



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU  
*Yhdessä enemmän*

# Nuorten kokemuksia matalan kynnyksen liikuntatoiminnasta

Ahonen, Ville  
Tolin, Arttu

2016 Laurea





Laurea-ammattikorkeakoulu  
Hyvinkää

**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU  
*Yhdessä enemmän*

## Nuorten kokemuksia matalan kynnyksen liikuntatoiminnasta

Ville Ahonen  
Arttu Tolin  
Sosiaalian koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
Lokakuu, 2016

Ville Ahonen & Arttu Tolin

### Nuorten kokemuksia matalan kynnyksen liikuntatoiminnasta

Vuosi 2016 Sivumäärä 60

---

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää maahanmuuttajataustaisten nuorten kokemuksia matalan kynnyksen liikuntatoiminnasta. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä O9 Helsinki Human Rights -säätiön kanssa. Säätiö toimii eri puolilla Helsinkiä ja se järjestää liikunnallisia aamu- ja iltapäiväkerhoja 7-16-vuotiaille. Toiminta ei ole kohdennettu pelkästään maahanmuuttajataustaisille lapsille ja nuorille, mutta toimintaa järjestetään Helsingissä alueilla, missä asuu paljon maahanmuuttajataustaisia perheitä.

Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen tutkimus. Tutkimusaineisto kerättiin haastattelemalla seitsemää nuorta puoliksi strukturoidulla teemahaastattelulla, joko pareittain tai ryhmässä. Haastattelut toteutettiin vuoden 2016 loppukesästä ja alkusyksystä. Haastatteluihin osallistui sekä tyttöjä että poikia, jotka ovat osallistuneet säätiön toimintaan useamman vuoden ajan. Kaikki nuoret olivat Suomessa syntyneitä ja ainakin toinen heidän vanhemmistaan oli maahanmuuttaja. Tutkimuksen kohteena olivat erityisesti toiminnan sosiaaliset ulottuvuudet sekä nuorten liikuntasuhde. Aineiston analyysimenetelmänä käytimme sisällönanalyysia. Haastattelusta saamaamme aineistoa vertasimme aiempaan tutkimukseen sekä toisen vastaavanlaista toimintaa tuottavan säätiön keräämiin tuloksiin.

Tutkimustulokset osoittivat, että matalan kynnyksen liikuntatoiminnalla on ollut tärkeä rooli nuorten elämässä. He ovat toiminnan myötä oppineet sosiaalisia taitoja ja löytäneet oman yhteisön, johon he tuntevat vahvasti kuuluvansa. Toiminta on osaltaan korvannut seurajoukkueharrastamista ainakin niiden nuorten kohdalla, jotka eivät harrastaneet liikuntaa missään urheiluseurassa. Toiminta on myös innostanut nuoria ja he ovat löytäneet sen kautta itselleen uusia liikuntalajeja. Toiminta on ollut tärkeä osa nuorten vapaa-aikaa. Osallistuminen on mahdollistanut uusien kavereiden saamista sekä rohkaissut lapsia tuomaan äänensä kuuluviin.

Liikunta oli selvästi tärkeää haastattelellemme nuorille. Säätiön tuottamat kerhot olivat myös nuorten ainoat kokemukset vastaavanlaisesta toiminnasta. Nuoret kokivat, että matalan kynnyksen toiminta on tärkeää, jotta kaikki liikunnasta kiinnostuneet voisivat osallistua. Toiminnassa on nuorten haastatteluiden perusteella löydettävissä elementtejä, jotka on koettu myönteistä kehitystä tukeviksi. Toiminnassa nuoret kokivat tullessa kuulluksi sekä voivansa vaikuttaa toiminnan sisältöön.

Tutkimus herätti myös kysymyksiä maahanmuuttajataustaisten tyttöjen mahdollisuuksista harrastaa liikuntaa. Liikuntasuhde oli selvästi vahva, mutta lukioikäiseksi tullessa liikkumisen ja harrastamisen jatkaminen tuntui heistä epävarmemmalta, verrattuna haastateltuihin poikiin. Erittäin tärkeää toiminnan voi sanoa olleen juuri tytöille, joille harrastaminen urheiluseurassa oli harvinaisempaa.

Asiasanat: Nuoret, osallisuus, liikunta, monikulttuurisuus, maahanmuuttajat

Ville Ahonen & Arttu Tolin

**Adolescents' experiences about low-threshold sport activity**

Year	2016	Pages	60
------	------	-------	----

---

The aim of this study was to examine the experiences of adolescents with a migrant background in low-threshold sports activities. The research was conducted in co-operation with Helsinki Human Rights - Foundation. The Foundation works in different parts of Helsinki and organizes sporting morning and afternoon clubs for 7-16 year old children. The activities are not targeted only for migrant children and adolescents, but the activity is held in Helsinki in areas, where lives a lot of families with an immigrant background.

Our study was qualitative research and the data was collected by interviewing seven adolescents with a semi-structured theme interview, either in pairs or in a group. Interviews took place in the year 2016 (in the late summer and early fall). Interviews were conducted with both boys and girls who had participated in the activities of the foundation for several years. All the adolescents were born in Finland, and at least one of their parents was an immigrant. The investigation was focused in particular on the social dimension of the activity, as well as the adolescent's physical relationships. The data analysis method we used was content analysis. The results of the interviews we compared with the previous research and with research of another foundation that works with similar aims and methods.

The results showed that low-threshold sports activities have played an important role in adolescent's lives. After participating they have learned social skills and found their own community to which they feel a strong affiliation. Taking part in the activity has helped the girls, who aren't involved in any sport clubs, to replace it with something similar. The activity has also inspired the adolescents and they have found new sports for themselves. Taking part in the activities has been an important part of the adolescent's leisure time. Participation has made it possible to create new friendships and encouraged the children to make their voices heard.

Sport was clearly important to the adolescents we interviewed. The clubs of the foundation were also the only adolescent's experience of similar activity. The adolescents felt that the low-threshold sport activity, is important to ensure that everyone who is interested can have an opportunity to participate in physical activity. From our research we found elements that have been experienced as positive supportive developments. In the clubs adolescents felt they had been heard, and been able to influence the content of the activity.

The study also raises questions about the possibilities for sport activities among girls with immigrant backgrounds. Exercise ratio was clearly strong, but at high school age, the continuation of mobility and leisure activities seemed less certain, as compared to the boys we interviewed. Activity has been really important for the girls, who rarely participate in any sport clubs organized activity.

Keywords: Adolescents, participation, sport, multiculturalism, immigrants

## Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	09 Helsinki Human Rights.....	8
	2.1 Toiminnan tavoite.....	10
	2.2 Maksuton liikuntatoiminta.....	11
	2.3 Toimintaympäristö.....	13
3	Opinnäytetyön taustaa.....	14
	3.1 Käsitteet.....	16
	3.1.1 Osallisuus.....	16
	3.1.2 Liikunta.....	17
	3.1.3 Liikuntatoiminta.....	19
	3.1.4 Lapset, nuoret ja vapaa-aika.....	21
	3.1.5 Maahanmuuttajataustaisuus.....	25
	3.1.6 Monikulttuurisuus.....	28
4	Tutkimusasetelma ja menetelmät.....	30
	4.1 Teemahaastattelu.....	32
	4.2 Haastattelutilanteet.....	33
	4.3 Analyysimenetelmä.....	36
5	Tulokset.....	38
	5.1 Nuorten taustat ja liikuntasuhde.....	38
	5.2 Yhteisöllisyys.....	40
	5.3 Osallisuus.....	41
	5.4 Arvot.....	42
	5.5 Sosiaaliset taidot ja kaverisuhteet.....	42
	5.6 Ohjaajan rooli nuorten näkökulmasta.....	44
	5.7 Nuorten tarjoamia kehittämisideoita.....	46
6	Johtopäätökset.....	46
7	Pohdinta.....	52
	Lähteet.....	55
	Kuvat.....	58
	Liitteet.....	59

## 1 Johdanto

Opinnäytetyössämme tutkimme helsinkiläisnuorten kokemuksia 09 Helsinki Human Rights - säätiön järjestämästä maksuttomasta liikuntatoiminnasta. Tarkoituksena oli kartoittaa toiminnan vaikutuksia nuorten elämään ja tutkia, mitä merkityksiä sillä on heille ollut. Haastatelimme yhteensä seitsemää nuorta vuoden 2016 kesän ja syksyn aikana. Kaikki haastattelemamme nuoret ovat osallistuneet toimintaan lapsesta asti. He ovat aloittaneet säätiön iltapäivä-, tanssi- tai koriskerhoissa käymisen jo alakoulun ensimmäisillä luokilla. Kaikki haastatellut nuoret työskentelivät kesän aikana kahden viikon ajan ohjaajina säätiön toiminnassa.

09 Helsinki Human Rights (09HHR) on Helsingin seudulla toimiva säätiö, joka tuottaa maksutonta matalan kynnyksen liikuntatoimintaa 7-16-vuotiaille lapsille ja nuorille. Toiminta on painottunut koulun jälkeen järjestettäviin iltapäiväkerhoihin, joihin sisältyy erilaisia liikuntalajeja. Erikseen järjestetään koripallo- ja tanssikerhoja. Toimintaa on lisäksi koulujen lomakausina, jolloin järjestetään muun muassa erilaisia leirejä ja tapahtumia säätiön eri toimipisteissä. Monet 09 Helsinki Human Rightsin toimintaan osallistuvista lapsista ja nuorista ovat maahanmuuttajataustaisia. Säätiö toimii alueilla, joissa asuu paljon maahanmuuttajaperheitä. Tämän myötä toimintaan osallistuvat lapset ja nuoret ovat usein kahden tai useamman eri kulttuurin välissä kasvaneita.

Tutustuimme säätiön toimintaan tammikuussa 2016. Aloitimme opinnäytetyömme suunnittelun kevään aikana. Työmme aiheeksi valikoitui nuorten kokemusten ja toiminnan vaikuttavuuden tutkiminen, koska sille oli tilausta säätiön puolesta. Suoritimme itse opiskeluidemme viimeisen työharjoittelun säätiössä kesän aikana. Pääsimme tällöin seuraamaan toimintaa erittäin läheltä ja tutustuimme samalla opinnäytetyötämme varten haastattelemiimme nuoriin.

Opinnäytetyömme nivoutuu seuraavien käsitteiden ympärille: osallisuus, liikunta, lapset ja nuoret, maahanmuuttajataustaisuus ja monikulttuurisuus. Kyseiset käsitteet luovat viitekehyksen opinnäytetyöllemme ja kaikki työssämme tutkimamme sekä käsittelemämme linkittyvät vahvasti niihin. Maahanmuutto ja monikulttuurisuus ovat tällä hetkellä erittäin ajankohtaisia aiheita suomalaisessa yhteiskunnassa globalisaation sekä maahanmuuton jatkuvan kasvun myötä. Aihe on mediassa jatkuvasti esillä. Monikulttuurisuuden myötä on kehitettävä uusia hyviä käytäntöjä asiakastyöhön ja suunniteltava palvelut niin, että yhdenvertaisuus toteutuu kaikkien kohdalla. Hyvinvoinnin ja osallisuuden tarkasteleminen lasten ja nuorten elämässä puolestaan on tärkeää niiden kauaskantoisten vaikutusten takia. Hyvinvoiva, sosiaalinen ja aktiivinen lapsi tai nuori saa myöhemmälle elämälleen hyvät lähtökohdat. Liikunta luo elämälle terveelliset puitteet ja vähentää huomattavasti yhteiskunnasta syrjäytymiseen ajavien tekijöiden määrää. Se luo lasten ja nuorten vapaa-ajalle raamit, jotka vahvistavat henkilöä niin

sosiaalisesti, fyysisesti kuin myös psyykkisesti. Harrastamisen kustannukset ovat kuitenkin kasvaneet vuosien aikana huomattavasti, eikä monella ole varaa laittaa lapsiaan mukaan seuratoimintaan. Yhteiskunnassamme on joukko nuoria ihmisiä, joita uhkaa ulosjääminen liikuntaharrastuksista, jos sitä ei tuoteta maksuttomasti ja jos se ei ole avointa kaikille.

Omaakohtainen kiinnostuksemme edellä mainittuihin aiheisiin vahvisti aikomustamme tehdä niihin liittyvä opinnäytetyö ja etsiä teemoihin sopiva yhteistyötaho. Päätettyämme opinnäytetyön aiheanalyysissä avainkäsitteemme ei kestänyt lopulta kauan, kun yhteydenottojemme ansiosta saimme 09 Helsinki Human Rightsista itsellemme yhteistyökumppanin. Halusimme tehdä opinnäytetyön kolmannen sektorin toimintaan liittyen. Olimme koulussa jo useammalla opintojaksolla tutustuneet maahanmuuttajien kotoutumisprosessiin, tehneet tuttavuutta koulussamme suomen kieltä opiskeleviin maahanmuuttajiin ja yleisesti seuranneet mediasta keskustelua maahanmuutosta sekä monikulttuurisesta Suomesta. Opinnäytetyömme ei lopulta liity suoraan juuri näihin aiheisiin, mutta ne pohjustivat lopulta valintaamme tehdä tutkimusta maahanmuuttajataustaisista nuorista ja heidän kokemuksistaan matalan kynnyksen liikuntatoimintaan osallistumisesta.

Otimme yhteyttä säätiöön vuoden 2016 tammikuussa ja kysyimme heidän halukkuudestaan opinnäytetyömme toteuttamiseen organisaatiossaan. Sovimme ensimmäisen yhteisen tapaamisen tammikuun loppupuolelle. Keskustelimme tällöin mahdollisista opinnäytetyön aiheista, joista keskeisimmäksi nousi toiminnan vaikuttavuuden tutkiminen. Toive toiminnan vaikuttavuuden tutkimiseen tuli säätiön puolelta. Heillä ei ollut siihen mennessä ollut aikaa tai resursseja toteuttaa kartoitusta oman toiminnan merkityksestään lasten ja nuorten elämässä. Pohdittuamme hetken eri vaihtoehtoja, otimme tämän tutkimusaiheen mielellämme vastaan. Tutkimuskysymys haki muotoaan vielä kevään aikana, mutta lopulta tutkimuskysymykseksi muotoutui: “mitä kokemuksia maahanmuuttajataustaisilla nuorilla oli toimintaan osallistumisesta?”

Tavoitteenamme oli selvittää nuorten kokemuksia toiminnasta ja verrata niitä säätiön omiin tavoitteisiin. Erityisesti meitä kiinnostivat toiminnan sosiaaliset ulottuvuudet. Näihin kuuluivat muun muassa kaverisuhteet, sosiaalisten taitojen kehittyminen, osallisuus, vapaa-ajan vietto sekä nuorten liikuntasuhde. Halusimme tutkia kyseisiä teemoja, koska on havaittavissa että maahanmuuttajataustaisilla henkilöillä on erilaiset lähtökohdat seuraharrastamiseen ja muuhun liikuntaan, kun verrataan kantaväestöön. Tämä liittyy vahvasti perheen toimeentuloon.

Haluamme opinnäytetyöllämme selvittää, miten 09HHR:n toiminta on vaikuttanut lasten ja nuorten elämään, sekä miten toiminnassa käyminen on näkynyt lasten arjessa. 09HHR:n työn-

tekijät nostivat ensitapaamisellamme itse esiin tämän aiheen, sillä he näkevät lapsia vain silloin, kun lapset osallistuvat säätiön järjestämään toimintaan. Käytännössä heillä ei ole kuitenkaan täysin varmaa tietoa siitä, miten toiminta näyttäytyy sen ulkopuolella, esimerkiksi lasten ja nuorten yleisessä hyvinvoinnissa, kotona ja koulussa. Osa matalan kynnyksen toimintaa on se, että tietoja kävijöistä ei kerätä, koska toiminta on sitoutumatonta ja kaikille avointa, eikä etukäteen tarvitse ilmoittaa osallistuuko siihen.

Opinnäytetyön suunnitteluvaihe käynnistyi heti keväällä. Tutkimussuunnitelmamme muovautui koko kevään ajan. Kevään aikana osallistuimme myös 09HHR:n toteuttamaan Monikulttuurinen ohjaajakoulutukseen (MOK), jossa keskityttiin oman kulttuurin tiedostamiseen ja vaikutukseen elämässään. Lisäksi siellä annettiin työkaluja monikulttuuristen ryhmien ohjaamiseen. Haastatteluaineiston päätimme kerätä kesän ja alkusyksyn aikana. Kesällä suoritimme kehittämistyön harjoittelumme 09HHR:llä. Pääsimme harjoittelun aikana tutustumaan säätiön toimintaan sekä toimimaan yhdessä lasten ja nuorten kanssa. Työharjoittelu oli tärkeä opinnäytetyön tekemisen kannalta, sillä esille nousi monia sellaisia asioita, joita emme olleet etukäteen ajatelleet. Saimme seurata toimintaa ja sen järjestämistä säätiön sisältä.

## 2 09 Helsinki Human Rights

09 Helsinki Human Rights (09HHR) on vuonna 2006 perustettu säätiö, joka järjestää matalan kynnyksen maksutonta liikunnallista toimintaa lapsille ja nuorille. Toiminnan pääasiallisena kohderyhmänä ovat 7-16-vuotiaat lapset ja nuoret, mutta edellä mainittujen lisäksi toimintaa järjestetään myös muun muassa Suomeen saapuneille turvapaikanhakijoille. 09HHR:n päätoimipisteet sijaitsevat tällä hetkellä Helsingissä Malmilla, Malmin palloiluhallilla sekä Me-säätiön tukemalla Me-talolla Mellunmäessä. Säätiöllä on toimintaa ympäri Helsinkiä, keskittyen pääasiassa eri lähiöalueille (Kuva 1). Ympäri vuoden järjestettävää toimintaa on muun muassa Pukinmäessä, Kontulassa, Mellunmäessä, Jakomäessä sekä Herttoniemessä. (Säätiö 2016.)

Suuri osa 09 Helsinki Human Rightsin toimintaan osallistuvista lapsista ja nuorista on maahanmuuttajataustaisia. Noin 70 %:lla toimintaan osallistuvista on etunimen perusteella sukujuuret muualla kuin Suomessa. Liikuntatoiminnan järjestämisen lisäksi säätiö toimii asiantuntijaorganisaationa erilaisissa monikulttuurisia lapsia ja nuoria koskevissa asioissa. 09HHR on kehittänyt myös monikulttuurisen ohjaajakoulutuksen (MOK), joka tarjoaa monikulttuuristen ryhmien kanssa toimiville ohjaajille erilaisia työkaluja ja toimintamalleja heidän työskenteleensä. Idea koulutuksesta lähti siitä, kun suuri määrä säätiön toimintaan osallistuvista kävijöistä edustaa erilaisia kulttuuritaustoja ja kulttuurien ymmärtämisen merkitystä ohjaajan työssä haluttiin parantaa. Tällä haluttiin varmistaa, että lapsen tai nuoren osallistuminen toimintaan ei jää siitä kiinni, että ohjaajalla ei ole käsitystä monikulttuurisen ryhmän ohjaamisesta ja etteikö hän olisi kulttuurisensitiivinen. (Säätiö 2016.)



09HHR toimii Helsingissä alueilla, joissa asuu paljon maahanmuuttajia ja sosioekonomisesti heikommin toimeentulevia perheitä. Säätiö on mukana erilaisissa hankkeissa ja järjestää toimintaa ympäri Helsinkiä. Vahvimmin toiminta näkyy maksuttomien aamu- ja iltapäiväkerhojen järjestämisessä. Kerhoja järjestetään heti koulun jälkeen useissa eri kouluissa sekä joka arkipäivä Malmin palloiluhallilla. Koulun jälkeiset kerhot ovat tanssi- tai koripallokerhoja, jotka alkavat heti koulun jälkeen koulun liikuntasalissa. Malmin toiminnallinen kohtaamispaikka ei keskity vain yhteen lajiin, vaan toiminta avointa ja päivät koostuvat eri lajeista aina koripallosta tempuratoihin. Kesäisin järjestetään leirejä, joihin lapset voivat osallistua ilmoittautumalla etukäteen. Viikon pituiset leirit rakentuvat useista eri liikuntamuodoista ja urheilulajeista sekä lapsi voi osallistua useampaan leiriin, jos vain haluaa. Kesän leiritoiminta kestää yleensä kesäkuun ajan, kunnes alkaa avoin toiminta. Avoin toiminta on muodoltaan enemmän aamu- ja iltapäiväkerhomaista, lapset saavat tulla ja mennä oman halunsa mukaisesti muun muassa Mellunmäen Me-talolle ja Pukinmäen kentälle. Avoin toiminta on käynnissä heinäkuun alusta elokuun puoliväliin, kunnes koulut alkavat ja kerhotoiminta käynnistyy uudelleen.



Kuva 1: Säätiön päätoimipisteet

## 2.1 Toiminnan tavoite

09HHR hakee sloganinsa ”Sport for Social Change” mukaisesti toiminnallaan muutosta juuri liikunnan muodossa. Matalan kynnyksen liikuntatoiminnalla tavoitellaan perheitä ja heidän lapsiaan, jotka eivät välttämättä pysty osallistumaan harrastustoimintaan jatkuvasti kasvavien kustannusten takia. Eriarvoisuus harrastusmahdollisuuksissa on lisääntynyt ja usein sosio-ekonomisesti heikommassa asemassa olevilla ei ole varaa laittaa lastaan seuratoimintaan mukaan harrastusmaksujen takia. Kustannukset voivat nousta hyvin suuriksi, jos perheessä on monta lasta. Osallisuuden vahvistaminen ja tukeminen lasten sekä nuorten elämässä huomioidaan iltapäiväkerhoissa yhdessä tekemällä ja antamalla lapsille mahdollisuus päättää itse toiminnasta ja päivän sisällöstä. Säätiö pyrkii välittämään arvojaan lapsille muun muassa puuttamalla kaikkeen kiusaamiseen, vähentäen ennakkoluuloja ja lisäämään suvaitsevaisuutta eri kulttuureja kohtaan.

Säätiön arvoihin kuuluu toimiminen ihmisoikeuksien, oikeudenmukaisuuden ja yhdenvertaisuuden toteutumista edistävänä järjestönä sosiaali- ja terveystaloudissa, nuorisotyössä, urheilussa, liikunnassa sekä taiteessa. 09HHR pyrkii huomioimaan toiminnassaan tasavertaisten palveluiden saannin ja yhteiskuntaan sopeutumisen riippumatta ihmisten kulttuurista, kielestä, uskonnosta, syntyperästä, iästä tai muusta perusteesta. Lisäksi säätiö vastustaa rasismia vahvasti niin yksilöllisellä, kansallisella että kansainvälisellä tasolla. Toiminnassa pyritään kehittämään jatkuvasti uusia malleja ja luomaan laajempia yhteistyöverkostoja, joiden työskentelyn ansiosta voidaan poistaa esteitä, joita maahanmuuttajataustaiset lapset ja nuoret mahdollisesti kohtaavat elämässään. (Säätiö 2016.)

Kerhoissa on paikalla pääsääntöisesti kaksi kasvatusohjaajaa, joiden vastuulla on ohjelman suunnittelu ja toteutuminen sekä olla läsnä ja saatavilla lapsille. 09HHR haluaa varmistaa turvallisen aikuisen läsnäolon lapsille kerhotoiminnassaan. Säätiö arvojensa mukaan puuttuu kaikenlaiseen syrjintään, rasismiin ja kiusaamiseen sen toiminnassa. (Iltapäiväkerhot 2016.) Kerhoissa panostetaan hyväksyvään ja kannustavaan ilmapiiriin sekä mahdollisuuteen puhua erilaisista mieltä painavista asioista. Toimintaa pyritään viemään sinne, missä sille on kysyntää. Jos kävijöitä iltapäiväkerhoon ei jollain koululla ole tarpeeksi, niin toiminta siirtyy muualle. Tarkoitus on tavoittaa kohderyhmään kuuluvat nuoret siellä, missä he ovat. Toiminnallaan 09HHR pyrkii vastaamaan matalan kynnyksen maksuttoman liikuntatoiminnan tarpeeseen ja yhdenvertaisuuteen näiden palveluiden saamisen suhteen. Eriarvoisuuden lisääntyessä urheiluseuratoiminnan ulkopuolelle on vaarassa jäädä yhä enemmän lapsia ja nuoria. Heidän koulun jälkeinen aikansa tulisi täyttää jollain, joka vahvistaa sosiaalisia taitoja ja innostaa liikkumaan sekä harrastamaan.

## 2.2 Maksuton liikuntatoiminta

Tärkeä osa O9HHR:n toiminnassa on sen maksuttomuus. Osallistujille ei tule kustannuksia mistään, mikä sisältyy järjestettyyn toimintaan. Säätiö tarjoaa puitteet ja tarvikkeet liikuntaan. Malmin palloiluhallilla toimintaan on usein varattuna kaksi kokonaista koripallokenttää, joihin sisältyy yhteensä kahdeksan korkeudeltaan säädettävää koria. Koripalloja on useita erilaisia, niin sisä- kuin ulkopeliinkin soveltuvia. Lisäksi tarjolla on muun muassa polttopalloon soveltuvia pehmeitä pikkupalloja, futsaliin tarkoitettuja futsalpalloja, sulkapalloja, lentopalloja, amerikkalaisia jalkapalloja, frisbeitä, tennispalloja ja niin edelleen. Varustearsenaaliin sisältyvät myös suurikokoinen trampoliini, useita pehmusteiksi tarkoitettuja patjoja sekä ilmalla täytettävä AirTrack. Lisäksi siellä on mahdollisuudet Crossfitin ja Street Workoutin harrastamiseen. Malmin palloiluhalli on puitteiltaan liikuntaan kannustava ja siellä on koripallokenttien lisäksi tilat ruokailuun ja peseytymiseen.

