

Timo Soininen

LIIKUNTA MAAHANMUUTTAJIEN KOTOUTUMISEN EDISTÄJÄNÄ

Mikkelin Kaikki liikkumaan! -hanke

Opinnäytetyö
Kansalaistoiminta ja nuorisotyö


Marraskuu 2012




MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU

Mikkeli University of Applied Sciences

KUVAILULEHTI

 MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU Mikkeli University of Applied Sciences	Opinnäytetyön päivämäärä 19.11.2012				
Tekijä(t) Timo Soininen	Koulutusohjelma ja suuntautuminen Kansalaistoiminta ja nuorisotyö				
Nimeke Liikunta maahanmuuttajien kotoutumisen edistäjänä. Mikkelin Kaikki liikkumaan! -hanke					
Tiivistelmä <p>Maahanmuuttajien tilanne Suomessa on 2010-luvun merkittävimpiä kysymyksiä, sillä suurten ikäluokkien jäädessä eläkkeelle muun muassa maahanmuuttajien pitäisi pystyä korvaamaan eläkkeelle siirtyvät työntekijät. Jotta tämä onnistuisi, on maahanmuuttajat kotoutettava parhaalla mahdollisella tavalla. Kotoutuminen on monivaiheinen prosessi. On tutkittu, että liikunta, jossa maahanmuuttajat ja suomalaiset liikkuvat yhdessä, on kotoutumista tukeva elementti.</p> <p>Opinnäytetyöni tutkimuksen kohteena on Mikkelin Kaikki liikkumaan! (Everybody Move!) -hankkeen järjestämä liikuntatoiminta, johon osallistui maahanmuuttaja- ja suomalaisnuoria vuosina 2011-2012. Tutkimuksessani selvitän, millainen merkitys liikunnalla on maahanmuuttajien kotoutumiseen ja millaisia kokemuksia eri toimijoilla on Kaikki Liikkumaan! -hankkeen toiminnasta. Opinnäytetyöni on kvalitatiivinen tutkimus, jossa haastattelin kolmea hankkeen ohjaajaa, kolmea maahanmuuttajataustaista henkilöä ja kahta suomalaista, jotka osallistuvat hankkeen toimintaan.</p> <p>Tutkimuksen tuloksena oli, että liikunta on hyvä keino edistää kotoutumista, sillä liikunta yhdistää ihmisiä kotimaasta riippumatta. Hanketta pidettiin pääasiassa onnistuneena, sillä se tarjoaa palveluita, jossa maahanmuuttajien ja suomalaisten kohtaamiset ovat mahdollisia ja sitä kautta yhteiskuntaan mukaan pääseminen paranee. Maahanmuuttajien omien murheiden murehtiminen jää vähemmälle, kun he osallistuvat johonkin harrastukseen ja tämän myötä heidän arjen hallintansa paranee.</p>					
Asiasanat (avainsanat) Maahanmuuttaja, akkulturaatio, integraatio, liikunta, sosiaalinen kanssakäyminen.					
Sivumäärä 56+4	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">Kieli</td> <td style="width: 50%;">URN</td> </tr> <tr> <td>Suomi</td> <td></td> </tr> </table>	Kieli	URN	Suomi	
Kieli	URN				
Suomi					
Huomautus (huomautukset liitteistä)					
Ohjaavan opettajan nimi Lassi Pöyry	Opinnäytetyön toimeksiantaja Mikkelin Kaikki liikkumaan! -hanke				

DESCRIPTION

 <p>MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU Mikkeli University of Applied Sciences</p>		Date of the bachelor's thesis 19 November 2012	
Author(s) Timo Soininen		Degree programme and option Civic activities and youth work	
Name of the bachelor's thesis Exercise advancing integration of immigrants			
Abstract <p>One of the most remarkable subjects in the 2010s is the situation with immigrants in Finland. A huge number of people will retire in the next few years and among others immigrants should be able to replace them. To make sure this will succeed integration needs to be done in the best possible way. Integration is a process with many steps. Research has shown that exercise that immigrants and Finns do together supports the integration process.</p> <p>The focus of my thesis was the <i>Everybody Move!</i> project that was held for immigrants and Finns in Mikkeli in the years 2011-2012. The main goal was to find out what kind of meaning exercise has for integration of immigrants and what kind of overall experiences different parties had about the project. The research is qualitative by nature. I interviewed three project directors, three immigrants and two Finns who participated in the project activities.</p> <p>The research revealed that exercise is a good way to improve the integration of immigrants since exercise unites people regardless of their home country. The project was mainly regarded successful because it provides services where encounters with Finns and immigrants are possible and thus improves immigrants' integration into society. Immigrants won't have to worry that much and their life management improves.</p>			
Subject headings, (keywords) Immigrant acculturation, integration, exercise, social interaction.			
Pages 56+4	Language Finnish	URN	
Remarks, notes on appendices			
Tutor Lassi Pöyry		Bachelor's thesis assigned by Everybody Move! -project in Mikkeli	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	1
2	MAAHANMUUTTAJIEN KOTOUTUMISEN JA SOSIAALISEN VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN	3
2.1	Maahanmuuttajat suomalaisessa yhteiskunnassa	3
2.2	Maahanmuuttajien kotoutumisen teorioita meiltä ja muualta	7
2.3	Kulttuurien välinen sosiaalinen vuorovaikutus	12
2.4	Maahanmuuttajien sosiaalisen vuorovaikutuksen tukeminen	13
3	LIIKUNTA KOTOUTUSTYÖN VÄLINEENÄ	16
3.1	Nuorten liikunnan harrastamisen kulttuuri Suomessa	16
3.2	Liikunta kotoutumisen edistäjänä	17
3.3	Maahanmuuttajien kotoutumisen tukeminen liikunnan avulla käytännössä	20
3.3.1	Mikkelin Kaikki liikkumaan! –hanke	21
3.3.2	Muita vastaavia projekteja meiltä ja muualta	23
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	25
4.1	Tutkimusongelma	25
4.2	Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä	26
4.3	Osallistuva havainnointi	28
4.4	Aineistonkeruuprosessin eteneminen	29
4.5	Aineisto	30
4.6	Aineiston analyysi	31
5	TUTKIMUSTULOKSET	33
5.1	Kotoutuminen liikunnan avulla	33
5.1.1	Liikuntatoiminnan kautta syntyneet sosiaaliset suhteet	38
5.1.2	Arkirutiinien hallintaan oppiminen liikunnan kautta	41
5.2	Mielipide Mikkelin Kaikki liikkumaan! -hankkeesta	44
6	POHDINTA	47
	LÄHTEET	51
	LIITE/LIITTEET	
	1 Teemahaastattelurunko	
	2 Tutkimuksia liikunnan käytöstä kotoutumisen tukena	

1 JOHDANTO

Maahanmuuttajien määrä on ollut merkittävästi kasvussa valtakunnallisesti. Tilastokeskuksen vuoden 2007 ennustuksen mukaan vuonna 2025 jopa 10 % peruskoulun päättävistä nuorista on maahanmuuttajataustaisia (Myrskylä 2007). Maahanmuuttajien tilanne on 2010-luvun merkittävimpiä kysymyksiä, sillä suurten ikäluokkien jäädessä eläkkeelle muun muassa maahanmuuttajien pitäisi pystyä korvaamaan eläkkeelle siirtyvät työntekijät. Tietenkään maahanmuuttajien kotoutuminen ei ole hyväksi vain yhteiskunnalle, vaan heidän kotoutuminen olisi suotavaa myös yksilöiden, maahanmuuttajien kannalta. Varsinkin nuorien, alle 29-vuotiaiden maahanmuuttajien, kotoutuminen tulee nousemaan merkittäväksi. Näistä kyseisistä nuorista suuri osa on toisen sukupolven maahanmuuttajia, joilla on tutkimuksen mukaan suuri riski syrjäytyä. Yksi syy suureen syrjäytymisriskiin on se, että vanhempien ylläpitämä kulttuuri ja kodin ulkopuolella vallitseva kulttuuri ovat hyvin erilaisia. Näin ollen kahden kulttuurin väliinputoaminen on mahdollista. (Berry 1997, 9-10.) Kotoutuminen on monivaiheinen prosessi, johon vaikuttaa monien asioiden summa. Liikunnan on havaittu toimivan yhtenä kotoutumista tukevana elementtinä.

