

Anna-Maria Salminen

Osallisuuden merkitys Mihi- liikuntatuotteen kehittämisessä palvelumuotoilun avulla



Liikunnanohjaaja

YAMK

Kevät 2018



KAJAANIN
AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Tiivistelmä

Tekijä: Salminen Anna-Maria

Työn nimi: Osallisuuden merkitys Mihi-liikuntatuotteen kehittämisessä palvelumuotoilun avulla

Tutkintonimike: Liikunnanohjaaja (YAMK), liikunta-alan kehittäminen ja johtaminen

Asiasanat: harrastaminen, osallisuus, palvelupolku, palvelumuotoilu

Liikkumattomuus on aikamme vitsaus. Passiivinen elämäntyyli, liiallinen istuminen ja hyvinvoinnin polarisoituminen uhkaavat myös nuorten terveyttä ja hyvinvointia. Valtakunnallisesti toimenpiteitä ja toimenpideohjelmia on enemmän kuin koskaan, mutta silti niiden vaikuttavuus vähän liikkuviin nuoriin jää laihaksi. Usein ulkopuolelta annetuissa toimenpiteissä nuorten oma toimijuus jää vähäiseen rooliin. Opinnäytetyö käsitteli nuorten osallisuutta Mihi-liikuntatuotteen palvelumuotoilussa. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, millaiseksi nuoret muotoilisivat Mihi-liikuntatuotteen ja mitkä asiat he nostaisivat keskiöön osallisuuden näkökulmasta palvelupolun eri askelmilla?

Tämä opinnäytetyö pohjautui viitekehyksen ja tutkimuksen osalta nuorisotutkija Anu Gretschelin nuorisotalotoimintaan kehittämiin osallisuuden portaisiin, joilla kuvataan nuorten osallisuuden vaiheita avoimessa nuorisotalotoiminnassa sekä Juha Tuulaniemen palvelumuotoilun prosessiin. Tässä opinnäytetyössä avointa matalan kynnyksen liikuntapalvelua on verrattu nuorisotalotoimintaan. Osallisuuden portaita kuljetettiin tässä opinnäytetyössä rinnakkain palvelumuotoilun ja alakäsittelenä palvelupolun kanssa. Tämä opinnäytetyö oli työelämälähtöinen. Turun alueen kunnat Kaarina, Lieto, Masku, Mynämäki, Naantali, Nousiainen, Paimio, Raisio, Rusko, Sauvo ja Turku ovat tarjonneet 13–19-vuotiaille nuorille vuodesta 2015 alkaen maksutonta ohjattua Mihi-liikuntatoimintaa viikoittain lähes 80 viikkotunnin verran. Työn tutkimusongelmina olivat nuorten mahdollisuus vaikuttaa liikuntatuotteen sisältöihin, nuorten sitoutuminen liikkumiseen osallisuuden lisääntymisen myötä, nuorten liikuntasuhteen kehittyminen osallisuuden vaikutuksesta sekä osallisuuden vaikutus liikkumisen määrään.

Tässä opinnäytetyössä on käytetty määrällistä ja laadullista tutkimusaineistoa. Aineisto on kerätty strukturoidulla ja puolistrukturoidulla kyselylomakkeella. Aineistosta on poimittu keskeiset kehittämiskohteet käyttäen sisällön analyysin vaiheita, koodausta ja luokittelua. Keskeiset kehittämisen kohteet on tuotu käsittelyyn nuorten ja työntekijöiden yhteiseen osallisuusverstaaseen. Osallisuusverstaassa kehittämisen kohteille on laadittu toimenpiteet Mihi-liikuntatuotteen kehittämiseksi.

Tämän opinnäytetyön tutkimuksen ja osallisuusverstaan tuloksena on syntynyt Mihi-liikuntatuotteen kaksiosainen kehittämissuunnitelma. Ensimmäinen osa on listaus toimenpiteistä osallisuuden lisäämiseksi palvelupolun jokaiseen vaiheeseen ja toinen osa on osallisuuden merkityksen tunnistaminen palvelutuotannon eri vaiheissa. Ensimmäisessä kohdassa on lueteltu toimenpiteitä asiakkaan kohtaamisen rajapinnasta katsottuna ja toisessa osiossa tarkastellaan osallisuuden tilanteiden tarjoamia ja niiden huomioimista koko Mihi-liikuntatuotteen palvelumuotoilu-prosessissa.

Abstract**Author:** Salminen Anna-Maria**Title of the Publication:** The importance of involvement in the development of the Mihi sport product through service design**Degree Title:** Master of Sports Studies**Keywords:** engaging, involvement, customer journey, service design

Immobility is the plague of our time. Passive lifestyle, excessive sitting and polarization of well-being also threaten the health and well-being of young people. There are more national measures and operational programs than ever before, but still their effectiveness in the low-moving young people is low. Measures are often outsourced, where young people have little role to play. The thesis deals with the inclusion of young people in the design of the Mihi sport product. The aim of the final project was to find out how the young designers designed the Mihi fitness product and what would they bring to the center from the point of involvement at the various stages of the customer journey?

This thesis was based on the framework of inclusion for young people, Anu Gretschel, for young people, describing the stages of adolescence participation in open youth work and Juha Tuulaniemi's service model process. In this thesis, the open low-threshold exercise service is comparable to the youth center activity. The stages of attendance were transmitted in this thesis parallel to service design and subordinate service with the service cell. This thesis was a work-oriented approach. The districts of Kaarina, Lieto, Masku, Mynämäki, Naantali, Nousiainen, Paimio, Raisio, Rusko, Sauvo and Turku in Turku region have offered free-of-charge Mihi sports activities every week for nearly 80 weeks each year for teenagers aged 13-19. The research problems of the work included the possibility for young people to influence the content of the sports product, the mobility of young people through increased participation, the impact of the developmental participation of young people and the impact on the mobility.

Quantitative and qualitative research material has been used in this thesis. The material was collected using a structured and semi-structured questionnaire. Essential development objects have been extracted from the material using the steps of coding and categorization of content analysis. Key development targets have been brought into the joint inclusion of youth and employees. In the participant's case development measures have been developed to develop the Mihi sport product.

The result of the study and the participation of this thesis resulted in the two parts development plan of the Mihi sport product. The first part is a list of measures to increase inclusion in each step of the service path and the customer journey is the identification of the importance of inclusion at different stages of service production. The first section lists the measures seen from the interface encountered by the customer encounter and the second section examines the opportunities offered by the incident situations and their consideration in the entire service process of the Mihi sport product.

Sisällysluettelo

1	JOHDANTO	6
2	TUTKIMUKSEN KESKEISET KÄSITTEET PALVELUMUOTOILU, OSALLISUUS JA LIIKKUMINEN	9
	2.1 Tutkimuksen suhde aikaisempiin tutkimuksiin.....	9
	2.2 Keskeisten käsitteiden määrittely.....	10
	2.3 Mihi-liikuntatuotteen kuvaus.....	14
3	NUORTEN LIIKUNNAN HARRASTAMISEN NYKYTILA	18
	3.1 Fyysisen aktiivisuuden suositukset.....	18
	3.2 Nuorten osallistuminen ohjattuun harrastustoimintaan.....	20
	3.3. Liikuntaharrastukseen motivoivat tekijät.....	22
	3.4 Liikunnallisen harrastamattomuuden syyt.....	25
	3.5 Mitä tulee ymmärtää, jotta liikettä lisäävät toimet onnistuvat?.....	28
4	OSALLISUUS	34
	4.1 Osallistuminen, osallisuus, voimaantuminen ja vaikuttaminen käsitteenä....	34
	4.2 Nuorten kuuleminen ja osallisuuden lakisääteisyys Suomessa.....	37
	4.3 Nuorten osallisuuden menetelmät kunnallisessa päätöksenteossa.....	37
	4.4 Osallisuuden ja osallistumisen merkitys nuorten sitouttamisen välineenä....	40
	4.5. Osallisuuden merkitys nuorten liikuntatuotteen palvelumuotoilussa.....	42
5	PALVELUMUOTOILU	47
	5.1 Palvelumuotoilu yleisesti.....	47
	5.2 Palvelumuotoilun hyödyt ja tavoitteet.....	49

5.3. Palvelumuotoilun prosessi.....	51
5.3.1 Määrittely.....	52
5.3.2 Tutkimus.....	52
5.3.3 Suunnittelu.....	53
5.3.4 Palveluntuotanto.....	54
5.3.5 Arvioni.....	55
5.4 Palvelumuotoilu julkisissa palveluissa.....	55
5.5 Osallisuuden rooli julkisen sektorin palvelumuotoilussa.....	57
5.6 Kunnallisten liikuntatoimien hallinnollisen menettelyn rooli osallisuudessa...58	
5.7 Palvelupolku ja osallisuuden rooli palvelupolun askelmilla.....	59
6 TUTKIMUKSEN STRATEGIA JA TOTEUTUS.....	64
6.1 Tutkimuksen vaiheet, käytännön toimenpiteet ja aikataulutus.....	64
6.1.1 Tutkimusongelma.....	65
6.1.2 Tutkimuskysymykset.....	65
6.1.3 Tutkimuksen strategia.....	65
6.1.4 Kvalitatiivinen tutkimus.....	67
6.1.5 Teoreettinen viitekehys.....	68
6.1.6 Aineiston keruu.....	69
6.1.7 Aineiston analyysin menetelmät.....	71
6.1.8 Osallisuusverstaan kuvaus teoriassa.....	74
6.1.9 Osallisuusverstaan kuvaus käytännössä.....	75

7	TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET	78
	7.1 Tutkimustulokset ja niiden tulkinta.....	78
	7.2 Määrälliset vastaukset toimintaan osallistuvien nuorten osalta.....	79
	7.3 Laadulliset vastaukset toimintaan osallistuvien nuorten osalta.....	85
	7.4 Yhteenveto toimintaan osallistuvien nuorten laadullisista vastauksista.....	89
	7.5 Osallisuusverstaaseen tuotavat kysymykset.....	89
	7.6 Määrälliset vastaukset toimintaan osallistumattomien nuorten osalta.....	90
	7.7 Laadulliset vastaukset toimintaan osallistumattomien nuorten osalta.....	95
	7.8 Yhteenveto toimintaan osallistumattomien nuorten laadullisista vastauksista.....	101
	7.9 Osallisuusverstaaseen tuotavat kysymykset.....	101
	7.10 Osallisuusverstaan tulokset.....	102
	7.11 palvelupolun uusi malli.....	103
8	POHDINTA	106
	8.1 Tutkimuksen luotettavuus.....	106
	8.2 Tutkimuksen eettisyys.....	108
	8.3 Pohdintaa tuloksista ja keskeiset jatkokehittämistarpeet.....	109
	8.4 Ehdotuksia tuleviksi tutkimuksen aiheiksi.....	111
	Lähteet.....	114
	Liitteet	

1 JOHDANTO

Nuorten liikkumattomuuden syyt ovat suomalaisessa yhteiskunnassa moninaiset. Liikkumattomuuden terveysvaikutukset ovat mittavat. Liikkumattomuuteen on pureuduttu useiden eri valtakunnallisten toimintaohjelmien muodossa, jotta suomalaiset lapset ja nuoret liikkuisivat terveytensä kannalta riittävästi. Liikkumattomuuden ja liikunnan syitä tarkastelevassa teoriaosuudessa käy selkeästi selväksi, että nuoret eivät ole heterogeeninen ryhmä, jonka liikkumattomuuden syyt olisivat yhtenäiset.

Liikuntaväki tuntee liikkujansa, mutta miten puhutella liikkumattomia, noita outoja olioita keskuudessamme? Perinteinen tapa on päivitellä vähän liikkuvien elintapoja liikuntaväen kesken, laatia suosituksia ja toivoa, että joku innostuu liikahtamaan jossain. Sosiiaalipsykologian emeritusprofessori Antti Eskolan saatesanat sopivat kaikille myös kuperkeikkakurssien vetäjille: ”ehkä jokaisen ihmisen kohdalla pitäisi ensin selvittää, mikä on juuri hänen arvomaailmansa ja sitä toteuttava elämäntapansa. Terveys voi saada niissä aseman, joka on alisteinen vielä jollekin vielä tärkeämmälle. Ovatko terveystasvattajien suorat ohjailuyritykset silloin sellaisten arvojen taitamatonta sorkkimista, joita ihmisen on pakko puolustaa”? (Rovio, Pyykkönen 2011, 5.)

Tarttuakseen nuorten liikkumattomuuden ongelmaan Turun alueen kunnat Kaarina, Lieto, Masku, Mynämäki, Naantali, Nousiainen, Paimio, Raisio, Rusko, Sauvo ja Turku ovat tarjonneet 13–19-vuotiaille nuorille vuodesta 2015 alkaen maksutonta ohjattua Mihi-liikuntatoimintaa viikoittain lähes 80 viikkotunnin verran. Mihi-toiminnalla pyritään tarjoamaan nuorille maksutonta matalan kynnyksen liikuntatoimintaa. Mihin tavoite on lisätä liikuntaa nuorten arkeen, tarjota mahdollisuus kokeilla uusia lajeja, löytää oma tapa liikkua sekä vähentää drop-out ilmiötä, jossa nuori jää liikuntaharrastuksen ulkopuolelle.

Mihi-liikuntatuote on mittava satsaus kuntien liikuntatoimilta nuorten liikkumaan aktivoimiseksi. Nykytiedon valossa osallistujien määrä ei vielä ole riittävällä tasolla. Nuorten mukaan saamiseksi ja liikunnan lisäämiseksi tulee jatkuvasti kehittää uusia menetelmiä ja keinoja. Tärkeää on, että Mihi-toiminta saavuttaisi juuri oikein kohderyhmän: terveytensä kannalta liian vähän liikkuvat nuoret. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on vaihe vaiheelta avata Mihi-liikuntatuotteen palvelupolku ja selvittää nuorten osallisuuden merkitystä läpileikkaavana teemana palvelumuotoiluprosessissa. Tavoitteena on löytää vastaus kysymykseen: Miten nuorten osallisuutta tulisi kehittää kussakin palvelupolun vaiheessa? Tässä opinnäytetyössä Mihi-liikuntatuotteen kehittämisessä ääni on haluttu antaa nuorille. Nuoret on otettu mukaan palvelumuotoiluprosessiin ja kysytty asiakkailta eli nuorilta miten Mihi-tuotetta tulisi kehittää?

Nuorten osallisuudessa on kyse hyvin yksinkertaisista asioista. Mikä sinun mielestäsi on tärkeää? Mistä nyt olisi hyvä puhua? Mitä mieltä olet tästä? Palveluiden ja niiden kehittämisen kannalta on kyse siitä, miten palvelujen käyttäjät saavat tietoa itseään koskevista asioista ja miten he tulevat kuulluiksi, kun suunnitelmia ja päätöksiä tehdään. Ote taanko heidät mukaan arvioimaan ja kehittämään toimintaa vai kuvitellaanko, että me ammattilaiset tiedämme mitä lapset tarvitsevat? (Hastrup, Hietanen, Peltola, Jahnukainen, Pelkonen 2013, 122.)

Osallisuus on tässä opinnäytetyössä palvelumuotoilun väline, läpileikkaava teema sekä näkökulma, joka kulkee mukana jatkuvasti. Palvelumuotoilua on tarkasteltu yleisesti, mutta erityisesti juuri julkisella sektorilla ja osallisuuden lisäämisen näkökulmasta. Kaupallisille yrityksille asiakkaiden tarpeiden kartoittaminen ja heidän toiveidensa kuunteleminen ovat kohtalon kysymys. Julkisia palveluita on kuitenkin ollut mahdollista tuottaa ja kehittää ilman kansalaisten, tilanteiden ja tarpeiden huolellista kartoittamista, ilman indikaattoreita palveluiden toimivuudesta ja kuulematta käyttäjien kokemuksia ja ideoita. Asiakkaan ääntä on edustanut rasti ruutuun-palautelappu viraston aulan pahvilaatikossa. Onneksi tällainen toimintatapa on vähitellen siirtymässä historiaan. (Hastrup ym. 2013, 123.)

Tämän laadullisen opinnäytetyön tavoitteena on kyselytutkimuksen ja osallisuusverstaan avulla selvittää miten nuoret kehittäisivät Mihi-liikuntatuotetta. Tavoitteena on selvittää nuorten sitoutumisen suhdetta avoimeen matalan kynnyksen liikuntatuotteeseen Mihiin. Sitoutumisen suhdetta on tarkoitus selvittää osallisuuden käsitteen kautta. **Kehittämistehtävänä on, millaiseksi nuoret muotoilisivat Mihi-liikuntatuotteen ja mitkä asiat he nostavat keskiöön osallisuuden näkökulmasta palvelupolun eri askelmilla?** Teoreettisena viitekehyksenä käytetään nuorisotutkija Anu Gretschelin osallisuuden portaitta, jossa toimintaan osallistuvat nuoret luokitellaan piipahtajiksi, vakiokävijöiksi, osallistujiksi, toimijoiksi ja sitoutuneiksi toimijoiksi sekä Juha Tuulaniemen palvelumuotoilun prosessikuvausta. Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat: Kokevatko nuoret, että he voivat vaikuttaa liikuntatuotteen sisältöihin? Kokevatko nuoret, että he sitoutuisivat aktiivisemmin liikkumiseen, jos heillä olisi mahdollisuus vaikuttaa tuotteen sisältöihin muulla tavalla, kuin osallistujina eli liikkujina? Paranisiko nuoren oma liikuntasuhde, jos liikuntatuote Mihi olisi heidän itsensä muokattavissa. Lisääntyisikö heidän liikunnan määränsä?

Tämä opinnäytetyö on työelämälähtöinen kehittämistehtävä, jossa nuoret toimivat osallistuvina informanteina palvelumuotoiluprosessissa, jossa kehitetään Mihi-liikuntatuotetta. Otantaan on valittu viisi ryhmää Mihi-toimintaan osallistuvista nuorista.

Lisäksi kyselyyn on valittu viisi ryhmää Mihi-kohderyhmän ikäisistä nuorista eli 13–19-vuotiaita nuoria, jotka eivät suoranaisesti ja tiettävästi aktiivisesti osallistu Mihi-toimintaan. Tutkimukseen valituilta nuorilta on kerätty tietoa strukturoidulla ja puolistrukturoidulla kyselyllä. Aineiston analyysin jälkeen on koottu keskeiset kehittämistarpeet osallisuusverstaan käsittelyyn. Halukkaat nuoret on kutsuttu osallistujiksi osallisuusverstaaseen yhdessä liikuntatoimien työntekijöiden kanssa kehittämään Mihi-liikuntatuotetta.

Edellä mainituilla työvaiheilla on kerätty nuorten tuottamaa tietoa ja selvitetty keskeiset toimenpiteet jatkotyöstöä varten. Opinnäytetyön tuloksena on syntynyt Mihi-liikuntatuotteen kaksiosainen kehittämissuunnitelma. Ensimmäinen osa on listaus toimenpiteistä osallisuuden lisäämiseksi palvelupolun jokaiseen vaiheeseen ja toinen osa on osallisuuden merkityksen tunnistaminen palvelutuotannon eri vaiheissa. Ensimmäisessä kohdassa on lueteltu toimenpiteitä asiakkaan kohtaamisen rajapinnasta katsottuna ja toisessa osiossa tarkastellaan osallisuuden tilanteiden tarjoamia ja niiden huomiointia koko Mihi-liikuntatuotteen palvelumuotoiluprosessissa

Opinnäytetyö koostuu teoriaosasta, jossa on kolme päälukua; nuorten liikunnan harrastamisen nykytila, osallisuus ja palvelumuotoilu. Luvussa kuusi kuvataan tutkimuksen strategiaa ja toteutusta. Luvussa tarkastellaan tutkimuksen etenemistä ja kuvataan osallisuusverstaan toteutus teoriassa ja käytännössä. Luvussa seitsemän kuvataan tutkimuksen tulokset ja johtopäätökset sekä esitetään näkemyksiä jatkotutkimuksen aiheiksi.

Osallisuuden, palvelumuotoilun ja liikuntatuotteen kehittämisen yhdistelmä ei ollut helppoin mahdollinen opinnäytetyön aihe. On merkittävää huomata, että tämän opinnäytetyön lähdekirjallisuutta kerätessäni nuorten liikuntasuhdetta ja liikkumattomuuden syitä laajasti tutkinut liikuntatieteen professori Pasi Koski ei tuntenut ainuttakaan suomalaista tutkimusta, jossa tutkittaisiin nuorten oman osallisuuden vaikutusta liikuntatuotteeseen sitoutumisessa ja liikuntakokemuksen merkityksellisyydessä suhteessa osallisuuden kokemukseen. Myöskin nuorisotutkija Anu Gretschel mainitsi, että nuorten rooli palvelumuotoiluprosesseissa on Suomessa vielä hyvin vähäistä. On ollut kuitenkin hedelmällistä ja uutta tietoa antavaa työskennellä yhdessä nuorten kanssa ja saada esille juuri se mitä aluksi haettiin. Nuorten ääni.

Nuoret ovat nuorten asioissa parhaita asiantuntijoita, sillä aikuisilla on ehkä liian monia näkökulmia mistä ne rupee kattamaan nuorten asioita, kun niiden nimenomaan pitää katsoa nuorten näkökulmasta (Gretschel 2007, 6).

2 TUTKIMUKSEN KESKEISET KÄSITTEET PALVELUMUOTOILU, OSALLISUUS JA LIIKKUMINEN

Tässä luvussa kuvataan tutkimuksen suhdetta aikaisempiin tutkimuksiin. Lisäksi tässä luvussa avataan tämän opinnäytetyön keskeiset käsitteet.

2.1 Tutkimuksen suhde aiempiin tutkimuksiin

Lasten ja nuorten osallisuutta Suomessa ovat tutkineet mm. nuorisotutkijat Anu Gretschel, Tomi Kiilakoski sekä Tommi Hoikkala. He sivuavat tutkimuksissaan nuorten osallistumista harrastustoimintaan ja sitoutumisen tasoja. Osallisuudesta nuorisotyössä, kunnallisessa päätöksenteossa ja kouluympäristössä on kirjoitettu runsaasti Pro gradu -töitä sekä opinnäytetöitä.

Anu Gretschel on tutkinut nuorten osallisuutta liikuntapaikkojen rakentamisprojekteissa. Lisäksi Liikkuva-koulu -ohjelmassa osallisuudesta on tutkimuksia ja kirjallisuutta runsaasti. Myös soveltavasta liikunnasta ja osallisuudesta löytyy tutkimusaineistoa.

Liikuntatieteen professori Pasi Koski on tutkinut useissa eri tutkimuksissa nuorten liikuntasuhdetta, liikunnallista aktiivisuutta ja passiivisuutta sekä harrastuksen lopettamista ja drop out -ilmiötä. Pasi Koski ei ole kuitenkaan tutkinut osallisuuden merkitystä liikuntatuotteeseen sitoutumisessa ja liikunnallisen aktiivisuuden määrän lisääntymistä, mikäli tuotteen sisältöön pääsee itse vaikuttamaan. Sanna Ojajärven ja Sanna Valtosen tutkimuksessa Hyvä hallintotapa liikunta-alalla avataan kunnallisten liikuntatoimien suhtautumista osallisuuteen ja kuntalaisten osallistamista liikuntapalveluihin.

Kosken mukaan suoranaista liikuntasuhteen sekä sitoutumisen ja osallisuuden välistä tutkimusta ei löydy Suomesta. Nuorten roolia palvelumuotoilussa on tutkittu lastensuojelun tutkimuksissa mm. Kaste-ohjelmassa. Kaiken kaikkiaan palvelumuotoilu julkisissa palveluissa ja nuorten aito osallistaminen ja osallisuus itseään koskevien palveluiden muotoilussa on hyvin tuoretta ja aiheesta on kirjoitettu vähän.

Kansainvälisiä lähteitä liikunnan, osallisuuden ja palvelumuotoilun suhteesta oli myös haastavaa löytää. Nuorten roolia palvelumuotoilussa ovat sen sijaan tutkineet mm. Simon Bowen, Helene Sustar, Daniel Wolstenholmen sekä Simon Dearden New Castlen yliopiston ja Aalto-Yliopiston tutkimuksessa: Engaging teenagers productively in service design vuodelta 2013. Teoksessa critical perspectives on user involvement Marian Barnes ja Phil Cotterel (2012) kuvaavat sosiaali- ja terveystalouden käyttäjälähtöistä tarkaste-

lua ja osallistavaa palvelumuotoilua. Lähdekirjoina näitä ei suomalaisista kirjastoista ollut saatavilla.

2.2 Keskeisten käsitteiden määrittely

Palvelumuotoilu

Palvelumuotoilu on osaamisala, joka tuo muotoilusta tutut toimintatavat palveluiden kehittämiseen ja yhdistää ne perinteisiin palvelun kehityksen menetelmiin. Palvelumuotoilu ei ole uusi innovaatio vaan, ennemminkin tapa yhdistää vanhoja asioita uudella tavalla. (Tuulaniemi 2011, 24.)

Palvelumuotoilu hyödyntää muotoilun menetelmiä palveluiden kehittämisessä. Muotoilu tuo käyttäjän äänen, luovuuden, inspiraation ja intuition palveluiden kehittämisen ytimeen. Palvelumuotoilussa kehitetään käyttäjän kokemusta ja elämystä yhtenäisen, houkuttelevan ja elämyksellisen palvelukokonaisuuden näkökulmasta. Palvelumuotoilu antaa työvälineitä organisaatorajat ylittävien palveluiden suunnittelulle sekä monikanavaisien ja liikkuvien palveluiden käyttäjälähtöiselle suunnittelulle. (Miettinen 2014, 166.)

Palvelumuotoilu on osa laajempaa ilmiötä, jossa tuotekehitysprosessin painopiste on siirtynyt uusien ideoiden muokkaamiseen asiakkaiden kanssa tehdyn luovan työn pohjalta. Ideat kuvataan palvelumuotoilussa visuaalisesti: kuvakertomuksien, videoiden ja piirrosten avulla. Palvelumuotoilu yhdistää kulttuurisen, sosiaalisen ja inhimillisen vuorovaikutuksen alueet. Palvelumuotoilussa muotoilualan menetelmien käyttö toimii tärkeänä linkkinä eri toimijoiden välillä. Muotoilun tutkimus- ja visualisointimenetelmät auttavat eri näkemysten kohtaamisessa. (Miettinen 2011, 21-22.)

Osallisuus

Osallisuus on todellisen vastuun kantamista ja saamista oman, toisten ja koko yhteisön toimintakyvystä. Se on sitoutumista yhteisten asioiden parantamiseen. Näin ollen osallisuutena ei voi pitää tilannetta jossa lapsia ja nuoria kuunnellaan loputtomiin, mutta heidän mielipiteilleen ei anneta mitään merkitystä yhteisön toiminnasta päätettäessä. Osallisuudessa yksilöille, ryhmille ja kollektiiveille annetaan mahdollisuus toimia. Käytännössä tämä edellyttää hyvän tahdon lisäksi vallan jakamista. Osallisena oleminen tarkoittaa muutakin, kuin mukana olemista: mahdollisuutta muuttaa yhteisöä, johon kuuluu. Kyse ei luonnollisesti ole vain vallan jakamisesta vaan siitä, että maailma on myös syvätasolla erinäköinen ja eri tavoin toimiva, kun lapset ja nuoret ovat toimijoina mukana. Osallisuuteen liittyy myös oikeus omaan identiteettiin ja arvokkuuteen osana perhettä (tai sitä

muistuttavaa yksikköä), ryhmää, yhteisöä, yhteiskuntaa ja ekosysteemiä. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 15-16.)

Nuorisolain 1.1.2017 § 8 Nuorten osallistuminen ja kuuleminen mukaan: Nuorille tulee järjestää mahdollisuus osallistua paikallista ja alueellista nuorisotyötä ja -politiikkaa koskevien asioiden käsittelyyn. Lisäksi nuoria on kuultava heitä koskevissa asioissa. (L 1.1. 2017 § 8.)

Nuorten vaikuttamisella tarkoitetaan toimintaa, jossa nuoret osallistuvat yhteisön tai yhteiskunnan päätöksentekoon siten, että heillä on myös todellisia mahdollisuuksia vaikuttaa. Mukana oleminen voi olla mielipiteiden ja ideoiden esille tuomista, päätösten kohteena olevien asioiden pohtimista ja niistä keskustelemista, päätösten tekemistä, päätösten toimeenpanemista sekä toiminnan arvioimista ja kehittämistä. Lasten ja nuorten vaikuttamisessa on kyse sekä poliittiseen toimintaan osallistumisesta, että aktiiviseksi kansalaiseksi kasvamisesta ja kasvattamisesta. (Junttila-Vitikka & Peitso 2016,5.)

Käytännön toiminnassa osallisuus liitetään yleensä nuorten aktiiviseen osallistumiseen ja vaikuttamiseen. Osallisuus voidaan nähdä myös laaja-alaisena demokraattista toimintakulttuuria, yhteisöllisyyttä sekä ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia tukevana asenteena. Osallisuustyön tavoitteena on välittämiseen ja erilaisuuden kunnioittamiseen perustuva, dialoginen toimintakulttuuri, jossa jokainen voi kokea tulevansa omana itsenään nähdyksi, kuulluksi ja hyväksytyksi, niin ryhmän, yhteisön kuin yhteiskunnankin tasolla. Painopisteenä tässä näkökulmassa on kasvatuskäytänteiden kehittäminen sekä olemassa oleviin rakenteisiin ja nuorten ryhmäsuhteisiin vaikuttaminen. (Kiilakoski 2007, Hanhivaara 2006; Junttila-Vitikka ym. 2016,5.)

Liikkuminen

Liikkumisen eli fyysisen aktiivisuuden käsitteitä on määritelty systemaattisesti vuodesta 1985 (Caspersen ym. 1985). Sillä tarkoitetaan mitä tahansa lihasvoimalla tuotettua liikettä, joka ylittää energiankulutuksen levossa. Liikkumista on siis kaikki edellä mainitun kriteerin täyttävä liike riippumatta toimintaympäristöstä (context), tapahtumapaikasta (setting) ja tavoitteesta (goal). Tavallisimmin liikkumista tarkastellaan erikseen vapaa-ajalla, työssä sekä siirtymisessä paikasta toiseen esim. työ- ja asiointimatkat kävellen tai pyörällä. (Suni, Husu, Aittokallio, Vasankari 2014, 31.)

Liikkuminen luokitellaan rasittavuutensa (intensity) perusteella (Caspersen ym. 1985) tyypillisimmin kevyeksi (light), reippaaksi (moderate) tai rasittavaksi (vigorous). Mitä ra-

sittavampaa liikkuminen on, sitä suurempaa on energiankulutus tiettyinä ajanjaksona verrattuna lepotilaan. (Suni ym. 2014, 31.)

Liikunta (exercise) on osa liikkumista. Määritelmän mukaan lihasvoimalla tuotettu liike on liikuntaa, jos se on suunnitelmallista ja toistuvaa, ja sen tavoitteena on yhden tai useamman kunto-ominaisuuden ylläpitäminen tai parantaminen (Caspersen ym. 1985). Samaa asiaa kuvaa myös suomenkielinen ilmaisu liikuntaharjoittelu, joka kuitenkin useimmiten mielletään erityisesti sellaiseksi liikunnaksi, joka on sekä kuntotavoitteista, että toteutuu ohjatuissa tai valvotuissa olosuhteissa. (Suni ym. 2014, 31.)

Liikunnasta puhuttaessa on tyypillistä viitata tarkoituksella suoritettuun, säännölliseen fyysiseen aktiivisuuteen, jonka tavoitteena on esimerkiksi kohottaa kuntoa, parantaa terveyttä tai tuottaa pelkästään liikunnan iloa ja nautintoa. Muusta liikunnasta on lisäksi tapana erottaa huippu-urheilu ja kilpaurheilu, joissa tyypillistä on kova raskaus, kunnianhimo sekä keskittyminen omaan lajiin ja suorituskyvyn maksimointiin. (Fogelholm ym. 2007, 21.) Kunto -ja kilpaliikunnan lisäksi fyysisen aktiivisuuden käsitteeseen kuuluu arkiliikunta, joka UKK-instituutin (2015) määritelmän mukaan sisältää ``kaikenlaisen päivän mittaan tapahtuvan liikkumisen ja liikehtimisen, mikä ei ole varsinaista vapaa-ajan liikuntaa``. Arkiliikunta vastaa merkitykseltään jokseenkin samaa, kuin hyötyliikunta ja sillä on arvioitu olevan yksilön kokonaisaktiivisuuden ja terveyden kannalta jopa suurempi vaikutus, kuin satunnaisella omaehtoisella kuntoliikunnalla tai urheiluseurassa tapahtuvalla ohjatulla liikunnalla. (Vanttaja, Tähtinen, Zacheus, Koski 2017, 13.)

Liikkumattomuus

Sosiaali- ja terveysministeriön terveyttä edistävän liikunnan ohjausryhmä on määritellyt liikkumattomuuden fyysisesti lähes passiiviseksi olotilaksi, jossa ihminen käyttää lihasvoimaansa vain välttämättömiin päivittäisiin toimintoihin. Fyysisesti passiivinen ihminen valitsee esimerkiksi tv- ja tietokoneruutujen ääressä istumisen, autolla ajamisen sekä hissillä rullaportaissa kulkemisen fyysisesti aktiivisten toimintojen sijaan. (Vanttaja ym. 2017, 12.)

Tieteellinen tutkimusnäyttö liikunnan terveysvaikutuksista ja hyödyistä on lisääntynyt merkittävästi kahden viime vuosikymmenen aikana. Liian pitkä paikallaan olo (Vuori & Laukkanen 2010; Helajärvi ym. 2013) ja vähäinen liikkuminen on todettu vakaviksi terveysriskeiksi. WHO:n arvion mukaan vähäinen liikunta on maailman laajuisesti neljänneksi yleisin elintapasairauksista johtuvien kuolemantapauksien riskitekijä. (WHO 2009, 11). Tutkimusten pohjalta asiantuntijat ovat luoneet liikunnan minimisuosituksen, jonka

vähintään tulisi täytyä, jotta voi saavuttaa fyysisiä terveysvaikutuksia (Fogelholm & Oja 2011, 67-75; Husu 2011, 16-17; Liikunta: Käypä hoito-suositus 2010). Kaikki jotka liikkuvat tämän tilastollisen käsitteen raja-arvoja vähemmän, eivät liiku terveytensä kannalta tarpeeksi ja liikkuvat siis liian vähän. (Kauravaara 2013, 11.)

Nuori

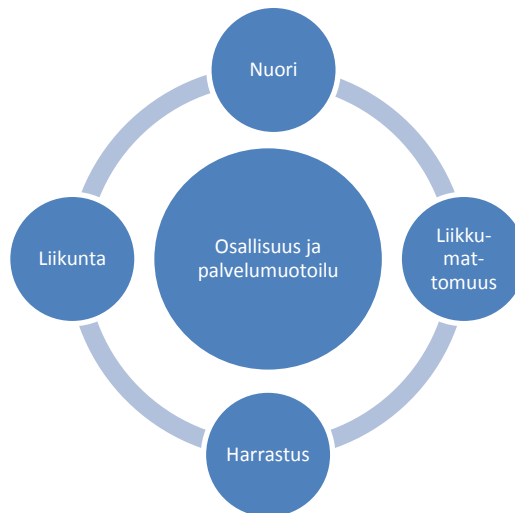
Nuoruus on liukuva käsite. Arkielämässä nuoruudella tarkoitetaan ikävaihetta lapsuuden ja aikuisuuden välissä. Nuoruus on yksilöllistä –sama ihminen voi eri yhteydessä olla lapsi, nuori tai aikuinen. Lainsäädännössä sekä erilaisissa tutkimuksissa ja tilastoissa nuoruuden ikämäärytykset ovat erilaisia. (Koste 2014, 8.)

Nuorisolain mukaan nuorilla tarkoitetaan kaikkia alle 29-vuotiaita. Oppivelvollisuuden päättymisikä on 16 ikävuotta. Työttömyystilastoissa nuoriksi luetaan alle 25-vuotiaat, kun taas lain mukaan nuoriksi viljelijöiksi katsotaan alle 40-vuotiaat. (Koste 2014, 8.)

Tässä opinnäytetyössä Mihi-liikuntapalvelun kohderyhmän nuoret ovat 13–19-vuotiaita.

Harrastus

Harrastus voidaan määritellä suhteellisen pysyväksi, tiettyihin toimintoihin kiinnostusta osoittavaksi käyttäytymisen kokonaisuudeksi, joka ei ole jokapäiväisiä velvollisuuksia tai toimeentuloa. Harrastuneisuus on suhteellisen pysyvä tiettytyypisiin toimintoihin positiivissävyisenä toimintavalmiutena yksilön toiminnallisella, kognitiivisella ja affektiivisella alueella ilmenevä jatkuva omaehtoinen suuntautuminen. Harrastus voidaan ymmärtää harrastuneisuuden kohdentumisena tiettyyn asiaan, lajiin, tekniikkaan, välineeseen tai osa-alueeseen (Metsämuuronen 1995; Veijanen 2004, 18.)



Kuva 2. Opinnäytetyön keskeiset käsitteet.

2.3 Mihi-liikuntatuotteen kuvaus

Mihi-harrasteliikuntapalvelu on tarkoitettu liikunnan aloittelijoille sekä omatoimisesti ja vähän liikkuville 13–19-vuotiaille nuorille. Mihi-harrasteliikuntatuote sisältää 42 liikunta-vuoroa/vko Turussa ja 35 vuoroa/vko kymmenessä eri lähikunnassa. Pääsääntöisinä toimipaikkoina ovat kaupunkien ja kuntien omat liikuntatilat kuten liikuntasalit, kuntosalit, uima- ja jäähallit. (Mihi-Power point -esitys, 2017.)

Mihin tavoitteena on saada liikuntaa vähän tai ei laisinkaan harrastavat nuoret kokeilemaan eri liikuntalajeja ja siten löytämään itselleen liikuntaharrastus. Liikuntaharrastus edistää nuorten fyysistä terveyttä, sekä antaa mahdollisuuden sosiaalisen syrjäytymisen ehkäisemiseen. Mihi mahdollistaa liikunnan harrastamisen ilman taloudellista panostusta. (Turun kaupunki, liikuntatoimintaosasto, palvelukuvaus.)

Toiminnan tarkoitus on antaa nuorille mahdollisuus aktiiviseen vapaa-ajanviettoon valvoituissa ja ohjatuissa olosuhteissa sekä liikuttaa mahdollisimman paljon erityisesti passiivisia nuoria. Lajeina ovat mm. harrastejäähkiekkovuorot, harrastejalkapallo, baseball, uinti, kuntosali, kuplafutis, boulderkiipeily, kamppailulajit sekä tanssi ja jooga. (Mihi-Power point -esitys, 2017.)

Mihi-toimintaa järjestävät Kaarina, Lieto, Masku, Mynämäki, Naantali, Nousiainen, Paimio, Raisio, Rusko, Sauvo ja Turku. Toiminta on aloitettu Turussa Power Action -nimellä vuonna 2002. Vuonna 2015 lähialueen kunnat tulivat mukaan ja nimi muutettiin Mihiksi. Turun toiminnan juuret ovat Oulun kaupungin Action-toiminnassa. Päävastuun alueellisesta Mihi-toiminnasta kantaa Turun kaupungin vapaa-aikatoimiala ja liikkumaan akti-

voivan yksikön nuorten liikuntapalveluvastaava. Lähialueen kuntien liikuntatoimet tekevät tiivistä yhteistyötä Turun kanssa Mihi-tuotteen sisältöjen kehittämisessä.

Toiminta on nuorille täysin maksutonta. Alueen nuoret voivat käyttää kaikkien kuntien kaikkia ryhmiä. Toiminnan käyttäjäksi rekisteröidytään osoitteessa www.mihi.fi. Hakulomakkeen (käytetään myös nimitystä Mihi-passi) täyttämisen jälkeen nuori saa puhelimeen kuvakkeen ja jäsennumeron. Toimintaa toteuttavat alueen urheiluseurat, liikunta- ja nuorisotoimet sekä yksityiset palvelunharjoittajat. Pääsääntöisesti seuroille korvataan 25–35 euroa tunnilta/ohjattu Mihi-vuoro. Erityislajeissa korvaus voi olla korkeampi. Seurat ja palveluntuottajat vastaavat laadukkaasta ohjauksesta ja seurannasta, sekä palautteen annosta kuntien liikuntatoimille. Seurat hyötyvät Mihi-toiminnasta saamalla uutta näkyvyyttä seuralle, lisäämällä harrastajien määrää sekä nostamalla imagoaan. (Mihi-Power point -esitys, 2017.)

Turun liikuntapalvelukeskuksen nuorten liikuntapalveluvastaavan Jorma Fiskin haastattelun 6.10.2017 mukaan: *Mihin suurimmat haasteet liittyvät siihen tavoitetaanko kohde-ryhmiä riittävän hyvin ja missä passiiviset nuoret tavoitettaisiin parhaiten. Nuoria tulisi kohdata entistä paremmin ja osallistaa heidät mukaan toimintaan ja toiminnan suunnitteluun. Toiminnan tulisi olla myös entistä alueellisempaa siten, että vuoroja saataisiin enemmän Turun keskustaan ja ongelmaluueille. Seurojen kanssa tulisi tehdä entistä tehokkaammin yhteistyötä Drop Outin/Offin ehkäisemiseksi. Mihiä voitaisiin käyttää välineenä, jonka avulla nuorille voitaisiin tarjota heti harrastus, kun oma liikuntaharrastus seurassa loppuu.*

Tulevaisuudessa Mihi tulee Turussa osaksi Liikkuva Koulu -toimintaa. Myös lähikunnissa tätä voisi kehittää. Tämä näkyy mm. koulupäivän aikaisina lajikokeiluina, joissa urheiluseurat ovat mukana. Suurimpana haasteena tulevaisuudessa on osallisuus. Miten passiivisten nuoren ääni saadaan kuuluviin. On osoittautunut myös, että nuoret ovat ujoja osallistumaan ja kertomaan omaa mielipidettään. On myös pohdittava, että onko Mihin tarjoama vapaus osallistua, kun haluaa ja tulla ja mennä eri lajien välillä hyvä asia vai pitäisikö Mihin olla selkeästi harrastus, johon kiinnittydytään? Tulisiko tarjonnassa olla erilaisia ryhmäprofiileja? Merkittävä asia Mihissä on, että noin 35–40 % osallistujista on maahanmuuttajia. Kokonaisuutena antaisiin Mihin onnistumiselle ja nuorten tavoittamiselle arvosanaksi 7. Olen keskittytyväinen.

Mihi-toimintaa markkinoidaan koulujen ja oppilaitosten kautta suoraan oppilaille sekä huoltajille Wilma-ohjelman kautta. Toimintaa mainostetaan nuorisopalveluiden kautta nuorisotaloissa ja työpajoissa. Lisäksi toimintaa mainostetaan liikuntapaikoilla ja kau-

poissa, kirjastoissa ja kauppakeskuksissa. Lisäksi toimintaa mainostetaan koulukiertueilla ja tekemällä yhteistyötä kouluterveydenhoitajien, Liikkuvan Koulun ja liikunnanopettajien kanssa. Toimintaa mainostetaan myös televisiomainoksissa ja alueen sanomalehdissä. Sosiaalisen median hyödyntäminen on toistaiseksi ollut heikkoa. (Mihi-Power point -esitys, 2017.)

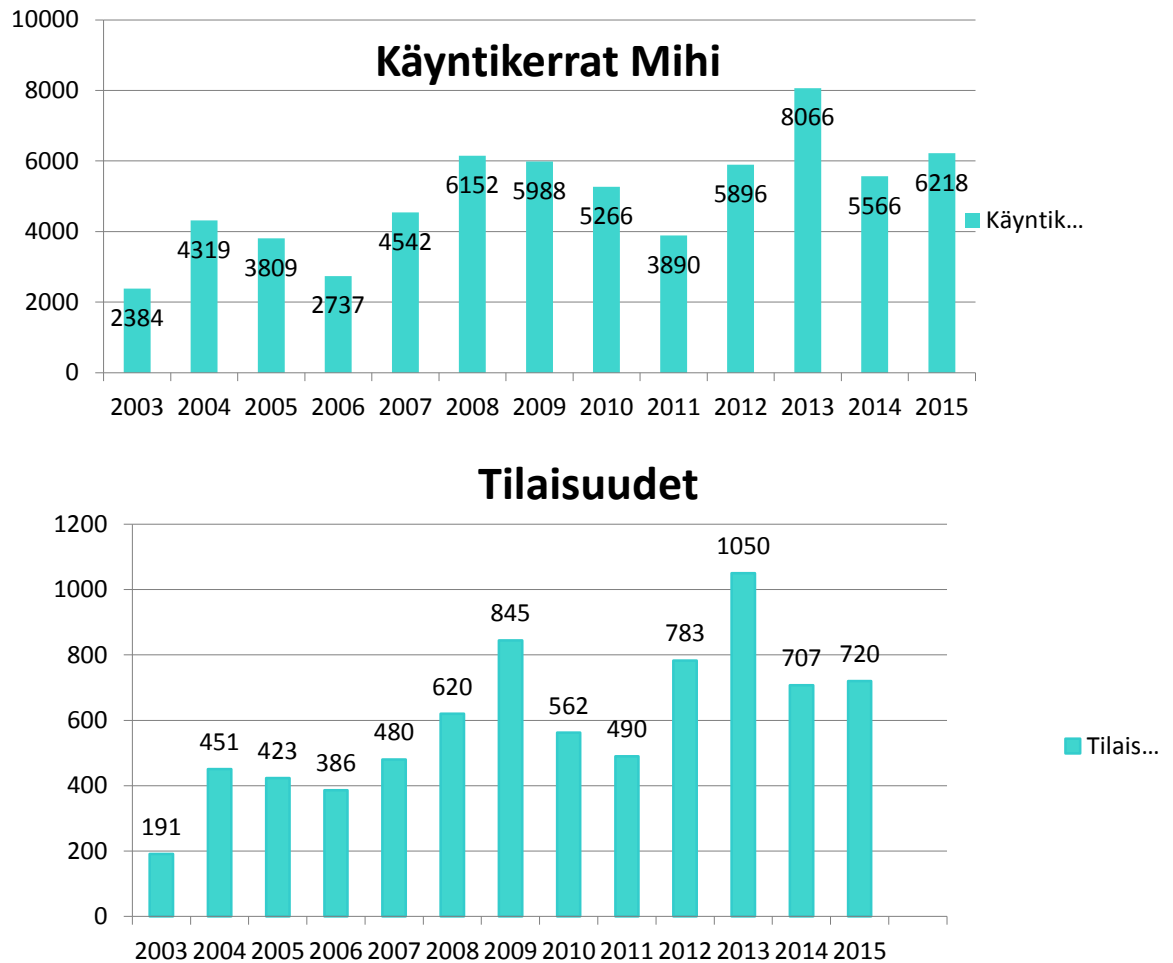
Alla olevissa Turun kaupungin liikuntatoimintaosaston taulukoissa on kuvattu osallistujat vuosina 2000–2015 sekä rekisteröityneiden nuorten jaottelu ikäryhmittäin. Vuonna 2016 Osallistujia oli 1746 ja käyntikertoja 6990. Rekisteröityneitä nuoria oli 663, joista turkulaisia 536 ja kehyskunnista 127 nuorta. Tilaisuuksia oli 819. Osallistujamäärissä tyttöjä ja poikia on saman verran. Maahanmuuttajien osuus toiminnassa on noin 40 %. Toimintaa mitataan kävijämäärämittareilla, sekä seuraamalla seuratoimintaan liittyneiden nuorten määrää.

