yleisemmästä nuuskankäytöstä verrattuna muihin (Mattila ym. 2012).

Urheiluseurassa harrastavat nuoret aikuiset saattavat oleellisesti erota taustatekijöiltään harrastamisen lopettaneista ja ei ikinä urheiluseuroissa harrastaneista. Tässä tutkielmassa pyrittiin huomioimaan tällaisten taustatekijöiden vaikutus tuloksiin vakioimalla taustatekijöitä binääriseen logistiseen regressioanalyysin analyysimalliin. Taustatekijöiksi valittiin nuoren aikuisen sukupuoli, asuinpaikkakunnan tyyppi sekä pääasiallinen toiminta, sillä näihin liittyvien tekijöiden on huomattu olevan yhteydessä niin päihteiden käyttöön kuin urheiluseuraharrastamiseen (Barbry ym. 2022; Eime ym. 2015; Hakanen ym. 2019; Mattila ym. 2012; Mäkinen 2019; Stone ym. 2012; Tjora ym. 2020).

Analyyseissa havaittiin, että miessukupuoli oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä yleisempään säännölliseen alkoholin ja nuuskan käyttöön sekä humalajuomiseen. Aiemmassakin tutkimuskirjallisuudessa on havaittu päihteidenkäytön olevan yleisempää nuorilla miehillä verrattuna nuoriin naisiin (Stone ym. 2012; Tjora ym. 2020). Kun esimerkiksi säännöllisen alkoholinkäytön ja urheiluseuraharrastamisen välistä yhteyttä tarkasteltiin khiin neliö (χ^2) -testillä, tilastollisesti merkitsevää yhteyttä muuttujien välillä ei havaittu. Kun yhteyttä tarkasteltiin binääriseen logistiseen regressiomallin avulla siten, että mallissa oli

samanaikaisesti muut taustatekijät, yhteys pysyi samansuuntaisena, mutta muuttui tilastollisesti merkitseväksi. Taustatekijöistä sukupuolen sekä pääsiällinen toiminta opiskelun ja työssä käynnin osalta havaittiin olevan mallissa tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä säännölliseen alkoholinkäyttöön. Lisätietoa tarvitaan näistä nuorten miesten päihteidenkäyttöön vaikuttavista tekijöistä, ja erityisesti siitä, mitkä tekijät urheiluseuratoiminnassa saattavat kannustaa tai ehkäistä nuorten miesten päihteidenkäyttöä. On mahdollista, että niin yhteiskunnan, vanhempien, valmentajien ja urheilijoiden suhtautuminen nuorten miesten säännölliseen päihteidenkäyttöön on hyväksyvämpää, myös urheiluseuratoiminnassa.

Tiedetään kuitenkin, että myös nuorten naisten nuuskankäyttö on lisääntynyt viime vuosina (Kinnunen ym. 2019; Koskinen & Virtanen 2022), joten on aiheellista suunnata nuuskankäyttöä ehkäiseviä toimintamalleja kaikille. Esimerkiksi kehittyneissä maissa on havaittu tupakoinnin trendin etenevän vuonna 1994 kehitellyn nelivaiheisen mallin mukaisesti, jossa naisten tupakoinnin esiintyvyys seuraa miesten tupakointia jopa vuosikymmeniä jäljessä (Lopez ym. 1994; Thun ym. 2012). On mahdollista, että nuuskan käytön trendit tulevat myös mukailemaan tätä mallia, ja kuten Norjassa on arvioitu (Tjora ym. 2020), niin myös Suomessa naisten ja miesten nuuskan käytön suurin piikki on vasta edessä.

Analyseissa havaittiin, että työssä käyminen tai yrittäjänä toimiminen oli yhteydessä yleisempään humalajuomiseen ja säännölliseen alkoholin ja nuuskan käyttöön, kun heitä verrattiin opiskelijoihin. On mahdollista, että 18–21-vuotiailla erot päihteidenkäytössä opiskelijoiden ja työssä käyvien välillä kuvastaa nuorten aikuisten sosioekonomisen aseman yhteyksiä päihteidenkäyttöön. Korkeammin koulutetut, kuten esimerkiksi korkeakoulun käyneet, käyttävät peruskoulutettuja vähäisemmin nuuskaa ja alkoholia (Engström ym. 2010; Kestilä & Salasuo 2006), ja nuorena aikuisena työelämään siirtyneet käyttävät myöhemmin työelämään siirtyneitä nuoria aikuisia yleisemmin tupakkaa (Shiri ym. 2021). Sosioekonominen asema saattaa siis toimia sekoittavana tekijänä, eli se osaltaan vaikuttaa niin vastaajien urheiluseuraharrastamiseen kuin myös päihteidenkäyttöön.

Alkuperäisessä tutkimussuunnitelmassa oli tarkoituksena tarkastella yhtenä taustatekijänä vastaajan perheen varallisuutta varallisuusindeksin, eli FAS-indeksin, avulla. FAS-indeksi kuvastaa hyvin nuorten sosioekonomista asemaa (Boyce ym. 2006; Torsheim ym. 2004), mutta mittari on suunnattu vielä kotona asuville nuorille (Currie ym. 2008). Koska tämän tutkielman aineistonkeruussa FAS-indeksin kysymyksiin vastasivat vain vielä kotona asuvat nuoret, jäi

vastausprosentti kolmanteen koko otannasta. Kotoa poismuutto ja korkeakouluopintojen aloittaminen ovat yhteydessä nuorilla aikuisilla alkoholinkäytön ja humalajuomisen lisääntymiseen (White ym. 2006), joten vielä kotona asuvien nuorten aikuisten päihteidenkäyttö olisi saattanut olla merkitsevästi vähäisempää kuin poismuuttaneiden nuorten aikuisten päihteiden käyttö. Indeksi päätettiin jättää pois analyyseista, sillä on mahdollista, että indeksin kysymyksiin vastaamatta jättäneet nuoret aikuiset olisivat eronneet hyvin merkittävästi vastanneista ja täten vaikuttaa harhaanjohtavasti tuloksiin.

8.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tämä tutkielma täyttää tiedollista aukkoa urheiluseurassa harrastavien 18–21-vuotiaiden nuorten aikuisten säännöllisen päihteidenkäytön yleisyydestä. Tutkimuksen otanta oli laaja (N=655) ja maantieteellisesti edustava, ositetulla otannalla toteutettu sekä aineistossa oli edustettuna urheiluseuraharrastajissa kymmenen Suomen suosituinta urheilulajia (Kokko ym. 2015). Tämä mahdollistaa tuloksien yleistettävyyden ja tuloksien hyödyntämisen myös suuremmalle joukolle. Tutkimuksen tasoa ja johtopäätösten pätevyyttä voidaan arvioida reliabiliteetin ja validiteetin käsitteiden avulla.

Tutkimuksen validiteettiin vaikuttaa vastauskato. TELS-seurantatutkimuksen ensimmäisessä vaiheessa oli 2407 osallistujaa ja tässä aineistossa 655 osallistujaa. Seurantatutkimuksessa haasteena on hiertymisharha (attrition bias), eli tutkimuksen edetessä poisjääneitä osallistujia yhdistää systemaattisesti samat tekijät (Nunan ym. 2018). Tutkimuksen ensimmäisessä vaiheessa rekrytoitiin satunnaisotannalla nuoria kouluista ja urheiluseuroista ja on mahdollista, että tutkimuksen toisesta vaiheesta ovat herkemmin jättäytyneet pois esimerkiksi urheiluseuraharrastamisen lopettaneet nuoret aikuiset tai sellaiset nuoret aikuiset, jotka ovat jättäytyneet opiskelujen tai työelämän ulkopuolelle. Tutkimuksesta seurannan aikana poisjättäytyneitä saattaa yhdistää tekijä, joka on myös yhteydessä päihteidenkäyttöön. Aineistossa esimerkiksi vaikuttaa olevan hieman suurempi osuus urheiluseuraharrastajia, mitä on havaittu LIITU-tutkimuksessa 18–20-vuotiaiden lukiolaisten keskuudessa (Mononen ym. 2021, 36–37), ja kaikista vastanneista säännöllisesti alkoholia käytti 10,8 prosenttia, kun taas hieman laajemmassa, poikittaisotannalla toteutettavassa Nuorten terveystapatutkimuksessa 18-vuotiaiden vähintään viikoittaisen alkoholinkäytön määrän havaittiin olevan 20,5 % (Kinnunen

ym. 2019). Aineistossa saattaa siis olla yli- tai aliedustettuna joidenkin ominaisuuksien omaavia ryhmiä, ja tämä tulee huomioida tuloksien tulkinnassa ja yleistettävyydessä.

Tutkielmassa on joitakin rajoituksia. Terveyttä edistävä liikuntaseura -tutkimus on seurantatutkimus, joka mahdollistaa samojen tutkittavien seuraamisen pitkällä aikavälillä sekä syy-seuraussuhteiden määrittelyn. Tämän tutkielman aineistona käytettiin ainoastaan tutkimuksen toisessa vaiheessa poikittaisotannalla kerättyä dataa, jonka avulla on mahdollista tarkastella ilmiön esiintyvyyttä, eli päihteiden käytön ja urheiluseuraharrastamisen välisen yhteyden esiintyvyyttä tietynä valittuna ajankohtana. Poikittaistutkimus on kuitenkin altis vastausharhalle, ja vastausharhaa voivat aiheuttaa valittu mittausmenetelmä, vastaajat sekä tutkimuskonteksti (Rindfleisch ym. 2008).