Ajatus opinnäytetyöni aiheesta ja työelämäkontaktista syntyi tutkimus- ja kehittämissosaamisen kurssilla Mikkelin ammattikorkeakoulussa, kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelmassa. Tehtävänäimme oli tutustua nuorisoalan projektiin ja haastatella sen ohjaajaa. Valitsimme kohteeksemme Kaikki liikkumaan! -hankkeen ja jo heti alkuvaiheessa minusta alkoi tuntua siltä, että haluaisin tehdä opinnäytteeni hankkeeseen liittyen. Ensikäsitykseni liikunnan käytöstä kotoutustyön välineenä oli hyvin vähäistä, sillä tiesin kotoutustyöstä vain sen verran, mitä kansainvälisyysosaamisen kurssilla oli kerrottu. Paljon joukkueurheilua harrastaneena minulla oli kuitenkin tunne, että liikunta voisi olla hyvä väline erilaisia ihmisiä yhdistävänä tekijänä.

Kaikki liikkumaan! (Everybody move!) -hanke on Mikkelin kaupungin liikunta- ja nuorisopalveluiden järjestämä hanke, jonka tarkoituksena on järjestää säännöllistä liikuntatoimintaa maahanmuuttaja- ja suomalaisnuorille. Hankkeen tavoitteena on tukea maahanmuuttajanuorten kotoutumista liikunnan avulla ja edistää heidän sijoittumistaan sosiaaliseen verkostoon lisäämällä vuorovaikutusta valtaväestön nuorten kanssa. (PoInt Mikkeli 2011.)

Liikunta on keskeinen osa suomalaista kulttuuriperintöä. Samalla liikunta on myös kansainvälinen ilmiö, sillä monia lajeja harrastetaan ympäri maailmaa. Liikunta perustuu suurelta osin non-verbaaliseen viestintään, mikä mahdollistaa eri kulttuureista tulevien ihmisten luontevan kohtaamisen juuri liikuntatilanteissa. Liikunta on yhteinen kieli, jonka harrastamiseksi maahanmuuttajan ei välttämättä tarvitse osata paikallista kieltä. (Laakso 2007, 22–23.)

Maahanmuuttajien kotoutuminen uuteen maahan on paljon kiinni yksilöstä, mutta esimerkiksi myös järjestöjen, nuorisotyön ja vapaaehtoistyön rooli kotouttamistyössä on merkittävä. Näiden kyseisten kotoutustoimijoiden järjestämä yhteinen harrastustoiminta lisää maahanmuuttajien kontakteja suomalaisiin nuoriin. Tällainen toiminta ja kontaktit ovat erityisen tärkeitä työn ja koulutuksen ulkopuolella oleville maahanmuuttajille. (Räty 2002, 140–141, 169–170.) Nuorten elämässä vapaa-aika on harrastamisen ja sosiaalisuuden elämänalue ja sen takia erityisen merkityksellistä. Vapaa-aikaharrastuksen ulkopuolella oleminen voi johtaa yksinäisyyteen ja sivullisuuden kokemuksiin. Nuorelle on oleellisen tärkeää olla siellä missä tapahtuu, sillä silloin hän pääsee osaksi eri ryhmiä. (Harinen, Honkasalo, Souto & Suurpää 2009, 11.) Informaaliset oppimisympäristöt, kuten harrastus- ja järjestötoiminta sekä muu vapaa-aikatoiminta pyrkivät muodostamaan mahdollisuuksia nuorten yhdessä olemiselle ja yhteistoiminnalle (Kautto 2009, 62).

Liikunnan käyttämistä kotoutumistyön välineenä on tutkittu vähän. Liikunta-teema esiintyy muutoinkin hyvin vähän julkisessa keskustelussa kotoutumistyön yhteydessä. Opinnäytetyössäni pyrin selvittämään ja vastaamaan ajankohtaisiin kysymyksiin:

1. Millainen merkitys liikunnalla on maahanmuuttajien kotoutumiseen?
2. Millaisia kokemuksia eri toimijoilla on Kaikki liikkumaan! -hankkeen toiminnasta?

Tutkimukseni aineisto on kerätty teemahaastatteluilla. Haastattelin kolmea hankkeessa mukana toiminutta maahanmuuttajataustaista henkilöä, kahta hankkeeseen osallistunutta suomalaista nuorta sekä kolmea hankkeen ohjaajaa. Lisäksi osallistuin itse hankkeen toimintaan käymällä liikuntavuoroilla ja järjestämällä koripalloturnauksen ja keilaustapahtuman. Näissä toiminnoissa toimin osallistuvana havainnoijana ja kirjasin ylös tapauksia, jotka auttoivat tutkimuskysymysten selvittämisessä.

2 MAAHANMUUTTAJIEN KOTOUTUMISEN JA SOSIAALISEN VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN

Opinnäytetyöni teoreettinen viitekehys rakentuu ensin laajemmista käsitteistä ja kohdentuu tarkempiin käsitteisiin. Esittelen ensin kappaleessa kaksi laajempaa taustaa sille, kenelle ja miksi kotoutustyötä järjestetään. Kappaleessa kolme esittelen liikunnan käyttöä kotoutustyön välineenä ja lopulta esittelen hankkeita, jotka tekevät konkreettisesti kotoutumistyötä liikunnan avulla.

Kohdassa 2.1 selvennetään keitä maahanmuuttajat ovat ja miten he ovat päätyneet Suomeen. Maahanmuuttajat tulisi saada osaksi suomalaista yhteiskuntaa, joten kohdassa 2.2 kerron, miten kotoutumista järjestetään Suomessa ja muualla.

Ihmisen kotoutumiseen vaikuttaa kielenoppiminen, työnsaanti / koulutus, sosiaalisten ja kulttuuristen tilanteiden hallinta, lakien ja normien oppiminen, olosuhteet ja persoona. (Kotoutuminen 2011.) Mielestäni sosiaalisen vuorovaikutuksen tukeminen on keskeisin osa-alue puhuttaessa kotoutustyöstä, jota tuetaan liikunnan avulla. Näin ollen kohdissa 2.3 ja 2.4 keskityn maahanmuuttajien sosiaalisen vuorovaikutuksen tukemiseen. Nämä edellä mainitut luvut luovat siis pohjan sille, miksi maahanmuuttajien kotoutumisen tukeminen on merkittävää ja näin ollen miksi tämä opinnäytetyö on tehty.