Vertailulukuna voidaan käyttää Turun kaupungin tilastoja opiskelijoiden määrästä. Vuonna 2016 yläkoulussa oli nuoria 4222, lukiossa nuoria oli 3170 ja ammatti-instituutissa 3565. Yhteensä nuoria oli em. oppilaitoksissa Turussa 10 957. Tässä luvussa eivät ole mukana ne nuoret, jotka eivät opiskele näissä oppilaitoksissa tai eivät ole toisen asteen koulutuksessa. (Turun kaupunki, 2017.)

Turussa toimintaan on rekisteröitynyt vertailuluvun perusteella 4,8 % yläkoululaisista, lukiolaisista ja ammatillisen koulutuksen tiedossa olevista oppilaista. On kuitenkin huomioitava, että luku on suuntaa antava, koska kaikki turkulaiset nuoret eivät ole mukana koulujen tilastoissa ja Mihiin rekisteröityneiden nuorten koulutustausta ei ole tiedossa.

Rekisteröityneet ikäryhmittäin

13-v	14-v	15-v	16-v	17-v	18-v	19-v
162	117	103	128	84	47	23



Kuva 3–6. Rekisteröityneet, käyntikerrat, tilaisuudet ja osallistujat, Mihi vuosina 2003–2015. (Vapaa-aikatoimiala Turku, nuorten liikkumaan aktivointi.)

Mihi-passin hakeneita oli vuoden 2016 loppuun mennessä 1587 kpl:ta, joista Turusta 1159 ja muista kunnista 428. Mihi-sivustolla vierailtiin n. 3700 kertaa kuukaudessa. Liikuntavuorot olivat suosituin vierailukohde. Facebook-sivuilla oli 483 tykkääjää. Turusta passin hakeneita on 73 % kaikista, eli 1159. Muista kunnista 27 %, eli 428. Tyttöjä on hieman enemmän kuin poikia, eli 57 % (897) vastaan 43 % (690). Mihi-liikunta on suunnattu 13–19 -vuotiaille. Ylivoimaisesti eniten on 13-vuotiaita (528). Toistaiseksi ei ole tiedossa, miten moni passin hakija käyttää Mihi-liikuntaa ja osallistuu Mihi-liikuntavuoroihin. (Mihi-liikuntapalvelu, 2017.)

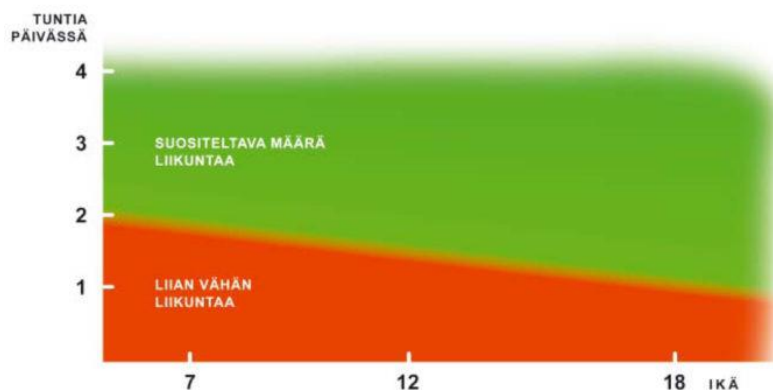
3 NUORTEN LIIKUNNAN HARRASTAMISEN NYKYTILA

Luvussa 3 kuvataan nuorten liikunnan harrastamisen nykytilaa. Liikunnan harrastamisen nykytilaa kuvataan avaamalla fyysisen aktiivisuuden suosituksia, sekä suomalaisten asiantuntijoiden näkemyksillä riittävästä liikunnan määrästä. Luvussa kolme käsitellään liikkumattomuuden syitä, liikuntaa mahdollistavia ja estäviä tekijöitä sekä asioita, joita tulisi ottaa huomioon, jos liikettä pyritään lisäämään nuorten elämään.

3.1 Fyysisen aktiivisuuden suositukset

Maailman terveysjärjestö WHO:n suositusten mukaan 5–17-vuotiaiden lasten ja nuorten tulisi harjoittaa päivittäin ainakin tunnin verran vähintään kohtuullisen rasittavaa liikuntaa (WHO 2011). Suomalaiset asiantuntijat ovat suositelleet jopa hieman suurempaa määrää todeten, että kaikkien 7–18-vuotiaiden tulisi liikkua vähintään yhdestä kahteen tuntia päivässä monipuolisesti ja ikään sopivalla tavalla. Lisäksi pitäisi välttää yli kahden tunnin pituisia istumisjaksoja, ja ruutuaikaa viihdemedian ääressä saisi olla korkeintaan kaksi tuntia päivässä. (UKK-instituutti, 2017.)

Aikuisille suositeltu liikunnan minimimäärä on huomattavasti pienempi kuin lapsilla ja teini-ikäisillä nuorilla. UKK-instituutin laatiman terveysliikuntasuosituksen mukaan 18–64-vuotiaiden tulisi harjoittaa reipasta liikuntaa useana päivänä viikossa yhteensä 2,5 tuntia tai rasittavaa liikuntaa tunti ja 15 minuuttia viikossa. Tämän lisäksi suositellaan harjoitettavaksi lihaskuntoa kohentavaa ja liikehallintaa kehittävää liikuntaa vähintään kahdesti viikossa (UKK-instituutti 2013.) Yleisesti ottaen suomalaiset lapset liikkuvat melko aktiivisesti, mutta osa heistäkin liikkuu varsin vähän. (Vantaja ym. 2017, 14-15.)



Kuva 7. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18-vuotiaille. (UKK-instituutti, 2017.)

Nuorten liikuntasuositus on esitetty Vauhti virkistää -kortissa. Kortti kertoo suosituksen nuorten tarvitsemasta liikunnan määrästä ja laadusta. Lisäksi siinä kiinnitetään huomiota liiallisen istumisen välttämiseen.

Liikuntasuositus kehottaa:

- Nosta sykettä ja hengästy joka päivä. Siten parannat kestävyyttä ja jaksat paremmin.
- Kuormita lihaksia ainakin kolme kertaa viikossa. Näin saat lisää voimaa ja notkeutta.
- Liiku aina kun voit. Pysyt pirteänä ja ehdit enemmän.
- Kokeile rohkeasti uusia lajeja.
- Päätä, mitä teet ja kokeile kaksi viikkoa.
- Ota kaveri mukaan.
- Katso televisiota valikoidusti.
- Aseta aikaraja ruudun ääressä istumiselle.

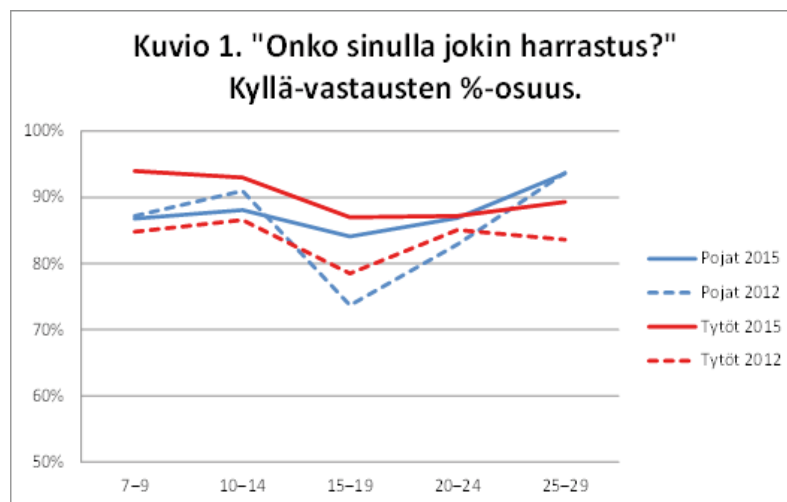
LIIKU AINAKIN 1½ TUNTIA PÄIVÄSSÄ – PUOLET SIITÄ REIPPAASTI



Kuva 8. Liikuntasuositus 13–18-vuotiaille. (UKK-instituutti ja Nuori Suomi, 2017.)

3.2 Nuorten osallistuminen ohjattuun harrastustoimintaan

Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2016 mediasta ja liikunnasta, jossa tutkimuksen perusjoukkona on 7–29-vuotiaat Suomessa olevat lapset ja nuoret teki 1205 haastattelua vapaa-ajankäytöstä. Merikiven, Myllyniemen ja Salasuon tutkimuksessa 89 % prosentilla vastaajista oli jokin harrastus. Vastaava luku oli vuonna 2012 85 %. Harrastuksella ei tarkoitettu tässä tutkimuksessa ohjattua harrastusta vaan sellaista tekemistä, jota pitää itse harrastuksenaan, vaikka sitä tekisi yksin kotona. Tutkimus osoitti, että liikunta on keskeinen harrastamisen muoto, ja liikuntaa ja mitä tahansa harrastavien joukko on pitkälti sama. Kuitenkin 8 % liikuntaa harrastavista vastasi yleiseen kysymykseen harrastamisesta, että ei harrasta mitään. Lähes kaikki tästä joukosta liikkuvat pääosin omatoimisesti eikä kukaan ohjatusti. Heidän liikkumisensa painottuu voimakkaasti yksin liikkumiseen sekä arki- ja hyötyliikuntaan. Sen sijaan liikunta- ja urheiluseuroissa liikkuvista 99 % kokee harrastavansa jotain. Tämä viittaa siihen, että vaikka kysymyksen muotoilussa korostettiin sitä, ettei harrastaminen rajoitu ohjattuun tai ryhmässä tapahtuvaan toimintaan, se kuitenkin mielletään vahvasti sellaiseksi. (Merikivi, Myllyniemi, Salasuo 2016, 57.)



Kuva 9. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimukset 2012 ja 2015. (Opetus- ja kulttuuriministeriön raportti, 2017.)

Merikiven, Myllyniemen ja Salasuon tutkimuksesta ilmenee, että sukupuolten välillä ei kokonaisuutena ole merkitsevää eroa harrastusaktiivisuudessa. Myöskään sillä asuuko maalla vai kaupungissa, keskustassa tai laitamilta ei ole merkittävää vaikutusta harrastamisen yleisyyteen. Tutkimuksessa selviää, että nuoret, jotka kokevat menojen kattamisen vaikeaksi, harrastavat muita vähemmän. Vuoden 2015 Nuorisobarometrissä ky-

syttiin suoraan, kuinka taloudellinen liikkumavara rajoittaa harrastusaktiivisuutta. Tuoloin useampi kuin joka kolmas nuorista sanoi jättäneensä jonkin harrastuksen aloittamatta rahanpuutteen takia ja vajaa viidennes lopettaneensa jo aloittamansa harrastuksen. (Merikivi ym. 2016, 57.)

Vuonna 2015 toteutetussa kouluterveyskyselyssä, joka toteutetaan peruskoululuokille 8 ja 9 sekä lukiolaisille että ammattikoululaisille, on noussut esiin myös haasteet yhdenvertaisesta harrastamisen toteutumisesta. Kokonaisvastauksissa harrastus on 95 % vastaajista. Sen sijaan ensimmäisen sukupolven maahanmuuttajataustaisista pojista säännöllinen harrastus on vain 74 %:lla (tytöistä 84 %). Peruskoulun pojista, jotka ovat olleet ihastuneet samaa sukupuolta olevaan tai molempiin sukupuoliin säännöllinen harrastus on vain 73 %:lla (vastaavilla tytöillä 94 %). Harrastamisen aloittamisen voidaan siis sanoa olevan haasteellisempaa eri vähemmistöille. Samansuuntaisia tuloksia on saatu myös vammaisten liikuntaharrastamisessa (Rikala 2017). (Opetus- ja kulttuuriministeriön raportti 2017, 11.)

Tutkimuksen mukaan nuorten järjestöaktiivisuus on nousussa. 57 % kaikista 10–29-vuotiaista sanoo olevansa jollain tapaa mukana seurassa, kerhossa, yhdistyksessä tai järjestössä. Tulosten mukaan 40 % nuorista on mukana niin toiminnassa kuin jäsenenäkin jossain seurassa, kerhossa, yhdistyksessä tai järjestössä. 6 % on mukana toiminnassa, mutta ei jäsenenä. Vain jäsenenä on 11 prosenttia. (Merikivi ym. 2016, 67.)

Lasten- ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2016 mediasta ja liikunnasta antaa positiivista signaalia lasten ja nuorten liikunnan harrastamisesta. Tutkimuksessa esitettiin kysymys minkä tahansa liikunnan harrastamisesta – ohjatusta tai omaehtoisesta – näkyy vastauksissa kasvua vuodesta 2012 (Myllyniemi & Berg 2013). Liikunnan lisääntyminen koskee käytännössä kaikkia ikäryhmiä ja molempia sukupuolia. Erityisesti huomio kiinnittyy 15–19-vuotiaisiin, joiden kohdalla ikävaiheelle ominainen (ks. Salasuo ym. 2015, 192–194) liikkumismäärissä tapahtuva notkahdus näyttäisi tasoittuneen ja lyhentyneen. (vrt. Myllyniemi & Berg 2013). On merkittävää, että samalla kuitenkin seuraliikunnan lopettaneiden teinien osuus on kasvanut entisestään. Tulokset viittaisivat siihen, että liikuntaa jossain muodossa harrastavien osuus olisi lisääntynyt pojissa 8 prosenttiyksiköllä ja tytöissä 11 prosenttiyksiköllä. (Merikivi ym. 2016, 67.)

Tilastokeskuksen ajankäyttötutkimuksen mukaan lasten elämä on nykyään kiireistä. Nykypäivänä lapsilla on paljon harrastuksia ja monet viettävät vapaa-aikaansa internetissä, kerhoissa, järjestöissä tai yhdistyksissä. Tuttavien kanssa kasvokkain tapahtuvaan seurusteluun käytetty aika on vähentynyt peruskoululaisilla 20 vuoden ajan. Tämä on aina-

kin osittain seurausta tietokoneen lisääntyneestä käytöstä, josta verkkososiaalisuus muodostaa huomattavan osan. Kuitenkin alle 15-vuotiaiden koululaisten kokema aikapula on vähentynyt. Tutkijat ovat myös havainneet, että vanhempien työn asettamat vaatimukset luovat kiirettä, johon lapsi ei pysty itse vaikuttamaan millään tavalla. (Miettinen ja Rotkirch 2012.) Vapaa-ajalla tapahtuvalla ihmisten tapaamisella, tasapainoisella ajan jakamisella opintojen ja harrastusten kesken sekä itsensä toteuttamisella harrastuksissa rakennetaan voimavaroja, joilla on vaikutusta pitkälle tulevaisuuteen (Pääkkönen 2007 ja 2017). (Opetus- ja kulttuuriministeriön raportti 2017, 10.)

3.3 Liikuntaharrastukseen osallistumiseen motivoivat tekijät

Motiivi ohjaa toimintaa psyykkisenä syynä: ihmisen kokemana haluna, tarpeena, toiveena ja sosiaalisena normina. Jokaisella motiivilla on tietty voimakkuus ja tavoite tai päämäärä, johon se suuntautuu. Motiivit siis virittävät ja ylläpitävät yksilön yleistä käyttäytymisen suuntaa. (Lehmuskallio 2007, 38.)

Laakso 1981, 17, Leontej 1977, 156-167, Peltonen & Ruohontie 1987, 20, Silvennoinen 1987, 8–11, 18 mukaan motiivi voi olla tiedostettu tai tiedostamaton, ulkoinen tai sisäinen, primaari eli myötäsyntyinen tai sekundaari eli oppimisen ja socialisaation kautta virinnyt pysyvämpi mielenmuodostajamotiivi tai lyhytaikainen herätämötiivi. Säännöllisen liikuntaharrastamisen on katsottu edellyttävän tietoisien mielenmuodostajamotiivien viritämistä. (Lehmuskallio 2007, 38.)

Suomalaislasten ja -nuorten liikuntamotivaation ehkäpä merkittävin muutos vuosituhanen vaihdetta edeltäneiden parinkymmenen vuoden aikana liittyi liikuntaympäristöön. 1980-luvun alussa luonnossa liikkuminen ja ulkoilu olivat 11–19-vuotiaiden tyttöjen tärkein ja poikien 4. tärkein motiivi Silvennoisen 1981, 10–11, 45–47 mukaan. 1990-luvun lopulla kyseinen motiivi oli jäänyt molempien osapuolten osalta pois viiden kärkimotiivin joukosta. Fyysinen kunto, kilpaileminen, joukkueeseen kuuluminen, ystävien tapaaminen ja ulkonäkö olivat tällöin poikien 5 tärkeintä syytä liikkua. Tyttöjen päämotiivit olivat fyysinen kunto, hyvän olon tunne, itseilmaisuus, rentoutuminen ja ystävien kanssa olo. Nupponen & Telama toteavat tutkimuksessaan 1998, 69, että sosiaaliset elämykset, kuten mainittu ystävien kanssa yhdessäolo, suosion ja arvostuksen kokeminen, avun antamisen ja saaminen, luottamisen ja luottamuksen kohteena olo ovat nousseet erityisesti tytöillä tärkeiksi liikunnan harrastamisen selittäjiksi. He korostavat kuitenkin, ettei liikunnalla sinänsä ole selviä myönteisiä, jos ei kielteisiääkään sosiaalisia elämyksiä tai vaikutuksia, vaan kaikki riippuu siitä, millaisia sosiaalisia tilanteita liikunnan

parissa syntyy, miten niissä toimitaan ja minkälaisia odotuksia yksilöihin kohdistetaan. (Lehmuskallio 2007, 39.)

Uudella vuosituhanella Turkuun keskittynyt kartoitus osoitti, että 2000-luvulla lapsia ja nuoria motivoivat liikkumaan terveys ja hyvä kunto. 7–15-vuotiaiden seuraavaksi tärkeimmät syyt olivat kavereiden kanssa oleminen, rentoutuminen ja virkistyminen sekä elämänsisällön ja jännityksen kokeminen. 16–25-vuotiaille rentoutuminen ja virkistymisen olivat toiseksi tärkein liikuntamotiivi, ja niin rasituksesta nauttiminen kuin kosketus luontoon ohittivat kaverit Zacheuksen ym. 2003, 81–82 mukaan. Luonto on jälleen palannut kärkiviisikkoon liikkumismotiiveissa. (Lehmuskallio 2007, 39.)

Yksilöllisten tekijöiden ja omien liikuntakokemusten lisäksi liikuntasuhteen ja liikunnallisen orientaation muodostumiseen vaikuttavat keskeisesti muut ihmiset. Kodin ja vanhempien merkitys liikuntasosialisaatiossa on voimakkaimmillaan varhaislapsuudessa, mutta viimeistään teini-ikään tultaessa kaveripiiriin vaikutus tässä suhteessa alkaa korostua entistä enemmän. Harris 2000 mukaan kaveri- ja vertaisryhmät määrittävät lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä jopa enemmän, kuin heidän vanhempansa. Ystävien kannustuksesta, tuesta ja esimerkistä tulee entistä tärkeämpää samalla kun aikaa vietetään yhä enemmän heidän kanssaan. (Vanttaja ym. 2017, 22–23.)

Nuoren identiteetin rakentumisen kannalta on oleellista, mitä hän ajattelee toisten nuorten arvostavan. Jos kaveripiirissä arvostetaan urheilullisuutta ja harrastetaan liikuntaa aktiivisesti, hakeutuu nuori itsekin helpommin liikunnallisten harrastusten pariin. Samaa sukupuolta olevien ystävien liikunnallisuuden on havaittu etenkin poikien kohdalla kannustavan liikuntaharrastuksiin osallistumiseen. (Vanttaja ym. 2017, 23.)

Lisäksi koulu ja fyysinen ympäristö vaikuttavat liikuntasuhteen kehittymiseen. Liikuntatunneilla pärjääminen riippuu siitä, millaiset fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset valmiudet lapsella on suhteessa koulun vaatimuksiin. Jos kotona on korostettu liikunnan tärkeyttä, harrastettu aktiivisesti liikuntaa ja ohjattu lapsia liikunnan pariin, on lapsen todennäköisesti helppo sopeutua myös koulun liikuntatunneille. Koulu on yksi liikuntasuhteen muotoutumisen tärkeimmistä alueista. Myös fyysinen asuinympäristö ja tarjolla olevat liikuntapalvelut voivat vaikuttaa oleellisesti ihmisten fyysisen aktiivisuuteen sekä haluun harrastaa liikuntaa. Elvyttävät ympäristöt, kuten hoidetut puistoalueet vähentävät fysiologista stressiä, parantavat mielialaa ja houkuttelevat liikkumaan sekä vahvistavat liikuntasuhdetta. (Vanttaja ym. 2017, 24).

Liikunnan harrastamisen motiivien erot tyttöjen ja poikien välillä ovat tasoittuneet ja muuttuneet samansuuntaisiksi. Yleisimmät 11–16-vuotiaiden liikuntasyynä ovat halu pitää

hauskaa, halu päästä kuntoon ja halu parantaa terveyttä. Lasten ja nuorten tilannekatsauksen (2014) mukaan tärkeitä merkityksiä liikunnassa ovat hyvän olon saaminen, liikunnan terveellisyys, parhaansa yrittäminen sekä ilo; se että liikunta on kivaa, vaikkakin mielenkiinto liikuntaa kohtaan hiipuu yläkoulun aikana (Koski 2015; Takalo 2016, 19.)



Kuva 10. Liikuntaa mahdollistavat tekijät. Ei nuorille, vaan nuorten kanssa. Miten mitata liikuntakulttuurin muutosta Your Move -kampanjassa? (Berg, Gretschel, Humppila 2011, 10.)

Mari Lehmuskallio kuvaa tutkimuksessaan Ei VilleGalle vaan vertaiset, valmentajat ja vanhemmat – lasten ja nuorten näkemyksiä liikuntakiinnostukseensa vaikuttajista, että kavereilla näyttää olevan eniten vaikutusvaltaa. Kaverit ylsivät korkeimmalle vaikuttavuustasolle niin 5-luokkalaisten, kuin 9-luokkalaistenkin vaikuttavuusasteikossa. Sosiaalisen vaikuttamisen teoria sanoo yksilöiden tekevän muutoksia käyttäytymiseensä etenkin sellaisen vuorovaikutuksen tuloksena, jossa toinen osapuoli koetaan jossain suhteessa itsen kanssa samankaltaiseksi tai erityisen kiinnostavaksi ja asiantuntevaksi. Etenkin 11–12 -vuotiaat, mutta myös 15–16 -vuotiaat korostavat vanhempien ja muun

lähipiirin merkitystä konstruoitaessa pysyvimmän luonteisia toimintatapoja. Ohjaajan ja valmentajan lukeutuminen kaikkein vaikuttavimpien liikuntakiinnostusta suuntaavien tahojen joukkoon on linjassa organisoidun liikunnan lisääntyneeseen harrastamiseen sekä harrastamisen varhaiseen aloitukseen nähden. Opettaja sen sijaan lisäsi kiinnostusta liikuntaan selvästi vaatimattomammassa määrin kuin ohjaaja/valmentaja. Kotimaiset ja ulkomaiset urheilutähdet ylsivät merkittävyysluokituksessa sijalle 3. Kulttuuriteollisuus ei näyttäytynyt tämän tutkimuksen valossa maineensa veroiselta vaikutustaholta. Muut julkisuuden henkilöt tai elokuva- ja sarjakuvasankarit eivät yltäneet liikuntakiinnostuksen vaikuttavien tahojen vaikuttavuusluokituksen kolmelle ylimmälle tasolle. (Lehmuskallio 2011, 29–30.)

3.4 Liikunnallisen harrastamattomuuden syyt

Vuonna 2014 suoritettuun THL:n kouluterveyskyselyyn osallistui 99 478 yläkoulun oppilasta, 48 610 lukiolaista sekä 34 775 ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevaa nuorta. Kyselyyn mukaan joka kolmas vastaaja liikkui liian vähän vapaa-ajalla. Peruskoulu (32 %), lukio (29 %) ja ammatillinen oppilaitos (47 %). Luopa ym. 2014 mukaan vähäinen koulunkäynnistä pitäminen, ystävien puute, vanhempien työttömyys ja sosiaalinen ahdistuneisuus olivat yhteydessä liikkumattomuuteen. (Gissler, Kekkonen, Känkänen, Muranen, Wrede-Jäntti 2014, 32.)

Jokaiselle lapselle ja nuorelle mahdollisuus mieleiseen harrastukseen -työryhmän raportin mukaan 15–29-vuotiaat nuoret, joiden taloudellinen tilanne on heikko, harrastavat muita vähemmän. Nuorisobarometrin (2015) tuloksena oli, että useampi kuin joka kolmas nuorista sanoi jättäneensä jonkin harrastuksen aloittamatta rahanpuutteen takia ja vajaa viidennes lopettaneensa jo aloittamansa harrastuksen. Myös kouluterveyskyselyssä (2015) tulos oli vastaavanlainen tulotason vaikutuksista harrastamiseen. (Opetus- ja kulttuuriministeriön raportti 2017, 9.)

Nuorten vapaa-ajan käyttöä tutkivassa tutkimuksessa vuosina 2012 ja 2015 yleisin liikuntaa estävä tekijä on ajanpuute. Se on ainakin jonkin verran merkittävä syy joka toiselle liikkumattomista nuorista. Saroksen (2012) mukaan liikuntaa harrastamattomien ja huonokuntoisten poikien ja miesten on vaikeampaa löytää aikaa liikkumiselle, koska heitä kiinnostavat muut asiat. Toiseksi yleisin syy on, että ettei pidä liikunnasta. Tämä on jonkin verran merkittävä syy lähes puolella liikkumattomista nuorista ja osuus vaikuttaa olevan kasvussa. Erityisesti teini-ikäiset perustelevat liikkumattomuuttaan kielteisillä asenteilla liikuntaa kohtaan. Useampi kuin joka kolmas pitää syynä omaa lahjattomuuttaan ja suunnilleen yhtä usea huonoja kokemuksia koululiikunnasta. Sopivan liikunta-

toiminnan puute selittää noin joka neljännen liikkumattomuutta, tietämättömyys liikunta-mahdollisuuksista harvemman. (Merikivi ym. 2016, 81–82.)

Suhde liikuntaan rakentuu myös asennoitumisen ja suhtautumisen kautta. Tällöin jokaisella, myös liikuntaa harrastamattomalla tai vähän liikkuvalla voidaan ajatella olevan Kosken 2004, 190, Kosken & Tähtinen 2005, 7 mukaan tietty suhde liikuntaan liittyviin merkityksiin. Kati Kauravaara on todennut tutkimuksessaan *Mitä sitten, jos ei liikuta?* Etnografinen tutkimus nuorista miehistä, että vähän liikkuvalla nuorella miehellä on omanlaisensa suhde liikkumiseen. Se ei ole yksiselitteisesti pelkästään heikko ja merkityksetön, vaikka näin voisi fyysisen aktiivisuuden määrästä päätellä. Kauravaaran tutkimuksessa liikunnan merkityksellisyyksistä vain yhdessäolo ja sosiaalisuus lukeutuivat nuorten ammatillisissa opinnoissa opiskelevien miesten mainitsemiin liikunnan harrastamisen syihin. Organisoitu liikunta ei tarjoa niitä sosiaalisia merkityksiä ja vastaa niihin tarpeisiin, joita nuoret miehet tutkimuksessa toivat esille. Myöskään terveydelliset syyt eivät Kauravaaran tutkimuksessa vaikuttaneet nuorten miesten liikunnallisiin valintoihin. Aikataulut, sovitut täsmälliset kellonajat, tietyt harjoitusvuorot ovat juuri niitä asioita joihin Kauravaaran tutkimuksen nuoret eivät halua sitoutua. (Kauravaara 2013, 216–218.)

Tutkimuksessa nousi myös esille mahdollisimman vähällä pääseminen. Liikkuminen itsessään sisältää fyysisen ponnistelemisen vaateen (Koski, Tähtinen 2005, 11). Vähällä pääseminen tarkoittaa pyrkimystä minimoida sekä henkiset, että fyysiset ponnistelut suhteessa saatavaan hyötyyn. Rationaalisesti ajateltuna ja aiempiin tutkimustuloksiin peilaten yksilö voi hyötyä liikkumisesta monella tapaa. Liikkumisen rationaalinen valitseminen kuitenkin edellyttää, että yksilö näkee hyödyt ja että hyödyillä on jonkinlainen arvo hänelle. Ylimääräistä fyysistä ponnistelua ei nähdä Salasuon ja Kosken 2010, 7 mukaan itseisarvona ja nuori ei koe saavansa siitä lisäarvoa itselleen. (Kauravaara 2013, 219.)

Nuoren harrastamattomuuden syynä saattaa olla myös urheiluharrastuksen päättymisen. Piispa (2013, 37) kirjoittaa ulkourheilullisista vastoinkäymisistä, joita huipulla urheilivat ovat joutuneet kohtaamaan elämänkulkunsa aikana. Liikunta-aktiivisuuden muuttumisesta kertovista tapahtumista voidaan käyttää myös käsitettä *murros-* ja *liitoskohdat*. Niitä voivat olla teini-ikä, seurustelun aloittaminen, vakiintuminen tai lopettaminen, koulun tai opiskelun alkaminen tai päättymisen, varusmiespalveluksen loppuminen, muuttaminen, perheen perustaminen, aktiivisen urheilu-uran päättymisen, työllistyminen, työttömyys, työpaikan vaihtaminen tai työuran vakiinnuttaminen. Liitoskohdat voivat olla

ihmisen elämäkulussa kausia, jolloin liikunta helposti unohtuu tai liikunnan harrastaminen alkaa. (Rovio ym. 2011; Takalo 2016, 27.)

Susanna Takalon (Takalo 2016,172) tutkimuksessa Mikä nuorta liikuttaa? Mikään yksittäinen tekijä ei osoittautunut nuorten elämäkulkutarinoissa syylliseksi liian vähäiseen liikuntaan. Elämäkulkutarinoissa liikunta-aktiivisuutta vähentävinä tekijöinä esiintyivät opiskeluun panostamisesta aiheutuva ajanpuute, urheilussa loukkaantuminen, mopo, muutto kotoa peruskoulun jälkeen, urheilujoukkueen hajoaminen ja kiusatuksi tuleminen. Kiusatuksi tulemisen on todettu olevan yhteydessä vähäiseen fyysiseen aktiivisuuteen varhaisaikuisuudessa. (Kestilä ym. 2015.)



Kuva 11. Liikkumattomuutta aiheuttavat tekijät. Ei nuorille, vaan nuorten kanssa. Miten mitata liikuntakulttuurin muutosta Your Move -kampanjassa? (Berg ym. 2011, 10.)

Samoin kuin liikuntaan liittyvien positiivisten tekijöiden yhteydessä, myös vähäistä liikuntaa selittävien tekijöiden kohdalla ilmeni tietynlainen kasautumistrendi. Mitä enemmän

vähän liikkuvilla ja liikunnallisesti keskitasoisilla oli syitä vähäiselle liikkumiselle, sitä heikompi oli heidän liikunnallinen minäkuvansa. Mitä enemmän estäviä tekijöitä vähän liikkuvilla ja liikunnallisesti keskitasoisilla oli, sitä vähemmän tärkeänä he pitivät yleensäkin liikunnan harrastamista. Mitä enemmän vähän liikkuvilla ja osalla liikunnallisesti keskitasoisia oli syitä oman liikuntansa vähäisyyteen, sitä suurempi osa heistä oli epäonnistunut aikeissa lisätä liikunnan määrää. Tutkimuksessa on siis nähtävissä yhteiskuntatieteellisistä tutkimuksista tuttua ilmiötä, jossa hyvä- ja huono-osaisuuteen taipuvilla tekijöillä on taipumus kasaantua. Vastaava ilmiö näyttää pätevän myös liikunnan alueella. (Merikivi ym. 2016, 78–86.)

3.5 Mitä tulee ymmärtää, jotta liikettä lisäävät toimet onnistuvat?

Vanttaja ym. toteavat tutkimuksessaan Liikkumattomuuden jäljillä, että vähän liikkuvat nuoret eivät ole homogeeninen ryhmä. Osa vähän liikkuvista oli jäänyt jo varhain liikunnan iloista osattomaksi, mutta joukossa on myös niitä, jotka ovat aikoinaan olleet hyvinkin aktiivisia liikunnan harrastajia ja urheilijoita. Liikkumattomaan elämäntapaan saateen siis päätyä hyvin erilaisten elämäntapojen seurauksena. Toisaalta on muistettava, että vähäinen liikkuminen ei välttämättä edes ole pysyvä elämäntapa, vaan tiettyyn elämänvaiheeseen liittyvä ilmiö. (Vanttaja ym. 2017, 147–148.)

Takalon tutkimus Mikä nuoria liikuttaa? osoittaa, että vähäinen liikunta-aktiivisuus murrosiässä ei ole myöhemmän liikunta-aktiivisuuden kannalta niin huolestuttavaa kuin tutkimukset antavat ymmärtää (esim. Nupponen & Penttinen 2012; Sheerder ym. 2006; 2008; Vanreusel ym. 1997). Vähäinen fyysinen aktiivisuus on nähty fyysistä aktiivisuutta pysyvämpänä (Vanreusel & Scheerder 2016, 153). Tulokset tässä tutkimuksessa osoittavat, että liikunnan sisällyttäminen osaksi arkea ja elämää on mahdollista hyvinkin vähän liikuntaa sisältäneen elämänjakson jälkeen, kunhan sosiaalisen ympäristön liikunta-aktiivisuuden lisäämiseksi tarjoama tuki kohtaa nuoren yksilölliset liikuntaan kohdistamat merkitykset ja odotukset. Myös Aarnio (2002, 62) korostaa, ettei vähän fyysistä aktiivisuutta sisältävä nuoruus väistämättä johda vähän liikkuvaan aikuisuuteen. (Takalo 2016, 167.)

Pertti Huotari toteaa kuitenkin 25 vuotta kestäneessä seurantutkimuksessaan Physical fitness and leisure-time physical activity in adolescence and in adulthood – A 25-year secular trend and follow-up study, että riski aikuisiän vähäiseen liikunta-aktiivisuuteen oli huomattavasti suurempi niillä tutkittavilla, jotka olivat vähän liikkuvia jo nuoruudessa verrattuna liikunnallisesti aktiivisiin ikätovereihin. Eri aktiivisuusryhmien välisten kuntovertailujen perusteella voidaan päätellä, että liikunnallisesti aktiiviset ovat paremmassa fyysi-

sessä kunnossa nuoruudessa ja kokevat kuntonsa paremmaksi aikuisuudessa. Nämä löydökset yhdessä kasvaneen nuorten fyysisen kunnan polarisoitumisen kanssa tukevat näkemystä liikunta-aktiivisuuden edistämisen tarpeesta erityisesti kaikkein vähiten liikkuvien nuorten keskuudessa. Tämän tutkimuksen tulosten pohjalta erityistä huomiota liikunta-aktiivisuuden edistämiseen tulisi kiinnittää hieman ennen aikuisikää (16–18-vuotiaana), jolloin vapaa-ajan liikunta-aktiivisuus vähenee, mutta toisaalta liikunta-aktiivisuuden yhteys aikuisiän liikunta-aktiivisuuteen on kaikkein voimakkainta. Kansanterveyden näkökulmasta liikuntakasvatuksessa tulisikin osoittaa aikaisempaa suurempia voimavaroja ja resursseja liian vähän liikkuvien nuorten liikunta-aktiivisuuden edistämiseen. (Huotari 2012, 69.)

Nuoren jättäytyessä pois seuratoiminnasta on Kansallisen liikuntatutkimuksen 2006 mukaan löydetty syiksi loukkaantumiset pois jättäen kiinnostuksen menettäminen, ajan puute muiden harrastusten, kavereiden, opiskelujen ja töiden takia, huono ohjaus, kilpailun ylikorostuminen (Lämsä, Mäenpää 2002, Salmela 2006). Syyt viittaavat siihen, että organisoidun liikunnan merkityspotentiaalit eivät ole kyenneet vastaamaan lapsista nuoriksi varttuneiden merkityskysyntään. Palveluntarjoajien olisi hylättävä, synnyttävä ja uudistettava liikuntapalvelujensa merkitysrakenteita yhteiskunnan muutoksia seuraten, mutta uudistumisherkkyttä tarvitaan myös mikrotasolla, yksilön muutokset (kasvu, kypsyminen) huomioiden. Liikuntaseuroilla vaikuttaa kuitenkin olevan vain niukasti omakohtaiseen liikkumiseen tähtäävää palveluntarjontaa niille lapsille ja nuorille, jotka eivät (enää) kohtaa seuraharjoitustiheyteen korreloineita menestystalu- ja hyvä olo - mieli-merkityksiä niin tärkeinä, että haluaisivat osallistua harjoituksiin useita kertoja viikossa. (Lehmuskallio 2007, 150.)

Nuorten vapaa-aikatutkimuksessa Nuoria Liikkeellä 2013 kysyttiin nuorilta, jotka eivät harrasta liikuntaa tai eivät harrasta sitä urheilu- tai liikuntaseurassa haluaisivatko he aloittaa harrastamisen urheilu- tai liikuntaseurassa. Vastaajista kolmannes (34 %) halusi aloittaa, yli puolet (59 %) ei halunnut ja 8 % ei osannut sanoa. Iän mukaan tarkasteltuna aloittamishaluisia oli 7–9-vuotiaissa (50 %) ja 10–14-vuotiaissa (46 %). 15–29-vuotiaissa lähes kaksi kolmesta ei halunnut aloittaa. Halu harrastaa liikuntaa urheiluseurassa on suhteellisen vähäistä (23 %), mikäli vastaajalla ei ole siitä aiempaa kokemusta. Joskus seurassa harrastaneiden joukossa uudelleenaloittamishalu on yleisempää (41 %). (Myllyniemi & Berg 2013, 81–82.)

Nuorten vapaa-aikatutkimuksesta selviää, että nuorten suhtautuminen jäsenyyksiin on varsin kielteistä. Peräti useampi kuin kaksi kolmesta (72 %) on sitä mieltä, että toimintaan on mukava osallistua, jos ei tarvitse liittyä jäseneksi mihinkään. Kiintoisa ero kaik-

kein nuorimpien ja vähän vanhempien vastaajien välillä löytyy suhtautumisessa kysymykseen jäsenyyksistä. Alle 10-vuotiaista 45 % on sitä mieltä, että toimintaan on mukava osallistua, jos ei tarvitse liittyä jäseneksi, kun 10–29-vuotiaiden ikäryhmässä osuus on peräti 72 %. 7–9-vuotiaille kysymys oli myös hankala vastattava, mikä näkyy siinä, että 41 % ei osaa sanoa. Sama kysymys osallistumisesta ja jäsenyyksistä esitettiin myös vuoden 2009 vapaa-aikatutkimuksessa. Silloin 10–29-vuotiaista 45 % suhtautui kriittisesti jäsenyyksiin osuuden ollessa nyt 72 %. Suunta on siis kohti entistä kriittisempää asennetta ja saattaa osaltaan kertoa trendistä kohti hengailu- tai projektiosallistuskulttuuria. Kielteinen suhtautuminen jäsenyyksiin on nuorisotyön ja järjestökentän toimijoiden kannalta kiinnostava, ehkä turhauttavakin tulos. Toisaalta suuri osa nuorista voi pitää toimintaa sinänsä mukavana ja olla valmis sitoutumaankin siihen, mutta heidän kiinnittymisensä ei perustu ensisijaisesti muodollisiin jäsenyyksiin. (Myllyniemi & Berg 2013, 47.)

Yhden ratkaisun niiden lasten ja nuorten saamiseksi organisoidun liikunnan kuluttajiksi, jotka eivät kohtaa itselleen (riittävän) tärkeitä merkityksiä seuraliikunnassa, voisivat tarjota tarkoituksenmukaisemmin organisoidut koulujen liikuntakerhopalvelut ja/tai liikunnalliset iltapäivätoimintapalvelut. Olennaista olisi kuitenkin selvittää millä tavalla liikuntakerhojen ja/tai liikunnallisen iltapäivätoiminnan merkityspotentiaalien tulisi lasten ja nuorten mielestä erota liikuntaseuratoiminnan ja omatoimisen liikkumisen merkityksistä. Liikuntakerhojen ja liikunnallisen iltapäivätoiminnan olisi mahdollista muodostaa merkityspotentiaaleiltaan selkeämpi ``väliporras`` omatoimisen liikkumisen ja järjestäytyneen seuraliikunnan väliin. Vaikka kerhoissa ja iltapäivätoiminnassa toiminnallinen organisoituminen olisikin löyhempää, kannustavat tutkimushavainnot saattamaan ja pitämään lapsia ja nuoria nimenomaan organisoidun liikunnan parissa. Niin tässä Kosken ja Tähtisenkin (2005) merkitystutkimuksessa organisoituun liikuntaan osallistuneiden havaittiin kohdanneen liikkumisessa useampia ja tärkeämpiä merkityksiä verrattuna organisoimattomaan liikuntaan osallistumattomiin. (Lehmuskallio 2007, 153.)

Sosiaalisten verkostojen tarkastelu antaa viitteitä siitä, että mitä tiiviimmin organisoituun liikuntaan sitoudutaan, sitä vahvempi rooli lapsen ja nuoren perheellä on liikuntaa harrastavalle nuorelle. Heikommin liikuntaan kiinnittyneelle nuorelle perheen antamaa tukea korvasivat muut nuoren elämälle merkitykselliset henkilöt, esimerkiksi ystävät ja kaverit. Liikunta-aktiivisuuteen vaikuttaville elämäntilanteille on enemmän tilaa sellaisten nuorten elämässä, jossa perhe ei näyttäyty vahvana omakohtaisen liikuntasuhteen voimistajana. (Takalo 2016, 172.)

Kati Kauravaaran tutkimus Mitä sitten, jos ei liikuta? tuo esiin seikan, että ammattioppilaitoksessa opiskelevien nuorten miesten asenteissa liikkuminen ei ole itsestäänselvyys, vähäinen liikkuminen on. Vähäinen liikkuminen merkitsee nuorelle muiden asettamista velvoitteista ja tavoitteista vapaata aikaa, kiireettömyyttä ja mahdollisimman vähällä pääsemistä. Liikkumattomuus tarjoaa myös mahdollisuuden kuulua porukkaan. Elämänpoliittisesta näkökulmasta tarkasteltuna nuoren miehen vähäinen liikkuminen kyseenalaistaa häneen kohdistetut toiveet ja odotukset. (Kauravaara 2013, 233.)

Ei nuorille, vaan nuorten kanssa. Miten mitata liikuntakulttuurin muutosta Your Move -kampanjassa? Tutkijat toteavat, että nuoret voivat olla passiivisia, valita passiivisuuden aktiivisesti (ks. esim. Aaltonen ym. 2011), mutta toisaalta he voivat olla liikunnallisesti aktiivisia muutoin kuin oletetaan. Nuoret eivät aina välttämättä miellä, tai edes halua mieltää, muita harrastuksiaan tai vapaa-ajan tekemisiään liikunnaksi. Haastatteluissa puhutaan esimerkiksi mainosten jakamisesta, skeittaamisesta ja hoitolasten perässä juoksemisesta. Nuorisotutkijoina käsityksemme on, että liikkumattomuus voi olla myös vastarintaa ja aktiivista toimijuutta: valitsemalla sen, että käyttää aikaansa johonkin muuhun kuin liikuntaan, nuori todennäköisesti on silti aktiivinen toimija, joka käy keikoilla, tapaa kavereitaan, kuuntelee musiikkia, tekee läksyjään, käy elokuvissa, käy töissä jne. Lisäksi on pohdittava myös sitä, voidaanko kaikkea liikuntaa ”mitata”. Harvempi nuori tuskin laskee liikunnaksi bändikeikalla hyppimistä, saati esimerkiksi skeittausta (ks. liite 1, jossa Fogelholm ym. 2007 tuovat tämän esiin suhteessa käytettyihin mittareihin.). (Berg ym. 2011, 10–11.)

Kati Kauravaaran mukaan elämänpolitiikka ei saisi tehdä yksilön elämänpolitiikkaa täysin mahdottomaksi vaan ihmisellä tulisi aina olla uusi tilaisuus valita (Giddens 1994, 172, 186–187; ks. Heiskala 1998). Voisikin ajatella, että liikunnan edistämiseksi tulisi löytää ratkaisuja, jotka mahdollistavat yksilön elämäntavan keskeisten elementtien toteutumisen ja itsensä toteuttamisen (Roos & Hoikkala 1998, 15). Kun nuoren miehen näkökulma, olemisen tapa ja merkityksellisyyden kokemukset osataan huomioida ja niitä arvostetaan, hyvinvointia on mahdollista rakentaa alhaalta ylöspäin. Vaikka vähäisellä liikunnalla on kiistattomat haitalliset ja liikkumisella myönteiset vaikutuksensa terveyteen, terveyden viitekehys on liian kapea näkökulma vähäisen liikkumisen ymmärtämiseksi kaikessa monimuotoisuudessaan. Tässä hetkessä elävän nuoren miehen on vaikea nähdä tulevaisuuteen edes mielikuvissaan. Siten on ymmärrettävää, ettei hänelle ole mielekästä arvioida mahdollisia liikunnan puutteen aiheuttamia ongelmia, joita hän mahdollisesti kohtaisi ikääntyessään. (Kauravaara, 2013, 234.)

