

Tämä on alkuperäisen artikkelin rinnakkaistallenne (kustantajan versio). Rinnakkaistallenteen sivuasettelut ja typografiset yksityiskohdat saattavat poiketa alkuperäisestä julkaisusta.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Majala, J. & Hjulberg, M. 2021. Harrastusten merkitys nuorten yhteisöllisyydelle. Lumen – Lapin ammattikorkeakoulun verkkolehti (1).

URL: <https://www.lapinamk.fi/loader.aspx?id=cc1e514b-d638-4c35-8363-29680e3f91fc>

## Harrastusten merkitys nuorten yhteisöllisyydelle

*Johanna Majala, lehtori, Osallisuus ja toimintakyky, sosiaalialan koulutus, Lapin ammattikorkeakoulu*

*Merja Hjulberg, lehtori, Osallisuus ja toimintakyky, sosiaalialan koulutus, Lapin ammattikorkeakoulu*

Nuoret, harrastaminen, yhteisöllisyys, yksinäisyys

Yhteisöllisyys rakentuu kohtaamisesta, yhdessä tekemisestä, turvallisuudesta, luottamuksesta ja avoimuudesta. Tarkastelemme tässä artikkelissa yhteisöllisyyttä nuorten näkökulmasta sekä heidän mahdollisuudesta harrastaa teeman kautta. Nuorella on tarve kuulua johonkin yhteisöön, samoin tarve muodostaa pysyviä vuorovaikutussuhteita. Nuoruuden kehitystehtäviin kuuluu identiteetin ja minuuden kehittyminen, jota edesauttaa arvostava ja kunnioittava vuorovaikutus muiden ihmisten kanssa. (Koskela 2016.) Nuorten sosiaalisissa suhteissa sekä kaveripiirissä, myös perheissä voi tapahtua isoja muutoksia. Kavereiden merkitys kasvaa nuoruudessa iän myötä. Samoissa kaveripiireissä oleilevat nuoret ovat keskenään samankaltaisia. Nuoren kehitykseen vaikuttavat vanhemmat, mutta myös samaan aikaan nuoret myös ottavat kavereiltaan monia malleja, ajatuksia ja toimintatapoja. (Nurmi ym. 2014, 148.) Harrastusten merkitys nuorten elämässä on suuri ja tämä mahdollistaa sosiaalisten suhteiden luomisen, mielekkään tekemisen ja johonkin porukkaan, ryhmään kuulumisen. Harrastus vaikuttaa nuoren identiteetin luomiseen, käyttäytymiseen ja jopa ulkoiseen habitukseen. Harrastus ja siihen liittyvät ilmiöt omalta osaltaan vahvistavat nuoren yhteisöllisyyden kokemusta.

Ihmisten välinen sosiaalinen yhteisyys on historian kuluessa saanut uusia muotoja. Aikoinaan ihmiset liittyivät yhteen sukuina, sitten kylissä ja kaupungeissa. Suurin muutos yhteisöllisyyteen liittyen on tapahtunut 2000-luvulla, kun internet-verkko kehittyi uudenlaiseksi sosiaalisiksi verkkomaailmaksi. Nykyisin elämme monimuotoisten yhteisyysmuotojen ja -verkostojen maailmassa. Huomaamme olevamme mukana esimerkiksi

paikan ja asuinalueen, perheen ja ystäväpiirin, työpaikan, harrastusten, vakaumusten kuvitteellisessa ja virtuaalisessa yhteisyyden maailmassa. (Kangaspunta 2011, 15–16, 31.) Modernin ajan ihmiset määrittelevät itseään kertomalla elämäntarinastaan, tunteistaan ja mielipiteistään, ilmaisten täten ainutkertaisuuttaan suhteessa muihin ihmisiin. Yhteisöt koostuvat yksilöistä ja yksilöiden identiteetti rakentuu yhteisöjen kautta. (Saastamoinen 2011, 62.) Onko kysymyksessä sitten käsitteenä klikki tai joukkio? Klikki käsitteenä on nuorten kaverisuhteiden muoto, joka on muutaman nuoren muodostama ryhmä, jolle yhteistä on esimerkiksi koulu, asuinalue tai harrastus. Joukkio puolestaan on ikätoveriryhmän muoto, joka on klikkiä vähemmän kiinteämpi ryhmä. Joukkioissa kaikki nuoret eivät välttämättä tunne toisiaan henkilökohtaisesti. Samassa ryhmässä olevat nuoret ovat samankaltaisia. Heitä samankaltaistaa ryhmän normit, mallioppiminen ja ryhmän jäsenten painostus näiden noudattamiseen. Usein nuoret itse hakeutuvat tai valikoituvat tietynlaisiin ryhmiin. (Nurmi ym. 2014, 128,167.)