Mellunmäen Me-talo on puitteiltaan enemmän aamu- ja iltakerhomaisempaan toimintaan soveltuva rakennus. Se on osa niin kutsuttua Laakavuoren korttelirakennusta, johon kuuluvat Me-talon lisäksi päiväkotia ja peruskoulu. Talolla on käytössään teatterimainen liikuntasali, joka soveltuu esimerkiksi futsal-pelailuun ja tanssitreeneihin. Suuressa suosiossa on myös polttopallon pelaaminen. Valinnanvaraa pelivälineiden ja -varusteiden osalta on myös Mellunmäessä. Lisäksi sinne saatiin kesän aikana käyttöön suosituiksi nousseet pöytäfutis- ja ilmakiekko-pöydät. Mellunmäen Me-talon liikuntasalissa on myös kevään 2016 aikana järjestetty suosittuja Capoeira-tunteja.

Laaja valikoima erilaisia peli- ja liikuntavälineitä mahdollistavat toiminnan ja liikunnan monipuolisuuden sekä lisäksi kannustavat lapsia kokeilemaan jotain uutta. Erilaisten liikuntamuotojen oppiminen, niissä kehittyminen ja niiden hallitseminen parantavat lasten ja nuorten kehönhallintaa ja itseluottamusta. Peleissä pelaaminen ja trampoliineilla hyppiminen on myös hyvin vuorovaikutteista toimintaa, kun lapset opastavat toisiaan säännöissä ja erilaisten temppejen tekemisessä.

Toiminnan maksuttomuudella tavoitetaan niitä lapsia ja nuoria, jotka haluavat liikkua ja harrastaa, mutta joiden perheillä eivät riitä resurssit esimerkiksi lastensa seuraharrastusten rahoittamiseen. Harrastusten hinnat ovat vuosien mittaan kasvaneet huomattavasti ja monilla vanhemmilla on vaikeuksia tukea lapsiaan niissä rahallisesti. Jo pelkästään kuukausittaiset seuramaksut voivat olla kolminumeroisia. Lisäksi varustehankinnat ja kulkemiset harjoituksiin sekä peleihin kasvattavat menoeriä. Se, että lapsi tai nuori jättää harrastamisen aloittamatta niiden korkeiden kustannusten takia, vauhdittaa terveys- ja hyvinvointierojen kasvua ja syrjäytymistä liikunnallisesta elämäntavasta. Pienituloisia henkilöitä oli Suomessa vuonna 2014 674 000 ja lapsiköyhyyskin on tämän myötä yleistynyt. Syrjäytymisen ylisukupolvisuus alkaa

usein jo varhaislapsuudessa. Tärkeää olisi huolehtia siitä, että jokaisella olisi mahdollisuudet liikunnan harrastamiseen, panostamalla esimerkiksi maksuttomaan, matalan kynnyksen liikuntatoimintaan, sillä harrastaminen luo parhaillaan osallisuuden kokemuksen ja tukee kasvua yhteiskunnan jäseneksi. (Yhdenvertaiset mahdollisuudet harrastaa - painopisteenä harrastamisen hinta 2016, 16.)

Helsingin seuduilla toimii muutamia matalan kynnyksen liikunnantuottajia O9HHR:n lisäksi. Helsingin NMKY:n Yökoris on nuorille aikuisille suunnattua pääosin koripalloon painottuvaa toimintaa. FunAction on liikuntaviraston vakituinen toiminta, joka tavoittelee 13-17-vuotiaita liikkumaan. Icehearts järjestää ympäri Helsinkiä maksutonta jääkiekkoa lapsille ja nuorille. Näiden lisäksi muun muassa nuorisotalot järjestävät erilaisia liikuntatapahtumia, jotka ovat pääasiassa maksuttomia. Tällainen on esimerkiksi Nutafudis-turnaus, jossa eri nuorisotalot kilpailevat keskenään jalkapallossa. Lisäksi Helsingissä on 30 maksutonta kaupungin ylläpitämää liikuntapuistoa, joissa on puitteet monen eri lajin harjoittamiseen. Keskeistä edellä mainittujen toimijoiden kohdalla on se, että toiminta ei ole tavoitteellista kilpaurheilua. Toiminta keskittyy nimenomaan harrastetoimintaan sekä sosiaalisten voimavarojen parantamiseen. Liikuntaseuroja Helsingissä toimii useita satoja. Seurat ovat pääsääntöisesti maksullisia ja harvat keskittyvät ollenkaan tai pelkästään harrastetoimintaan. Kolmannen sektorin toimijoiden lisäksi Helsingin kaupungilla on hankkeita eri kolmannen sektorin toimijoiden ja liikuntaseurojen kanssa, joilla tavoitellaan lapsia ja nuoria liikkumaan.

Erilaisten arvioiden mukaan kilpatasolla harrastettavan urheilun kokonaiskustannukset ovat keskimäärin 2 800 euroa vuodessa. Kustannusten määrät vaihtelevat toki voimakkaasti eri lajien välillä. Urheilulajeista kalleimpia ovat ratsastus ja taitoluistelu. Ratsastuksessa vuosittaisten kokonaiskustannusten hinnat nousevat keskimäärin 10 641 euroon ja taito- ja muodostelmaluistelussa puolestaan 5 172 euroon. Jääkiekossa 15-vuotiaan nuoren vuosikustannukset ovat keskimäärin 3 000 euroa, jalkapallossa 1 856 euroa ja koripallossa 1 339 euroa. Kustannuksiin sisältyy harrastukseen kuuluvat jäsen- ja kausimaksut, mahdolliset joukkueen erilliset maksut, vakuutus, kilpailukulut, leirit, matka- ja majoituskulut, vaatetus ja välineet. Harrastusten hinnat ovat selvästi kalliimpia kilpailullisemmissa seuroissa kuin sellaisissa, jotka mieltävät itsensä harrastusseuroiksi. Eniten kustannuksia tuottavat harrastustoiminnan vaatimat maksulliset tilat ja niiden vuokraus. (Yhdenvertaiset mahdollisuudet harrastaa - painopisteenä harrastamisen hinta 2016, 34-36.)

Seuraharrastamisesta koituvat kustannukset ovat suuria. Monissa perheissä on monesti myös useampia lapsia, jotka haluavat harrastaa urheilua. Tällöin harrastuskustannukset vähintään tuplaantuvat. Tämän vuoksi urheiluseuroissa harrastaminen on nähty sellaisten perheiden ilmiönä, joissa sosioekonominen asema on korkea tai ainakin keskiluokkainen. Urheiluseurat

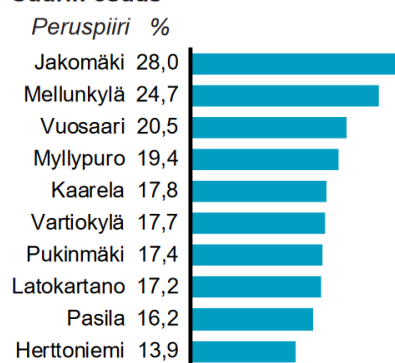
ovat toisaalta alkaneet yhdessä muiden liikunta-alan toimijoiden kanssa vastaamaan harrastamisen kasvaneisiin kustannuksiin, ja harrastamisen eri muodot ovat myöskin kasvattaneet suosiotaan (Yhdenvertaiset mahdollisuudet harrastaa - painopisteenä harrastamisen hinta 2016, 46-47). Maksuton liikuntatoiminta on tästä yksi esimerkki.

### 2.3 Toimintaympäristö

Matalan kynnyksen liikuntatoiminnalle on Helsingissä tarvetta, kun tutkii Helsinkiä kaupunkina, sen eri kaupunginosia ja väestörakennetta. Suomessa muuttoliike on pitkään sekä ulkomailta että muualta Suomesta kohdistunut pääkaupunkiseudulle. Maahanmuuton vilkastuttua 1990-luvun alussa alkoi pääkaupunkiseudulle muodostua maahanmuuttajataustaisten keskittymiä asuinalueita. Helsingissä asuu noin 60 % kaikista pääkaupunkiseudun vieraskielisistä. Kaikista Suomen kunnista Helsingissä asuu myös eniten maahanmuuttajia. Vieraskielisten muodostamia alueellisia keskittymiä on myös joka suhteessa enemmän Helsingissä kuin Espoossa tai Vantaalla. Helsingissä maahanmuuttajia asuu yleisesti ympäri kaupunkia, mutta jotkin kaupunginosat ovat selkeämmin erottuneet monikulttuurisimpina ja etnisimpinä. Itä- ja Koillinen-Helsinki ovat alueita, jotka erottuvat suurella vieraskielisellä väestöllään muista kaupunginosista (Kuva 2). Monet Helsingistä Vantaalle vievän junaradan varrelle kasvaneet alueet ovat myös väestöltään vieraskielisempiä. Selkeä ero myös eri asuinalueiden kesken on siinä, kuinka paljon alueella on vuokra-asuntoja. Maahanmuuttajavoittoisilla alueilla vuokra-asuminen on huomattavasti yleisempää kuin alueilla, joissa kantaväestöä on suhteellisesti enemmän. Omistusasuntojen korkea määrä asuinalueella johtaa kantaväestön suurempaan osuuteen väestöstä, kun taas suurin osa maahanmuuttajista asuu vuokra-asunnoissa. Loogista on, että pienituloiset maahanmuuttajat ovat muuttaneet alueille, joissa asuminen on edullista. Tällöin ratkaisuna on ollut siirtyminen ydinkeskustan ulkopuolelle lähiöalueille, jossa vuokra-asuminen kerrostaloissa on pääasiallinen asumismuoto. (Vilkama 2011, 102-111).

#### Vieraskieliset, %

##### Suurin osuus



**Koko kaupunki: 13,5 %**

Kuva 2: Vieraskielisten osuus eri peruspiireissä (Helsinki alueittain 2015, 16)

Muihin Suomen kaupunkeihin verrattuna Helsingissä on huomattava määrä nuoria. Vuonna 2014 13-17-vuotiaita nuoria oli koko Helsingin väestöstä 4,2 %. Alueittain eniten nuoria asui itäisessä ja koillisessa piirissä, joissa nuoria oli noin 5 % asukkaista. Nuoria on siis suhteellisen paljon juuri niillä alueilla, joissa on korkea vieraskielisten ja maahanmuuttajien määrä. Perheet, joissa molemmat vanhemmat puhuvat äidinkielenään muuta kuin suomea, ovat myös kasvussa. Vuosien 2015 ja 2016 vaihteessa kasvua edelliseen vuoteen oli tapahtunut 8 % kokonaismäärän ollessa 5 898 perhettä. Näissä perheissä lapsimäärä on myös keskimääräistä korkeampi. Näiden tilastojen valossa näyttää siltä, että kahden kielen ja kulttuurin vaikutuksessa varttuvien lasten sekä nuorten määrä tulee jatkossakin kasvamaan. (Mäki & Vuori 2016, 10-23.)

### 3 Opinnäytetyön taustaa

Nuoruutta on Suomessa tutkittu viime vuosien aikana melko laajasti. Suomessa toimiva Nuorisotutkimusseura on yksi keskeisimmistä toimijoista suomalaisen nuorisotutkimuksen saralla ja seuralla onkin useita julkaisuja lapsiin ja nuoriin liittyen. Tutkimustyö on jatkuvaa ja vuosittain julkaistaan useampia teoksia nuorisokentän ajankohtaisiin aiheisiin liittyen. Nuorisotutkimusseuran lisäksi tutkimustietoa nuorista ja nuoruudesta julkaisee vuosittain Nuorisosiain neuvottelukunta Nuora. Vuotuinen Nuorisobarometri keskittyy kunakin vuonna eri päätteeseen. Aiheet ovat viimeisen parin vuoden aikana liittyneet nuorten osallisuuteen, yhdenvertaisuuteen sekä arjenhallintaan. (Nuorisobarometri 2016.)

Monikulttuurisuuden tutkiminen on lisääntynyt Suomessa huomattavasti viimeisten vuosien aikana. Tämä johtuu siitä, että maahanmuuttajataustaisten henkilöiden määrä on kasvanut suuresti viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana. Vuonna 2014 ulkomaalaistaustaisia henkilöitä oli Suomessa 219 675, vieraskielisiä 310 306 ja ulkomailla syntyneitä 321 977. Luvut ovat kasvaneet tästä kahden vuoden takaisesta tilastosta. Suuresti maahanmuuttajien määrään on vaikuttanut syksyllä 2015 eskaloitunut pakolaistilanne, joka on tuonut Suomeen suuret määrät turvapaikanhakijoita. Maahanmuuttovirasto myönsi viime vuonna ensimmäisen oleskeluluvan 20 709 henkilölle (Tilastot 2016). Pakolaisten määrä on myös lisännyt keskustelua monikulttuurisuudesta entisestään. Tällä hetkellä meillä on maahanmuuttajataustaisia henkilöitä maassamme melkein kymmenkertaisesti verrattuna 1990-luvun alkuun, jolloin Suomi alkoi vastaanottamaan pakolaisia huomattavasti enemmän. (Maahanmuuttajien määrä 2015.)

Maahanmuuttajataustaisista nuorista on julkaistu vuonna 2014 tutkimus, joka käsitteli heidän terveyttä ja hyvinvointiaan. Tutkimus on Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisu, ja siinä keskitytään pääkaupunkiseudun somali- ja kurditaustaisten nuorten hyvinvointiin. Kohderyhmänä oli 13-16 vuotiaat nuoret. THL on julkaissut myös kolme vuotta aikaisemmin Maahan-

muuttajien terveys- ja hyvinvointitutkimuksen. Samanaikaisesti oli tutkittu koko väestön terveyttä Terveys 2011-seurantatutkimuksessa. Näiden kahden tutkimuksen samanaikaisuus mahdollisti maahanmuuttajien hyvinvoinnin ja terveyden vertailun suhteessa koko väestöön. (Maahanmuuttajien terveys- ja hyvinvointitutkimus 2015.)

Maahanmuuttajia ja liikunnan merkitystä kotoutumisessa on tutkinut muun muassa Turun yliopiston erikoistutkija Tuomas Zacheus (2013, 1-11). Tutkimuksen mukaan suurin osa maahanmuuttajista kokee liikunnan kansojenvälistä ystävyyttä lisäävänä, rasismia ehkäisevänä ja kielten sekä kulttuurin oppimista tukevana. Kantaväestön ja maahanmuuttajien liikkumisen välillä on kuitenkin eroja. Viidennes suomalaisista liikkuu viikossa enemmän kuin maahanmuuttajataustaiset. Syitä maahanmuuttajien vähäisemmän liikkumisen määrään ovat muun muassa rahan ja ajan puute sekä perheen tarpeet. Etenkin pakolaistaustaisten henkilöiden kohdalla suurena vaikuttajana on myös talvi, sillä suurimmalla osalla näistä henkilöistä ei ole minkäänlaisia talviharrastuksia. Zacheuksen tutkimuksen tulokset siitä, että liikunta koetaan universaalisti eri kansoja yhdistävänä, rasismia ehkäisevänä ja kotoutumista nopeuttavana toimintana linkittyy vahvasti siihen, mitä 09 Helsinki Human Rights omalla toiminnallaan tavoittelee. Lisäksi se, että rahan puute on suurin syy liikkumattomuuteen, pyritään kumoamaan tarjoamalla liikuntatoimintaa, johon osallistuminen on ilmaista.

Samankaltaisen toiminnan tuottamisesta löytyy myös näyttöä muualta maailmalta. Ruotsissa toimii koripalloon keskittynyt Söder Basket, joka on sijoittunut Södermalmiin, eteläiseen Tukholmaan. Toimintaa järjestetään 3-12 -vuotiaille lapsille. Nuorille järjestetään omaa toimintaa säätiön nuorisosaostossa. (Börja Spela! 2016.) Chilessä vuonna 2008 perustettu Fútbol Más -säätiö toimii melkein identtisillä tavoitteilla kuin 09HHR, mutta vain eri kontekstissa. Säätiö käyttää jalkapalloa välineenä muutoksen saamisessa Chilen, Perun, Ecuadorin ja Haitin köyhissä slummeissa. Säätiö järjestää ohjattuja jalkapalloharjoituksia lapsille, jossa tavoite on jalkapallon kautta välittää erilaisia arvoja, kuten toisten kunnioittamista ja vastuullisuutta. Tavoitteena on edistää lasten hyvinvointia ja antaa heille mahdollisuus toteuttaa itseään. Lapsia kannustetaan olemaan luovia ja jalkapallon kautta pyritään tukemaan heitä sekä suomaan onnistumisia jotka heijastavat aina heidän koulumenestykseen sekä perheeseen asti. (Qué es Fútbol Más 2016.) Yksi toiminnan näkyvin ja koko säätiön tavoitteet kiteyttävä käytäntö on vihreät kortit. Vihreää korttia näytetään, kun jotain positiivista tapahtuu kentällä tai sen ulkopuolella. Se on tapa palkita ja välittää positiivisuutta. Jalkapallossa sekä elämässä on aina jotain palkitsemisen arvoista. 09HHR:n tavoite osallistuminen on ilmaista ja kohderyhmänä on sosioekonomisesti vaikeassa asemassa elävät lapset. Fútbol Másin lopullinen tavoite on tehdä slummien yhteisöistä onnellisempia jalkapallon myötä syntyvän positiivisen vaikutuksen avulla. (Tarjeta Verde 2016.)

### 3.1 Käsitteet

Seuraavaksi avaamme käsitteitä, jotka ovat keskeisiä opinnäytetyömme kannalta ja auttavat hahmottamaan O9HHR:n toimintaa ja tavoitteita. Monikulttuurisuus ja siihen linkittyvät käsitteet sekä liikunnan, liikuntasuhteen ja järjestetyn liikuntatoiminnan avaaminen jo kerätyn teorian tiedon perusteella auttaa hahmottamaan omia tutkimustuloksiamme. Tärkeää on myös niiden linkittäminen tähän aiemmin kerättyyn tietoon.

#### 3.1.1 Osallisuus

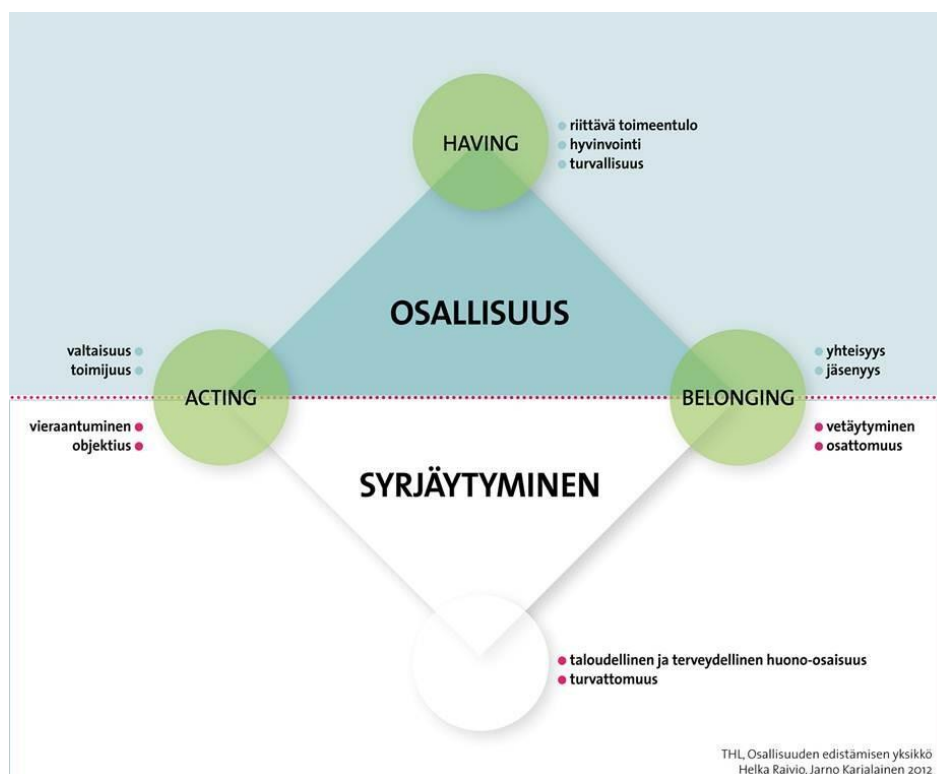
Osallisuuden voi lyhyesti määritellä olevan syrjäytymisen käänköpuoli. Laajemmin käsitettä määriteltäessä sen voi sanoa käsittävän muun muassa yhteisöllisyyttä, kuulumista, sosiaalisia suhteita sekä osallistumista yhteisön tai yhteiskunnan toimintaan. (Myllyniemi 2013, 5.) Osallisuus-käsite lähtee yksilökohtaisesti voimavarojen, ihmisen asemaan ja vaikutusmahdollisuuksiin optimistisemmin tarkastelevasta perspektiivistä. Siinä kulminoituu yksilön linkittyminen yhteiskuntaan. Tämä sopii O9HHR:n toimintaan, sillä he tähtäävät positiiviseen muutokseen nuorten ja lasten elämässä. Opinnäytetyössämme tarkastelemme erityisesti osallisuutta sosiaalisten suhteiden ja kuulumisen näkökulmasta. O9HHR:n toimintaan osallistuvista lapsista ja nuorista monet tulevat maahanmuuttajataustaisista perheistä ja joukossa on lapsia, jotka ovat vanhempiansa heikon sosioekonomisen aseman takia vaikeassa tilanteessa muun muassa harrastusmahdollisuuksien suhteen. Kaveriverkoston kasvattaminen toiminnan avulla ja kuulumisen tunteen lisääminen liikunnan keinoin ovat opinnäytetyössämme tarkastelun alla.

Maahanmuuttajataustaisten nuorten kaveripiiri koostuu usein muista eri kulttuuri- ja etnistäustaisista nuorista. Monikulttuuriset ystävyysuhteet ovat arkipäiväisiä ja monille merkityksellisiä. Nuoruuteen kuuluu yleisesti eritasoiset suhteet ikätovereihin. Vertaisryhmiin kuuluminen on yleistä ja ihmisellä on tapana hakeutua ryhmiin, joihin hän tuntee yhteenkuuluvuutta sekä joissa häntä arvostetaan. Fyysinen eli silmin näkyvä erilaisuus ja eri kulttuuritaustat maan valtaväestöön voivat vaikeuttaa kaveripiireihin pääsemistä jonka myötä tutustuminen muihin eri kulttuuri- ja etnistäustaisiin nuoriin on loogisempaa, kun tähän ”erilaisuuteen” ei törmää. (Kautto 2009, 62-64.) Koulu näyttölee tärkeää osaa, kun lapset ja nuoret rakentavat sosiaalisia suhteitaan. Koulun ulkopuolella vapaa-ajalla harrastaminen on tärkeä sosiaalistava areena. Yhteiset kiinnostuksen kohteet tuovat nuoria yhteen. Harrastuksen aloittamista yleensä edesauttaa, että sinne menee yhdessä kaverin kanssa. (Kautto 2009, 70.)

Raivion ja Karjalaisen (2013) mukaan osallisuus linkittyy vahvasti yksilön hyvinvointiin. Osallisuus voidaan jakaa kolmeen eri osatekijään, jotka kuvaavat yksilötason hyvinvointia ja sen myötä linkittymistä sosiaalisesti yhteiskuntaan. Nämä kolme osatekijää ovat having, acting ja belonging (Kuva 3). Having (omistaminen) kuvaa yksilön resursseja, esimerkiksi toimeentuloa.



Acting (käyttäytyminen) kuvaa yksilön toimijuutta. Belonging (kuuluvuus) kuvaa puolestaan jäsenyyttä ja yhteisyyttä erilaisiin yhteisöihin. Nämä osallisuuden osatekijät ovat huomattavan samansuuntaisia Erik Allardtin hyvinvoinnin ulottuvuuksien kuvauksien kanssa. Jokaisella osallisuuden osatekijällä on oma kielteinen vastaparinsa, jotka kuvaavat syrjäytymisen ulottuvuuksia. (Osallisuuden osatekijä, 2016.)



Kuva 3: Osallisuuden osatekijät (Osallisuuden osatekijät 2012.)

Syrjäytyminen ja sen ehkäisy linkittyvät myös aiheeseemme, mutta näemme osallisuuden ja sen lisäämisen paremmin teemaamme sopivana lähestymistapana. Tästä syystä emme sisällytä syrjäytymistä avainkäsitteisiimme. Molemmat näistä käsitteistä käsittelevät kuitenkin aika-lailla samaa aihetta, omista näkökulmistaan. Tutkimme miten O9HHR:n toiminta on mahdollisesti lisännyt yhteenkuuluvuuden tunnetta ja vastaako heidän järjestämänsä toiminta yksilöiden tarpeisiin. Opinnäytetyömme tutkimuskysymys liittyy vahvasti O9HHR:n sloganiin "Sport for Social Change" ja osallisuuden tutkiminen on näin ollen osa koko O9HHR:n toiminnan vaikuttavuuden tutkimista.