Nykyinen liikuntapaatos ja vähäisen liikkumisen todelliset syyt eivät kohtaa. Liikunta-aktiivisuuden tutkimuksessa ja edistämisessä ei ole huomioitu riittävästi ihmisen käyttäytymistä määrittävää arkea ja elämän reunaehtoja. Ihmisen elämänkaaressa on useita paikkoja notkahduksille. Liikuntatottumuksiin vaikuttavat monet asiat. (Rovio 2011 a; 2011 b.) Liikuntakampanjoilla on pyritty ensisijaisesti herättelemään kansalaisten omavastuuta liikunnastaan ja hyvinvoinnistaan. Yksilön motiivien huomiointi, arjen elinympäristön tarjoamien mahdollisuuksien arviointi ja liikkumisen esteiden poistaminen on jäänyt vähemmälle huomiolle. Keskiluokkaistuneessa liikuntakulttuurissa liikuntaeliitti on luonut tavoiteltavan liikkujan kuvan, johon liikuntaheimoon kuulumattomien ja varsinkin syrjäytyneiden on hankala samaistua. (Pyykkönen 2011; Laine 2015, 64–65.)

On merkittävää huomata, että 2000-luvulla on tehty lukuisia toimia valtion tuella eri kehittämishankkeissa. Liikuntaan osallistumisesta on haluttu tehdä mahdollisimman mielekästä ja helppoa. Lasten ja nuorten aktivointihankkeissa keskeisenä toimintatapana on käytetty osallistamista, jolla on pyritty lisäämään motivaatiota liikuntaan. Aktivointihankkeista on kuitenkin vielä vähän tietoa hyödynnettäväksi. Haasteena tulevaisuudessa on yhä se, että urheiluseurat ja liikuntajärjestöt pitäytyvät mieluummin siinä minkä ne osaaavat; aktiivien harrastusten edistämisessä. Seurojen näkisi mielellään laajentavan toimintaansa myös vähän liikkuviin. Kun suurin osa suomalaisista liikkuu omatoimisesti yksin tai ryhmässä, yksi väylä passiivisuuden poistamiseen saattaa löytyä vapaamuotoisista ryhmistä, kaveriporukoista (neljäs sektori). Niissä sitoutumisen on lupa olla löyhempää ja väliaikaisempaa kuin järjestömaailmassa. Tällaisessa uusyhteisöllisyydessä (kevytyhteisöllisyydessä) korostuvat omaehtoisuus, spontaanius, vapaamuotoisuus sekä yhteiset elämäntavat ja mielenkiinnon kohteet. (Pyykkönen 2014, 34–36.)

Jos todella halutaan löytää vähän liikkuvien ihmisten liikunta-aktiivisuutta lisääviä keinoja, on hyödyllistä tuntee yksilön liikuntahistoriaa ja hänen liikuntaan liittämääns merkityksiä ja liikuntakokemuksia. (Ks. Kari 2016; Takalo 2016.) Koska ihmisten kokemukset ja liikuntaan liittyvät merkitykset ovat erilaisia, on myös liikuntaan aktivoivien keinojen oltava erilaisia eri ihmisille. Kaikille soveltuvaa, helppoa, halpaa ja nopeasti vaikuttavaa ihmelääkettä liikunnan lisäämisestä ei ole olemassa. (Merikivi ym. 2016, 149.)

Liikuntaan sosiaalistuminen tulisi hahmottaa toimijoiden ja monisyisten vuorovaikutussuhteiden sekä merkityksenantojen näkökulmasta eikä vain yksilöllisenä elämäntapavalintana. Myös se, että liikunta ei kiinnosta kaikkia olisi hyväksyttävä. Ihmisen kokonais hyvinvoinnissa on kyse paljon muustakin kuin siitä, kuinka paljon harrastaa liikuntaa tai millainen on terveys ja fyysinen kunto. Toisaalta on muistettava, että yksilö voi olla fyysisesti aktiivinen, vaikka hän ei varsinaisesti harrasta liikuntaa, vaan esimerkiksi viihtyy

luonnossa tai saa terveyden kannalta riittävästi fyysistä räsitusä muulla tavoin erilaisissa arkisissa puuhissaan. Ihmiset eivät välttämättä edes miellä olevansa fyysisesti aktiivisia, jos fyysistä räsitusä karttuu päivän mittaan huomaamatta. (Vanttaja ym. 2017, 148–149.)

4 OSALLISUUS

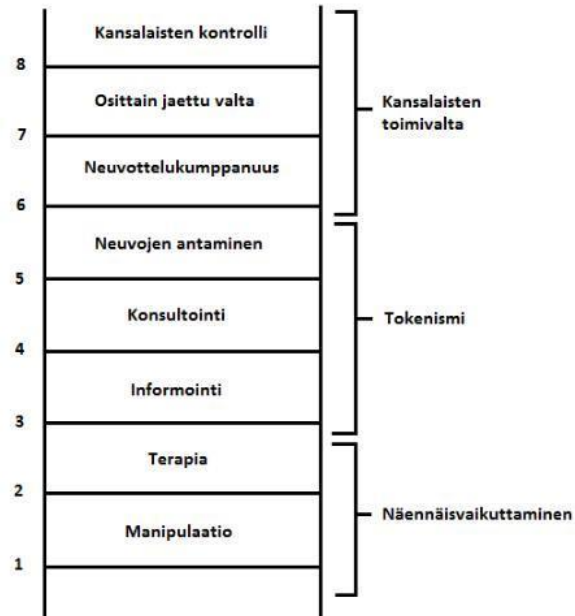
Luvussa neljä avataan osallisuuden käsitettä. Osallisuutta käsitellään yleisenä käsitteenä ja avataan osallisuuteen läheisesti liittyviä termejä osallistuminen, voimaantuminen ja vaikuttaminen. Lisäksi osallisuutta käsitellään suomalaisessa lainsäädännössä sekä kunnallisessa päätöksentekoprosessissa. Osallisuuden käsitettä tarkastellaan nuorten sitouttamisen välineenä sekä nuorten liikuntatuotteen palvelumuotoilun näkökulmasta.

4.1 Osallistuminen, osallisuus, voimaantuminen ja vaikuttaminen käsitteenä

Nuorisolaissa **osallistumisella** tarkoitetaan nuorten mahdollisuuksia osallistua paikallista nuorisotyötä sekä nuorisopolitiikkaa koskevien asioiden valmisteluun. Lisäksi nuoria tulee kuulla heitä koskevissa asioissa. Osallistuminen on niin sanottu sumea käsite, johon liittyy paljon toiveita ja ennakkokäsityksiä. Suomen kielen erityispiirre on erottelu osallistumisen (intrassitiivi; participatio) ja osallistamisen (transiivi; involvement) välillä. Osallistuminen on sumea käsite myös siksi, että se kattaa laajan toimintakentän. (Hoikkala & Sell 2007, 218.)

Yksinkertaistettuna osallistuminen on osallistumista johonkin aktiviteettiin, jonka raamit (esim. nettiaadressi tai keskustelutilaisuus) joku muu on järjestänyt. Osallistuminen on väljästi ottaen sosiaalista toimintaa, jossa ollaan mukana muiden toimijoiden kanssa. (Hoikkala & Sell 2007, 218, 262.)

Vaikuttaminen sen sijaan käsitteenä tarkoittaa jonkinasteisen muutoksen saamista aikaan sosiaalisissa ja poliittisissa prosesseissa, mutta ennen kaikkea päätöksenteossa. Näiden kahden käsitteen osallistumisen ja vaikuttamisen leikkauspintaa voidaan kutsua **vaikuttavaksi osallistumiseksi**. Tämä kuvaa osallistumiseen liittyvää mielekkyyden vaatimusta, jonka mukaan osallistumisen on oltava jollain tavalla vaikuttavaa (Salmikangas 1996, 11). Sen kohteen on myös oltava kollektiivinen ja julkinen tai puolijulkinen (public participation). Monien tutkijoiden kuvaamat osallisuustikkaat yksisuuntaisesta osallistumisesta suoraan kansalaisvaikuttamiseen tai asukasvaltaan selittävät osallistumisen vähittäistä muuttamista vaikuttamiseksi (Horelli & Kukkonen 2002; Hoikkala & Sell 2007, 219.)



Kuva 12. Osallisuuden tikapuut (Arnstein 2012, suomennos: Sainio 1994, 26).

Osallisuus viittaa subjektiiviseen **voimaantumisen** tunteeseen, joka ilmenee, kun osallistuja kiinnittyy yhteisöllisiin ja yhteiskunnallisiin prosesseihin (vrt. Gretschel 2002, 59; Antiroiko 2003, 20). **Valtautuminen** puolestaan viittaa vaikuttavan osallistumisen yhteydessä tarpeellisiin, materiaalisia ja sosiaalisia voimavaroja koskeviin tiedollisiin ja taidollisiin kykyihin. Voimaantuminen ja valtautuminen ovat siten empowerment- käsitteen kaksi osapuolta. (Hoikkala & Sell 2007, 219.)

Käsite **osallisuus** on nimenomaan osallisuuden tunnetta, jonka olemassaolo tai poissaolo paljastuu kuuntelemalla nuoria. Osallisuuden tunteessa nuori tuntee pätevyyttä ja pitää omaa rooliaan yhteisössä merkittävänä. Nuoren puheissa käy ilmi hänen toiminnalle asettamansa aikomukset ja odotukset. Ja niiden toteutuminen osana yhteisöä. (Ks. Gretschel 2002, 90–91; voimaantumisesta ks. Esim. Siitonen 1999; valtautumisesta). Osallisuus voidaan jakaa kahteen. Osallisuuteen omasta elämästä, yhteisöstä ja yhteiskunnan hyvinvoinnista sekä osallisuuteen vaikuttamisesta eli vaikuttamisosallisuuteen, kansalaisvaikuttamiseen ja poliittiseen osallisuuteen. (Hoikkala & Sell 2007, 245–246.)

Osallisuus on eräänlainen kattomääritelmä, joka kerää alleen erilaisia lähestymistapoja ja näkökulmia käsitteineen. Osallisuus hahmottuukin 2010-luvun politiikka- ja hyvinvointiohjelmassa samanaikaisesti sekä tavoitteeksi että keinoksi lisätä ja edistää yhteiskunnan tasa-arvoa ja sosiaalista koheesiota. Lähtöoletuksena on, että osallisuutta lisäämällä kasvatetaan yksilötason hyvinvointia, mikä puolestaan heijastuu yhteiskuntaan sosiaalisena kestävytenä, eheytenä sekä luottamuksen lisääntymisenä. Osallisuus on siis toisaalta eräänlainen arvotavoite, toisaalta toimintaa – ihmisten osallistumista. Alilan,

Gröhnin, Keson ja Volkin (2011) mukaan osallistuminen tapahtuu virallisten ja epävirallisten sosiaalisten suhteiden ja erilaisten verkostojen kautta eriasteisilla tasoilla (yksilötaso, perhe, ystäväpiiri, työpaikka, aluetaso ja valtakunnallinen taso). Verkostot voivat ylittää sosiaalisia, etnisiä ja uskonnollisia rajoja lisäten suvaitsevaisuutta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta ja sitä kautta luottamusta ja turvallisuutta. Liittyminen yhteisöön ja yhteiskuntaan on siis monipuolista ja vuorovaikutteista toimintaa ja normien ja arvojen kautta ohjattua ja säänneltyä. (Era 2013, 12–14.)

Anu Gretschel on luonut osallistumisen portaat -määritelmän, jota hän käyttää avoimen nuorisotalotoiminnan tarkastelussa. Nuorten avoin maksuton liikuntapalvelu on rinnastettavissa nuorisotalotoimintaan. Osallistumisen portaissa on viisi askelmaa.



Kuva 13. Osallisuuden portaat. (Gretschel & Kiilakoski 2007, 194–195.)

Osallisuus ei ole kuitenkaan toimintamenetelmä tai yksittäinen projekti. Se on pikemminkin asenne, jota leimaa halu kunnioittaa lasten ja nuorten mielipiteitä sekä antaa heil-

le todellisia mahdollisuuksia toimia. Tämä asenne voi muuttua toiminnaksi monin tavoin. (Gretschel & Kiilakoski 2007, 18.)

4.2 Nuorten kuuleminen ja osallisuuden lakisääteisyys Suomessa

Suomen laki turvaa hyvin myös lasten ja nuorten kunnalliset vaikutusmahdollisuudet. Perustuslaki takaa perusoikeudet. Äänestysikärajaa lukuunottamatta se takaa samat oikeudet kaikille iästä riippumatta. Lain 6. pykälä toteaa, että lapsia on kohdeltava tasa-arvoisesti yksilöinä ja että heidän on saatava kehitystasonsa mukaan vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Kuntalain 27. pykälä puolestaan korostaa, että kuntalaisilla tulee olla mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa kunnan päätöksentekoon. Pykälässä luetellaan tapoja toteuttaa tämä, esimerkiksi valitsemalla palvelujen käyttäjien edustajia kunnan toimielimiin, selvittämällä asukkaiden mielipiteitä ennen päätöksentekoa sekä avustamalla asukkaiden omaehtoista asioiden hoitoa. (Gretschel & Kiilakoski 2007, 8.)

Lapsivaikutusten arviointiin eli erityisesti lasten ja heidän huoltajiensa kuulemiseen velvoittavat lisäksi kuntalain 27–29 pykälät. Lapset määräytyvät kuulemisen osalta täysivaltaisiksi kunnan jäseniksi, vaikka heillä ei ole kaikkia täysi-ikäisyyteen liittyviä oikeuksia. Tämän mukaisesti kuntalaki velvoittaa valtuustoa pitämään huolta lastenkin näkökulman huomioonottamisesta toteamalla seuraavaa: Valtuuston on pidettävä huolta siitä, että kunnan asukkailla ja palvelujen käyttäjillä on edellytykset osallistua ja vaikuttaa kunnan toimintaan. Osallistumista ja vaikuttamista voidaan edistää erityisesti selvittämällä asukkaiden mielipiteitä ennen päätöksentekoa. (Nurmi & Rantala 2011, 65.)

Lasten kuulemiseen velvoittaa myös nuorisolain (72/2006) 8. pykälä, jonka mukaan nuorille tulee järjestää mahdollisuus osallistua paikallista ja alueellista nuorisotyötä ja -politiikkaa koskevien asioiden käsittelyyn. Lisäksi nuoria on kuultava heitä koskevis-
sa asioissa. Nuorisolain 2. §:n perusteella nuoret määrittyvät alle 29-vuotiaiksi. (Nurmi & Rantala 2011, 65.)

4.3 Nuorten osallisuuden menetelmät kunnallisessa päätöksenteossa

Yhteiskunnallinen vaikuttaminen on vain yksi, mutta hyvin keskeinen osallisuuden muodoista ja kunta nuoren välittömänä lähiympäristönä sen keskeisiä areenoita. Tärkeitä vaikuttamiskanavia ovat esimerkiksi nuorisovaltuustot ja vastaavat vaikuttajaryhmät, oppilaskunnat sekä nuorisotalotoimikunnat ja muut nuorisotalolla toimivat ryhmät. (Kiilakoski 2007, 8–10; Myllyniemi 2008, 51.)

Osallistuminen yhteisten asioiden hoitamiseen ja erityisesti päätöksentekoon on kautta historian ollut tärkeä kansalaisuuden toteutumistapa. Edustuksellinen demokratia on se päätöksenteon malli, johon mielikuvat kansalaisuudesta vahvimmin liittyvät. Edustuksellisessa demokratiassa aikuisilla kansalaisilla on siis määrääjain mahdollisuus vaikuttaa vaaleissa ja osallistua politiikan suunnasta käytävään keskusteluun. Lapsilla ja alle 18-vuotiailla nuorilla ei ole oikeutta poliittiseen vaikuttamiseen edustuksellisen demokratian keinoin, vaikka he ovat kansalaisia syntymästään lähtien. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 45.)

Edustuksellinen demokratia ei kuitenkaan ole ainoa demokraattisen kulttuurin muoto, eikä välttämättä edes tärkein. Osallistuva demokratia toimii edustuksellisen demokratian rinnalla sitä vahvistaen. Äänestäminen ja puolueeseen liittyminen eivät ole enää ensimmäiset tavat nuorille vaikuttaa, vaan listalle ovat nousseet entistä vahvemmin lakkoilu, mielenosoitukseen osallistuminen sekä osto- ja maksuboikotit (Myllyniemi 2008, 58; Gretschel & Kiilakoski 2012, 47.)

Osallistuvan demokratian tavoitteena on vahvistaa jokaisen asemaa ja vastustaa vallan epätasaista jakaantumista. Demokratian muodoksi ei nähdä pelkästään äänestämistä, vaan demokraattisen yhteiskunnan näkyinä on maailma, jossa ihmiset pystyvät osallistumaan demokraattiseen suunnitteluprosessiin kaikissa itselleen merkityksellisissä instituutioissa. Osallistuvassa demokratiassa korostuu näkemys siitä, että kansalaisilla tulisi olla toimijuutta sekä paikallisissa, että kansallisissa asioissa. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 58.)

Lasten ja nuorten osallisuutta edistävässä työssä osallistuvan demokratian periaatteet ovat keskeisiä. Vaaleista poissuljettujen alle 18-vuotiaiden huomioiminen ja heidän aktivoimisensa ja innostamisensa toimimaan kunnallisissa asioissa on ollut keskeinen lähtökohta. Tämän toiminnan tukemiseksi on kuntien toimesta luotu kuulemistilaisuuksia, vaikuttamiskanavia, rakennettu yhteissuunnittelua ja pyritty rikkomaan malleja, jossa lapsilla ja nuorilla on vain asiakkaan ja toiminnan kohteen rooli. Lasten ja nuorten huomioiminen kuntalaisina on kunnissa aloitettu osallistuvan demokratian edustuksellisista rakenteista. Valtion aluehallinnon toteuttaman peruspalvelujen arvioinnin mukaan 70 % kunnista toimii lasten- ja nuorten vaikuttajaryhmä. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 59.)

Nuorisotoimen peruspalveluiden arvioinnin yhteydessä kävi kuitenkin ilmi, että rakenteista huolimatta vaikuttajaryhmien kuulemisessa on ongelmia. Vaikuttajaryhmissä mukana olevat nuoret kokivat, etteivät he tule kuulluksi. Kolmannes vastanneista nuorista piti kuulemisen tasoa hyvänä ja hieman alle puolet tyydyttävänä. Pelkkä kuulemiskanavan

olemassaolo ei riitä, jos nuoret kokevat, etteivät he sitä kautta tule kuulluksi. (Nuorisotoimen peruspalveluiden arviointi 2010). Nuoret toivovat erityisesti sitä, että kunnan viranhaltijat ja päättäjät ottaisivat aktiivisesti yhteyttä nuoriin, eivätkä odottaisi vain nuorten yhteydenottoja. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 68.)

Suomella on monia vahvuuksia lasten ja nuorten kuuntelemiseen ja näkemyksiin vakavasti suhtautumisessa, erityisesti muodollisissa edustuksellisissa rakenteissa. Parannuksia voitaisiin kuitenkin lisätä kehittämällä uusia innovatiivisia lasten osallistumismenetelmiä, tarjoamalla koulutusta, varmistamalla lapsiystävälliset tiedot ja ottamalla mukaan heikommassa asemassa olevat lapset ja nuoret. Raportti Lasten ja nuorten osallistuminen Suomessa - Euroopan neuvoston toimintastrategia (2011) antaa kattavan analyysin lasten oikeuksien täytäntöönpanosta Suomessa, jotta lapset voisivat osallistua heihin vaikuttaviin päätöksiin. Raportti laatii laillisen ja poliittisen analyysin lapsen ja nuorten osallistumisesta Suomessa ja arvioi, kuinka lapsen osallistuminen toimii eri olosuhteissa. Kuten tarkastelussa korostetaan, lapsille ja nuorille osallistumiseen liittyvät lakisääteiset velvoitteet ovat hyvät Suomessa ja merkittäviä saavutuksia on edistetty, jotta lapsilla olisi oikeus tulla kuulluksi. Parannuksia voidaan kuitenkin edistää kannustamalla alhaalta ylöspäin suuntautuvia osallistavia aloitteita, parantamaan nuorten ja lasten osallistumista, investoimalla lasten kanssa työskentelevien ammattilaisten koulutukseen ja varmistamalla, että aina kun mahdollista, lapsia kuullaan päätöksentekoprosessin alussa. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2012.)

Toinen edustuksellisen demokratian välineistä on oppilaskunta. Oppilaskunta koostuu kaikista koulun oppilaista. Oppilaskunnalla on hallitus, joka edustaa kaikkia koulun oppilaita. Osallisuuden kehittäminen on koulumaailmassa pitkälti oppilaskuntatoiminnan kehittämistä. (Manninen 2008). Tällöin pyritään luomaan edustava mekanismi, joka pystyy suodattamaan oppilaiden ristiin puhuvat äänet ja saattamaan ne koulun asioista päättävien tietoon. Oppilaskunnan tehtäväksi on perusopetuslaissa määritelty oppilaiden yhteistoiminnan ja vaikutusmahdollisuuksien edistäminen sekä osallistumisen edistäminen oppilaita koskevissa asioissa. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 104–105.)

Kuntatasolla lasten, nuorten ja perheiden palvelujen ja lastensuojelun kehittämistä ohjaava keskeinen asiakirja on lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma, joka toimii myös lastensuojelun suunnitelmana. Suunnitelma tulee käsitellä ja hyväksyä kunkin kunnan kunnanvaltuustossa kerran neljässä vuodessa. Suunnitelmissa huomioidaan usein lasten ja nuorten osallisuus, mutta lapsia ja nuoria ei välttämättä ole otettu mukaan itse ohjelman tekoon. Lasten ja nuorten osallistuminen ohjelmien laadintaan oman elämänsä

asiantuntijoina ei kuitenkaan ole vielä itsestäänselvyys. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 170.)

Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman lainsäädännöllinen perusta on laaja. Kansainväliset sopimukset ja Suomen perustuslaki velvoittavat turvaamaan lapsen oikeudet ja ottamaan huomioon lapsen edun kaikessa yhteiskunnan toiminnassa. Lapsella ja nuorella on perustuslakimme mukaiset kansalaisen oikeudet, oikeudet osallistumiseen, oppimiseen, palveluihin sekä huolenpitoon ja erityiseen suojeluun (L 731/1999). Lapsen oikeuksien sopimuksen (Sops 59; L 60/1991) mukaan eri artikkelit ryhmitellään usein kolmeen ryhmään; 1) lapsella on oikeus osallistua ja tulla kuulluksi häntä koskevissa asioissa; 2) lapsella on oikeus osuuteen yhteiskunnan voimavaroista ja 3) lapsella on oikeus erityiseen suojeluun. (Rousu 2008, 6.)

Kuntatasolla merkittävimpänä haasteena on kaikkien lasten ja nuorten tasavertainen osallistuminen paikallistason päätöksentekoon. Kaikilla lapsilla mukaan lukien erityisryhmät, maahanmuuttajalapsen, turvapaikkaan hakevat lapset, on oltava tasavertaiset oikeudet osallistua. Kuulluksi tuleminen ja osallistumisen kokemukset tulisi mahdollistaa muilla tavoin myös niille lapsille ja nuorille, jotka eivät halua tai pääse mukaan lasten parlamentteihin tai nuorisovaltuustoihin. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 72.)

Haasteena on, että kunnallinen nuorisotyö ei onnistu tavoittamaan kaikkia kunnan nuoria, vaan aktiivista kansalaisuutta tukeva nuorisotyö kohdentuu jo vaikuttajaryhmissä mukana oleviin nuoriin. Nuorisotaloilla ja avoimessa nuorten toiminnassa on osallisuutta pyritty kehittämään muun muassa perustamalla talotoimikuntia tai järjestämällä säännöllisiä talokokouksia, joissa tilojen nuorilla on mahdollisuus ilmaista mielipiteensä ja vaikuttaa tilojen toimintaan. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 190.)

Haasteena kunnan palveluntuotannossa on murtaa aikuisvetoista palvelujen suunnittelun tapaa, jossa työntekijät suunnittelevat toiminnan raameja verrattain pitkälle. Katse tulisi kääntää palvelujen järjestämisestä ja tuottamisesta asiakkaaseen eli lapseen ja nuoreen. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 190.)

4.4 Osallisuuden ja osallistumisen merkitys nuorten sitouttamisen välineenä

Osallisuuden kautta pyritään vahvistamaan lasten ja nuorten sidettä yhteisöön sekä heidän omia vaikutusmahdollisuuksiaan siellä. Osallisuudessa on kysymys syvästä viime kädessä lapsen ja nuoren identiteettiä ulottuvasta kokemuksesta-jäsenyyden tunteesta yhteisössä. (Nurmi & Rantala 2011, 140.)

Monipuolinen osallisuus yhteiskunnasta on tärkeää yhteisen hyvän määrittelyn ja tätä kautta kansalaisten itsehallinnon ja vapauden kannalta. Osallistuminen kehittää kansalaisten aktiivisuutta ja poliittisia kykyjä, veloitteiden omaksumista ja parantaa poliittisen tiedon ja harkinnan tasoa. (Hoikkala & Sell 2007, 256.)

Osallisuus edellyttää, että yksilölle annetaan mahdollisuus toimia. Tämä tarkoittaa vallan ja vastuun jakamista. Osallisena ei voi pitää tilannetta, jossa yksilön mielipidettä kuunnellaan loputtomiin, mutta hänen mielipiteilleen ei anneta mitään merkitystä yhteisön toiminnasta päätettäessä. Osallisuus ei ole vain loiselämistä, vaan siinä korostuu myös vastuu toiminnasta. Osallinen ihminen kantaa huolta ryhmän tai yhteisön toiminnasta. Jotta lapsi tai nuori voi kantaa vastuuta, tulee hänen saada sitä kunnalta. Osallisuus on sekä oikeuksia että velvollisuuksia, sekä kuulumista että vastuun kantamista. Se on yksilön tunne ja yhteisön tila. (Gretschel & Kiilakoski 2007, 14.)

Yksinkertaisimmillaan osallisuuden kokemus saavutetaan aitojen kohtaamisten avulla – kohtaamattomuuden kokemukset tuottavat syvän osattomuuden kokemuksen (Peltola & Moisio 2017, 22).

Osallistumisen voi ajatella sekä tavoitteeksi että toiminnan muodoksi. Ihmisten saaminen liikkeelle, tulemaan yhteen ja osallistumaan yhteiseen toimintaan on usein itsessään arvokasta, ja parhaimmillaan se voi vahvistaa yhteisöllisiä suhteita ja yhteisöön kuulumisen tunteita – eli vahvistaa osallisuuden sosiaalista perustaa. Tavoitteena on luoda itseään vahvistava kehä, jossa osallistuminen syventää kuulumisen tunnetta ja kuulumisen tunne kannustaa osallistumaan edelleen, entistä laajemmin ja sitoutuneemmin. Osallisuuden edistämistä tavoittelevassa toiminnassa pyritään tarjoamaan ihmisille mielekkäitä konkreettisia osallistumismahdollisuuksia ja tukemaan sellaista osallistumista, jossa heidän osallistumisvalmiutensa ja -halunsa kasvaa. (Rahikka-Räsänen & Ryytänen 2014, 11.)

Mirja Määtän ja Tarja Tolosen tutkimuksessa Nuorten vapaa-aika tänään tutkijat toteavat, että sellaiseen tavoitteelliseen harrastustoimintaan, joka lähtee käyntiin nuorista itsestään, on helpompi löytää motivoituneita osallistujia. Aikuislähtöisessä toiminnassa nuorten oma motivaatio ei välttämättä ole näin selkeää, vaan nuoria täytyy enemmän motivoida toimintaan ja ikään kuin myydä kyseessä oleva vapaa-ajantoimintomuoto heille osoittamalla toiminnasta saatavia hyötyjä. (Määttä & Tolonen 2011, 107.)

Motivoitaessa nuoria toimintaan tulisikin kiinnittää huomiota nuorten omaan tekijyyteen: nuorille olisi annettava mahdollisimman monenlaisia rooleja koko toimintaprosesseissa

niiden suunnittelusta toteutukseen ja arviointiin asti. Toisaalta osallistumisen kynnyks on olisi pidettävä matalana ja uudet tulokkaat olisi otettava avoimesti mukaan toimintaan. (Määttä & Tolonen 2011, 108.)

Kun lasten omia näkemyksiä selvitetään ja niistä ollaan kiinnostuneita, lapset ja nuoret kokevat, että heitä arvostetaan. Mukana oleminen ja kuulluksi tuleminen kiinnittävät lapset ja nuoret yhteisöön, vaikka tulos ei aina olisikaan heidän omien mielipiteidensä mukainen. Hyvien palveluiden järjestämisen tavoitteet onnistuvat paremmin, kun tiedetään mitä lapset ajattelevat asioista. (Nurmi & Rantala 2011, 36.)

4.5 Osallisuuden merkitys nuorten liikuntatuotteen palvelumuotoilussa

Muutama vuosi sitten muotoilulla ei ollut juuri mitään yhteyttä kunnallisten palveluiden kehittämiseen. Suomessa palvelumuotoilu (englanniksi service design) vahvistui käsitteeksi vuonna 2007. Olennaisia piirteitä palvelumuotoilussa ovat käyttäjä - ja ihmiskeskeisyys suunnittelun lähtökohtana sekä eri osapuolien osallistaminen yhteissuunnittelun avulla. Tämä merkitsee käytännössä esimerkiksi käyttäjätutkimusta, jossa palveluiden asiakkaita haastatellaan tai havainnoidaan, tai erilaisia työpajoja, jossa yhdessä asiakkaiden ja palveluntarjoajien kanssa pyritään löytämään hyviä ratkaisuja. (Jyrämä & Mattelmäki 2015, 27.)

Palvelumuotoilu on palvelujen ja liiketoiminnan kehittämistä ymmärtämällä ihmisiä ja heidän palvelukokonaisuuksiaan paremmin. Palvelumuotoilusta on lukuisia hyötyjä: asiakastarpeita voidaan ennakoida ja palveluprosessin sujuvuutta voidaan kehittää. Se tarjoaa mahdollisuuden kuntalaisten osallistamiseen ja henkilöstön osaamisen kehittämiseen. Lisäksi se voi tuottaa uusia palveluinnovaatioita. (Yhdenvertaisuus, 2017.)

Suomalaisessa yhteiskunnassa lapsilla ja nuorilla on kansalaisina vahvin asema palveluissa, jotka koskevat arviointia ja osallistumista itseään koskeviin ratkaisuihin lastensuojelussa. Asiakkaana olevan lapsen osallisuuden turvaaminen on lastensuojelulain läpäisevä periaate. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 165.)

Hyvinvointipalveluita käyttäessään lapset ja nuoret toimivat hyvinvointiyhteiskunnan kansalaisina. Osan palveluista he saavat ikään kuin välillisesti perheidensä jäseninä, mutta monissa palveluissa lapset ja nuoret ovat asiakkaina itse. He kohtaavat yhteiskunnan hyvinvointipalvelujärjestelmän sitä edustavien ammattilaisten kautta. Näiden aikuisten asenteet ovat ratkaisevia siinä, tulevatko lapset ja nuoret kohdatuksi ja kohdelluiksi toimivaltaisina, aktiivisina ja asiantuntevina subjekteina vai toimintakyvyttöminä, passiivisina ja asioita ymmärtämättöminä objekteina. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 176.)

Lapset ja nuoret ovat mukana monenlaisten kansalaisjärjestöjen toiminnoissa: muun muassa partiolaisina, jalkapalloseuroissa tai 4H:ssa. Järjestöjen toiminnassa mukana oleminen sinänsä ilmentää aktiivisuutta, mutta käytännössä kuitenkin jäsenyyksien luonteet ovat varsin erilaisia. Toiminnassa mukana oleminen voi olla enemmänkin yksi tapa viettää vapaa-aikaa, harrastaa. Välttämättä ei tarvitse ajatella olevansa mukana kansalaisjärjestössä. Jos osallisuus nähdään laajasti kuulumisena johonkin osallistumisen kautta, on kaikki järjestöissä tapahtuva harrastaminen merkityksellistä osallisuuden vahvistumisen kannalta. Kansalaisuuden näkökulmasta kaikenlainen osallistuminen yhteiseen toimintaan kehittää kansalaisvalmiuksia edellyttäessään vuorovaikusta muiden kanssa. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 227–228.)

Harrastustoiminnassa voi oppia myös vaikuttamistaitoja, jos osallistujille tarjotaan mahdollisuuksia vaikuttaa toiminnan sisältöihin, vaikka tarkoituksena ei olisikaan minkäänlainen harrastuksen piiristä ulospäin vaikuttaminen. Lisäksi ryhmässä tapahtuva harrastaminen vahvistaa tunnetta johonkin kuulumisesta ja voi tuottaa kokemuksia omasta merkityksestä muille. Jotta tämä harrastuksen mahdollistama yhteisöllinen osallisuus kehittyisi yhteiskunnalliselle tasolle, tarvitaan lisäksi jonkinlaisen tietoisuuden kehittymistä omasta asemasta, toiminnan mahdollisuuksista ja johonkin kuulumisesta nimenomaan yhteiskunnassa. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 228.)

Liikunta ja urheilu voisivat tarjota nuorille yhä enemmän myös muita kuin pelkkään harrastamiseen liittyviä rooleja. Lapset ja nuoret voisivat entistä enemmän osallistua toiminnan ideointiin, suunnitteluun, päätöksentekoon ja toteuttamiseen tapahtumien, leirien ja kilpailujen järjestämisessä, liikuntapaikkojen kehittämisessä, tuomareina, vertaisohjaajina, ratamestareina, suksihuollossa ja niin edelleen. Nyt lapsen ja nuoren mukanaolo urheiluseuran toiminnassa on usein yhden kortin, itse urheilemisen varassa. Sosiaalisesti kestävämpää olisi tarjota heille seurayhteisön jäsenenä monipuolisempaa kontaktia liikunnan ja urheilun maailmaan. (Gretschel & Kiilakoski 2012, 229.)

Käytännössä nuorten osallisuuden mahdollistumisessa kulkee rinnakkain kaksi prosessia. Ensinnäkin kyse on nuorten toimimisen mahdollistamisesta erilaisin tehtävin ja tilaisuuksin – tekemisen tarjoumin. Tarjoumat voivat olla avoimia tai valmiita tehtäviä, joihin nuoret voivat tarttua. Toisaalta kyse on nuorten position vahvistamisesta myös vallan jakamisen näkökulmasta. Nuorille voidaan antaa esimerkiksi osa päätöksenteko- ja toimenvidevallasta kysymyksissä, joista aiemmin ovat päättäneet yksin yhteisön aikuiset. (Gretschel 2011, 9.)

Vaikka seurapalveluissa on otettu askelia palveluntarjonnasta kohti kysyntäorientaatiota, voidaan epäillä, onko lapsia ja etenkin nuoria itseään kuultu riittävästi. Heidän ilon ja muiden tunne-elämysten lähteensä sekä tapansa jäsentää maailmaa eivät välttämättä ole samoja kuin aikuisten. Kuten aiemmin on todettu, lasten ja nuorten omien merkitystulkintojen ja kokemusten ymmärtämiseksi tarvitaan nimenomaan heistä lähtöisin olevaa tietoa ja heille merkityksellisten asioiden hahmottamista, jotka tulisi huomioida päätöksenteon eri tasoilla. (Ks. Bardy ym. 2002, 22; Brunton ym. 2003, 98–100.) Pennasen (2005, 95–96) ja Aaltosen (2007, 325–326) tapaan on syytä kysyä, ketkä olisivatkaan parempia asiantuntijoita mielekkäiden liikuntakerho ja -toimintojen suunnittelussa ja ideoinnissa, kuin lapset ja nuoret itse? (Lehmuskallio 2007, 152–154.)

Käyttäjälähtöisyys on aikamme avaintermejä, millä korostetaan sitä, että tuote tai palvelu vastaa käyttäjien tarpeita. Käyttäjälähtöisyys kuntapalveluissa tarkoittaa asukkaiden tarpeista lähtevää palvelujen kehittämistä ja kehittämisen painopisteen siirtämistä tuottajakeskeisyydestä käyttäjälähtöisyyteen. Osallistamisessa on eri tasoja ja tapoja kuten tiedottaminen, kuuleminen, osallistuminen ja toteuttaminen. Ensimmäinen aste on tiedottaminen, jolloin asiakkaat ovat lähinnä tiedon saajia. Konsultaatiossa he pääsevät kertomaan tarpeistaan ja toiveistaan. Asiakkaat voidaan ottaa mukaan myös suunnittelemaan ja kehittämään palveluja. Pisimmillään osallistuminen on silloin, kun asiakkaat ovat tekijöinä ja osallistuvat palveluntuotantoon. (Yhdenvertaisuus, 2017.)

Osallistamisen avulla voidaan testata ja tarkistaa, että tieto ja palvelut ovat esteettömiä ja saavutettavia kaikille ryhmille ja vastaavat kohderyhmän tarpeisiin. Osallistaminen luo myös mahdollisuuden yhteiselle suunnittelulle, jossa voidaan siirtää sivuun työntekijän ja asiakkaan roolit (Yhdenvertaisuus, 2017.)



Kuva 14. Lasten ja nuorten todellinen osallisuus toteutuu silloin, kun heillä on aitoja mahdollisuuksia vaikuttaa lopputulokseen. (Avoin hallinto, tietokortti numero 3.)

Nuorten osallisuutta ja osallisuuden tunnetta liikuntapalveluiden tuottamiseen on tutkittu Suomessa hyvin vähän. Merkittävin rooli osallisuudella on Liikkuva Koulu -ohjelmassa, jossa lasten ja nuorten osallisuus on yksi merkittävimmistä ohjelman tavoitteista. Lisäksi nuorten osallisuutta on tutkittu mm. Your Move -tapahtuman toteuttamisessa sekä Pro Gradu-tutkielmassa Osallisuus liikuttaa – nuoret mukana terveystoimintatyössä. Pienempiä osallisuushankkeita ja niistä saatuja kokemuksia löytyy runsaasti, mutta laajempaa tutkimusta aiheesta Suomessa ei ole.

Pro gradu-tutkielmassa Osallisuus liikuttaa—nuoret mukana terveystoimintatyössä nousi esille, että toiminnassa mukana olleet nuoret kokivat seuraavasti kysyttäessä, millaisia vaikutuksia ohjelmalla on ollut heidän kuntansa nuorten liikuntaan: nuoret kertoivat, että hankkeen käynnistämällä matalan kynnyksen liikuntatoiminnalla oli heidän mielestään nuoria aktivoivia vaikutuksia. Heidän tuttava- ja ystäväpiirissään oli nuoria, jotka olivat innostuneet liikkumaan ja löytäneet oman lajin hankkeen matalan kynnyksen ryhmätoiminnan kautta. Yleisesti nuoret olivat sitä mieltä, että heitä kannattaa asiantuntijoina kuulla nuorten asioissa. Nuoret uskoivat pystyvänsä vaikuttamaan ympäristönsä liikuntaolosuhteisiin ja se motivoi heitä toimimaan. (Siira 2012, 33.)

Siiran tutkimuksen mukaan toiminnanaikainen motivaatio syntyi mukavasta yhdessäolosta ja vapaamuotoisesta toiminnasta. Nuorten mielestä oli tärkeää, että kaikki hyväksytään sellaisena kuin he ovat eikä kukaan nouse ylitse muiden. Ryhmään sai tulla sellaisena kuin oli. Positiiviset kokemukset motivoivat toiminnan aikana. Merkitystä oli myös osallisuutta tukevilla menetelmillä. Siiran tutkimuksen nuoret olivat mukana koko prosessin ajan, suunnittelemassa, itse ohjaamassa ja osallistujina toiminnassa. Toiminnas-

sa korostui hyvä ja tasavertainen yhteistyö aikuistoimijoiden kanssa. Nuorten mielipiteitä kuultiin ja arvostettiin. Lisäksi osa heistä toimi ryhmien ohjaajina, joka nostettiin haastattelussa myös tärkeäksi asiaksi vaikuttamisen näkökulmasta. (Siira 2012, 40.)

Anniina Kokkonen on tutkinut kasvatustieteen Pro gradu -tutkimuksessaan Liikuntatunneista tulee kivempia, jos saa itse vaikuttaa niihin! viidesluokkalaisten kokemuksia osallisuudesta koululiikunnassa. Tutkimuksessa selvisi, että osallisuuden kokeminen herättää oppilaissa poikkeuksetta positiivisia tunteita. Erityisen miellyttävänä oppilaat pitivät osallisuuden myötä tarjoutuvaa mahdollisuutta liikkua itselleen mielisella tavalla. Mieluisa liikuntamuoto nähtiin myös motivaatiota lisäävänä tekijänä, sillä ”tuntuu mukavalta, kun saa urheilla mielisasti”. Tärkeäksi koettiin myös tunne ryhmään kuulumisesta ja ennen kaikkea liikuntaryhmä, jonka jäsenet ovat ystävällisiä ja kannustavia. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus on erityisen tärkeää juuri kouluikäisillä lapsilla ja nuorilla ja omaan ryhmään samaistutaan voimakkaasti (Launonen & Pulkkinen 2004; Kokkonen 2016, 62.)

5 PALVELUMUOTOILU

Luvussa viisi avataan palvelumuotoilun käsitettä, sekä kuvaillaan palvelumuotoilun prosessia. Luvussa käsitellään palvelumuotoilua erityisesti kunnallisten julkisten palveluiden näkökulmasta. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on selvittää millaiseksi nuoret muotoilivat Mihi-liikuntatuotteen, ja millaiset osallisuuden asiat he nostaisivat keskiöön osallisuuden näkökulmasta palvelupolun eri askelmilla. Opinnäytetyön kehittämistehtävänä on tarkoitus laatia kaksiosainen kehittämissuunnitelma osallisuuden lisäämiseksi palvelupolun eri vaiheisiin sekä osallisuuden merkityksen tunnistamiseksi palvelun tuotannon eri vaiheissa.

5.1 Palvelumuotoilu yleisesti

Palvelut ovat nopeasti ohittaneet merkittävytydessään tuotteiden tuotannon ja palvelut muodostavatkin hallitsevan osan maailmantaloudesta. Palveluinnovaatioita pidetään yhä enemmän kestäväen kasvun ja kilpailuedun vakiintuneina käsitteinä yritysallalla ja talouden tasolla. Nykypäivän organisaatioiden ja talouden palvelujen lisääntyvän kasvun myötä palveluinnovaatioiden ymmärtämisen merkitys ja käytännöt ovat myös nousussa. Palveluinnovaatiot ovat nousemassa tärkeäksi tekijäksi tuottavuuden ja suorituskyvyn kannalta. Innovaatio tunnustetaan yritysten menestyksen kannalta yhdeksi tärkeimmäksi ajuriksi. (Agarwall & Selen & Roos & Green, 2015 42–43.)

Palvelumuotoilu on yhteisesti jaettu ajattelu- ja toimintatapa. Se on yhteinen kieli eri osaamisalojen yhteistyön palveluiden kehittämisessä. Palvelumuotoilu on prosessi ja työkaluvalikoima. Se on hyvä kehikko, jolla päästään käsiksi palveluiden kehittämiseen; palvelun kehittäjä voi syventää omaa osaamistaan ja rakentaa omaan toimintaympäristöönsä paremmin sopivia työmenetelmiä ja välineitä. (Tuulaniemi, 2011, 58.)

Palvelumuotoilu on kokonaisvaltainen ja inhimillinen kehittämisen menetelmä, jossa keskitytään tavoitteiden, tarpeiden, motiivien, halujen ja kokemusten kokonaisvaltaiseen ymmärtämiseen ja palveluiden yhteiskehittämiseen (Ahonen 2017, 38).

Palvelumuotoilun lähtökohtana on palveluihin liittyvien esineiden, tilojen ja palveluprosessien muotoilu. Palvelumuotoilu hyödyntää käyttäjälähtöisen tutkimuksen työvälineitä: käyttäjäkokemuksen ja käytettävyyden tutkimus sekä käyttäjäkokemuksen mallintaminen uusien palveluiden tuotteistamisessa. (Miettinen 2011, 30.)

Tuotemuotoilun ja palvelumuotoilun välillä on selkeä ero. Palvelumuotoilussa keskiössä on tuotteen sijaan ihminen tarpeineen. (Tuulaniemi 2011, 66). Palvelun tarkoituksena on

tuottaa asiakkaalle palvelun avulla jonkinlaista lisäarvoa. Palveluntarpeeseen vastaaminen on kuitenkin vain yksi osa palvelua. Suuri merkitys etenkin asiakkaan palaamiselle palvelujen äärelle on palveluympäristöllä ja palvelupoluista saaduilla kokemuksilla. (Ahonen, 2017, 38.)

Palvelumuotoilun lähtökohtana on luoda tai muotoilla palveluja, joiden avulla voidaan vastata asiakkaan tarpeisiin ymmärtämällä tämän tarpeita, toiveita ja tavoitteita. Palvelumuotoilua toteutetaan yhdessä kehittämällä, visuaalisten työmenetelmien avulla. Iteratiivisuuden avulla luodaan laadukkaita palveluja. Iteratiivisuus tarkoittaa, että kehittäminen ei tapahdu suoraviivaisesti vaan toistoihin perustuen. Mikäli jonkin osion tulokseen ja ratkaisuihin ei olla tyytyväisiä, toistetaan osion kehittämistä, kunnes se kelpuutetaan. (Ahonen 2017, 36.)

Palvelumuotoiluprosessi tarkoittaa toisiinsa liittyvien tapahtumien muodostamaa kokonaisuutta, joka alkaa asiakkaan tarpeesta ja loppuu, kun asiakkaan tarve on tyydytetty. Prosessista saatava hyöty eli lisäarvo asiakkaalle on asiakkaan kokema arvo prosessin aikana. (Ahonen 2017, 38). Palvelumuotoilun keskeisenä tavoitteena onkin osallistaa prosessiin kaikki palvelussa mukana olevat osapuolet, niin eri asiakassegmentit kuin kaikki palvelun tuotantoon osallistuvat tahot, sitouttamalla heidät yhteistoimintaan jo palvelun suunnitteluvaiheessa (Tuulaniemi 2011, 29).