Korona-aikana keväällä 2020 Yhtymäpinnassa nuori -hankkeessa toteutimme nuorille kohdennetun kyselyn, jossa yhtenä teema oli koronan vaikutus nuorten harrastuksiin. Koronan aikana monien nuorten ryhmässä tapahtuvat harrastukset jäivät katkolle ja tämä näkyi nuorten antamissa vastauksissa voimakkaasti. Kyselyyn vastasi 107 Meri-Lapin alueen nuorta, joista suurin osa oli 16–17 -vuotiaita. Vain 17 nuorta kertoi, ettei korona ole vaikuttanut heidän harrastuksiinsa. Toisaalta 21 nuorta toi esille, että he eivät harrasta mitään, mitä tämä sitten kertoo näiden nuorten yhteisöllisyydestä, kokevatko he kuuluvansa mihinkään ryhmään? Kaikilla nuorilla ei selkeästi ole mielekästä tekemistä, jossa he voisivat saada onnistumisen elämyksiä tai jaettuja yhteisöllisiä kokemuksia (Haanpää 2019, 59). Kokemuksemme mukaan lastensuojelun sosiaalityössä näiden nuorten osuus kasvaa koko ajan. Heidän sosiaalinen vuorovaikutus voi tapahtua koulupäivän jälkeen virtuaalimaailmassa, jossa he pelien kautta tapaavat muita nuoria. Näille nuorille pelimaailma voi olla harrastus ja he kokevat yhteisöllisyyden tunteen sitä kautta. Nopparin ja Uusitalon (2011, 140–141) mukaan julkisuudessa nuorten netinkäyttöä käsitellään usein uhkanäkökulmien kautta. Huolena on, että pelimaailmoihin uppoutuminen uhkaa nuorten sosiaalisten taitojen kehittymistä. Nuorten oleskelu netissä pelätään vähentävän verkon ulkopuolisia ystävyysuhteita, sillä virtuaalitodellisuudessa tapahtuvat kohtaamiset nähdään usein keinotekoisina. Tätä keskustelua hallitsevat yleensä aikuiset: vanhemmat, asiantuntijat ja ammattikasvattajat. Sen sijaan nuorten oma kokemus elämästä verkossa on usein paljon arkisempi.

Emme voi olettaa, että ne 21 nuorta, jotka vastasivat kyselyssä, eivät harrasta mitään, olisivat pelimaailmassa mukana. Sen sijaan meidän oletus on, että heistä moni ei harrasta mitään. Syinä harrastamattomuuteen voivat olla vanhempien heikko taloudellinen tilanne, jolloin taustalla voi olla työttömyyttä ja yksinhuoltajuutta sekä yleensä harrastusten heikko saavutettavuus asuinpaikasta johtuen. Voiko kysymyksessä olla myös yleinen sosiaalinen paine, mikä heikentää sitoutumista ja motivaatiota harrastusta kohtaan? Haanpään (2019, 8, 63) mukaan kaikki lapset ja nuoret eivät ole taloudellisesti samassa asemassa. Harrastusten kustannukset ovat voimakkaasti kasvaneet, jonka johdosta osalla nuorista ei ole sosioekonomisista syistä mahdollisuutta mieluisaan harrastukseen. Moniin harrastuksiin on myös ns. sisäänrakennettu tiukka tavoitteellisuus ja kilpailullisuus ovat osoittautuneet lapsia ja nuoria yhä varhaisemmalla iällä ulossulkeviksi tekijöiksi. Syrjäytymisen ehkäisyn näkökulmasta lasten ohjattu harrastaminen loppuu juuri ennen nuoruuden ikävaihetta, jossa siitä saatavan sosiaalisen hyödyn merkitys alkaisi korostua. Yläkouluikäisten keskuudessa tehdyissä tutkimuksissa on osoitettu koulun ulkopuolisilla harrastuksilla olevan erityisen suotuisa merkitys nuoren elämään. Tämä tulee esille muun muassa hyvinä sosiaalisina taitoina. (Nurmi ym. 2014, 128.)