2.1 Maahanmuuttajat suomalaisessa yhteiskunnassa

Vuonna 2010 Suomessa oli 167 954 ulkomaalaista. (Tilastokeskus 2011a). Tähän joukkoon kuuluu niin maahanmuuttajat, siirtolaiset, paluumuuttajat pakolaiset kuin pidempään Suomessa asuvat henkilötkin, kuten esimerkiksi opiskelijat. Vastaavasti tähän lukuun eivät kuulu turistit ja maahanmuuttajataustaiset henkilöt, jotka ovat saaneet Suomen kansalaisuuden. Sana ulkomaalainen on siis yleiskäsite, joka kattaa monia eri alaryhmiä. Sana maahanmuuttaja tarkoittaa käytännössä samaa, kuin ulkomaalainen, mutta sillä erotuksella, että maahanmuuttajat ovat henkilöitä, jotka asuvat pysyvästi Suomessa. Näin ollen opiskelijoita ei lasketa maahanmuuttajiksi. (Räty 2002, 11–12.)

TAULUKKO 1. Ulkomaalaiset ryhmät (Räty 2002, 11–12.)

Ulkomaalainen	Usein yleiskäsite. Toisen maan kansalainen.
Maahanmuuttaja	Henkilö, joka on muuttanut maasta toiseen, eikä ole sen maan kansalainen, jossa asuu. Maahanmuuttajataustainen henkilö on muuttanut maasta toiseen ja saanut uuden maan kansalaisuuden.
Siirtolainen	Vapaaehtoisesti maasta toiseen siirtynyt henkilö, jolla on tarkoitus hankkia toimeentulo maasta (opiskelijat tai turistit eivät kuulu tähän ryhmään)
Paluumuuttaja	Asunut Suomen ulkopuolella ja palaa Suomeen. Myös suomalaiset sukujuuret omaava henkilö, joka tulee Suomeen, luokitellaan paluumuuttajaksi
Pakolainen	Kotimaan ulkopuolella oleva henkilö, jolla on syy pelätä tulevansa kotimaassaan vainotuksi
Kiintiöpakolainen	Tullut maahan maan YK:n sopimuksen mukaisen pakolaiskiintiön puitteissa. Tätä ennen henkilölle on myönnetty pakolaisstatus.
Turvapaikanhakija	Henkilö, joka pyytää suoja- ja oleskelulupaa vieraasta maasta.

Siirtolainen on henkilö, joka on siirtynyt vapaaehtoisesti maasta toiseen esimerkiksi töiden takia, paluumuuttajana, tai avioliiton johdosta. Suomeen töiden takia muuttaneista maahanmuuttajista suuri osa on tullut merkittäviin virkoihin. Kuitenkin Suomen kohtalaisen huono työtilanne, pohjoinen sijainti ja vaikea kieli ovat hillinneet suurempaa siirtolaisliikettä. Suomen suurten ikäluokkien jäädessä eläkkeelle voi työn takia maahan muuttavia tulla kuitenkin yhä enemmän. Paluumuuttaja on henkilö, jolla on

ollut aiemmin Suomen kansalaisuus tai henkilö, jolla on suomalaiset sukujuuret. Paluumuuttajia on tullut Suomeen pääasiassa 1980-luvulta lähtien, lähinnä Ruotsista, Venäjältä ja Yhdysvalloista. Yleisin syy paluumuuttoon on halu viettää eläkettä kotimaassa. Vuosittain 2000–3000 suomalaista menee naimisiin ulkomaalaisen kanssa. (Räty 2002, 11, 31–32.)

Suomeen tulleista maahanmuuttajista melko suuri osa (noin 1/5 osa) on pakolaisia. Pakolaisia voidaan tietyllä tapaa pitää siirtolaisen vastakohtana, sillä pakolaiset ovat joutuneet lähtemään omasta kotimaastaan esimerkiksi poliittisista syistä tai oman turvallisuutensa takia. Tämän jälkeen heidät on ohjattu Suomeen niin sanottuina kiintiöpakolaisina. Näin ollen merkittävänä erona Suomeen vapaaehtoisesti tulevilla maahanmuuttajilla ja pakolaisilla on se, että pakolaisilla ei useinkaan ole minkäänlaista kontaktia suomalaiseen yhteiskuntaan. (Räty 2002, 9, 11.) Hulkkonen (1997, 75.) onkin todennut tutkimuksessaan, että saksalaisten siirtolaisten kotoutuminen Suomeen sujui lähes moitteettomasti, vaikka pieniä kulttuurisia hankauksia olikin ilmennyt. Pakolaisilla kotoutuminen ei useinkaan ole näin yksinkertaista. Tilastokeskuksen mukaan pakolaisten määrä on noussut tasaisesti muutamalla tuhannella vuodessa. Vuonna 2011 pakolaisina Suomeen muuttaneita oli 39 311 henkilöä. Pakolaisiksi voi kutsua myös turvapaikanhakijoita, joista tulee varsinaisia pakolaisia, kun he saavat oleskeluluvan Suomeen. Tilastokeskuksen mukaan vuonna 2010 turvapaikanhakijoita oli Suomessa 4018 ja vuonna 2011 3088 henkilöä. (Tilastokeskus 2011b.)

EVA:n (2001, 7) julkaisun mukaan 1970-luvulla Vietnamista ja Chilestä tulleita pakolaisia voidaan pitää ensimmäisenä suomalaisille vieraana kulttuuria edustavana ryhmänä, jotka ovat tulleet pakolaisina Suomeen. Varsinaisesti maahanmuutosta alettiin puhua Suomessa vasta 1990-luvulla. Somalian ja Jugoslavian valtioiden hajoaminen, sekä Somalian sisällissota aiheuttivat suurten pakolaisryhmien rantautumisen Suomeen. Näiden lisäksi Afrikasta (esim. Kongosta ja Etiopiasta) ja Lähi-idästä on tullut kriisien seurauksena tasaisesti pakolaisia Suomeen. (Räty 2002, 34.) Suomen etnopolitiikassa aiemmin käytetty vaihtamisen ja sulauttamisen strategioilla ei enää saanut ulkomaalaisia näkymättömiksi ja äänettömiksi, koska maahanmuuttajia tuli niin paljon ja nopeasti erilaisista kulttuureista. Näin ollen oli tehtävä uusia linjauksia, sillä Suomesta oli tullut monia etnisiä vähemmistöjä omaava monikulttuurinen valtio. (Puuronen 2006, 42–43.) Etnisellä vähemmistöllä tarkoitetaan valtaväestöstä alkuperän, perimän, perinteiden, kielen tai uskonnon perusteella erottuvaa ryhmää. Monikulttuuri-

suudella vastaavasti tarkoitetaan tasa-arvoa yksilöiden ja kulttuurien välillä, erilaisuuksien hyväksymistä ja arvostamista sekä yhteisesti sovittuja sääntöjä ja rajoja. (Räty 2002, 14, 46.)