Palvelumuotoilussa on Magerin (2008) mukaan käyttäjäkeskeinen näkökulma. Se pyrkii takaamaan, että palvelut ovat hyödyllisiä, käyttökelpoisia ja toivottavia asiakkaan näkökulmasta sekä tehokkaita ja selvästi erottuvia toimittajan kannalta. Palvelumuotoilijat visualisoivat, muotoilevat ja käsikirjoittavat palveluideoita ja -konsepteja. Muotoilijat havaitsevat ja tulkitsevat käyttäjien palveluvaatimuksia ja käyttäytymismalleja. Muotoilijat muuttavat ne mahdollisiksi tulevaisuuden palveluiksi. Palvelumuotoilu liittyy tuote- ja käyttöliittymäsuunnittelun perinteeseen ja mahdollistaa luovien suunnittelumenetelmien käyttämisen palveluiden kehittämisessä. Palvelumuotoilu on saanut vaikutteita vuorovaikutuksen suunnittelusta (interaction desing) ja käyttöliittymäsuunnittelusta. (Miettinen 2011, 55.)

Palvelumuotoilu on systemaattinen tapa kehittää liiketoimintaa. Se on prosessi ja useista osaamisaloista kumpuava työkalu- ja menetelmävalikoima. Toiminnalle on ominaista kokonaisvaltainen lähestyminen kehitettävään palveluun. Palveluun vaikuttavista tekijöistä muodostetaan kokonaiskuva, ja se pidetään koko suunnittelun ajan kirkkaana mielessä. Toimintamallissa palvelu myös jaetaan pienempiin osakokonaisuuksiin. Nämä osakokonaisuudet pilkotaan vielä pienempiin yksittäisiin elementteihin, jotta niihin pääs-

tään paremmin käsiksi ja jotta ne voidaan optimoida tavoitteiden mukaisiksi. (Tuulaniemi 2011, 27.)

Satu Miettinen käyttää myös termiä muotoiluajattelu viitatessaan palvelumuotoiluprosessiin. Muotoiluajattelu on muotoilutoiminnan lisäksi yrityksen kykyä toimia luovasti ja proaktiivisesti, sopeuttaa toimintaa muutokseen ja antaa työkaluja muutosjohtamiseen. Muotoiluajattelu on osa yrityksen tai organisaation kyvykkyyttä tuottaa uutta sisältöä, kehittää liiketoimintaa ennakoiden ja prototyyppien sekä tehdä kehitystyötä yli toimiala- ja organisaatorajojen. Muotoiluajattelu mahdollistaa ratkaisukeskeistä toimintaa, jossa hyödynnetään monialaista asiantuntijuutta luovien, visuaalisten, toiminnallisten ja konkreettisten menetelmien kautta. (Miettinen 2014, 11.)

Muotoiluajattelu on luovaa toimintaa ja tuo liiketoiminnan kehittämiseen uusia ulottuvuuksia ja keinoja hyödyntää empatiankykyä ja tunnetta osana tuotekehitystä. Muotoiluajattelu ulottuu julkisten palvelujen kehittamisestä niitä ohjaaviin päätöksiin ja strategioihin. Muotoilu tarjoaa palvelujen uudistamiseen uusia menetelmiä, jotka tuovat asiakasymmärryksen palveluiden kehittämisen lähtökohdaksi nykyisen tuotantolähtöisyyden sijaan. (Miettinen 2014, 16.)

5.2 Palvelumuotoilun hyödyt ja tavoitteet

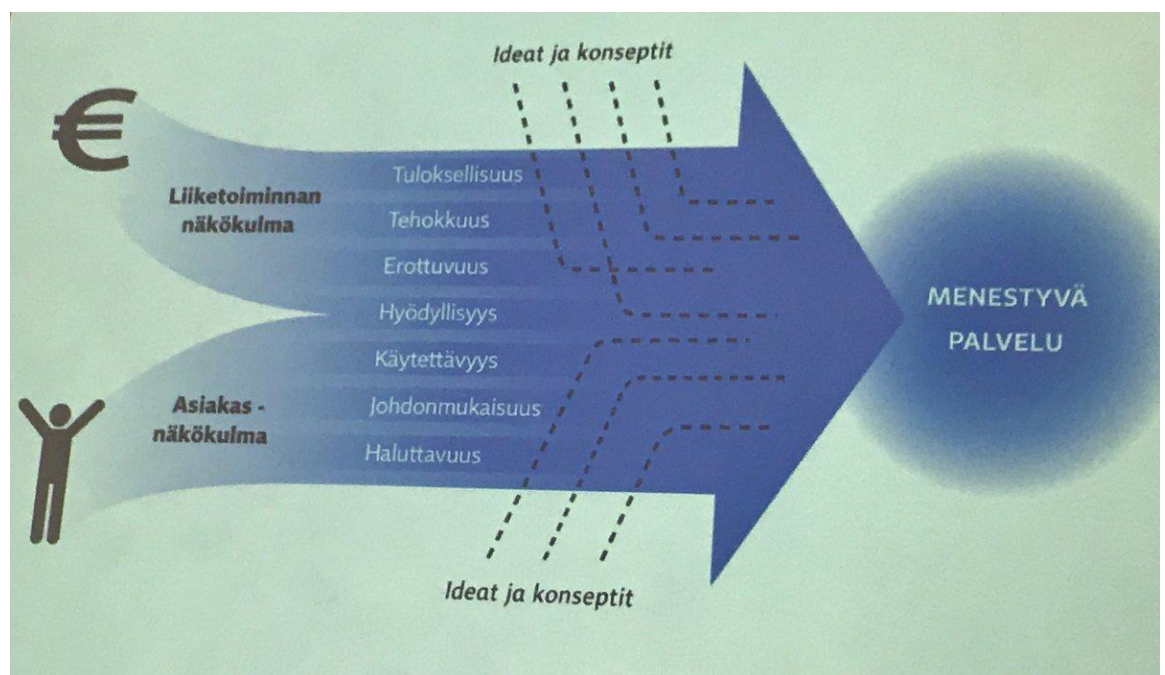
Palvelumuotoilua voidaan hyödyntää monella tapaa ja moniin tarpeisiin. Palvelumuotoilu on antoisa lähestymistapa niin yrityksille, julkiselle sektorille kuin voittoa tavoittelemattomille organisaatioille, koska se antaa loogisen toimintamallin ja yhdistää poikkeuksellisen kiinteällä ja toimivalla tavalla liiketoiminnan ja/tai organisaation tavoitteet asiakkaan näkökulmaan. Palvelumuotoilu nostaa kovat ja pehmeät arvot tasavertaisiksi osapuoliksi. Toimintatapa suhteuttaa näiden kahden tulokulman painoarvot yhteismitallisiksi. (Tuulaniemi 2011, 95.)

Tämä monikulmainen lähestymistapa on nousemassa entistä tärkeämmäksi liiketoiminnassa, jossa teknologia- ja tuotantolähtöisyydestä ollaan aidosti siirtymässä tarve- ja asiakaslähtöiseen arvoajatteluun ja jossa asiakkaiden tarpeet ja vaatimukset ovat kasvaneet. Tärkeämmäksi lähestymistapa nousee myös siksi, että taloudelliset paineet ovat tiukentuneet kaikissa organisaatioissa. (Tuulaniemi 2011, 95.)

Palvelujen osuus perinteisten teollisia kulutustuotteita valmistavien yritysten liikevaihdosta on noussut huimasti. Tilastokeskuksen mukaan Suomessa palvelujen osuus bruttokansantuotteesta on jo yli 60 prosenttia ja yksityistenkin palvelujen osuus 47 prosenttia. Palveluilla voidaan tehdä tuotteita haluttavammiksi tai mahdollistaa uusia ominai-

suuksia. Palveluliiketoiminnan arvon luominen ja vuorovaikutusprosessit ovat keskeisiä palvelumuotoilun sisältöjä. Palvelu voi tarjota ainutlaatuisen kilpailuedun silloin, kun sitä ei voida monistaa eikä tuottaa missään muualla maailmassa. (Miettinen 2011, 22.)

Palvelumuotoilu auttaa havaitsemaan uusia liiketoimintamahdollisuuksia ja luomaan palveluita, jotka ovat strategisesti järkeviä ja jotka luovat arvoa asiakkaille. Palvelumuotoilu auttaa myös tunnistamaan ne liiketoimintapaikat, joissa palvelut tukevat organisaation ja asiakkaan arvon muodostusta. Palvelumuotoilu on prosessi, joka auttaa havaitsemaan missä, milloin ja kuinka organisaatio voi tehdä palvelunsa arvokkaammaksi asiakkailleen sekä itselleen. (Tuulaniemi 2011, 96.)



Kuva 15. Asiakasymmärryksen ja liiketoimintatavoitteiden symbioosi. (Tuulaniemi 2011, 103.)

Muuttuvien markkinoiden seuraaminen, palveluun liittyvien taitojen ja ominaisuuksien kehittäminen sekä innovaatiokyky ovat ratkaisevan tärkeitä palveluntuottajille entisten asiakkaiden pitämiseksi ja uusien saamiseksi. Palveluntuottajat tarvitsevat herkempiä ja tarkempia menetelmiä saadakseen selville, mitä nykyiset kuluttajat odottavat ja arvostavat sekä tavoittaakseen heidät. Palvelumuotoilu on monessa tapauksessa inhimillisen käyttäytymisen seuraamista: sekä työntekijöiden, että asiakkaiden. Koska suuri osa palveluista tuotetaan vuorovaikutuksessa palveluntarjoajan ja asiakkaan kesken on Mageirin (2009) mukaan asiakkaan käyttäytymisen ymmärtäminen suuressa merkityksessä palvelun onnistumisessa tai epäonnistumisessa. (Miettinen 2011, 29.)

Palvelumuotoilun avulla asiakkaalle luodaan tämän tarpeiden ja toiveiden mukainen palvelukokemus. Asiakkaan lisäksi suunnittelussa huomioidaan palvelun tuottajan näkökulmat. Palvelumuotoilu on hyödyllinen väline palvelujärjestelmän suunnittelulle. Se auttaa jäsentämään ja ymmärtämään palvelua. (Miettinen 2011, 31.)

Palvelumuotoilun tavoitteena ovat palvelutuotteet, jotka ilahduttavat asiakkaita ja täyttävät palvelun tuottavan organisaation liiketoiminnalliset tavoitteet (Tuulaniemi 2011, 103).

5.3 Palvelumuotoilun prosessi

Palvelumuotoiluprosessi on luovan ongelmaratkaisun periaatteita noudatteleva prosessi. Prosessi tarkoittaa sarjaa loogisesti eteneviä ja toistuvia toimintoja. Kun toistuvat tapahtumat kuvataan prosessiksi, ei tapahtumaketjua tarvitse kuvata joka kerta uudelleen. Prosessit siis säästävät voimavaroja ja vapauttavat aikaa rutiineista luovaan työhön. (Tuulaniemi 2011, 126.)

Palvelumuotoiluprosessi tarkoittaa sovittua toimintamallia tai sarjaa sovittuja toimenpiteitä, jotka suoritetaan tavoitteisiin pääsemiseksi. Prosessissa asiat tehdään tietyssä järjestyksessä ja toiminta on tavoitteellista. Se on erilaisten työmenetelmien avulla etenevä kokonaisuus, mikä alkaa palvelun tuottajan tarpeesta uudistaa jo olemassa olevaa palvelua tai luoda täysin uutta. (Ahonen 2017, 45.)

Palvelumuotoiluprosessi koostuu seuraavista osista: **Määrittely** kuvaa mitä ongelmaa ollaan ratkaisemassa? Mitkä ovat suunnitteluprosessin tavoitteet tilaajan kannalta? Tavoitteena on luoda ymmärrys palvelun tuottavasta organisaatiosta ja sen tavoitteista. **Tutkimusvaiheessa** haastatteluilla, keskusteluilla ja asiakastutkimuksilla rakennetaan yhteinen ymmärrys kehittämiskohteesta, toimintaympäristöstä, resursseista ja käyttäjätarpeista. Tutkimusvaiheessa tarkennetaan palvelun tuottajan strategiset tavoitteet. **Suunnitteluvaiheessa** ideoidaan ja konseptoidaan vaihtoehtoisia ratkaisuja suunnitteluhaasteeseen ja testataan niitä nopeasti asiakkaiden kanssa. Määritellään mittarit palvelun tuottamiseen. **Palvelutuotantovaiheessa** palvelukonseptit viedään markkinoille asiakkaiden testattavaksi ja kehitettäväksi. Tässä vaiheessa suunnitellaan palvelun tuottaminen. Lopuksi **arvioidaan** kehitysprosessin toteutumista ja onnistumista. Palvelun toteutumista markkinoilla mitataan ja palvelua hienosäädetään saatujen kokemusten mukaan. (Tuulaniemi, 2011, 127–128.)

5.3.1 Määrittely

Kaikkien suunnitteluprojektien alussa projektin tavoitteet määritellään. Tämä työ alkaa palveluidean tarinan määrittelyllä. Tarina kertoo, mitä hyötyä palvelu tarjoaa käyttäjälle ja palvelun tuottavalle organisaatiolle. Tätä tarinan määrittelyä ja siitä tehtävää pöytäkirjaa eli tehtävänantoa kutsutaan briiffiksi. Briiffissä määritellään suunnittelutyön tavoitteet. Briiffi kertoo suunnan, jonne halutaan päästä, mutta tarkkaa lopputulosta se ei kerro. (Tuulaniemi 2011, 132.)

Briiffistä voi käydä ilmi muun muassa: palvelun ajateltu kohderyhmä, mihin asiakastarpeeseen palvelu pyrkii vastaamaan, mitkä ovat palveluntuottajan liiketoiminnalliset tai muut tavoitteet. Näitä tavoitteita voivat olla esimerkiksi tunnettavuuden lisääntyminen tai rekrytoitumisen helpottuminen. Briiffiä tarkennetaan vaiheittain määrittelyn aikana. Sillä kommunikoidaan suunnitteluryhmälle ja palvelun eri osapuolille ideaa uudesta palvelusta ja sen tavoitteista. Tavoitteena on tarkentaa kuvaa palvelua tuottavasta organisaatiosta; tavoitteista ja toimintaympäristöistä, jossa palvelua tuottava organisaatio toimii. (Tuulaniemi 2011, 132–133.)

5.3.2 Tutkimus

Asiakasymmärryksen kasvattaminen eli tutkimus kohderyhmän odotuksista, tarpeista ja tavoitteista on yksi palvelumuotoilun kriittisimpiä vaiheita. Tässä vaiheessa keskitytään keräämään ja analysoimaan suunnittelua ohjaavaa asiakastietoa. Palvelut suunnitellaan vastaamaan käyttäjien tarpeita ja toiveita, joten loppukäyttäjien todelliset tarpeet ja motiivit ovat erittäin tärkeää havaita ja tunnistaa. Vain näin palvelutuote voi vastata käyttäjien tarpeeseen ja menestyä markkinoilla. Palvelumuotoilulle on tyypillistä, että loppukäyttäjät osallistuvat vaihtelevin tavoin ja panoksin prosessiin sen eri vaiheissa. Asiakasymmärrystä lähdetään rakentamaan loppukäyttäjien motiiveista, joten tässä vaiheessa ymmärrystä kasvatetaan loppukäyttäjän arkielämän motiiveja ja tarpeita tarkastelemalla. (Tuulaniemi 2011, 142.)

Haningtonin (2012) mukaan käyttäjätietoa voidaan kerätä seuraavan jaon mukaisesti:

- a) Perinteisillä menetelmillä, joiden avulla aineisto kerätään helposti, analysoidaan ja visualisoidaan: markkinatutkimus, kohderyhmätutkimukset ja kyselyt. Nämä tutkimusmenetelmät tuottavat useimmiten määrällistä ja mittavaa aineistoa.
- b) Mukailut menetelmät lainataan humanistisen tutkimuksen perinteestä. Näitä menetelmiä sovelletaan sopimaan paremmin suunnittelijoiden tarpeisiin, esimerkiksi videodo-

kumentointi ja videoetnografia. Ihmisen ja tietokoneen vuorovaikutuksen tutkimus, jossa havainnoimalla voidaan nähdä tuotteen käytön eri vaiheet sen oikealla käyttäjällä siinä ympäristössä, jossa esineen tai palvelun käyttö on käyttäjälle merkityksellinen. Etnografinen tutkimus on niin kuvailevaa, selostavaa ja käyttäjälähtöisesti argumentoitua kuin tulkitsevaakin. Nämä kaikki ovat oleellisia mahdollisimman monen yksityiskohtan havaitsemiseksi ja yksityiskohtien muodostaman kokonaisuuden ymmärtämiseksi.

c) Innovatiiviset menetelmät ovat perusteltuja tapoja kerätä käyttäjätietoa luovien menetelmien välityksellä. Niissä on sekä visuaalinen että osallistuva luonne: suunnittelutyöpajat, käyttäjien prototypointimenetelmät, esimerkiksi mallin rakentaminen tarranauhaa apuna käyttäen tai visuaaliset päiväkirjat. Innovatiivisista menetelmistä tunnetuimpia ovat muotoiluluotaimet. Mattelmäki (2016) esittelee muotoiluluotaimet käyttäjäkeskeisenä lähestymistapana inhimillisten ilmiöiden ymmärtämiseen ja suunnittelumahdollisuuksien nostamiseen. (Miettinen 2011, 63–64.)

Hyvin analysoitu ja jäsennetty tieto asiakkaiden käyttäytymisestä ja heille arvoa tuottavista asioista mahdollistaa sellaisten palvelukonseptien kehittämisen, joista asiakkaat ovat valmiita maksamaan ja joista voidaan arvioida tuotto-odotus palvelun tuottajalle ja palvelun potentiaalinen arvo asiakkaalle. (Tuulaniemi 2011, 143.)

5.3.3 Suunnittelu

Suunnittelu koostuu ideoinnista ja konseptoinnista. Ideoinnin tavoitteena on kehittää mahdollisimman paljon ratkaisuehdotuksia kehittämisen kohteena olevaan ongelmaan. Yleinen toimintatapa on lähestyä ongelmaa mahdollisimman kaukaa ja kriitikittömästi. Ideointiprosessin edetessä ideoinnin kohdetta tarkennetaan. Aluksi tuotetaan mahdollisimman paljon ideoita, jonka jälkeen niiden toteuttamiskelpoisuutta arvioidaan määritetyillä arviointiperusteilla. Ideointi on luonteeltaan joko laajanevaa (divergenssi) tai supistuvaa (konvergenssi). Ensin tehdään suuri määrä ideoita kriitikittömästi, jonka jälkeen ideoita ammutaan alas ja yhdistetään toisiinsa. Ideointikierroksia toistetaan eri menetelmillä niin kauan, kunnes projektiryhmä katsoo ideoita olevan tarpeeksi tai aika tai muut resurssin yksinkertaisesti loppuvat. (Tuulaniemi 2011, 180.)

Palveluita voidaan suunnitella myös käyttäen yhteissuunnittelua. Tyypillisesti yhteissuunnittelua toteutetaan erilaisen luovien tekniikoiden avulla ja tavoitteena on inspiroida suunnittelua sekä tuottaa yhdessä tietoja ja ratkaisuja (esim. Rizz 2010). Tämä suunnittelun tapa korostaa muotoilun menetelmien hyödyntämistä monimutkaisten ja kanavaisien palveluprosessien ja verkostojen suunnittelussa. Keskeisinä teemoina ovat suunnit-

teluyhteistyö eri alojen asiantuntijoiden kesken sekä erityisesti palveluiden loppukäyttäjien rooli suunnittelun ohjaajana ja innoittajana. (Miettinen 2011, 77.)

Suunnitteluvaiheen jälkeen tulee konseptointi. Tähän asti ideoinnilla on haettu ratkaisuehdotuksia palvelutuotteen toteuttamiseksi. Nyt ideoista käyttökelpoisimpia kehitetään ja niistä rakennetaan palvelukonsepteja. (Tuulaniemi 2011, 190.)

Palvelukonseptoinnin avulla voidaan kuvata palvelutuokio, palvelupolku tai muita palvelun tuottamiseen liittyviä rakenteita. Näitä kuvaamalla konkretisoidaan palvelun tuotantotapa, rakenne ja päävaiheet, vaikka palvelua ei ole vielä olemassa. Konseptisuunnittelu yhdistää useita näkökulmia: käyttäjäkeskeisen suunnittelun, laadullisen ja määrällisen tutkimustiedon, luonnokset, kuvat ja mallit. Konsepti ei vielä kokonaisvaltaisesti määrittele palvelua, mutta esittää sen keskeiset ominaisuudet. Konseptin avulla kuvataan käyttäjien tarpeet, tehdään niistä ymmärrettäviä ja tuetaan yrityksen päätöksentekoa. Konseptoinnin avulla voidaan laatia skenaarioita, ennakoida teknologista kehitystä ja tutkia tulevaisuutta. (Miettinen 2011, 107.)

5.3.4 Palvelutuotanto

Palvelu on prosessi, joten palvelun tuottamista varten kuvattu prosessi on syövytettävä syvälle palveluntuottajan organisaatioon. Palveluntuottamiseen tarvittavat ympäristöt ja esineet ja niiden oikea käyttö ohjeistetaan ja harjoitellaan kaikkien palvelun tuottamiseen liittyvien henkilöiden kanssa. Palvelu roolitetaan ja palvelukoreografia mietitään niin asiakkaan kuin palveluntuottajan kannalta. (Tuulaniemi 2011, 229.)

Palvelu on jatkuvaa kehittämistä. Palvelu on vietävä markkinoille kuluttajien testattavaksi. Palvelubisnes on prosessi, ei projekti. Palvelu on jatkuvaa kehittämistä; tuotteet eli palvelut eivät ole koskaan valmiita. Mitattavat palvelut ovat äärimmäisen tärkeitä palvelun pilotointivaiheessa. Mittausmenetelmiä ovat muun muassa mysteerishoppaus, haastattelut, asiakkaiden havainnointi ja yrityksen sisäinen arviointi. Tuloksista suunnitteluryhmä voi havaita mikä palvelussa toimii ja mikä ei. Keskeisten mittareiden syyseuraussuhteiden perusteella suunnitteluryhmä voi havaita suurimmat pullonkaulat palvelun tuottamisessa ja tehdä muutoksia henkilökunnan valmennukseen, työkaluihin, palvelutodisteisiin ja palveluympäristöön. (Tuulaniemi 2011, 230.)

Valmis palvelu lanseerataan yleisölle. Palvelun lanseeraamisessa on olennaista, että palvelu tehdään tietäväksi suunnitellulle kohderyhmälle sopivissa ympäristöissä ja heille ominaisella tavalla. Jos siis ajateltu kohderyhmä ei tutkimuksen mukaan lue sanomaleh-

tiä vaan on tavoitettavissa urheilu- ja kulttuuritapahtumissa, on tuotelanseeraukset vievä näihin paikkoihin kohderyhmää kiinnostavalla tavalla. (Tuulaniemi 2011, 238.)

5.3.5 Arviointi

Arvioinnilla varmistetaan palvelun kilpailukyky ja jatkuvalla kehittämisellä pyritään pitämään yllä kilpailuetua kilpaileviin palveluihin (Tuulaniemi 2011, 239).

Enginen (2009) mukaan arviointivaihe on palveluratkaisujen arviointia: koemallien vertaamista mittareita käyttäen. Tässä mallissa pyritään todentamaan mahdollisen palvelun kannattavuus ja suunniteltujen palveluiden arvo. Magerin (2009) mallin mukaan arviointivaiheessa käytetään palvelusta tehtyjä koemalleja ja arvioidaan niitä käyttäen hyväksi olemassa olevaa strategiaa, palveluportfoliota (-valikoimaa) sekä toteutetaan asiakastutkimusta, jossa haetaan tietoa mahdollisen palvelun käyttämisestä. (Miettinen 2011, 33.)

5.4 Palvelumuotoilu julkisissa palveluissa

Suomessa julkisia palveluita painottava hyvinvointimalli on johtanut yhteen maailman raskaimmista julkisista sektoreista BKT:seen suhteutettuna (European Commission 2012). Erityisesti sosiaali- ja terveyssektorin kustannukset ovat kasvaneet Euroopan keskiarvoa nopeammin, muodostaen vuonna 2014 noin 30 % bruttokansantulosta (OECD 2014). Tilanne on johtanut tuottavuuden tehostustoimiin, jotka ovat jatkuneet 2000-luvun alkupuolelta asti. Käytännössä tämä on tarkoittanut nopeaa henkilöstömäärän vähentämistä. Asiakkaat valittavat huonoa palvelua ja työntekijät kamppailevat kasvavan työmäärän kanssa. (Jyrämä & Mattelmäki 2015, 30.)

Tässä tilanteessa on selvää, että julkisen sektorin on tehostettava toimintamalliaan. Keskeisenä vaatimuksena uudistukselle on palveluiden tuottavuuden kehittäminen, jotta samalla rahalla saataisiin paremmin nykyiseen tarpeeseen vastaavat palvelut. Julkisen sektorin organisaatiot, jotka pitävät kansalaisten hyvinvointia toimintansa päämääränä, ymmärtävät, että ainut tapa jatkaa siihen johtavien palveluiden tarjoamista on uudistaa omaa toimintatapaansa radikaalisti. (Jyrämä, Mattelmäki 2015, 30.) Koska julkisen sektorin työ on veronmaksajien rahoittamaa, tulee sen toiminta mitata ja miettiä kustannustehokkaaksi ja toimivaksi. Tärkeää on luoda malleja, jotka ovat kustannustehokkaasti tuotettuja, mutta tarjoavat asiakkaille parempaa palvelua. (Ahonen 2017, 17.)

Muotoilun menetelmät tuovat uudenlaista käyttäjälähtöisyyttä julkisten palvelujen kehittämiseen. Pitkäjänteisen kehitystyön rinnalla kannattaa etsiä nopeammin ja radikaalim-

min toimintatapoja uudistavia vaihtoehtoja. Uudet mahdollisuudet löytyvät usein käyttäjien tarpeiden syvällisestä ymmärtämisestä, arjen havainnoinnista ja ennakkoluulottomien kokeilujen avulla. (Miettinen 2014, 85.)

Muotoiluajattelu ulottuu julkisten palvelujen kehittämisestä niitä ohjaaviin päätöksiin ja strategioihin. Muotoilu tarjoaa palvelujen uudistamiseen uusia menetelmiä, jotka tuovat asiakasymmärryksen palvelujen kehittämisen lähtökohdaksi nykyisen tuotantolähtöisyyden sijaan. Muotoiluajattelu yhdistettynä muutosjohtamiseen mahdollistaa radikaalit innovaatiot ja ulottuu laajasti sovellettuna palvelujärjestelmien ulkopuolelle tuoden systemisiä ratkaisuja sosiaalisiin ja vaikeisiin ongelmiin, kuten nuorten syrjäytymiseen ja tai terveydenhoidon järjestämiseen väestön ikääntyessä. (Miettinen 2014, 85.)

Julkisessa toiminnassa palvelumuotoiluhankkeet tulee kytkeä päätöksentekoprosessiin, jotta saadaan selkänokkaa viedä kehitettävät uudet toimintatavat myös käytäntöön. Sitoutuminen ja kyky johtaa muutosprosessia ovat keskeiset onnistumisen ehdot. (Miettinen 2014, 85.)

Hambleton ja Howard (2012) huomauttavat, että radikaali muutos tuskin tapahtuu ilman rohkeaa, kaukonäköistä johtajuutta. Politikoilta ja päättäjiltä vaaditaan julkisten palveluiden uudistamiseen yhteistä kunnianhimoista visiota, joka asettaa ihmiset keskiöön suoritusmittarien sijasta. Jotta uudistaminen ei jäisi poliittisten palopuheiden tasolle, visioiden rinnalle tarvitaan suunnitelma niistä keinoista, joilla muutos toteutetaan. Lisäksi tarvitaan myös lainsäädännöllisiä muutoksia, joilla esteitä innovaatioille puretaan ja uusia käytäntöjä ja palveluita voidaan testata. (Jyrämä & Mattelmäki 2015, 44.)

Kehittämisprojektin tuotokset tulee saattaa mahdollisimman pian normaalien toimintamenojen vuosisuunnitteluun ja toiminnan vaikuttavuusmittareiden pariin (Miettinen, 2014, 85). Lisäksi innovointiin on Christian Basonin (2010) mukaan varattava korvamerkittyä rahaa tai muodostamalla kumppanuuksia ensimmäisen ja kolmannen sektorin toimijoiden kanssa (Jyrämä & Mattelmäki 2015, 44).

Vaikka julkisen sektorin uudistaminen on luonnollisesti mittava hanke, joka vaatii uutta ajattelutapaa, tulisi silti palvelujen uudistamisen pitkän aikavälin tavoitteeksi asettaa hyvinvoinnin parantaminen palvelujen avulla. Lisäksi palvelut tulisi määritellä uudelleen vastaamaan perimmäistä tarkoitustaan. Ne täytyisi nähdä tukena, joka mahdollistaa käyttäjilleen täysipainoisen elämän sen sijaan että keskityttäisiin parantamaan vanhojen palveluiden voittomarginaaleja. (Parker & Happy 2006; Jyrämä & Mattelmäki 2015, 44.)

5.5 Osallisuuden rooli julkisen sektorin palvelumuotoilussa

Käyttäjien osallistaminen innovaatioprosesseihin on jo hyvin tutkittu ja dokumentoitu vauhdittaja innovoinnille. Käyttäjien, työntekijöiden ja muiden sidosryhmien osallistaminen palvelukehitykseen avaa uusia mahdollisuuksia myös julkiselle sektorille. Christian Bason (2011) näkee julkisten palveluiden yhteissuunnittelulle kahdentyypisiä hyötyjä, joita hän kutsuu *divergenssiksi* ja *toteutukseksi*. *Divergenssillä* hän tarkoittaa yhteissuunnittelusta kumpuavaa suurempaa vaihtelevuutta ideoiden ja ehdotusten suhteen: avoin suunnitteluprosessi avaa monialaisemman keskustelun ja tarjoaa palvelujen tuottajille laajempia mahdollisuuksia innovointiin. Toteutus puolestaan viittaa sidosryhmien osallistamisen etuihin palvelunkehitysprosessin lopputuloksen kannalta: kun palvelun kanssa tekemisissä olevat ovat mukana suunnittelussa, on todennäköisempää, että heidän näkemyksensä tulevat esille ja lopputulos vastaa heidän tarpeisiinsa. (Jyrämä & Mattelmäki 2015, 36.)

Osallistamalla käyttäjät palvelunkehitykseen voidaan tehokkaammin vastata erilaisiin paikallisiin tarpeisiin. Avoimuus johtaa myös parempaan luottamukseen ja hyväksyntään palveluntarjoajien ja niiden käyttäjien välillä. Syvällisempi tietämys palveluista puolestaan auttaa kansalaisia ja yhteisöjä pitämään huolta itsestään ja toisistaan. (Larjovuori ym. 2012; Jyrämä & Mattelmäki 2015, 44).

Yhdessä tuotettu tieto on kollektiivista tietoa. Syntynyt tieto on uutta asiantuntijuutta, se ei ole kenenkään toimijan omaa, vaan se on toimijoiden välissä, yhteisesti käytettävissä. Toimijoilla on aito liittymä uuteen tietoon, koska he ovat osallistuneet sen prosessointiin. (vrt. Nonaka ym. 2001, 12–28). Asiakaspalvelutilanteessa dialogisesti tuotettu kollektiivinen tieto on suhdetietoa asiakkaan ja järjestelmän välisestä suhteesta. Tämä tietämys alkaa ohjata palvelun järjestämisen tapaa ja työmenetelmien kehittelyä. (Seppänen-Järvelä & Karjalainen 2009, 265.)

Työ- ja elinkeinoministeriö (2011) sanoo käyttäjien olevan merkittävä, mutta toistaiseksi liian niukasti hyödynnetty innovaatiotoiminnanvoimavara sekä yksityisellä, että julkisella sektorilla. Käyttäjien osaamista voidaan systemaattisesti valjastaa käyttäjien omaehtoiseen innovaatiotoimintaan sekä uusien tuotteiden kehittämiseen ja julkisten palveluiden uudistamiseen. (Jyrämä & Mattelmäki 2015, 37.)

Osallisuus edellyttää ammatillista osaamista lasten ja nuorten kohtaamisessa, lasten ja nuorten sekä tiedon arvostamista, monenlaisten toimijuuden muotojen tunnistamista sekä toimijuuden rakenteellisten esteiden tunnistamista ja purkamista. Osallisuus vaatii läsnäoloa lasten ja nuorten arjessa ja palvelukentällä muodostuvien vertaissuhteiden

huomioimista yksilöiden rinnalla. Lisäksi tarvitaan rakenteita ja käytäntöjä, joiden kautta lapsia ja nuoria voidaan kuulla ja näin viedä eteenpäin heidän tuottamaansa tietoa konkreettisen kehittämistyön arvostetuksi osaksi. (Peltola & Moisio 2017, 45.)

Julkisella sektorilla toimijuus, kohtaaminen ja yhdenvertaisuus linkittyvät monin tavoin osallisuuden kysymykseen. Lasten ja nuorten osallisuus palveluiden piirissä mahdollistuu, kun lasten ja nuorten toimijuus huomioidaan ja sitä arvostetaan. Osallisuutta tukevat pitkäjänteiset ja luottamukselliset kohtaamiset palveluiden aikuistoimijoiden ja lasten ja nuorten välillä. Lisäksi palveluiden yhdenvertainen saavutettavuus sekä lasten ja nuorten yhdenvertainen kohtelu palveluiden piirissä on osallisuuden edellytys. (Peltola & Moisio 2017, 45.)

5.6 Kunnallisten liikuntatoimien hallinnollisen menettelyn rooli osallisuudessa

Sanna Ojajärvi ja Sanna Valtonen toteavat tutkimuksessaan Hyvä hallintotapa liikunta-alalla, että liikunta-alan ammattilaisilla on kuitenkin vielä pitkä matka aitoon osallistamiseen. Hyvän hallintotavan mukaan viranomaisten toiminnan tulee olla avointa ja läpinäkyvää. Osallistamisen ehtona on tiedotus ja asiakirjojen julkisuus. Osallistamisesta ei voida kuitenkaan puhua ennen kuin viestintäkanavat ovat vuorovaikutteisia ja mahdollistavat aloitteellisen viestinnän kaikille. Liikuntahallinnon viestinnästä näyttäisi puuttuvan Ojajärven ja Valtosen mukaan vuorovaikutus. Käytännössä kuntalaisille tarjotaan viestintäväylä palautteen muodossa. Ongelmallista on se, että kuntalaisten kuuleminen sekoittuu palautteeseen. Erilaisten – varsinkaan ns. avointen palautekanavien kehittäminen ei muuta asetelmaa: aktiivisinkaan kansalainen ei pelkän palautekanavan välityksellä pääse osalliseksi suunnitteluun saati sitten päätöksentekoon. Osallistamisesta kyllä keskustellaan kuntien liikuntahallinnossa, mutta sen toteuttaminen on aika lailla alkutekijöissään eikä kuntalaisen roolia päätöksenteossa osata oikein hahmottaa. (Ojajärvi & Valtonen 2016, 27.)

Tutkimuksessa kysyttiin 144 kunnan liikuntatoimelta miten kunnat kuulevat asiakkaitaan. 144 vastaajasta 115 kertoi kuntalaisten kuulemisen muodoksi erilaiset palautejärjestelmät ja kyselyt. Osallistavia menetelmiä oli soveltanut ja kehittänyt 68 kuntaa. Näistäkin kolme neljänestä oli hankkeita, joissa tehostettiin nimenomaan kyselyjä tai palautteen keräämisen menetelmiä. Molemmat ovat hyviä asioita ja ehdottoman hyödyllisiä viestinnän työkaluja. Ongelmallisiksi edellä mainitut muuttuvat, kun niitä pidetään vuorovaikutuksen kanavina ja ajatellaan, että hyvän hallinnon edellyttämä asianosaisten osallistaminen on tällä hoidettu. (Ojajärvi & Valtonen 2016, 28–29.)

Osallistavien käytänteiden mukaisesti toimitaan silloin, kun osalliset otetaan mukaan tavoitteiden asettamiseen ja niiden tavoittamiseksi asetettujen toimenpiteiden suunnitteluun ja toteuttamiseen – ei kommentoimaan toisten asettamia tavoitteita, tekemään suunnitelmia tai tarjoamia palveluita. Jos kansalaisten näkökulma saadaan esille jo suunnittelussa, palvelut saattavat toimia kansalaisenkin näkökulmasta paremmin; osallistamisen kautta kehitetyt palvelut ovat todennäköisesti sellaisia, joihin ihmiset ovat tyytyväisiä ja joita he hyödyntävät arjessaan. Liian usein kansalaiset otetaan mukaan vasta siinä vaiheessa, kun juuri mitään ei ole tehtävissä. Kansalaisten osaksi jää liikuntapaikan aidan värin valinta tai uuden palvelun nimikilpailuun osallistuminen. Kuntalaisten osallistaminen jää pinnalliseksi, jos ajatellaan että suunnittelun viisaus asuu virkamiehissä eikä kansalaisia kannata kuulla ajoissa prosessin kuluessa. (Ojajärvi & Valtonen 2016, 30-31.)

Viimeistään liikuntalain uudistaminen on tuonut kuntalaisten kuulemisen vaatimuksen liikuntakentälle – tosin täytyy olettaa, että virkamiestyössä kuulemisen vaatimus on tullut tutuksi jo perustuslain, julkisuuslain ja kunta- ja hallintolain myötä. Joka tapauksessa kuntien liikuntahallinnon viranomaiset ovat tietoisia siitä, että olisi heidän tehtävänsä saattaa liikuntahallinnon asiat kuntalaisten nähtäviksi, kommentoitaviksi ja keskusteltaviksi. Liikuntaväki tuntuu olevan lähtökohtaisesti avoin kuulemiselle. Ongelma saattaa kin olla ammattitaidon ja kokemuksen puute. Kuulemisen menetelmiä on kehitetty muualla, esimerkiksi nuorisotyön puolella. (Ojajärvi, Valtonen 2016, 30–31.)

Hyvin hoidetulla kuntalaisten kuulemisella ja osallistamisella voidaan säästää kunnan resursseja: niitä säästy jo siinä, että kuntalaiset osallistuvat suunnitteluun. Vastustusta herättävien päätösten osalta säästöt voivat olla tätäkin merkittävämpiä, kun säästyään laillisten valitusprosessien rahanmenolta. Kuulemisessa on lopulta olennaista sen oikea-aikaisuus: osallistumisen vallan tarjoaminen kuntalaisille antaa viranomaisille paremman mandaatin viedä läpi hankalia ja ei-toivottujakin päätöksiä. (Ojajärvi, Valtonen 2016, 30–31.)

5.7 Palvelupolku ja osallisuuden rooli palvelupolun askelmilla

Palvelupolun avulla voidaan selvittää asiakkaan kulkeminen ja asiakkaan kokemukset palvelun piirissä palvelun ensikontaktista lähtien viimeiseen kontaktiin saakka. Palvelupolusta muodostetaan visuaalinen kartta, jonne merkitään palvelutuokiot ja edelleen palvelutuokion sisällä olevat kontaktipisteet. Palvelupolku paljastaa nopeasti niin palvelun toimimattomia ongelmakohtia kuin erittäin hyvin toimivaa palvelua. Palvelupolun

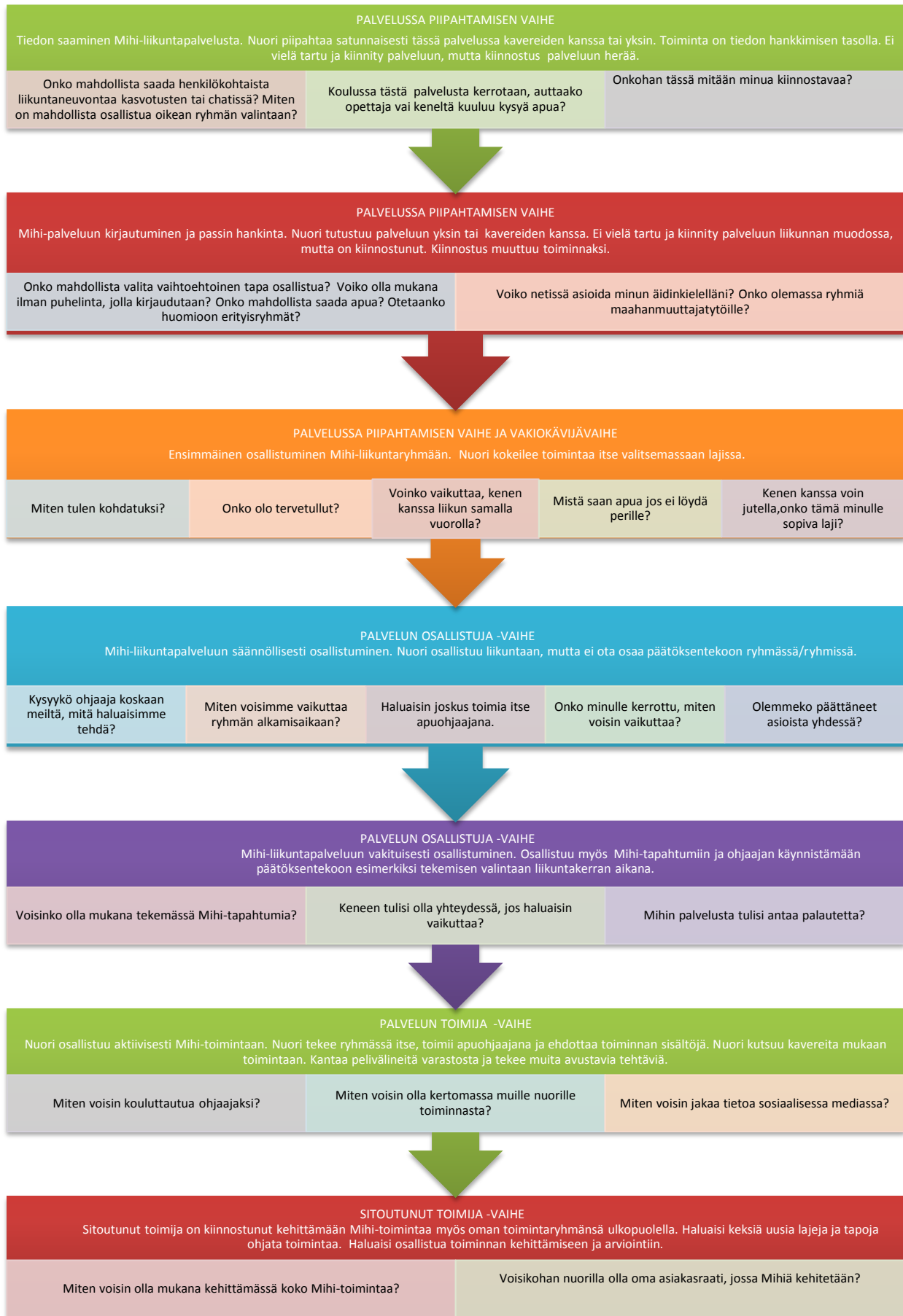
avulla voidaankin helposti saada selville ne seikat, joita tulee kehittää tai ne seikat, jotka ovat haitallisia palvelulle. (Ahonen 2017, 115.)

Koska palvelu on prosessi, palvelun kuluttaminen tarkoittaa aika-akselille sijoittuvan kokemuksen kuluttamista. Palvelupolku kuvaa, miten asiakas kulkee ja kokee palvelun aika-akselilla. Palvelupolku jaetaan eripituisiin osiin käytännön kannalta tarkoituksenmukaisesti. Näitä osia ovat palvelutuokiot ja palvelun kontaktipisteet. Palvelupolku jakautuu siis palvelutuokioihin, jotka sisältävät useita palvelun kontaktipisteitä. Palvelumuotoilu toteuttaakin näin tyypillistä muotoilun ongelmanratkaisua: suunnitteluhaaste jaetaan osahaasteisiin, joihin on helpompi päästä käsiksi. (Tuulaniemi 2011, 78.)

Palvelupolku jakautuu vaiheisiin, joita kutsutaan palvelutuokioiksi. Jokainen palvelutuokio koostuu lukemattomista kontaktipisteistä. Niiden kautta asiakas on kontaktissa palveluun kaikilla aisteillaan. Kontaktipisteitä ovat ihmiset, ympäristöt, esineet ja toimintatavat. Palvelun ominaispiirre – ihmisen ja brändin lukemattomat kontaktipisteet – on samalla sekä mahdollisuus, että haaste. (Tuulaniemi 2011, 79–80.)

Tässä opinnäytetyössä palvelupolkua tarkastellaan osallisuuden näkökulmasta. Palvelutuokioita ja kontaktipisteitä käsitellään siitä näkökulmasta, millaisia osallisuuden mahdollisuuksia kussakin vaiheessa nuorelle on tarjolla ja miten niihin on vastattu. Nuori on tässä tarkastelussa asiakas. Asiakkuuden roolit on jaoteltu Anu Gretschelin osallisuuden portaatt mallin mukaisesti piipahtajiin, vakiokävijöihin, osallistujiin, toimijoihin ja sitoutuneisiin toimijoihin.

Nuoren kulku Mihi-palvelussa on kuvailtu seuraavalla sivulla olevaan taulukkoon Gretschelin määritelmiä mukaillen (avattu kappaleessa osallisuus, joka alkaa sivulta 33). Lisäksi kuvioon on avattu hypoteettiset osallisuuden ongelmat kysymysten muodossa kussakin osallistumisen tasossa.



Kuva 16. Palvelupolun askeleet, nuorten osallisuuden ja osallistumisen hypoteettisia kysymyksiä ja ongelmia Anu Gretschelin osallisuuden portaiden näkökulmasta.

Anu Gretschelin osallisuuden portaita voidaan tarkastella yksilötason lisäksi yhteisökasvatuksen näkökulmasta. Mitä suurempi osa etenee osallisuuden portailla kohti toimijuutta ja sitoutunutta toimijuutta, sitä enemmän toiminta muuttuu nuorten palvelusta nuorten itsensä tuottamaksi palveluksi. (Gretschel & Kiilakoski 2007, 195.)

Nuorten toimijuuden tasot:

0 taso:

Valtaosa nuorista on piipahtajan ja kävijän roolissa. Tämä tarkoittaa, että käynnissä ei ole koko yhteisöä koskettavia prosesseja. Nuorten ja aikuisten välillä ei ole yhteisöllistä toimintaa. Toiminnalliset prosessit ovat nuorille kaukaisia ja niissä on niin vähän kiinnostavaa ainesta tai sosiaalista tarttumapintaa, että nuori ei halua tarttua niihin.