### 3.1.2 Liikunta

Liikunta on ollut jo pitkään suosittu vapaa-ajan harrastusmuoto Suomessa ja suuri osa suomalaisista lapsista ja nuorista harrastaa sitä ainakin jossain määrin. Sama pätee myös maahan-

muuttajataustaisiin lapsiin ja nuoriin. (Fagerlund & Maijala 2011, 17.) Liikunnalla voidaan tarkoittaa kaikkea liikuntaa ja liikkumista, jota ihminen tekee. Tämä käsittää tällöin muun muassa kävelemisen, juoksun, polkupyöräilyä, rullalautailun tai muulla vastaavalla liikkumisen. Se ei siis tarkoita vain urheiluseuroissa usein harrastettua joukkueurheilua tai siihen verrattavissa olevaa yksilöurheilua. Yleisempää liikuntaharrastukset ovat 10-14 -vuotiaiden ikäryhmässä. (Myllyniemi & Berg 2013, 59.) Kuntoliikunnalla voidaan tarkoittaa liikuntaa, joka hengästyttää ja hikoiluttaa. Sen avulla tavoitellaan parempaa suorituskykyä eli kuntoa tai saavutetun kunnon ylläpitämistä. Terveysliikunta pitää yllä terveyttä ja liikuntaa aloittavalla myös kohentaa kuntoa. Terveysliikuntaa on esimerkiksi 30 minuutin kävely- tai sauvakävelylenkki, päivittäin tai lähes päivittäin. Terveysliikuntaa ovat myös koti- ja pihatyöt, portaiden nousut ja arkiliikunta. (Liikuntaan liittyviä määritelmiä 2015.)

Uusien lasten liikuntasuosituksien mukaan alle 8-vuotiaiden lasten päivään pitäisi sisältyä vähintään kolme tuntia liikuntaa (Lasten liikuntasuositukset 2016). Aiemmin riittävän liikunnan määränä pidettiin kolmea liikuntakertaa viikossa, mutta nykyisin liikuntaa suositellaan harrastettavan enemmän. Vuonna 2013 peruskouluikäisistä lapsista ja nuorista 92 % harrasti yhteensä vähintään tunnin liikuntaa viikossa. Se on 11 % enemmän kuin kolme vuotta aiempi indikaattori kertoo ja 16 % enemmän 13 vuoden takaisesta. Tämä tulos siis viestii sen puolesta, että lapset ja nuoret olisivat alkaneet liikkumaan taas aktiivisemmin. (Liikuntaharrastukset 2016.)

Liikuntasuosituksia liikunnan määrän suhteen on edellä mainitun lisäksi useampia. Puolen tunnin kevyesti hengästyttävän liikunnan harrastaminen kolmena kertana viikossa voi nähdä melko vähäisenä määränä, etenkin kun kyse on kasvavista lapsista ja nuorista. Lapsille annettu terveystieteellinen suositus on huomattavasti suurempi: mahdollisesti tunti ja mielellään vielä enemmän liikuntaa päivässä viikon jokaisena päivänä. Liikunnan tulisi olla mahdollisimman monipuolista ja ikään sopivaa. (Myllyniemi & Berg 2013, 63.)

Kantaväestön ja maahanmuuttajataustaisten lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuden eroja ei ole Suomessa tutkittu vielä kovin laajasti. Vastaavanlaisia tutkimuksia on kuitenkin tehty naapurimaissamme, esimerkiksi Norjassa ja Ruotsissa. 2010-luvun aikana tehtyjen tutkimusten mukaan maan kantaväestöä edustavat lapset ja nuoret sekä liikkuvat omaehtoisesti aktiivisemmin kuin myös harrastivat enemmän liikuntaa urheiluseuroissa. (Fagerlund & Maijala 2011, 18.)

Zacheus, Koski, Rinne ja Tähtinen (2012) tutkivat Suomeen saapuneiden maahanmuuttajien liikuntasuhdetta kotoutumisessa. Tutkimuksessa vain kaksi vastaajista sopii opinnäytetyömme kohderyhmään, mutta maahanmuuttajien ja maahanmuuttajataustaisten liikuntakulttuurin

tarkastelu on silti opinnäytetyömme kohdalla keskeistä. Zacheuksen ym. (2012, 120-121) mukaan suomalaisnuoret ovat viikoittaisten liikuntakertojen määrällä mitattuna hieman maahanmuuttajanuoria aktiivisempia. Nuorten lisäksi myös syntyperäiset keski-ikäiset ja ikääntyneet suomalaiset harrastavat liikuntaa aktiivisemmin kuin Suomeen saapuneet maahanmuuttajat tai maahanmuuttajataustaiset. Läpi elinkaaren jatkuva liikunnallinen aktiivisuus vaikuttaakin siis ainakin suuntaviivaisesti, olevan yleisempää kantaväestön edustajilla kuin maahanmuuttajataustaisilla henkilöillä.

Yleisimpänä syynä maahanmuuttajien liikunnan vähäisyyteen on rahan puute. Taloudelliset vaikeudet haittaavat liikunnan harrastamista, yli kolmasosa maahanmuuttajista kertoi sen vaikeuttavan liikkumista erittäin tai melko paljon. Varallisuudesta joudutaan menojen suhteen tinkimään ja niin omaehtoinen kuin myös seuraliikuntakin voi jäädä monen muun menoeran varjoon. Vähävaraiset lapsiperheet tinkivätkin usein ensimmäiseksi lasten harrastuksista ja harrastusvälineistä, sillä rahat riittävät monissa perheissä vain välttämättömyyksiin (Ojanperä 2015).

Pitkäkestoinen tulojen epäsäännöllisyys ja vähäisyys kuormittaa ihmistä. Kolmanneksella maahanmuuttajista ei ollut rahaa lääkkeisiin tai lääkärissä käyntiin. Sosioekonominen asema linkittyy urheiluharrastuksen ja liikunta-aktiivisuuden yleisyyteen ja maahanmuuttajat sekä maahanmuuttajataustaiset ovat tällä asteikolla melko heikossa asemassa. Suomalaisella kantaväestöllä rahan puute oli liikuntaharrastamista haittaavana tekijänä vasta sijalla kuusi, kun ensimmäisille sijoille kohosivat omien sanojen mukaan ajanpuute, saamattomuus, laiskuus tai sairaus. (Zacheus ym. 2012, 129-133.)

09HHR:n toiminnanjohtajan kanssa käydyissä keskusteluissamme nousi esille maahanmuuttajaperheiden ongelma hahmottaa suomalaisten urheiluseurojen toimintaa. Perheissä ei hahmoteta kaikkea, mitä se vaatii niin lapselta kuin vanhemmiltakin. Liikuntapalveluiden hahmottaminen voi olla yhtä haastavaa kuin suomalaisen sosiaali- tai terveystalvetojärjestelmän hahmottaminen, jos se eroaa suuresti siitä mitä se oli kotimaassa. Tällöin on mahdollista jäädä liikuntapalveluiden ja harrastamisen ulkopuolelle, vaikka resurssit voisivatkin niihin muuten riittää.

### 3.1.3 Liikuntatoiminta

Liikuntatoiminnan tuottajia on useita erilaisia. Järjestettyä liikuntatoimintaa tuottavat esimerkiksi urheiluseurat, liikuntatoimi, järjestöt ja säätiöt, nuoriso- ja vapaa-ajantoimijat kuten nuorisotalot ja muut erilaiset nuoriso- ja sosiaalityön tahot. Näistä edellä mainituista toimijoista erilaiset urheiluseurat ja -järjestöt vetävät puoleensa paljon lapsia ja nuoria. Urhei-

luseuroissa harrastavista suurin osa on taustoiltaan kantasuomalaisia. Maahanmuuttajataustaisten lasten osallistuminen seuratoimintaan on huomattavasti vähäisempää, kuin kantaväestön saman ikäisten lasten. Yhtenä syynä tähän on seuraharrastamisen hintavuus. Edellisessä luvussa mainitut syyt maahanmuuttajataustaisten liikkumisen ja harrastamisen vähäisyydelle pätevät myös nuoremman sukupolven seuraharrastamisen yleisyydessä. Vuosittaiset varustehankinnat, seura- ja liigalisenssit matkakustannusten lisäksi muodostavat hyvin suuren menoerän, josta monet heikohkossa sosioekonomisessa asemassa olevat perheet eivät selviä. Vaihtoehtoja organisoidulle joukkueharrastamiselle ja -liikunnalle on siis etsittävä muualta.

Liikunnan rooli sosiaalientyössä on noussut näkyvään asemaan viime vuosikymmenen aikana. Sen yhdistävä, sosiaalistava vaikutus on ollut jo pitkään tiedossa ja nyt sen käyttöönotto sosiaaliohjauksen työmenetelmänä on jo hyvässä vauhdissa. Liikuntatoiminnan erilaiset sosiaaliset vaikutukset vaihtelevat sen mukaan, missä toiminnan painotus on. Fred Coalter onkin jakanut liikunnan kahteen ryhmään: Sport+ ja +Sport, jotka molemmat kuvaavat toiminnan sisällön painopistettä. Sport+:n liikuntatoimintamuodoissa itse liikunta tai urheilu ovat keskeisimmässä asemassa. Painopiste on tällöin osallistujien liikunnallisten taitojen ja osallistumismäärien lisäämisessä. Sport+ -kategorian liikuntatoiminnalle voidaan asettaa erilaisia sosiaalisia tavoitteita, jolloin liikuntaa voidaan käyttää välineenä muiden tavoitteiden saavuttamiseksi. Reilun pelin henki ja liikunta- ja urheilulajeihin sisältyvät säännöt voivat auttaa erilaisten tietoisesti asetettujen tavoitteiden saavuttamisessa. +Sport -liikuntatoiminnassa liikunnan ja urheilun välineellinen arvo on viety pidemmälle, kuin aiemmin mainitussa muodossa. Pääpaino tämän kategorian toiminnassa on sosiaalisessa ja esimerkiksi käytöksellisessä muutoksessa. Liikunta voi olla tässä toiminnassa yksi eri toimintamuodoista, yksi keino kaikkien muiden muutokseen tähtäävien ohjelmien rinnalla. Toiminnan lähtökohdat ja tavoitteet ovat ei-liikunnallisia, siinä ei siis ole tärkeintä osallistujien liikunnallisten taitojen kehittämisen. (Fagerlund & Maijala 2011, 21-22.)

Liikuntatoiminnan jaottelu edellä mainittuihin kahteen kategoriaan ovat suuntaa antavia ja jotkin liikuntatoimintaa järjestävät organisaatiot voivatkin lukeutua samanaikaisesti molempiin. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, etteikö luokittelua voisi liikunnan sosiaalisia tekijöitä tarkastellessa hyödyntää. Suurin osa urheiluseuroista lukeutuu varmasti ensimmäiseksi mainittuun Sport+ -kategoriaan, kun taas esimerkiksi erilaisille kohderyhmille suunnatut liikuntaryhmät voivat sisällyttää toimintaansa jälkimmäisen, +Sportin, mukaisia tavoitteita. Liikuminen näiden kategorian välillä on luonnollista ja tilanteeseen sidonnaista. (Fagerlund & Maijala 2011, 22.)

Liikunnalla ja urheilulla ajatellaan monesti olevan jo itsessään voimaannuttava vaikutus yksilöön ja hänen hyvinvointiinsa sekä kehitykseensä. Liikunnan ja urheilun yleisesti ajateltu "puhdas" luonne mielletään helposti ohjaavan automaattisesti lasta ja nuorta pois paheista ja

kohti koulumenestystä. Haavoittuvassa asemassa oleva nuori voi kuitenkin tarvita paljon enemmän, kuin mitä pelkkä liikunta itsessään tarjoaa. On tutkittu, että lapsen ja nuoren kehitystä tukeva toiminta on monen eri tekijän summa, jotka rakentuvat liikunnan ympärille. Ensivaikutelma toiminnasta, ympäristö ja olosuhteet, ohjaaja/valmentaja, muut toimintaan osallistuvat, toimintaa ohjaavat moraaliset normit sekä henkilökohtainen tuki ovat tekijöitä, jotka vaikuttavat lapseen ja nuoreen. Jos toiminta ei aseta liikunnalle muita tavoitteita kuin kehittää yksilöä ja auttaa saavuttamaan liikunnalliset tavoitteet, jää yksilön sosiaalinen kehitys toissijaiseksi. Jos toiminnalla haetaan sosiaalista muutosta yksilössä, on näiden oltava toiminnassa tavoitteina siinä missä liikunnalliset tavoitteet. (Hayudenhuyse, Theeboom, Nolse & Coussée 2013, 193.)

#### 3.1.4 Lapset, nuoret ja vapaa-aika

Opinnäytetyömme kohderyhmänä ovat 7-16-vuotiaat lapset ja nuoret. Kohderyhmäksi kyseisen ikäluokan edustajat valikoituivat siitä syystä, että he muodostavat O9HHR:n pääasiallisen kävijäkunnan. Kyseinen ikäluokka käsittää oppivelvollisuuttaan suorittavat peruskouluikäiset ja usein he osallistuvatkin toimintaan juuri ilta- tai aamupäivinä, kouluajan ulkopuolella. Kehtään ei kuitenkaan iästään huolimatta kielletä osallistumasta toimintaan. Kohderyhmän maailmaan yritämme päästä käsiksi kuitenkin haastatteleamalla noin 15-vuotiaita nuoria, jotka ovat jo monen vuoden ajan osallistuneet toimintaan ja näin ollen heillä on laajempi käsitys toiminnasta. Uskoimme, että nuoret pystyvät jo refleктоimaan aiemmin koettua.

Tarkoitamme opinnäytetyössämme lapsella alle 12-vuotiaasta ja nuorella puolestaan yli 12-vuotiaasta henkilöä. Emme tosin unohda sitä, että lasten ja nuorten käsitykset omista elämänvaiheistaan ovat toki yksilöllisiä. Nuorten vapaa-aikatutkimuksen kyselyyn vastanneista 11-vuotiaista noin puolet kokivat olevansa vielä lapsia, kun taas vuotta vanhemmista vain alle 20 % vastasi samoin. Eroja on niin sukupuolien, kuin asuinpaikkojenkin mukaisesti. Maaseuduilla asuvat yksilöt kokivat kypsyvänsä nopeammin, kuin kaupungeissa asuvat. Tytöt määrittelivät ikänsä perusteella itsensä myös nuoriksi poikia aiemmin. Laajempi käsitys nuoruudesta muuttuu kuitenkin jatkuvasti ja se on historian varrella muovautunut uudestaan jo useaan otteeseen. Eri elämänvaiheet ovat saaneet alatermejä ja nykyään puhutaankin monesti muun muassa varhaisnuoruudesta ja nuorista aikuista. Tällaisten termien avulla pystytään kuvaamaan eri siirtymävaiheita perinteisten elämänvaiheiden lomittumissa. Sanavalinnat lapsuuden ja nuoruuden välillä eivät ole neutraaleja, sillä ne molemmat sisältävät elämänvaiheina erilaisia haasteita ja kehitystehtäviä, tästä syystä erottelu käsitteiden välillä on tärkeää. (Myllyniemi & Berg 2013, 14.)

O9HHR:n toimintaan osallistuvat lapset ja nuoret voidaan jakaa ikänsä puolesta käsittämään kahta eri elämänvaihetta. Näissä elämänvaiheissa lapsen kehitys painottuu eri osa-alueisiin.

Ikävuosina kuusi-seitsemän lapsen elämässä alkaa niin kutsuttu keskilapsuuden vaihe, joka jatkuu noin 12-vuotiaaksi saakka. Tätä aikaa on usein kutsuttu myös ”unohdetuksi kehitysvaiheeksi” sen takia, että elämänvaiheen tärkeät kehitysvaiheet ovat jääneet vähälle huomiolle. Lähes jokaisessa kulttuurissa tämä elämänvaihe näyttää vahvasti merkitsevän muutoksia sekä lapsen elämässä, että hänen ja aikuisten välisissä suhteissa. Nykyään kehittyneissä maissa tämä valmentautuminen elämään on siirtynyt hyvin pitkälti koulutusjärjestelmän tehtäväksi. Yleistä on, että tässä vaiheessa eläviä lapsia kohdellaan enemmän koululaisina, jotka ovat ikään kuin matkalla jonnekin, eivätkä elämässä ja kokemassa yhtä elämänvaihetta. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2014, 77-79.)

Keskilapsuudessa tyypillistä on, että lapsi siirtyy laajempiin sosiaalisiin konteksteihin. Kotipiiri vaihtuu esikouluun ja kouluun. Nämä uudet kontekstit vaikuttavat lapsen kognitiiviseen- sekä emotionaaliseen kehitykseen, jotka johtavat muutoksiin lapsen käyttäytymisessä. Minäkäsityksen kehittyminen on tärkeässä roolissa keskilapsuudessa. Lapsen kehityksen ja psyykkisen hyvinvoinnin kannalta on tärkeää, että lapselle muodostuu positiivinen käsitys omasta osaamisesta, niin koulussa kuin alati kasvavassa kaveripiirissä. Lapset, joille positiivista minäkuvaa oppijana ja sosiaalisen yhteisön jäsenenä ei synny, ovat muita alttiimpia sekä sisäänpäin- että ulospäin suuntautuville tunne-elämän oireiluille. Keskilapsuudessa on kyse selvästä kehityksellisestä siirtymävaiheesta, jossa pääosassa ovat biologinen ja kognitiivinen kehitys, jotka luovat selvästi enemmän mahdollisuuksia itsenäisemmälle toiminnalle ja vastuunottamiseen toiminnastaan. (Nurmi ym. 2014, 77-79.)

Nuoruus on toinen elämänvaihe, johon O9HHR:n toiminta on kohdennettu. Nuoruusikä käsitetään yleisesti siirtymävaiheena lapsuudesta aikuisuuteen. Monet muutokset elämässä, niin fyysiseen kasvuun liittyvät kuin sosiaaliset, vievät kehityskulkua eteenpäin. Nuoruus alkaa keskilapsuuden päätyttyä noin 12-vuotiaana. Nuoruudessa ominaista on että, että nuori ohjaa yhä enemmän omaa kehitystään. Kaveripiirillä, koulutusvalinnoilla sekä harrastuksillaan nuori antaa elämälleen suuntaa. Nuoruudessa kehitys on jatkuvaa ja asteittaista, eikä valtaosa nuorista käy läpi mitään kriisiä, kuten aiemmin on ajateltu. (Nurmi ym. 2014, 140-143.)

Nuoruus on ollut jo pitkään suosittuja tutkimuskenttiä. Suomessa Nuorisotutkimusseura on yksi tämän alueen keskeisimpiä toimijoita ja tutkimustiedon tuottajia. Tutkimukset ovat porautuneet vuosien aikana useaan eri nuoruutta käsittelevään aiheeseen, nuoruuden ilmiöihin ja nuorisokulttuuriin. Nuorison vapaa-aikaa onkin siis oletetusti tutkittu paljon niin Suomessa kuin ulkomaillakin. Lisäksi maahanmuuttajien määrän kasvaessa on myös maahanmuuttajien ja maahanmuuttajataustaisten lasten ja nuorten vapaa-ajantottumuksiin kiinnitetty huomiota. Maahanmuuttajanuoria ovat tutkineet monet eri tahot, niin yksittäiset tutkijat kuin myös THL:n Maamu-tutkimusryhmä, joka keskittyi tutkimaan pääkaupunkiseudun maahanmuuttaja- ja maahanmuuttajataustaisten nuorten terveyttä ja hyvinvointia.

Vapaa-aikaa pidetään yhteiskunnassamme korkeassa arvossa. Se on aikaa, jolloin ihminen voi todella keskittyä omiin mielenkiinnonkohteisiinsa ja tehdä itselleen tärkeitä asioita, harrastaa, tavata ihmisiä sekä rentoutua. Se on poissaoloa koulu- ja työmaailman kiireestä ja suorituskaskeisyydestä. Ei siis ole yllätys, että monet toivovat itselleen enemmän vapaa-aikaa. Vuonna 2013 tehdyn nuorten vapaa-ajantutkimuksen mukaan 78 %:n enemmistö lapsista ja nuorista kokee vapaa-ajan määrän riittävänä. Määrä on yllättävän suuri. 17 % koki vapaa-ajan määrän itselleen liian vähäisenä ja 4 %:n mielestä sitä taas oli puolestaan liikaa. Aktiivisen tekemisen ja oleilun tasapaino oli siis monen mielestä kohdallaan. Mitään optimia vapaa-ajantun määrää ei voi varmaankaan määrittellä, sillä se koetaan hyvin subjektiivisesti ja suhteessa omaan elämäntilanteeseen. (Myllyniemi & Berg 2013, 37-38.)

Etenkin nuorten elämässä vapaa-aika on tärkeä harrastamisen ja sosialisoin osa-alue. Tästä ulosjääminen voi usein johtaa ulkopuolisuuden ja sivullisuuden kokemuksiin, syrjäytymiseen oman ikäluokkansa luota. Nuorelle onkin tärkeää olla siellä, missä tapahtuu. Hyvään vapaa-aikaan kuuluu mahdollisuuksia luoda kavereita ja ystävyysuhteita, ylläpitää niitä sekä kuulua joukkoon. (Harinen, Honkasalo, Souto & Suurpää 2009, 11.) Lasten ja nuorten vapaa-ajanvietot ovat säilyneet samankaltaisina jo pidemmän aikaa. Perheen ja kavereiden kanssa vietetty aika sekä erilaiset harrastukset ovat edelleenkin tärkeimmät tekemisen muodot. Se, miten vapaa-aika käsitetään, on usein kuitenkin näkökulmasta riippuvaista ja käsitykset siitä vaihtelevat eri ikäluokkien ja yksilöiden välillä. Lapset esimerkiksi määrittelevät vapaa-aikaansa usein harrastustensa perusteella. Tähän sisältyy omaehtoinen ja kavereiden kanssa vietetty aika erilaisen toiminnan parissa sekä myös itse aktiivinen harrastaminen. Harrastuksia ovat yleensä lasten käsitysten mukaan sellaiset toiminnot, joita tehdään selkeästi ja säännöllisesti kodin ulkopuolella sekä jonkun ohjauksessa. Harrastusten muotoja ovat muun muassa liikunta- ja taideharrastukset. Muita harrastuksia, joita kahteen edellä mainittuun luokkaan ei voi laskea, ovat esimerkiksi näiden lisäksi partio ja lemmikkien kanssa toimiminen. Ohjatulla harrastuksella tarkoitetaan jonkun muun aikatauluttamaa, tietynä ajankohtana tietyssä paikassa tapahtuvaa toimintaa. Omaehtoinen harrastus on puolestaan vapaamuotoisempaa toimintaa, josta puuttuu yhtä raamitettua ja selkeää rakennetta. (Stenvall 2009, 89-91.)

Stenvall (2009, 89-91) tutki pääkaupunkiseudun vieraskielisten lasten harrastamisen yhtäläisyyksiä ja eroja. Hänen tekemän tutkimuksen mukaan alueen kaiken kieliset lapset ohjautuvat samankaltaisten harrastusten pariin osittain tarjonnan mukaan. Harrastustarjonta ja muiden lasten osallistuminen niihin kutsuvat mukaansa myös muita osallistujia, joka selittää harrastusmuotojen ja -tyyppien samankaltaisuutta. Erikielisyys ja vanhempien suhtautuminen harrastustoimintaan saattaa kuitenkin vaikeuttaa maahanmuuttajataustaisten lasten ja nuorten

osallistumista esimerkiksi kantaväestön suosimaan harrastustoimintaan. Halu samaistua viite-ryhmään, jossa toimitaan ja liikutaan yhdessä koskettaa kaikkia, myös maahanmuuttajataustaisia henkilöitä.

Vapaa-aika ja harrastukset ovat tärkeä vastapaino koulutyölle. Sen lisäksi, että ne tahdittavat arkea, luovat ne myös perustaa tulevaisuutta varten, jos niiden ohjaus on laadukasta. Vapaa-ajan toiminnan tulisi olla turvallista ja sopivasti strukturoitua, joka tarjoaa myös puitteet myönteisten ihmissuhteiden syntymiselle ja kehitykselle. Lapsen kehityksen kannalta erityisen merkittävää vapaa-ajan toiminta voi olla lapselle, joka on syrjäytymisvaarassa tai hänen kodissaan on monia ongelmia. Vapaa-aika voi olla myös niin sanotusti riskitekijä siinä tapauksessa, jos se ei tue lapsen kehitystä. Hyvä vapaa-ajan vietto suojaa lasta yksinäisyydeltä, syrjäytymiseltä ja ehkäisee hänen suuntautumisensa epäsosiaaliseen toimintaan. (Nurmi ym. 2014, 125.)