Tutkimuksen reliabiliteettiin vaikuttaa valittu mittausmenetelmä. Aineiston keräämiseen käytettiin itseraportoituja mittareita, eli tutkittavat vastasivat päihteiden käytöstään luottaen omaan arviointiin sekä muistiin. Vastausharhaa päihteiden käytöstä saattavat aiheuttaa tahalliset väärät vastaukset, kysymysten ymmärtäminen väärin tai muistivääristymät (Brenner ym. 2003). Vaikuttaa siltä, että lähimenneisyyden alkoholin käyttöä mittaavissa mittareissa on vähäisesti vastausharhaa, kun taas pitkän aikavälin mittareissa, jotka mittaavat käyttöä viimeisen 12 kuukauden tai koko elämän aikana, on huomattu esiintyvän vastausharhaa (Brenner ym. 2003). Tupakan (Wong ym. 2012) ja tupakkatuotteiden, kuten nuuskan (Post ym. 2005), käytön itseraportoinnin on kuitenkin huomattu olevan totuudenmukaisia. On siis mahdollista, että vastaajajoukon todellinen päihteiden käytön määrä eroaa joiltakin osin totuudesta.

Tutkielman reliabiliteettia lisää tarkoituksenmukaisten aineiston analyysimenetelmien valinta. Aineiston analysointiin käytettiin ristiintaulukointia, khiin neliö (χ^2) -testiä sekä binääristä logistista regressioanalyysia. Lopullinen, muokattu aineisto täytti khiin neliö -testin ja binäärisen logistisen regressioanalyysin perusoletukset. Khiin neliö -testin yhteydessä laskettiin efektikoko, eli muuttujien välisen yhteyden voimakkuutta, Cramérin V-kertoimen avulla. Cramérin V-arvot sijoittuvat välille 0,00–1,00, jossa arvo 1 tarkoittaa muuttujien täydellistä yhteyttä ja arvo 0 sitä, että muuttujien välillä ei ole lainkaan yhteyttä (Tähtinen ym. 2020). Tässä tutkimuksessa toteutetussa kaikissa neljässä erillisessä khiin neliö -testissä Cramérin V-arvot jäivät alle kohtalaisen voimakkuuden rajan. Binäärisen logistisen regressioanalyysin mallin ja aineiston välistä yhteensopivuutta testattiin erikseen jokaisessa mallissa Hosmer-Lemeshow-testillä, jonka avulla todettiin hyvä yhteensopivuus kaikkien mallien ja aineiston

välillä. Koska kaksi osaryhmistä olivat kooltaan liian pieniä testien suorittamiseksi, päädyttiin yhdistämään pääasiallisen toiminnan vastausvaihtoehdot ”äitiys- tai vanhempainvapaa” ja ”muu, mitä” uudeksi muuttujaksi ”äitiys- tai vanhempainvapaa tai muu”. On mahdollista, että vastausvaihtoehtojen yhdistämisen myötä jäi tunnistamatta joitakin yhteyksiä.

Poikittaistutkimuksessa on etuja, sillä kuten tässä tutkimuksessa, poikittaistutkimuksissa tutkittavia ei erikseen altisteta, hoideta tai olla hoitamatta, jolloin tutkimuksen toteutukseen liittyy harvoin eettisiä ongelmia (Mann 2003). Tässä tutkielmassa on toimittu Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2012) asettaman tutkimuseettisen ohjeen mukaisesti, sekä on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä. TELS-tutkimuksen aineistonkeruu on toteutettu Helsingin julistuksen mukaisesti sekä tutkimukseen on saatu Keski-Suomen sairaanhoitopiirin eettisen toimikunnan hyväksyntä (Kokko ym. 2015; Aira ym. 2021). Tutkittavilta on kerätty suostumus tutkimukseen osallistumiseen, osallistuminen oli vapaaehtoista sekä osallistujat saivat jättäytyä pois tutkimuksesta missä tahansa vaiheessa (Aira ym. 2021). Yksittäisiä vastaajia ei ole ollut mahdollista tunnistaa aineistosta. Tutkielmassa on sovellettu tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä menetelmiä sekä viitattu asianmukaisesti muihin tieteellisiin julkaisuihin. Tutkielma on toteutettu tiedeyhteisön hyväksymien toimintatapojen mukaisesti huolellisesti ja rehellisesti. Aineistoa on käsitelty sekä se on poistettu tietoturvalisella tavalla.

8.3 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset

Tämän tutkielman tarkoituksena oli selvittää, miten urheiluseuraharrastaminen on yhteydessä nuorten aikuisten alkoholin, tupakan ja nuuskan säännölliseen käyttöön sekä humalajuomiseen. Tutkimustieto tämän ikäisellä otannalla ja suomalaisen urheiluseurakulttuuriin sopivana on vähäistä, joten tutkimus toi tärkeää lisätietoa keskusteluun nuorten aikuisten säännöllisen päihteidenkäytön taustalla olevista tekijöistä. Tutkielman perusteella säännöllinen alkoholin ja tupakan käyttö on vähäisempää urheiluseurassa harrastavilla nuorilla aikuisilla, kun heitä verrataan urheiluseuraharrastamisen lopettaneisiin ja ei ikinä urheiluseurassa harrastaneisiin. Jatkotutkimuksien avulla voidaan selvittää, onko urheiluseuraharrastamisen ja säännöllisen päihteidenkäytön välillä syy-seuraussuhdetta, eli suojaako urheiluseuraharrastaminen nuoria aikuisia päihteiden säännölliseltä käytöltä.

Binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla havaittiin, että kun kaikki taustatekijät otettiin samanaikaisesti huomioon, miesten ja naisten sekä opiskelijoiden ja työelämässä olevien nuorten aikuisten välillä oli eroja säännöllisen alkoholin ja nuuskan käytön sekä humalajuomisen yleisyydessä. On mahdollista, että urheiluseuraharrastaminen toimii päihteidenkäytöltä suojaavana mekanismina eri tavoin eri ryhmillä, ja näiden taustatekijöiden merkitys nuorten aikuisten urheiluseuraharrastajien päihteidenkäyttöön tulisi selvittää.

LÄHTEET

- Abbasi-Kangevari, M., Abd-Allah, F., Adekanmbi, V., Adetokunboh, O. O., Al-Mekhlafi, H. M., Ancuceanu, R., . . . Yahyazadeh Jabbari, S. H. (2020). Global burden of 87 risk factors in 204 countries and territories, 1990–2019: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet (British edition)*, 396(10258), 1223-1249. doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30752-2
- Adan, A., Forero, D. A. & Navarro, J. F. (2017). Personality Traits Related to Binge Drinking: A Systematic Review. *Frontiers in psychiatry*, 8, 134. doi.org/10.3389/fpsy.2017.00134
- Aira, T., Vasankari, T., Heinonen, O.J., Korpelainen, R., Kotkajuuri, J., Parkkari, J., Savonen, K., Uusitalo, A., Valtonen, M., Villberg, J., Vähä-Ypyä, H. & Kokko, S. 2021. Physical activity from adolescence to young adulthood: patterns of change, and their associations with activity domains and sedentary time. *Int J Behav Nutr Phys Act* 18, 85. doi.org/10.1186/s12966-021-01130-x
- Alaranta, A., Alaranta, H., Patja, K., Palmu, P., Prättälä, R., Martelin, T., & Helenius, I. (2006). Snuff Use and Smoking in Finnish Olympic Athletes. *International journal of sports medicine*, 27(7), 581-586. doi.org/10.1055/s-2005-865826
- Alkoholilaki 1102/2017 (2018). Viitattu 18.7.2022. www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2017/20171102
- Allen, M. S., Greenlees, I., & Jones, M. (2013). Personality in sport: A comprehensive review. *International review of sport and exercise psychology*, 6(1), 184-208. doi.org/10.1080/1750984X.2013.769614
- Andersen, M. H., Ottesen, L., & Thing, L. F. (2019). The social and psychological health outcomes of team sport participation in adults: An integrative review of research. *Scandinavian Journal of Public Health*, 47(8), 832-850. doi.org/10.1177/1403494818791405
- Andrews, J. A., Tildesley, E., Hops, H., & Li, F. (2002). The Influence of Peers on Young Adult Substance Use. *Health psychology*, 21(4), 349–357. doi.org/10.1037/0278-6133.21.4.349
- Araneda, D., Korhonen, T., Laatikainen, T., Haukkala, A., Rose, R. J. & Kaprio, J. (2020). Association of snus experimentation in late adolescence with daily cigarette smoking in early adulthood: A longitudinal study among Finnish men. *Scandinavian journal of public health*, 48(6), 638-645. doi.org/10.1177/1403494819828868

- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens Through the Twenties. *The American psychologist*, 55(5), 469–480. doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469
- Arnett, J. J. (2014). Socialization in Emerging adulthood From the Family to the Wider World, from Socialization to Self-Socialization. Teoksessa J.E. Grusec & P.D. Hastings (toim.) *Handbook of Socialization: Theory and Research*, 85–108.
- Barbry, A., Carton, A., Ovigneur, H., & Coquart, J. (2022). Relationships Between Sports Club Participation and Health Determinants in Adolescents and Young Adults. *Frontiers in sports and active living*, 4, 918716. doi.org/10.3389/fspor.2022.918716
- Bava, S. & Tapert, S. F. (2010). Adolescent Brain Development and the Risk for Alcohol and Other Drug Problems. *Neuropsychology review*, 20(4), 398–413. doi.org/10.1007/s11065-010-9146-6
- Bean, C., Fortier, M., Post, C. & Chima, K. 2014. Understanding How Organized Youth Sport May Be Harming Individual Players within the Family Unit: A Literature Review. *Int J Environ Res Public Health* 11 (10), 10226–10268. doi:10.3390/ijerph111010226
- Beets, M. W., Cardinal, B. J. & Alderman, B. L. (2010). Parental Social Support and the Physical Activity-Related Behaviors of Youth: A Review. *Health education & behavior*, 37(5), 621-644.
- Bergsgard, N. A. & Norberg, J. R. (2010). Sports policy and politics - the Scandinavian way. *Sport in society*, 13(4), 567-582. doi.org/10.1080/17430431003616191
- Bjerkaas, E., Parajuli, R., Weiderpass, E., Engeland, A., Maskarinec, G., Selmer, R. & Gram, I. T. (2013). Smoking duration before first childbirth: An emerging risk factor for breast cancer? Results from 302,865 Norwegian women. *Cancer causes & control*, 24(7), 1347-1356. doi.org/10.1007/s10552-013-0213-1
- Blomqvist, M., Mononen, K., Koski, P. & Kokko, S. 2019. Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa S. Kokko & L. Martin. (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Valtion liikuntaneuvoksen julkaisuja 2019:1.*
- Boden, J. M., & Fergusson, D. M. (2011). Alcohol and depression. *Addiction* (Abingdon, England), 106(5), 906-914. doi.org/10.1111/j.1360-0443.2010.03351.x
- Booth, V. M., Rowlands, A. V., & Dollman, J. (2015). Physical activity temporal trends among children and adolescents. *Journal of science and medicine in sport*, 18(4), 418-425. doi.org/10.1016/j.jsams.2014.06.002