1 taso:

Tasolla yksi nuoret ovat osallistujan ja toimijan roolissa. Tasolla yksi on muodostunut yhteisö, jolla on toiminnallisia yhteisiä prosesseja. Kun riittävä määrä nuorista saavuttaa osallistujan ja toimijan tason syntyy toimintaa ja oppimista. Toiminnot tapahtuvat kuitenkin aikuisvetoisesti. Tason yksi toiminta on usein kertaluontoista esim. pihansiivoustaikoot tai elokuvapäivä. Tason yksi toiminnassa käynnissä on yhteisöllisiä prosesseja, mutta mikään ei pysyvästi muutu. Kärjistetysti voidaan sanoa, että avaimet ovat yhä aikuisilla ja he määrittelevät niiden käytön.

2 taso:

Tasolla kaksi nuoret ovat sitoutuneen toimijan roolissa. Tasolla kaksi on käynnissä nuorisovetoisia yhteisöllisiä prosesseja. Toiminnassa on tapahtunut toimintakulttuurin muutos, jonka seurauksena siitä on tullut nuorisovetoinen. Nuoret eivät enää vain itse toimi, vaan alkavat tietoisesti vetää muita nuoria mukaan toimintaan ja yhteisön täysivaltaisiksi jäseniksi ja ruokkia myös heidän kasvuaan. Toimintakulttuuri ja toiminta suorastaan huokuu sosiaalista tarttumapintaa. (Argyris & Schön 1996; Gretschel & Kiilakoski 2007, 198–199.)

Parhaimmillaan nuorten toimijuus on aktiivista tekemistä. Osallisuuden mittari nuorten projekteissa on se, kuinka hyvin nuori pääsee osallisuusprojektissa ja siitä kertovassa tarinassa sisälle voimaantuneen ja valtautuneen toimijan position, ja se kuinka hyvin

positio säilyy projektin ja tarinan kaikissa vaiheissa – ideoinnista toteutukseen ja arviointiin.

Nuoret arvostavat osallisuustoiminnassa oman toiminnan tulosten näkemistä. Omien projektien toivotaan näkyvän omassa elinympäristössä kuin monumenttien, ”joissa on nuorten käden jälki”. Nuorten osallisuusprojektien tulokset eivät ole vain konkreettisia rakenteita, vaan myös elämyksiä, eettisiä aspekteja ja positiivisia nuorista kertovia tarinoita. (Gretschel 2002, 178.)

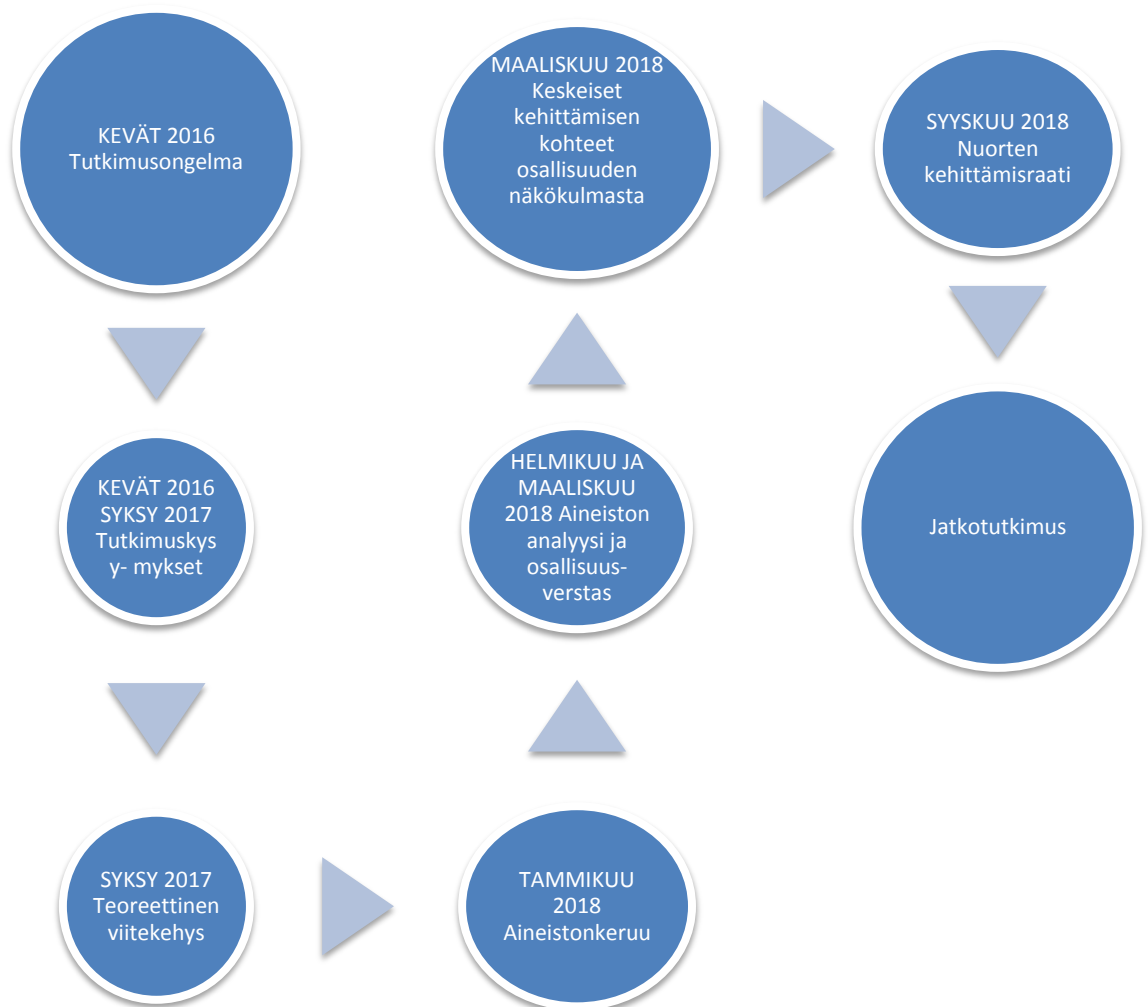
Yhteinen tekeminen ja osallisuus totuttaa nuoria kontaktiin aikuisten ja toisten nuorten kanssa, joka on askel kohti uusia toimintamahdollisuuksia ja monipuolisempia rooleja. Nuoren kasvaessa yhteisöön ja toimijuuden mahdollistuttua tulee hetki, jolloin aikuinen voi päästää kevyesti irti ja nuorten toimijuus elää ilman aikuisen ohjaajan kokoaikaista aktiivista otetta. (Gretschel 2007, 202.)

Arvokas kokemus tulla huomioiduksi synnyttää kollektiivisen hyvänolon tunteen ja saa osallistujat tuntemaan itsensä yhteisön jäseniksi. Tarinoiden ja henkilökohtaisten onnistumisten kautta nuoret jakavat tarinoita myös omissa piireissään ja saavat mukaan muita nuoria. Ilmiöistä muodostuu jatkuvaa toimintaa, jatkuvaa innostusta ja osallisuutta toimintaan. Toimintaan osallistuvista nuorista syntyy lauma ja laumalle syntyy identiteettiä, johon muidenkin on helppo liittyä mukaan. (Lindholm 2014, 90.)

6 TUTKIMUKSEN STRATEGIA JA TOTEUTUS

Luvussa kuusi avataan tutkimuksen tutkimusmetodologisia valintoja kuten strategiaa ja avataan tutkimusmenetelmiä sekä aineiston keräämisen tapoja. Tämä opinnäytetyö on laadullinen kehittämistutkimus. Tutkimuksen strategiana on Juha Tuulaniemen palvelumuotoiluprosessi. Aineisto on kerätty strukturoidulla ja puolistrukturoidulla kyselyllä sekä osallisuusverstaan havainnoinnilla ja tulosten dokumentoinnilla.

6.1 Tutkimuksen vaiheet, käytännön toimenpiteet ja aikataulus



Kuva 17. Tutkimuksen vaiheet.

6.1.1 Tutkimusongelma

Tämän opinnäytetyön ongelma oli työelämälähtöinen. Turun alueen 11 kuntaa tuottavat Mihi-liikuntapalvelua nuorille. Ongelmana oli, että Mihi-liikuntapalvelu ei tavoita riittävästi nuoria ja yrityksistä huolimatta nuoria ei ole saatu osallistettua Mihi-liikuntapalvelun kehittämiseen toivotulla tavalla.

Ongelma oli tiedostettu Mihiä tuottavien 11 kunnan liikuntatoimien keskuudessa lähes toiminnan alusta alkaen. Keväällä 2016 ongelma alkoi rakentumaan opinnäytetyön aiheeksi ja Mihi-toiminnan ohjausryhmä antoi luvan opinnäytetyön tekemiselle. **Opinnäytetyön kehittämistehtävänä oli, millaiseksi nuoret muotoilisivat Mihi-liikuntatuotteen ja mitkä asiat he nostaisivat keskiöön osallisuuden näkökulmasta palvelupolun eri askelmilla?**

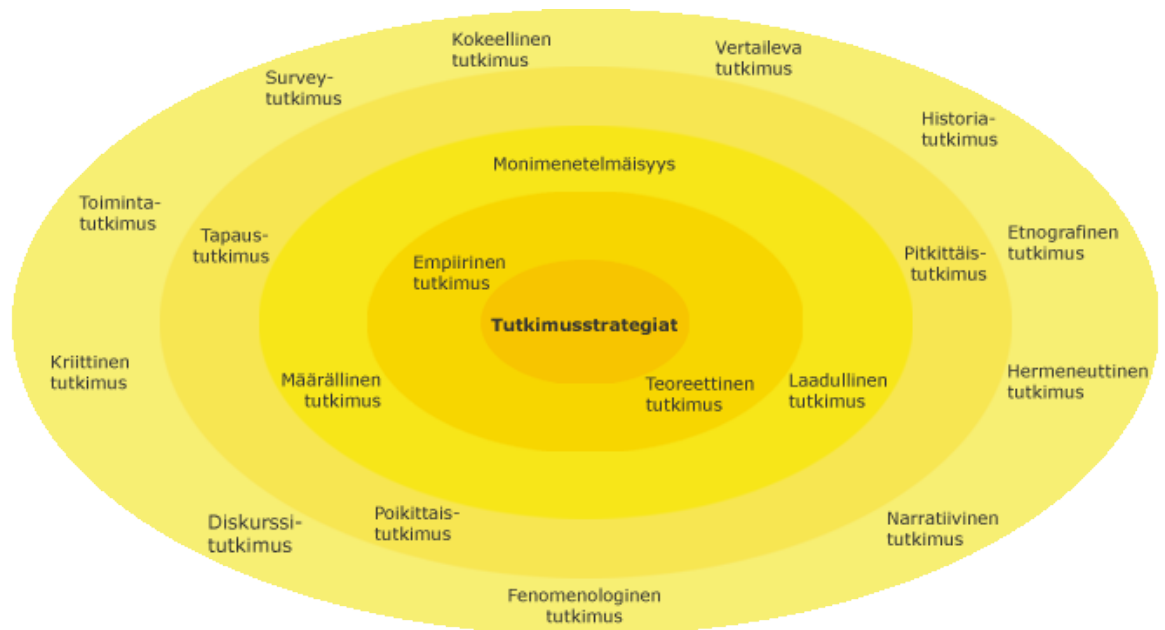
6.1.2 Tutkimuskysymykset

Tutkimusongelmat muutetaan tutkimuskysymyksiksi, koska kysymyksiin on aina helpompi vastata, kuin tutkimusongelmaan. Tutkimuskysymyksiin tuotetaan vastaus aineistojen avulla. (Kananen 2015, 12.)

Tässä opinnäytetyössä tutkimuskysymykset muodostuivat keväällä 2016 aiheen valinnan myötä sekä tarkentuivat teoriaosuuden valmistumisen myötä syksyllä 2017. Opinnäytetyön tutkimuskysymykset olivat: Kokevatko nuoret, että he voivat vaikuttaa liikuntatuotteen sisältöihin? Kokevatko nuoret, että he sitoutuisivat aktiivisemmin liikkumiseen, jos heillä olisi mahdollisuus vaikuttaa tuotteen sisältöihin muulla tavalla kuin osallistujina eli liikkujina? Paraisiko nuoren oma liikuntasuhde, mikäli liikuntatuote Mihi olisi sellainen miksi nuoret sen itse haluaisivat muokata ja lisääntyisikö liikunnan määrä?

6.1.3 Tutkimuksen strategia

Tutkimusstrategia on tutkimuksen menetelmällisten ratkaisujen kokonaisuus, joka ohjaa tutkimuksen menetelmien valintaa ja käyttöä sekä teoreettisella että käytännöllisellä tasolla. Tutkimusstrategian käsite on hyvin laaja ja sitä määritellään menetelmäkirjallisuudessa eri tavoin. (Tutkimusstrategiat 2014, Jyväskylän yliopisto)



Kuva 18. Tutkimusstrategiat (Tutkimusstrategiat 2014, Jyväskylän yliopisto)

Tutkimusotteeksi sanotaan sitä menetelmien kokonaisuutta (metodologia), jolla ongelma ratkaistaan. Ote tai lähestymistapa on menetelmien yläkäsite, joka voi olla laadullinen (kvalitatatiivinen) tai määrällinen (kvantitatiivinen) tutkimusote. Opinnäytetyössä määritellään valittu ote ja kuvataan sekä perustellaan valinta. (Kananen 2015, 24.)

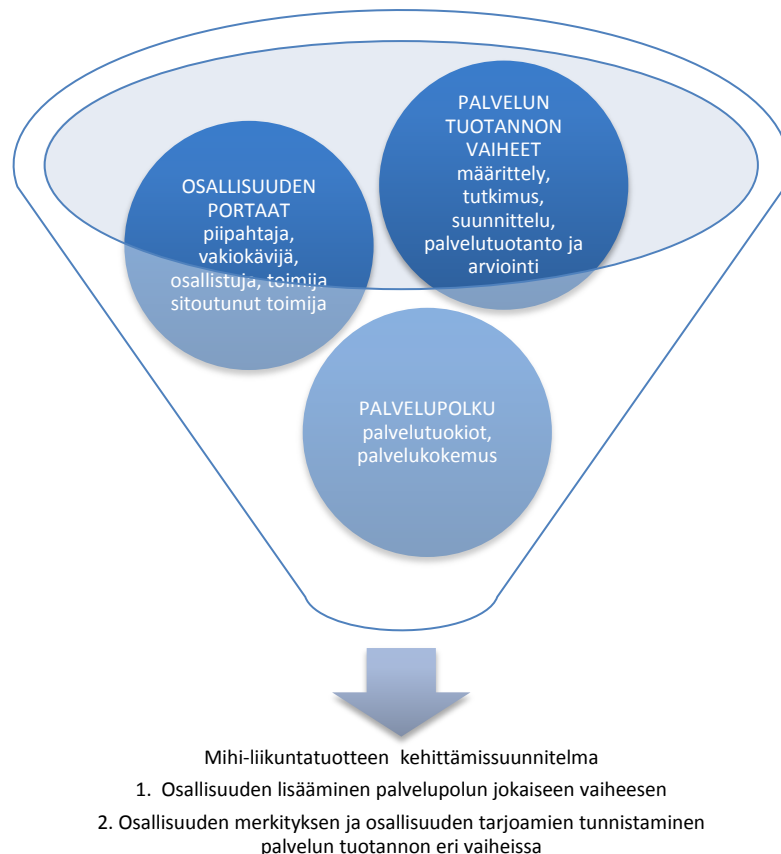
Erilaisia tutkimusotteita voidaan yhdistellä tarpeen ja tilanteen mukaan, jolloin saadaan monimenetelmäisiä (blended) tutkimusyhdistelmiä, joita kutsutaan usein tutkimusstrategioiksi. Tosin kvalitatiivinen ja kvantitatiivinen tutkimus voidaan myös katsoa strategioiksi, sillä ne ovat tutkimusongelman ratkaisukeinoja. (Kananen 2014, 21–23).

Kehittämistutkimus tähtää muutokseen. Kehittämistutkimus ei ole oma tutkimusotteensa, vaan se on yhdistelmä kvalitatiivista ja kvantitatiivista tutkimusta tai pelkästään kvalitatiivista tutkimusta. Kehittämistutkimuksessa muutoksen kohteena on esimerkiksi tuote, menetelmä tai organisaatio. Kehittämistutkimus vaatii tutkimuksellista otetta ja tutkimusosion. (Kananen 2017, 18.)

Tämän laadullisen työelämälähtöisen opinnäytetyön tavoitteena oli kyselytutkimuksen ja osallisuusverstaan avulla selvittää, miten nuoret kehittäisivät Mihi-liikuntatuotetta. Tavoitteena oli selvittää nuorten sitoutumisen suhdetta avoimeen matalan kynnyksen liikuntatuotteeseen Mihiin. Sitoutumisen suhdetta oli tarkoitus selvittää osallisuuden käsitteen kautta. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli vaihe vaiheelta avata Mihi-

liikuntatuotteen palvelupolku ja selvittää nuorten osallisuuden merkitystä läpileikkaavana teemana palvelumuotoiluprosessissa.

Tässä opinnäytetyössä kuljetettiin rinnakkain kolmeä käsitettä: osallisuuden portaita, palvelumuotoilun vaiheita sekä palvelupolun vaiheita. Palvelupolun vaiheita kuvattiin tässä opinnäytetyössä Mihi-toimintaan osallistuvan nuoren kautta. Opinnäytetyön tavoitteena oli luoda Mihi-liikuntatuotteen kaksiosainen kehittämissuunnitelma. Ensimmäinen osa oli palvelupolku-malli, jossa oli esitetty osallisuuden toimenpiteet jokaisella palvelupolun askeleella. Toinen osa kehittämissuunnitelmasta kuvasi keskeiset toimenpiteet osallisuuden ja osallisuuden tarjoamien näkökulmasta koko palvelumuotoiluprosessissa.



Kuva 19. Tutkimuksen strategia ja tavoite.

6.1.4 Kvalitatiivinen tutkimus

Laadullinen tutkimus tarkoittaa mitä tahansa tutkimusta, jonka avulla pyritään ``löydöksiin`` ilman tilastollisia menetelmiä tai muita määrällisiä keinoja. (Strauss & Cirbin, 1990). Laadullinen tutkimus käyttää sanoja ja lauseita, kun taas määrällinen tutkimus

perustuu lukuihin. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei pyritä määrällisen tutkimuksen mukaisiin yleistyksiin. (Kananen 2014, 18.)

Eskola ja Suoranta ehdottavat laadullisen tutkimuksen tunnusmerkeiksi aineistonkeruumenetelmää, tutkittavien näkökulmaa, harkinnanvaraista tai teoreettista otantaa, aineiston laadullis-induktiivista analyysia, hypoteesittomuutta, tutkimuksen tyyliä ja tulosten esittämistapaa, tutkija-asemaa ja narratiivisuutta (Eskola & Suoranta 1998, 15).

Laadullisessa tutkimuksessa tavoitteena on tutkittavan ilmiön kuvaaminen, ymmärtäminen ja tulkinnan antaminen. Pyritään syvälliseen ilmiön ymmärtämiseen. (Kananen 2014, 18.)

Laadullinen tutkimus tutkii yksittäistä tapausta, kun taas määrällinen tapausten joukkoa. Laadullinen tutkimus antaa uuden tavan ymmärtää ilmiötä. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään saamaan yhdestä havaintoyksiköstä irti mahdollisimman paljon eli tapausta käsitellään perusteellisesti syvyyssuunnassa. Laadullisen tutkimuksen tutkimustulosta ei voida yleistää, sillä se pätee vain tutkimuskohteen osalta. (Kananen 2014, 19.)

Laadullisessa tutkimuksessa tutkitaan pääasiassa prosesseja, joihin määrällisessä tutkimuksessa tilastollisin analyysin on lähes mahdotonta pureutua prosessien ja ilmiöiden monimutkaisuuden vuoksi. Laadullisessa tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita merkityksistä eli siitä, kuinka ihmiset kokevat ja näkevät reaali maailman. (Kananen 2014, 19.)

6.1.5 Teoreettinen viitekehys

Teoriaosan eli tietoperustan pitää liittyä tutkimusongelmaan. Teoriaosassa käsitellään niitä teorioita, malleja, tutkimuksia ja raportteja, jotka liittyvät tai sivuavat tutkimusongelmaa. (Kananen 2015, 27.)

Osallisuus oli tässä opinnäytetyössä palvelumuotoilun väline, läpileikkaava teema sekä näkökulma, joka kulkee mukana jatkuvasti. Palvelumuotoilua tarkasteltiin yleisesti, mutta erityisesti juuri julkisella sektorilla ja osallisuuden näkökulmasta. Teoreettisena viitekehystenä käytettiin osallisuuden osalta nuorisotutkija Anu Gretschelin osallisuuden portaitta, jossa toimintaan osallistuvat nuoret luokitellaan piipahtajiksi, vakiokävijöiksi, osallistujiksi, toimijoiksi ja sitoutuneiksi toimijoiksi. Gretschelin osallisuuden portaiden näkökulma yhdistettiin tässä opinnäytetyössä palvelumuotoilun askelmiin. Tarkoituksena oli kehittää palvelua osallisuuden linssin läpi. Palvelumuotoilun viitekehystenä käytettiin Juha Tuulaniemen palvelumuotoilustrategiaa.

Teoriaosa koostettiin syksyllä 2017 keräten kirjallista aineistoa, tavaten Mihi-liikuntapalvelua työstäviä henkilöitä sekä konsultoiden nuoriso- sekä liikuntatutkimusta tekeviä tutkijoita aineiston keruussa ja aikaisempien tutkimusten löytämisessä.

6.1.6 Aineiston keruu

Ongelmanratkaisussa käytetään menetelmiä. Menetelmät tarvitsevat raaka-aineikseen tietoa. Tutkijan on määriteltävä tarvittava tieto (mitä), eli se, mitä hän tarvitsee ymmärryksen löytämiseksi, tiedon lähteet (mistä) ja se, miten tieto hankintaan (tiedonkeruumenetelmät) ja miten tieto jalostetaan (miten) tiedon analysointimenetelmillä niin, että ongelman ratkaisu löytyy. (Kananen 2014, 51.)

Tutkimus koostuu erilaisista menetelmistä, niiden valinnoista ja käytöstä. Opinnäytetyö on oikeastaan menetelmien kokonaisuus, jonka tarkoituksena on tuottaa tutkimusongelman ratkaisu, joka on uskottava, luotettava ja totuudenmukainen. Ratkaisun tuottamiseksi tarvitaan tietoa, jota kerätään erilaisilla tiedonkeruumenetelmillä, joiden tuloksena saadaan aineistot. Osa aineistosta on olemassa olevaa (sekundääri), jota voidaan hyödyntää sellaisenaan. Osa aineistosta kerätään tutkimusongelmaa varten. (Kananen 2014, 64.)

Laadullisessa tutkimuksessa aineistona ovat erilaiset dokumentit, teemahaastattelut, haastattelut ja havainnoinnit (Kananen 2014, 42). Niitä voidaan käyttää joko vaihtoehtoisesti rinnan tai eri tavoin yhdisteltynä tutkittavan ongelman ja tutkimusresurssien mukaan (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71).

Haastattelut ovat laadullisen tutkimuksen käytetyin tiedonkeruumenetelmä. Haastattelun muotoja on useita, mutta käytetyin on teemahaastattelu. Teemahaastattelun avulla tutkija pyrkii ymmärtämään ja saamaan käsityksen tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä, jossa on aina mukana ihminen ja hänen toimintansa, jota tutkija pyrkii avaamaan teemojen avulla. Teemat ja niitä tarkentavat kysymykset ovat kuin ``veteen heitettyjä`` haaveja, joilla tutkija ammentaa haastateltavasta tietoa. Haastattelu on palapeliä, jossa vastaukset ovat osa kokonaisuutta. Näin tutkija rakentaa analysointivaiheen kautta holistisen kokonaisvaltaisen kuvan ja ymmärryksen tutkimuskohteesta. (Kananen 2014, 70–72.)

Haastattelu voidaan toteuttaa ennalta määritellyn kaavan ja kysymysten ja sekä niihin liittyvien vaihtoehtojen avulla (valmis struktuuri eli rakenne). Kyseessä voi olla henkilökohtainen haastattelu, jossa tiedonkeruuvälineenä käytetään kyselylomaketta. Kysely voidaan toteuttaa, myös verkko- tai postikyselynä. Strukturoidussa kyselyssä ovat ky-

symykset valmiina, kuten myös vastausvaihtoehdot. Jotta kysymykset voidaan laatia vaihtoehtoisine vastauksineen, se edellyttää ilmiön tuntemista. (Kananen 2014, 73.)

Strukturoituja kysymyksiä voidaan käyttää laadullisessa tutkimuksessa ilmiön taustoitukseen. Faktatiedoilla tutkimuskohde ja ilmiöt kytketään reaali maailmaan. Tutkimuskohde kuten myös informantit, kuvataan faktojen pohjalta. Tämä siksi, että ilmiöstä voidaan näillä tiedoilla päätellä, mistä se on lähtöisin ja millaiseen ympäristöön se kuuluu. Strukturoituja kysymyksiä voidaan käyttää ilmiön ymmärtämiseen. (Kananen 2014, 75.)

Puolistrukturoitu haastattelu poikkeaa edellisestä siinä, että kysymykset ovat kaikille samat, mutta ei käytetä valmiita vastausvaihtoehtoja, vaan haastateltava saa vastata omin samoin. (Eskola & Suoranta 1998, 87).

Lomakehaastattelussa ei voi kysyä mitä tahansa sellaista, mikä olisi mukavaa tai hyödyllistä tietää, vaan siinä kysytään tutkimuksen tarkoituksen ja ongelmanasettelun kannalta merkityksellisiä kysymyksiä. Jokaiselle kysymykselle pitää siis löytyä perustelu tutkimuksen viitekehuksesta, tutkittavasta ilmiöstä ja tiedetystä tiedosta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.)

Laadullisessa tutkimuksessa keskitytään usein myös varsin pieneen määrään tapauksia ja pyritään analysoimaan niitä mahdollisimman perusteellisesti. Aineiston tieteellisyyden kriteeri ei näin ollen olekaan sen määrä vaan laatu, käsitteellistämisen kattavuus. (Eskola & Suoranta 1998, 18.)

Tutkimus toteutettiin suorittamalla nuorille kirjallinen kysely. Otantaan valittiin viisi nuorten ryhmää, jotka osallistuivat Mihi-toimintaan. Valitut ryhmät olivat Turusta, Mynämäeltä, Liedosta ja Nousiaisista. Lisäksi kyselyyn valittiin viisi ryhmää Mihi-kohderyhmän ikäisistä nuorista eli 13–19-vuotiaita nuoria, jotka eivät suoranaisesti ja tietävästi aktiivisesti osallistuneet Mihi-toimintaan. Näistä ryhmistä nousi esiin muutamia nuoria, jotka osallistuivat Mihi-toimintaan. Heidän vastauksensa on ryhmitelty toimintaan osallistuvien nuorten vastauksiin. Ryhmät olivat lautapelikerho, nuorten vaikuttajaryhmä ja nuorisotalonuoret Mynämäeltä, nuorisotalonuoret Nousiaisista ja nuorten vaikuttajaryhmä Turusta. Yhteensä vastauksia palautui 43. Mihi-toimintaan osallistuvia nuoria vastasi kyselyyn 20 ja toimintaan osallistumattomia nuoria 23. Ryhmät valikoituvat tavoitettavuuden, erilaisuutensa sekä osallisuusverstaan toteutettavuuden näkökulmasta. Kyseisten kuntien keskuudessa oli tehty aktiivista yhteistyötä ja ajatuksena oli, että nuoret on helppo koota näistä kunnista mukaan osallisuusverstaaseen.

Kysely suoritettiin sekä määrällisenä, että laadullisena tutkimuksena eli strukturoituna ja puolistrukturoituna kyselynä. Määrällisinä tietoina kerättiin mm. ikä, osallistumisaktiivisuus ja muita taustoittavia tietoja. Pääpaino oli kuitenkin laadullisessa tutkimuksessa. Nuorille suoritettiin kysely, jossa on kaikille yhteisiä kysymyksiä sekä omat kysymyksensä toimintaan osallistuville ja osallistumattomille nuorille. Kyselylomakkeet toimitettiin kunkin ryhmän ohjaajalle. Odotuksena oli saada 60 kyselylomaketta takaisin. Lomakkeita palautui 43.

Kyselyn tavoitteena oli selvittää Mihi-toimintaan osallistuvilta nuorilta heidän osallisuuden kokemuksiaan toiminnassa, omaa sijoittumista osallisuuden portailla, nuorten sitoutuneisuuden tilaa ja roolia Mihi-toiminnassa sekä nuorten kehittämiskohteita. Toimintaan osallistumattomien nuorten osalta tavoitteena oli selvittää osallistumattomuuden syitä, sitä millaisia osallisuuden tarjoamia toiminnassa olisi pitänyt olla, jotta nuoret osallistuisivat toimintaan sekä miten osallistumattomat nuoret olisivat kehittäneet toimintaa osallisuuden näkökulmasta.

6.1.7 Aineiston analyysin menetelmät

Sisällön analyysiä voi pitää paitsi yksittäisenä metodina myös väljänä teoreettisena kehyksenä, joka voidaan liittää erilaisiin analyysikokonaisuuksiin. Sen avulla voidaan tehdä monenlaista tutkimusta. Voidaan sanoa myös, että useimmat eri nimillä kulkevat laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmät perustuvat periaatteessa tavalla tai toisella sisällön analyysiin, jos sisällön analyysillä tarkoitetaan kirjoitettujen, kuultujen tai nähtyjen sisältöjen analyysiä väljänä teoreettisena kehyksenä. (Tuomi & Sarajarvi 2009, 91.)

Kvalitatiivisen tutkimuksen tutkimusprosessi ei ole kvantitatiivisen eli määrällisen tutkimuksen kaltainen suoraviivainen prosessi. Laadullisen aineiston analyysivaihe on syklinen prosessi, josta puuttuvat kvantitatiivisen tutkimuksen tiukat säännöt. (Kananen 2014, 18.)

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa puhutaankin aineistolähtöisestä analyysistä, joka pelkistetyimmillään tarkoittaa teorian rakentamista empiirisestä aineistosta lähtien, ikään kuin alhaalta ylös (Eskola & Suoranta 1998, 19).

Aineistolähtöisessä analyysissä pyritään luomaan tutkimusaineistosta teoreettinen kokonaisuus. Siinä analyysiyksiköt valitaan aineistosta tutkimuksen tarkoituksen ja tehtävänasettelun mukaisesti. Avainajatus on siinä, että analyysiyksiköt eivät ole etukäteen sovittuja tai harkittuja. Periaatteessa teorian merkitys analyysin ohjaajana liittyy metodologiaan siten, että tutkimuksessa julkilausutut metodologiset sitoumukset ohjaavat ana-

lyysia. Aikaisemmillä havainnoilla, tiedoilla tai teorioilla tutkittavasta ilmiöstä ei pitäisi olla mitään tekemistä analyysin toteuttamisen tai lopputuloksen kanssa, koska analyysin oletetaan olevan aineistolähtöistä. (Tuomi, Sarajärvi 2009, 95.)

Miles ja Huberman (1994) kuvaavat aineistolähtöisen laadullisen eli induktiivisen aineiston analyysia karkeasti kolmevaiheiseksi prosessiksi: 1) aineiston redusointi eli pelkistäminen, 2) aineiston klusterointi eli ryhmittely ja 3) abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108).



Kuva 20. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin eteneminen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109.)

Kanasen (2014) mukaan aineistomäärät ovat niin suuria, ettei pelkällä lukemisella, katselemisella ja kuuntelemisella päästä ratkaisuun. Tutkijan täytyy turvautua teknisiin aineistojen analyysimenetelmiin. Aineistojen käsittelyssä voidaan erottaa seuraavat vaiheet:

Litterointi:

Litterointi tarkoittaa erilaisten tallenteiden, kuten äänitteiden kuvien ja videoiden kirjoittamista kirjalliseen muotoon, jolloin niitä voidaan käsitellä manuaalisesti tai ohjelmallisesti erilaisilla analyysimenetelmillä.

Koodaus:

Litteroinnin jälkeen teksti tiivistetään koodaamalla. Laadullisen tutkimuksen aineistot ovat usein laajoja, joten niiden käsittely sellaisenaan on hankalaa. Litteroitu aineisto vaatii ennen analysointia työstämistä muotoon, joka mahdollistaa analyysin. Tutkijan pitää luonnollisesti tietää tai aavistella, mitä hän aineistosta etsii. Koodaus eli tiivistäminen on ajattelun perustoimintoja, jolla muodostetaan yksinkertaistettuja, kongnitiivisia karttoja. Koodauksella pyritään saamaan aineisto käsiteltävään muotoon. Tietoja yhdistetään siten, että samaa tarkoittavat asiat yhdistetään samalla koodilla ja samoin sellaiset asiat joilla on yhteinen tekijä/elementti.

Luokittelu:

Luokittelu tarkoittaa samaa tarkoittavien asioiden tai käsitteiden yhdistämistä. Käytännössä tämä tarkoittaa yhdistettävien tekijöiden löytämistä koodatuille tekstisegmenteille. (Kananen 2014, 101–116.).

Tässä opinnäytetyössä kyselylomake koostui strukturoiduista ja puolistrukturoiduista kysymyksistä. Strukturoiduista kysymyksistä saatu aineisto analysoitiin käyttäen määrällisen tutkimuksen menetelmiä. Tällaisia tietoja olivat mm. kävijöiden ikä, käyntimäärät palvelussa ja kysymykset, joissa vastausvaihtoehdot olivat valmiiksi annettuja. Aineiston analysointivaihe toteutettiin tammi helmikuun 2018 aikana.

Strukturoitu aineisto koottiin taulukoiksi, joissa tiedot eriteltiin Mihi-toimintaan osallistuvien nuorten ja ei osallistuvien nuorten osalta. Tiedot esitettiin taulukoissa nuorten määrän ja myös prosenttiosuuksien muodossa. Taulukkojen alle nostettiin keskeiset havainnot ja pohdinnat kustakin taulukosta.

Puolistrukturoiduista kysymyksistä saatu aineisto sekä osallisuusverstaan litterointi koodattiin ja luokiteltiin alla olevan taulukon mukaisesti. Nuorten kirjoittamat vastaukset olivat valtaosaltaan hyvin lyhyitä ja muutamista sanoista tai lyhenteistä koostuvia. Vastauksista sai näin ollen koostettua esimerkiksi käsityksen siitä, että tietyt asiat eivät kiinnostaneet nuoria, mutta tarkempia perusteluja nuoret eivät vastauksiinsa kirjoittaneet.

Raakateksti	Koodi (Taso1)	Taso 2	Taso 3	Taso 4
Kyselyjen teksti	Kyselystä saadut keskeiset käsitteet	Käsitteiden työstäminen osallisuusverstaassa	Osallisuusverstaasta saadut keskeiset tulokset	Koko opinnäytetyö keskeiset tulokset
Oletko toiminnassa mukana ollessasi voinut vaikuttaa Mihi-toiminnan sisältöihin (harjoitteet, lajit, alkamisaika). Jos vastasit kyllä, niin kuvaile millaisiin asioihin.	Tekeminen vuorolla, vuoron alkamisajankohta ja vuoron kesto.	Miten nuorten osallisuutta Mihi-vuorojen sisällössä voisi kehittää?	Nuoret haluavat ohjata vuoroilla liikuntaa aikuisen tukemana.	Nuorten osallisuus on konkreettista toimintaa. Nuoret haluavat ohjata vuoroja ja vaikuttaa vuorojen sisältöön, mutta tarvitsevat kuitenkin aikuisen tukea.
Kuvaile mielestäsi kolme tärkeintä asiaa, jotka toimintaa järjestävien aikuisten tulisi ottaa huomioon, jotta vähän liikuvat nuoret saataisiin mukaan Mihi-toimintaan.	Mukavuus, kiva fiilis, erilaisten liikkujien huomiointi.	Miten kehitettäisiin sellaista liikunta-toimintaa, joka olisi rentoa, hauskaa, sisältäisi ruokaa ja musiikkia ja tavoitaisi ne nuoretkin, jotka eivät halua liikuntaharrastusta?	Toiminnan tulee olla monipuolista ja osallistumisen tulee olla helppoa. Vuoroille tulee olla helppo löytää ja ohjaajan tulee ohjata toimintaa eri tavoin kuin kilpaurheilua.	Nuorille järjestettävän toiminnan tulee olla monipuolista ja täydentää paikkakunnan harrastusmahdollisuuksia. Osallistumisen tarjoamisen tulee olla helppoja ja kaikkien tavoitettavissa. Nuorten mielipiteitä tulee kuunnella.

Kuva 21. Aineiston käsittely.

6.1.8 Osallisuusverstaan kuvaus teoriassa

Osallisuusverstaas on menetelmä, jonka avulla halutaan suunnitella tai muuttaa asioita. Menetelmällä pyritään motivoimaan osallistujia, lisäämään tietoa sekä kannustamaan ideoiden esille tuomiseen ja kriittiseen ajatteluun. Verstaas mahdollistaa nuorten keskinäisen sekä nuorten ja päättäjien tai aikuisten asiantuntijoiden välisen vuoropuhelun. Se antaa nuorille mahdollisuuksia omien ideoidensa ja ajatustensa esiin tuomiseen. Osallisuusverstaassa on yleensä 50–100 osallistujaa. Verstaas suunnitellaan ja toteutetaan

yhteistyössä nuorisovaltuuston, oppilaskunnan tai muun nuorten toimintaryhmän kanssa. Verstaan aikana nuorille esitellään käsiteltävän teeman taustoja ja nykytilannetta, keskustellaan niistä sekä järjestetään ideoiden toteuttamiseen liittyvä paneelikeskustelu. (Hoikkala & Sell 2007, 235.)

Verstaan vaiheiden kuvaus:

1. Nuoret jaetaan ryhmiin, joita on maksimissaan 10 ja nuoria ryhmissä maksimissaan 10.
2. Verstaan vetäjä esittelee tilaisuuden tavoitteen, teeman sekä verstaan askeleet ja toimintatavan.
4. Verstaan vetäjä esittelee täydentävät kysymykset, joista ryhmät keskustelevat.
5. Ryhmät vastaavat kysymyksiin. Ensin ryhmän jäsenet kirjoittavat yksinään tarralapuille vastaukset ja esittelevät ne sitten toisilleen. Joku ryhmän jäsenistä kokoaa vastaukset yhdelle fläppipaperille.
6. Jokainen ryhmä esittelee oman koosteensa muille ryhmille.
7. Verstaan vetäjä tekee aikuisille eli panelisteille tulosten toteuttamiseen liittyviä kysymyksiä ja pitää yllä keskustelua. Paneelikeskusteluun osallistuu verstaan aihepiirin kanalta keskeisiä asiantuntijoita tai vaikuttajia, kuten rehtori, kunnanhallituksen puheenjohtaja, tiedotusvälineiden edustaja. Tarkoituksena on selvittää mitkä verstaan ideoista ovat toteutettavissa, ja miten asiaa tulisi viedä eteenpäin.
8. Jatkotoimenpiteistä sopiminen tapahtuu verstaan vetäjän johdolla, joka pyytää vapaaehtoisia osallistumaan kehittämistiimeihin.
9. Kehittämistiimi/tiimit tulisi koota mahdollisimman nopeasti. Nuorten tiimitoiminnan perusajatus on, että nuoret ovat tavalla tai toisella mukana projektin kaikissa vaiheissa. Tiimin työtä ohjaa oma aikuinen, jonka tehtävänä on kannustaa ja tukea nuoria sekä asettaa rajoja silloin kun siihen on tarve. Oma aikuinen toimii tulkkina ja siltana nuorten ja aikuisten välillä. (Hoikkala & Sell 2007, 236–239.)

6.1.9 Osallisuusverstaan kuvaus käytännössä

Osallisuusverstaas toteutettiin 27.3.2018 soveltaen, koska osallistujamäärä oli vähäisempi, kuin edellä mainitussa mallissa. Osallisuusverstaaseen osallistui 12 nuorta. Kyselyyn

vastanneista nuorista verstaaseen osallistui 5 ja ryhmää täydennettiin Mynämäen kunnan vaikuttajaryhmän nuorilla, jotta saatiin laajempi kokoonpano nuoria mukaan.

Mynämäen kunnan liikunta - ja nuorisopalveluvastaava Anna Salminen toimi osallisuusverstaan vetäjänä. Jorma Fisk Turun kaupungin liikuntapalveluista ja vapaa-ajanohjaaja ja Mihi-ryhmän ohjaaja Alekski Kytö toimivat panelisteina.

Osallisuusverstaas toteutettiin Mynämäen kunnan valtuustosalissa. Salin pöydille laitettiin kysymykset paperilla. Nuoret kiersivät vastaamassa kysymyksiin posti it –lapuille. Nuoret saivat vastata useammalla vastauksella halutessaan. Kysymykset oli laadittu kyselylomakkeista nousseiden teemojen perusteella.



Kuva 22. Nuoria osallisuusverstaassa.

Kysymykset olivat seuraavat:

1. Miten niiden nuorten osallisuutta voisi lisätä Mihi-tuotteen kehittämisessä, jotka eivät osallistu Mihi-toimintaan?
2. Miten nuoret saataisiin mukaan Mihi-toiminnasta tiedottamiseen ja mainostamiseen ja miten varmistettaisiin, että kaikki nuoret tietävät Mihistä?
3. Miten kehitettäisiin sellaista liikuntatoimintaa, joka olisi rentoa, hauskaa, sisältäisi ruokaa ja musiikkia ja tavoittaisi ne nuoretkin, jotka eivät halua liikuntaharrastusta?
4. Miksi osallisuus ja vaikuttaminen tuntuu nuorista etäiseltä ja vaikealta? Miten tätä voitaisiin helpottaa Mihi-toiminnassa?

5. Miten nuorten osallisuutta Mihi-vuorojen sisällöntuottamisessa ja liikuntavuoroilla voisi kehittää?
6. Tulisiko toiminnassa olla jokin mobiilissa toimiva kaverisovellus, josta näkisi keitä on tulossa vuorolle?
7. Millaisia toimia nuoret toivovat aikuisilta, jotta Mihi-toiminnassa olisi vaikuttamisen mahdollisuuksia (tarjoamia) nuorille?

Samat kysymykset oli kiinnitetty valtuustosalin seinään. Nuoret jaettiin ryhmiin siten, että jokaista kysymystä käsitteli yksi nuorten ryhmä. Nuoret yhdistivät tarralapuille kirjoitetuista vastauksista samansuuntaiset ja veivät ne seinällä olevien teemojen alle.

Nuoret esittelivät nämä asiat muille nuorille ja panelisteille. Nuoret valitsivat äänestämällä 2 tärkeintä kehittämisen kohdetta kustakin kysymyksestä jatkovalmisteluun ja panelistit kommentoivat nuorten ajatuksia ja vastasivat nuorten kysymyksiin.

Nuorten valitsemat tärkeimmät teemat ovat kehittämisen kohteina opinnäytetyön liitteenä olevassa kehittämissuunnitelmassa.

7 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Luvussa seitsemän kuvataan koko tutkimuksen kaarta sekä tarkatellaan tutkimuksen luotettavuutta. Kyselylomakkeen tuloksista on nostettu keskeiset kehittämisen kohteet osallisuusverstaaseen. Kehittämisen eri vaiheissa saadut tulokset on koottu kehittämissuunnitelmaan. Kehittämissuunnitelman toimenpiteet esitetään taulukoiden muodossa.

7.1 Tutkimustulokset ja niiden tulkinta

Kyselylomakkeen tulokset esitetään eriteltynä Mihi-toimintaan osallistuvien nuorten osalta ja ei osallistuvien nuorten osalta. Kummankin osion alussa on esitetty määrällisten kysymysten vastaukset taulukkojen muodossa. Taulukkojen alle on kirjattu havainnot saaduista tuloksista. Laadullisten kysymysten vastaukset on koottu tekstiosuudessa tekstimuodossa jokaisen kysymyksen alle.

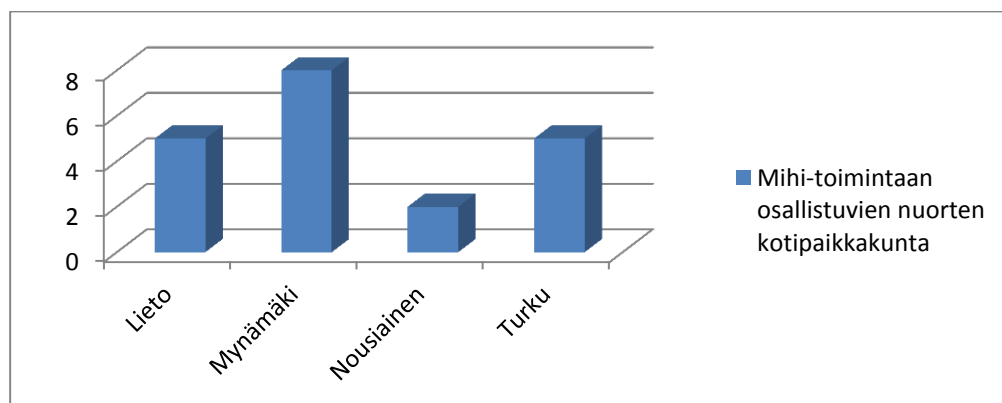
Tuloksista on koottu määrällisiä yhteneväisyyksiä ja haettu aineistosta keskeiset käsitteet. Kyselylomakkeen perusteella saaduista tuloksista on valittu keskeiset kehittämisen kohteet ja eniten toistuvat teemat osallisuusverstaaseen jatkokäsittelyyn. Nämä tulokset on muokattu kysymyksiä muotoon, joita on käsitelty osallisuusverstaassa yhdessä nuorten kanssa.

Osallisuusverstaan ja koko kehitystyön tulokset on kuvattu taulukoissa, joissa on avattu osallisuuden lisäämisen toimenpiteitä sekä koko Mihi-liikuntatuotteen kehittämistoimenpiteitä palvelumuotoilun näkökulmasta.