Kehityspsykologian näkökulmasta lapsuuden myönteisiä vapaa-ajan piirteitä voidaan eritellä kahdeksaan eri osa-alueeseen. Näihin osa-alueisiin lukeutuu muun muassa fyysinen ja psykologinen turvallisuus, jossa toiminta ohjaa terveyttä edistäviin tottumuksiin ja myönteiseen vuorovaikutukseen tovereiden kanssa. Toinen osa-alue on vapaa-ajan sopiva rakenne. Selkeät ja johdonmukaiset säännöt sekä ohjaus ja aikuisten valvonta, jonka myötä toiminnan säännöt ovat selkeät sekä niitä kunnioitetaan. Kolmantena piirteenä on tukea antavat ihmissuhteet. Ihmissuhteille voidaan erotella peruspiirteet, jotka ovat niille ominaisia. Lämpö, läheisyys, huolehtiminen sekä keskinäinen kunnioitus on yhteistä ihmissuhteille. Neljäntenä piirteenä nähdään yhteenkuuluvuuden tunne ja mahdollisuus kokea se. Kun toiminta tunnistaa ja arvostaa yksilöiden kulttuurista, sukupuolesta ja etnisestä taustasta johtuvaa erilaisuutta, se on lapsen kehitystä myönteisesti tukevaa. Viidentenä piirteenä ovat myönteiset sosiaaliset normit, jossa toiminta ylläpitää vaatimusta sosiaalisesti hyväksyttävästä käyttäytymisestä ja vahvistaa lapsen moraalista kehittymistä. Pystyvyyden tunteen tukeminen on kuudes piirre joka nähdään tukevan lapsia. Tällöin toiminta vahvistaa itsenäisyyttä, arvostaa yksilön mielipiteiden ilmaisua, tukee yksilön kehityksellistä etenemistä ja synnyttää mahdollisuuksia vastuunoton kehitykselle. Seitsemäntenä piirteenä erottuu taitojen kehittyminen, jossa toiminta luo mahdollisuuden oppia fyysisiä, älyllisiä, psykologisia ja sosiaalisia taitoja, jotka edistävät hyvinvointia sekä antaa suuntaa hyvään toimintakykyyn myös tulevaisuudessa. Viimeisin eli kahdeksas piirre on jäsentyminen perhe elämään, kouluun ja yhteiskuntaan. (Nurmi ym. 2014, 125.)

Suomalaisten koululaisten erityisenä ongelmana ovat olleet yksinäiset iltapäivät vanhempien kokopäivätyön ja perinteisen koulupäivän rakenteen takia. Rungas ilman aikuisten läsnäoloa vietetty aika aiheuttaa kehityksellisiä riskejä, kuten esimerkiksi masennusta, ahdistusta ja



päihteiden käytön varhaista aloittamista. Koulun jälkeen järjestettävän iltapäiväkerhotoiminnan on todistettu vastaavan hyvin näihin tarpeisiin, joita lapsilla ja nuorilla on koulun ulkopuolelle jäävälle ajalle. (Nurmi ym. 2014, 126.)

Suurella osalla perheistä vanhemmat ovat itse nuoruudessaan osallistuneet aktiivisesti erilaisiin järjestettyihin ja ohjattuihin harrastuksiin. Ohjatun harrastamisen tuottamien kokemusten myötä heillä on ymmärrys siitä, mitä tällainen tavoitteellinen toiminta tarjoaa ihmisen kehitykselle. He ymmärtävät yhdessä olemisen ja tekemisen arvot. He haluavat myös olla tuottamassa samanlaisia kokemuksia omille lapsilleen. Tämän vastakohtana ovat perheet, jossa lapsia ei kannusteta harrastamaan. Lapset jätetään etsimään ja tuottamaan tekemistä itselleen. Hyvässä tapauksessa lapsi onnistuu löytämään itselleen kehittävää toimintaa. Huonoimmassa tapauksessa lapsi puolestaan joutuu tuottamaan itse kaiken vapaa-aikansa sisällön, ja silloin vaarana on, että lapsi ajautuu nokkimaan muiden onnea. (Turkka & Turkka 2008, 32.)

### 3.1.5 Maahanmuuttajataustaisuus

Maahanmuuttaja-termiä käytetään paikoitellen tarkemmin ajattelematta, mitä sillä oikeastaan halutaan tarkoittaa. Usein kuulee sitä käytettävän yleisanana ihmisistä, jotka voivat olla jo Suomessa syntyneitä, eli niin sanottuja ”toisen polven maahanmuuttajia”. Maahanmuuttajataustainen on mielestämme korrekimpi sana kuvaamaan toisen polven maahanmuuttajia. O9HHR:n toiminnassa on lapsia monista eri taustoista, kantaväestöstä maahanmuuttajiin ja maahanmuuttajataustaisiin. Huomattavalla osalla toiminnassa käyvistä lapsista on maahanmuuttajataustaa perheessään, jonka vuoksi halusimme nostaa maahanmuuttajataustaisuuden yhdeksi keskeiseksi käsitteeksemme. Maahanmuuttajien ja maahanmuuttajataustaisten osuus pääkaupunkiseudulla on myös kasvanut merkittävästi viime vuosina, jonka takia näiden huomioiminen on tärkeää opinnäytetyössämme. Arvioiden mukaan vuonna 2030 joka viides helsinkiläinen koululainen on vieraskielinen. Nuorten hyvinvointiin ja kotoutumiseen liittyvät kysymykset ovat tänään ja tulevaisuudessa tärkeässä roolissa Helsingin seudulla, kun vieraskielisten määrä kasvaa. (Leinonen 2013, 9.)

Usean kulttuurin välissä eläminen ei välttämättä ole helppoa. Kulttuurisen identiteetin muodostaminen voi olla vaikeaa nuorelle, joka elää kahden kulttuurin välissä. Tavat ja normit voivat olla perheen kesken erilaiset, kuin vallitsevassa ympäristössä kodin ulkopuolella. Instituutiot kuten koulut ja sekä työpaikka ovat kuitenkin areenoita, jotka sitovat odotuksineen kansalaisiaan yhä enemmän ympäristöä vallitsevan kulttuurin piiriin. Suomeen syntyneen on mahdollon olla omaksumatta mitään suomalaisuudesta kulttuurista. Suomessa on kasvava määrä lapsia, jotka elävät kahden kulttuurin välissä. Monille ainoa yhteys vanhempien kotimaahan

voi olla vain omat vanhemmat ja heidän kertomansa tarinat sekä kokemukset. Kahden kulttuurin sovittaminen elämäänsä voi olla haasteellista jo niiden välillä olevien kulttuurierojen takia, etenkin jos eroaa vielä ulkoisesti kodin ulkopuolisesta kulttuurista, johon itse kuitenkin myös tuntee kuuluvansa. Pahimmillaan kulttuuriset ja ulkonäölliset erot johtavat siihen, että yksilö ei pysty itse määrittämään suhdettaan ryhmään ja yksilöllisyyteensä. Valtaväestön määrittellessä toisen, yksilö tipahtaa toiseuden kategoriaan, jossa on sosiaaliseen syrjäytymisen vaarassa. (Litja 2009, 49-51.)

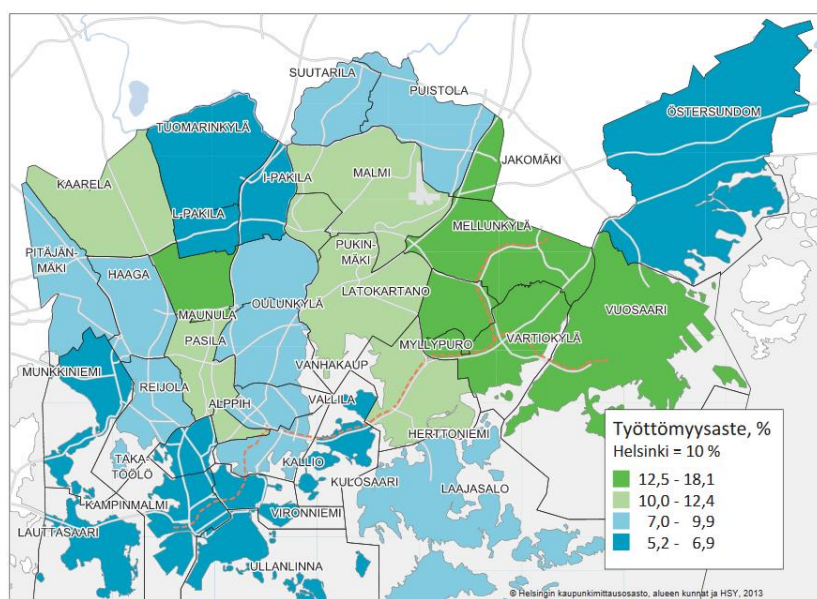
Maahanmuuttajataustaisuus ja sen määrittely, ketkä kyseisen nimekkeen alle kuuluvat, on haastavaa. Monet, jotka luetellaan käsitteen alle voivat itse olla asiasta täysin toista mieltä. On maahanmuuttajia ja on henkilöitä, joiden toinen vanhempi on maahanmuuttaja. Yhdellä taas molemmat vanhemmat ovat maahanmuuttajia. Pian on jo suuri joukko heitä, joiden isovanhemmat ovat maahanmuuttajia. Se, kuinka pitkälle maahanmuuttajataustaisuus heijastelee ja kuinka monta sukupolvea se käsittää, on vaikeaa määritellä. Omasta mielestämme kaikki Suomessa syntyneet ovat ensisijaisesti suomalaisia. Opinnäytetyössämme meidän on kuitenkin käytettävä rajaavia käsitteitä, koska kantaväestöön verrattuna monet maahanmuuttajat ja maahanmuuttajataustaiset ihmiset ovat tällä hetkellä sosioekonomisesti heikommassa asemassa. Tämä vaikuttaa moneen asiaan heidän elämässään. Haastattelemamme nuoret ovat kaikki Suomessa syntyneitä ja heistä heillä on maahanmuuttajatausta, sillä useimmilla joko molemmat tai toinen vanhemmista on maahanmuuttaja. Nuoret ovat tällöin kasvaneet kahden eri kulttuurin välissä.

Suomalaisuutta määritellään usein eri käsittein. Yksilöitä tai ryhmiä voidaan kategorisoida muun muassa etno-kulttuurillisesti. Etno-kulttuurillisia käsitteitä ovat esimerkiksi suomalainen, kantasuomalainen, uussuomalainen, suomenruotsalainen ja afrosuomalainen. Käsitteiden laajuus on suuri ja uusia syntyy ajan mittaan. Etno-kulttuurillisissa käsitteissä on kyse etnisistä ja kulttuurillisista erotteluista tai jäsennyksistä. Toinen tapa määritellä suomalaisuutta on poliittis-kulttuurillinen, jossa eri termeillä määritellään yksilön paikka ympäröivässä yhteiskunnassa ja poliittisessä yhteisössä. Poliittis-kulttuurillisia jäsennyksiä ovat muun muassa turvapaikanhakija, kiintiöpakolainen, maahanmuuttaja ja paluumuuttaja. (Ronkainen 2009, 38.)

Käytämme kahden kulttuurin välissä kasvaneista nuorista tässä opinnäytetyössä käsitettä maahanmuuttajataustaiset nuoret. Tällä hetkellä se on sanana neutraalein. Maahanmuutto on näillä nuorilla osa heidän vanhempiansa historiaa ja tämä historia on usein monissa perheissä vahvasti läsnä, sillä kotimaan kulttuuria halutaan vaalia myös Suomessa. Koulutustaso ja sosioekonominen asema saattaa perheissä olla heikompi, ja se heijastelee myös nuorten elämään. Poikkeava ulkonäkö ja kulttuuriset erot kantaväestöön nähden saattavat johtaa myös

erilaiseen suhtautumiseen heitä kohtaan. Tarkoitamme opinnäytetyössämme maahanmuuttajataustaisella henkilöllä, joka elää kahden hänelle merkityksellisen kulttuurin välissä, ainakin toinen hänen vanhemmistaan on maahanmuuttaja. Keskeisimpänä maahanmuuttajataustaisuudessa on kuitenkin kulttuurinen moninaisuus perheessä, josta nuori tulee. Vaikka monet nuorista varmasti kokevatkin olevan täysin suomalaisia, heidän arkensa voi sisältää kulttuurista tai kielellistä moninaisuutta, joka eroaa yhden kulttuurin perheistä niistä, joissa molemmat vanhemmat ovat suomalaisia. Emme halua määrittelyllämme millään tapaa “vähentää” heidän suomalaisuuttaan, vaan sen sijaan tuoda esille tätä perheessä mahdollisesti näkyvää kulttuurista moninaisuutta sekä sen liittymäpintoja yhteiskunnan rakenteisiin.

Maahanmuuttajataustaisten määrä on kasvanut tasaisesti Helsingissä 2000-luvun ajan. Monilla asuinalueilla, jonne on asettunut paljon vieraskielisiä, on myös korkeat työttömyysluvut (Kuva 4). Helsingin vieraskielisistä 10-19-vuotiaista 46 % on syntynyt Suomessa. Tilastojen valossa se, että on syntynyt Suomessa, ei vielä takaa yhdenvertaisuutta mahdollisuuksiin elämässä. Helsingissä esimerkiksi pienituloisuus keskittyy maahanmuuttajataustaisiin perheisiin. Yhteensä Helsingissä on noin 16 000 lasta, joka asuu pienituloisessa perheessä ja tuosta lukumäärästä 45 % on ensimmäisen tai toisen polven maahanmuuttajalapsia. Pienituloisuus vaikuttaa suoraan lasten elämään. Verrattaessa väestöryhmiä toisiinsa huomataan, että syntyperäisen suomalaisen lapsen pienituloisuusaste on 10 %, ensimmäisen polven maahanmuuttajan 47 % ja toisen polven maahanmuuttajan 44 %. Erot ovat siis noin nelinkertaiset. Vanhempien pienituloisuus selittyy usein sillä, että maahanmuuttajataustaiset ovat useimmin matalammin koulutettuja verrattuna kantaväestöön ja tämän myötä työllistymismahdollisuudetkin ovat huomattavasti rajatut. (Ranto, Ahlgren-Leinivuo, Haapamäki & Högnabba 2015, 1-9).



Kuva 4: Työttömyysaste peruspiireittäin (Helsinki alueittain 2015 2016, 13)

Sosioekonomisesti huonompi asema on yhteydessä liikuntatottumuksiin. WHO:n koulututkimuksen mukaan perheen varakkuuden yhteys lasten liikuntaharrastuneisuuteen on Suomessa vahva. Liikuntatottumukset eroavat jo nuorella iällä, kun vähävaraiset perheet säästävät liikunnasta aiheutuvista kuluista. Tämä eriarvoistaa ihmisiä jo lapsesta lähtien. Nuoren iän liikuntatottumuksilla on havaittu olevan yhteys muun muassa myöhemmän iän koulumenestykseen, terveyteen ja hyvinvointiin. Hyvinvointierot väestöryhmien kesken näin ollen jatkavat eriytymistä ja pitkällä aikavälillä erot myös kasvavat. (Lehtinen 2015, 16-17).

Maahanmuuttajataustaiset ovat heterogeeninen ryhmä. Kulttuuritaustat ja perheiden erilaiset tarinat eroavat toisistaan hyvin paljon. Pienituloisten perheiden suuri määrä on kuitenkin tilasto, joka yhdistää tätä heterogeenistä ryhmää, verrattuna pienituloisten perheiden määrään kantaväestössä. Tämän takia otimme myös maahanmuuttajataustaisuus-käsitteen tarkasteluun opinnäytetyössämme, koska lasten ja nuorten elämässä se vaikuttaa muullakin tavalla kuin kulttuurisena moninaisuutena perheen sisällä. Sen vaikutukset näkyvät elämässä useina eri tekijöinä.

### 3.1.6 Monikulttuurisuus

Suomi on ollut pitkään sotien jälkeen 1990-luvulle asti ikään kuin suljettuna, suurten maahanmuuttovirtojen kantamattomissa Pohjoisen-Euroopan perukoilla. Globalisaatio on viimeistään 2000-luvulla saavuttanut Suomen ja maa on muuttumassa monikulttuurisemmaksi. Vaikka maahanmuutto Suomeen olikin hiljaista usean vuosikymmenen ajan, ei Suomi ole tilanteessa ensimmäistä kertaa historiansa aikana. Suomella on ollut pitkään niin romani- kuin saamelaisvähemmistöt. Lisäksi erityisesti aika Venäjän vallan aikana toi Suomeen paljon ulkomaalaisia siirtolaisia. Monet teollisuusyrityksetkin ovat alkujaan maahanmuuttajien perustamia, kuten esimerkiksi kauppakeskusketju Stockmann ja kahvi- ja mausteyritys Paulig. (Martikainen, Saari & Korkiasaari 2013, 26-34.)

Venäjällä vuosina 1917-1923 tapahtuneen vallankumouksen myötä Suomeen suuntasi monia pakolaisia idästä. Lisäksi toisen maailmansodan aikana monet inkeriläiset tulivat Neuvostoliitosta Suomeen. Sodan päätyttyä maahanmuutto hiljeni ja ensimmäiset pakolaiset saapuivat vasta vuonna -71 Chilestä. Ennen 1990-luvulla alkanutta maahanmuuton aaltoa ei Suomessa ole tutkittu maahanmuuttoa tarkasti ja osaa tilastoista ei voida pitää täysin luotettavina. Viimeistään kun Suomi liittyi EU:hun ja vapaa liikkuvuus saavutti myös Suomen, on maahanmuutto kasvanut. Opiskelun, työn sekä avioliiton myötä Suomeen löytää tiensä yhä useampi. (Martikainen ym. 2013, 33-37.)

Kulttuurien kohdatessa on kysymys molemminpuolisesta sopeutumisesta. Kulttuurienväliset erot voivat näkyä hyvin arkisissakin asioissa. Kulttuurit usein myös muuttuvat kohdatessaan ja

ihmiset siinä mukana. Muutospaineet kohdistuvat usein vähemmistökulttuurin edustajiin, jotka kokevat painetta ottaa vallitsevaa kulttuuria vastaan enemmän kuin vallitsevan kulttuurin edustajat. Kulttuurinmuutoksen voi nähdä joko yksi- tai kaksiulotteisena. Yksiulotteisuus johtaa lopulta vähemmistökulttuurin katoamiseen, kun se sulautuu lopulta osaksi vallitsevaa kulttuuria. Kaksiulotteisuudessa vähemmistökulttuurit säilyttävät oman kulttuurinsa samalla kun sulautuu vallitsevan kulttuuriin sisään. Tämän edellytyksen on että vallitseva kulttuuri on sopeutuvainen monikulttuurisuuteen. (Liebkind 2000, 171.)

Suomi on lainsäädännön puolesta sopeutuvainen monikulttuurisuuteen. Laki kotoutumisen edistämisestä sisältää elementtejä, jotka yksilön oikeuksien puolesta edistää monikulttuurisuutta. Laissa kotoutumisen edistämisestä (1386/2010) kotoutuminen määritellään seuraavasti: "Kotoutuminen on maahanmuuttajan ja yhteiskunnan vuorovaikutteista kehitystä, jonka tavoitteena on antaa maahanmuuttajalle yhteiskunnassa ja työelämässä tarvittavia tietoja ja taitoja samalla, kun tuetaan hänen mahdollisuuksiaan oman kielen ja kulttuurin ylläpitämiseen". Lain mukaan maahanmuuttajaväestön tarpeet on otettava huomioon, jotta yhdenvertaisuus toteutuu palveluissa. Lisäksi yksilöllisesti tehtävä kotoutumissuunnitelma laaditaan maahanmuuttajan kanssa yhteistyössä huomioiden hänen toiveensa ja tarpeensa mahdollistaen integroitumisen sekä oman kulttuurin ylläpitämisen.

Nykypäivänä Suomeen muutetaan yhä enemmän erinäisten syiden takia. Maahanmuutto Suomeen on kasvussa ja tämä kasvu on jatkumassa. Yhä useampi perhe tulee olemaan sekoitus kahden eri kulttuurin vanhempia ja heidän lapsensa kasvavat kahden erilaisen kulttuurin välissä. Lisäksi Suomessa syntyneiden maahanmuuttajien lapsien määrä kasvaa. Monien sosiaalialan palvelujen tuleekin vastata tähän ilmiöön, kun asiakaskunta muuttuu ja monikulttuurisuus tulee koko ajan arkipäiväisemmäksi. Erityisesti lapsille ja nuorille suunnatut palvelut, kuten oppilashuolto ja nuorisotyö, kohdentavat enemmän resurssejaan monikulttuurisuuden huomiointiin.

Asiakasohjauksen näkökulmasta suomenkielisiä julkaisuja kulttuurien kohtaamisesta ja integroinnin tukemisesta on viime vuosina tullut vähän suhteessa kansainvälisiin julkaisuihin. Monikulttuurinen ohjaus on ohjausalan kentällä vielä uusi, mutta sitäkin merkittävämpi suuntaus, joka keskittyy ymmärtämään kulttuuria ja kulttuurierojen vaikutusta ihmisten elämään ja käytännön ohjaustyöhön. Kulttuurin merkityksen tiedostaminen omassa elämässä on avainasemassa, mutta kuitenkin haaste työkentällä. Jos oman kulttuurin vaikutusta ei tiedosta elämässään, voi oman kulttuurin tiedostamattomat vaikutukset muodostua esteeksi, kun kohtaa toisen kulttuurin edustajan. (Korhonen & Puukari 2013 8-13.)

Monikulttuurisuutta on käsitteenä laajalti viljelty eri asiayhteyksissä. Ongelmana on, että monikulttuurisuus ymmärretään eri tavoin eri yhteyksissä. Zacheuksen ym. (2012, 31-32) mukaan

monikulttuurisuudella tarkoitetaan sellaista poliittista ideologiaa, jossa rohkaistaan saman yhteiskunnan sisällä eläviä etnisiä ryhmiä säilyttämään oma, etninen ja kulttuurinen erityisyytensä, samalla osallistuen kuitenkin yhteiskunnan laajempaan toimintaan. Niin sanottu monikulttuurisuuden deskriptiivinen määritelmä tarkoittaa väestön kulttuurista ja etnistä monimuotoisuutta. Siihen sisältyvät eri kielet, uskonnot, kansallisuudet, erilaiset tavat ymmärtää hyvä elämä, erilaiset arjen toimintatavat ja erilaiset arvot sekä tavat järjestää perhesuhteet. (Niittamo, Fågel & Säävälä 2013, 7). Tätä määritelmää käytämme myös opinnäytetyössämme.

#### 4 Tutkimusasetelma ja menetelmät

Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Tavoitteenamme on selvittää O9HHR:n merkitystä lapsille ja nuorille sekä sitä, kuinka he kokevat toiminnan. Halusimme tietää, että mitä ja millaisia kokemuksia maahanmuuttajataustaisilla nuorilla oli toimintaan osallistumisesta. Kokemuksia ja tuloksia vertaamme taas niihin tavoitteisiin, joita O9HHR on toiminnalleen määritellyt sekä jo aiemmin tuotettuihin tutkimuksiin kohderyhmästämme ja aiheemme viitekehuksesta. Olimme alun perin suunnitelleet tekemämme kahden tutkimusmetodin risteymän, jossa olisimme hyödyntäneet sekä määrällistä, että laadullista lähestymistapaa. Määrällisen aineiston kerääminen osoittautui toimintaan osallistuvien kohdalla kuitenkin liian hankalaksi. Säätiöllä ei ole kerhoihin osallistuvien lasten vanhempien yhteystietoja. Sähköpostiosoitteiden puuttumisen takia emme voineet lähettää vanhemmille sähköistä kyselylomaketta, jonka he olisivat voineet täyttää netissä. Suunnitelmissa oli tehdä haastattelulomake, jossa kysymykset olisivat olleet useammalla kielellä. Näin olisi voitu kerätä myös vieraskielisten vanhempien näkemyksiä lastensa osallistumisesta liikuntatoimintaan. Ensimmäiseksi tutkimusmenetelmäksi nousi kvalitatiivisten haastatteluiden tekeminen nuorille. Opinnäytetyömme otos on seitsemän henkilöä, joten laadullisen tutkimuksen puolesta määrä oli suotuisa ja määrällisen puolesta liian pieni. Toiminnan merkityksiä tutkittaessa halusimme myös päästä syvemmälle kohderyhmämme kokemusmaailmaan, joten teemahaastattelu tuntui meistä myös sopivammalta lähestymistavalta tutkittavaan aiheeseen.

Laadullinen tutkimus on rinnastettavissa arvoituksen ratkaisemiseen. Tutkimusta varten kootua havaintoaineistoa viitataan muihin tutkimuksiin sekä teoreettisiin viitekehyksiin, joilla tuetaan omia havaintoja ilmiöstä. Havaintoja pelkistämällä ja sitä kautta yhteisen tai yhteisten nimittäjien löytymisen myötä on tarkoitus saada arvoitus ratkaistuksi. (Alasuutari 2007, 50-51). Lasten ja nuorten antamia merkityksiä toiminnalle pääsemme tutkimaan kokonaisvaltaisemmin mielestämme laadullisella lähestymistavalla. Laadullinen tutkimus tuntui myös meistä opinnäytetyön tekijöinä läheisemmältä tavalta tutkia ilmiötä.

Aloitimme teoriapohjaisen aineiston keräämisen keväällä 2016. Hyödynsimme kirjastosta sekä internetistä löytämäämme materiaalia sekä aineistoa, jota O9HHR:n toiminnanjohtaja oli

meille aiemmin keväällä antanut. Aineistoa löytyi vaihtelevasti. Helsingin kaupungin tietokeskuksen tuottama materiaali auttoi hahmottamaan alueellisia eroja Helsingin sisällä. Sen kautta selvisi myös, minkä takia toiminta on syntynyt sekä painottunut juuri Koillisen- ja Itä-Helsingin alueille. Maahanmuuttajataustaisten ihmisten liikuntasuhteista oli vaikeampaa löytää materiaalia. Kesäkuun alussa aloitettuumme työharjoittelun, olimme saaneet jo hieman tekstiä ja aineistoa kasaan. Tiedostimme kuitenkin, että kun pääsemme sisään toimintaan, niin saamme uusia ajatuksia ja aihe tulee vielä tutummaksi. Kesällä ja syksyllä löysimme vielä lisää aineistoa, jota käytimme opinnäytetyössä.