- Boyce, W., Torsheim, T., Currie, C., & Zambon, A. (2006). The Family Affluence Scale as a measure of national wealth: Validation of an adolescent self-report measure. *Social Indicators Research*, 78, 473-487.
- Brener, N. D., Billy, J. O., & Grady, W. R. (2003). Assessment of factors affecting the validity of self-reported health-risk behavior among adolescents: Evidence from the scientific literature. *Journal of Adolescent Health*, 33(6), 436-457. doi.org/10.1016/S1054-139X(03)00052-1
- Breuer, C., Feiler, S., Llopis-Goig, R. Elmoose-Østerlund, K., Bürgi, R., Claes, E., Gebert, A., Gocłowska, S., Ibsen, B., Lamprecht, M., Nagel, S., Nichols, G., Perenyi, S., Piątkowska, M., Scheerder, J., Seippel, Ø., Stamm, H., Steinbach, D., Roest, J. & Werff, H. (2017). Characteristics of European sports clubs. A comparison of the structure, management, voluntary work and social integration among sports clubs across ten European countries. Centre for Sports, Health and Civil Society. University of Southern Denmark.
- Buchmann, M. C., & Kriesi, I. (2011). Transition to Adulthood in Europe. *Annual review of sociology*, 37(1), 481-503. doi.org/10.1146/annurev-soc-081309-150212
- Butler, A., Romano, I., Patte, K., Ferro, M. A., de Groh, M., Jiang, Y., & Leatherdale, S. T. (2019). Psychological correlates and binge drinking behaviours among Canadian youth: a cross-sectional analysis of the mental health pilot data from the COMPASS study. *BMJ open*, 9(6), e028558. doi.org/10.1136/bmjopen-2018-028558
- Byhamre, M. L., Araghi, M., Alfredsson, L., Bellocco, R., Engström, G., Eriksson, M., Galanti, M., Jansson, J.H., Lager, A., Lundberg, M., Östergren, P.O., Pedersen, N., Lagerros, Y., Ye, W., Wennberg, P. & Magnusson, C. (2021). Swedish snus use is associated with mortality: A pooled analysis of eight prospective studies. *International journal of epidemiology*, 49(6), 2041-2050. doi.org/10.1093/ije/dyaa197
- Chan, G. C. K., Leung, J., Quinn, C., Kelly, A. B., Connor, J. P., Weier, M., & Hall, W. D. (2016). Rural and Urban Differences in Adolescent Alcohol Use, Alcohol Supply, and Parental Drinking: Rural and Urban Differences in Adolescent Drinking. *The Journal of rural health*, 32(3), 280-286. doi.org/10.1111/jrh.12151
- Chen, P., & Jacobson, K. C. (2012). Developmental Trajectories of Substance Use From Early Adolescence to Young Adulthood: Gender and Racial/Ethnic Differences. *Journal of adolescent health*, 50(2), 154–163. doi.org/10.1016/j.jadohealth.2011.05.013
- Cimini, M. D., Monserrat, J. M., Sokolowski, K. L., Dewitt-Parker, J. Y., Rivero, E. M., & McElroy, L. A. (2015). Reducing High-Risk Drinking Among Student-Athletes: The

- Effects of a Targeted Athlete-Specific Brief Intervention. *Journal of American college health*, 63(6), 343-352. doi.org/10.1080/07448481.2015.1031236
- Crane, J., & Temple, V. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European physical education review*, 21(1), 114-131. doi.org/10.1177/1356336X14555294
- Cservenka, A., & Brumback, T. (2017). The Burden of Binge and Heavy Drinking on the Brain: Effects on Adolescent and Young Adult Neural Structure and Function. *Frontiers in psychology*, 8, 1111. doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01111
- Currie, C., Molcho, M., Boyce, W., Holstein, B. E., Torsheim, T., & Richter, M. (2008). Researching health inequalities in adolescents: The development of the Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) Family Affluence Scale. *Social Science & Medicine* 66 (6), 1429-1436.
- Dahab, K., Potter, M. N., Provance, A., Albright, J. & Howell, D. R. (2019). Sport Specialization, Club Sport Participation, Quality of Life, and Injury History Among High School Athletes. *Journal of athletic training*, 54(10), 1061-1066. doi.org/10.4085/1062-6050-361-18
- Davis, J. P., Pedersen, E. R., Tucker, J. S., Dunbar, M. S., Seelam, R., Shih, R. & D'Amico, E. J. (2019). Long-term Associations Between Substance Use-Related Media Exposure, Descriptive Norms, and Alcohol Use from Adolescence to Young Adulthood. *Journal of youth and adolescence*, 48(7), 1311-1326. doi.org/10.1007/s10964-019-01024-z
- de Haan, L., Egberts, A., & Heerdink, E. (2015). The relation between risk-taking behavior and alcohol use in young adults is different for men and women. *Drug and alcohol dependence*, 155, 222-227. doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2015.07.013
- De Looze M., Raaijmakers W., ter Bogt T., Bendtsen, P., Farhat, T., Ferreira, M., Godeau, E., Kuntsche, E., Molcho, M., Pfortner, T., Simons-Morton, B., Vieno, A., Vollebergh, W. & Pickett, W. (2015) Decreases in adolescent weekly alcohol use in Europe and North America: evidence from 28 countries from 2002 to 2010. *European Journal of Public Health*, 25, 69–72
- Denault, A. & Poulin, F. (2018). A detailed examination of the longitudinal associations between individual and team sports and alcohol use. *Addictive behaviors*, 78, 15–21. doi.org/10.1016/j.addbeh.2017.10.019
- Dever BV, Schulenberg JE, Dworkin JB, O'Malley PM, Kloska DD, Bachman JG, Dever, B. V., Schulenberg, J. E., Dworkin, J. B., O'Malley, P. M., Kloska, D. D., & Bachman, J. G. (2012). Predicting risk-taking with and without substance use: the effects of parental

- monitoring, school bonding, and sports participation. *Prevention Science*, 13(6), 605–615.
- Diehl, K., Thiel, A., Zipfel, S., Mayer, J., Litaker, D. G., & Schneider, S. (2012). How Healthy is the Behavior of Young Athletes? A Systematic Literature Review and Meta-Analyses. *Journal of sports science & medicine*, 11(2), 201–220.
- Dijkstra, J. & Veenstra, R. 2011. Peer Relations. Teoksessa B.B. Brown & M.J. Prinstein (toim.) *Encyclopedia of Adolescence*. 2. painos. Lontoo: Academic Press, 360–368. doi:10.1016/B978-0-12-373951-3.00079-X
- Dishman, R. K., Dowda, M., McIver, K. L., Saunders, R. P. & Pate, R. R. (2017). Naturally occurring changes in social-cognitive factors modify change in physical activity during early adolescence. *PloS one*, 12(2), e0172040.
- Dossus, L., Boutron-Ruault, M., Kaaks, R., Gram, I., Vilier, A., Fervers, B., . . . Duijnhoven, v. (2014). Active and passive cigarette smoking and breast cancer risk: Results from the EPIC cohort. *International journal of cancer*, 134(8), 1871-1888. doi.org/10.1002/ijc.28508
- Eime, R. M., Harvey, J. T., Brown, W. J., & Payne, W. R. (2010). Does Sports Club Participation Contribute to Health-Related Quality of Life? *Medicine and science in sports and exercise*, 42(5), 1022-1028. doi.org/10.1249/MSS.0b013e3181c3adaa
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013a). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 10(1), 98. doi.org/10.1186/1479-5868-10-98
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013b). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for adults: informing development of a conceptual model of health through sport. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 10:135. doi: 10.1186/1479–5868-10-135
- Eime, R. M., Charity, M. J., Harvey, J. T., & Payne, W. R. (2015). Participation in sport and physical activity: Associations with socio-economic status and geographical remoteness. *BMC public health*, 15(1), 434. doi.org/10.1186/s12889-015-1796-0
- El Ansari, W., Salam, A., & Suominen, S. (2020). Is Alcohol Consumption Associated with Poor Perceived Academic Performance? Survey of Undergraduates in Finland. *International journal of environmental research and public health*, 17(4), 1369. doi.org/10.3390/ijerph17041369