Koronan myötä noin 2/3 vastanneista nuorista harrastukset olivat loppuneet kokonaan tai vähentyneet. Nuoret toivat vahvasti esille, että he eivät ole päässeet tärkeäksi kokemiinsa harrastuksiin. Tästä oli monenlaisia vaikutuksia nuorten elämään. Yksi nuori kuvasi tilannettaan näin:

*”En pääse harrastuksiini jotka ovat olleet minulle todella tärkeitä”*

Kyselyn perusteella nuoret kokivat ahdistusta harrastusten loppumisesta ja tämä näkyi heidän elämässään sosiaalisten suhteiden kaventumisena, jopa yksinäisyyden kokemuksena. Harrastukset rytmittävät selkeästi nuorten arkea ja tuovat siihen mielekästä sisältöä. Tutkimusten mukaan harrastamisella on terveys- ja hyvinvointivaikutuksia sekä sosiaalisia hyötyjä (Haanpää 2019, 8). Sosiaalinen yksinäisyys on kokemusta, että ei kuulu mihinkään tai että sopii huonosti muiden joukkoon. Sosiaalisten suhteiden puute aiheuttaa ulkopuolisuuden tunnetta ja voi altistaa masennukselle. Emotionaalisesti yksinäinen nuori kokee, ettei hänellä ole läheistä ihmistä eikä ketään, jolle voisi puhua. Tämä aiheuttaa nuorissa levottomuutta, ahdistusta ja toivottomuutta, myös irrallisuuden ja kuulumattomuuden tunteita. (Mieli ry 2019.) Yksi tehokkaimmista keinoista vähentää nuorten yksinäisyyttä on harrastaminen, jota kautta nuori voi löytää itselle merkityksellisiä sosiaalisia suhteita ja kokea yhteisöllisyyden tunnetta. Eräs nuori kuvasi korona-aikana tunteitaan näin:

*”Yksinäisyyttä, ahdistusta, itsetuhoisuutta, masentuneisuutta, ikävä normaalia arkea, kavereita ja sukulaisia kohtaan. Harrastukset ja kaverit on ollut aina mulle niin tärkeitä, että jaksaa pyörittää arkea, nyt kun ne on tauolla on hankalaa.”*

Harrastusten jäädessä tauolle, nuoret itse huomaisivat niiden merkityksen omassa elämässä. Vastauksista nousi esille myös useiden nuorten kokemuksena yksinäisyys ja jopa kokemus täysin yksin olemisesta. Eräs nuori kirjoitti näin:

*”Yksinäisyyttä, joukkoon kuulumattomuutta”*

Yksinäisyys on eri asia kuin yksinolo, se on aina ei-toivottu ja satuttava tunne. Pitkittyessään yksinäisyys on vaarallista terveydelle, ollen elämälaatua heikentävä tunne. Nuorten kohdalla yksinäisyys alentaa itseluottamusta ja lisää riskiä muun muassa tunne-elämän ongelmiin, kuten masennukseen ja ahdistukseen sekä käytöksen häiriöihin. Lapsuudessa koettu pitkäaikainen yksinäisyys jatkuu usein myös nuoruudessa, mikä nostaa muun muassa syrjäytymisriskiä. (Mieli ry 2020.)