Opinnäytetyötämme varten teimme pari- ja ryhmähaastatteluja O9HHR:n järjestämään liikuntatoimintaan osallistuneille nuorille. Haastatteluun pyysimme jo kesän aikana viittä nuorta tyttöä. He olivat otollisia haastateltavia, sillä monet heistä olivat osallistuneet toimintaan jo lapsesta saakka. Sen lisäksi, että he olivat aiemmin osallistuneet toimintaan, toimivat he kesän aikana kahden viikon ajan kesätyöntekijöinä säätiössä. Nuoret oli työllistetty kesäsetelin avustuksella, jossa palkanmaksusta vastaa Helsingin kaupunki. Ainakin yksi haastatelluista nuorista oli työskennellyt jo yhtenä kesänä aiemmin O9HHR:llä, joten toimenkuva ja siihen kuuluvat tehtävät olivat hänelle suurimmaksi osin tuttuja. Teimme itse myös työharjoittelua samaan aikaan O9HHR:llä ja haastatteluilla halusimme vielä enemmän syventää käsitystämme toiminnan eri ulottuvuuksista ja ymmärtää nuorten kokemusmaailmaa siitä.

Kaikki kesän aikana haastattelemamme kesätyöntekijät asuivat haastatteluhetkellä Itä-Helsingissä ja suorittivat työjaksonsa Mellunmäen Me-talolla. Jokaisella heistä oli maahanmuuttajatausta ja iältään he olivat noin 15-vuotiaita. Kaikki haastateltavat olivat aloittaneet säätiön toiminnassa käymisen kouluilla järjestetyissä koripallokerhoissa. Lisäksi he olivat kertomansa mukaan käyneet monissa tapahtumissa, joita säätiö on vuosien aikana järjestänyt. Tyttöjen lisäksi haastattelimme myöhemmin syksyn aikana kahta nuorta poikaa, jotka työskentelivät myös kesän aikana O9HHR:llä kesäleirillä Malmin palloiluhallissa, jossa mekin olimme harjoittelumme kaksi ensimmäistä viikkoa. Heikin ovat osallistuneet toimintaan myös pienestä asti, alakoulusta alkaen. Nämä kaksi nuorta olivat kaikki ensimmäistä kertaa kesätyössä säätiön toiminnassa. Kesän jälkeen otimme poikiin yhteyttä alkusyksyn aikana tekstiviestein ja sähköpostein sekä tiedustelimme, että haluaisivatko he osallistua tutkimukseen. Nuoret suostuivat ja haastattelimme heitä elokuun lopulla Malmin palloiluhallin O9HHR:n toimistossa.

Nuoret valikoituivat haastatteluihin omalta osaltaan olosuhteiden pakosta. Olimme aluksi suunnitelleet, että haastattelut onnistuivat hyvin kesän aikana harjoittelussa, kun lapset ja nuoret osallistuvat säätiön järjestämään avoimeen toimintaan. Halusimme nimenomaan haastatella nuoria, jotka ovat käyneet jo pidemmän aikaa toiminnassa. Kesä osoittautui kuitenkin haasteelliseksi, koska monet "vakiokävijät" eivät käyneet kesän aikana toiminnassa. He osal-

listuivat koulun jälkeisiin iltapäiväkerhoihin ja -toimintaan. Lomakausi vei kävijöitä kesäleirien jälkeen, kun avoin ja vapaamuotoisempi toiminta käynnistyi. Jouduimme pohtimaan, että mistä saamme sopivia haastateltavia. Onneksemme kesätöihin palkatut nuoret olivat itse käyneet jo usean vuoden ajan toiminnassa. Heillä oli kokemusta pitkältä ajanjaksolta ja he olivat nähneet laajasti toiminnan sisältöä.

Ajatus siitä, että haastattelisimme nuoria, muuttui opinnäytetyöprosessin edetessä entistä paremmaksi vaihtoehdoksi. Harjoittelun aikana ymmärsimme, että miten hankalaa haastattelumme olisi toteuttaa aivan pienimmille osallistujille, 7-8 -vuotiaille. Ensimmäisen haastattelun jälkeen ymmärsimme, että teemat jotka sisältyivät haastatteluun, olivat suhteellisen haasteellisia vielä 15-vuotiaille. Aivan nuorimpien osallistujien kokemusten kartoitus olisi vaatinut erilaista tutkimuksellista lähestymistapaa, ja haastattelurungon sekä -lomakkeen kursimista erilaiseen muotoon.

#### 4.1 Teemahaastattelu

Haastattelumuodoksemme opinnäytetyötä varten päädyimme valitsemaan teemahaastattelun. Teemahaastattelu vaikutti parhaalta vaihtoehdolta tiedonkeruun kohdalla, sillä se muun muassa mahdollistaa suoran vuorovaikutuksen lasten ja nuorten kanssa. Haastattelussa on mahdollista esittää kysymyksiä ja samalla myös tarkentaa niitä, jos haastateltava ei ymmärrä kysymystä sen alkuperäisessä muodossa. Lisäksi annettujen vastausten pohjalta on mahdollista luoda lisäkysymyksiä, joiden avulla voimme päästä syvemmälle aiheeseen ja kaivaa esille erilaisia syitä sekä selityksiä jollekin toiminnalle tai mielipiteelle. Teemahaastattelun toimii ideaalitalanteessa dialogimaisesti. Siinä keskustellaan erilaisista asioista ja aiheista ennalta päätetyn teeman sisällä. Haastattelijan ja tutkijan on jälkepäin tarkoituksena nostaa esille ne merkityksellisimmät ilmiöt haastatteluaineistosta sekä analysoida ne. Tämän jälkeen on mahdollista tehdä johtopäätöksiä ymmärtämällä ja tulkitsemalla haastateltavien esille tuomia ajatuksia. Joustavuus onkin yksi haastattelun suurimpia etuja (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 204).

Syy sille, miksi valitsimme laadullisen tutkimusmenetelmän, on siinä, että jonkin ilmiön yleisyyden mittaamisen sijaan halusimme tutkia erilaisia tekijöitä toiminnasta saatujen kokemusten taustalla. Haastattelua hyödyntämällä uskoimme pääsevämme syvemmälle itse aiheeseen, kuin esimerkiksi lomakekyselyn keinoin. Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2009, 182) mukaan kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei tehdä päätelmiä yleistettävyyttä ajatellen. Tarpeeksi syvälle ilmiöön paneutumalla saadaan ilmi niitä asioita, jotka siinä ovat merkittäviä.

Rajasimme haastattelujemme pääasialliseksi kohderyhmäksi ne nuoret, jotka ovat osallistuneet säätiön järjestämään kerhotoimintaan ja tämän lisäksi työskennelleet kuluneen kesän



aikana kesätyöntekijöinä. Pääpaino noin 15-vuotiaissa nuorissa oli siksi, että heidän käsityksen toiminnasta on laajempaa, he ovat olleet sekä osallistujina että ohjaajina. Saamme tätä kautta tietää, miten toiminnan merkitys ja sen osallistava vaikutus on vaihdellut eri ikävuo-  
sina sekä osallistuja ja ohjaaja -roolin muuttuessa. Haastatellut nuoret olivat kaikki maahan-  
muuttajataustaisia, mutta syntyneet Suomessa. Yhteensä haastatteluihin osallistui seitsemän  
nuorta, joista viisi oli tyttöjä ja kaksi poikia.

Valmistimme haastatteluja varten haastattelurungon (Liite 2). Hyödynsimme sen laatimisessa kuvauksia säätiön toiminnan sisällöstä ja monia erilaisia nuorten vapaa-aikaa, liikuntaharras-  
tuksia ja osallisuutta käsitteleviä tutkimuksia sekä omia havaintojamme joita olimme tehneet  
harjoittelun aikana toiminnasta ja nuorista. Lisäksi suunnittelimme haastattelurunkoa yhdessä  
säätiön toiminnanjohtajan ja muiden työntekijöiden kanssa. Säätiön tavoitteisiin perehty-  
mällä pystyimme muotoilemaan sellaisia kysymyksiä, jotka tarkastelevat näiden tavoitteiden  
toteutumista. Haastattelurungossamme oli hieman alle 20 kysymystä, jotka toimivat myös  
ikään kuin pelin avaajina, joiden kautta saimme esitettyä jatkokysymyksiä perustuen nuorten  
vastauksiin. Se alkaa kysymyksillä, jotka käsittelevät nuorten vapaa-ajan käyttötottumuksia.  
Tästä teemasta siirryimme aina lähemmäs O9HHR:n järjestämän liikuntatoiminnan ydintä.  
Kaikki haastattelut toteutettiin teemahaastatteluna. Olimme valmisteet haastattelurun-  
koon valmiita kysymyksiä, jotka käsittelevät muun muassa säätiön toimintaa, sen vaikutuksia  
sosiaaliseen elämään ja liikkumiseen sekä toiminnasta ammennettuihin taitoihin. Lisäksi halu-  
simme tietää, miten lapset ja nuoret olivat kokeneet erilaisuuden huomioimisen toiminnan  
sisällä, kun toimintaan osallistuu lapsia ja nuoria eri kulttuuritaustoista. Otollista oli tietää,  
miten toiminnassa oleminen ylipäättään kannustaa kohtaamaan ihmisiä ja hankkimaan tämän  
myötä uusia kavereita.

#### 4.2 Haastattelutilanteet

Haastattelut suoritettiin säätiön toimipaikoissa, joista olimme etsineet parhaiten haastattelu-  
tilanteille sopivat tilat. Mellunmäen Me-talolla hyödynsimme kokoushuonetta ja Malmin pal-  
loiluhallilla säätiön toimistotilaa. Haastattelut suoritettiin päivien päätteeksi, koska silloin  
toimintaan osallistuneet lapset ja nuoret olivat jo lähteneet pois paikalta. Malmin palloiluhal-  
lin toimistotiloissa odotimme puolestaan, että työntekijät ovat lopetelleet työpäivänsä ja läh-  
teneet pois. Näin saimme suorittaa haastattelut rauhassa, eikä nuorten tarvinnut jännittää  
sitä, että työntekijät olisivat kuunnelleet heidän vastauksiaan. Painotimme ennen haastatte-  
lujen aloittamista, että olemme itse suorittamassa opinnäytetyötä O9HHR -säätiöstä ulkopuo-  
lisina ja toivomme rehellisiä vastauksia. Se, että nuoria haastatteli organisaation ulkopuoliset  
henkilöt, toivottavasti vapautti haastattelutilanteiden ilmapiiriä ja vastausten sisältöä.

Ennen haastatteluiden aloittamista pyysimme haastateltavilta kirjalliset suostumukset (Liite 1). Suostumuslomakkeessa tulee ilmi, että haastattelutilanteet tullaan äänittämään ja litte-roimaan. Siinä myös kerrotaan, ettei tutkittavista kerätä tunnistetietoja. Koska nuoret olivat jo 15-vuotiaita, otimme suostumukset heiltä itseltään. Lomakkeeseen on merkitty tutkimuk-sen tarkoitus, sen toteuttajat ja muut keskeiset tiedot.

Toteutimme haastattelut pari- ja ryhmähaastatteluina. Parihaastatteluja oli kesän ja syksyn aikana kaksi kappaletta. Ryhmähaastatteluja oli puolestaan yksi ja siihen osallistui kolme nuorta. Pari- ja ryhmähaastattelujen suosimiseen päädyimme lähinnä siitä syystä, että sitä suositellaan käytettäväksi erityisesti lapsia ja nuoria haastateltaessa. Halusimme samanaikai-sesti useampaa henkilöä haastatteleamalla vähentää mahdollista arastelua haastattelutilantee-seen liittyen. Haastateltavat voivat usein olla vapautuneempia ja luontevampia, kun paikalla on useampia ihmisiä, esimerkiksi heidän omia kavereitaan. Pari- ja ryhmähaastattelut ovat lisäksi erittäin tehokkaita haastattelumuotoja, sillä samalla kertaa saadaan tietoa useam-malta haastateltavalta. Ne ovat lisäksi osoittautuneet hyviksi tutkimusmuodoiksi, kun tutki-taan ryhmien kulttuureja, niissä omaksuttuja kulttuurisia jäsennyksiä, näkemyksiä ja arvoja (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 210-211).

Ensimmäinen haastattelu toteutui heinäkuussa 2016 Mellunmäen Me-talon neuvotteluhuo-neessa. Haastattelimme parihaastatteluna kahta tyttöä heidän viimeisenä työpäivänään, kun olimme palanneet Länsimäen urheilupuistosta takaisin toimipisteelle. Olimme jo aiemmin so-pineet haastattelusta heidän kanssaan ja pohjustaneet teemoja kertomalla heille mistä halu-aisimme haastatella heitä. Emme tunteneet tyttöjä entuudestaan ennen kuin he aloittivat ke-sätyöt säätiössä. Tytöt olivat hyvin sosiaalisia ja kahden viikon aikana olimme tulleet sen ver-ran tutuiksi, että haastattelukin eteni luontevan keskustelunomaisesti ilman, että tytöt olisi-ivat jännittäneet tilannetta. Meidän ei tarvinnut myöskään käyttää aikaa keskustelun pohjus-tamiseen ja ikään kuin tunnelman luomiseen, kun kaikki olivat rentoina. Haastattelu eteni il-man häiriöitä ja keskeytyksiä. Olimme reilun 30 minuutin jälkeen valmiita.

Toisen haastattelun toteutimme myös heinäkuussa, pari viikkoa ensimmäisen haastattelun jäl-keen. Tällä kertaa haastattelimme ryhmähaastatteluna kolmea tyttöä, joita emme myöskään tunteneet entuudestaan. Haastattelutilanne erosi edellisestä siten, että näihin tyttöihin emme oikein muodostaneet samanlaista suhdetta kuin kahteen edelliseen. Tytöt olivat paljon ujompia ja tuntuivat vielä kahden viikon jälkeen jännittävän meitä. Haastattelu ei lähtenyt yhtä lennokkaasti käyntiin, kuin edellinen haastattelu. Lisäksi koimme pientä häiriötä haas-tattelun aikana, kun Me-talolla oli sinä päivänä paljon lapsia. Haastattelupaikka oli sama kuin edellisellä kerralla, mutta yhtä keskustelunomaista haastattelua emme saaneet toteutettua. Haastattelu kesti noin 30 minuuttia.

Kolmannen ja viimeisen haastattelun toteutimme syyskuussa Malmin palloiluhallilla. Saimme käyttöön 09HHR:n toimiston haastattelua varten. Haastattelimme kahta poikaa, joihin olimme tutustuneet harjoittelumme ensimmäisen viikon aikana Malmilla, poikien ollessa siellä kesätöissä. Ilmapiiiri oli rento ja pojat ovat hyvin sosiaalisia, joten mitään hermostuneisuutta ei ollut aistittavissa haastattelua aloittaessa. Haastattelu toteutui heidän koulupäivänsä jälkeen ja minkäänlaista ulkopuolista häiriötä tällä kertaa emme kohdanneet. Haastattelu oli pisin kaikista kolmesta. Haastattelu kesti noin tunnin. Saimme kysytyä kaikki kysymykset, jotka olimme suunnitelleet kysyvämme. Haastattelu oli mielestämme onnistunein kaikista kolmesta.

Meidän piti tehdä vielä yksi parihaastattelu kahden pojan kanssa. Haastattelun piti toteutua Malmin palloiluhallin toimistolla syyskuun puolivälissä. Olimme jo kerran aiemmin joutuneet haastateltavien pyynnöstä muuttamaan sovittua päivää. Haastateltavat eivät kuitenkaan koskaan saapuneet paikalle, eivätkä he ilmoittaneet mitään estymisestä paikalle tulemiseksi. Olimme tehneet WhatsApp-sovellukseen ryhmän, jossa olimme keskustelleet haastattelusta ajankohdan lähestyessä. Nuoret kyllä tiesivät haastattelun ajankohdan ja he olivat vastanneet myöntävästi haastattelukutsuun jo useaan otteeseen. Syystä tai toisesta kyseiset kaksi nuorta eivät ilmaantuneet paikalle eivätkä vastanneet yhteydenottoihin asian tiimoilta. Aikataulu oli tässä vaiheessa sen verran tiukka, ettemme enää kerenneet järjestämään ja etsimään uutta haastatteluparia korvaamaan kyseistä paria, vaan meidän tuli jo aloittaa aineiston analysoiminen. Poisjäännin syyksi emme osaa sanoa mitään, kaikki oli sovittu valmiiksi. Ehkä nuoria jännitti, koska emme tunteneet toisiamme kovin hyvin. Syytä poisjäännille emme koskaan saaneet. Olimme tiedottaneet haastattelun sisällöstä etukäteen ja olimme haastatelleet heidän kavereitaan jo aiemmin. Emme kuitenkaan lannistuneet takaiskusta.

Viimeinen haastattelupari oli suunniteltu myös ikään kuin varmistukseksi, että olemme saaneet kerättyä riittävästi aineistoa. Aavistelimme, ettei uusia asioita kyseiselle haastattelulla ehkä enää saataisi. Aineisto olisi mahdollisesti käynyt jo kyllästyneeksi. Kesän ja syksyn aikana äänitimme kaikki kolme toteuttamaamme haastattelua. Litteroitua tekstiä haastateluista syntyi 26 sivua. Kirjoitimme kaikki haastattelut puhtaiksi.

Kaikki tekemämme haastattelut olivat kestoltaan 30-60 minuuttia. Lyhyin niistä oli kolmen tytön ryhmähaastattelu. Pisin puolestaan oli kahden pojan haastattelu. Tämä johtui varmasti siitä, että haastattelurunko oli kokenut hieman muutoksia haastattelukertojen välillä. Runko eli ja muuttui, kun huomasimme, että meidän kannattaa lisätä siihen pari täydentävää kysymystä. Lisäksi muotoilimme sitä siten, että se kannustaa mahdollisimman kuvaileviin vastauksiin. Kehityimme myös itse eri haastattelukertojen välillä haastattelijoina. Tiesimme minkälaisia asioita aiemmin haastatellut nuoret nostivat esille ja itselleen merkityksellisiksi. Myöhemmin haastateltavilta saatoimme kysyä, että näkivätkö he asian omasta mielestään samalla tavalla. Voimme myös sanoa, että osasimme myöhemmässä vaiheessa luoda vapautuneemman

ilmapiirin. Haastattelijana on mahdollista ajautua hieman absurdiin tilanteeseen, jossa itse jännittää sitä, että osaako luoda haastatteluilmapiiristä rennon ja haastateltaville suotuisan.

Eräällä haastattelukerralla yksi nuorista ei ilmaantunut haastatteluun ollenkaan. Sovimme korvaavan haastattelun hänen kanssaan kuitenkin myöhemmälle. Odotteluun olimme käyttäneet tällä kerralla kuitenkin yli 20 minuuttia ja näimme parhaaksi aloittaa ilman häntä. Ryhmähaastattelu muuttui tällöin kahden nuoren parihaastatteluksi. Muuten nuoret olivat täsmällesiten paikalla. Varsinkin Mellunmäen Me-talolla suoritetut haastattelut oli helppoa toteuttaa, sillä nuoret jäivät haastateltaviksi heti työpäivän päätteeksi. Olimme varanneet haastattelutilanteisiin virvokkeita ja pientä purtavaa.

Haastattelutilanteet olivat opettavaisia kokemuksia. Onnistuimme jalostamaan haastattelu-prosessin aikana sekä haastattelun suorittamista, haastattelurunkoa että itseämme haastattelijoina. Opimme uutta jokaisesta haastattelukerrasta. Koimme haastattelun kohderyhmänä nuoret hieman haasteellisiksi. Kyseinen elämänvaihe on jo itsessään haasteellinen ja monien kohdalla erilaisten epävarmuuksien täyttämä. Haastattelemamme nuoret olivat tulleet meille tutuiksi työharjoittelun aikana, joten emme usko että haastattelutilanne olisi näin ollen liian jännittävä. Saimme pidettyä läpi haastatteluiden yllä rennon sekä keskustelevan ilmapiirin. Teemahaastattelu ryhmä- tai parihaastatteluna oli mielestämme sopivin metodi toteuttaa haastattelu. Joitain kysymyksiämme jouduimme avaamaan enemmän, jotta nuoret ymmärsivät mitä tarkoitimme. Lomakekyselyssä avoimet kysymykset olisivat voineet mennä ohi nuorilta tai ne olisi ymmärretty väärin. Itse aikuisena oli välillä haastavaa miettiä kysymyksenasettelu niin, että 15-vuotias varmasti ymmärtää sen.

#### 4.3 Analyysimenetelmä

Laadullista analyysia tehdessä on aineistoa käsiteltävänä kokonaisuutena. Keräämästämme aineistosta halusimme löytää kaiken olennaisen. Sisällönanalyysi on laadullisessa tutkimuksessa usein sovellettava aineiston analyysimenetelmä. Tällä menetelmällä pyritään saamaan aineistosta esiin yhtäläisyyksiä ja tutkittavasta aiheesta selkeämpi ote. Havaintoja pelkistämällä saadaan tutkittavan aineiston arvoitusta jo hieman purettua raakahavaintojen joukoiksi. Tämä havaintojen pelkistäminen on laadullisen analyysin ensimmäinen vaihe. Havaintoja yhdistämällä saadaan raakahavaintojen joukko vielä hallittavammaksi ryhmäksi. Lähtökohta havaintojen yhdistämisessä on se, että aineistossa on merkkejä samasta ilmiöstä. Aineistolle pyritään muotoilemaan sääntöjä tai sääntörakenteita, jotka pätevät koko aineistoon. Esiin nousevat erilaisuudet ja poikkeukset suhteutetaan kokonaisuuteen, varsinaiseen tutkimuksen kohteeseen. (Alasuutari 2007, 39-41.)

Laadullinen analyysi koostuu siis kahdesta vaiheesta, havaintojen pelkistämisestä ja niin sanotun ”arvoituksen” ratkaisemisesta. Jälkimmäistä useammin kutsutaan aineiston tulkinnaksi.

Pelkistettyään havainnot, tutkittavasta aineistosta pyritään saamaan esiin merkitystulkinta. Tätä voi myös kutsua rakennekokonaisuuden muodostamiseksi. Havainnoja tulee tehdä koko tutkimuksen ajan. Lisäksi aineistoa voi lähestyä eri näkökulmista, joten tutkimuksen aikana tulee muistaa teoreettinen viitekehys ja pysyä aina siihen ydinaiheessa, jota ollaan tutkimassa. Tavoitteena on löytää tarpeeksi ”johtolankoja”, jotka tukevat ratkaisua eli lopullista tulkintaa ilmiöstä. Mitä enemmän tulkintaa tukevia johtolankoja on, sitä varmemmalta tulkinta vaikuttaa. (Alasuutari 2007, 44-48.)

Sisällönanalyysi on menetelmä, jossa voidaan hyödyntää kaikkea tekstiä tai tekstiksi muutettua materiaalia. Opinnäytetyötä tehdessä tutustuimme muihin tutkimuksiin, jotka perustuivat ihmisten kokemuksiin ja muun muassa toiminnan vaikuttavuuden tarkasteluun. Törmäsimme tällöin sisällönanalyysiin, jota päätimme itsekkin hyödyntää. Aineiston analysoinnin aloitimme opinnäytetyön alussa, kerätessämme teoreettista viitekehystä ja toteutettua ensimmäisen haastattelun. Kävimme keskustelua keskenämme havainnoistamme ja siitä, mihin tarttua seuraavassa haastattelussa. Ennen litterointia pystyimme jo hahmottamaan erilaisia ryhmiä ja yhtäläisyyksiä, joita haastatteluissa nousi esille. Varsinaisia muistiinpanoja emme tehneet havainnoista, vaan sisällytimme uudet havainnot kysymysmuodossa puoliksi strukturoituun teemahaastattelurunkoomme. Esitimme haastattelurungon opinnäytetyöohjaajallemme, 09HHR:n toiminnanjohtajalle ja viestintäkoordinaattorille. Saimme molemmilta myös palautetta ja ehdotuksia teemoihin ja valmiiksi mietittyihin kysymyksiin.

Analyysin tehtävä on luoda sanallinen ja selkeä kuvaus tutkittavasta ilmiöstä. Tutkimuksen aineisto kuvaa tätä tutkittavaa ilmiötä, johon sisällönanalyysillä pyritään saamaan järjestelty ja selkeä muoto ilman, että sen sisältämä informaatio katoaa. Laadullisessa analyysissä tarkoituksena on lisätä informaatioarvoa hajanaisesta aineistosta. Induktiivisen eli aineistolähtöisen analyysin voi jakaa kolmeen eri vaiheeseen. Ensimmäinen vaihe on redusointi eli pelkistäminen, jolloin aineistosta karsitaan kaikki ylimääräinen pois. Toinen vaihe on aineiston kluserointi eli aineiston ryhmittely. Tässä vaiheessa käydään aineistosta saadut ilmaisut läpi, tarkoituksena löytää samankaltaisuuksia tai eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä. Kolmatta vaihetta analyysissä kutsutaan abstrahoinniksi. Tässä viimeisessä vaiheessa erotetaan tutkimuksen kannalta olennainen tieto ja tästä valikoidusta tiedosta saadaan muodostettua teoreettisia käsitteitä, jonka kautta voidaan muodostaa johtopäätöksiä. Abstrahointia voidaan kutsua myös käsitteellistämiseksi. Abstrahointia jatketaan yhdistelemällä luokituksia siihen asti, kunnes se aineiston sisällön puolesta ei ole enää mahdollista (Tuomi & Sarajarvi 2009, 101-111.)