- Engström, K., Magnusson, C. & Galanti, M.R. (2010). Socio-demographic, lifestyle and health characteristics among snus users and dual tobacco users in Stockholm County, Sweden. *BMC Public Health* 10, 619. doi.org/10.1186/1471-2458-10-619
- Esmaealzadeh, S., Moraros, J., Thorpe, L., & Bird, Y. (2018). Examining the Association and Directionality between Mental Health Disorders and Substance Use among Adolescents and Young Adults in the U.S. and Canada-A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of clinical medicine*, 7(12), 543. doi.org/10.3390/jcm7120543
- Euroopan komissio (2007a). The EU and Sport: Background and context – accompanying document to the White Paper on Sport. KOM (2007) 391 Final. Viitattu 14.12.2022.
- Euroopan komissio (2007b). Valkoinen kirja. Urheilun valkoinen kirja. KOM (2007) 391.
- Ford, J. A. (2007). Substance Use Among College Athletes: A Comparison Based on Sport/Team Affiliation. *Journal of American college health*, 55(6), 367-373. doi.org/10.3200/JACH.55.6.367-373
- Galambos, N. & Kotylak, L. 2012. Transformations in Parent-Child Relationships from Adolescence to Adulthood. Teoksessa B. P. Laursen, & W. A. Collins (toim). *Relationship pathways: From adolescence to young adulthood*. SAGE.
- Geidne, S., Quennerstedt, M., Eriksson, C., & Eriksson, C. (2013). The youth sports club as a health-promoting setting: An integrative review of research. *Scandinavian journal of public health*, 41(3), 269-283. doi.org/10.1177/1403494812473204
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2015). *Health behavior: Theory, research, and practice* (Fifth edition.). Jossey-Bass & Pfeiffer Imprints, Wiley.
- Gossin, M., Gmel, G., Studer, J., Saubade, M., & Clair, C. (2020). The Association between Type and Intensity of Sport and Tobacco or Nicotine Use-A Cross-Sectional Study among Young Swiss Men. *International journal of environmental research and public health*, 17(22), 8299. doi.org/10.3390/ijerph17228299
- Graupensperger, S., Turrisi, R., Jones, D., & Evans, M. B. (2020). Longitudinal Associations Between Perceptions of Peer Group Drinking Norms and Students' Alcohol Use Frequency Within College Sport Teams. *Alcoholism, clinical and experimental research*, 44(2), 541-552. doi.org/10.1111/acer.14270
- Gray, K. M. & Squeglia, L. M. (2018). Research Review: What have we learned about adolescent substance use? *Journal of child psychology and psychiatry*, 59(6), 618-627. doi.org/10.1111/jcpp.12783

- Grénman, M., Oksanen, A., Löyttyniemi, E., Räikkönen, J. & Kunttu, K (2018). Mikä opiskelijoita liikuttaa? – Liikunnan merkitykset ja niiden yhteys koettuun hyvinvointiin ja liikunnan määrään. *Liikunta & Tiede* 55 (2–3), 94–101.
- Gröpel, P., Wegner, M., & Schüler, J. (2016). Achievement motive and sport participation. *Psychology of sport and exercise*, 27, 93-100. doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.08.007
- Grøtvedt, L., Forsén, L., Stavem, K. & Graff-Iversen, S. (2013). Patterns of snus and cigarette use: A study of Norwegian men followed from age 16 to 19. *Tobacco control*, 22(6), 382-388. doi.org/10.1136/tobaccocontrol-2011-050158
- Hakanen, T., Myllyniemi, S. & Salasuo, M. 2019. Oikeus liikkua. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:2.
- Halldorsson, V., Thorlindsson, T. & Sigfusdottir, I. D. (2014). Adolescent sport participation and alcohol use: The importance of sport organization and the wider social context. *International review for the sociology of sport*, 49(3-4), 311-330. doi.org/10.1177/1012690213507718
- Haukkala, A., Vartiainen, E. & De Vries, H. (2006). Progression of oral snuff use among Finnish 13-16-year-old students and its relation to smoking behaviour. *Addiction* (Abingdon, England), 101(4), 581-589. doi.org/10.1111/j.1360-0443.2005.01346.x
- Haydon, A., McRee, A-L. & Halpern, C. 2011. Risk-Taking Behaviour. Teoksessa B.B. Brown & M.J. Prinstein (toim.) *Encyclopedia of Adolescence*. 2. painos. Lontoo: Academic Press, 360–368. doi: 10.1016/B978-0-12-373951-3.00129-0
- Heikkilä, L., Korpelainen, R., Aira, T., Alanko, L., Heinonen, O. J., Kokko, S., Kujala, U., Parkkari, J., Savonen, K., Valtonen, M., Vasankari, T., Villberg, J., & Vanhala, M. (2021). The associations between adolescents' sports club participation and dietary habits. *Translational Sports Medicine*, 4(5), 617-626. doi.org/10.1002/tsm2.249
- Henchoz, Y., Dupuis, M., Deline, S., Studer, J., Baggio, S., N'Goran, A. A., . . . Gmel, G. (2014). Associations of physical activity and sport and exercise with at-risk substance use in young men: A longitudinal study. *Preventive medicine*, 64, 27-31. doi.org/10.1016/j.ypmed.2014.03.022
- Henninger, S., Fischer, R., Cornuz, J., Studer, J., & Gmel, G. (2015). Physical Activity and Snus: Is There a Link? *International journal of environmental research and public health*, 12(7), 7185–7198. doi.org/10.3390/ijerph120707185

- Holt, N.L. & Knight, C.J. 2011. Sport Participation. Teoksessa B.B. Brown & M.J. Prinstein (toim.) *Encyclopedia of Adolescence*. 2. painos. Lontoo: Academic Press, 360–368. doi:10.1016/B978-0-12-373915-5.00093-0
- Houten, J. v., Kraaykamp, G., & Breedveld, K. (2017). When do young adults stop practising a sport? An event history analysis on the impact of four major life events. *International review for the sociology of sport*, 52(7), 858-874. doi.org/10.1177/1012690215619204
- Howard, A. & Galambos, N. 2011. Transitions to Adulthood. Teoksessa B.B. Brown & M.J. Prinstein (toim.) *Encyclopedia of Adolescence*. 2. painos. Lontoo: Academic Press, 376–383. doi: 10.1016/B978-0-12-373951-3.00014-4
- Huhta, H. (2015). ”Pitää pään kasassa työttömyysaikana”. Liikunta työttömien nuorten arjessa. Nuorisotutkimusverkoston/Nuorisotutkimusseuran verkkojulkaisuja 87. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Huhtala, H. S. A., Rainio, S. U., & Rimpelä, A. H. (2006). Adolescent snus use in Finland in 1981–2003: Trend, total sales ban and acquisition. *Tobacco control*, 15(5), 392-397. doi.org/10.1136/tc.2005.015313
- IARC (2012). Personal habits and indoor combustions. Volume 100 E. A review of human carcinogens. IARC monographs on the evaluation of carcinogenic risks to humans, 100(Pt E), 1–538.
- Inchley J, Currie D, Cosma A, Piper, A. & Spanou, G. (2018) Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) Study Protocol – background, methodology and mandatory items for the 2017/18 survey. CAHRU, St Andrews
- Itkonen, H. 2000. Kansalaistoiminnan suuri linja. Teoksessa Heikkala, J., Ilmanen, K. & Koski, P (toim). *Liikunnan kansalaistoiminta: Muutokset, merkitykset ja reunaehdot*. Liikuntatieteellinen seura: Joensuun yliopisto, Karjalan tutkimuslaitos: Jyväskylän yliopisto, liikunnan sosiaalitieteiden laitos: Suomen liikunta ja urheilu. 11–25.
- Jakobsson, B. T. & Lundvall, S. (2021). Learn, Have Fun and Be Healthy! An Interview Study of Swedish Teenagers’ Views of Participation in Club Sport. *International journal of environmental research and public health*, 18(13), 6852. doi.org/10.3390/ijerph18136852
- Jakobsson, B. T., Lundvall, S. & Redelius, K. (2014). Reasons to Stay in Club Sport According to 19-Year-Old Swedish Participants: A Salutogenic Approach. *Sport Science Review (București)*, 23(5), 205-224. doi.org/10.1515/ssr-2015-0002

- Jang, D. J., Kim, H. C., Kim, J. K., Jung, S. Y., & Kim, D. Y. (2017). Effects of habitual smoking on cardiopulmonary function in taekwondo athletes. *Journal of exercise rehabilitation*, 13(6), 711–715. doi.org/10.12965/jer.1735172.586
- Jonsson, F., Goicolea, I., & San Sebastian, M. (2019). Rural-urban differences in health among youth in northern Sweden: An outcome-wide epidemiological approach. *International journal of circumpolar health*, 78(1), 1640015. doi.org/10.1080/22423982.2019.1640015
- Jääskeläinen, T., Koponen, P., Lundqvist, A., Borodulin, K., Koskinen, S. sekä FinTerveys 2017 –tutkimuksen johtoryhmä. 2019. Nuorten aikuisten terveys ja elintavat Suomessa –FinTerveys 2017 -tutkimuksen tuloksia. Tutkimuksesta tiiviisti 11, huhtikuu 2019. Terveystietokeskus ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki.
- Kaikkonen R, Murto J, Saarsalmi P, Pentala O, Koskela T, Virtala E, Härkänen T, Koskenniemi T, Ahonen J, Vartiainen E & Koskinen S. (2013). Alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen perustulokset kaupunki-maaseutu -luokittain 2013. Verkkojulkaisu: thl.fi/ath
- Kestilä, L. & Salasuo, M. (2006). Nuorten aikuisien alkoholinkäyttö – sosiaalisen eriarvoisuuden ilmentymä? Teoksessa C. Tigerstedt (toim.) Nuoret ja alkoholi. Alkoholi- ja huumeututkijain seura & Nuorisotutkimusseura. 121–149.
- Ketokivi, M. (2015). Tilastollinen päättely ja tieteellinen argumentointi. Gaudeamus Helsinki University Press.
- Khan, R. J., Stewart, C. P., Davis, S. K., Harvey, D. J. & Leistikow, B. N. (2015). The risk and burden of smoking related heart disease mortality among young people in the United States. *Tobacco induced diseases*, 13(1), 16. doi.org/10.1186/s12971-015-0041-z
- Kingsland, M., Wiggers, J. H., Vashum, K. P., Hodder, R. K., & Wolfenden, L. (2016). Interventions in sports settings to reduce risky alcohol consumption and alcohol-related harm: A systematic review. *Systematic reviews*, 5(1), 12. doi.org/10.1186/s13643-016-0183-y
- Kinnunen, J. M., Ollila, H., Minkkinen, J., Lindfors, P. L., & Rimpelä, A. H. (2018). A Longitudinal Study of Predictors for Adolescent Electronic Cigarette Experimentation and Comparison with Conventional Smoking. *International journal of environmental research and public health*, 15(2), 305.
- Kinnunen, J., Pere, L., Raisamo, S., Katainen, A., Myöhänen, A., Lahti, L., Ahtinen, S., Ollila, H., Lindfors, P. & Rimpelä, A. (2019). Nuorten terveystapatutkimus 2019. Nuorten

- tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö sekä rahapelaaminen. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen raportteja ja muistioita 2019:56.
- Kokko, S. (2012). Urheilullinen elämäntapa- ja rytmi. Teoksessa J. Finni, O. Aarresola, T. Jaakkola, S. Kalaja, N. Konttinen, S. Kokko, & T. Sipari (toim.) *Asiantuntijatyö urheilijan polun lapsuusvaiheen määrittelemiseksi tutkimustiedon pohjalta*. [Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus].
- Kokko, S. (2014). Sports clubs as settings for health promotion: Fundamentals and an overview to research. *Scandinavian Journal of Public Health*, 42(Suppl 15), 60–65.
- Kokko, S., Martin, L., Geidne, S., Van Hoye, A., Lane, A., Meganck, J., Scheerder, J., Seghers, J., Villberg, J., Kudlacek, M., Badura, P., Mononen, K., Blomqvist, M., De Clercq, B., & Koski, P. (2019) Does sports club participation contribute to physical activity among children and adolescents? A comparison across six European countries. *Scandinavian Journal of Public Health*, 47 (8), 851–858.
- Kokko, S., Selänne, H., Alanko, L., Heinonen, O., Korpelainen, R., Savonen, K., Vasankari, T., Kannas, L., Kujala, U., Aira, T., Villberg, J. & Parkkari, J. 2015. Health promotion activities of sports clubs and coaches, and health and health behaviours in youth participating in sports clubs: the Health Promoting Sports Club study. *BMJ Open Sport Exerc Med* 0:e000034. doi:10.1136/bmjsem-2015- 000034
- Koski, P. & Mäenpää, P. (2018). Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986–2016. *Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:25*, Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö, 11.
- Koski, P. 2013. Liikunta- ja urheiluseuroja koskeva tietopohja ja sen kehittäminen. Teoksessa *Liikunnan kansalaistoiminnan tietopohja*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2013:6. Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto.
- Koskinen, H. & Virtanen, S. (2022). *Tupakkatilasto 2021*. Korkeakouluopiskelijoiden tupakointi vähentynyt, mutta nuuskaaminen lisääntynyt. *Tilastoraportti 40/2022*. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimuskeskus.
- Kraus L., Guttormsson U., Leifman H., Arpa, S., Molinaro, S., . . . Hibell, B. (2016). *ESPAD Report 2015. Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*. European Monitoring Centre for Drugs and Addiction. Lisbon: EMCDDA
- Kristjansson, A. L., Sigfusdottir, I. D., Thorlindsson, T., Mann, M. J., Sigfusson, J. & Allegrante, J. P. (2016). Population trends in smoking, alcohol use and primary prevention variables among adolescents in Iceland, 1997-2014. *Addiction (Abingdon, England)*, 111(4), 645-652. doi.org/10.1111/add.13248

- Kuntsche, E., Knibbe, R., Gmel, G., & Engels, R. (2005). Why do young people drink? A review of drinking motives. *Clinical psychology review*, 25(7), 841-861. doi.org/10.1016/j.cpr.2005.06.002
- Kwan, M., Bobko, S., Faulkner, G., Donnelly, P., & Cairney, J. (2014). Sport participation and alcohol and illicit drug use in adolescents and young adults: a systematic review of longitudinal studies. *Addictive behaviors*, 39(3), 497–506. doi.org/10.1016/j.addbeh.2013.11.006
- Latvala, A., Rose, R. J., Pulkkinen, L., Dick, D. M., Korhonen, T. & Kaprio, J. (2014). Drinking, smoking, and educational achievement: Cross-lagged associations from adolescence to adulthood. *Drug and alcohol dependence*, 137, 106-113.
- Lau, E. Y., Riazi, N. A., Qian, W., Leatherdale, S. T., & Faulkner, G. (2019). Protective or risky? The longitudinal association of team sports participation and health-related behaviours in Canadian adolescent girls. *Canadian journal of public health = Revue canadienne de sante publique*, 110(5), 616–625. doi.org/10.17269/s41997-019-00221-4
- Lee, B., Levy, D. E., Macy, J. T., Elam, K. K., Bidulescu, A. & Seo, D. (2022). Smoking trajectories from adolescence to early adulthood as a longitudinal predictor of mental health in adulthood: Evidence from 21 years of a nationally representative cohort. *Addiction (Abingdon, England)*, 117(6), 1727-1736. doi.org/10.1111/add.15758
- Lee, K. T., & Vandell, D. L. (2015). Out-of-School Time and Adolescent Substance Use. *The Journal of adolescent health: official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 57(5), 523–529. doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.07.003
- Lehtonen, K. & Hakonen H. 2013. Liikunnan kansalaistoiminnan tietopohja. Liikunnan harrastaminen ja vapaaehtoistyö urheiluseuroissa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 274. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden edistämissektori LIKES.
- Lehtonen, K. (2012). Nuorten harrasteliikunnan kehittäminen 1999–2011. Valtion liikuntaneuvosto, Liikunnan ja terveyden tutkimuskeskus. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2012:2.
- Leon, M. E., Lugo, A., Boffetta, P., Gilmore, A., Ross, H., Schüz, J., La Vecchia, C. & Gallus, S. (2016). Smokeless tobacco use in Sweden and other 17 European countries. *European journal of public health*, 26(5), 817-821. doi.org/10.1093/eurpub/ckw032
- Lesnard, L., Cousteaux, A., Chanvrlil, F., & Le Hay, V. (2016). Do Transitions to Adulthood Converge in Europe? An Optimal Matching Analysis of Work-Family Trajectories of Men and Women from 20 European Countries. *European sociological review*, 32(3), 355-369. doi.org/10.1093/esr/jcw003

- Levy, D. T., Blackman, K., Currie, L. M., Levy, J., & Clancy, L. (2012). SimSmokeFinn: How far can tobacco control policies move Finland toward tobacco-free 2040 goals? *Scandinavian journal of public health*, 40(6), 544–552. doi.org/10.1177/1403494812456635
- Lewis, T. F., Milroy, J., Wyrick, D., Hebard, S. P., & Lamberson, K. A. (2017). Binge-Drinking and Non-Binge-Drinking Student-Athletes: The Role of Proximal Norms, Negative Expectancies, and Selected Sociodemographic Variables. *Journal of child & adolescent substance abuse*, 26(2), 141-151. doi.org/10.1080/1067828X.2016.1222978
- Li, D., Zhao, H. & Gelernter, J. (2011). Strong Association of the Alcohol Dehydrogenase 1B Gene (ADH1B) with Alcohol Dependence and Alcohol-Induced Medical Diseases. *Biological psychiatry* (1969), 70(6), 504-512. doi.org/10.1016/j.biopsych.2011.02.024
- Liang, P. S., Chen, T., & Giovannucci, E. (2009). Cigarette smoking and colorectal cancer incidence and mortality: Systematic review and meta-analysis. *International journal of cancer*, 124(10), 2406-2415. doi.org/10.1002/ijc.24191
- Lindgren, E., Annerstedt, C., & Dohsten, J. (2017). "The individual at the centre" - a grounded theory explaining how sport clubs retain young adults. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, 12(1), 1361782-12. doi.org/10.1080/17482631.2017.1361782
- Ling, P. M., Neilands, T. B., & Glantz, S. A. (2009). Young Adult Smoking Behavior A National Survey. *American journal of preventive medicine*, 36(5), 389-394. doi.org/10.1016/j.amepre.2009.01.028
- Lisha, N. E., & Sussman, S. (2010). Relationship of high school and college sports participation with alcohol, tobacco, and illicit drug use: A review. *Addictive behaviors*, 35(5), 399-407.
- Lisha, N. E., Crano, W. D., & Delucchi, K. L. (2014). Participation in Team Sports and Alcohol and Marijuana Use Initiation Trajectories. *Journal of drug issues*, 44(1), 83–93. doi.org/10.1177/0022042613491107
- Logan, K. & Cuff, S. (2019). Organized Sports for Children, Preadolescents, and Adolescents. *Pediatrics* (Evanston), 143(6), 1. doi.org/10.1542/peds.2019-0997
- Lopez, A. D., Collishaw, N. E., & Piha, T. (1994). A descriptive model of the cigarette epidemic in developed countries. *Tobacco control*, 3(3), 242–247. doi.org/10.1136/tc.3.3.242
- Lund, I., Kvaavik, E., Nygård, M., & Hansen, B. T. (2018). Associations between snus use, body mass index and general health in a cross-sectional population-based sample of