Pakolaiset sijoitetaan kuntiin, joissa kunnanvaltuusto on tehnyt päätöksen vastaanottaa tietyn määrän pakolaisia ja valtio korvaa kunnalle vastaanotosta aiheutuvia kustannuksia. Pakolaiset tulevat kuntalaisiksi, joten heillä on oikeus kunnan palveluihin. Tämän lisäksi kunnat järjestävät ensiasunnon, kotoutumistuen, kotouttamista tukevaa palvelua ja tarvittavat tulkkipalvelut. Kuitenkaan Suomen maahanmuuttajat eivät ole jakautuneet tasaisesti ympäri Suomea, sillä he ovat keskittyneet pääasiassa suurimpiin kaupunkeihin ja nimenomaan pääkaupunkiseudulle. Asuinalueiden välillä on myös suuria eroja, sillä joillakin alueilla väestöstä vain alle prosentti on ulkomaalaisia, toisilla alueilla ulkomaalaisten osuus saattaa nousta jopa yli kymmeneen prosenttiin. (Räty 2002, 37, 140–141.)

Ulkomaalainen voi hakea Suomen kansalaisuutta, jos henkilö on täyttänyt 18 vuotta, asunut Suomessa vakituisesti viisi vuotta tai ollut suomalaisen kanssa avioliitossa kaksi vuotta asuen Suomessa. Lisäksi hänen on täytynyt elää moitteettomasti, hänen toimeentulo tulee olla turvattu, ja hänen on osattava suomen tai ruotsin kieltä. (Kansalaisuuslaki 16.5.2003/359.) Suomi on mukana monissa maahanmuuttajia koskevissa sopimuksissa, kuten YK:n pakolaissopimus (laillisesti asuvia pakolaisia ei karkoteta ja turvapaikanhakijaa ei palauteta vaaralliselle alueelle), EU:n työvoiman vapaa liikkuvuus (Euroopan maan kansalainen ja hänen perheensä voi EU:n alueella muuttaa toiseen maahan tekemään työtä. Lisäksi työtön työnhakija voi asua kolme kuukautta maassa etsimässä työtä) sekä Pohjoismaiden vapaa liikkuvuus (Pohjoismaiden kansalainen voi vapaasti muuttaa pohjoismaasta toiseen). (Räty 2002, 12.)

Vuosina 1987–2005 kaikista Suomeen muuttaneista maahanmuuttajista 0-14-vuotiaita on ollut 22 prosenttia, 15–44-vuotiaita 68 prosenttia ja yli 45-vuotiaita 9 prosenttia. Näin ollen Suomeen tullessaan maahanmuuttajista noin neljännes on ollut lapsia tai nuoria ja suurin osa työikäisiä. Ryhmät, joissa on paljon lapsia tai nuoria, ovat usein pakolaisia tai turvapaikanhakijoita (Martikainen & Haikkola 2010, 23.) Toiseen maahanmuuttajasukupolveen kuului 41 937 henkilöä vuonna 2007, joista 0-14-vuotiaita oli 64 prosenttia, 15–24-vuotiaita 25 prosenttia, 25–44-vuotiaita 10 prosenttia ja tätä vanhempia yksi prosentti. (Martikainen & Haikkola 2010, 29.)

Nuorina Suomeen maahanmuuttaneet ja maahanmuuttajien Suomessa syntyneet lapset ovat suurennuslasin alla 2010-luvulla. Tilastokeskuksen (2007) tilastojen perusteella vuoteen 2025 mennessä noin 30 000 nuorena Suomeen muuttanutta ja 80 000 maahanmuuttajan Suomessa syntynyttä lasta päättää peruskoulun. Eli noin 10 prosenttia peruskoulun päättävistä nuorista on maahanmuuttajataustaisia. (Myrskylä 2007; Katso myös Martikainen & Haikkola 2010, 35.) Pääkaupunkiseudulla päivähoidossa muun kuin suomen tai ruotsinkielisiä ennustetaan olevan 17 prosenttia lapsista ja peruskoululaisista 19 prosenttia vuonna 2025 (Pääkaupunkiseudun väestö- ja palvelutarveselvitys 2015 ja 2025). Näin ollen maahanmuuttajien toinen sukupolvi on jo merkittävä väestöryhmä eri puolilla maata, erityisesti pääkaupunkiseudulla (Martikainen & Haikkola 2010, 7).

2.2 Maahanmuuttajien kotoutumisen teorioita meiltä ja muualta

Maahanmuuttajat tuovat Suomeen eri kulttuurien tuntemusta, kielitaitoa ja kontakteja. Jotta yhteiskunta ja maahanmuuttajat itse voisivat hyödyntää näitä etuja, tarvitsee maahanmuuttajien kanssa tehdä määrätietoista työtä. Tätä työtä kutsutaan kotouttamiseksi, jonka tavoitteena on, että maahanmuuttajat kotoutuvat uuteen maahan. Kotouttamisen vanha vastine oli sopeutuminen ja englanninkielinen vastine on integraatio. (Räty 2002, 7-8.)

Maahanmuuttajien kotoutumista käsiteltäessä kohtaa usein sanat akkulturaatio, integraatio, assimilaatio ja niin edelleen. John Berryn (1997) neliökenttämalli (seuraava sivu) on mielestäni selkeä ja havainnollistava selittämään näitä käsitteitä. Berryn neliökenttäteoriassa erilaisten ryhmien kohdatessa ja kanssakäymisen seurauksena ryhmissä tapahtuu muutoksia, mutta enemmän vaikutteita siirtyy vahvasta heikompaan, tässä tapauksessa valtaväestöstä maahanmuuttajille. Eli muutoksia tapahtuu, kun yksilö on kontaktissa omasta poikkeavaan kulttuuriseen ympäristöön. Tätä tapahtumaa kutsutaan akkulturaatioksi. Akkulturaation Berry on jakanut akkulturaatioasenteen mukaan integraatioon, assimilaatioon, marginalisaatioon ja separaatioon.

TAULUKKO 2. Berryn neliökenttämalli (Berry 1997, 9-10.)

	Tärkeää säilyttää oma identiteetti ja kulttuuri		
	Kyllä		Ei
Tärkeää ylläpitää eri etnisten ryhmien välisiä suhteita	Kyllä	Integraatio/ sopeutuminen/ kotouttaminen	Assimilaatio/ sulautuminen
	Ei	Segregaatio/ eristäytyminen	Marginalisaatio/ syrjäytyminen

Berryn mukaan integraatio tarkoittaa sitä, että yksilö kokee kuuluvansa etniseen vähemmistöryhmään ja arvostaa kuulumista siihen, mutta toimii myös muihin etnisiin ryhmiin (esimerkiksi valtaväestö) kuuluvien kanssa. Segregaatio tarkoittaa eristäytymistä, eli etnisen ryhmän jäsenet pysyvät omana ryhmänään välttämättä kontakteja muihin ryhmiin. Segregaatio taas tarkoittaa sitä, että yhteiskunta ajaa etnistä ryhmää toimimaan vain omiensa parissa. Berry on mallissaan määritellyt assimilaation, eli sulautumisen niin, että henkilö tai ryhmä luopuu vähemmistöidentiteetistään kuuluakseen enemmistöön eli kantaväestöön. Marginalisaatio eli syrjäytyminen tarkoittaa puolestaan sitä, että yksilö ei samaistu muihin ryhmiin ja on eriytynyt kulttuurisesta taustastaan. Akkulturaatiomallissa Berry pitää yksilön kannalta parhaana vaihtoehtona integraatiota, sillä se aiheuttaa vähiten akkulturaatiostressiä. Puolestaan vahingollisimpana Berry pitää syrjäytymistä. Syrjäytymisuhka on suurin toisen sukupolven maahanmuuttaja nuorilla, sillä he eivät välttämättä halua omaksua vanhempiensa arvomaailmaa, mutta heillä ei ole myöskään resursseja (esimerkiksi kielitaitoa tai motivaatiota) omaksua valtaväestön käytäntöjä. (Berry 1997, 9-10; katso myös Forsander, Ekholm & Hautaniemi 2001, 37–38.)