Litteroituamme kaikki haastattelut, laitoimme ne talteen pilvipalveluun, joka oli tärkeä osa opinnäytetyöskentelyämme. Pilvipalvelu mahdollisti yhteisen työskentelyn samanaikaisesti etänä. Koska olimme toteuttaneet teemahaastattelun, oli näin ollen analyysin aloittaminen

helpompaa, koska haastattelun olimme jo jakaneet neljään teemaan. Teemamme olivat: liikunta ja vapaa-aika, toiminnan sisältö, osallisuus sekä erilaisuus ja sen huomiointi. Valmiina olleet teemat helpottivat huomattavasti aineiston purkua ja sen käsittelyä.

Analysoimme kerättyä aineistoa aineistolähtöisen sisällönanalyysin menetelmiä käyttäen. Tämä valikoitui lähestymistavaksi sen käytännönläheisyyden puolesta. Totesimmekin, että ennen kuin perehdyimme menetelmään, se oli jotain mitä olimme jo hahmotelleet valmiiksi päässämme. Pelkistimme kaikki haastattelut hyödyntäen teemoja, jotka olivat haastattelussa jo esillä. Tämän jälkeen tyypittelimme yhtenäisyydet eri kategorioihin, joista saimme kirjoitettua yhteenvedon. Käytimme erilaisia värikoodeja, kun luokittelimme ryhmiä. Näin saimme jokaisesta haastattelusta poimittua yhdenkaltaisuudet ylös ja järjesteltyä ryhmät kätevästi. Pelkistäminen oli oikeastaan melko helppoa litteroidun aineistomme kohdalla, koska vastaukset saatuihin kysymyksiin olivat jo suhteellisen samankaltaisia. Pystyimme jo hahmottamaan yhtenäisyyksiä ja yhteisiä tekijöitä. Lähdimme purkamaan haastattelun teemoja ikään kuin osiksi, pienemmiksi käsitteiksi. Tämä oli luonnollisempi lähestymistapa meille, koska aineistossammekin käsitteet olivat selkeämmin löydettävissä, kun hajotimme teemat pienempiin osiin. Lopuksi kirjoitimme ylös käsitteet, jotka nousivat aineistosta esille ikään kuin alakäsitteiksi isoille teemoille.

## 5 Tulokset

### 5.1 Nuorten taustat ja liikuntasuhde

Haastatteluihin osallistui siis yhteensä seitsemän nuorta. Jokainen nuorista on syntynyt Suomessa ja heillä kaikilla on maahanmuuttajatausta. Nuorista viisi asuu Itä-Helsingissä Kontulan ja Mellunmäen alueella sekä loput kaksi asuvat Koillisessa-Helsingissä Malmin läheisyydessä. Nuoret tulevat suhteellisen suurista perheistä, kolmella heistä oli seitsemän sisarusta. Osalla myös muut sisarukset ovat osallistuneet toimintaan. Haastatteluissamme olikin mukana yksi sisaruspari. Nuoret olivat kaikki aloittaneet O9HHR:n toiminnassa käymisen alakouluikäisinä. Toimintaa, johon he ovat osallistuneet, ovat olleet koulun jälkeiset iltapäiväkerhot (koripallo- ja tanssikerhot) sekä Malmin palloiluhallin iltapäivätoiminta. Toiminnasta he olivat kuulleet pääsääntöisesti koulusta, jossa oli esitelty toimintaa tai aloitettu iltapäiväkerhon pitäminen. Yksi haastatelluista oli tutustunut toimintaan ollessaan heittelemässä koripalloa Malmin palloiluhallilla. Häntä oli pyydetty mukaan pelaamaan O9HHR:n lasten kanssa, jonka jälkeen hän on ollut mukana toiminnassa.

Nuoret ovat käyneet toiminnassa joko kuukausittain tai viikoittain. Käyntimäärät ovat vähän pienentyneet sitä mukaan, kun ikää on tullut lisää. Ala-asteella käynti oli aktiivisempaa ver-

rattuna yläkoulu-aikaan. Nuorten mukaan koulun myötä tulevat velvollisuudet vähentävät toiminnassa käymisen tiheyttä. Nyt 15-vuotiaina, lukion aloittavina nuorina, käyntimäärät ovat jo harventuneet. Iltapäiväkerhojen yläikäraja, eli 16 vuotta, lähestyy myös, joten heidän virallinen aikansa iltapäivätoiminnassa on lähestymässä loppua. Kaikki haastatellut nuoret osallistuivat kahden viikon mittaiseen kesätyöjaksoon kesän 2016 aikana. Tänä aikana myös me tutustuimme heihin. Kolme nuorista oli suorittanut yläkoulun TET-jakson 09HHR:ssa. Osa nuorista toivoi jatkossa saavansa kesätöitä säätiöltä ja he suunnittelivat lisäksi käyvänsä vapaaehtoisina ohjaajina toiminnassa, kun ovat yli 16-vuotiaita.

Kaikkia haastateltuja yhdisti innostus koripalloon, joka on ollut iso osa 09HHR:n toimintaa ja säätiön alkuvaiheista lähtien. Kaksi haastattelemaamme poikaa olivat aloittaneet koripallon harrastamisen seurassa, innostuttuaan ensin säätiön iltapäiväkerhoissa lajista. Nuoret eivät olleet käyneet vastaavanlaisessa matalan kynnyksen toiminnassa aiemmin. Nuoret kertoivat viettäneensä jonkin verran aikaansa nuorisotaloilla, mutta toiminta on siellä erilaista. Seuratoiminnassa oli mukana vain yksi haastatelluista nuorista. Pojista toinen oli joutunut lopettamaan koripallon harrastamisen joukkueessa, kun lukio alkoi. Tytöistä kaksi kävi toiminnan lisäksi taekwondo-tunneilla.

“Mä veikkaan että mä olisin joko alottanu koriksen tai jalkapallon. Koska siihe aikaan mä en oikee harrastanu mitään ja mä halusin harrastaa jalkapalloo. Mutta mun äiti ei halunnu kuljettaa mua, kun harjoitukset oli aina niin myöhään kaikkii joukkueisiin. Se halus, että mä tutustun koripalloon, ni mä tulin MPH:lle ja sit mä näin 09:n sitä kautta ja sit mä tykkäsin koripallosta. Sit mä menin sinne joukkueeseen kokeilee ja mä tykkäsin siit viel enemmän ja sit mä jatkoin pelaamista.”

Haastatelluista kävi ilmi, että liikunta on suuressa arvossa nuorten elämässä ja se koetaan hyvin tärkeäksi osaksi elämää. Nuoret kokivat että liikunta on heille tärkein syy, jonka takia 09HHR:n kerhoihin osallistuttiin. Haastatellut pojat kokivat liikunnan erittäin tärkeäksi osaksi elämäänsä. Eikä vain liikunnan takia, vaan myös sen sosiaalisen vaikutuksen takia. Nuoret ovat ystävystyneet moneen muuhun ikäiseensä liikunnan kautta. Erityisesti poikien perheessä kannustettiin liikkumaan ja heidän vanhempansa sekä sisaruksensa harrastivat myös paljon liikuntaa. Liikunta on keskeinen osa heidän arkeaan. Haastatelluista tytöistä yksi oli pelannut hetken jalkapalloa paikallisessa jalkapalloseurassa, mutta hän oli lopettanut sen muutaman kuukauden harrastamisen jälkeen. Kaksi tytöistä oli käynyt taekwondo-tunneilla, mutta he olivat jo lopettaneet sen. Kaksi haastateltua tyttöä jatkoivat tunneilla käyntiä vieläkin.

Liikunta kuului oleellisesti nuorten vapaa-aikaan. Nuoret myös totesivat, että iän karttuessa ja lukion alkaessa aikaa liikunnalle jää yhä vähemmän. Yksi tytöistä herkistyi haastattelun aikana, kun kysimme, miten hän on ajatellut korvata 09HHR:n toiminnan myöhemmällä iällä.

Tyttö ei osannut oikein vastata mitään, lopulta kuitenkin todeten, että joutuu keksimään jostain muuta tilalle. Kaikki nuoret eivät tienneet, mitä tekevät sitten, kun ovat liian vanhoja osallistuaan toimintaan. Pojat taas suhtautuivat tulevaisuuden harrastuksiinsa optimistisemmin. Helsingin NMKY:n Yökoris nähtiin eräänlaisena jatkosuunnitelmana. Toinen pojista totesi sen myös ikään kuin jatkumoksi suoraan 09HHR:lle, koska yhteistyötä näiden kahden organisaation taholla on paljon jo entuudestaan. YöKoriksessakin on nimensä mukaisesti vahva koripallopainotteisuus.

Malmin palloiluhallilla järjestettävät isommat tapahtumat keräsivät nuorilta kiitosta. Erilaiset koulujen lomaviikkoihin ajoittuvat turnaukset ja leirit nähtiin toiminnan parhaimpina tapahtumina. Nämä tapahtumat houkuttelevat myös sellaista väkeä paikalle, jotka eivät muuten käy toiminnassa. Kun kysyimme mitä muita niin sanottuja arjen vaihtoehtoja nuorilla olisi toiminnan tilalle, saimme vaihtelevia vastauksia. Kavereiden kanssa yhteinen oleminen on tärkeää nuorille ja 09HHR:n toiminnan lisäksi nuorilla oli muitakin ei-liikunnallisia harrastuksia, kuten animen seuraaminen ja videopelit. Erityisesti haastatellut tytöt eivät osanneet oikein sanoa, mitä he tekisivät sinä aikana, jos eivät kävisi toiminnassa. Yksi tytöistä kuvaili toimintaa ja sen merkitystä seuraavasti: “Nii, vähän niinku koulu on osa sun elämää, nii 09 on osa sun elämää.” Toiminta ja siihen osallistuminen nähtiin osana arkea.

## 5.2 Yhteisöllisyys

“Sen tuntee heti kun tulee paikalle. Kaikilla on samanlainen ajatustapa, ku ne on siinä toiminnassa ollu mukana ennenkin. Niin kaikki tulee, taas mä sanon sen, todella hyvin toimeen ja on ystävällisiä ja silleen.”

09HHR on nuorten kokemusten perusteella onnistunut luomaan ympärilleen yhteisöllisen ryhmän, jonka jokainen haastateltava pystyi toteamaan. Keskustelimme nuorten kanssa miten tämä tulee esille sekä miten kuvailla 09HHR:ää tai miltä tuntuu olla “nollaysi”? Yllä mainittu sitaatti on pitkää Malmin palloiluhallilla toiminnassa käyneen nuoren pojan kuvaus ja vastaus kysymykseen. Tunne on yhtenäinen, koska muiden kuvaukset eivät hirveästi eronneet tästä. Lämmin, ystävällinen, hauska ja luotettava olivat adjektiivit, joilla toiminnan ilmapiiriä ja säätiötä kuvailtiin. Nimenomaan toimintaan mukaantulon helppous nousi esille vastauksissa, eikä vain sen takia että toiminta on maksutonta ja ettei siihen tarvitse ilmoittautua mukaan. Nuorten kokemusten mukaan toimintaan on helppo tulla mukaan, kun kaikki otetaan huomioon ja toiminta tapahtuu yhdessä. Ohjaajilla nähtiin olevan tärkeä rooli järjestyksen luomisessa, lasten kannustamisessa osallistumaan ja heidän tutustuttamisessa toisiinsa.



Malmin seudulla yhteisöllisyys näkyy myös pihapiireissä. Monet lapsista tulee samoista asuin-alueista ja tuttuja kävijöitä tervehditään aina kun nähdään, vaikkei muuten oltaisi tekemisissä. Myös ohjaajia näkyi välillä toiminnan ulkopuolella alueella ja heille nuoret menevät usein juttelemaan törmätessään kadulla tai asemalla. Toiminta tuntuu olevan vahvasti juurtunut Malmin seudulle.

“No silleen et tääl ei syrjitä ja otetaan kaikki mukaan ja sit mennään puhuun niille. Ja jos joku on esim yksin, niin sit käydään kuitesti kysyyn, et haluuk sä tulla mukaan.”

Kaikkien huomioiminen tuli esille haastatteluissa, kun kysyimme kuinka yhteisöllisyyden tunne ilmenee toiminnassa. Kokemukset siitä, kuinka toimintaan osallistujat otetaan huomioon, olivat positiivisia. Ilmapiiri on kannustava kerhoissa ja kiusaamista ei hyväksytä ja siihen puututaan nopeasti. Nuoret myös kokivat, että lapsia ja nuoria kannustetaan tuomaan omaan ääntään esille. Monikulttuurisuus ja monien maahanmuuttajataustaisten lasten määrä nousi esiin myös nuorten kuvauksissa toiminnasta. Ominaista toiminnassa heidän mukaansa oli, että kävijöillä on paljon erilaisia kulttuuritaustoja. He kokivat toiminnan olevan suunnattu kaikille, eikä vain maahanmuuttajataustaisille. Toiminnassa on helppo tuoda oma ääni ja mielipide esille eri tavalla kuin koulussa, jossa haastateltava koki ympäristön enemmän sulkeutuneeksi. Hänen mukaansa koulussa joutuu pidättelemään sitä, mitä oikeasti haluaisi sanoa. Toimintaan osallistuessa ei tunne itseään ulkopuoliseksi.

Nuoret kokivat, että iltapäiväkerhoissa suhtaudutaan uteliaasti erilaisuuteen ja eri taustoista tuleviin lapsiin. Toisten taustoista ja kielestä ollaan kiinnostuneita. Kiusaamista ja kiistatilanteita saattaa joskus ilmaantua, mutta niihin on nuorten kokemusten perusteella puututtu nopeasti ja tilanteet on selvitetty molempien osapuolten kanssa yhdessä. Kiusaamisen ei mainittu liittyneen kulttuurisiin taustoihin vaan olevan ”ihan tavallista lasten kiusaamista”. Kiusaamiseen on nollatoleranssi ja nuoret ovat selvillä säätiön säännöistä.

### 5.3 Osallisuus

Lasten ja nuorten omat mahdollisuudet vaikuttaa toiminnan kulkuun koettiin nuorten kokemusten mukaan hyväksi. Haastatteluissa esiin nousi koululiikunta verrattuna O9HHR:n toimintaan. Koululiikunta koettiin liian jäykäksi, säätiön toiminta on puolestaan vapaamuotoisempaa. Malmin palloiluhallin iltapäivätoiminta nousi esiin juuri vapaavalintaisen toiminnan puolesta ja kahden kentän tuomien mahdollisuuksien takia. Myös ohjattuun ja etukäteen suunniteltuun toimintaan koettiin pystyvän vaikuttamaan. Nuoret kokivat, ettei heitä ”pakotettu” pelaamaan jotain, niin kuin koulun liikuntatunneilla. Pääasia on itse liikkumisessa, eikä siinä miten liikutaan.

Toiminta mahdollisesti tutustumisen ja innostumisen uusiin lajeihin. Kaikki haastatellut tytöt olivat innostuneet koripallosta juuri iltapäiväkerhojen myötä. Joidenkin kohdalla innostus uuteen lajiin voi johtaa uuden harrastuksen aloittamiseen, kuten kahden haastatellun pojan kohdalla oli käynyt.

Toiminnan maksuttomuus nähtiin tärkeänä toimintaan osallistumisen suhteen. Osa nuorista oli sitä mieltä, että olisivat ehkä käyneet toiminnassa myös, jos siitä perittäisiin pientä maksua. Nuoret näkivät maksuttomuuden hyvänä asiana, jotta kaikki lapset saavat harrastaa liikuntaa ja pitää hauskaa. Toiminta koettiin hyväksi myös, koska lapsilla on jotain järkevää tekemistä koulun jälkeen. Liikunnan nähtiin myös olevan se syy, jonka takia paikalle tullaan. Kaverisuhteet syntyivät ikään kuin sivutuotteena liikunnan ohella. Toiminta on nuorten kokemusten mukaan hauskaa, unohtamatta pientä kilpailua ja kilpailuhenkeä.

#### 5.4 Arvot

Kysyimme haastattelussa, ovatko lapset oppineet jotain erityisiä arvoja tai saaneet ajatuksia, jotka he päivän päätteeksi toiminnan jälkeen vievät kotiin ja arkeen. Vastauksissa pojat toteusivat olevansa nykyään ystävällisempiä ja rennompia. Kiusaamisen vastustaminen nousi myös esille. Kiusaamiseen pojat puuttuivat, missä he sitä näkevätkään. Tytöt näkivät toiminnassa rasminvastaisen ulottuvuuden, koska kaikki ovat tervetulleita toimintaan riippumatta taustoistaan. Heille ohjaajat olivat myös painottaneet, että toisten lähtökohdilla ja uskonnollisilla taustoilla ei ole mitään väliä, vaan olemme kaikki samanarvoisia. Nuoret pitivät paljon O9HHR:n yleisestä ilmapiiristä, johon kuului muiden huomioiminen ja yhdessä tekeminen. Nuoret osasivat eritellä syitä, minkä takia toimintaan oli helppo tulla ja miksi he siellä kävivät pienestä pitäen. Nuorten mainitsemat syyt löytyvät säätiön omista arvoista, jotka ohjaavat toimintaa. Nuorten osatessa havainnoida ja arvostaa säätiön arvoja voimme olettaa, että he ovat sisäistäneet ja omaksuneetkin näistä arvoista, vaikka he eivät haastatteluissa suoraan osanneet kaikkea mainita.

#### 5.5 Sosiaaliset taidot ja kaverisuhteet

“...Ku yleensä suomalaiset ei ikin puhu toisilleen, ni mä oon oppinu vähä toisille tavoille.”

Haastatteluissa selvisi, että toiminta on vahvistanut nuorten itseluottamusta ja tehnyt heistä itsevarmempia. Jokainen haastatelluista koki tämän jollakin tasolla. Haastatelluista pojista toinen totesi olevansa aiemmin ujo, eikä hän uskaltanut kysyä tuntemattomilta mitään. Hän koki, että kynnys puhua toisille on madaltunut toiminnan myötä. Nuoret katsoivat vuorovaikutustaitojen parantuneen toimintaan osallistumisen myötä. Syitä tähän ei osattu sanoa suo-

raan. Nuoret kokivat kuitenkin, että ystävällinen, kannustava ja rento yhdessä tekemisen ilmapiiri tekee toisiin tutustumisen helpommaksi. Myös se, että toiminnassa käy eri taustaisia lapsia ja nuoria koettiin yhdeksi syyksi, jonka takia sosiaaliset taidot olivat parantuneet. Toinen pojista totesi, että hän on miettinyt sitä, miksi hän pystyy koulussa liikkumaan eri porukoiden välillä helposti ja vaivatta. Yhdeksi syyksi hän ilmaisi sen, että O9HHR:n toiminnassa ei ole muodostunut erilaisia pienryhmiä. Samanlaista linjaa noudattaen hänen on helppo liikkua toiminnan ulkopuolella erilaisista kaveriporukoista toisiin. Hän sanoi tulevansa toimeen hyvin erilaisten ihmisten kanssa. O9HHR:n toiminnassa nuoret kokevat kaiken tapahtuvan yhdessä isossa ryhmässä, vaikka he tekisivät eri asioita. Tämä on vahvistanut sosiaalisten taitojen vahvistumista, kun nuoret ovat kokeneet yhdenvertaisuutta ja yhteenkuuluvuutta yhteen isoon ryhmään.

Uusien kaverisuhteiden solmiminen on toteutunut nuorten kohdalla erilaisin tavoin. Useampi kertoi tutustuneensa uusiin ihmisiin ja saaneensa kavereita toiminnan myötä. Todellisten ystävyksien muodostuminen on kuitenkin ollut harvinaisempaa, sillä se on yleensä useammasta tekijästä riippuvaista. Nuoret mainitsivat saaneensa kavereita ja niin kutsuttuja ”hyvän päivän tuttuja”, joita he tervehtivät tavatessaan toiminnan ulkopuolella. Selityksenä siihen, miksi haastattelemiemme nuorten kokemukset kavereiden saamisesta vaihtelee, riippuu muun muassa siitä, mihin ja millaisin tavoin toimintaan on osallistuttu. Koulujen jälkeisiin koripallokerhoihin osallistuneet nuoret ovat menneet toimintaan yhdessä jo entuudestaan tuntemiensa luokkakavereidensa kanssa. Nuoret ovat kuitenkin onnistuneet solmimaan kaverisuhteita sellaisessa toiminnassa, joka on todella mahdollistanut uusien ihmisten tapaamisen. Heidän kanssaan toimiminen on laajentanut nuorten kaveripiiriä. Etenkin erilaisten tapahtumien aikana on ollut mahdollisuudet tavata uusia ihmisiä. Tapahtumissa ja turnauksissa käy myös sellaisia nuoria, jotka eivät muuten ole aktiivisesti toiminnassa mukana.

”Mä en oo tutustunu siel kerhois, ku siel oli tuttui jo kaikki, mut sit ku menin MPH:lle (Malmin palloiluhalli), nii mä tutustuin siel uusin.”

Toiminnan sisällössä on oma osuutensa erilaisille tutustumisleikeille ja tämän myötä on nähtävissä sen tavoite ryhmäyttämiseen. Nuoret kertoivat omia muistojaan näistä leikeistä ja heijastelivat lisäksi kokemuksiaan ja näkemyksiään niiden sisällöstä sekä ohjaamisesta kesätyöntekijöinä.

”Täällä ku oltii kesätöissä pidettii just niitä, että meillä oli oma ryhmä ja sit mentii ryhmän kaa omaan nurkkaan ja sit siel ryhmänjohtajan piti kysyy kaikenlaisii kysymyksii, että lempiruoka ja kaikkee semmost, ni sit siinä ne lapset vähä löysty ja sit ne alko tutustuu toisiinsa. Jotkut tietenkä tunsii jo toisensa, mut jotkut ei tuntenut. Ni ne sai tutustuu ja pitää hauskaa kuitenkin.”

Toiminnassa on mahdollista viettää aikaa jo ennalta tuntemiensa ihmisten kanssa. Nuoria saapuukin usein paikalle pienissä kaveriporukoissa, tutussa seurassa. Kaveriporukassa tuleminen madaltaa monen kohdalla kynnystä lähteä mukaan erilaisiin aktiviteetteihin, joita yksinään saattaisi arastella. Liikuntatoiminnassa on mahdollista viettää aikaa kavereiden kanssa sellaisissa puitteissa, joihin ei olisi muuten mahdollista päästä käsiksi. Tällä tarkoitetaan muun muassa kahta koripallokenttää Malmin palloiluhallilla sekä kaikkia niitä liikuntavarusteita, joita säätiöllä on tarjota kävijöilleen. Tärkeänä koettiin mahdollisuudet tilojen ja varusteiden käyttämiseen kavereiden kanssa, ilman että ulkopuolinen taho tulisi kieltämään esimerkiksi koripallokentällä pelaamisen.

Saimme poikien haastattelussa selville, että he olivat ystävystyneet toiminnan kautta ja että he ovat tätä nykyä hyviä ystäviä. Heidän välinen ensikohtaaminen oli tapahtunut heidän aiemmin kuvaamissaan tutustumisleikeissä ja syventynyt ajan mittaan ystävyudeksi. He olivat myös aloittaneet koripallon pelaamisen samassa joukkueessa sen jälkeen, kun olivat löytäneet koripallon O9HHR:n toiminnan kautta. Heidän voisi sanoa olevan malliesimerkkejä siitä, mihin säätiö toiminnallaan tähtää. Tavoitteena on herättää innostusta uusiin liikuntalajeihin ja mahdollistaa kaverisuhteiden luomista.

## 5.6 Ohjaajan rooli nuorten näkökulmasta

O9HHR:n iltapäiväkerhoissa pyritään aina siihen, että paikalla olisi vähintään kaksi ohjaajaa pyörittämässä toimintaa. Turvallisen aikuisen läsnäolo lapsille ja avoimen toiminnan tarjoaminen on vahvasti osa säätiön rakentamaa toimintamallia. Nuoret kokivat haastatteluissa ohjaajan tärkeimpänä tehtävänä, että hän aloittaa päivän toiminnan ja saa lapset ja nuoret mukaan yhteiseen aktiviteettiin sekä ylläpitää järjestystä kerhoissa. Muita merkille pantavia huomioita ohjaajan roolin suhteen oli kaikkien osallistujien huomioiminen sekä innostaminen. Nuorten silmissä ohjaaja pitää huolen siitä, että kaikki osallistuvat toimintaan ja jos joku ei tule mukaan, niin ohjaaja menee hänen luokseen juttelemaan ja yrittää saada hänet osallistumaan. Mahdollisuuksien mukaan ohjaaja järjestää toimintaa niille osallistujille, jotka eivät halua mukaan yhteiseen peliin ja pelailuun. Ohjaaja koetaan tietynlaisena auktoriteettina, mutta samalla helposti lähestyttävänä ja lapsista välittävänä aikuisena.

“Se tuo sen lapsen äänen. Jos se näkee jonkun lapsen, joka haluaa sanoa jotain, mut ei uskalla ni se sanoo: ”Sano vaa, sano vaa”. Rohkasee sanoa sen mielipiteen.”