7.2 Määrälliset vastaukset toimintaan osallistuvien nuorten osalta

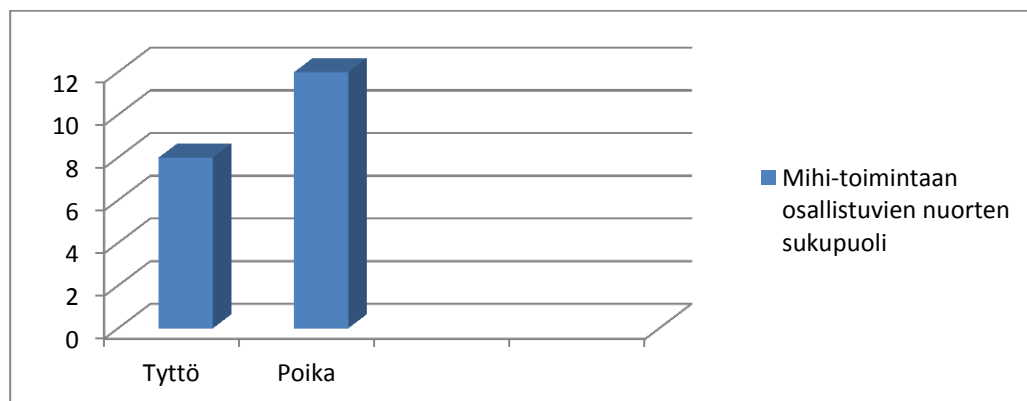
Mihi-toimintaan osallistuvien nuorten kotipaikkakunta

Mihi-toimintaan osallistuvia nuoria osallistui kyselyyn 20. Nuorista 5 oli kotoisin Liedosta, 8 Mynämäeltä, 2 Nousiaisista ja 5 Turusta. Otanta suoritettiin nuorten tavoitettavuuden näkökulmasta. Kaikki ryhmissä liikkuvat nuoret eivät osallistuneet kyselyyn. Joten tämä tulos ei kerro liikuntaryhmien koosta. Osa nuorista unohti palauttaa lomakkeen tai ei ollut muusta syystä halukas osallistumaan kyselyyn.



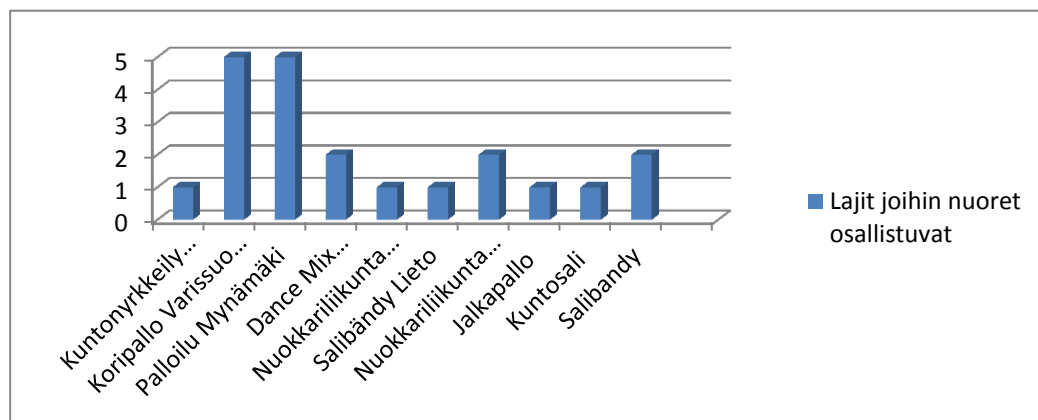
Mihi-toimintaan osallistuvien nuorten sukupuoli

Mihi-toimintaan osallistuvista nuorista 12 oli poikia (60 %) ja 8 tyttöjä (40 %). Mihi-ryhmistä, joissa kysely suoritettiin, oli yksi toimintaryhmä suunnattu vain pojille ja kaikki muut ryhmät olivat suunnattu molemmille sukupuolille. Kohdassa kolme on kuvattu lajit, joihin nuoret osallistuivat. Palloiluvoittoiset lajit saattavat selittää poikien suurempaa määrää.



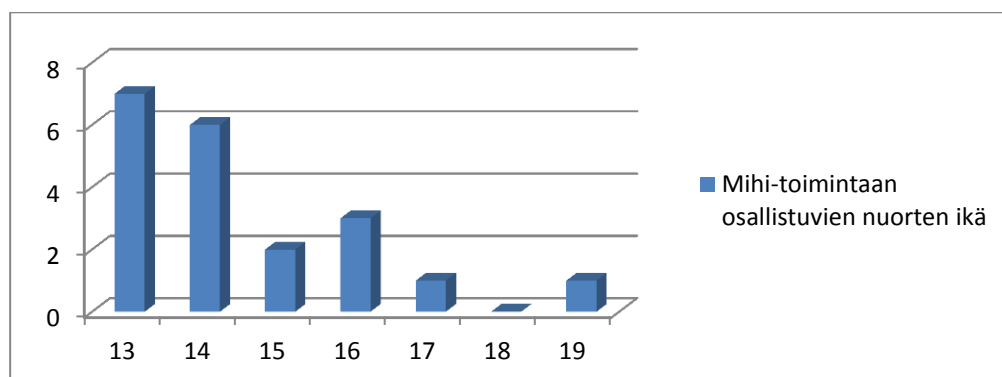
Lajit joihin nuoret osallistuvat

Kysely suoritettiin viidessä eri Mihi-ryhmässä eli koripallossa Turussa, palloilussa Mynämäellä, dance mix -ryhmässä Mynämäellä, nuorisotaloliikunnassa Liedossa sekä nuorisotaloliikunnassa Mynämäellä. Tuloksissa esiin nousi kuitenkin Mihi-toimintaan osallistujia Nousiaisten nuorisotalokävijöistä, joita haastateltiin toimintaan osallistumattomina nuorina. Turun koripallovuoroon osallistujat olivat ainoita haastatelluista nuorista, jotka osallistuivat useampaan Mihi-vuoroon Turussa. Kukaan toimintaan osallistuvista nuorista ei osallistunut Mihi-vuoroihin muussa kuin kotikunnassaan.



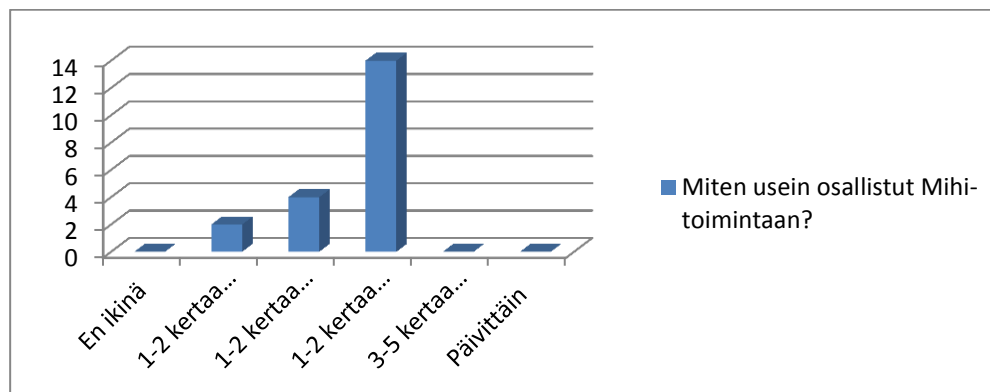
Mihi-toimintaan osallistuvien nuorten ikä

Mihi-toimintaan osallistuvista nuorista 13-vuotiaita oli 7 henkilöä (35 %), 14-vuotiaita oli 6 henkilöä (30 %), 15-vuotiaita 2 henkilöä (10 %), 16-vuotiaita 3 henkilöä (16 %), 17-vuotiaita nuoria 1 (5 %) ja 19-vuotiaita vastaajia oli 1 (5 %). Otannan perusteella voidaan tulkita, että Mihi-toiminta tavoittaa paremmin yläkouluikäisiä nuoria. Toimintaan osallistuvien nuorten keski-ikä oli 14,4 vuotta.



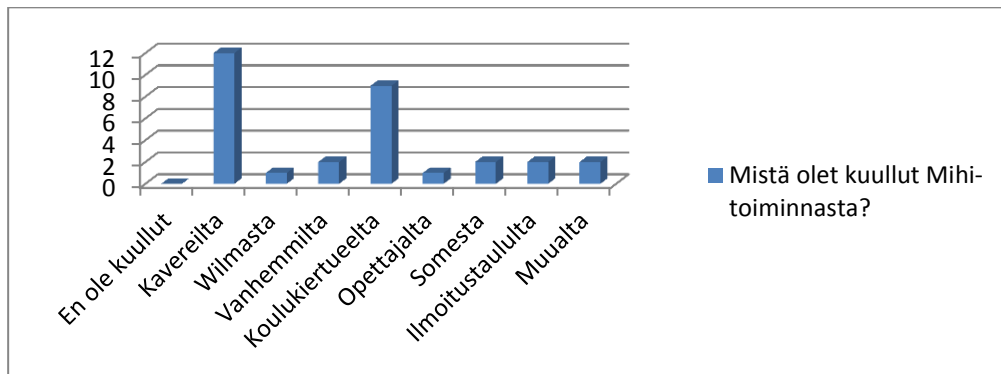
Miten usein osallistut Mihi-toimintaan?

2 nuorta osallistuu Mihi-toimintaan 1–2 kertaa vuodessa (10 %), 4 nuorta osallistuu toimintaan 1–2 kertaa kuukaudessa (20 %), 14 nuorta osallistuu toimintaan 1-2 kertaa viikossa (70 %). 3–5 kertaa viikossa ja päivittäin osallistuvia nuoria ei osallistunut kyselyyn. Enemmistö nuorista osallistui toimintaan 1–2 kertaa viikossa. Kohdissa 7 ja 8 joissa kuvataan toiminnan merkitystä nuorelle keskeisiksi nousevat ystävät ja hyvä porukka. Tämä saattaa selittää osallistumisaktiivisuutta. Nuorille kunnon kohotus ei ole tärkein arvo vaan ystävät. Määrällisesti siis 1–2 kertaa viikossa ei vielä kata nuoren koko liikunnan tarvetta, mutta ystävät ja hyvä porukkaa saa nuoren osallistumaan 1–2 kertaa viikossa.



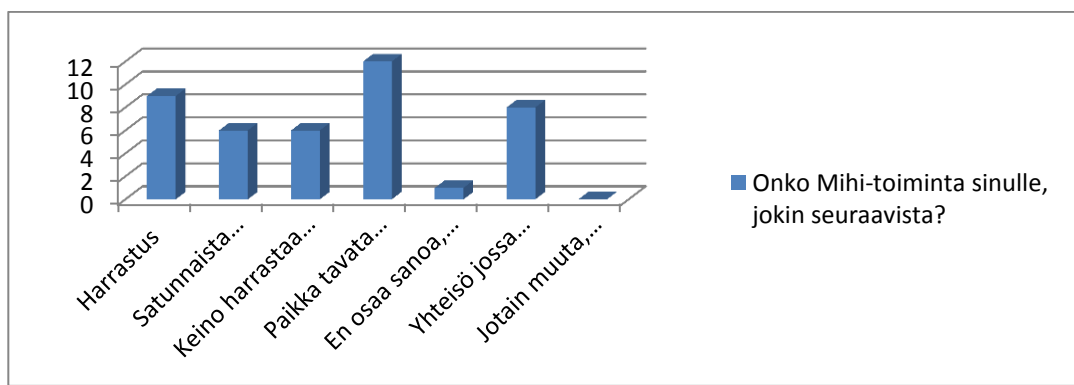
Mistä olet kuullut Mihi-toiminnasta?

Mihi-toiminnasta nuoret ovat saaneet tietoa kavereilta 12 nuorta (39 %), Wilmasta 1 nuori (3 %), vanhemmilta 1 nuori (3 %), koulukiertueen työntekijöiltä 9 nuorta (29 %), opettajalta tai terveydenhoitajalta 1 nuori (3 %), somesta 2 nuorta (7 %), ilmoitustaululta 2 nuorta (6 %) ja muualta eli nuorisotyöntekijältä 2 nuorta (6 %). Tässä kysymyksessä oli mahdollista valita useampi vaihtoehto. Yksi nuori ei vastannut tähän kysymykseen. Vastauksista voi päätellä, että tieto Mihi-toiminnasta siirtyy ihmiseltä ihmiselle. Viestinnän kehittämisessä tulisikin hyödyntää nuoria tiedottajina ja edelleen jatkaa koulukiertuetoimintaa. Mihi-toimintaa järjestävien aikuisten olettaen sosiaalisen median merkityksestä ei pitänyt nuorten vastausten perusteella paikkaansa. Vain 2 nuorta oli saanut tietoa sosiaalisesta mediasta.



Onko Mihi-toiminta sinulle jokin seuraavista?

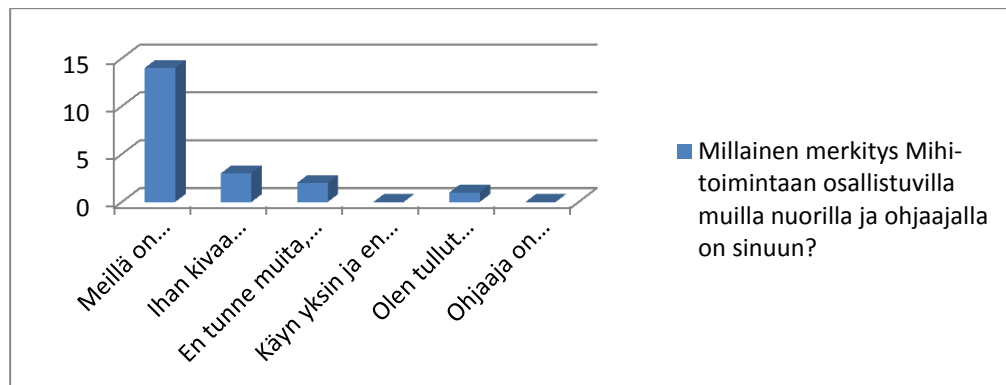
Mihi-toiminnan merkityksestä nuorille nuoret vastasivat seuraavasti: 9 nuorta vastasi, että Mihi-toiminta on heille harrastus (22 %), 6 nuorelle Mihi-toiminta on satunnaista ajankulua (14 %), 5 nuorelle Mihi-toiminta on keino harrastaa liikuntaa (14 %), 12 nuorelle Mihi-toiminta on paikka tavata kavereita (29 %), 1 nuori ei osannut sanoa (2 %), 8 nuorelle Mihi-toiminta on yhteisö, jossa viihdytään, mutta liikuntaa tulee samalla (19 %). Muita merkityksiä ei noussut esille. Nuorilla oli mahdollisuus valita useita vastausvaihtoehtoja. Mihi-toiminnan 3 tärkeintä arvoa nuorille olivat ystävät, harrastus ja paikka tavata kavereita. On siis merkittävää huomata, että nuoret kokevat Mihi-toiminnan harrastukseksi joka kuvaa mielekästä ja säännöllistä liikuntatoimintaa, sekä paikaksi tavata ystäviä.



Millainen merkitys Mihi-toimintaan osallistuvilla muilla nuorilla ja ohjaajalla on sinuun?

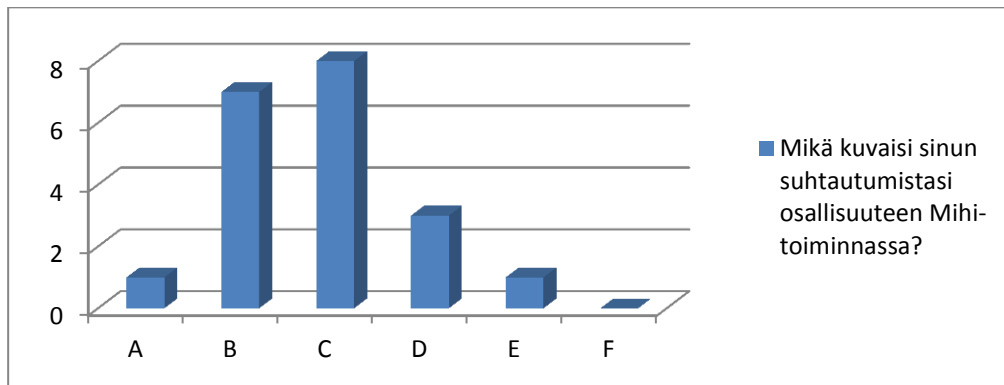
Mihi-toiminnan merkityksestä nuoret vastasivat seuraavasti: 14 nuorta vastasi, että meillä on todella hyvä yhteenkuuluva porukka (70 %), 3 nuorta vastasi, että ihan kivaa porukkaa, mutta en tunne kaikkia (15 %), 2 nuorta vastasi, että he eivät tunne muita, koska käyvät kavereiden kanssa (10 %), 1 nuori vastasi, että olen tullut liikkumaan ja muilla

ihmisillä ei ole niin väliä (5 %). Kysymyksessä nuoret valitsivat yhden vastausvaihtoehdon. Ystävien ja hyvän porukan merkitys korostuu nuorten vastauksissa selkeästi.



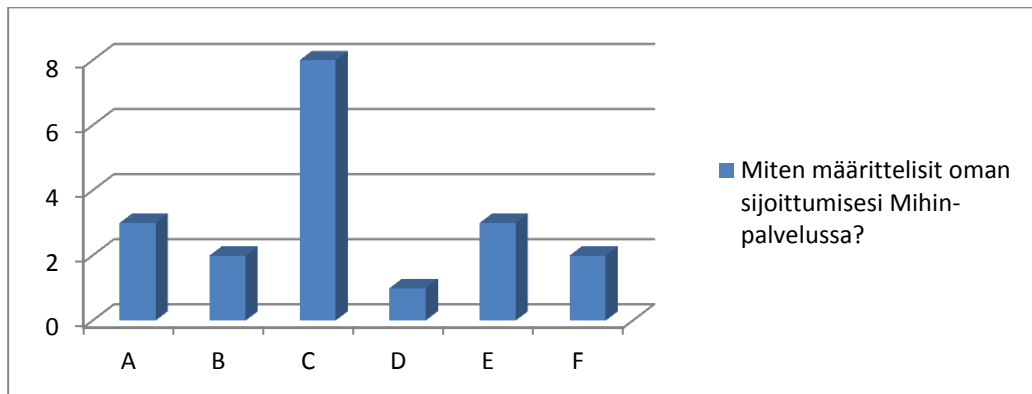
Mikä kuvaisi sinua ja asennettasi parhaiten osallisuuteen Mihi-toiminnassa?

Mikä kuvaisi sinua ja asennettasi parhaiten osallisuuteen Mihi-toiminnassa nuoret vastasivat seuraavasti: (A) Yksi vastaajista kuvasi, että hän on mielellään liikkuja ja yksi nuorista. Hän ei halua mitään roolia tai olla aktiivinen (5 %). (B) Seitsemän nuorista vastasi, että he voisivat tehdä jotain pientä, mutta haluavat kuitenkin, että päävastuu on aikuisella, joka ohjaa toimintaa. Nuoret olisivat kuitenkin valmiita kantamaan tavaroita tai muuta pientä vastaavaa (35 %). (C) 8 nuorista vastasi, että olisi siistiä, jos välillä nuoret saisivat päättää mitä tehdään ja millä säännöillä. Nuoret toivoivat kuitenkin, että aikuinen on mukana varmistamassa toiminnan sujumisen. Nuoret kokivat, että tämä olisi heidän juttunsa, jos vastuuta siirrettäisiin heille (40 %). (D) Kolmen vastaajan mielestä nuoret ovat parempia asiantuntijoita lajeissa ja nuorten ohjaama toiminta tavoittaisi niitä nuoria, joilla on aikuisten kanssa ``sukset ristissä``. Aikuisten taustatuki olisi kuitenkin myös näiden nuorten mielestä arvokasta (15 %). (E) Yksi nuorista vastasi, että toiminta on lisäliikuntaa muiden harrastusten ohella. Tässä kysymyksessä tuotiin esille toiminnan eriyttäminen ikäryhmien mukaan (5 %). Kukaan vastaajista ei valinnut vastausvaihtoehtoa, jossa esitettiin, että nuoret toimisivat tiedottajina muille nuorille. Tämä on mielenkiintoinen tulos, kun nuorista 39 % on kuitenkin kuullut Mihi-toiminnasta ystäviltään. Myös laadullisissa vastauksissa nuoret vastasivat, että he voisivat olla tiedottamassa toiminnasta ystävilleen. Nuorten vastauksissa nousi esiin, että he olisivat halukkaita vaikuttamaan vuoron sisällä tapahtuvaan toimintaan, mutta laajempi vaikuttaminen ei kiinnostanut heitä. Aikuisen rooli on merkittävä nuorille. Nuoret haluavat vaikuttaa ja päättää asioista, mutta aikuisen taustatuki ja olemassaolo koetaan silti merkittäväksi.



Miten määrittelisit oman sijoittumisesi Mihi-palvelussa?

Kysymykseen miten määrittelisit sitoutumisesi Mihi-liikuntatuotteeseen nuoret vastasivat seuraavasti: (A) Kolme nuorta vastasi, että he ovat joskus käyneet koittamassa lajia, mutta eivät ole vielä rekisteröityneet ja hakeneet passia (19 %). (B) Kaksi nuorta vastasi, että heidän kiinnostuksensa on muuttunut toiminnaksi ja he osallistuvat ryhmään (12 %). (C) 8 nuorta vastasi, että he osallistuvat liikuntaan säännöllisesti, mutta eivät ota osaa päätöksentekoon (50 %). (D) Yksi nuorista vastasi, että hän osallistuu säännöllisesti ja ottaa osaa ohjaajan käynnistämään päätöksentekoon (6 %). (E) Kolme nuorista vastasi, että he osallistuvat säännöllisesti toimintaan, auttavat ohjaajaa ja kutsuvat myös kavereita mukaan toimintaan (19 %). (F) Kaksi vastaajaa mainitsi, että he osallistuvat aktiivisesti toimintaan ja ovat halukkaita myös kehittämään toimintaa oman toimintaryhmän ulkopuolella (13 %). Vastaajista 4 ei vastannut tähän kysymykseen. Vastauksista voi päätellä, että kysymys osallisuudesta on osalle nuorille vaikea, koska siihen ei vastattu. Lisäksi on nähtävillä, että nuoret ovat halukkaita osallistumaan, mutta vain pieni vähemmistö on halukas vaikuttamaan toiminnan sisältöön tai koko palvelun kehittämiseen. Laadullisissa vastauksissa nuoret kuitenkin tuovat esille vaikuttamisen merkityksen ja nostavat positiivisena piirteenä sen, että valmentaja tai ohjaaja kysyy nuorten toiveita ja mahdollistaa vaikuttamisen Mihi-vuoron sisältöön.



7.3 Laadulliset vastaukset toimintaan osallistuvien nuorten osalta

Pidätkö nuoria nuorten asioiden asiantuntijana?

Nuorten vastaukset jakoutuivat kolmeen selkeään luokkaan. 5 nuorta ei pitänyt nuoria nuorten elämän asiantuntijoina. Tätä kuvattiin muun muassa seuraavasti: *Ei nuorilla ole sellaista elämäkokemusta, jolla voisi sanoa. Kaksi nuorta piti nuoria oman elämänsä asiantuntijoina joissain asioissa. Osittain nuoret tietävät asioistaan ja osittain ei. 10 nuoren mielestä nuoret ovat oman elämänsä asiantuntijoita. Aikuiset eivät aina ymmärrä ja kyllä nuoret tajuavat itse paremmin. Todellakin, koska kuka tuntisi nuoret paremmin, kuin me itse. 2 nuorta ei vastannut tähän kysymykseen. Puolet kysymykseen vastanneista nuorista piti itseään oman elämänsä asiantuntijoina. Tästä voi päätellä, että nuoret eivät ole laisinkaan homogeeninen ryhmä. Osallisuuden ja vaikuttamisen käsite saattaa olla nuorille erityisen haastava, jos jo oman elämän asiantuntijuus vielä hakee paikkaansa.*

Pitävätkö Mihi-toimintaa järjestävät aikuiset nuoria nuorten asioiden asiantuntijoina?

Nuorten vastaukset jakoutuivat kahteen luokkaan. 12 nuorta piti aikuisia nuorten elämän asiantuntijoina. *Ohjaajat ymmärtävät hyvin lajeista. Lajien vetäjät ovat ammattilaisia. Kyllä ymmärtävät, kun kerran järjestävät tällaista toimintaa. 3 nuoren mielestä aikuiset eivät pidä nuoria asiantuntijoina. Joo, osa ymmärtää, mutta osa ei todellakaan. 5 nuorta ei vastannut tähän kysymykseen. On mielenkiintoinen tulos, että enemmistö nuorista pitää aikuisia, joita ei tässä kyselyssä rajata tuttuihin aikuisiin vaan Mihi-toimintaa järjestäviin aikuisiin nuorten elämän asiantuntijoina. Määrällisesti enemmän nuoria luottaa aikuisten asiantuntijuuteen kuin nuorten omaan asiantuntijuuteen.*

Mikä on sinun mielestäsi se tavoite, minkä takia Mihi-toiminta on olemassa?

9 nuorta vastasi, että Mihi-toiminnan tarkoitus on tarjota nuorille liikuntaa ja saada nuoret liikkumaan. 3 nuoren mielestä Mihi-toiminnan tarkoitus on tarjota liikuntamahdollisuuksia niille nuorille, joilla ei ole taloudellisesti mahdollisuus harrastaa. Syrjäytymisen ehkäisy, sosiaalisuus, ystävät, mahdollisuuksien anto nuorille ja vaihtoehtoiset liikuntamuodot mainittiin myös toiminnan tarkoituksiksi. Tähän kysymykseen vastasivat kaikki 20 nuorta. Mihi-toiminnan tavoite liikunnan lisääjänä oli selkeästi tiedostettu ja nuorten vastauksissa tuli selkeästi esille, että he ovat mukana toiminnassa, jonka on tarkoitus lisätä nuorten aktiivisuutta ja liikkumista.

Onko mielikuvasi Mihi-toiminnasta sellainen, että se mahdollistaa nuorille vaikuttamisen toiminnan sisältöihin ja antaa nuorten itse päättää asioista, jotka liittyvät Mihi-toimintaan?

14 nuorta vastasi, että heidän mielikuvansa toiminnasta on sellainen, että se mahdollistaa nuorten vaikuttamisen toimintaan. *Valmentajat kuuntelee meitä. Valmentajat antaa mahdollisuuden vaikuttaa sisältöihin. Saa koittaa eri lajeja, ei tarvii sitoutua mihinkään.* 3 nuorta koki, että toiminta ei mahdollista vaikuttamista. Kahdella nuorella ei ollut mielikuvaa asiasta. 1 nuori ei vastannut tähän kysymykseen. Nuorten vastauksissa nousi selkeästi esiin valmentajan rooli ja ohjaajan merkitys osallisuuden mahdollistajana. Ne nuoret jotka osallistuivat nuorisotalon yhteydessä järjestettävään liikuntaan, toivat esille sen, että heiltä kysytään usein toiveita ja kerrotaan mahdollisuuksista vaikuttaa. Vaikuttamismahdollisuudet koettiin lähidemokratiana. Nuoret mainitsivat vuoron sisältöön, tekemiseen, aikaan ja keston vaikuttamiseen liittyviä asioita. Koko Mihi-toimintaan kokonaisuutena ei kukaan nuorista kokenut vaikuttaneensa.

Kerro kolme asiaa miten kehittäisit Mihi-toimintaa?

Nuoret luetteloivat vastauksissaan keskeisiä kehittämisen kohteita. Tähän kysymykseen vastasi 7 nuorta. 3 kehittämisen kohdetta oli vain yhdellä vastaajista. Useat nuoret mainitsivat, että nykytila on hyvä. Kehittämisen kohteiksi nousivat:

- Lajien äänestäminen Google docsissa
- Lisää vapaita höntsävuoroja
- Pidemmät vuorot. 1 h on liian lyhyt vuoron kesto (3)
- Nuorten mielipiteitä pitäisi kysyä

- Useammin korista ja kuntosalia
- Vähemmän pelleilyä
- Kyydit helpommaksi
- Laajempi tarjonta
- Enemmän vuoroja

Miten kuvailisit Mihi-toiminnan mainoslauseen: Rajattomasti mahdollisuuksia nuorten liikuntaan. Mihi tarjoaa maksutonta liikuntaa Turun seudulla asuville 13–19- vuotiaille nuorille.

Nuoret muotoilivat tässä kysymyksessä vapaamuotoisia mainoslauseita Mihi-toiminnalle. Vain 5 nuorta vastasi tähän kysymykseen.

- Kaikki saavat osallistua vapaa-ajalla maksuttomasti liikuntaan ja viettää ystävien kanssa aikaa
- Voi mennä pelleilemään ilmaiseksi
- Hei, Turun seudulla asuville 13–19 vuotiaille toimintaa ja siellä on hyvä valikoima liikuntaa
- Pääset halvalla urheilemaan
- Ilmaiseksi paljon liikuntamahdollisuuksia 13–19 v.- nuorille.

Oletko voinut vaikuttaa Mihi-toiminnan sisältöihin (harjoitteet, lajit, alkamisaika). Jos vastasit kyllä, niin kuvaile millaisiin asioihin.

6 nuorista vastasi, että he eivät ole voineet vaikuttaa toiminnan sisältöihin. 10 vastaajista oli saanut vaikuttaa peliaikaan, toiminnan sisältöön tai vuoron alkamisajankohtaan. Näiksi asioiksi kuvattiin tekeminen, säännöt, joukkueet ja tauot. Toiminnan järjestämispaikkaan oli voinut vaikuttaa 1 nuori. 3 nuorta ei vastannut tähän kysymykseen. On mielenkiintoinen tulos, että 14 nuoren mielikuva on sellainen, että toiminta mahdollistaa vaikuttamisen, mutta kuitenkin vain 11 nuorella oli kokemus vaikuttamisesta käytännössä.

Mikä on mielestäsi syy, että nuoret eivät ole saaneet vaikuttaa toiminnan sisältöihin, liikuntatarjontaan ja liikuntapaikkoihin?

Nuorten vastaukset olivat tässä kysymyksessä yksittäisiä, mutta jaettavissa kahteen selkeään luokkaan. Syyt oli jaettavissa aikuisista lähteviin syihin ja nuorista itsestään johtuviin syihin. Aikuisiin viitattiin seuraavissa vastauksissa: *Nuorten mielestä aikuiset eivät muista kysyä nuorilta mielipidettä. Aikuiset pelkäävät nuorten mielipidettä. Aikuiset ajattelevat, että kun nuori harrastaa niin ei tarvitse enää kysyä. Aikuiset ajattelee, että ei nuorilla ole mielipidettä.* Nuorten osalta todettiin, että: *Vaikuttaminen ei kiinnosta nuoria, nuorilla ei ole tietoa vaikuttamismahdollisuuksista, toiminta ei kiinnosta nuoria paikkakunnallani.* Tähän kysymykseen vastasi vain 12 nuorta.

Oletko valmis toimimaan jonkun yhteisen asian hyväksi jos joku pyytää Mihi-toiminnassa sitä sinulta? Kuvaile mitä olisit valmis tekemään.

7 nuorta vastasi, että he olisivat halukkaita mainostamaan, jakamaan mainoksia ja kertomaan kavereille toiminnasta. 3 nuorta olisi halukkaita ohjaamaan toimintaa toisille nuorille. 2 nuorta mainitsee, että voisi tehdä jotain hyvää muille, kun saa itse liikkua. 2 vastaajaa mainitsee, että voisivat tehdä jotain, mutta eivät erittele sitä selkeämmin. 1 vastaaja ei osannut sanoa haluaisiko tehdä vai ei. Kukaan vastaajista ei vastannut, että ei haluaisi tehdä mitään. 5 nuorta ei vastannut tähän kysymykseen.

Muuttuisiko oma suhtautumisesi Mihi-toimintaan, jos saisit itse olla vaikuttamassa toiminnan sisältöihin, järjestämispaikkoihin, ohjata toimintaa ja kantaa vastuuta. Kuvaile miten.

13 nuorta vastasi, että heidän asennoitumisensa Mihi-toimintaan ei muuttuisi vaikka he saisivat olla vaikuttamassa toiminnan sisältöihin. 4 nuorta vastasi, että suhtautuminen toimintaan muuttuisi: *Joo, pidän vastuusta. Ottaisin enemmän tosissani, jos saisin vaikuttaa. Suhtautumiseni muuttuisi paremmaksi, koska voisin edistää asioita. Osallistuisin varmasti itse enemmän.* 3 nuorta ei vastannut tähän kysymykseen.

7.4 Yhteenveto toimintaan osallistuvien nuorten laadullisista vastauksista

1. Mihi-toimintaan osallistumisen tärkein vaikuttaja on ystävät ja hyvä porukka.
2. Nuorten mielikuva tuotteesta on, että Mihi-toiminnan tavoite on lisätä liikuntaa ja aktiivisuutta ja Mihi-toiminnassa nuorilla on mahdollisuus vaikuttaa toimintaan.
3. Nuoret eivät ole homogeeninen ryhmä, johon purevat samat liikuttamisen ja osallistamisen ``lääkkeet``. Vain noin puolet toimintaan osallistuvista nuorista pitää itseään nuorten elämän asiantuntijoina. Mihi-toimintaan osallistuvat nuoret kokevat aikuiset positiivisena taustatukena.
4. Nuorten kokemukset ovat hyvin käytännönläheisiä. Vaikuttamisen mahdollisuudet ilmenevät liikuntavuoroissa ja toiminnassa. Koko Mihi-toimintaan vaikuttamiseen nuoret eivät viittaa vastauksissaan.
5. Nuoret ovat halukkaita vaikuttamaan vuoron sisällöllisiin asioihin. He kokevat, että voisivat ohjata toimintaa ja mainostaa toimintaa kavereille. Nuoret kokevat, että he voisivat tehdä pieniä askareita ja osallisuus onkin enemmän konkreettista toimintaa. Tieto Mihi-toiminnasta liikkuu usein joko kaverilta kaverille tai koulukiertueella kuultuna. Sosiaalisen median vaikutus on vähäinen.
6. Nuorilla on halukkuus vaikuttaa liikuntavuoron sisältöihin.
7. Mihi-toiminta on lähipalvelua. Kodin läheisyys, tutut kaverit ja hyvä ilmapiiri ryhmässä sekä lyhyt matka korostuvat nuorten vastauksissa. Nuoret eivät mainitse vastauksissaan käyttävänsä Mihiä ylikunnallisesti.

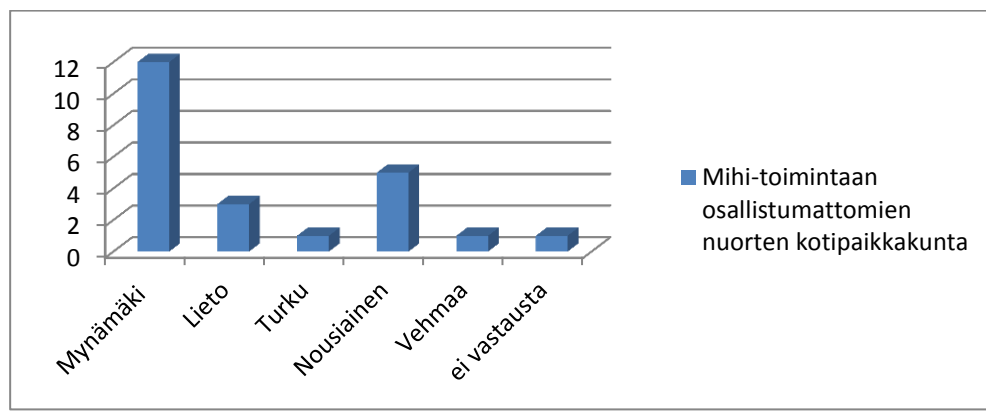
7.5 Osallisuusverstaaseen tuotavat kysymykset

1. Miten nuorten osallisuutta Mihi-vuorojen sisällöntuottamisessa ja liikuntavuoroilla voisi kehittää?
2. Miten nuoret saataisiin mukaan Mihi-toiminnasta tiedottamiseen ja mainostamiseen ja miten varmistettaisiin, että kaikki nuoret tietävät Mihistä?
3. Millaisia toimia nuoret toivovat aikuisilta, jotta Mihi-toiminnassa olisi vaikuttamisen mahdollisuuksia (tarjoamia) nuorille?
4. Miksi osallisuus ja vaikuttaminen tuntuu nuorista etäiseltä ja vaikealta? Miten tätä voitaisiin helpottaa Mihi-toiminnassa?

7.6 Määrälliset vastaukset toimintaan osallistumattomien nuorten osalta

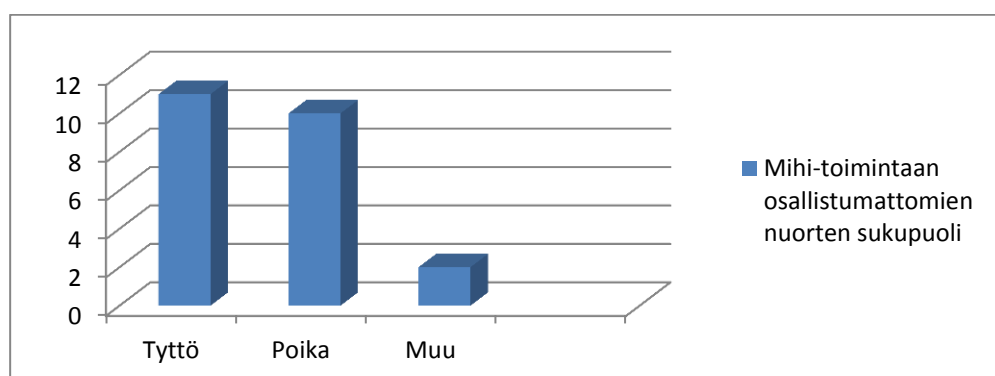
Mihi-toimintaan osallistumattomien nuorten kotipaikkakunta

Mihi-toimintaan osallistumattomia nuoria vastasi kyselyyn 23. Nuorista 12 oli Mynämäeltä. Mynämäeltä kyselyyn osallistuivat miniatyyrikerhon nuoret, nuorisotalonuoret ja nuorten vaikuttajaryhmän nuoret (52 %). Mynämäellä suoritetuissa kyselyissä oli myös yksi vastaaja Vehmaalta (4 %). Nousiaisista vastaajia oli 5. Nousiaisten nuoret olivat nuorisotalon nuoria (22 %). Liedosta vastaajia oli 3. Lietolaiset nuoret olivat nuorisotalon nuoria (13%). Turusta oli 1 vastaaja. Turun vastaaja oli nuorten vaikuttajaryhmän jäsen (4 %). 1 nuori ei kertonut kotipaikkakuntaansa (4 %).



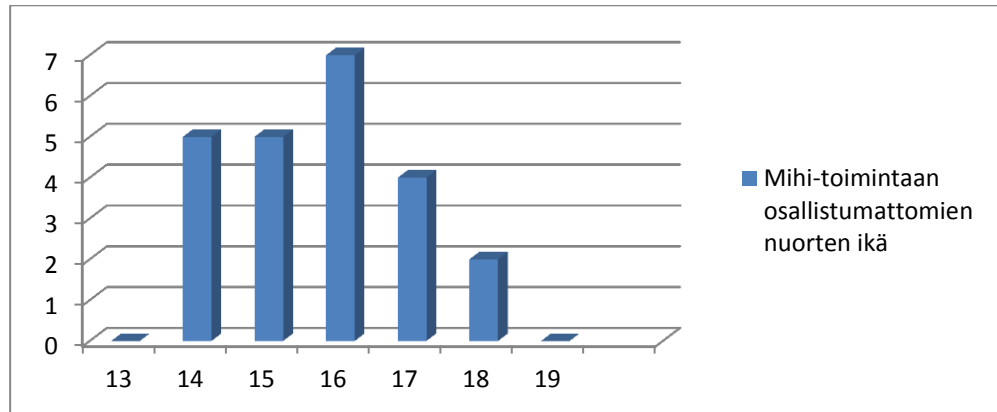
Mihi-toimintaan osallistumattomien nuorten sukupuoli

Mihi-toimintaan osallistumattomista nuorista 11 vastaajaa oli tyttöjä (48 %), 10 oli poikia (43 %) ja kaksi vastaajaa vastasi sukupuolekseen muu (9 %).



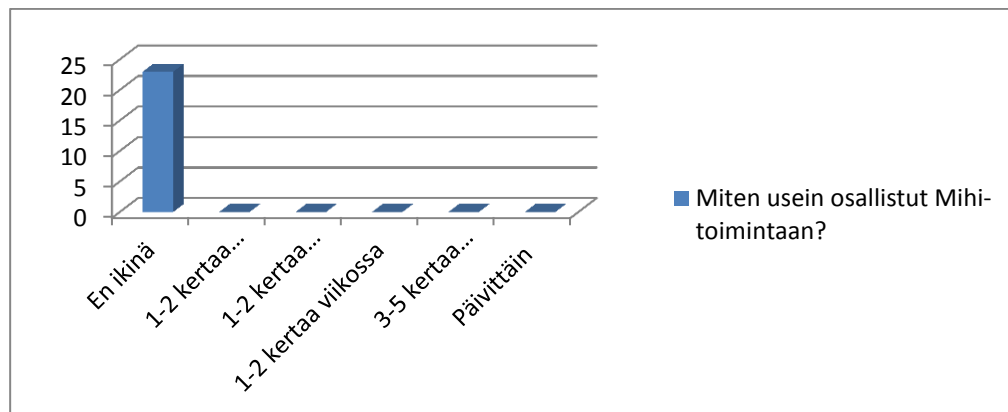
Mihi-toimintaan osallistumattomien nuorten ikä

Mihi-toimintaan osallistumattomista nuorista kukaan ei ollut 13- tai 19-vuotias. 14-vuotiaita nuoria vastasi kyselyyn 5 (22 %), 15-vuotiaita nuoria vastasi kyselyyn 5 (22%), 16-vuotiaita nuoria vastasi kyselyyn 7 (30 %), 17-vuotiaita nuoria vastasi kyselyyn 4 (17%) ja 18-vuotiaita nuoria vastasi kyselyyn 2 (9 %). Vastaajien keski-ikä oli 15,6 vuotta.



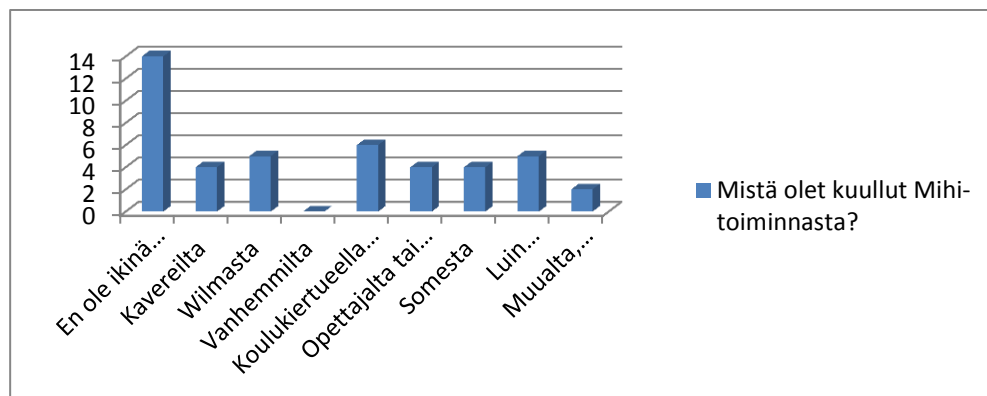
Miten usein osallistut Mihi-toimintaan?

Mihi-toimintaan osallistumattomat nuoret eivät osallistuneet toimintaan edes satunnaisesti. Kaikki 23 vastaajaa (100 %) eivät osallistuneet toimintaan ikinä.



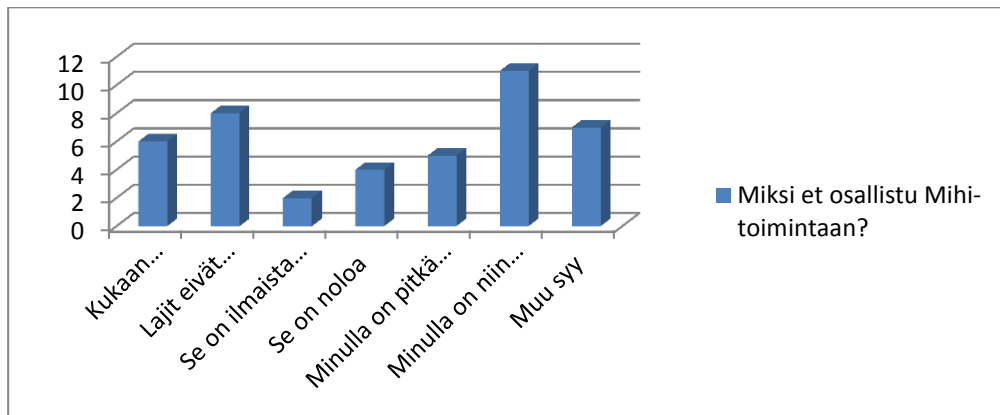
Mistä olet kuullut Mihi-toiminnasta?

Mihi-toimintaan osallistumattomista nuorista 14 vastasi, että he eivät ole koskaan kuulleet toiminnasta (32 %), kavereilta toiminnasta oli kuullut 4 nuorta (9 %), Wilmasta toiminnasta oli kuullut 5 nuorta (11 %), vanhemmilta ei ollut kuullut kukaan nuorista, koulu-kiertueella toiminnasta oli kuullut 6 nuorta (14 %), opettajalta tai terkkarilta toiminnasta oli kuullut 4 nuorta (9 %), somesta oli kuullut 4 nuorta (9 %), ilmoitustaululta oli lukenut 5 nuorta (11 %) ja nuorisotyöntekijältä toiminnasta oli kuullut 2 nuorta (5 %). Nuorten oli mahdollisuus valita tässä kysymyksessä useampi vastausvaihtoehto. Merkittävää on tarkastella toiminnasta tietämättömyyden ja osallistumattomuuden suhdetta. Nuoret, jotka ovat mukana jossain toiminnassa kuten nuorisotalotoiminnassa, nuorten vaikuttajaryhmässä tai nuorisotalolla tapahtuvassa pelikerhossa eivät tiedä toiminnasta. Nuorisotaloilla tehtävää tiedotusta tulisi tämän perusteella tehostaa.