Jasinskaja-Lahti ja Liebkind (2006, 116–117) toteavat, että maahanmuuttajanuorille syntyi stressioireita, mikäli nuori ei kunnioittanut vanhempien auktoriteettia ja perinteitä ja näin ollen ei saanut heiltä tukea. Vastaavasti itsetunto parani, jos nuori sai van-

hemmilta tukea. Perhearvojen noudattaminen ei parantanut itsetuntoa, mutta vähensi stressioireita. Tämäkin huomio omalta osaltaan kuvastaa sitä, että toisen sukupolven maahanmuuttajien voi olla hankala omaksua valtaväestön kulttuuria, vaikka kotona vallitseva kulttuuri tuntuisikin hyvin vieraalta ja poikkeavalta.

Akkulturaatioprosessi edellyttää, että maahanmuuttajien ja valtaväestön edustajien välillä on jatkuva kontakti. Myös pidempään maassa olleet maahanmuuttajat ovat hyvä tuki ja turva. Ympäristön tuki vaikuttaa oleellisesti maahanmuuttajien kotoutumiseen. Suomeen muuttaneiden aikuisten kontaktit ovat yleisimmin työn kautta, kun taas lasten ja nuorten kontaktit tapahtuvat yleensä koulussa, harrastuksissa ja varhaiskasvatuksessa. Altistuminen uusille vaikutteille ja kulttuuriin voi muuttaa aiempia käyttäytymisnormeja ja arvostuksia. (Alitolppa-Niitamo 2010, 54.)

Kotoutumista eli integraatiota tulkitaan ulkopoliittisesti hyvin eri tavoin. Anglosaksisessa siirtopolitiikassa (esimerkiksi Iso-Britanniassa) käytetään Community-mallia, jonka ihanteellisena tavoitteena pidetään sitä, että yhteiskunta olisi monikulttuurinen. Ideologiana on, että eri ryhmät rikastuttavat toisiaan ja elävät sovussa keskenään. Mallissa pyritään korostamaan etnisyyttä ja perinnöllisiä tekijöitä. Esimerkiksi jos maahanmuuttajilla on ongelmia, niin sen katsotaan johtuvan siitä, että he eivät saa riittävästi toteuttaa omaa kulttuuriaan. (Ylänkö 1997, 22, 33–34.)

Anglosaksisen siirtopolitiikan vastakohtana voidaan pitää assimilaatiomallia (esimerkiksi Ranskassa), jossa väheksytään etnisyyden merkitystä, koska etnisyys perustuu vain uskomuksiin. Assimilaatiopolitiikassa maahanmuuttajien halutaan sulautuvan mahdollisimman pian uuteen yhteiskuntaan, eikä heidän kulttuuria tai kieltä haluta tukea tai tuoda esiin. Kansalaisuus nähdään eriarvoisena asiana, johon vaikuttaa aivan muut määreet kuin etnisyys. Mallin perustana toimii Émile Durkheim, joka kiisti etnisyyden merkityksen modernin yhteiskunnan pohjimmaisena määrittäjänä. Käytännössä malli toimii niin, että etnisyydelle ei anneta tukea ja enemmistön paineessa maahanmuuttajat sulautuvat muuhun väestöön. Ranskassa korostetaan tasa-arvon piirteitä siten, että maahanmuuttajille pyritään saamaan tasa-arvo, mutta uskonnollista ja kulttuurista erilaisuutta ei haluta tunnustaa. Pitkällä aikavälillä assimilaatiopolitiikka toimii konkreettisesti niin, että seka-avioliiton kautta syntynyt lapsi on Ranskan kansalainen ja näin ollen sisällä yhteiskunnassa. (Ylänkö 1997, 22–36.; Katso myös Ekholm 2001, 166.)

Vierastyöpoliittisessa strategiassa oletetaan että maahanmuuttajat eivät jää maahan, vaan he tulevat uuteen maahan hetkellisesti työntekijöiksi. Tämän oletuksen vuoksi maahanmuuttajille myönnetään vain harvoin kansalaisuutta. Pahimmillaan tämä voi johtaa siihen, että henkilöllä ei ole kansalaisuutta, vaikka hän olisikin asunut maassa vuosikymmeniä. Tämä strategia on käytössä esimerkiksi Saksassa. Strategia on saanut voimakasta kritiikkiä, sillä Saksassa asuvista ihmisistä lähes kymmenen prosenttia on siirtolaisia, jotka ovat asuneet maassa yli 15 vuotta saamatta kansalaisuutta. Kritiikin seurauksena Saksan kansalaisuuslakeja ollaan muuttamassa. (Ekholm 2001, 166.)

Skandinaavinen multikulturalismi on anglosaksisen- ja assimilaatiopolitiikan välimuoto, sillä maahanmuuttajalla on oikeus valita, haluaako hän ylläpitää omaa etnistä kulttuuriaan vai samaistua kantaväestöön (mieluummin molempia). Ruotsissa kielen opettaminen on hyvä esimerkki anglosaksisen ja assimilaatiomallin välimuodosta, sillä Ruotsissa maahanmuuttajien äidinkielen opettaminen on viety todella pitkälle (oma kulttuuri), mutta maahanmuuttajalasten tulee oppia myös ruotsin kieli (assimilaatio perinne). (Ylänkö 1997, 37–38.)

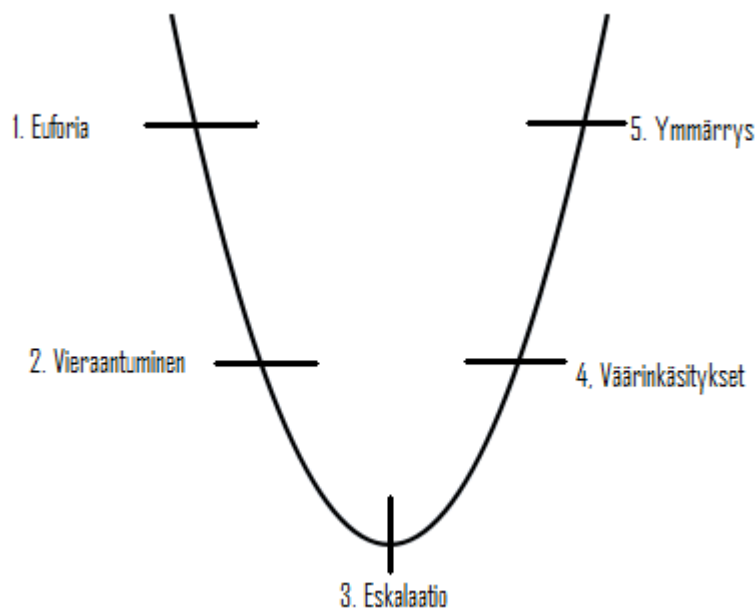
Suomi kuuluu luonnollisesti skandinaavisen multikulturalismin piiriin ja tämän takia määrittelen integraatio käsitteen seuraavasti: Tavoitteena kotouttamisella on, että maahanmuuttaja säilyttäisi (ainakin osan) omaa kulttuuriaan ja pystyisi toimimaan yhteiskunnan täysivaltaisena jäsenenä löytäen oman paikkansa yhteiskunnasta, työmarkkinoilta ja lähiyhteisöstä. (Räty 7-8, 126.)