- women. *Scandinavian journal of public health*, 46(5), 580-587.
doi.org/10.1177/1403494817748758
- Mann, C. J. (2003). Observational research methods. Research design II: Cohort, cross sectional, and case-control studies. *Emergency medicine journal: EMJ*, 20(1), 54-60.
doi.org/10.1136/emj.20.1.54
- Martens, M. P., Dams-O'Connor, K. & Beck, N. C. (2006). A systematic review of college student-athlete drinking: Prevalence rates, sport-related factors, and interventions. *Journal of substance abuse treatment*, 31(3), 305-316.
doi.org/10.1016/j.jsat.2006.05.004
- Martinsen, M., & Sundgot-Borgen, J. (2014). Adolescent elite athletes' cigarette smoking, use of snus, and alcohol. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(2), 439–446.
- Massengale, K. E. C., Ma, A., Rulison, K. L., Milroy, J. J., & Wyrick, D. L. (2017). Perceived norms and alcohol use among first-year college student-athletes' different types of friends. *Journal of American College Health*, 65(1), 32–40.
- Mattila, V. M., Raisamo, S., Pihlajamäki, H., Mäntysaari, M., & Rimpelä, A. (2012). Sports activity and the use of cigarettes and snus among young males in Finland in 1999-2010. *BMC public health*, 12, 230. doi.org/10.1186/1471-2458-12-230
- McCambridge, J., McAlaney, J. & Rowe, R. (2011). Adult Consequences of Late Adolescent Alcohol Consumption: A Systematic Review of Cohort Studies. *PLoS medicine*, 8(2), e1000413. doi.org/10.1371/journal.pmed.1000413
- Metsämuuronen, J. (2006). Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä: Opiskelijalaitos (2. laitos, 3. uud. p.). International Methelp.
- Milicic, S., Piérard, E., DeCicca, P., & Leatherdale, S. T. (2019). Examining the Association Between Physical Activity, Sedentary Behavior and Sport Participation with E-Cigarette Use and Smoking Status in a Large Sample of Canadian Youth. *Nicotine & tobacco research: official journal of the Society for Research on Nicotine and Tobacco*, 21(3), 285–292. doi.org/10.1093/ntr/ntx238
- Mononen, K., Blomqvist, M., Koski, P. & Kokko, S. 2016. Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä. (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoksen julkaisuja 2016:4. 27–35.
- Mononen, K., Blomqvist, M., Koski, P. & Kokko, S. 2021. Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa S. Kokko, S., R. Hämylä, R. & L. Martin. (toim.). Nuorten

- liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2020. Valtion liikuntaneuvoksen julkaisuja 2021:1. 36–45.
- Myllyniemi, S. & Berg, P. 2013. Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013. Opetus- ja kulttuuriministeriö, Valtion liikuntaneuvosto, Nuorisosiain neuvottelukunta, Nuorisotutkimusverkosto.
- Mündel, T. (2017). Nicotine: Sporting Friend or Foe? A Review of Athlete Use, Performance Consequences and Other Considerations. *Sports Medicine* 7, 2497–2506. doi: 10.1007/s40279-017-0764-5
- Mäkelä, K. J. J., Kokko, S., Kannas, L., Villberg, J., Vasankari, T., Heinonen, J. O., Savonen, K., Alanko, L., Korpelainen, R., Selänne, H., & Parkkari, J. (2016). Physical Activity, Screen Time and Sleep among Youth Participating and Non-Participating in Organized Sports: The Finnish Health Promoting Sports Club (FHPSC) Study. *Advances in Physical Education*, 6(4), 378–388. doi.org/10.4236/ape.2016.64038
- Mäkelä, P. & Paljärvi, T. (2015) Alkoholiongelmien ja työmarkkinoilla pysyminen: varhaista puuttamista tarvitaan. *Terveystieteiden tutkimus / Tutkimuksesta tiiviisti* 32, 2015
- Mäkinen, J. 2019. Aikuisväestön liikunnan harrastaminen, vapaaehtoistyö ja osallistuminen 2018. KIHUn julkaisusarja 67. Jyväskylä: KIHU.
- Nelson, M. C., Story, M., Larson, N. I., Neumark-Sztainer, D., & Lytle, L. A. (2008). Emerging Adulthood and College-aged Youth: An Overlooked Age for Weight-related Behavior Change. *Obesity* (Silver Spring, Md.), 16(10), 2205–2211. doi.org/10.1038/oby.2008.365
- Ng, K., Asunta, P., Linderman, A., Hakonen, H. & Rintala, P. 2021. Toimintarajoitteita kokevien opiskelijoiden liikuntakäyttäytyminen. Teoksessa S. Kokko, S., R. Hämylä, R. & L. Martin. (toim). Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2020. Valtion liikuntaneuvoksen julkaisuja 2021:1. 112–119.
- Ng, K., Mäkelä, K. J. J., Parkkari, J., Kannas, L., Vasankari, T., Heinonen, O. J., Savonen, K., Alanko, L., Korpelainen, R., Selänne, H., Villberg, J., & Kokko, S. (2017). Coaches' Health Promotion Activity and Substance Use in Youth Sports. *Societies*, 7(2), Article 4. doi.org/10.3390/soc7020004
- Norwegian Institute of Public Health. 2019. Health Risks of Scandinavian Snus Consumption. English Summary. Rapport fra Folkhelseinstituttet. Helseerisiko ved snusbruk.
- Nunan, D., Aronson, J., & Bankhead, C. (2018). Catalogue of bias: Attrition bias. *BMJ evidence-based medicine*, 23(1), 21-22. doi.org/10.1136/ebmed-2017-110883

- Nuorisolaki 1285/2016 (2016). Viitattu 25.9.2022.
www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20161285
- O'Brien, K. S., Ali, A., Cotter, J. D., O'Shea, R. P. & Stannard, S. (2007). Hazardous drinking in New Zealand sportspeople: Level of sporting participation and drinking motives. *Alcohol and alcoholism (Oxford)*, 42(4), 376-382. doi.org/10.1093/alcalc/aggm035
- Ollila, H. & Ruokolainen O. (2022). Koulutusryhmittäiset erot nuorten tupakka- ja nikotiinituotteiden kokeilussa, käytössä ja hankinnassa 2017–2021. Tutkimuksesta tiiviisti 21/2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki.
- Ollila, H., Ruokolainen, O. & Sandström, P. (2021). Nuuska Suomessa ja muissa Pohjoismaissa. Tutkimuksesta tiiviisti 11/2021. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki.
- Olsen, I. G., Garritsen, H. H., van de Goor, I., Kunst, A. E., & Rozema, A. D. (2021). Adolescents' beliefs, attitudes and social norms with regard to smoking and sports: a qualitative study. *BMJ open*, 11(8), e046613. doi.org/10.1136/bmjopen-2020-046613
- Olympiakomitea. (2021). Reilu Peli – urheiluyhteisön eettiset periaatteet. Olympiakomitean syyskokous 20.11.2021.
- Oura, P., Rissanen, I., Junno, J., Harju, T., & Paananen, M. (2020). Lifelong smoking trajectories of Northern Finns are characterized by sociodemographic and lifestyle differences in a 46-year follow-up. *Scientific reports*, 10(1), 16365. doi.org/10.1038/s41598-020-73334-3
- Paljärvi, T., Koskenvuo, M., Poikolainen, K., Kauhanen, J., Sillanmaki, L., & Makela, P. (2009). Binge drinking and depressive symptoms: A 5-year population-based cohort study. *Addiction (Abingdon, England)*, 104(7), 1168-1178. doi.org/10.1111/j.1360-0443.2009.02577.x
- Palomäki, S., Huotari, P. & Kokko S. 2017. Vanhempien ja kavereiden tuen yhteys nuoruusiän fyysiseen aktiivisuuteen. *Liikunta & Tiede* 54. 2–3, 83–90.
- Palomäki, S., Laherto, L., Kukkonen, T., Hakonen, H. & Tammelin, T. 2016. Vanhempien hyvä koulutus ja tulotaso lisäävät nuorten liikkumista etenkin urheiluseuroissa. *Liikunta & Tiede* 53:4, 92–98.
- Parikka S, Holm N, Ikonen J, Koskela T, Kilpeläinen H & Lundqvist A. (2021). KOTT 2021 - tutkimuksen perustulokset 2021. Verkkojulkaisu: www.terveytemme.fi/kott
- Paschall, M. J., Freisthler, B., & Lipton, R. I. (2005). Moderate Alcohol Use and Depression in Young Adults: Findings From a National Longitudinal Study. *American journal of public health (1971)*, 95(3), 453-457. doi.org/10.2105/AJPH.2003.030700

- Patja, K. & Borodulin, K. (2020). Vaikuttavatko tupakka- ja nikotiinituotteet kilpaurheilijan suorituskykyyn? *Suomen lääkirilehti* 75 (50), ss 2765–2770.
- Pedersen, E. R., Osilla, K. C., Miles, J. N., Tucker, J. S., Ewing, B. A., Shih, R. A. & D'Amico, E. J. (2016). The Role of Perceived Injunctive Alcohol Norms in Adolescent Drinking Behavior. *Addictive behaviors*, 67, 1-7. doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.11.022
- Pedersen, W., & von Soest, T. (2014). Tobacco use among Norwegian adolescents: from cigarettes to snus. *Addiction* (Abingdon, England), 109(7), 1154–1162. doi.org/10.1111/add.12509
- Pelto-Arvo, R., & Palomäki, S. (2017). Nuorten salibandypelaajien nuuskan käyttö ja siihen yhteydessä olevat tekijät. *Liikunta ja tiede*, 54(6), 73–80.
- Pentikäinen, H., Toivo, K., Kokko, S., Alanko, L., Heinonen, O. J., Nylander, T., . . . Savonen, K. (2022). Resting electrocardiogram and blood pressure in young athletes and nonathletes: A 4-year follow-up. *Clinical physiology and functional imaging*, 42(3), 200-207. doi.org/10.1111/cpf.12747
- Pepera, G., & Panagiota, Z. (2021). Comparison of heart rate response and heart rate recovery after step test among smoker and non-smoker athletes. *African health sciences*, 21(1), 105-11. doi.org/10.4314/ahs.v21i1.15
- Peretti-Watel, P., Guagliardo, V., Verger, P., Pruvost, J., Mignon, P., & Obadia, Y. (2003). Sporting activity and drug use: Alcohol, cigarette and cannabis use among elite student athletes. *Addiction* (Abingdon, England), 98(9), 1249–1256. doi.org/10.1046/j.1360-0443.2003.00490.x
- Piispa, M. (2018). Nuuska ja nuoret – laadullinen selvitys nuorten nuuskan käytöstä ja hankintatavoista. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.
- Popovici, I., & French, M. T. (2013). Does Unemployment Lead to Greater Alcohol Consumption? *Industrial relations* (Berkeley), 52(2), 444-466. doi.org/10.1111/irel.12019
- Post, A., Gilljam, H., Rosendahl, I., Meurling, L., Bremberg, S., & Galanti, M. R. (2005). Validity of self-reports in a cohort of Swedish adolescent smokers and smokeless tobacco (snus) users. *Tobacco control*, 14(2), 114-117. doi.org/10.1136/tc.2004.008789
- Poulin, F., & Denault, A. (2013). Friendships with Co-Participants in Organized Activities: Prevalence, Quality, Friends' Characteristics, and Associations with Adolescents' Adjustment. *New directions for child and adolescent development*, 2013(140), 19-35. doi.org/10.1002/cad.20035