Suomessa on nostettu esille lasten ja nuorten harrastakkuu. Sen tarkoituksena on edistää lasten ja nuorten hyvinvointia, ehkäistä ja vähentää syrjäytymistä sekä edistää yhdenvertaisuutta. Näin suomalainen harrastamisen instituutio on mahdollista päivittää, että se vastaisi parhaalla mahdollisella tavalla, tasa-arvoisesti ja yhdenvertaisesti kaikkien 2020-luvun lasten ja nuorten tarpeisiin. Näin edistettäisiin nuorten hyvinvointia sekä tuettaisiin nuoren sukupolven kasvua ja kehitystä. (Haanpää 2019, 8.) Harrastustakuussa päätavoitteena on lasten ja nuorten hyvinvoinnin lisääminen. Tavoitteena on, että jokaisella lapsella ja nuorella on mieluisa ja maksuton harrastus koulupäivän yhteydessä. Suomen mallissa on mainittu lasten ja nuorten kuuleminen harrastustoiveista, olemassa olevien hyvien käytäntöjen ja toimintatapojen koordinoiminen sekä koulun ja harrastustoimijoiden yhteistyö. (OKM 2020.) Suomessa on paljon vielä tehtävää lasten ja nuorten harrastusmahdollisuuksien toteuttamiseksi ja tukemiseksi. Lasten ja nuorten harrastustoiminta on tänä päivänä suurelta osin seurojen ja järjestöjen sekä vapaaehtoistoiminnan varassa. Mikäli suomalainen yhteiskunta panostasi lasten ja nuorten harrastuksiin tukemalla niitä taloudellisesti sekä tekemällä niistä organisoidumpaa on mahdollista vaikuttaa lasten ja nuorten hyvinvointiin sekä ehkäistä heidän yhteiskunnasta syrjäytymistä.

## Lähteet

Haanpää, L. 2019. Harrastustakuu: yhdenvertaisuuden asialla. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura Verkkojulkaisuja 147. [Harrastustakuu: Yhdenvertaisuuden asialla \(nuorisotutkimusseura.fi\)](https://nuorisotutkimusseura.fi) Viitattu 8.12.2020.

Kangaspunta, S. 2011: Traditionaalista yhteisöstä verkkoyhteisyyteen. Teoksessa Seppo Kangaspunta (toim.) Yksilöllinen yhteisöllisyys. Avaimia yhteisöllisyyden muutoksen ymmärtämiseen, 15–34.

[https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/103157/Kangaspunta\\_Yksilollinen\\_yhteisollisyys.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/103157/Kangaspunta_Yksilollinen_yhteisollisyys.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Viitattu 14.12.2020.

Koskela, S. 2016. Yhteisöllisyyden tukeminen ja vertaisuuden merkityksen huomioiminen Ohjaamojen toiminnassa. <https://verkkolehdet.jamk.fi/elo/2016/08/24/>. Viitattu 7.12.2020.

Mieli ry.2020. <https://mieli.fi/fi/mit%C3%A4-mielt%C3%A4/ulkopuolelle-j%C3%A4%C3%A4minen-haavoittaa> Viitattu 7.12.2020.

Noppiari, E. & Uusitalo, N. 2011. Kavereita verkossa ja sen ulkopuolella Näkökulmia nuorten verkkoyhteisöllisyyteen. Teoksessa Seppo Kangaspunta (toim.) Yksilöllinen yhteisöllisyys. Avaimia yhteisöllisyyden muutoksen ymmärtämiseen. S. 140 – 166. [https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/103157/Kangaspunta\\_Yksilollinen\\_yhteisollisyys.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/103157/Kangaspunta_Yksilollinen_yhteisollisyys.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Viitattu 14.12.2020.

Nurmi, J-E, Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (2014). Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.

OKM 2020. <https://minedu.fi/suomen-malli> Viitattu 8.12.2020.

Saastamoinen, M. 2011. Intensiivistyvä yksilöllistyminen ja sosiaalisuuden muuttuvat muodot. Teoksessa Seppo Kangaspunta (toim.) Yksilöllinen yhteisöllisyys. Avaimia yhteisöllisyyden muutoksen ymmärtämiseen, 61–91.

[https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/103157/Kangaspunta\\_Yksilollinen\\_yhteisollisyys.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/103157/Kangaspunta_Yksilollinen_yhteisollisyys.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Viitattu 14.12.2020.