Niemelän (2002) tekemän pro gradun ja Niemelän & Harisen (2005) väitöskirjan aiheisto käsitteli suomalaisten ja somalialaisten tyttöjen sosiaalisia suhteita ja sopeutumista. Tutkimuksessa kävi ilmi, että somalialaistytöillä on paitsi kulttuurinedustajan rooli, niin myös kulttuurineuvottelijan rooli. Tällä tarkoitetaan sitä, että somalialaistytöt neuvottelevat keskenään mistä heidän perinteistä voidaan luopua ja mitkä voidaan liittää yhteen suomalaisen kulttuurin kanssa. Näin he paitsi integroituvat, niin myös säilyttävät omaa kulttuuriaan ja luovat sitä kautta uutta somalialaissuomalaista (nuori-so) kulttuuria (Niemelä 2006, 178–179.)

Kotoutumiseen liittyy lisäksi opittava uusi kieli, arkiasioista selviäminen sekä erilaiset säännöt. Tämän takia maahanmuuttaja ei sopeudukaan tavallisesti heti suomalai-

seksi, vaan yleensä oma vähemmistöryhmä on ensimmäinen kiinnittymiskohde ja sosiaalisen verkoston muodostaja. Omaan vähemmistöryhmään on helpompi kiinnittyä, koska heillä on samoja kokemuksia, kulttuuri ja kieli. Näin oli myös tutkimuksen somaliaalaistyöillä. (Räty 2002, 8, 112–113.)

Wolf Wagner esittää kotoutumisen uuteen maahan paraabelin muodossa. Wagnerin kulttuurishokki-mallissa on viisi vaihetta, joita paraabelissa olevat viivat kuvastavat (kuvio 1.). Wagner nimeää ensimmäisen vaiheen Euforiaksi, joka sijoittuu kuviossa paraabelin vasempaan ylälaitaan. Euforia-vaiheessa ihminen on uuteen maahan tullessaan innokkaana yleisönä, eikä kyseenalaista omaa kulttuuriaan. Toinen vaihe on nimetty Vieraantumisen vaiheeksi, missä maahanmuuttajalle tulee ensimmäiset kontaktivaikeudet ja syyllisyydentunnot. Tämä vaihe sijoittuu paraabelissa laskevan vaiheen keskelle.



KUVA 1. Wagnerin kulttuurishokki-malli

Kolmatta vaihetta Wagner nimittää Eskalaatio-vaiheeksi, jossa ominaista on vieraan kulttuurin syyttely sekä vihaaminen ja vastaavasti oman kulttuurin ihannointi. Tämä vaihe sijoittuu paraabelin lakipisteeseen. Neljäs vaihe on nimetty Väärinkäsitysten vaiheeksi, missä maahanmuuttaja tulee tietoiseksi siitä, että konfliktit ovat kulttuurisista eroista johtuvia väärinkäsityksiä. Tämä vaihe sijoittuu kuviossa nousevan paraabelin keskelle. Viides ja viimeinen vaihe Wagnerin mallissa on Ymmärryksen vaihe.

Tälle vaiheelle ominaista on, että maahanmuuttaja ymmärtää, sallii, oppii ja arvostaa kulttuuristen pelisääntöjen erilaisuutta. (Wagner 2005, 26.)

Vaikka kotoutuminen on paljon kiinni yksilöstä, niin esimerkiksi myös järjestöjen, nuorisotyön ja vapaaehtoistyön rooli kotouttamistyössä on merkittävä. Maahanmuuttajanuoria kiusataan usein koulussa ja kavereiden saanti voi olla hankalaa. Esimerkiksi näiden kyseisten kotoutustoimijoiden järjestämä yhteinen harrastaminen lisää maahanmuuttajien yhteyksiä valtaväestöön ja näin ollen he saavat kontakteja suomalaisiin nuoriin. Tällainen toiminta on tärkeää myös työn ja koulutuksen ulkopuolella oleville maahanmuuttajille. (Räty 2002, 140–141, 169–170.)

2.3 Kulttuurien välinen sosiaalinen vuorovaikutus

Sosiaalinen vuorovaikutus on henkilön käyttäytymistä, kun hän haluaa olla vuorovaikutuksessa muiden henkilöiden kanssa. Näin ollen se toimii yhdistävänä siteenä eri ihmisten välillä. Vuorovaikutuksemme toisten ihmisen kanssa saa aikaan toisessa ihmisessä (toisissa ihmisissä) reaktion sen mukaan, millaisen merkityksen käyttäytymiselle annetaan. (Alitolppa-Niitamo 1993, 138.)

Vuorovaikutuksen ymmärtäminen vaatii muutakin kuin yhteisen kielen, sillä aina viestiämme ei tulkita niin kuin olemme tarkoittaneet ja toisaalta mekin voimme tulkita toisten viestit väärin. Vastanoitamme helpommin sen viestin, jonka oletamme kuulevamme ja näkevämmme. Viestin merkityksen tulkinta on aina suhteessa vastaanottajan kokemuksiin ja tämän takia esimerkiksi kulttuuri ja yksilölliset kokemukset vaikuttavat siihen, millaisia merkityksiä toisten käyttäytymiselle annamme. Tämä on hyvä pitää mielessä kaikessa kommunikoinnissa, mutta erityisesti silloin, kun kyse on kulttuurien välisestä kommunikaatiosta. (Räty 2002, 66.)

Kulttuurien välisestä kommunikoinnista puhuttaessa on hyvä määritellä sana kulttuuri niin kuin se tässä opinnäytetyössä ymmärretään. Kulttuurilla tarkoitetaan yhteisössä omaksuttua elämäntapaa sekä maailman hahmottamisen tapaa, joka opitaan viestinnän välityksellä. Kulttuuri on ihmisen tapa elää, toimia ja uskoa. Kulttuuri on tulkintakehys, jonka kautta ihminen tarkastelee maailmaa. Näin ollen kulttuuri vaikuttaa siihen miten havainnoimme, näemme ja tulkitsemme. (Salo-Lee 1996, 6-7; katso myös Forsander, Ekholm & Hautaniemi 2001, 12–13.)

Kulttuurien välisellä kommunikaatiolla tarkoitetaan vuorovaikutusta, jossa toisesta kulttuurista oleva henkilö tuottaa viestin ja se prosessoidaan toisen kulttuurin piiriin kuuluvassa kontekstissa (Alitolppa-Niitamo 1993, 138–139). Kulttuurin merkityksestä vuorovaikutustilanteissa on olemassa toisistaan poikkeavia teorioita. Maksimalistisen lähestymistavan mukaan henkilön kulttuuristausta vaikuttaa eniten vuorovaikutuksen muodostumiseen, kun taas minimalistisen teorian mukaan yksilöllä on suurin merkitys vuorovaikutuksen muodostumiseen. (Salo-Lee 1996, 10.)