- Primack, B. A., Fertman, C. I., Rice, K. R., Adachi-Mejia, A. M., & Fine, M. J. (2010). Waterpipe and Cigarette Smoking Among College Athletes in the United States. *Journal of adolescent health, 46*(1), 45–51. doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.05.004
- Puronaho, K. (2014). Drop-out vai throw-out? Tutkimus lasten ja nuorten liikuntaharrastusten kustannuksista. opetus- ja kulttuuriministeriö.
- Päkkilä, J., Anttonen, V., Patinen, P., Nyman, K., Valkeapää, K., Birkhed, D., Tjäderhane, L. & Tanner, T. (2017). Profiling of smokers and snuffers among young Finnish men - cross-sectional epidemiological study. *Acta odontologica Scandinavica, 75*(8), 577–583. doi.org/10.1080/00016357.2017.1361548
- Quinn, P. D., & Fromme, K. (2010). Self-regulation as a protective factor against risky drinking and sexual behavior. *Psychology of Addictive Behaviors, 24*, 376–385. doi:10.1037/a0018547
- Raitasalo, K. & Härkönen, J. Nuorten päihteiden käyttö ja rahapelaaminen - ESPAD-tutkimus 2019. Tilastoraportti 40, THL 2019
- Raitasalo, K., Simonen, J., Tigerstedt, C., Mäkelä, P. & Tapanainen, H. (2018). What is going on in underage drinking? Reflections on Finnish European school survey project on alcohol and other drugs data 1999–2015. *Drug and alcohol review, 37*(S1), S76-S84. doi.org/10.1111/dar.12697
- Reas, D. L., Wisting, L., Stedal, K. & Dahlgren, C. L. (2019). Unhealthy eating and weight dissatisfaction in adolescents who never, occasionally, or regularly use smokeless tobacco (Swedish snus). *The International journal of eating disorders, 52*(7), 846-854. doi.org/10.1002/eat.23085
- Redonnet, B., Chollet, A., Fombonne, E., Bowes, L. & Melchior, M. (2011). Tobacco, alcohol, cannabis and other illegal drug use among young adults: The socioeconomic context. *Drug and alcohol dependence, 121*(3), 231-239. doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2011.09.002
- Rindfleisch, A., Malter, A. J., Ganesan, S., & Moorman, C. (2008). Cross-Sectional versus Longitudinal Survey Research: Concepts, Findings, and Guidelines. *Journal of marketing research, 45*(3), 261–279. doi.org/10.1509/jmkr.45.3.261
- Rinta-Antila, K., Koski, P., Heinonen, O. J., Korpelainen, R., Parkkari, J., Savonen, K., . . . Kokko, S. (2022). Educational and family-related determinants of organized sports participation patterns from adolescence to emerging adulthood: A four-year follow-up study. *International journal of health promotion and education, ahead-of-print*(ahead-of-print), 1-15. doi.org/10.1080/14635240.2022.2116943

- Rissanen, I., Oura, P., Paananen, M., Miettunen, J. & Geerlings, M. I. (2019). Smoking trajectories and risk of stroke until age of 50 years – The Northern Finland Birth Cohort 1966. *PloS one*, 14(12), e0225909. doi.org/10.1371/journal.pone.0225909
- Rolandsson, M., Wagnsson, S., & Hugoson, A. (2014). Tobacco use habits among Swedish female youth athletes and the influence of the social environment. *International journal of dental hygiene*, 12(3), 219-225. doi.org/10.1111/idh.12065
- Rottensteiner, C., Konttinen, N., & Laakso, L. (2015). Sustained Participation in Youth Sports Related to Coach-Athlete Relationship and Coach-Created Motivational Climate. *International sport coaching journal*, 2(1), 29-38.
- Russell, A. M., Patterson, M. S., & Barry, A. E. (2021). College Students' Perceptions of Peer Alcohol Use: A Social Network Analytic Approach. *Substance use & misuse*, 56(1), 46-53. doi.org/10.1080/10826084.2020.1833929
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *The American psychologist*, 55(1), 68-78. doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68
- Ryan, S. M., Jorm, A. F. & Lubman, D. I. (2010). Parenting factors associated with reduced adolescent alcohol use: A systematic review of longitudinal studies. *Australasian psychiatry: bulletin of the Royal Australian and New Zealand College of Psychiatrists*, 44(9), 774-783. doi.org/10.1080/00048674.2010.501759
- Salminen, P., Fonselius, R., & Ollila, E. (2017). Uusi tupakkalaki tuli - miten kävi nuuskan maahantuonnin? *Yhteiskuntapolitiikka*, 1, 66-75.
- Šaranović, S. Đ., Vičić, J., Pešić, I., Tomović, M., Batinić, Đ., Antić, M., Tadic, M. & Mazić, S. (2019). The Influence of Tobacco Use on Pulmonary Function in Elite Athletes. *International journal of environmental research and public health*, 16(19), 3515. doi.org/10.3390/ijerph16193515
- Scheerder, J., Vanreusel, B., Taks, M. & Renson, R. (2005). Social stratification patterns in adolescents' active sports participation behaviour: A time trend analysis 1969-1999. *European physical education review*, 11(1), 5–27. doi.org/10.1177/1356336X05049822
- Schulte, M. T., Ramo, D. & Brown, S. A. (2009). Gender differences in factors influencing alcohol use and drinking progression among adolescents. *Clinical psychology review*, 29(6), 535-547. doi.org/10.1016/j.cpr.2009.06.003
- Seitz, C. M., Wyrick, D. L., Rulison, K. L., Strack, R. W., & Fearnow-Kenney, M. (2014). The Association between Coach and Teammate Injunctive Norm Reference Groups and

- College Student-Athlete Substance Use. *Journal of Alcohol & Drug Education*, 58(2), 7–26.
- Sekulic, D., Sisic, N., Terzic, A., Jasarevic, I., Ostojic, L., Pojskic, H., & Zenic, N. (2017). Sport and scholastic factors in relation to smoking and smoking initiation in older adolescents: A prospective cohort study in Bosnia and Herzegovina. *BMJ open*, 7(3), e014066. doi.org/10.1136/bmjopen-2016-014066
- Shiri, R., Halonen, J., Serlachius, A., Hutri-Kähönen, N., Raitakari, O. T., Vahtera, J., Viikari, J. & Lallukka, T. (2021). Work participation and physicality of work in young adulthood and the development of unhealthy lifestyle habits and obesity later in life: A prospective cohort study. *Occupational and environmental medicine (London, England)*, 78(3), 153-159. doi.org/10.1136/oemed-2020-106526
- Sidorchuk, A., Hemmingsson, T., Romelsjo, A. & Allebeck, P. (2012). Alcohol Use in Adolescence and Risk of Disability Pension: A 39 Year Follow-up of a Population-Based Conscription Survey. *PloS one*, 7(8), e42083. doi.org/10.1371/journal.pone.0042083
- Simons-Morton, B. B. & Farhat, T. T. (2010). Recent Findings on Peer Group Influences on Adolescent Substance Use. *The Journal of primary prevention*, 31(4), 191-208. doi.org/10.1007/s10935-010-0220-x
- Squeglia, L., Jacobus, J. & Tapert, S. (2009). The Influence of Substance Use on Adolescent Brain Development. *Clinical EEG and neuroscience*, 40(1), 31-38. doi.org/10.1177/155005940904000110
- Stephan, Y., Sutin, A. R. & Terracciano, A. (2014). Physical activity and personality development across adulthood and old age: Evidence from two longitudinal studies. *Journal of research in personality*, 49, 1-7. doi.org/10.1016/j.jrp.2013.12.003
- Stone, A. L., Becker, L. G., Huber, A. M., & Catalano, R. F. (2012). Review of risk and protective factors of substance use and problem use in emerging adulthood. *Addictive Behaviors*, 37, 747–775. doi:10.1016/j.addbeh.2012.02.014
- Strandbu, Å., Bakken, A. & Sletten, M. A. (2019). Exploring the minority-majority gap in sport participation: Different patterns for boys and girls? *Sport in society*, 22(4), 606-624. doi.org/10.1080/17430437.2017.1389056
- Szerovay, M. (2021). Shifting dominant logics? The organisational field of Finnish sport clubs in the 2010s. *Sport in society*, 25(1), 70-85. doi.org/10.1080/17430437.2020.1772235
- Taylor, B., Irving, H., Kanteres, F., Room, R., Borges, G., Cherpitel, C., Greenfield, T. & Rehm, J. (2010). The more you drink, the harder you fall: A systematic review and meta-