Lasten mielipiteen ja äänen tuominen esille ilmeni monen nuoren haastattelussa, kun keskustelimme ohjaajan roolista kerhoissa. Ohjaaja rohkaisee lapsia osallistumaan peleihin ja tuo-

maan ajatuksensa esille, jos lapsi on arka tai epävarma. Ohjaajat koetaan helposti lähestyttäviksi ja he ovat myös kiinnostuneita lasten ja nuorten elämästä. Paikalle tullessa ensimmäisenä kuulee usein: "Moi, miten menee?". Kuulumisten kyselemistä ei koeta vain pinnallisena muodollisuutena, vaan nuoret kokivat aikuisten olevan aidosti kiinnostuneita siitä, miten heillä menee.

Vaikka toiminta ei ole vakavamielistä kilpaurheilua, niin nuoret kokivat ohjaajan tärkeäksi tehtäväksi myös opettaa uusia lajeja ja sitä myötä kehittää nuorten taitoja. Kilpailuhenkisyys huomasi haastatelluista nuorista, vaikkakin he näkivät toiminnan silti hauskana yhteisenä ajanviettona. Pieni kilpailu koettiin kuitenkin mukavana, kunhan se ei mene yli. Uusien lajien opetteleminen voi osoittautua yllättävän merkittäväksi. Nuoret puhuivatkin uuden lajien löytämisestä, kun keskusteltiin esimerkiksi koripallosta. Kyseiset nuoret olivat käyneet aiemmin säätiön järjestämässä tanssikerhoissa, ja päätyivät sieltä myöhemmin 09:n koripallokerhoihin. Ohjaajat ovat opettaneet nuorille lajin säännöt, pallonhallintaa ja -käsittelyä sekä joukkuepeelaamisen perusteita.

Toimintaan osallistuvista lapsista ja nuorista monilla on maahanmuuttajatausta. Pohdimme, että koettaisiinko maahanmuuttajataustainen ohjaaja eräänlaisena vertaistukena tai samaisutumiskohteena. Nuorten omien kokemusten mukaan ohjaajan omilla kulttuurisella ja etnisellä taustalla ei ollut merkitystä, kunhan ohjaaja osaa hommansa ja on luotettava, se riittää. Koripalloa seurajoukkueessa harrastavat pojat näkivät yhtäläisyyksiä ohjaajan ja hyvän valmentajan roolissa. Ohjaajat koetaan luotettaviksi koska he ovat aikuisia, joilla on keinoja ratkaista eri pulmia ja heidän kanssa voi aina puhua. Ongelmien selvittäminen ja riitojen sovittelu nähtiin tärkeänä osana ohjaajan roolia.

Haastatteluissa tuli esille, että kiusaamisen suhteen on hyvin selvät säännöt. Toiminnassa on siihen nollatoleranssi. Kolme nuorista kertoi, että he olivat nähneet kiusaamista tapahtuvan ainakin kerran toimintaan osallistumisensa aikana. He kertoivat, että siihen reagoidaan ohjaajien puolesta nopeasti. Sellaiset lapset ja nuoret, jotka kiusaavat eivätkä noudata muitakaan sääntöjä, voidaan lähettää pois toiminnasta. Riita- ja kiusaamistilanteet selvitetään tarvittaessa kahden ohjaajan voimin. Tärkeää on, että molemmat sopivat riitansa ja pyytävät anteeksi. Riita- ja kiusaamistilanteissa lapset tietävät, että jos he eivät pysty sopia tilannetta keskenään, ohjaajan saa aina paikalle auttamaan ja rauhoittamaan tilanteen. Nuorilla on selkeästi luottamus ohjaajaan, eikä hänen rooli jää vain toiminnanohjaajaksi, joka vetää päivän toiminnan läpi. Rooliin kuuluu nuorten kokemusten mukaan paljon juuri lasten ja nuorten kohtaamista, kannustamista, heidän kanssaan keskustelua ja tukemista.

## 5.7 Nuorten tarjoamia kehittämisideoita

Nuoret toivoivat pääasiassa kerhotoiminnan lisäämistä useampiin Itä-Helsingin kouluihin. He uskoivat, että kyseisissä kouluissa olisi varmasti lapsia ja nuoria, jotka olisivat halukkaita osallistumaan toimintaan. He kertoivat, että muista kouluista on saattanut tulla osallistujia heidän koulullaan järjestettyyn toimintaan, koska heidän omassa koulussaan ei ole järjestetty omia kerhoja tai ne ovat olleet heille sopimattomaan aikaan. Lisäksi toivottiin, että toimintaa järjestettäisiin myös yli 16-vuotiaille, esimerkiksi viikonloppuisin. Tällä voitaisiin korvata sitä aukkoa, joka jää kun ”kasvaa ulos” toiminnan kohderyhmästä. Toinen pojista mainitsi, että vanhemmille suunnattu toimintaan olisi mukava osallistua, kun kaikki vanhat ”nollaysit” tietävät miten homma toimii ja kunnioittavat toisiaan.

Nuoret vaikuttivat olevan suurimmaksi osaksi tyytyväisiä toiminnan tarjontaan, eivätkä suoraan osanneet esittää niin sanottuja parannusehdotuksia. Turnauksia ja isompia tapahtumia heidän mielestään voisi olla aina enemmän, mutta kerhojen sisältöihin oltiin yleisesti tyytyväisiä.

## 6 Johtopäätökset

Nuorten kokemukset säätiön järjestämästä toiminnasta ovat olleet positiivisia ja merkityksen voi sanoa olleen heille suuri. Alakouluikäisenä aloitettu osallistuminen toimintaan on tarjonnut monien vuosien aikana useita tärkeitä asioita nuorten elämään. Koulun jälkeiset iltapäiväkerhot ovat olleet paikkoja, joissa nuoret ovat voineet keskittyä liikuntaan, yhdessäoloon kavereidensa kanssa ja uusien taitojen opetteluun ohjatussa ja turvallisessa ympäristössä. Siellä on harjoiteltu liikuntalajillisten taitojen lisäksi, yhdessä toimimisen ja sosiaalisten kanssakäymisen taitoja, jotka helpottavat ihmisten kanssa toimeen tulemistä myös toiminnan ulkopuolella. Joukkuepelaamisen kautta opitaan taitoja, jotka auttavat työskentelyssä koripallokentän reunojen toisella puolen, yksilönä osana yhteiskuntaa. Toiminta on lisäksi tarjonnut haastatteliemimme nuorten elämään sellaisia arvoja ja tottumuksia, jotka auttavat pysymään terveellisten elämäntapojen polulla. Näiden taitojen ja näkemysten omaksumista voi olla hankala reflektoida itse vielä noin 15-vuotiaana, mutta saimme poimittua niitä esille nuorten kertomuksista.

Liikunta on toimintaan osallistuvilla selkeästi tärkeässä arvossa. Toiminta nähdään mielekkäänä ja hauskana vaihtoehtona koulun jälkeiselle ajalle. Toiminta on tuonut yhteenkuuluvuuden tunnetta nuorten elämään ja siellä on muodostunut selvästi oma yhteisö, jonka jokainen toimintaan osallistuva pystyy aistimaan. Nuorten kokemuksista saadun kuvan mukaan toiminnassa näyttää toteutuvan monia kehityspsykologian näkökulmasta myönteistä kehitystä tukevia vapaa-ajankäytön piirteitä, joista aiemmin jo kirjoitimme. Yhteenkuuluvuuden tunne oli yksi näistä piirteistä, jonka erityisesti voi nostaa pinnalle haastatteluiden pohjalta. Tähän

myönteiseen piirteeseen sisältyvät myös erilaisuuden huomioiminen, tunnistaminen sekä arvostaminen. Nuoret kokevat erilaisuuden yhtenä määritelmänä toiminnalle monien osallistujien erilaisten taustojen puolesta. Erilaisuus on kuitenkin toiminnassa saatu enemmän yhdistäväksi, kuin tuhoavaksi tekijäksi. Kaikki toiminta tapahtuu yhdessä isossa ryhmässä.

Yleisesti kehityspsykologian näkökulmasta tarkastellen kaikki kahdeksan aiemmin mainitsemaamme piirrettä on havaittavissa nuorten antamissa vastauksissa. Toiminta ohjaa myönteiseen vuorovaikutukseen tovereiden kanssa. Nuoret mainitsivat, että ovat tutustuneet uusiin ihmisiin sekä oppineet erilaisia ryhmässä toimimisen taitoja osallistumisen myötä. Toiminta on myös rakenteeltaan sopiva ja siinä on selkeät säännöt sekä ohjaajat, joiden myötä järjestys myös pysyy. Tämä ilmeni muun muassa suhtautumisessa kiusaamiseen, jossa on nollatoleranssi. Lisäksi riitatilanteet pyritään aina ratkaisemaan osapuolten välillä käsiä yhteen lyömällä ja anteeksipyyntöin sekä -annoin. Nuorilla oli selkeä kuva toiminnan säännöistä.

Toiminnassa syntyy lisäksi tukea antavia ihmissuhteita. Ohjaajiin ja tovereihin on helppo tutustua eikä tutustuminen jäänyt vain pinnalliseksi. Ohjaajille uskalletaan mennä juttelemaan toiminnan ulkopuolellakin ja nuoret kokevat tulevaisuuden huomioiduksi toiminnassa. Kaverisuhteita syntyy myös eritasoisina. Osa jää vain ikään kuin joukkuetoveriksi, mutta toisten kanssa vietetään aikaa koulun ja toiminnan ulkopuolellakin. Toiminnan kautta nuoret olivat myös oppineet myönteisiä sosiaalisia normeja. Yhdessä tekeminen, toisten kannustaminen ja kiusaamisen vastustaminen olivat haastatteluissa mainittuja seikkoja, joita toiminnassa painotetaan.

Tytöt näkivät toiminnassa myös rasmin vastaisen ulottuvuuden, koska kaikkien lasten ja nuorten oli helppo osallistua toimintaan heidän kulttuurillisista taustoistaan huolimatta. O9HHR on kerhoissaan onnistunut myös tukemaan lasten pystyvyyden tunnetta, antamalla lapsille mahdollisuuden osallistua päivän toiminnan suunnitteluun ja ilmaisemaan aina oman mielipiteensä, jos heillä on jotain sanottavaa. Nuoret kokivat, että heillä on toiminnassa aina mahdollisuus vaikuttaa ja heille tarjotaan vaihtoehtoja sen toiminnan tilalle, josta he eivät välttämättä ensisijaisesti pidä. Jokaiselle lapselle ja nuorelle pyritään löytämään mielekästä tekemistä päivän aikana ottamalla huomioon lasten toiveet. Toiminta haastaa lapset myös tutustumaan entuudestaan tuntemattomiin lapsiin erilaisiin ryhmäytymispeleihin ja -leikeihin. Kerhot toimivat hyvänä alustana sosiaalisten taitojen oppimiselle.

Viimeisenä hyvänä piirteenä ilmenee jäsentymisen yhteiskuntaan. Nuoret näkevät toiminnan yhtä lailla osana elämää, kuten he näkevät koulun. Ne nivoutuvat lähekkäin yhteen. Säätiö on ollut haastatteliemme nuorten kohdalla myös tärkeässä roolissa, kun se on tarjonnut heille kokemuksia työmaailmasta. Monen kohdalla kyseessä oli ensimmäinen kerta oikeissa palkka-

töissä. He saivat kerätä työkokemusta kesäleirien ja -toiminnan ohjaajina. Nuorena saatu työkokemus voi osoittautua pitkälläkin tähtäimellä tärkeäksi tekijäksi heidän elämässään. Työelämään pääseminen on 2010-luvulla haasteellista monen nuoren kohdalla.

Matalan kynnyksen liikuntatoiminnalla on selkeästi oma merkittävä paikkansa Helsingissä. Ennustukset Helsingin väestönkehityksestä sekä vieraskielisten määrän kasvusta kielivät siitä, että myös sellaisten nuorten ja lasten määrä, joilla ei välttämättä ole mahdollisuuksia osallistua maksulliseen seuratoimintaan, tulee kasvamaan. Merkille pantavaa oli, että kysyessämme erilaisia arjen vaihtoehtoja, jos toiminnassa ei kävisi, niin emme saaneet selkeitä vastauksia heiltä, jotka eivät harrastaneet liikuntaa missään urheiluseurassa. Lisäksi kokemuksia vastaavanlaisesta toiminnasta nuorilla ei ollut. Nuorisotalojen järjestämään toimintaan nuoret olivat osallistuneet, mutta se koettiin erilaisena. Liikuntatoiminta nähdään merkityksellisenä ja järkevänä tekemisenä. Yhdessä haastattelussa tuli ilmi, ettei nyt tarvitse viettää aikaa kaduilla ja asemilla ikkunoita rikkoen. Sen sijaan voi osallistua kehittävämpään ja järkevään tekemiseen. Nuoret esittivät myös kehittämissuunnitelmuksena kerhojen määrän lisäämistä, koska joihinkin koripallokereihin tuli lapsia muista kouluista. Nuortenkin mielestä halukkuutta osallistua on lasten ja nuorten joukossa paljon. Kahdessa haastattelussa nuoret nostivat esiin liikunnan harrastamisen tärkeyden lasten ja nuorten elämässä. Nuorilla on huoli siitä, että kaikki eivät pääse harrastamaan. He kokivat myös, että liikunta oli se mikä heidät innosti mukaan toimintaan. Kavereiden kanssa harrastaminen ja uusiin ihmisiin tutustuminen kulki positiivisena vaikuttajana sen rinnalla. Maksuttomuus koettiin myös merkittävänä osallistumiseen vaikuttavana tekijänä, vaikkakin muutamat nuorista ajattelivat, että voisivat maksaa siitä kyllä vähän, mutta eivät kuitenkaan paljoa.

Toiminta on auttanut nuoria myös löytämään uusia liikuntalajeja. Jokainen haastatteluun osallistunut nuori oli löytänyt innostuksen koripalloon toiminnan kautta. Toinen pojista oli varma, että pelaisi jalkapalloa kuten isänsä ja kaikki veljensä, jos O9HHR ei olisi aloittanut koripallokereita hänen koulussaan. Nyt hän pelaa koripalloa seurajoukkueessa. Koripallo oli myös tyttöjen suosiossa. Toiminta on mahdollistanut uusiin lajeihin tutustumisen, jonka myötä innostus on toisilla vienyt harrastuksen seurajoukkueeseen asti. Toiminnassa suhtaudutaan ennakkoluulottomasti erilaisuuteen, joten myös erilaisia liikuntalajeja kannustetaan kokeilemaan ja niihin tutustumaan. Haastattelujen pohjalta voimme vetää sellaisen johtopäätöksen, että toiminta innostaa lapsia kokeilemaan erilaisia lajeja ja se voi toimia myös lisäksi siltana kokonaan uuden harrastuksen aloittamisessa seurajoukkueessa.

O9HHR:n kerhotoiminta on ja on ollut tärkeä osa nuorten lapsuutta. Toiminnan ja liikunnan rooli osana heidän tulevaisuudensuunnitelmiaan kuitenkin vaihteli. Osa nuorista koki, että he jatkavat liikuntaharrastustaan esimerkiksi Helsingin NMKY:n Yökoriksen parissa ja osa ei osan-



nut sanoa, miten aikoo harrastaa liikuntaa myös jatkossa. Haastatelluista nuorista etenkin pojilla tuntui olevan selkeä ajatus siitä, että mitä he tekevät sen jälkeen, kun ovat lopulta vanhoja O9HHR:n kerhoihin. Huomioitavaa mielestämme on, että tytöistä taas suurimmalla osalla ei ollut mielessä vastausta siihen, miten he jatkavat harrastamista toiminnan jälkeen. Luultavaa on, että liikkumisesta tulee heidänkin kohdallaan omaehtoisempaa, joka on yleistä siirtytessä nuoruudesta nuoreen aikuisuuteen.

Suhde liikuntaan oli sekä tytöillä että pojilla läheinen. Tilastojen valossa maahanmuuttajataustaiset tytöt kuitenkin harrastavat keskimäärin vähemmän liikuntaa kuin pojat. On mahdollista, että pojilla on enemmän vaihtoehtoja harrastusten jatkamisen puolesta, kuin tytöillä. Lisäksi siihen voivat vaikuttaa esimerkiksi perheen sisäiset asenteet tyttöjen liikkumiseen ja harrastamiseen. On toisaalta yleistä, että liikkuminen ja harrastaminen vähentyvät nuoruuden aikana siitä, mitä se oli lapsena, kunnes ne palaavat taas verrattain samantasoiseksi noin 24-vuotiaana. Tämä voi vaikuttaa edellä mainittuun tilanteeseen.

Helsingin kaupunki on panostanut viime vuosina liikuntapalveluiden tuomiseen kaikkien saataville erilaisten hankkeiden myötä. Myös alueisiin, joihin on keskittynyt enemmän sosioekonomisesti heikommassa asemassa olevia, on kaupunki pyrkinyt keskittämään enemmän palveluja sekä kohentanut myös alueiden urheilukenttiä ja -puistoja. Vuoden 2013 kouluterveyskyselyn pohjalta saatu tieto maahanmuuttajataustaisten vähäisemmästä liikunnan harrastamisesta on huolestuttava signaali siitä, että liikuntapalvelut eivät ole mahdollisesti kaikkien saatavilla tai kaikki eivät niihin löydä. Maahanmuuttajataustaisista 42 % ilmoitti liikkuvansa ainakin tunnin verran viikossa ja tästä 15 % ilmoitti, ettei liiku ollenkaan. Suomalaisnuorilla taas 30 % ilmoitti liikkuvansa ainakin tunnin ja vain 8 % ei harrasta liikuntaa ollenkaan. Maahanmuuttajataustaisten tyttöjen liikkuminen oli noin puolet siitä, mitä se oli pojilla. (Lehtinen 2015, 12.)

Opinnäytetyö synnytti myös ideoita jatkotutkimukselle. Haastatteluista nuorista etenkin tyttöjen tilanne ja heidän vastaukset jäivät askarruttamaan. Tyttöjä varten voisi erikseen toteuttaa tutkimuksen, jossa tutkittaisiin maahanmuuttajataustaisten tyttöjen ajatuksia liikunnasta ja sen roolista tulevaisuudessaan. Miten he kokevat mahdollisuutensa jatkaa harrastusta myöhemmällä nuoruusiällä ja aikuisiällä. Haastatteluissa oli selkeä ero poikien ja tyttöjen vastauksissa, kun kysyimme miten he ajattelivat liikkuu ja harrastaa toiminnan päätyttyä. Oli kuitenkin selvää, että liikuntatoiminnalla on ollut tärkeä ja selkeästi merkityksellinen paikka heidän elämässään. Tyttöjen kohdalla haasteet osallistumiseen voivat liittyä kulttuuriin. Joidenkin maiden kulttuureissa urheilu kuuluu vain miehiseen maailmaan. Maahanmuuttajataustaisilla tytöillä kannustus liikuntaan voi olla vähäisempää, kuin mitä se on pojilla, jos naisen rooli on enemmän kotona ja hänellä ei ikinä ole ollut minkäänlaista liikuntasuhdetta. Kaikissa perheissä ei välttämättä ymmärretä, että liikunta on aivan yhtä tärkeää tytöille kuin pojille. (Kim 2009, 167.)

Helsingissä on käynnissä Easysport niminen hanke, jossa matalan kynnyksen liikuntatoimintaa. Toiminta on iltapäiväkerhomaisesti järjestettyä liikuntatoimintaa koulun jälkeen. Toiminta on kohdennettu alakouluikäisille. Tässä hankkeessa on mukana eri yhteistyötahoja kolmannen sektorin toimijoista liikuntavirastoon. O9HHR on yksi toiminnan järjestäjistä. Hankkeen toteutuksesta vuosina 2010-2013 tehdyssä raportissa hankkeeseen osallistuneiden ohjaajien haastatteluissa maahanmuuttajataustaiset tytöt nousivat myös esille puhuttaessa kohdennetuista liikuntaryhmistä tytöille. Poikia innosti urheiluseuranomainen toiminta, jossa pystyi kehittämään uusia taitoja ja ohjaaminen oli aikuisjohtoista harjoittelua. Tytöistä osa tuli vain kaveriporukan mukana, eivätkä he välttämättä itse osallistuneet lainkaan liikuntaan. Tyttöjen keskuudessa liikunnan harrastaminen myös vähenee selvästi yläkouluun siirryttäessä poikiin verrattuna. Tyttöjen ja poikien liikuntatottumuksissa on eroja. Koulun jälkeiselle matalan kynnyksen toiminnalle on tarvetta, sillä myös Easysport-toiminta oli suosittua lasten keskuudessa. (Maijala & Pasanen 2015, 58.)

Toinen jatkotutkimusidea joka syntyi, on ikään kuin seuraava vaihe tekemästämme tutkimuksesta. Voisimme haastatella jo aikuistuneita, toimintaan nuorempina osallistuneita henkilöitä, O9HHR:n omia alumneja. Yksi lapsena O9HHR:n iltapäiväkerhoon osallistunut henkilö on edennyt omalla koripallourallaan aina Suomen maajoukkueeseen asti. Säätiö täyttää vuonna 2016 kymmenen vuotta, joten osa lapsena toimintaan osallistuneista on jo aikuisia. Heidän nykyistä liikuntasuhdettaan ja muita toiminnan kautta itselleen löytämiään asioita voisi olla mielenkiintoista tutkia. Oman lapsuuden ja nuoruuden reflektointi voi tarjota hyviä näkökulmia. Toiminnan kauaskantoisista vaikutuksista olisikin myös kiinnostavaa tietää.

Kerroimme opinnäytetyömme alussa liikuntatoiminnan hyödyntämisestä sosiaalialalla. Nuorten kertomusten ja niistä muodostamiemme havaintojen perusteella loimme käsityksemme säätiön roolista ja mallista sosiaalialan toimijana. Suhteutimme johtopäätöksemme myös Fred Coalterin jäsenyyksiin liikuntatoiminnan muodoista sosiaalialan työssä. Säätiön järjestämässä toiminnassa on tärkeää yksilöiden hyvinvoinnin, terveyden ja sosiaalisen vuorokäymisen edistäminen. Tärkeässä roolissa on myös erilaisten sosiaalisten haasteiden vähentäminen liikunnan keinoin. O9HHR:n toiminnassa liikunta on osa sitä muutosta, jossa pyritään edistämään ihmisoikeuksien, oikeudenmukaisuuden ja yhdenvertaisuuden toteutumista yhteiskunnassa. O9HHR:n voisikin laskea lukeutuvaksi liikuntatoiminnan sosiaalisten kategorioiden mukaisesti molempiin luokkiin: Sport+:aan ja +Sporttiin, sillä siinä on vahvasti mukana kummankin luokan erilaisia piirteitä.

Olimme loppusyksystä sähköpostitse yhteydessä chileläisen Fútbol Más -säätiön tutkimuksen johtajaan. Säätiö tekee toiminnastaan arviointia jatkuvasti ja he keräävät tietoa toiminnas-

taan joka vuodelta. Saimme häneltä tietoa vuoden 2016 aluetutkimuksista, jotka oli toteutettu heidän projekteissaan Chiessä. Olimme olleet aikaisemmin yhteydessä tuttuamme, joka työskenteli säätiössä Ecuadorin toimipisteessä. Hän laittoi meidät yhteyksiin tutkimuksen johtajan kanssa. Toiminnalla haetaan muutosta lapsen lisäksi koko yhteisöön, jossa toiminta tapahtuu. Saimme kuitenkin tutkimustuloksia, jotka keskittyvät lapsen voimavarojen kohentamiseen. Vuoden lopussa kerättävään arviointiin kaikki toimintaan osallistuneet lapset ja nuoret vastaavat kysymyksiin, joissa he arvioivat muutosta itsessään sekä yhteisössään vuoden jälkeen osallistumisestaan. Toiminta on tulosten perusteella selvästi vaikuttanut lasten hyvinvointiin niin fyysisesti kuin psyykkisesti. Lapsista 82 % tunsivat olevansa itsevarmempia ja 87 % lapsista tunsivat olevansa onnellisempia kuin vuotta aiemmin. 91 % lapsista oli saanut uusia kavereita sekä 71 % tuli vanhempiensa kanssa paremmin toimeen. (May 2016.)

Fútbol Más on Chiessä kerännyt myös tietoa oman toimintansa vaikutuksesta kyselyillä toimintaan osallistuneiden lasten vanhemmille. He halusivat tietää, miten vanhemmat näkevät muutoksen lapsessaan toimintaan osallistumisen myötä. Vuonna 2010 toteutetun kyselyn tuloksista näkee selvästi, kuinka suurin osa vanhemmista kokee, että heidän lapsensa sosiaaliset taidot ovat vahvistuneet ja kehittyneet positiivisempaan suuntaan sen lisäksi, että he ovat kehittyneet jalkapallossa. Lapset ovat tulleet sosiaalisemmiksi, kohtelevat toisia lapsia ja perhettään kunnioittavasti, tulevat toisten lasten kanssa paremmin toimeen, ovat onnellisempia, parantaneet arvosanojaan koulussa sekä ovat vastuullisempia. Miltei kaikki vanhemmat näkivät myös toiminnan suojaavan lapsiaan negatiivisilta vaikutteilta, joihin he altistuvat helposti köyhässä slummissa, jossa vaihtoehtoja vapaa-ajan vieton ei ole paljon tarjolla. (May 2016.)