Kommunikatiivinen käyttäytyminen on sekä verbaalista että non-verbaalista. Samalla kun olemme oppineet sanojen merkityksen, olemme oppineet myös äänenpainojen, ilmeiden, eleiden, katseen, asentojen, puheen, rytmin, tauottelun, käsimerkkien, kosketuksen ja ylipäättään koko kommunikaatiokontekstin tulkitsemisen kulttuurillemme ja ympäristöllemme ominaisella tavalla. Koska non-verbaalisten viestien voima on suuri, voi väärä non-verbaalinen viesti väärässä paikassa muuttaa tai vääristää viestin merkityksen. Tämä voi johtaa ristiriitoihin tai kommunikaation katkeamiseen, mikäli emme ymmärrä kulttuurien välisiä kommunikaatioeroja. Nämäkin tulkinnat ovat siis kulttuurisidonnaisia. (Alitolppa-Niitamo 1993, 138–144; katso myös Rätty 2002, 66.)

2.4 Maahanmuuttajien sosiaalisen vuorovaikutuksen tukeminen

Maahanmuuttajien kasvanut määrä, median luoma kuva ja yleinen työttömyys voivat luoda maahanmuuttokriittisiä asenteita. Aiemmin nämä aiheuttivatkin suuria asenteiden muutoksia suuressa osassa väestöä, myös aiemmin myönteisesti suhtautuneissa ryhmissä. On kuitenkin osoitettu, että mitä enemmän jollakin alueella asuu maahanmuuttajia ja mitä enemmän heidän kanssaan on tekemisissä, sitä vähemmän ihmisillä on ennakkoluuloja heitä kohtaan. Esimerkiksi asenteet pääkaupunkiseudulla ovat pääasiassa myönteisiä ja voidaankin todeta, että henkilökohtaiset kontaktit (esimerkiksi työkaverit ja naapurit) ovat yhteydessä myönteisiin asenteisiin. (Liebkind 1996, 146; katso myös Salo-Lee 1996, 14.)

Lähes jokainen maahanmuuttaja kokee menetyksiä sosiaalisissa suhteissa maasta toiseen muutettaessa, tulotasosta riippumatta. Vaikka kotimaahan pystytään pitämään yhteyttä virtuaalisesti, niin jokapäiväinen kontakti puuttuu useimmilta maahanmuuttajilta. Useilla perheillä ei ole suvun tai ystävien tarjoamaa tukiverkostoa (sosiaalista ja

emotionaalista), ainakaan sopeutumisen alkuvaiheessa (Alitolppa-Niitamo 2010, 58.) Siksi maahanmuuttajien kannalta henkilökohtaiset kontaktit ovat erittäin tärkeitä, sillä näin he saavat sosiaalista verkostoa kantaväestöstä ja sitä kautta poistettua ennakkoluuloja. Tehokkain tapa vähentää ennakkoluuloja ja edistää suvaitsevaisuutta ovat kohtaamiset, missä erilaiset ihmiset ovat kontaktissa keskenään. Sosiaalisten suhteiden ylläpitämisen edellytyksenä on onnistunut, toistuva kontakti muiden ihmisten kanssa. (Liebkind, Haaramo & Jasinskaja-Lahti 2000, 57–58.)

Niemelän tutkimuksissa (2006, 168, 178–179) suomalaisten ja somalialaisten tyttöjen välisistä suhteista kävi ilmi, että aluksi osalla suomalaisista ja somalialaisista tytöistä oli ennakkoluuloja toisiaan kohtaan. Heidän välilleen tulikin kulttuurikonflikteja muun muassa aikuistumiseen siirtymisen eroista johtuen (esimerkiksi suomalaisilla nuorilla seurustelu ja päihdekokeilut ja somalialaisilla kotiaskareiden opettelu). Tämän takia somalialaistyöt (niin kuin yleensä muutkin maahanmuuttajat) hakevat tukea ja neuvoja omasta etnisestä ryhmästään. Myös Hautaniemen (2001, 23) mukaan etnisiä ryhmän jäseniä yhdistää tunne siitä, että he ovat erillinen ja itsenäinen ryhmä, jolla on yhteinen sukupuoli ja menneisyys. Kuitenkin kahta kulttuuria edustavien henkilöiden välisessä ystävyydessä on paljon samoja piirteitä, kuin saman kulttuurin edustajien välillä. Kulttuuriin ja uskontoon liittyvät erot eivät lopulta haitanneet suomalaisten ja somalialaistyttöjen ystävystymisessä, vaan he löysivät yhteisiä kiinnostuksen aiheita ja pääsivät kulttuurikonfliktien yli kommunikoinnin kautta. (Niemelä 2006, 168, 178–179.)

Myös Cuongin vietnamilaisia koskevassa tutkimuksessa todettiin, että erilaisuus herättää ennakkoluuloja, vaikka sen tulisikin olla rikkaus. Tutkimuksessa ilmeni, että mitä vähemmän Suomessa asuvat vietnamilaiset tuntevat suomalaista kulttuuria, sitä vaikeampaa heidän on sopeutua uuteen ympäristöön. Mikäli vietnamilaiset eivät tutustu suomalaisiin, he eivät voi tietää miten suomalaiset elävät. Suomalaisten tavat vaikuttavat oudoilta ulkopuolisista ja tästä syystä he viettävät mieluummin aikaa keskenään, mikä eristää heitä liittymästä suomalaiseen yhteiskuntaan. Näin ollen heidän on jopa pakko yrittää päästä kontaktiin suomalaisten kanssa. (Cuong 2001, 132–133.)

Niin kuin edellä mainituissa esimerkeissä tuli ilmi, maahanmuuttajanuoret ja yleensäkin nuoret etsivät siteitä yhteiskunnasta ja ikätovereista hakien yhteenkuuluvuudentunnetta. Usein maahanmuuttajanuoret hakeutuvat aluksi toisten maahanmuuttajien

seuraan, koska heillä on yhteisiä kokemuksia. Kuitenkin monet maahanmuuttajat viihtyvät myös suomalaisten kanssa, kunhan pääsevät heidän kanssaan vuorovaikutukseen. Maahanmuuttajalapsen ja -nuoren kohtaavat niitä suomalaisia nuoria, jotka viettävät aikaansa kodin ulkopuolella, esimerkiksi nuorisotaloilla tai kaduilla. Siellä yhdistävinä tekijöinä ovat vaatteet, musiikki ja yleinen ilmapiiri, jolloin oma tausta tai kielierot eivät vaikuta niin suuresti, vaan heistä tulee (ainakin hetkeksi) yhtenäinen ryhmä. Koulussa tai kotona kulttuurierot voivat tulla merkittävämmiin esillä. (Räty 2002, 169–170.)

Monikulttuurisessa ympäristössä voidaan yhdistellä erilaisia katsomustapoja, mikä vaatii kykyä havaita erilaisia kulttuureihin liittyviä ominaisuuksia ja kykyä joustaa omista käsityksistä. Kulttuurienvälisen viestinnän oppimisessa on kyse esteiden poistamisesta, sillä omat arvot ja normit ovat uhattuina vieraiden kulttuurien kohdatessa. Kulttuurienvälisen viestintätaitojen kehittäminen vaatii ihmisten kohtaamista ja kommunikointia heidän kanssaan, sekä tietoisuutta omasta ja mielellään myös toisesta kulttuurista. Lisäksi tämä vaatii viestijältä myös stressinsietokykyä ja empaattisuutta. (Halinoja 1996, 116, 119.)

Mikäli Suomesta tulisi kansainvälisempi ja monikulttuurisempi maa, maahanmuuttajien olisi helpompaa muuttaa tänne ja toisaalta suomalaisen työntekijän olisi helpompaa lähteä maailmalle kansainväliseen vuorovaikutukseen totuttuaan ja sitä ymmärtäen. Näin ollen sekä Suomen talouselämä, Suomeen tulevat maahanmuuttajat kuin suomalaisetkin hyötyisivät kansainvälistymisestä. (Räty 2002, 40, 124.)