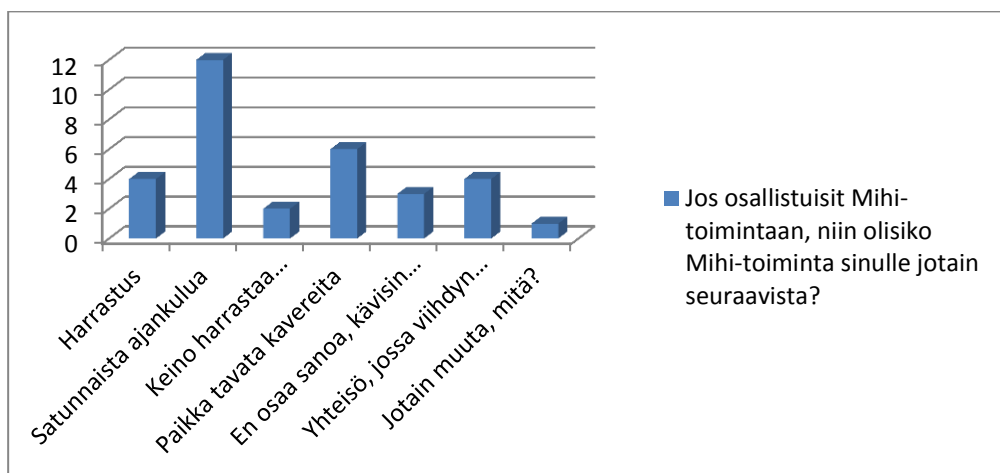
Miksi et osallistu Mihi-toimintaan?

Nuorista 6 ei osallistu Mihi-toimintaan, koska kaverit eivät käy siellä (14 %), lajit eivät kiinnosta 7 nuorta (17 %), maksuttomuuden vuoksi ei käy 2 nuorta (5 %), toimintaa pitää nolona 4 nuorta (9 %), 5 vastaajalla on pitkä matka harrastukseen (12 %), 11 vastaajista on niin paljon harrastuksia, että he eivät ehdi osallistua (26 %) ja muu syy oli 7 vastaajalla (17 %). Muiksi syiksi mainittiin muun muassa seuraavat: *en ole kuullut* (2), *en jaksakaan liikkua, liikunta ei kiinnosta minua* (2), *liikkuessa tulee hiki, liikunta hengästyttää liikaa*. Nuorten oli mahdollisuus valita tässä kysymyksessä useampi vastausvaihtoehto. Osallistumattomuuden syyt olivat hyvin moninaisia. Nuorista 14 ei ollut kuullut Mihi-toiminnasta, mutta vain 2 nuorta mainitsivat sen osallistumattomuutensa syyksi.



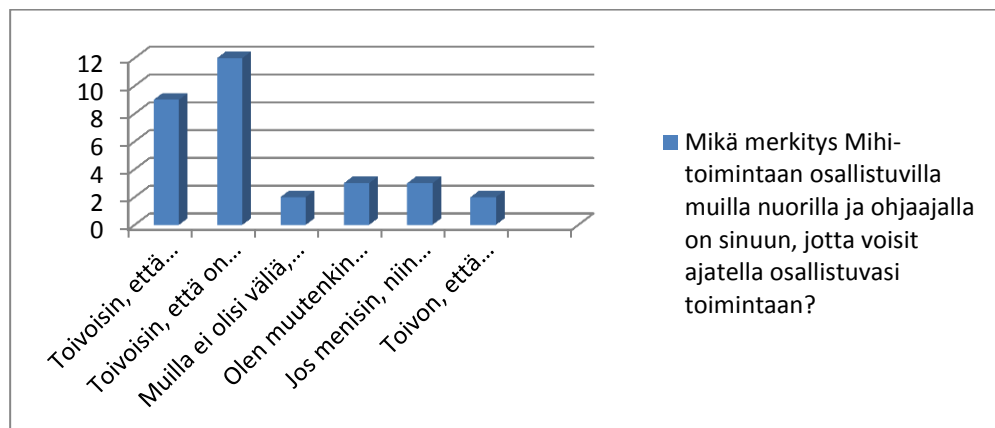
Jos osallistuisit Mihi-toimintaan, niin olisiko Mihi-toiminta sinulle jotain seuraavista?

Jos nuoret osallistuisivat Mihi-toimintaan, he kokisivat Mihi-toiminnan merkityksen itselleen harrastukseksi 4 nuorta (12 %), satunnaisesti ajankuluksi 12 nuorta (38 %), keinoksi harrastaa liikuntaa 2 nuorta (6 %), paikaksi tavata kavereita 6 nuorta (19 %), en osaa sanoa 3 nuorta (9 %), yhteisöksi jossa viihdyn 4 nuorta (13 %) ja joksikin muuksi 1 nuori (3 %). Nuorten oli mahdollisuus valita tässä kysymyksessä useampi vastausvaihtoehto. Toiminnan kokeminen satunnaisesti ajankuluksi korostuu merkittävästi verrattaessa osallistuvia ja ei osallistuvia nuoria. Asennetta saattaa selittää se, että toimintaan osallistumattomista nuorista suuri osa on nuorisotaloilla käyviä nuoria, joille satunnainen ajan kulutus on normaali tapa viettää vapaa-aikaa.



Mikä merkitys Mihi-toimintaan osallistuvilla muilla nuorilla ja ohjaajalla on sinuun, jotta voisit ajatella osallistuvasi toimintaan?

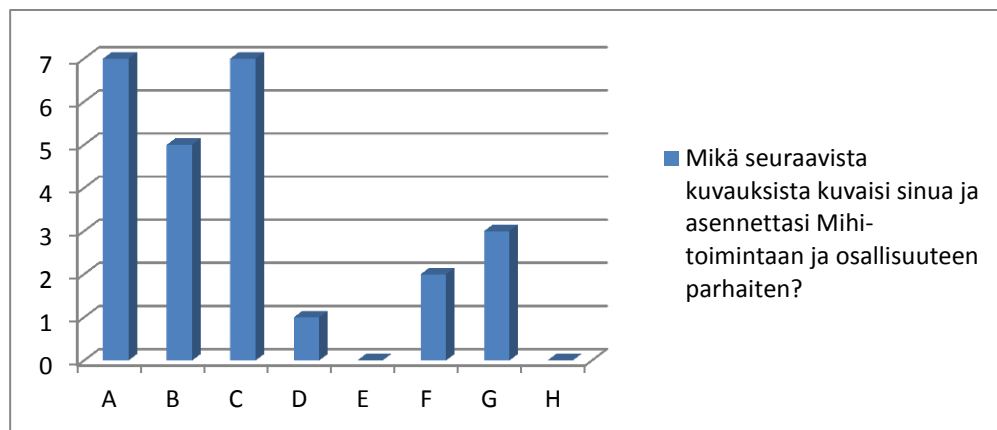
Muiden nuorten ja ohjaajan merkitys toimintaan osallistumiseen jakautui seuraavasti: 9 nuorta vastasi, että toivoisin, että meillä on todella hyvä yhteenkuuluva porukka (29 %), 12 nuorta vastasi, että toivoisin, että on ihan kivaa porukkaa vaikka en tunne kaikkia (39 %), 2 nuorta vastasi, että muilla ei olisi väliä, koska jos kävisin kävisin kavereiden kanssa (6 %), 3 nuorta vastasi, että olen muutenkin yksinäinen, luulisin että kävisin yksin. Yleensä en ole oikein päässyt mukaan porukkaan (10 %), 3 nuorta vastasi, että jos menisin, menisin liikkumaan, muilla ihmisillä ei olisi niin väliä (10 %) ja 2 nuorta vastasi, että toivon, että ohjaaja ottaisi minut hyvin vastaan vaikka muita nuoria en tunnekaan (6 %). Osallistuvien ja ei osallistuvien nuorten vastauksissa korostuivat selkeästi ystävien, yhteisöllisyyden ja hyvän porukan merkitys osallistumismotiivina. 3 nuorella tärkeimpänä motiivina oli liikunnan harrastaminen.



Mikä seuraavista kuvauksista kuvaisi sinua ja asennettasi Mihi-toimintaan ja osallisuuden parhaiten?

(A) 7 nuorta vastasi, että en haluaisi osallistua. Olen mielelläni liikkuja ja yksi nuorista. En halua mitään roolia tai olla aktiivinen. Luulen, että jäisin pois koko toiminnasta, jos joutuisin tekemään jotain ylimääräistä (28 %). (B) 5 nuorta vastasi, että voisin tehdä jotain pientä, mutta haluan, että aikuinen ohjaa lajit ja päättää alkamisajoista. Olen mielelläni vain osallistuja, mutta voin auttaa tai puuhata jotain pientä kantaa kamoja tai sellaista (20 %). (C) 7 nuorta vastasi, että mielestäni olisi siistiä, jos välillä nuoret saisi päättää mitä tehdään ja millä säännöillä. On hyvä, että aikuinen on kuitenkin mukana katsomassa, että homma pelaa. Luulen, että tästä tulisi enemmän nuorten juttu, jos vastuuta siirrettäisiin nuorille (28 %). (D) 1 vastaaja vastasi, että luulen, että sellaisia nuoria tulisi

mukaan, jotka ei niin tykkää aikuisista. Jos vaikka koulussa on ``sukset ristissä``, niin ehkä nuorten nuorille ohjaamaan toimintaan saataisiin mukaan niitäkin, jotka ei muuten tulisi. Kuitenkin on hyvä, että aikuiset jeesais ja katsoisi, että homma toimii. Luulen, että moni nuori osaa lajeja paremmin, kuin aikuiset (4 %). (E) Kukaan nuorista ei vastannut, että olisi mielellään mukana tiedottamassa toiminnasta muille nuorille (0 %). (F) 2 nuorta vastasi, että musta olisi hyvä, että ne nuoret saisi vaikuttaa, jotka on siitä innostuneita, mutta kuitenkin mulle tää on vaan lisäliikuntaa muiden harrastusten joukossa. Siihen ehkä kuitenkin haluisin puuttua, että mä oon jo amiksessa niin joku seiska on ehkä vähän pieni pyörimään samassa ryhmässä. Näihin mä vaikuttaisin, jos saisin vaikuttaa (8 %). (G) 3 nuorta vastasi, että musiikki ja mopot ovat pelastaneet minut liikunnalta. EVVK. Eli ei vosi vähempää kiinnostaa (12 %). (H) Kukaan nuorista ei vastannut jaka- vansa lehtiä, ulkoiluttavansa koiraa ja liikkuvansa runsaasti ilman liikunnallista harras- tusta (0 %).



7.7 Laadulliset vastaukset toimintaan osallistumattomien nuorten osalta

Pidätkö nuoria nuorten asioiden asiantuntijoina?

Nuorten vastaukset jakautuivat kahteen selkeään luokkaan. 7 nuorta ei pitänyt nuoria nuorten elämän asiantuntijoina. Tätä kuvattiin muun muassa seuraavasti: *En. Aikuisten skeemat ovat erilaisia kuin nuorilla ja nuorten kognitiivinen toiminta on aikuisiin verrattuna erilaista.* 16 nuoren mielestä nuoret ovat oman elämänsä asiantuntijoita. Tätä kuvattiin seuraavasti: *Luonnollisesti, koska nuoret ovat itse nuoria. Kyllä, kuka tuntisi nuoret paremmin. Kyllä, pidän vaikka aikuisetkin on ollut nuoria joskus, niin maailma muuttuu ja nykyhetken nuorten uusista trendeistä ja jutuista tietää ketkä muutkaan kuin itse nuoret.*

Lähes 2/3 vastanneista nuorista piti itseään oman elämänsä asiantuntijoina. On mielenkiintoista huomata, että Mihi-toimintaan osallistuvien ja osallistumattomien nuorten asenteessa omaan asiantuntijuuteen on selkeä ero. Ei osallistuvat nuoret pitävät selkeällä enemmistöllä itseään nuorten elämän asiantuntijoina, kun taas osallistuvista nuorista vain puolet oli tätä mieltä.

Pitävätkö Mihi-toimintaa järjestävät aikuiset nuoria nuorten asioiden asiantuntijoina?

Nuorten vastaukset jakautuivat kolmeen luokkaan. 3 nuorta piti aikuisia nuorten elämän asiantuntijoina. 7 nuorta ei osannut vastata tähän kysymykseen. *En ole osallistunut Mihi-toimintaan, joten en osaa sanoa, mutta toivon todellakin näin.* 13 nuorta ei pitänyt toimintaa järjestäviä aikuisia nuorten asioiden asiantuntijoina. On mielenkiintoinen tulos, että enemmistö Mihi-toimintaan osallistuvista nuorista pitää aikuisia, joita ei tässä kyse-lyssä rajata tuttuihin aikuisiin vaan Mihi-toimintaa järjestäviin aikuisiin nuorten elämän asiantuntijoita ja vastaavasti toimintaan osallistumattomien nuorten enemmistö ei pitänyt aikuisia nuorten elämän asiantuntijoina.

Mikä on sinun mielestäsi se tavoite, minkä takia Mihi-toiminta on olemassa?

3 nuorta ei vastannut tähän kysymykseen. 7 nuorta vastasi, että Mihi-toiminnan tarkoitus on tarjota nuorille liikuntaa ja saada nuoret liikkumaan. 8 nuoren mielestä Mihi-toiminnan tarkoitus on tarjota liikuntamahdollisuuksia niille nuorille, joilla ei ole taloudellisesti mahdollista harrastaa. Muita tavoitteita oli verorahojen kohdennus nuoriin, toisiin nuoriin tutustuminen sekä mahdollisuus saada harrastaa montaa eri lajia. Mihi-toiminnan tavoite liikunnan lisääjänä oli tiedostettu, mutta poikkeavaa Mihi-toimintaan osallistuviin nuoriin verrattaessa oli, että ei osallistuvat nuoret korostivat taloudellisen oikeudenmukaisuuden näkökulmaa. *Minusta on tärkeää, että myös niiden perheiden lapset joiden taloudellinen tilanne ei riitä muuten harrastamiseen saavat harrastaa. Passiivisuus on yksi kamalampia asioita nuoren elämässä. Myös uusien kavereiden saaminen ja lajien oppiminen on tärkeää.*

4. Onko mielikuvasi Mihi-toiminnasta sellainen, että se mahdollistaa nuorille vaikuttamisen toiminnan sisältöihin ja antaa nuorten itse päättää asioista, jotka liittyvät Mihi-toimintaan?

8 nuorta vastasi, että heidän mielikuvansa toiminnasta on sellainen, että se mahdollistaa nuorten vaikuttamisen toimintaan. *Ainakin se mitä olen Turussa kuullut, niin nuoret saa-*

vat vaikuttaa siihen aika paljon itse, mikä on minusta erittäin hyvä. Turha pitää toimintaa, josta nuoret ei tykkää. Kyllä mielestäni toiminta antaa mahdollisuuden vaikuttaa sisältöihin. 6 nuorta koki, että toiminta ei mahdollista vaikuttamista. Kahdella nuorella ei ollut mielikuvaa asiasta. 6 nuorta ei vastannut tähän kysymykseen. Mihi-toimintaan osallistuvien nuorten osalta vaikuttamismahdollisuudet koettiin lähidemokratiana. Vuoron sisältöön, tekemiseen, aikaan ja keston vaikuttamisena. Toimintaan osallistumattomien nuorten osalta on selkeästi nähtävissä, että mitä etäämpänä toiminta on nuoren arjestaan vähäisemmäksi vaikuttamismahdollisuudet koettiin.

Kerro kolme asiaa miten kehittäisit Mihi-toimintaa, jotta se olisi juuri sellaista nuorten itsensä näköistä liikuntatoimintaa, johon sinä haluaisit osallistua?

Kehittämisen kohteiksi nousivat: seuraavat asiat::

- Kulkeminen helpommaksi (2)
- Lisää mainontaa (2)
- Monipuolisempi tarjonta
- Mielenkiintoisempia lajeja
- Muutakin kuin liikuntaa ja ruokaa tarjolle (3)
- Loppuvuoden kertojen ohjelma suunniteltaisiin kokonaan yhdessä ensimmäisellä kerralla
- Toiminta järjestettäisiin mahdollisimman helposti saavutettavassa paikassa, joka ei välttämättä tarkoita aina keskustaa vaan myös kaupungin laita-alueita, joissa tosi asiassa suuri osa perheistä asuu.
- Nuoret saisivat somettaa Mihistä itse. Ja somekanavat olisivat osittain heidän vastuullaan. Nuoret innostavat itse muita nuoria
- Omatoimista liikuntaa
- Hyvä ilmapiiri.

Kehittämisen kohteita kertoi 10 vastaajaa. 3 kehittämisen kohdetta oli vain kahdella vastaajista. 2 vastaajista vastasi, että nykytila on hyvä. 7 vastaajaa vastasi, että ei osaa kehittää, kun ei ole mukana toiminnassa. 4 nuorta ei vastannut tähän kysymykseen.

Miten kuvailisit Mihi-toiminnan mainoslauseen: Rajattomasti mahdollisuuksia nuorten liikuntaan. Mihi tarjoaa maksutonta liikuntaa Turun seudulla asuville 13–19-vuotiaille nuorille?

Nuoret muotoilivat tässä kysymyksessä vapaamuotoisia mainoslauseita Mihi-toiminnalle. 10 nuorta vastasi tähän kysymykseen.

- Se on ilmaista
- Ilmaisia harrastuksia ja ilmaista ruokaa
- It`s free (2)
- Ihan sikana mahiksii nuorille liikunnan kautta
- Hei mennään tänään sinne, siel tapahtuu sitä ja tätä
- Tyypit ja tyypittäret tsekatkaa Mihix
- Saa käydä salil tekee sitä ja tätä
- Kiinnostaisiko uusi laji tai liikuntamuoto? MIHI-toiminnassa melkein mitä vaan pääsee kokeilemaan ja ilmaseks! 13–19-vuotiaille Turun seudulla
- Vapaata, rentoa ja hauskaa liikuntaa ilmaiseksi.

Vaikuttaisiko liikunnalliseen osallistumiseesi ja aktiivisuuteesi, jos voisit vaikuttaa Mihi-toiminnan sisältöihin (harjoitteet, lajit, alkamisaika)? Jos vastasit kyllä, niin kuvaile millaisiin asioihin.

13 nuorista vastasi, että vaikuttamismahdollisuuksilla ei olisi merkitystä omaan osallistumiseen. *Itseni kohdalla kyseinen ei varmasti auttaisi, sillä oma laji on jo löytynyt ja treenejä sen verran paljosti viikossa, mutta uskoisin että vähintäänkin lajien ja harjoituspaikan valintaan haluavat nuoret vahvasti vaikuttaa. En usko, koska harrastan muutenkin liikuntaa.* 4 nuorista vastasi, että omaan osallistumiseen vaikuttamismahdollisuuksilla olisi merkitystä. *Kyllä, alkamisajat ja lajit pitäisi olla omiin menoihin sopivat.* 6 nuorta ei vastannut tähän kysymykseen. Enemmistön mielestä vaikuttamismahdollisuudet eivät lisäisi liikuntaan osallistumista. Määrällisissä kysymyksissä selvisi, että nuorten osallistumattomuuden syyt olivat hyvin moninaiset. Osallisuuden merkitys toimintaan motivoivana tekijänä vaikuttaa olevan vähäinen. Osallisuuden merkitys korostuu toiminnassa, jossa ollaan mukana.

Millaisia vaikuttamismahdollisuuksia toiminnan sisältöihin on nuorilla, jotka eivät osallistu Mihi-toimintaan? Kuvaile kokemuksiasi vaikuttamismahdollisuuksista tai niiden puutteesta.

9 nuorta ei vastannut tähän kysymykseen. 7 nuorta vastasi, että he eivät tiedä millaisia vaikuttamismahdollisuuksia nuorilla on. 4 vastasi, että miksi heidän tulisi vaikuttaa, koska eivät osallistu toimintaan. *En usko, että tämä on oikea ongelma. Toimintaan osallistumalla siihen pääsee mukaan ja vaikuttamaan. Toisaalta, jos toimintaan ei aio osallistua, miksi siihen henkilökohtaisesti haluaisi vaikuttaakaan?* 3 nuorista kuvasi, että vies- timällä aikuisille ja antamalla uusia ehdotuksia päättäjille toimintaan voisi vaikuttaa. Nuorten haluttomuus vaikuttaa asiaan, joka ei kosketa itseä on selkeää. Kysymykseen jätettiin myös vastaamatta runsaasti, mikä saattaa kertoa asian haasteellisuudesta tai aiheen kiinnostamattomuudesta. Yleisestikin ottaen nuorten saaminen mukaan vaikuttamaan yhteisiin asioihin on haasteellista. Tämä vastaus mukailee nuorten asenteita osallisuuteen ja vaikuttamiseen yleisestikin.

Mikäli osallistuisit Mihi-toimintaan, niin oletko valmis toimimaan jonkun yhteisen asian hyväksi jos joku pyytää Mihi-toiminnassa sitä sinulta? Kuvaile mitä olisit valmis tekemään.

7 nuorta olisi halukkaita toimimaan yhteisen asian hyväksi. He eivät eritelleet tätä tarkemmin. 2 nuorta olisi halukkaita satunnaisesti ohjaamaan toimintaa toisille nuorille. 7 vastaajaa vastasi, että he eivät olisi valmiita tekemään mitään. 4 vastaaja ei osannut sanoa haluaisiko tehdä jotain vai ei. Kukaan vastaajista ei vastannut, että ei haluaisi tehdä mitään. 3 nuorta ei vastannut tähän kysymykseen.

Oletko voinut vaikuttaa kotikaupunkisi/ kuntasi tai asuinalueesi liikuntatarjontaan tai paikkoihin nuorille suunnatun toiminnan kautta esim. Mihi-koulukiertue tai kohtaaminen ohjaajan kanssa? Kuvaile miten.

16 nuorta ei ole kokenut, että he olisivat voineet vaikuttaa alueensa toimintaan. 2 nuorta on kokenut voivansa vaikuttaa. *Kyllä. Mynämäen nuoret ja nuorisotyöntekijät yhteistyöllä toteuttivat liikuntapuistohankkeen. Uintiseuran kautta olemme vaikuttaneet Impivaaran uimahallin välineistöön. Nuorisovaltuusto olisi toinen mahdollinen väylä, mutta siellä emme ole tainneet mitään liikuntapaikkoihin vaikuttavaa päättää vielä.* 7 nuorta ei vastannut kysymykseen. Nämä vastaukset kuvaavat sitä, että nuorille toimintaa tar-

joavien tahojen tulisi vielä enemmän suunnata nuorille tilanteita, joissa he voivat vaikuttaa asioihin. Enemmistö vastaajista koki, että he eivät ole voineet vaikuttaa oman asuinympäristönsä liikuntamahdollisuuksiin.

Kuvaile mielestäsi kolme tärkeintä asiaa, jotka toimintaa järjestävien aikuisten tulisi ottaa huomioon, jotta vähän liikkuvat nuoret saataisiin mukaan Mihi-toimintaan. Luettele asiat tärkeysjärjestyksessä.

Nuoret listasivat tässä kysymyksessä itselleen merkityksellisiä asioita. Nuoret saivat mainita kolme tärkeintä asiaa tärkeysjärjestyksessä. Kysymykseen vastasi 9 nuorta 23 nuoresta. 4 nuorta luetteli 3 tärkeää asiaa.

1. tärkeimmät asiat

- Toiminta ei ole liian haastavaa tai vaikeasti lähestyttävään oloista
- Mukavuus
- Kiva fiilis
- Lähellä
- Erilaisten liikkujien huomiointi (2)
- Nuorten huomiointi
- Paljon mielenkiintoisia lajeja

2. tärkeimmät asiat

- Omia välineitä ei liikuntavaatteiden lisäksi tarvita
- Hauskuus (3)
- Rentous
- Sellaisia lajeja, joita paikkakunnalla ei muuten olisi
- Kuunteleminen
- Lähellä
- Matala osallistumiskynnys

3. tärkeimmät asiat

- Ohjaajia on tarpeeksi ja jokaiselle nuorelle riittää ohjausta
- Liikunnan ilo
- Musaa ja ruokaa
- Turvallisuus
- Helposti lähestyttävät ohjaajat
- Rento ilmapiiri

7.8 Yhteenveto toimintaan osallistumattomien nuorten laadullisista vastauksista

1. Ne nuoret, jotka eivät osallistu toimintaan eivät osallistu edes satunnaisesti. Kukaan 23 vastaajasta ei ollut koittanut toimintaa ikinä.
2. Toimintaan osallistumattomista nuorista 14 ei ollut ikinä kuullut toiminnasta. Oletamus sosiaalisen median tehosta ei pitänyt myöskään osallistumattomien nuorten kohdalla paikkaansa. 4 nuorta oli kuullut toiminnasta sosiaalisessa mediassa.
3. Nuorten mielikuva tuotteesta on, että Mihi-toiminnan tavoite on lisätä liikuntaa ja aktiivisuutta. Toiminnan maksuttomuus ja vähävaraisille suuntautuneisuus korostui vastauksissa.
3. Toimintaan osallistumattomat nuoret pitivät itseään selkeästi toimintaan osallistuvia nuoria enemmän oman elämänsä asiantuntijoina.
4. Toimintaan osallistumattomuuden syyt ovat hyvin moninaiset. Vain kolmen nuoren syy oli haluttomuus osallistua liikuntaan.
5. Nuoret ovat haluttomia vaikuttamaan sellaiseen toimintaan, jossa he eivät ole itse mukana. Vaikuttaminen koetaan etäiseksi ja itselle kuulumattomaksi, jos ei ole toiminnan keskiössä. 16 /23 nuorta ei ollut voinut vaikuttaa oman asuinympäristönsä liikunta-toimintaan tai tarjontaan.
6. Toimintaan osallistumattomat nuoret odottavat Mihiltä sellaisia arvoja, jotka eivät ole suoranaisesti liikunnallisia. Liikunnalliset arvot ovat huomattavasti pienemmässä roolissa. Tärkein arvo toimintaan osallistumiselle on sama kuin Mihi-toimintaan osallistuvilla nuorilla. Ystävät ja hyvä porukka korostuvat myös toimintaan osallistumattomien nuorten vastauksissa. Mukavuus, hauskuus, ruoka, hengaaminen kavereiden kanssa, musiikki, aikuisen aika, matala osallistumiskynnys, nuorten kuuntelu sekä eri tasoisten osallistujien huomiointi korostuivat selkeästi arvoissa. Myös käytännölliset asiat kuten lähellä sijaitseminen, harrastuksiin pääsy ja ruuan tarjoaminen nousivat esiin vastauksissa. Tätä saattaa selittää se, että osa kyselyyn vastaajista oli taustaltaan nuorisotalon asiakkaita. Tämän tyyppinen toimintakulttuuri on tuttu nuorisotaloilta.

7.9 Osallisuusverstaaseen tuotavat kysymykset

1. Miten niiden nuorten osallisuutta voisi lisätä Mihi-tuotteen kehittämisessä, jotka eivät osallistu Mihi-toimintaan?
2. Miten kehitettäisiin sellaista liikuntatoimintaa, joka olisi rentoa, hauskaa, sisältäisi ruokaa ja musiikkia ja tavoittaisi nekin nuoret, jotka eivät halua liikuntaharrastusta?

3. Tulisiko toiminnassa olla jokin mobiilissa toimiva kaverisovellus, josta näkisi keitä vuorolle on tulossa?

7.10 Osallisuusverstaan tulokset

Osallisuusverstaan tulokset on esitelty taulukossa siten, että ensimmäisessä sarakkeessa on kyselyn pohjalta valitut tärkeimmät kehittämisen teemat ja toisessa sarakkeessa on kirjattu kaksi tärkeintä toimenpidettä suorina lainauksina nuorten vastauksista. Nuoret ovat korostaneet vastauksissaan sitä, että, Mihi-liikuntatuotteen tulee tarjota nuorille osallistumisen mahdollisuuksia. Keskiöön nousivat tiedottaminen ja vuorojen sisältöön vaikuttaminen. Nuoret korostivat, että he ovat halukkaita vaikuttamaan pieniin Mihi-toimintaan liittyviin asioihin, mutta he kaipasivat aikuisten tukea ja aikuisten luottamusta. Uutena innovatiivisena keksintönä nuoret suunnittelivat mobiilisovelluksen, jolla voi kutsua ystäviä liikuntavuorolle. Nuoret korostivat vastauksissaan, että Mihi-liikuntatuotteen mainostamisessa ja markkinoinnissa tulee korostaa nuorten roolia ja nuorten positiivisia kokemuksia Mihi-liikuntatuotteesta.

KYSYMYS	TÄRKEÄT NOSTOT
Miten niiden nuorten osallisuutta voisi lisätä Mihi-tuotteen kehittämisessä, jotka eivät osallistu Mihi-toimintaan?	<p>1. Olisi tärkeää, että Mihistä tiedotettaisiin myös kouluissa ja opitunneilla olisi lajikokeiluja. Mihistä pitäisi tiedottaa myös urheiluseuroissa. Seurat osaisivat tiedottaa, jos nuori lopettaa, että mihin voisi ohjata nuoria.</p> <p>2. Ei osallistuville nuorille olisi tärkeää kertoa miten he voisivat kertoa mielipiteensä siitä mitä he haluaisivat harrastaa.</p>
Miten nuoret saataisiin mukaan Mihi-toiminnasta tiedottamiseen ja mainostamiseen ja miten varmistettaisiin, että kaikki nuoret tietävät Mihistä?	<p>1. Koulussa voisi käydä useammin toimintaa esitteleviä nuoria, se innostaisi nuoria toimintaan liittymiseen. Samalla nuoret voisivat levittää tietoa ystävilleen. Mihissä voisi olla välillä pieniä kisoja joissa voisi olla pieni palkinto. Ja Mihin sivuilla voisi sitten olla isompia kunnan kisoja.</p> <p>2. Puskaradio toimii aika hyvin, joten kehittämällä toimintaa monipuolisemmaksi saataisiin nuoret nauttimaan luultavasti enemmän ja siten ottamaan kavereita mukaansa.</p>
Miten kehitettäisiin sellaista liikuntatoimintaa, joka olisi rentoa, hauskaa, sisältäisi ruokaa ja musiikkia ja tavoitaisi ne nuoretkin, jotka eivät halua liikuntaharrastusta?	<p>1. Toiminnan pitäisi olla sellaista, että siihen on helppo osallistua. Toiminnassa kuunneltaisiin nuorten mielipiteitä ja toiminta olisi monipuolista ja kaikille olisi jotain.</p> <p>2. Mihiin voisi liittyä tapahtuman järjestäminen, jossa vaikka jonkun hauskan liikunnallisen tehtävän suoritettuaan olisi ruokaa yms. Ja kaikki tehtävät suoritettua olisivat loppubileet, joissa tanssitaan ja on musiikkia.</p>
Miksi osallisuus ja vaikuttaminen tuntuvat nuorista etäiseltä ja vaikeal-	<p>1. Monet nuoret ovat epävarmoja itsestään ja tekemisistään sekä ajattelevat, että heitä kuunneltaisi. Nuoria pitäisi kannustaa. Eri-</p>

ta? Miten tätä voitaisiin helpottaa Mihi-toiminnassa?	<i>tasoisia liikuntaryhmiä olisi hyvä olla, jolloin osallistumine olisi helpompaa. Ohjaajien tulisi olla rohkeampia.</i> <i>2. Joidenkin mielestä kyselyt ovat liian pitkiä ja se tylsää ideaa. Jos olisi vaikka suuri tapaaminen, joskus jossa voisi puhua asiasta.</i>
Tulisiko toiminnassa olla jokin kaverisovellus, josta näkisi keitä vuorolle on tulossa?	<i>1. Mahtava idea! Mielestäni sovelluksessa voitaisiin myös kerätä nuorien kävijämääriä. Ahkerimmille osallistujille voisi antaa mahdollisuuden vaikuttaa Mihi-toimintaan syvemmin.</i> <i>2. Mahdollisessa kaverisovelluksessa voi olla toiminta, jossa näkyisi vain esim. kaverikoodin kautta valitut ystävät, jolloin tuntemattomien tulemistakaan ei tulisi tietoon.</i>
Miten nuorten osallisuutta Mihi-vuorojen sisällöntuottamisessa ja liikuntavuoroilla voisi kehittää?	<i>1. Joinain kertoina voisi tulla vapaaehtoisia nuoria vetämään liikuntaa aikuisen valvonnan alla kuitenkin.</i> <i>2. Nuorilta voisi suoraan tunnin jälkeen kysyä palautetta tai nettisivuilla voisi olla palautelaatikko.</i>
Millaisia toimia nuoret toivovat aikuisilta, jotta Mihi-toiminnassa olisi vaikuttamisen mahdollisuuksia (tarjontaa nuorille)?	<i>1. Vaikuttamiseen kannustaminen ja sen osoittaminen, että nuorten ajatuksilla on väliä. Selkeät palautteen antamisen mahdollisuudet.</i> <i>2. Helppo aikuinen jolle kertoa tai helppo kenttä nettisivuilla joissa voisi kertoa kehitysideoita, jotka muutkin näkevät.</i>

Kuva 23. Osallisuusverstaan tulokset.

7.11 Palvelupolun uusi malli

Mihi-liikuntatuotteen kehittämissuunnitelmaa on työstetty useilla erilaisilla työvaiheilla. Menetelminä on käytetty nuorille laadittua kyselyä, aineiston analyysiä sekä osallisuusverstaasta. Kehittämistyön tuloksena on syntynyt Mihi-liikuntatuotteen kaksiosainen kehittämissuunnitelma, jossa on kuvattu palvelupolun uusi malli.

Ensimmäinen osa on listaus toimenpiteistä osallisuuden lisäämiseksi palvelupolun jokaiseen vaiheeseen. Nämä tulokset on esitetty mukailleen Anu Gretchelin osallisuuden portaita. Ensimmäisen osan toimenpiteet ovat hyvin käyttäjäläheisiä ja koostuvat nuorten antamasta palautteesta ja nuorten näkemyksistä ja kokemuksista.

Kehittämisen toimenpiteissä korostuvat vuorojen sisältöihin vaikuttaminen, nuorten tiedottajaroolin kehittäminen, turvallinen ilmapiiri ja luotettavan aikuisen merkitys sekä tärkeimpänä arvona kaverien merkitys. Nuoret korostavat, että ystävyys-suhteita ja nuorten

käyttämistä vertaistiedottajina tulee entisestään korostaa lisättäessä osallisuutta Mihi-toiminnassa.

PIIPAHTAJA	VAKIOKÄVIJÄ	OSALLISTUJA	TOIMIJA	SITOTUNUT TOIMIJA
<p>Palvelusta tiedottamisen tulee tapahtua ihmiseltä ihmiselle. Nuoria tulee osallistaa tiedottamistoimintaan koulukiertueilla.</p>	<p>Toimintaa ohjaavien aikuisten tulee luoda nuorille turvallinen ja miellyttävä liikumiskokemus. Nuorille tulee luoda tunne, että he ovat osallistumisen lisäksi osallisia toimintaan ja nuorten yhteisöön.</p>	<p>Nuorille tulee mahdollistaa vuoron sisältöön vaikuttaminen.</p>	<p>Nuorille tulee antaa mahdollisuus tuottaa sisältöä sosiaalisessa mediassa.</p>	<p>Nuorille tulee tarjota mahdollisuus osallistua palvelun suunnitteluun jo siinä vaiheessa, kun seuraavaa toimintakautta tehdään.</p>
<p>Nuoria tulee ottaa tehokkaammin mukaan tiedottamistoimintaan nuorisotaloissa sekä sosiaalisessa mediassa ja hyödyntää vertaistiedottamista.</p>	<p>Ohjaajan tulee varmistaa, että yhteisöllisyys ja ystävyyden kosketavat kaikkia ja kukaan ei jää ulkopuoliseksi liikuntavuorolla. Liikuntamentoreita eli nuoria tulee hyödyntää yhteisöllisyyden synnyttämisessä.</p>	<p>Nuorille tulee antaa mahdollisuus toimia ohjaajana vuorolla.</p>	<p>Nuoret haluavat tuottaa tube-sisältöjä Mihi-vuoroista ja liikuntalajeista. Nuoret haluavat tehdä sisältöä yhdessä kuuluisien tubettajien kanssa.</p>	<p>Vuoroilla tulee liikkumisen lisäksi myös tiedottaa nuorille osallistumisen ja vaikuttamisen mahdollisuuksista.</p>
<p>Ystävien tuen merkitystä tulee korostaa ja liikuntakaveritoimintaa tulee kehittää, jotta nuoret uskaltavat tulla mukaan toimintaan. Nuorista tulee kou-</p>	<p>Liikuntavuoron ja toiminnan tulee olla sellaista, että uuden nuoren on aina helppo tulla mukaan ja päästä toimintaan osal-</p>	<p>Nuoria tulee tukea ja kannustaa yhteisölliseen asioista päättämiseen. Kaikkien nuorten osallisuus ja osallistuminen tulee turvata vuorolla.</p>	<p>Nuorille tulee tarjota mahdollisuus siirtyä liikkujasta ja osallistujasta seuraavalle asteelle Mihi-ohjaajaksi tai</p>	<p>Aikuisten tulee tukea nuoria osallisuuteen. Osallisuus on nuorille vaikeaa, mutta he ovat kuitenkin halukkaita vaikutta-</p>

<p>luttaa esim. liikuntamentoreita tai liikuntakavereita.</p>	<p>liseksi siitä huolimatta, että nuori vain piipahtaisi toiminnassa satunnaisesti.</p>		<p>tiedottajaksi. Nuorten osaamista, nuoruutta ja kaverikontakteja tulee hyödyntää myös vuorojen ohjauksessa ja uusien kävijöiden rekrytoimisessa.</p>	<p>maan aikuisen tukemana.</p>
<p>Palvelun tulee olla lähipalvelua, johon nuoren on helppo osallistua. Nuorten alueellisia tarpeita pitää kartoittaa entistä laajemmin ja nuoria tulee kuulla jo palvelun suunnitteluvaiheessa.</p>	<p>Toimintaan tulee kehittää mobiili-sovellus, joka mahdollistaa ystävien kutsun vuoroille. Nuoret voisivat sovelluksella tarkistaa keitä on jo vuorolla ja kutsua lisää osallistujia vuorolle. Tätä toimintaa tulee kehittää yhdessä nuorten kanssa.</p>	<p>Nuorille tulee antaa tietoa vaikuttamismahdollisuuksista koko Mihi-palvelussa ja tuoda esille osallisuuden tarjoamia.</p>	<p>Nuoret haluavat olla mukana Mihin-koulukiertueella tiedottamassa toiminnasta. Nuoret toivovat Mihi liikuntalajeja esittelytunneiksi koulun liikuntatunneille. Nuoret kokevat itsensä parhaiksi Mihi-toiminnan markkinoijiksi.</p>	<p>Nuoria tulee kannustaa tapahtumien järjestämiseen. Nuoret toivovat mm. kuntien välisiä Mihi-turnauksia.</p>

Kuva 24. Listaus osallisuuden toimenpiteistä palvelupolun askeleilla.

Kehittämissuunnitelman toisessa osiossa on tarkasteltu osallisuuden tilanteiden tarjoamia ja niiden huomioimista koko Mihi-liikuntatuotteen palvelumuotoiluprosessissa. Kehittämissuunnitelman tärkeimmät havainnot olivat, että tuotteen tulee vastata siitä annettua palvelulupausta. Tuotteesta tulee kerätä säännöllisesti käyttäjäpalautetta ja kehittää tuotetta palautteen pohjalta. Mihi-liikuntatuotteen osallisuuden tarjoamia ja niiden tilanteita tulee pitää aktiivisesti yllä ja tarkistaa tuotteen kaikissa vaiheissa, että osallisuuden tarjoamat toteutuvat.

Määrittelyvaihe	Tutkimusvaihe	Suunnitteluvaihe
Mihi-liikuntatuotteen kohde-ryhmää tulee tarkentaa. Eri-ikäisille nuorille tulee luoda omia palvelukokonaisuuksia	Mihi-liikuntatuotteelle tulee laatia suunnitelma, miten tietoa kerätään käyttäjiltä säännöllisesti ja miten tietoa hyödynnetään Mihi-liikuntatuotteen kehittämisessä.	Mihi-liikuntatuotetta tulee suunnitella ja tuotteistaa säännöllisesti alueen kuntien ja nuorten kanssa.
Mihi-liikuntatuotteen palvelulupausta tulee tarkentaa ja varmistaa, että tuote vastaa annettua palvelulupausta.	Kerättyä asiakastietoa tulee jatkossa hyödyntää nuorten eli asiakkaiden kanssa toteutetuissa suunnittelutyöpajoissa.	Mihi-liikuntatuotetta tulee monipuolistaa ja kohdentaa tehokkaammin eri käyttäjäryhmille.
Mihi-liikuntatuotteen kaikissa tuotantovaiheissa tulee tarkistaa, että tuote antaa nuorille mahdollisuuden osallisuuteen ja vaikuttamiseen.		Mihi-liikuntatuotteen palvelupolku-mallia (kehittämissuunnitelman osa 1) tulee hyödyntää osallisuuden tarjoaminen mahdollistamiseksi.

Kuva 25. Toimenpiteet Mihi-liikuntatuotteen palvelumuotoiluprosessissa osallisuuden tarjoamien näkökulmasta Juha Tuulaniemen mallin mukaisesti.

8 POHDINTA

Tämän laadullisen opinnäytetyön tavoitteena oli kyselytutkimuksen ja osallisuusverstaan avulla selvittää miten nuoret kehittäisivät Mihi-liikuntatuotetta. Tavoitteena oli selvittää nuorten sitoutumisen suhdetta avoimeen matalan kynnyksen liikuntatuotteeseen Mihiin. Sitoutumisen suhdetta oli tarkoitus selvittää osallisuuden käsitteen kautta. Kehittämistehtävänä oli, millaiseksi nuoret muotoilisivat Mihi-liikuntatuotteen ja mitkä asiat he nostavat keskiöön osallisuuden näkökulmasta palvelupolun eri askelmilla? Teoreettisena viitekehyksenä käytettiin nuorisotutkija Anu Gretschelin osallisuuden portaikkoa, jossa toimintaan osallistuvat nuoret luokitellaan piipahtajiksi, vakiokävijöiksi, osallistujiksi, toimijoiksi ja sitoutuneiksi toimijoiksi sekä Juha Tuulaniemen palvelumuotoilun prosessikuvausta. Opinnäytetyön tutkimuskysymykset olivat: Kokevatko nuoret, että he voivat vaikuttaa liikuntatuotteen sisältöihin? Kokevatko nuoret, että he sitoutuisivat aktiivisemmin liikkumiseen, jos heillä olisi mahdollisuus vaikuttaa tuotteen sisältöihin muulla tavalla, kuin osallistujina eli liikkujina? Paranisiko nuoren oma liikuntasuhde, jos liikuntatuote Mihi olisi heidän itsensä muokattavissa. Lisäksi tutkimushypoteesina oli lisääntyisikö nuorten liikunnan määrä osallisuuden tarjoamien myötä.

8.1 Tutkimuksen luotettavuus

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa pääasiallinen luotettavuuden kriteeri on tutkija itse ja näin ollen koko luotettavuuden arviointi koskee koko tutkimusprosessia. Tämän takia kvalitatiiviset tutkimusraportit ovat yleensä paljon henkilökohtaisempia, tutkijan omaa pohdintaa sisältäviä, kuin kvantitatiiviset tutkimukset. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa esitetyn luotettavuusterminologian voi periaatteessa jakaa kolmeen ryhmään. Uskottavuuteen, siirrettävyyteen ja vahvistuvuuteen. (Eskola & Suoranta 1998, 211–213.)

Laadullisessa tutkimuksen luotettavuuskeskustelussa nousevat hyvin nopeasti esiin kysymykset totuudesta ja objektiivisesta tiedosta. Yhtä nopeasti keskustelussa ilmenee, että näkemykset totuuden luonteesta vaikuttavat siihen, miten tutkimuksen luotettavuuskysymyksiin suhtaudutaan. Tarkasteltaessa objektiivisuuden ongelmaa laadullisessa tutkimuksessa on totuus-kysymyksen lisäksi syytä erottaa toisistaan havaintojen luotettavuus ja niiden puolueettomuus. Puolueettomuus nousee kysymykseksi esimerkiksi siinä, pyrkiikö tutkija ymmärtämään ja kuulemaan tiedonantajia itsenään vai suodattuuko tiedonantajien kertomus tutkijan oman kehyksen läpi, esimerkiksi vaikuttaako tutkijan ikä, sukupuoli, uskonto, poliittinen asenne, kansalaisuus, virka-asema tms. Siihen, mitä hän

kuulee tai havainnoi. Periaatteessa laadullisessa tutkimuksessa myönnetään, että näin on, koska tutkija on tutkimusasetelman luoja ja tulkitsija. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 135–136.)

Tässä opinnäytetyössä korostui vahvasti tekijän oma tausta nuorisotyön pitkäaikaisena ammattilaisena ja kokemus nuorten kanssa tehdyn osallisuuskasvatuksen parissa. Kokemukset osallisuuskasvatuksesta ovat antaneet hyvän näkökulman nuorten yleiseen asennoitumiseen yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen ja osallisuuteen, joita käsiteltiin tässä opinnäytetyössä tutkimuksen hypoteesina.

Tässä opinnäytetyössä tutkittavien otanta oli kohtalaisen pieni. Toimintaan osallistuvia nuoria vastasi 20 ja toimintaan osallistumattomia nuoria vastasi 23. Jokaiseen toimintaryhmään jaettiin 10 lomaketta. Takaisin lomakkeita olisi voinut palautua parhaimmillaan 100. Ryhmien tarkat koot eivät kuitenkaan olleet tiedossa ennakkoon. Kyselylomakkeita odotettiin takaisin 60. Tähän tavoitteeseen ei täysin päästy. Syynä saattaa olla se, että nuorien motivoiminen vastaamaan vapaassa harrastetoiminnassa on haasteellista.

Nuoret saivat vastata kyselyyn itse aikuisen tukemana, mikäli he tarvitsivat tukea. Vastaaminen tapahtui itsenäisesti. Nuorten vastaamista kaikkiin kysymyksiin ei valvottu. Tämä selittää sen, että osa nuorista ei vastannut kaikkiin kysymyksiin. Taulukoissa onkin siksi eritelty aina vastanneiden määrä. Luotettavimmat vastaukset olisi saanut käyttämällä sähköistä kyselylomaketta ja pakollisia kysymyksiä, joita ilman lomakkeen lähettäminen ei olisi ollut mahdollista. Nuorten tavoitettavuuden kannalta oli kuitenkin helpompaa ja toimivampaa toimittaa kyselylomake toimintaryhmään täytettäväksi. Nuorten vastauksiin ei ole vaikutettu millään tavalla. Nuoret ovat halutessaan saaneet vastata myös anonymisti kysymyksiin. Vain osallisuusverstaaseen osallistumista varten nuorten tuli täyttää yhteystietonsa.