Itä- ja Koillista Helsinkiä ei tietenkään voi verrata suoraan latinalaisen Amerikan ja Karibian maiden slummeihin, mutta epätasa-arvo liikuntaharrastusten osallistumisen puolesta on todellisuutta molemmissa maailmankolkissa. O9HHR:n nuorten kokemusten sekä Fútbol Másin osallistujien sekä heidän vanhempiensa kokemusten perusteella matalan kynnyksen liikunta-toiminnalla on tärkeä asema monella eri tasolla lasten ja nuorten elämässä. Liikunnan kautta yleisen hyvinvoinnin lisäksi sosiaaliset taidot vahvistuvat, jos se asetetaan toiminnassa tavoitteeksi. Toiminnan myötä vapaa-ajalla on jotain mieleistä ja hyödyllistä tekemistä. Lapsilla ja nuorilla on mahdollisuus oppia elämää varten tärkeitä perusarvoja, kuten yhdessä tekemistä ja kaikkien huomioimista sekä toisten kunnioittamista. Ilman mahdollisuutta osallistua tämän kaltaiseen toimintaan on mahdollista että nämä ominaisuudet ja taidot voivat jäädä heiltä kokonaan oppimatta.

## 7 Pohdinta

Opinnäytetyöskentelymme alkoi tammikuussa 2016 ja kesti aina saman vuoden marraskuuhun asti. Emme tehneet tutkimusta intensiivisesti koko kuluneen vuoden ajan, mutta olimme jollain tapaa läpi vuoden O9HHR-säätiön kanssa tekemisissä, joka piti meidän ajatukset hyvin mukana tutkimusaiheessa. Kävimme keväällä säätiön järjestämän Monikulttuurinen ohjaaja -koulutuksen ja suoritimme kesän seitsemän viikon työharjoittelun O9HHR:ssä. Jos emme olisi suorittaneet kumpaakaan edellä mainituista, niin lähestyminen aiheeseen olisi todennäköisesti ollut hankalampaa ja vaikeampaa sisäistä. Toiminnassa mukana ollessa on tietenkin se vaara, että tutkimus kadottaa objektiivisuuttaan. Tiedostimme tämän ja välillä jouduimmekin korjaamaan tekstiä ja lähestymään asioita uudelleen, kun huomasimme että reagoimme tunteilla, emmekä rationaalisesti tutkijan roolissa. Asiat voi nähdä niin kuin ne haluaa nähdä. Opimme, että tutkimusta tehdessä pitää olla tarkka ja tavoitella ulkopuolisen asemaa, vaikka tutkittava aihe olisi kuinka tuttu.

Olimme varanneet opinnäytetyön tekemiseen hyvin aikaa, mikä näin jälkepäin ajatellen osoittautui järkeväksi. Alkuperäinen tutkimussuunnitelmamme muuttui prosessin edetessä melkein kokonaan uusiksi. Huomasimme opinnäytetyömme työstämisen aikana, kuinka tutkimus elää koko ajan. Tämän ymmärrettyämme tutkimuksen tekeminen oli myös helpompaa, kun emme väkisin pitäneet kiinni sellaisista asioista, joiden uskoimme toimivan ja joista olimme mielestämme varmoja. Ajatustasolla miettimämme asiat realisoituivat, kun ne kohtasivat todellisuuden. Tästä esimerkkinä oli se, kuinka lasten ja nuorten haastattelun suunnitteleminen realisoitui vasta, kun aloitimme harjoittelun Malmin palloiluhallin kesäleirillä. Korkealentoiset suunnitelmamme haastatteluiden toteuttamisesta saivat ottaa askeleen taaksepäin.

Opinnäytetyön tekeminen parina oli meiltä hyvä päätös. Olimme jo aiemmin tehneet monet koulutyöt yhdessä, joten toistemme toimintatavat eivät tulleet yllätyksenä. Työnjako ja tutkimusta varten tehdyt päätökset sekä rajaukset teimme yhteispäätöksin aiheesta keskusteltuamme. Työn kirjoittaminen toteutui pääasiassa etätyönä. Hyödynsimme koko kirjoitusprosessin ajan Google Drive -pilvipalvelua ja siellä toimivaa Docs-ohjelmaa, jossa pystyimme reaaliajassa seuraamaan kirjoituksiamme ja samalla keskustelemaan niistä yhdessä. Saimme työs-kentelyyn tukea opinnäytetyöohjaajaltamme ja yhteistyömme O9HHR -säätiön kanssa toimi moitteettomasti koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Vuoden alussa meillä ei vielä ollut opinnäytetyöaihetta. Emme halunneet tarttua aiheisiin, joista emme olleet varmoja. Sen täytyi olla sosiaalialan kentällä olevia kiinnostuksenkohteitamme vastaava, jotta työ pysyisi motivoivana ja tiedonjanoamme palvelevana. Lopulta on-

nistuimme löytämään aiheen, josta emme tienneet paljoakaan, mutta joka piti mielenkiintomme yllä. Opinnäytetyö tutustutti meidät aivan uuteen maailmaan ja sen ihmisiin. Tutkimus auttoi meitä ymmärtämään sosiaalialalla itsellemme uutta kohderyhmää. Monikulttuurisuus ja sen tuomat haasteet palvelujärjestelmässämme tulevat kasvamaan jatkossa. Tämän matkan aikana keräämämme tiedot ja taidot siitä, miten toimia ohjaajana monikulttuurisen asiakasryhmän kanssa monikulttuurisessa ympäristössä, ovat kovin tärkeitä. Opinnäytetyön tekeminen kasvatti meitä niin ihmisinä, kuin myös ammatillisen kasvun näkökulmasta tulevina sosiaalialan ammattilaisina.

Taidot ja valmiudet tutkimuksen tekemiseen oletetusti vahvistuivat. Kuten aiemmin totesimme, että asioiden konkretisoiduttua ne vasta ymmärtää. Opinnäytetyötä tehdessä kävi juurikin näin. On eri asia tehdä tutkimusta, kuin kirjoittaa esseitä tutkimuksen tekemisestä ja sen vaatimuksista. Opinnäytetyön teko eteni ilman suurempia ongelmia. Ainoa suuren haasteen kohtasimme kun tajusimme, että usein toimintaan osallistuvat lapset eivät käy kesäisin avoimessa toiminnassa. Olisimme voineet ottaa tästä tieteenkin selvää aikaisemmin, mutta olimme aikatauluttaneet aineiston keräämisen kesän ja alkusyksyn ajalle. Omat haasteensa työskentelyyn toi harjoittelun jälkeiset työt. Olimme loppukesän ja syksyn molemmat vuoropäähän töissä ja tällöin aina toinen meistä oli kotona tekemässä pääasiassa opinnäytetyötä. Saimme kuitenkin työskenneltyä hyvin, vaikka aikataulumme erosivatkin paljon loppukesästä ja alkusyksystä.

Opinnäytetyön teko herätti meissä uusia ajatuksia, kun aihetta reflektoi omaan elämäänsä. Kun tulee perheestä, jolla on varaa lastensa harrastuksiin, sitä ajattelee helposti selvytenä, että lapsi harrastaa liikuntaa. Vanhempien panostus harrastuksiimme on ollut suuri. On helppo sanoa, että harrastukset ovat olleet tärkeä osa lapsuutta ja nuoruuttamme. Muistot laskettelurinteeltä kavereiden kanssa hauskaa pitäen tai koripalloturnauksissa pelaaminen ja majoittuminen koululuokan lattialle makuupusseissa kavereiden kanssa, ovat nyt kultaisia muistoja ja silloisia kehitystämme tukevia tapahtumia. Nämä harrastukset ovat tehneet lapsuudestamme onnellisempia. Olemme molemmat kuuluneet siihen osaan lapsista, joilla toteutuivat mahdollisuudet yksilö- ja seuraharrastamiseen. Tämän takia opinnäytetyön tekeminen teki meille hyvää, koska se viimeistään konkreettisesti puhkaisi sen kuplan, jossa olimme eläneet. Arvostuksemme nousi kertaheitolla kaikkia sellaisia liikuntatoimintaa järjestäviä tahoja kohtaan, jotka järjestävät niitä vähävaraisemmille perheille.

Onnistuimme opinnäytetyön teossa mielestämme hyvin. Saavutimme opinnäytetyölle asettamamme tavoitteemme ja saimme vastauksen tutkimuskysymykseemme. Kahden pojan toteutumattomalle haastattelulle emme voineet aikataulullisista syistä mitään. Se, olisiko poikien haastattelu tuonut vielä jotain uusia näkökulmia, jää spekuloinnin varaan. Varmuutta asiaan

emme voi saada. Materiaali, jonka olimme saaneet kerättyä jo kolmesta aiemmasta haastattelusta, alkoi jo hieman toistaa itseään. Luultavaa siis on, että myös näiden poikien haastattelu olisi vain vahvistanut aiemmin havaittuja piirteitä.

Haastattelut olivat kokonaisuudessaan tutkimuksen haastavin osa-alue. Tällä tarkoitamme haastattelupohjan laatimista, haastateltavien hankkimista ja haastattelujen järjestämistä. Paransimme otettamme itse haastattelutilanteisiin koko ajan loppua kohden. Huomasimme tämän, kun vertasimme keskenään ensimmäistä ja kolmatta haastattelua. Haastattelemisen on taito, jossa kehittyy vain tekemällä. Työmme eteni aikataulullisesti niin kuin olimme alku-keväästä suunnitelleet. Meillä oli vuoden aikana hyvin aikaa tutustua aiheeseen, niin ohjaajan ja nuorten näkökulmasta kuin myös aiheesta olevan tutkimustiedon kautta. Olemme tyytyväisiä työhömmä ja kiitollisia tästä oppimisprosessista.

Tutkimustuloksemme osoittavat, että matalan kynnyksen liikuntatoiminnalla on merkityksellinen asema siihen osallistuneille nuorille. Toiminnanjohtajan kanssa käydyissä keskusteluissa ilmeni, että säätiön kävijämäärät ovat kasvussa. Helsingin kaupungin ennuste vieraskielisen väestön kasvusta tulee lähivuosina näyttämään, kasvaako samalla tarve myös maksuttomien liikuntapalveluiden tuottamiselle. Seuratasolla harrastamisen kustannukset ovat ainakin Suomessa kasvussa ja jo entuudestaan korkeat, joten näyttää siltä, että nuorten ja lasten tasa-vertainen mahdollisuus harrastaa seuraliikuntaa tulee jatkossakin olemaan haasteellista. Sosioekonomisesti heikommin toimeentulevien perheiden nuoret tulevat jatkossakin tarvitsemaan matalan kynnyksen liikuntapalveluita. Kuten opinnäytetyössämme tuli ilmi, toiminnan ulottuvuudet eivät jää vain liikuntaan. Määrätietoisesti ja strukturoidusti tuotettu toiminta tukee lapsia ja nuoria eri tasoilla, vahvistaen fyysisten taitojen lisäksi sosiaalisia taitoja. Se auttaa lisäksi luomaan kaverisuhteita ja tuo nuoren elämään yhteisön, johon hän tuntee yhteenkuuluvuutta. Kyse ei ole pelkästään liikunnasta, vaan yhtä lailla lapsen ja nuoren kasvun sekä kehityksen tukemisesta.

## Lähteet

- Alasuutari, P. 2007. Laadullinen tutkimus. 3. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.
- Fagerlund, E. & Maijala, H.M. 2011. Saa hengaa eri porukan kanssa: Maahanmuuttajataustaisten lasten ja nuorten liikuntaan osallistumisen tukeminen. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 248. Jyväskylä: LIKES.
- Harinen, P., Honkasalo, V., Souto, A.M. & Suurpää, L. 2009. Ovien availua. Teoksessa Harinen, P., Honkasalo, V., Souto, A.M. & Suurpää, L. (Toim.) Ovet auki! Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen. Nuorisotutkimusseura: Helsinki, 5-22.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. painos. Helsinki: Tammi.
- Helsinki alueittain 2015. 2016. Helsingin kaupungin tietokeskus. (Toim.) Tea Tikkanen. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus.
- Kautto, V. 2009. Ootsä mun kaa? Ystävyys monikulttuuristen nuorten arjessa. Teoksessa Harinen, P., Honkasalo, V., Souto, A.M. & Suurpää, L. (Toim.) Ovet auki! Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen. Nuorisotutkimusseura: Helsinki, 62-75.
- Kim, H. 2009. Miten monikulttuurista liikunta ja urheilu Suomessa on? Monikulttuuristen nuorten puheenvuoro. Teoksessa Harinen, P., Honkasalo, V., Souto, A.M. & Suurpää, L. (Toim.) Ovet auki! Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen. Nuorisotutkimusseura: Helsinki, 160-177.
- Korhonen, V. & Puukari, S. 2013 (Toim.). Monikulttuurinen ohjaus- ja neuvontatyö. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Laki kotoutumisen edistämisestä 1386/2010.
- Lasten liikuntasuosituksat. 2016. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Viitattu 1.10.2016. [http://www.minedu.fi/OPM/Tiedotteet/2016/09/lasten\\_liikuntasuosituksat.html](http://www.minedu.fi/OPM/Tiedotteet/2016/09/lasten_liikuntasuosituksat.html)
- Leinonen, E. 2013. Perheen sukupolvisuhteet ja kotoutuminen nuorten näkökulmasta. Tutkimuksia 2013:3. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus.
- Liebkind, K. 2000. Monikulttuurinen Suomi - etniset suhteet tutkimuksen valossa. Helsinki: Gaudeamus.
- Litja, J.P. 2009. Kulttuurinen identiteetti pelivälineenä. Teoksessa Ovet auki! Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen. (Toim.) Päivi Harinen, Veronika Honkasalo, Anne-Mari Souto & Leena Suurpää. Nuorisotutkimusseura: Helsinki, 49-62.
- Martikainen, T., Saari, M. & Korkiasaari, J. 2013. Kansainväliset muuttoliikkeet ja Suomi. Teoksessa Martikainen, T., Saukkonen, P. & Säävälä, M. 2013. (Toim.) Muuttajat. Kansainvälinen muuttoliike ja suomalainen yhteiskunta. Tallinna: Gaudeamus, 23-54.
- Martikainen, T., Saukkonen, P. & Säävälä, M. 2013. Muuttajat. Kansainvälinen muuttoliike ja suomalainen yhteiskunta. Tallinna: Gaudeamus.
- Myllyniemi, S. 2013. Vaikuttava osa. Nuorisobarometri 2013. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Myllyniemi, S. & Berg, P. 2013. Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013. Nuorisosian neuvottelukunnan julkaisuja, nro 49. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Nurmi, J. E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Ronkainen, J. 2009. Suomalaisuuden kategoriat. Maahanmuuttajataustaiset nuoret ja "omanmaalaisuus". Teoksessa Harinen, P., Honkasalo, V., Souto, A.M. & Suurpää, L. (Toim.) Ovet auki! Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen. Nuorisotutkimusseura: Helsinki, 25-43.

Stenvall, E. 2009. Vieraskielisten lasten harrastamisen yhtäläisyydet ja erot. Teoksessa Joronen, T. (toim.) Maahanmuuttajien vapaa-aika ja kulttuuripalvelut pääkaupunkiseudulla. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus, 89-99.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2012. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 9. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Tilastot. 2016. Maahanmuuttovirasto. Viitattu 21.7.2016.  
[http://www.migri.fi/tietoa\\_virastosta/tilastot](http://www.migri.fi/tietoa_virastosta/tilastot)

Turkka, I. & Turkka, V. 2008. Icehearts - Joukkue kasvun tukena. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vilkama, K. 2011. Yhtenäinen kaupunki, eriytyvät kaupunginosat? Kantaväestön ja maahanmuuttajataustaisten asukkaiden alueellinen eriytyminen ja muuttoliike pääkaupunkiseudulla. Tutkimuksia 2011:2. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus.

Yhdenvertaiset mahdollisuudet harrastaa - painopisteenä harrastamisen hinta. 2016. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016: 19.

Zacheus, T., Koski, P., Rinne, R. & Tähtinen, J. 2012. Maahanmuuttajat ja liikunta - Liikuntasuhteen merkitys kotoutumiseen Suomessa. Turun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan julkaisuja A:212. Turku: Turun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunta.

Sähköiset lähteet:

Haudenhuyse, R., Theeboom, M., Nols, Z. & Coussée, F. 2014. Socially vulnerable young people in Flemish sports clubs: Investigating youth experiences. Teoksessa European Physical Education Review 2014, Vol. 20(2). Viitattu 22.10.2016. <http://epe.sagepub.com.nelli.laurea.fi/content/20/2/179.full.pdf+html>

Iltapäiväkerhot. 2016. Viitattu 16.10.2016.  
<http://09hr.fi/fi/09-hhr-iltapaivakerhot/>

Lehtinen, S. 2015. Selvitys helsinkiläisnuorten liikuntamahdollisuuksista ja liikunnan esteistä. Helsinki: Nuorisosiainkeskus. Viitattu 18.7.2016. <http://boosti.munstadi.fi/files/2015/12/liikuntaselvitys.pdf>

Liikuntaan liittyviä määritelmiä. 2015. Käypä hoito. Viitattu 28.7.2016.  
<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksat/suositus?id=nix01203&suositusid=hoi50075>

Maahanmuuttajien määrä. 2016. Väestöliitto. Viitattu 10.5.2016.  
[http://www.vaestoliitto.fi/tieto\\_ja\\_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja/maahanmuuttajat/maahanmuuttajien-maara/](http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja/maahanmuuttajat/maahanmuuttajien-maara/)

Maahanmuuttajien terveys- ja hyvinvointitutkimus. 2016. Viitattu 29.5.2016.  
<https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/maahanmuuttajien-terveys-ja-hyvinvointitutkimus-maamu->

Maahanmuuttajien työttömyysasteet kansalaisuuden mukaan 2000-2013. 2016. EVA-fakta. Viitattu 3.8.2016. <http://www.eva.fi/tyotjatekijat/maahanmuuttajien-tyottomyysasteet-kansalaisuuden-mukaan-2000-2013/>



Maijala, H-M. & Pasanen, S. 2015. Matalan kynnyksen liikunnallinen iltapäivätoiminta. Easy-sport-hankkeen toteuttaminen ja kehittäminen vuosina 2010-2013. Helsinki: LIKES-tutkimuskeskus. Viitattu 9.10.2016. <http://www.likes.fi/filebank/1693-Easysport2015.pdf>

May, F. 2016. Tutkimuksen johtaja. Fútbol Más -säätio. Sähköposti tiedonanto 18.10.2016.

Mäki, N. & Vuori, T. 2016. Helsingin väestö vuodenvaihteessa 2015/2016 ja väestönmuutokset 2015. Helsingin kaupungin Tietokeskus. Viitattu 4.8.2016. [http://www.hel.fi/hel2/tietokeskus/julkaisut/pdf/16\\_06\\_28\\_Tilastoja\\_23\\_Maki\\_Vuori.pdf](http://www.hel.fi/hel2/tietokeskus/julkaisut/pdf/16_06_28_Tilastoja_23_Maki_Vuori.pdf)

Osallisuuden osatekijät. 2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Viitattu 22.8.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus/osallisuuden-osatekijat>

Ojanperä, S. 2015. Köyhä perhe nipistää lasten harrastuksista - lahjoitukset talvella tarpeen. Viitattu 22.8.2016. [http://yle.fi/uutiset/koyha\\_perhe\\_nipistaa\\_lasten\\_harrastuksista\\_\\_lahjoitukset\\_talvella\\_tarpeen/8556188](http://yle.fi/uutiset/koyha_perhe_nipistaa_lasten_harrastuksista__lahjoitukset_talvella_tarpeen/8556188)

Qué es Fútbol Más 2016. Viitattu 16.10.2016. <http://futbolmas.org/que-es-futbol-mas/>

Säätio. 2016. Viitattu 16.10.2016. <http://09hr.fi/fi/saatio-2/>

Börja spela!. 2016. Söder Basket. Viitattu 2.10.2016. <http://www.söderbasket.se/boumlrja-spela.html>

Tarjeta Verde 2016. Viitattu 18.10.2016. <http://futbolmas.org/tarjetaverde/>

Zacheus, T. 2013. Maahanmuuttajien kotoutuminen ja liikuntapalvelut Turun seudulla. Tutkimuskatsauksia 10/2013. Turku: Turun kaupunki. Kaupunkitutkimusohjelma. [https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files//tutkimuskatsauksia\\_2013-10.pdf](https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files//tutkimuskatsauksia_2013-10.pdf)

## Kuvat

Kuva 1: Säätiön päätoimipisteet .....	9
Kuva 2: Vieraskielisten osuus eri kaupunginosissa (Helsinki alueittain 2015 2016, 16).....	13
Kuva 3: Osallisuuden osatekijät (Osallisuuden osatekijät 2012.).....	17
Kuva 4: Työttömyysaste (Helsinki alueittain 2015 2016, 13.).....	27

Liitteet  
Liite 1: Tutkimuslupa

## TUTKIMUSLUPA

### SUOSTUMUS

Nuoren suostumus osallistumisesta tutkimuksen aineiston tuottamiseen  
Nuoren nimi: \_\_\_\_\_

### TUTKIMUKSEN TIEDOT:

Tutkimuksen nimi: Nuorten kokemuksia matalan kynnyksen liikuntatoiminnasta

### LYHYT KUVAUS TUTKIMUKSEN SISÄLLÖSTÄ:

Tutkimme lasten ja nuorten kokemuksia 09 Helsinki Human Rightsin järjestämästä maksuttomasta liikuntatoiminnasta. Haastattelemme toimintaan osallistuneita teemahaastattelun muodossa. Äänitämme haastattelut, mutta emme kerää tunnistetietoja. Tutkimus on osa Laurea AMK:n sosionomiopintoja varten tehtävää opinnäytetyötä.

### TUTKIMUKSEN TARKOITUS:

Opinnäytetyö

### TUTKIMUKSEN TEKIJÄT:

Ville Ahonen  
ville.ahonen@student.laurea.fi  
XXX-XXXXXXX

Arttu Tolin  
arttu.tolin@student.laurea.fi  
XXX-XXXXXXX

Paikka ja päivämäärä: \_\_\_\_\_

Allekirjoitus: \_\_\_\_\_



## Liite 2: Haastattelulomake

### PERUSTIEDOT

Ikä

Asuinpaikka

Perhe (Vanhemmat, sisarukset, etninen tausta yms.)

### LIIKUNTA JA VAPAA-AIKA

Miten vietät vapaa-aikaa? Harrastatko jotain muuta kuin liikuntaa?

Kuinka paljon liikut? Liikutko säännöllisesti? Liikutko mielestäsi riittävästi?

Harrastatko liikuntaa jossakin urheiluseurassa?

Oletko aiemmin harrastanut liikuntaa urheiluseurassa?

Haluaisitko aloittaa harrastamisen urheiluseurassa?

Kuinka tärkeäksi koet liikunnan elämässäsi? Minkä takia?

Miten iso rooli liikunnalla on perheessäsi? Miten tämä näkyy? Kannustetaanko sinua liikku-  
maan?

### 09HHR

Kuinka löysit tai kuulit 09HHR:stä?

Minkälaiseen toimintaan ja missä toimipaikassa olet osallistunut?

Kuinka usein olet osallistunut? (Päivittäin, viikoittain, kuukausittain?)

Miten 09HHR:n toiminta eroaa muusta liikuntatoiminnasta?

Mikä on ollut parasta 09HHR:n toiminnassa? Miksi?

Mikä on tärkein syy toimintaan osallistumiseen? (Liikunta? Kaverit? Jokin muu?)

Miten maksuttomuus vaikuttaa osallistumiseesi? Kävisitkö toiminnassa, jos se olisi maksullista?

Oletko löytänyt uusia liikuntaharrastuksia 09HHR:n myötä?

Ovatko sisaruksesi osallistuneet myös toimintaan?

### OSALLISUUS

Oletko saanut uusia kavereita toiminnan kautta?

Miten toiminta edistää kaverisuhteiden muodostumista?

Näetkö kavereita, joihin olet tutustunut myös toiminnan ulkopuolella?

Onko toiminta tukenut vuorovaikutustaitojen oppimista?

Onko osallistuminen toimintaan lisännyt itseluottamustasi? Miten?

Miten mielipiteitäsi ja ehdotuksia otetaan huomioon ohjelmaa päätettäessä?

Miten koet ohjaajan roolin toiminnassa? Miten kuvailisit ohjaajaa?

Oletko kokenut tai onko ryhmissä ilmennyt kiusaamista? Jos on, niin miten siihen on puututtu?

Mitä uutta olet oppinut toiminnan kautta? Taitoja, arvoja ja asenteita? Vietkö jotain mukana  
toiminnan ulkopuolelle?

Tunnetko yhteenkuuluvuutta muihin toiminnan myötä?

Kuinka tärkeäksi koet toiminnan itsellesi? Minkä takia?

Kun olet yli 16-vuotias, miten tai millä aiot korvata 09HHR:n toiminnan?

Miten kehittäisit toimintaa? Muuttaisitko jotain toiminnassa?

### ERILAISUUS JA SEN HUOMIOINTI

Miten erilaisuus ja eri kulttuuritaustat huomioidaan toiminnassa?

Mitä olet oppinut uusista kulttuureista toiminnan myötä?

Onko sillä merkitystä, jos ohjaaja on maahanmuuttajataustainen?