- analysis of how acute alcohol consumption and injury or collision risk increase together. *Drug and alcohol dependence*, 110(1), 108-116. doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2010.02.011
- Teixeira, P. J., Carraca, E. V., Markland, D., Silva, M. N., & Ryan, R. M. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 9(1), 78. doi.org/10.1186/1479-5868-9-78
- Telford, R. M., Telford, R. D., Cochrane, T., Cunningham, R.B., Olive, L. S. & Davey, R. 2016. The influence of sport club participation on physical activity, fitness and body fat during childhood and adolescence: the LOOK longitudinal study. *Journal of science and medicine in sport* 19, 400–406.
- Terry-McElrath, Y. M., Emery, S., Wakefield, M. A., O'Malley, P. M., Szczypka, G., & Johnston, L. D. (2013). Effects of tobacco-related media campaigns on smoking among 20–30-year-old adults: Longitudinal data from the USA. *Tobacco control*, 22(1), 38-45. doi.org/10.1136/tobaccocontrol-2011-050208
- THL (2018). Päihdetilastollinen vuosikirja 2018. Alkoholi ja huumeet. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki
- THL (2020). Keskeiset käsitteet. Alkoholi, tupakka ja riippuvuudet. Viitattu 25.9.2022. www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihde-tyo/mita-ehkaiseva-paihde-tyo-on/keskeiset-kasitteet
- Thompson, K. D., Stockwell, T. & Macdonald, S. (2012). Is there a 'low-risk' drinking level for youth? The risk of acute harm as a function of quantity and frequency of drinking. *Drug and alcohol review*, 31(2), 184-193. doi.org/10.1111/j.1465-3362.2011.00378.x
- Thorgeirsson, T. E., Gudbjartsson, D. F., Surakka, I., Vink, J. M., Amin, N., Geller, F., Sulem, P., Rafnar, T., Esko, T., Walter, S., Gieger, C., Rawal, R., Mangino, M., Prokopenko, I., Mägi, R., Keskitalo, K., Gudjonsdottir, I. H., Gretarsdottir, S., Stefansson, H., . . . Stefansson, K. (2010). Sequence variants at CHRNA3-CHRNA6 and CYP2A6 affect smoking behavior. *Nature Genetics*, 42(5), 448-U135. doi.org/10.1038/ng.573
- Thun, M., Peto, R., Boreham, J., & Lopez, A. D. (2012). Stages of the cigarette epidemic on entering its second century. *Tobacco Control*, 21(2), 96–101. doi.org/10.1136/tobaccocontrol-2011-050294
- Tiirikainen, M. & Konu, A. (2013). Miksi lapset ja nuoret katoavat liikunta- ja urheiluseuroista murrosiässä? Teoksessa Miksi murrosikäinen luopuu liikunnasta? Helsinki: Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2013:3.

- Tjora, T., Skogen, J. C., & Sivertsen, B. (2020). Increasing similarities between young adults' smoking and snus use in Norway: A study of the trends and stages of smoking and snus epidemic from 2010 to 2018. *BMC public health*, 20(1), 1511. doi.org/10.1186/s12889-020-09604-6
- Torsheim, T., Currie, C., Boyce, W., Kalnins, I., Overpeck, M., & Haugland, S. (2004). Material deprivation and self-rated health: A multilevel study of adolescents from 22 European and North American countries. *Social science & medicine* (1982), 59(1), 1-12. doi.org/10.1016/j.socscimed.2003.09.032
- Torstveit, M. K., Johansen, B. T., Haugland, S. H., & Stea, T. H. (2018). Participation in organized sports is associated with decreased likelihood of unhealthy lifestyle habits in adolescents. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 28(11), 2384–2396.
- Tupakkalaki 549/2016 (2016). Viitattu 18.7.2022. www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20160549
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Helsinki.
- Tähtinen, J., Laakkonen, E., Broberg, M., & Tähtinen, R. (2020). Tilastollisen aineiston käsittelyn ja tulkinnan perusteita (2. uudistettu painos.). Turun yliopiston kasvatustieteiden laitos.
- Urrutia, I., Capelastegui, A., Quintana, J., Muniozguren, N., Basagana, X., Sunyer, J. & the Spanish Group of the European Community Respiratory Health Survey (ECRHS–I). (2005). Smoking habit, respiratory symptoms and lung function in young adults. *European journal of public health*, 15(2), 160-165. doi.org/10.1093/eurpub/cki113
- USDHHS (2014). The health consequences of smoking – 50 years of progress: a report of the Surgeon General. – Atlanta, GA. U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2014.
- Valli, R. (2015). Johdatus tilastolliseen tutkimukseen (2. uud. p.). PS-kustannus.
- Valvira. 2020. Alkoholijuomien valvonta. Viitattu 31.8.2022. www.valvira.fi/alkoholi/alkoholijuomien_valvonta
- Van Der Vorst, H., Engels, R. C. M. E., Deković, M., Meeus, W. & Vermulst, A. A. (2007). Alcohol-specific rules, personality and adolescents' alcohol use: A longitudinal person-environment study. *Addiction* (Abingdon, England), 102(7), 1064-1075. doi.org/10.1111/j.1360-0443.2007.01855.x

- Vandermeersch, H., Vos, S. & Scheerder, J. (2015). Who's joining the club? Participation of socially vulnerable children and adolescents in club-organised sports. *Sport, education and society*, 20(8), 941-958. doi.org/10.1080/13573322.2013.856293
- Vasold, K., Deere, S. & Pivarnik, J. 2019. Club and Intramural Sports Participation and College Student Academic Success. *Recreational Sports Journal* 43 (1), 55–66.
- Veliz, P., & McCabe, S. E. (2015). Examining Potential Substance Use Disorders Among Former Interscholastic Athletes. *Substance abuse*, 36(4), 400–406.
- Veliz, P., McCabe, S. E., McCabe, V. V., & Boyd, C. J. (2017). Adolescent Sports Participation, E-cigarette Use, and Cigarette Smoking. *American journal of preventive medicine*, 53(5), e175–e183.
- Venkateswaran, V., Salama, J. S., Abate, K. H., Abrar, M. M., Afarideh, M., Ahmed, M. B., . . . Yip, P. (2018). Alcohol use and burden for 195 countries and territories, 1990–2016: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *The Lancet (British edition)*, 392(10152), 1015-1035. doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31310-2
- Venäläinen, J., Fonselius, R. & Salminen, P. 2018. Nuuska nuorten urheilijoiden arjessa. Selvitys nuuskan välittämisestä ja nuuskaan liittyvistä asenteista joukkueurheilun toimintaympäristössä. *Suomen syöpäyhdistyksen julkaisusarja. Julkaisu nro 92.*
- Walther, B., Morgenstern, M., & Hanewinkel, R. (2012). Co-occurrence of addictive behaviours: personality factors related to substance use, gambling and computer gaming. *European addiction research*, 18(4), 167–174. doi.org/10.1159/000335662
- Ward, B. W., & Gryczynski, J. (2007). Alcohol Use and Participation in Organized Recreational Sports Among University Undergraduates. *Journal of American College Health*, 56(3), 273–280.
- White, H. R., McMorris, B. J., Catalano, R. F., Fleming, C. B., Haggerty, K. P., & Abbott, R. D. (2006). Increases in alcohol and marijuana use during the transition out of high school into emerging adulthood: The effects of leaving home, going to college, and high school protective factors. *Journal of studies on alcohol*, 67(6), 810-822. doi.org/10.15288/jsa.2006.67.810
- WHO (2022). Health-promoting sports clubs national audit tool. World Health Organization. Regional Office for Europe. Viitattu 1.4.2023. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/353076>
- Wichstrøm, T., & Wichstrøm, L. (2009). Does sports participation during adolescence prevent later alcohol, tobacco and cannabis use? *Addiction (Abingdon, England)*, 104(1), 138–149. doi.org/10.1111/j.1360-0443.2008.02422.x

- Wicki, M., Kuntsche, S., Stucki, S., Marmet, S., & Annaheim, B. (2018). Outcome evaluation of 'Cool and Clean', a sports-based substance use prevention programme for young people in Switzerland. *Health education journal*, 77(2), 226-240. doi.org/10.1177/0017896917745105
- Williams, G. C., Burns, K. E., Battista, K., de Groh, M., Jiang, Y., & Leatherdale, S. T. (2020). High school sport participation and substance use: A cross-sectional analysis of students from the COMPASS study. *Addictive behaviors reports*, 12, 100298.
- Williams, R. J., Knight, R. A. & Wills, T. A. (2015). Why Children Smoke in 2015 and Prospects for Stopping Them: A Review of Current Literature. *Current cardiovascular risk reports*, 9(10), 1. doi.org/10.1007/s12170-015-0473-2
- Witt, P. A. (2018). Why Children/Youth Drop Out of Sports. *Journal of park and recreation administration*, 36(3), 191-199. doi.org/10.18666/JPRA-2018-V36-I3-8618
- Wong, S. L., Shields, M., Leatherdale, S., Malaison, E., & Hammond, D. (2012). Assessment of validity of self-reported smoking status. *Health reports*, 23(1), 47-53.
- Yang, X., Telama, R., Hirvensalo, M., Hintsanen, M., Hintsanen, T., Pulkki-Raback, L., Mansikkaniemi, K., Viikari, J., Keltikangas-Järvinen, L. & Raitakari, O. T. (2010). Sustained involvement in youth sports activities predicts reduced chronic job strain in early midlife. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 52, 1154–1159. doi:10.1097/ JOM.0b013e3181fe68bf
- YK (1981). Secretary-General's Report to the General Assembly, A/36/215, 1981.
- Ylöstalo, P., Sakki, T., Laitinen, J., Järvelin, M. & Knuuttila, M. (2004). The relation of tobacco smoking to tooth loss among young adults. *European journal of oral sciences*, 112(2), 121-126. doi.org/10.1111/j.0909-8836.2004.00111.x
- Yusko, D. A., Buckman, J. F., White, H. R., & Pandina, R. J. (2008). Risk for excessive alcohol use and drinking-related problems in college student athletes. *Addictive behaviors*, 33(12), 1546-1556. doi.org/10.1016/j.addbeh.2008.07.010
- Zacheus, T. & Saarinen, A. 2019. Lasten ja nuorten liikunnan harrastaminen ja sen taustalla vaikuttavat syyt. Teoksessa Hakanen, T., Myllyniemi, S. & Salasuo, M (toim). Oikeus liikkuu. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:2.
- Zamboanga BL, Ham LS, Olthuis JV, Martens MP, Grossbard JR, Van Tyne K, Zamboanga, B. L., Ham, L. S., Olthuis, J. V., Martens, M. P., Grossbard, J. R., & Van Tyne, K. (2012). Alcohol expectancies and risky drinking behaviors among high school athletes: "I'd rather keep my head in the game." *Prevention Science*, 13(2), 140–149.