Nuorten osallistumista ja asenteita tutkittaessa oli selkeästi nähtävissä nuorten homogeenisuus. Harrastustausta, asuinpaikka, ikä, liikunnallinen aktiivisuus ja muut muuttajat vaikuttivat selkeästi nuorten vastauksiin. Laajempi otos olisi selkeyttänyt vielä nuorten näkemyksiä ja auttanut käsitteiden ja ilmiöiden löytymisessä ja tehnyt tuloksista luotettavampia ja myös yleistettävämpiä. Kuitenkin jo pienelläkin otannalla oli löydettävissä toistuvia ilmiöitä ja käsitteitä.

Kyselylomakkeiden tuloksista on luokiteltu aineiston pienuudesta huolimatta toistuvat käsitteet ja ilmiöt, joista on muodostettu kehittämisen kohteet osallisuusverstaaseen.

Osallisuusverstaassa nuoret saivat muotoilla Mihi-liikuntatuotetta puhtaasti omista näkökulmistaan aikuisten siihen vaikuttamatta. Teemat tuotiin nuorille käsiteltäväksi ja opin- näytetyöntekijä johdatteli osallisuusverstaasta. Aikuisten rooli osallisuusverstaassa oli paneelikeskustelijan rooli sekä verstaan vetäjän rooli. Lopullisiin päätöksiin aikuiset eivät ole vaikuttaneet. Tämän oppinäytetyön kehittämissuunnitelma on siis täysin nuorten ajatusten pohjalta muodostunut kokonaisuus..

Osallisuusverstaaseen halusi osallistua vain 4 kyselyyn vastannutta nuorta. Paikalle verstaaseen heitä saapui 3. Siksi osallisuusverstaaseen otettiin mukaan myös Mynämäen nuorten vaikuttajaryhmä, jotta saatiin laajempi otos nuorten näkemyksiä kehittämistyön tueksi sekä luotettavimmat tulokset.

Määrällisiä tuloksia on käytetty tässä Mihi-liikuntatuotteen taustoittamisessa. Niillä on kuvattu tuotetta ilmiönä ja taustoitettu mm. osallistuvien nuorten ikää, asuinpaikkakuntaa ja osallistumisaktiivisuutta. Tutkimusaineisto oli pieni. Tämän vuoksi määrällisessä aineistossa ei ole tarvinnut käyttää määrällisen tutkimuksen menetelmiä. Tulokset on esitetty prosenttilaskennan muodossa ja tuloksia voidaan pitää luotettavina.

Kyselylomakkeen laadulliset tulokset on luokiteltu ja tuloksista on haettu keskeiset käsitteet sekä toistuvat ilmiöt. Näiden tulosten pohjalta on laadittu teemat osallisuusverstaaseen. Nuoret ovat äänestäneet tuloksista keskeiset kehittämiskohteet. Tuloksia voidaan pitää luotettavina juuri Mihi-liikuntatuotteen kehittämiseen.

Tutkimusta voidaan pitää luotettavana, koska tulokset pohjautuvat juuri nuorten näkemyksiin Mihi-liikuntatuotteesta ja se on tarkoitettu vain Mihi-liikuntatuotteen kehittämiseen. Tuloksilla ei ole haettu yleistettävyyttä muihin liikuntatuotteisiin tai muihin nuorten palveluihin. Tulosten yleistettävyyden olisi vaatinut laajemman otoksen nuoria.

8.2 Tutkimuksen eettisyys

Hyvä tutkimus on johdonmukainen ja eettisesti kestävä sekä noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä. Tutkimuksessa tulee noudattaa tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja: rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tutkimusten arvioinnissa. Tutkimuksen tiedonhankintamenetelmien tulee olla eettisesti kestäviä ja tulosten julkaisussa tulee noudattaa avoimuutta. Hyvässä tutkimuksessa otetaan huomioon muiden tutkijoiden työt ja saavutukset asianmu-

kaisella tavalla, niin että heidän työlleen annetaan niille kuuluva arvo ja merkitys omassa tutkimuksessa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 132.)

Vastuu hyvän tieteellisen käytännön noudattamisesta ja tutkimuksen rehellisyydestä sekä vilpittömyydestä on tutkimuksen tekijällä itsellään ja tutkimusryhmän sekä tutkimusyksikön johtajalla. Tämä tarkoittaa myös sitä, että opettajat ovat vastuussa kaikista oppilaittensa tekemistä ratkaisuksista esimerkiksi opinnäytetöissä, jotka koskevat tutkimukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä. Hyvän tieteellisen käytännön mukaan tutkimus on suunniteltu, toteutettu ja raportoitu yksityiskohtaisesti ja tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. Tutkimusryhmän asema, oikeudet, osuus tekiyydestä, vastuut ja velvollisuudet sekä tutkimustulosten omistajuutta ja aineistojen säilyttämistä koskevat kysymykset on määritelty ja kirjattu kaikkien osapuolten hyväksymällä tavalla. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 133.)

Tässä opinnäytetyössä on noudatettu hyvää (TENK 2012) (Tuomi & Sarajärvi 2009, 150–151.) mukaista käytäntöä:

- noudatettu tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja: rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tutkimusten arvioinnissa
- käytetty tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä sekä toteutettu tieteellisen tiedon luonteeseen kuuluva avoimuutta tutkimuksen tulosten julkaisussa
- otettu huomioon muiden tutkijoiden työ ja saavutukset asianmukaisella tavalla, niin että on kunnioitettu näiden työtä ja annettu heidän saavutuksilleen niille kuuluva arvo ja merkitys omassa tutkimuksessa ja tutkimuksen tulosten julkaisussa
- tutkimus on suunniteltu, toteutettu ja raportoitu yksityiskohtaisesti ja tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla.

8.3 Pohdintaa tuloksista ja keskeiset jatkokehittämistarpeet

Jos ei-kävijöiden osallistumiseen olisi tarjolla helppo ja yksiselitteinen konsepti se olisi jo kaikkien tiedossa. Ei ole olemassa yhtä oikeaa ohjenuoraa, joista valitaan yksi keino

vaan tarvitaan erilaisten toimenpiteiden yhdistelmiä. Osallistumismahdollisuuksien tarjoaminen ja uusien yhteisöjen tavoittaminen edellyttää totuttujen toimintatapojen rikkomista. Osallistumismahdollisuuksien tarjoaminen vaatii sen pelon voittamista, että osa vallasta siirtyy asiakkaille ja oma asiantuntijan rooli häviää. (Lindholm 2015, 140–141.)

Nuorten osallistumattomuus ja haluttomuus vaikuttaa itseään koskeviin asioihin on yhtä moninaisten syiden sekoitus, kuin on nuorten liikkumattomuuskin. Siksi myös ratkaisujen tulee olla monisyisiä. Yksi ``lääke`` ei toimi kaikkiin sairauksiin.

Nuoret pitävät tärkeänä, että heidän mielipiteitään kysytään. Nuoret tarvitsevat vaikuttamiseen ja osallisuustoimintaan kuitenkin aikuisen tukea. Yhteiskunnallisen vaikuttamisen rakenteet ovat nuorille haastavia ja ajoittain tuskastuttavan hitaitakin. Nuoret kokevat tärkeänä, että juuri se toiminta johon he osallistuvat tarjoaa vaikuttamisen mahdollisuuksia. Nuoria kiinnostaa niin sanottu ``light`` demokratia. Nuoret haluavat vaikuttaa liikuntavuorojen sisältöihin, hankittaviin välineisiin tai alkamisajankohtiin. Nuorten vaikuttaminen on myös tekoja. Nuoret ovat valmiita ohjaamaan vuoroja, tekemään tube-videoita sekä mainostamaan toimintaa ja kertomaan siitä muille nuorille. Tämä kaikki vaatii kuitenkin sen, että nuoret ovat mukana toiminnassa ja se koskettaa nuoria. Pelkkä tietoisuus olemassa olevasta palvelusta ei saa nuorta osallistumaan ja olemaan aktiivinen vaikuttaja. Nuorelle on tärkeää, että toiminnalla on merkitystä juuri hänelle itselleen. Nuoret eivät edes ymmärrä miksi heidän tulisikaan vaikuttaa Mihi-liikuntatuotteeseen ja olla siitä jotain mieltä, koska he eivät ole itse aktiivisesti toiminnan keskiössä. Tulosten mukaan mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa, ei lisää nuorten liikunta-aktiivisuutta. Tutkimukseen osallistuneet nuoret kokivat kuitenkin osallisuuden ja mahdollisuuden vaikuttaa, positiivisena ja toivottavana tilana tarkasteltaessa nuorten liikuntatuotetta. Osallisuuden ja osallisuuden merkityksen kokemukseen vaikuttaa vahvasti juuri se onko nuori toiminnan keskiössä vai sen ulkopuolella.

Nuorten mielestä on tärkeää, että matalan kynnyksen liikuntatuote vastaa juuri siihen palvelulupaukseen, jonka tuote antaa. Nuoret korostavat sitä tunnetta, että he eivät tule nolatuiksi vuoroilla ja eivät jää yksin. Nuorille on tärkeää, että he löytävät liikuntapaikan, ohjaaja ottaa heidät hyvin vastaan ja tekeminen on juuri sitä mitä luvataan. Mihi-toiminnan tulee siis olla helppoa, hauskaa ja kaikille sopivaa liikuntatoimintaa. Nuorten tärkein arvo on kuitenkin se, että toiminnassa on hyvä meininki, yhteenkuuluva porukka ja kavereita.

Toimintaa järjestävien kuntien tulee huomioida toiminnassaan, että nuorilla on halu vaikuttaa ja olla mukana kehittämässä Mihi-liikuntatuotetta. Nuoria tulee kuulla ja osallisuuden menetelmiä tulee jatkuvasti kehittää. Liikuntavuoroja ohjaavat aikuiset ovat keskiössä osallistamaan nuoria toiminnan sisältöjen kehittämiseen. Vuoroja ohjaavat aikuiset ovat myös keskiössä siinä, että Mihi-toiminnan palvelulupaus toteutuu ja nuoret saavat positiivisia liikuntakokemuksia vuoroilla.

Osallisuustoiminta on nuorille ja aikuisille rikastuttava kokemus. Nuoret arvostavat aikuisen aikaa ja sitä, että heidät otetaan tosissaan. Nuoret pitävät tärkeänä, että he tulevat kuulluiksi ja mielipiteillä on aidosti vaikutusta. Nuorille on kuitenkin merkityksellistä että, osallisuus ja aktiivinen toimijana olo on vapaaehtoista ja lähtee nuorista itsestään. Nuorten mielestä heillä tulee olla oikeus osallistua vain liikuntatoimintaan ilman osallisuuden pakkoa. Toimintaa järjestävien aikuisten tulee tunnistaa osallisuuden tarjoamat ja ottaa nuorten kuuleminen arkiseksi työväliseksi toimittaessa nuorten kanssa.

Osallisuuden ja liikuntaan osallistumisen sekä toimintaan sitoutumisen suhde osoittautui hyvin merkityksettömäksi. Nuoret kokivat, että heidän osallistumisensa Mihi-toimintaan ei lisääntyisi osallisuuden myötä. On kuitenkin tärkeää huomata, että systemaattista ja pitkäjänteistä osallisuustyötä ei ole Mihi-toiminnassa vielä tehty. Nuoret antavat kuitenkin heikkoja kaikuja kyselyn ja osallisuusverstaan tulosten perusteella siitä, että aktiivisimmat Mihi-toimintaan osallistuvat nuoret olisivat halukkaita myös viemään omaa osallisuuttaan syvemmälle. Tämä ilmeni mm. halukkuutena tuottaa tube-videoita Mihi-toiminnasta ja toimia tiedottajana muille nuorille.

Voidaan siis todeta, että tulevaisuudessa kun nuorten liikuntatuotteen kehittämistyö aloitetaan, tulisi nuoria kuulla jo aivan alkuvaiheessa. Tällöin osallisuuteen kasvettaisiin hiljalleen ja toiminta saisi syvemmän merkityksen osallisuuden myötä. Nuorten itsensä näköinen liikuntatuote varmasti myös lisää nuorten liikunnallista aktiivisuutta ja aktivoisi mukaan myös niitä nuoria, jotka eivät vielä liiku. Tuotteiden kehittämisessä ja tulevaisuuden brändäämisessä ja markkinoinnissa tulee antaa huomattava painoarvo sille, että nuorten mielestä nuoret ovat Mihi-liikuntatuotteen parhaita markkinoijia ja menedistäjiä.

8.4 Ehdotuksia tuleviksi tutkimuksen aiheiksi

Tämän opinnäytetyön perusteella saatujen tulosten pohjalta jatkotutkimuksen aiheena voisi olla osallisuuden käsitteen tutkiminen laajemmalti ja syvemmin seurantalutkimuksen muodossa.

Tässä tutkimuksessa osallisuus koettiin selkeästi konkreettisena toimintana ja lähidemokratiana. Nuoret kokivat, että toimintaan, jossa ei itse ole osallistujana ei voi olla osallinen ja vaikuttaa toiminnan sisältöön. Saatujen tulosten valossa Mihi-toimintaa voisi edelleen tutkia avaamalla nuorten kokemuksia ohjaajasta ja tarkentamalla lähidemokratian merkitystä. Nuoret kokivat vahvasti, että osallisuuden tarjoamat syntyivät juuri valmentajan tai ohjaajan toimesta. Nuoret eivät osanneet mieltää, että toiminnan takana on runsaasti muitakin aikuisia vaan, toimintaan yhdistettiin juuri oman toimintaryhmän ohjaaja tai valmentaja. Myös osallistumattomien nuorten asenteiden vertaaminen toiminnassa mukana olevien nuorten asenteisiin antaisi runsaasti tutkimustietoa siitä miten laaja ja homogeeninen ryhmä nuoret ovat ja haluavatkin olla.

Koko prosessia tarkasteltaessa voi todeta, että minkä tahansa tuotteen palvelumuotoilu yhdessä asiakkaiden ja käyttäjien kanssa on rikastuttava kokemus, joka antaa runsaasti tärkeää tietoa kehittämistyön tueksi. Nuorten kanssa tehtävässä kehittämistyössä olennaiseksi nousi nuorten kuulemisen merkitys. Palvelumuotoilun prosessit ovat aikaa vieviä ja vaativat uuden opettelua työyhteisöltä. Palvelumuotoiluun käytetty aika maksaa kuitenkin itsensä takaisin oikeanlaisina tuotteina ja palveluina. Mihi-liikuntatuotteen kehittämisuunnitelmaa tullaan hyödyntämään tulevaisuudessa tuotteen muotoilussa ja nuorten kuuleminen ja osallistaminen tullaan ottamaan vahvemmin mukaan koko Mihi-tuotteen kehittämisprosessiin.

LÄHTEET:

Ahonen, T. 2017. Palvelumuotoilu sotessa. Palvelumuotoilun käsikirja sosiaali- ja terveysalan palvelujen kehittämiseen. Painokiila Oy. Nummela.

Aittasalo, M. & Husu, P. & Suni, J. & Vasankari, T. 2014. Liikunta on osa liikkumista – Paikallaan olon määritelmää täsmennetään parhaillaan. Liikunta & Tiede 51(6), 31

Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. InPrint. Riika.

Agarwal, R. & Selen, W. & Roos, G. & Green, R. 2015. The Handbook of Service Innovation. Springer.

Berg, P. & Gretschel, A. & Humpila, L. 2011. Ei nuorille vaan nuorten kanssa. Miten mitata liikuntakulttuurin muutosta Your Move -kampanjassa. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisuja 47 & Nuori Suomi ry. Sporttipaino.

Berg, P. & Myllyniemi S. 2013. Nuoria liikkeellä. Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Valtion liikuntaneuvosto. Nuorisoasiain neuvottelukunta. Nuorisotutkimusseura. Kopijyvä.

Feldmann-Wojtachnia, E. & Gretschel, A. & Helmisaari, V. Kiilakoski, T. & Matthies, A-L. & Meinhold-Henschel, S. & Roth, R. & Tasanko, P. & Co-publishers. 2010. Youth participation in Finland and in Germany. The Finnish Youth Research Network Internet Publications number 32.

http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/youth_participation_in_finland_and_in_germany.pdf

Finlex. Nuorisolaki. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>. Haettu 18.10.2017.

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino. Jyväskylä.

Era T. 2013. Osallisuus - oikeutta vai pakkoa? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisu156/2013.https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/64153/JAMKJULKAISUJA1562013_web.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Haettu 27.10.2017.

Gissler, M. & Kekkonen, M. & Känkänen, P. & Muranen, P. & Wrede-Jäntti, M. 2014. Nuoruus toisin sanoen. Suomen yliopistopaino.

Gretschel, A. 2002. Kunta nuorten osallisuusympäristönä. Nuorten ryhmän ja kunnan vuorovaikutussuhteen tarkastelu kolmen liikuntarakentamisprojektin laadunarvioinnin keinoin. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteellinen tiedekunta.

Gretschel, A. 2011. Nuorisotalo mahdollistavana lähiyhteisönä: nuorten näkökulma. Helsingin kaupungin nuorisoasiainkeskus & Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura julkaisuja 3/2011. Aksidenssi. Helsinki.

Gretschel, A. & Kiilakoski, T. 2012. Demokratiaoppitunti. Lasten ja nuorten kunta 2010-luvun alussa. Nuorisotutkimusseura/ Nuorisotutkimusverkosto. Hakapaino. Helsinki.

Gretschel, A. & Kiilakoski, T. 2007. Lasten ja nuorten kunta. Nuorisotutkimusseura/ Nuorisotutkimusverkosto. Hakapaino. Helsinki

Hastrup, A. & Hietanen-Peltola, M. & Jahnukainen, J. & Pelkonen, M. 2013. Lasten, nuorten ja lapsiperheiden palvelujen uudistaminen. Lasten Kaste -kehittämistyöstä pysyväksi toiminnaksi. Suomen yliopistopaino Oy.

Hoikkala, T. & Sell, A. 2007. Nuorisotyötä on tehtävä. Menetelmien perustat, rajat ja mahdollisuudet. Nuorisotutkimusseura/ Nuorisotutkimusverkosto. Hakapaino. Helsinki

Huotari, P. 2012 Physical Fitness and leisure-time physical activity in adolescence and in adulthood- a 25-year secular trend and follow-up study. LIKES Research Reports on Sport and Health. Kopijyvä Oy. Jyväskylä

Junttila-Vitikka, P. & Peitso, V. 2016. Sinä olet demokratiakasvattaja. Opas demokratiakasvatukseen, 1. painos Koordinaatti – Nuorten tieto- ja neuvontatyön kehittämiskeskus, Oulun kaupunki

Jyrämä, A. & Mattelmäki, M. 2015. Palvelumuotoilu saapuu verkostojen kaupunkiin. Verkosto- ja muotoilunäkökulmia kaupungin palvelujen kehittämiseen. Aalto-yliopisto. Unigrafia Oy. Helsinki

Jyväskylän Yliopisto. Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2017. Jokaisella lapselle ja nuorelle mahdollisuus mieleiseen harrastukseen – työryhmän raportti. Osoitteessa: www.minedu.fi. Haettu 12.10.2017.

Jyväskylän Yliopisto. Tutkimusmenetelmät. 2014. Osoitteessa: <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat>. Haettu 22.11. 2017.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Suomen yliopistopaino oy.

Kananen, J. 2017. Kehittämistutkimus interventiotutkimuksen muotona – Opas opinnäytetyön ja pro gradun kirjoittajalle. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Suomen yliopistopaino Oy.

Kananen, J. 2015. Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas – Miten kirjoitan kehittämistutkimuksen vaihe vaiheelta. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Suomen yliopistopaino Oy.

Kauravaara, K. 2013. Mitä sitten, jos ei liikuta? Etnografinen tutkimus nuorista miehistä. Jyväskylän yliopisto liikuntatieteellinen tiedekunta. LIKES-tutkimuskeskus Jyväskylä. Kopijyvä Oy. Jyväskylä.

Kokkonen, A. 2016. Liikuntatunneista tulee kivempia, jos saa itse vaikuttaa niihin. Viidesluokkalaisten kokemuksia osallisuudesta koululiikunnassa. Kasvatustieteen Pro gradu- tutkielma. Opettajankoulutuslaitos. Jyväskylän yliopisto.

Koste, A. 2016. Tietoa nuorista, heidän elinoloistaan sekä nuorisotyöstä. Tutkimuskooste. Suomen Nuorisoyhteistyö – Allianssi ry, Helsinki. Grano Oy.

Laine, A. 2015. Liikuntavalistus, visiot ja arkitodellisuus. Liikunta & Tiede. 52 (2–3) 62–64.

Lehmuskallio, M. 2007. Liikuntakulutus kaupunkilaislasten ja -nuorten liikuntasuhteessa. Turun Yliopisto kasvatustieteiden tiedekunta. Painosalama Oy. Turku.

Lehmuskallio, M. 2011. Ei Villegalle vaan vertaiset, valmentajat ja vanhemmat – lasten ja nuorten näkemyksiä liikuntakiinnostukseensa vaikuttajista. Tutkimusjulkaisu. Liikunta & Tiede 48(6) 29-30.

Lindholm, A. 2015. Ei -kävijästä osalliseksi. Osallistuminen, osallistaminen ja osallisuus kulttuurialalla. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Helsinki.

Merikivi, J. & Myllyniemi, S., & Salasuo, M. 2016. Media hanskassa. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2016 mediasta ja liikunnasta. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Valtion liikuntaneuvosto. Nuorisoasiainneuvottelukunta. Nuorisotutkimusseura.

Miettinen, S. 2011. Palvelumuotoilu – uusia menetelmiä käyttäjätiedon hankintaan ja hyödyntämiseen. Teknova oy. Tammerprint.

Miettinen, S. 2014. Muotoiluajattelu. Teknologiateollisuus Oy. Tammerprint Oy.

Minedu. 2012. Child and youth participation in Finland.

http://minedu.fi/artikkeli//asset_publisher/child-and-youth-participation-in-finland. Haettu 18.10.2017

Myllyniemi, S. Mitä kuuluu? Nuorisobarometri 2008. Nuorisotutkimusseura.

Opetusministeriö. Nuorisualan neuvottelukunta. Yliopistopaino Oy. Helsinki.

Määttä, M. & Tolonen, T. 2011. Annettu, otettu, itse tehty. Nuorten vapaa-aika tänään.

Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimusverkosto. Hakapaino Oy. Helsinki.

Nurmi, S. & Rantala, K. Näyn & Kuulun. Lapsen etu ja osallisuus. 2011. PTK. Poikien ja

tyttöjen keskus. Otavan Kirjapaino Oy. Keuruu.

Ojajärvi, S. & Valtonen, S. 2016. Hyvä hallintotapa liikunta-alalla. Liikuntatieteellinen

seura. Mondia Oy. Helsinki.

Peltola, M. & Moisio, J. 2017. Ääniä ja äänettömyyttä palvelukentillä. Katsaus lasten ja

nuorten palvelukokemuksia koskevaan tietoon. Nuorisotutkimusseura/ Nuorisotutkimusverkosto. Unigrafia. Helsinki

Rahikka-Räisänen, N. & Ryynänen S. 2014. Osallistuminen ja osallisuus lähidemokrati-

assa. Suomen Settlementiliitto ry:n Uusi paikallisuus -hankkeen kehitysprojekti osallistumisen ja osallisuuden mahdollisuuksien lisäämiseksi lähidemokratiassa.

<https://www.setlementti.fi>. Haettu 23.10.2017

Rovio, E. & Saaranen-Kauppinen, A. & Pyykkönen, T. 2014. Liikuntakynnyksen yli-

ohjelmista ihmisen kohtaamiseen. Liikuntatieteellisen seuran impulssi (28).

Tammerprint Oy. Tampere.

Rovio, E. & Pyykkönen T. 2011. Vähän liikkuvat juoksuttavat päättäjiä ja tutkijoita. Liikuntatieteellisen seuran impulssi (26).

Tammerprint Oy. Tampere.

Sainio, A. 1994. Kohti kansalaisten kuntaa. Helsinki: Suomen kuntaliitto.

Seppänen-Järvelä, R. & Karjalainen, V. 2009. Kehittämistyön risteyskiä.

Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Siira, T. 2012. Osallisuus liikuttaa – Nuoret mukana kunnallisessa terveysliikuntatyössä.

Pro gradu-tutkielma. Lapin yliopisto. Kuntotustiede.

Takalo, S. 2016. Mikä nuorta liikuttaa? Tutkimus liikuntatottumusten rakentumisesta lapsesta nuoreksi aikuiseksi. Jyväskylän yliopisto liikuntatieteellinen tiedekunta. LIKES-tutkimuskeskus. Jyväskylä

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Turun kaupunki, Oppilas- ja opiskelijamäärät.

<https://www.turku.fi/organisaatio/toimialat/sivistystoimiala/oppilas-ja-opiskelijamaarat>.
Haettu 23.10.2017.

Turun kaupunki, liikuntavirasto, liikuntatoimintaosasto. Jorma Fiskin haastattelu.
6.10.2017.

Turun kaupunki, liikuntavirasto, liikuntatoimintaosasto. Palvelukuvaus. Sähköposti
19.10.2017.

Turun kaupunki, liikuntavirasto, liikuntatoimintaosasto. Mihi- Powerpoint-esitys. Sähköposti
16.10.2017.

Tuulaniemi, J. 2011. Palvelumuotoilu. Talentum Media Oy. Kirjapaino Oy. Hämeenlinna.

Rousu, S. 2008. Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman laadinta kunnissa
Opas lakisääteisen suunnitelman laadintaan Osa 1. Suunnitelman valmistelu.
https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-heet/johtamisen_tueksi/mika_ohjaa_toimintaa/lasten_ja_nuorten_hyvinvointisuunnitelma
Haettu 18.10.2017.

Valtiovarainministeriö. Avoin hallinto kalvosarja.

[nhttp://vm.fi/documents/10623/2866950/Kaikki+lasten+ja+nuorten+tietokortit+1-10.pdf/aaeb0f62-5929-4bad-85bd-a7c8542bab54](http://vm.fi/documents/10623/2866950/Kaikki+lasten+ja+nuorten+tietokortit+1-10.pdf/aaeb0f62-5929-4bad-85bd-a7c8542bab54). Haettu 24.10.2017.

Vanttaja, M. & Tähtinen, J. & Zacheus, T. & Koski, P. 2017. Liikkumattomuuden jäljillä. Pitkittäistutkimus vähän liikuntaa harrastavien nuorten liikuntasuhteesta ja liikunta-aktiivisuuden muutoksista. Nuorisotutkimusverkosto. Unicrafia. Helsinki.

Veijanen, L. 2004. Kaverit, perhe ja harrastukset. Laukaalaisten 5.-luokkalaisten vapaa-aika. Kasvatustieteen Pro gradu – tutkielma. Opettajankoulutuslaitos.

Yhdenvertaisuus etusijalle -hanke. Osallisuus, monimuotoisuus ja yhteisöllisyys julkisyhteisöjen palveluissa. Osoitteessa www.yhdenvertaisuus.fi. Haettu 12.10.2017.

UKK-instituutti. Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden suositukset. Fyysisen aktiivisuuden suositukset 7–18- vuotiaalle. Osoitteessa: www.ukk.fi. Haettu 3.10.2017.

Hyvä nuori!

Teen opinnäytetyötä Kajaanin ammattikorkeakouluun liikunta-alan kehittäminen ja johtaminen YAMK-tutkintoon. Opinnäytetyöni aihe on Osallisuuden merkitys Mihi-liikuntatuotteen kehittämisessä palvelumuotoilun avulla. Opinnäytetyössäni on tarkoitus selvittää miten nuoria tulisi ottaa mukaan Mihi-liikuntatuotteen kehittämiseen, jotta palvelu tavoittaisi mahdollisimman paljon nuoria ja olisi juuri sellainen liikuntatuote, johon nuoret haluaisivat osallistua.

Kysely koostuu kolmesta osasta. Yleisistä kysymyksistä, joihin vastaavat kaikki nuoret, Mihi-toimintaan osallistuville nuorille osoitetuista kysymyksistä sekä kysymyksistä nuorille, jotka eivät osallistu Mihi-toimintaan. Kaikki nuoret vastaavat siis kahteen eri osioon. Kyselyyn on valittu kolme Mihi-toimintaan osallistuvaa nuorten ryhmää ja kolme ryhmää nuoria, jotka eivät osallistu Mihi-toimintaan. Nuoret ovat Turusta, Liedosta ja Mynämäeltä.

Kyselyn tulosten analysoinnin jälkeen tullaan järjestämään osallisuusverstaas, johon kyselyyn osallistuneet halukkaat nuoret voivat osallistua. **Mikäli haluat osallistua osallisuusverstaaseen täydennä yhteystietosi niille osoitetussa kohdassa. Muussa tapauksessa yhteystietoja ei tarvitse täyttää.**

Tämän kyselyn vastauksia tullaan käyttämään opinnäytetyön aineistona ja Mihi-liikuntatuotteen kehittämisen välineenä. Yksittäisen nuoren vastauksia tullaan käyttämään lainauksien muodossa, mutta kuitenkin siten, että nuorten henkilöllisyys ei paljastu missään tutkimuksen vaiheessa. **Nimiä ja yhteystietoja käytetään vain osallisuusverstaaseen kutsumista varten.**

Mikäli sinulla on kysyttävää opinnäytetyöstä tai tästä lomakkeesta ota yhteyttä. Kiitos osallistumisestasi.

Anna-Maria Salminen

040 5170778

anna.salminen@mynamaki.fi

Lämmin kiitos sinulle osallistumisesta tutkimukseen!

OSA 1. KYSYMYKSET KAIKILLE NUORILLE

Ohjeita vastaamiseen: Avoimissa vastauksissa vastaukset annetaan kirjoitettuna tekstinä ja numeroin. Monivalintatehtävissä valitaan sopivin vaihtoehto ympyröimällä vaihtoehto. Mikäli voi valita useamman vaihtoehdon, on se kerrottu kyseisen kysymyksen yhteydessä. Vastaa kaikkiin kysymyksiin. Jos kysymys ei koske sinua siirry siihen kohtaan kyselyä, johon sinun ohjeistetaan siirtyvän.

1) Kotipaikkakuntasi:

2) Ikä:

3) Sukupuoli: Tyttö: Poika:

4) Miten usein osallistut Mihi-toimintaan? **(Jos et osallistu ohita kohdat 6, 7 ja 8, jos osallistut ohita kysymys 9)**

- A) en ikinä
- B) 1–2 kertaa vuodessa
- C) 1–2 kertaa kuukaudessa
- D) 1–2 kertaa viikossa
- E) 3–5 kertaa viikossa
- F) päivittäin

5) Mistä olet kuullut Mihi-toiminnasta? (voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon)

- A) en ole ikinä kuullut toiminnasta
- B) kavereilta

- C) Wilmasta
- D) vanhemmilta
- E) koulukiertueella työntekijöiltä
- F) opettajalta tai terkkarilta
- G) somesta
- H) luin ilmoitustaululta
- I) muualta, mistä?

6) Mihin liikuntaryhmiin osallistut? (kerro Mihi-ryhmän paikka, laji ja viikonpäivä)

7) Kuinka monta vuotta olet osallistunut Mihi-toimintaan?

8) Miksi osallistut Mihi-toimintaan? (voit valita useita vaihtoehtoja)

- A) kaverini käyvät siellä
- B) tykkään kokeilla uusia lajeja
- C) se on ilmaista
- D) se on lähellä kotiani
- E) minulla ei ole oikein muitakaan harrastuksia
- F) täydennän omaa liikuntaharrastustani uusilla lajeilla
- G) muu syy, kuvaile omin sanoin

9) Miksi et osallistu Mihi-toimintaan? (voit valita useita vaihtoehtoja)

- A) kukaan kavereistani ei käy siellä

- B) lajit eivät kiinnosta minua
- C) se on ilmaista, minulla on rahaa maksaa harrastuksistani
- D) se on noloa
- E) minulla on pitkä matka harrastuksiin
- F) minulla on niin paljon harrastuksia ja ei ole aikaa
- G) muu syy, kuvaile omin sanoin

10) Pidätkö nuoria nuorten asioiden asiantuntijoina? Perustele.

11) Pitävätkö Mihiä järjestävät aikuiset nuoria nuorten asioiden asiantuntijoina? Perustele.

12) Mikä on sinun mielestäsi se tavoite, minkä takia Mihi-toiminta on olemassa?

13) Onko mielikuvasi Mihi-toiminnasta sellainen, että toiminta mahdollistaa nuorille vaikuttamisen toiminnan sisältöihin ja antaa nuorten itse päättää asioista, jotka liittyvät Mihi-toimintaan?

14) Kerro kolme sellaista asiaa, miten sinä kehittäisit Mihi-toimintaa, jotta se olisi juuri sellaista nuorten itsenä näköistä liikuntatoimintaa, johon sinä haluaisit osallistua. Luettele asiat tärkeysjärjestyksessä.

15) Osoitteessa www.mihi.fi toimintaa kuvataan seuraavasti: *RAJATTOMASTI MAHDOLLISUUKSIA NUORTEN LIIKUNTAAN. MIHI tarjoaa maksutonta liikuntaa Turun seudulla asuville 13–19-vuotialle nuorille.* Miten kertoisit tämän nuorten kielellä muille nuorille?

17) Olisitko halukas osallistumaan osallisuusverstaaseen ja kehittämään Mihiä tämän kyselyn pohjalta? Osallisuusverstaas järjestetään maaliskuussa 2018 ja sen kesto on noin 2 h. Jos olet, jätä yhteystietosi tähän:

Nimi:

Puhelinnumero:

Sähköpostiosoite:

OSA 2. KYSYMYKSET NUORILLE, JOTKA OVAT MUKANA MIHI-TOIMINNASSA

1) Oletko voinut vaikuttaa Mihi-toiminnan sisältöihin (harjoitteet, lajit, alkamisaika). Jos vastasit kyllä niin kuvaile millaisiin asioihin.

2) Oletko Mihi-toiminnan kautta voinut vaikuttaa oman kotikaupunkisi/kuntasi tai kaupunginosan liikuntatarjontaan tai liikuntapaikkoihin? Jos vastasit kyllä, kerro miten.

3) Jos vastasit edellisiin kysymyksiin ei, niin mikä on mielestäsi syy, että nuoret eivät ole saaneet vaikuttaa toiminnan sisältöihin tai liikuntatarjontaan ja liikuntapaikkoihin?

4) Oletko valmis toimimaan jonkun yhteisen asian hyväksi, jos joku pyytää Mihi-toiminnassa sitä sinulta? (esim. ohjaamaan toimintaa, jakamaan mainoksia, kertomaan toiminnasta kavereille)

5) Muuttuisiko oma suhtautumisesi Mihi-toimintaan, jos saisit itse olla vaikuttamassa toiminnan sisältöihin, järjestämispaikkoihin, ohjata toimintaa ja kantaa vastuuta? Kuvaile miten?

6) Onko Mihi-toiminta sinulle jokin seuraavista?

- A) harrastus
- B) satunnaista ajankulua
- C) keino harrastaa liikuntaa
- D) paikka tavata kavereita
- E) en osaa sanoa, käyn koska kaveritkin käy ja ei ole muutakaan
- F) yhteisö, jossa viihdyn ja liikuntaa tulee siinä samalla

G) jotain muuta, mitä?

7) Millainen merkitys Mihi-toimintaan osallistuvilla muilla nuorilla ja ohjaajalla on sinuun?

- A) meillä on todella hyvä yhteenkuuluva porukka
- B) ihan kivaa porukkaa, mutta en tunne kaikkia
- C) en tunne muita, käyn kavereiden kanssa
- D) käyn yksin ja en ole oikein päässyt mukaan porukkaan
- E) olen tullut liikkumaan, muilla ihmisillä ei ole niin väliä
- F) ohjaaja on ottanut minut hyvin vastaan, vaikka muita nuoria en tunnekaan

8) Mikä seuraavista kuvauksista kuvaisi sinua ja asennettasi parhaiten?

- A) En haluaisi osallistua oheistoimintoihin tai ohjaamiseen. Olen mielelläni liikkuja ja yksi nuorista. En halua mitään roolia tai olla aktiivinen. Luulen, että jäisin pois koko toiminnasta, jos joutuisin tekemään jotain ylimääräistä.
- B) Voisin tehdä jotain pientä, mutta haluan, että aikuinen ohjaa lajit ja päättää alkamisajoista. Olen mielelläni vain osallistuja, mutta voin auttaa tai puuhata jotain pientä, kantaa kamoja tai sellaista.
- C) Mielestäni olisi siistiä, jos välillä nuoret saisi päättää mitä tehdään ja millä säännöillä. On hyvä, että aikuinen on kuitenkin mukana katsomassa, että homma pe-laa. Luulen, että tästä tulisi enemmän nuorten juttu, jos vastuuta siirrettäisiin nuorille.
- D) Luulen, että sellaisia nuoria tulisi mukaan, jotka ei niin tykkää aikuisista. Jos vaikka koulussa on ``sukset ristissä``, niin ehkä nuorten nuorille ohjaamaan toimintaan saataisiin mukaan niitäkin, jotka ei muuten tulisi. Kuitenkin on hyvä, että aikuiset jeesais ja katsoisi, että homma toimii. Luulen, että moni nuori osaa lajeja kuitenkin paremmin, kuin aikuiset.

- E) Mä olisin mielelläni vaikka tiedottamassa tästä toiminnasta nuorille. Kun on itse mukana tässä, niin tietää mitä niissä ryhmissä tehdään ja millaista meininki on. On ehkä uskottavampaa sitten kertoa muillekin, että tää on siisti juttu, kun edes on niinku käynyt siellä ryhmässä. Ehkä tän kokisi enemmän omaksi jutuksi ja niinkuin oikeeksi harrastukseksi, jos saisi itse jotain tehdä ja päättää.
- F) Musta olisi hyvä, että ne nuoret saisi vaikuttaa, jotka on siitä innostuneita, mutta kuitenkin mulle tää on vaan lisäliikuntaa muiden harrastusten joukossa. Siihen ehkä kuitenkin haluisin puuttua, että mä oon jo amiksessa niin joku seiska on ehkä vähän pieni pyörii samassa ryhmässä. Näihin mä vaikuttaisin, jos saisin vaikuttaa.
- 9)** Miten määrittelisit sijoittumisesti Mihi-palvelussa? (Asteikko on seuraava:
A= vähäinen sitoutuneisuus ja G= tiivis ja aktiivinen sitoutuneisuus)
- A) Olen kuullut Mihi-liikuntapalvelusta. Olen joskus käynyt koittamassa lajia. Mihi-kiinnostaa minua, mutta en ole vielä rekisteröitynyt ja hakenut passia.
- B) Olen kuullut Mihi-palvelusta. Olen kirjautunut ja hankkinut passin. Olen tutustunut ryhmiin teorian tasolla, mutta en ole vielä osallistunut.
- C) Kiinnostukseni on muuttunut toiminnaksi. Olen käynyt osallistumassa valitsemaani Mihi-ryhmään.
- D) Olen osallistunut säännöllisesti Mihi-toimintaan. Osallistun liikuntaan, mutta en ota osaa päätöksentekoon ryhmässä/ryhmissä.
- E) Olen osallistunut säännöllisesti Mihi-toimintaan. Osallistun liikuntaan ja osallistun myös muihin Mihi-tapahtumiin ja ohjaajan käynnistämään päätöksentekoon esimerkiksi tekemisen valintaan liikuntakerran aikana.
- F) Olen osallistunut säännöllisesti Mihi-toimintaan. Osallistun liikuntaan ja teen asioita ryhmässä itse, toimin apuohjaajana ja ehdotan toiminnan sisältöjä. Kutsun kavereita mukaan toimintaan. Kannan pelivälineitä varastosta ja teen muita avustavia tehtäviä.
- G) Olen osallistunut säännöllisesti Mihi-toimintaan. Osallistun liikuntaan ja olen kiinnostunut kehittämään Mihi-toimintaa myös oman toimintaryhmäni ulkopuo-

lolla. Haluaisin keksiä uusia lajeja ja tapoja ohjata toimintaa. Haluaisin osallistua toiminnan kehittämiseen ja arviointiin.

OSA 3. KYSYMYKSET NUORILLE, JOTKA EIVÄT OSALLISTU MIHI-TOIMINTAAN

1) Vaikuttaisiko liikunnalliseen osallistumiseesi ja aktiivisuuteesi, jos voisit vaikuttaa Mihi-toiminnan sisältöihin (harjoitteet, lajit, alkamisaika?) Jos vastasit kyllä niin kuvaile millaisten asioiden toivoisit muuttuvan, jotta osallistuisit toimintaan?

2) Millaisia vaikuttamismahdollisuuksia toiminnan sisältöihin on nuorilla, jotka eivät osallistu Mihi-toimintaan? Kuvaile kokemuksiasi vaikuttamismahdollisuuksista (kuvaile tässä esimerkiksi käyttämiäsi viestintävälineitä tai osallistumista tyytyväisyyskyselyyn tms.) tai niiden puutteesta.

3) Oletko Mihi-toiminnan (esimerksiksi kohtaaminen ohjaajan kanssa tai koulukiertue) tai jonkun muun nuorille suunnatun toiminnan kautta voinut vaikuttaa oman kotikaupunkisi/kuntasi tai kaupunginosan liikuntatarjontaan tai liikuntapaikkoihin? Jos vastasit kyllä, kerro miten (kuvaile tässä esimerkiksi muutoksia, joita oma osallistumisesi tai palautteesi on saanut aikaan).

4) Mikäli osallistuisit Mihi-toimintaan, niin oletko valmis toimimaan jonkun yhteisen asian hyväksi jos joku pyytää Mihi-toiminnassa sitä sinulta? (esim. ohjaamaan toimintaa, jakamaan mainoksia, kertomaan toiminnasta kavereille)

5) Kuvaile mielestäsi kolme tärkeintä asiaa jotka toimintaa järjestävien aikuisten tulisi ottaa huomioon, jotta vähän liikkuvat nuoret saataisiin mukaan Mihi-toimintaan. Luettele asiat tärkeysjärjestyksessä.

6) Jos osallistuisit Mihi-toimintaan, niin olisiko Mihi-toiminta sinulle jotain seuraavista?

A) harrastus

B) satunnaista ajankulua

- C) keino harrastaa liikuntaa
- D) paikka tavata kavereita
- E) en osaa sanoa, kävisin koska kaveritkin käy ja ei ole muutakaan
- F) yhteisö, jossa viihdyn ja liikuntaa tulee siinä samalla
- G) jotain muuta, mitä?

7) Mikä merkitys Mihi-toimintaan osallistuvilla muilla nuorilla ja ohjaajalla on sinuun, jotta voisit ajatella osallistuvasi toimintaan?

- A) toivoisin, että meillä on todella hyvä yhteenkuuluva porukka
- B) toivoisin, että on ihan kivaa porukkaa, vaikka en tunne kaikkia
- C) muilla ei olisi väliä, koska jos kävisin niin kävisin kavereiden kanssa
- D) olen muutenkin yksinäinen, luulisin että kävisin yksin. Yleensä en ole oikein päässyt mukaan porukkaan
- E) jos menisin niin menisin liikkumaan, muilla ihmisillä ei ole niin väliä
- F) toivon, että ohjaaja ottaisi minut hyvin vastaan, vaikka muita nuoria en tunnekaan
- G) muu merkitys, mikä?

8) Mikä seuraavista kuvauksista kuvaisi sinua ja asennettasi Mihiin ja osallisuuteen parhaiten?

- A) En haluaisi osallistua. Olen mielelläni liikkuja ja yksi nuorista. En halua mitään roolia tai olla aktiivinen. Luulen, että jäisin pois koko toiminnasta, jos joutuisin tekemään jotain ylimääräistä.
- B) Voisin tehdä jotain pientä, mutta haluan, että aikuinen ohjaa lajit ja päättää alkamisajoista. Olen mielelläni vain osallistuja, mutta voin auttaa tai puuhata jotain pientä, kantaa kamoja tai sellaista.

- C) Mielestäni olisi siistiä, jos välillä nuoret saisi päättää mitä tehdään ja millä säännöillä. On hyvä, että aikuinen on kuitenkin mukana katsomassa, että homma pe-
laa. Luulen, että tästä tulisi enemmän nuorten juttu, jos vastuuta siirrettäisiin nuorille.
- D) Luulen, että sellaisia nuoria tulisi mukaan, jotka ei niin tykkää aikuisista. Jos vaikka koulussa on ``sukset ristissä``, niin ehkä nuorten nuorille ohjaamaan toimintaan saataisiin mukaan niitäkin, jotka ei muuten tulisi. Kuitenkin on hyvä, että aikuiset jeesais ja katsoisi, että homma toimii. Luulen, että moni nuori osaa lajeja kuitenkin paremmin, kuin aikuiset.
- E) Mä olisin mielelläni vaikka tiedottamassa tästä toiminnasta nuorille. Kun on itse mukana tässä, niin tietää mitä niissä ryhmissä tehdään ja millaista meininki on. On ehkä uskottavampaa sitten kertoa muillekin, että tää on siisti juttu kun edes on niinku käynyt siellä ryhmässä. Ehkä tän kokisi enemmän omaksi jutuksi ja niinkuin oikeeksi harrastukseksi, jos saisi itse jotain tehdä ja päättää.
- F) Musta olisi hyvä, että ne nuoret saisi vaikuttaa, jotka on siitä innostuneita, mutta kuitenkin mulle tää on vaan lisäliikuntaa muiden harrastusten joukossa. Siihen ehkä kuitenkin haluisin puuttua, että mä oon jo amiksessa niin joku seiska on ehkä vähän pieni pyörii samassa ryhmässä. Näihin mä vaikuttaisin, jos saisin vaikuttaa.
- G) Musiikki ja mopot ovat pelastaneet minut liikunnalta. EVVK. Eli ei kiinnosta.
- H) Jaan lehtiä ja teen kotitöitä, ulkoilutan koiraani ja käyn partsassa ja vaelluksilla ja silleen. Liikun ihan hirveesti vaikka mitään liikunnallista harrastusta ei olekaan. Mihiin voisoin osallistua, jos siinä olis muutakin. Vaikka luontoliikuntaa.