3 LIIKUNTA KOTOUTUSTYÖN VÄLINEENÄ

Tämän kappaleen tarkoituksena on tuoda esille, miten ja miksi liikuntaa käytetään kotoutustyön välineenä. Kohdassa 3.1 selvennän liikunnan merkitystä suomalaisille nuorille ja millainen liikuntakulttuuri Suomessa vallitsee. Kohdassa 3.2 esittelen liikunnan mahdollisuuksia kotoutustyön tukijana. Kohdassa 3.3 esittelen liikunnan suvaitsevaisuushankkeita, jotka toimivat käytännön tasolla.

3.1 Nuorten liikunnan harrastamisen kulttuuri Suomessa

Laakson (2007, 17) mukaan liikunta yhdistetään yleensä urheiluun ja ne molemmat ymmärretään usein tarkoituksellisena fyysisenä lihastoimintana. Liikuntaan liittyy myös lähes aina vapaaehtoisuus ja toimintaan liittyviä elämyksiä. Liikuntaa ja urheilua harrastetaan suomalaisessa yhteiskunnassa monilla tasoilla ja piireissä. Urheilu kuuluu monen nuoren arkeen, sillä 92 % suomalaisista lapsista ja nuorista osallistuu liikuntatoimintaan. Lapsista ja nuorista 43 % harrastaa liikuntaa urheiluseurassa ja kansallisen liikuntatutkimuksen mukaan 258 000 lasta ja nuorta haluaisi osallistua seurojen toimintaan. Sen sijaan omaehtoinen, yksin tai kavereiden kanssa harrastettava liikunta on vähentynyt (Kansallinen liikuntatutkimus 2012). Vähintään kolme kertaa viikossa liikuntaa harrastavien määrä on korkeimmillaan nuoruudessa ja laskee varhaisaikuisuudessa (Vuolle 2000, 28).

Kun nuori aloittaa liikuntaharrastuksen, hänellä on siihen jokin syy, joka vetää häntä lajin puoleen. Liikuntataitojen oppiminen, liikunnallinen yhdessäolo, sosiaaliset ja esteettiset kokemukset, kuuluminen ryhmään, onnistumisen kokemukset ja yleinen viihtyminen liikunnan parissa ovat hyviä motivaation lähteitä ja ne luovat pohjaa elämän mittaiselle harrastuneisuudelle. (Laakso 2007, 21–22.) Tätä toimintaa tukemalla tuetaan samalla kasvua ja kehitystä sekä edistetään terveyttä ja hyvinvointia. Liikunta tarjoaa myös mahdollisuuden pohtia luonnollisissa tilanteissa itsekkyyden, oikean ja väärän sekä oikeudenmukaisuuden suhteita, mikäli tilanteet osataan käyttää hyödyksi. Tämä edellyttää kuitenkin sitä, että esimerkiksi liiallista kilpailua tulisi näissä tilanteissa välttää. (Suomen liikunta ja urheilu 2011.) Liikunnalla on myös yhteiskunnallista arvoa, kuten fyysisen toimintakyvyn (kunto) ja hyvinvoinnista (terveys) huolehti-

minen. Liian vähäisen liikunnan on arvioitu aiheuttavan monien satojen miljoonien terveystaloudellisia kustannuksia vuosittain. (Kim 2009, 161, 169.)

Nuorten elämässä vapaa-aika on harrastamisen ja sosiaalisuuden elämänalue ja sen takia erityisen merkityksellistä. Yhteiskunnan sportisoituminen liittyy yleiseen vapaa-aikakäsitykseen: Suomessa liikunta yhdistyy usein vapaa-aikaan ja vapaa-aika on usein myös aikaa itselle. (Suomen liikunta ja urheilu 2011; katso myös Kim 2009, 161, 169.)

Vapaa-aikaharrastuksen ulkopuolelle joutuminen voi johtaa yksinäisyyden ja sivullisen kokemuksiin. Nuorelle on merkittävään tärkeää olla siellä, missä tapahtuu, sillä silloin hän pääsee osaksi ryhmiä, verkostoja ja tarinoita. Nämä paikat, missä nuoret toimivat, voivat olla yhtä hyvin kaduilla, julkisissa tiloissa kuin organisoiduissa ympäristöissäkin. (Harinen, Honkasalo, Souto & Suurpää 2009, 11.) Informaalit oppimisympäristöt, kuten harrastus- ja järjestötoiminta sekä muu vapaa-aikatoiminta pyrkivät kokoamaan tilaa nuorten yhdessä olemiselle ja yhteistoiminnalle (Kautto 2009, 62).

Esitin edellä katsauksen suomalaiseen liikuntakulttuuriin, jota pidetään tärkeänä osana suomalaista elämäntapaa. Vastamäen (2004, 49) mukaan järjestetyllä liikunnalla on hyvä mahdollisuus tutustuttaa maahanmuuttajat suomalaiseen liikuntakulttuuriin ja tätä kautta heidän on helpompi ymmärtää suomalaista kulttuuria ylipäättään. Seuraavassa kappaleessa esittelen liikuntaa välineenä, jonka avulla on mahdollista edistää maahanmuuttajien kotoutumista.

3.2 Liikunta kotoutumisen edistäjänä

Liikunta on hyvin merkityksellinen osa kansallista kulttuuriperintöä, mikä näkyy etenkin harrastettavissa liikuntamuodoissa. Suomalaisen liikuntakulttuurin merkittävimpiä määrittelijöitä ovat vuodenajat ja niiden vaihtelut. Ne tarjoavat mahdollisuuden harrastaa liikuntaa erilaisissa ilmasto- ja luonnonolosuhteissa. Samalla liikunta on mitä suurimmissa määrin kansainvälinen ilmiö, sillä monia liikuntalajeja harrastetaan lähes joka puolella maailmaa samoilla säännöillä. Joitakin eroja on olemassa eri kulttuureissa, mutta ne tarjoavat vain mielenkiintoisen vivahteen kansainväliselle toiminnalle. Liikunta perustuu suurelta osin non-verbaaliseen viestintään, mikä antaa paljon

mahdollisuuksia liikuntatilanteisiin, jossa eri kulttuureista tulevat henkilöt kohtaavat toisensa. Tällä on suurta merkitystä esimerkiksi silloin, kun ihminen muuttaa maasta toiseen. (Laakso 2007, 22–23.)

Myös Taavitsainen & Virolainen (2006, 64–69) huomasivat tutkimuksessaan liikunnan käyttökelpoisuuden maahanmuuttajiin liittyen. Maahanmuuttajat pitivät koulun liikuntatunteja mukavina ja monipuolisina, sillä he pysyivät opetuksessa paremmin mukana liikunnan non-verbaalisen luonteen vuoksi.

Liikunnan suvaitsevaisuustyö alkoi Suomessa vuonna 1996 valtioneuvoston periaatepäätöksestä. Päätöksen taustalla oli tarve erilaisille toimenpiteille, joiden tarkoituksena oli suvaitsevaisuuden edistäminen, rasismien torjuminen ja maahanmuuttajia kohtaan kiristyneiden asenteiden poistaminen. Opetusministeriö antoi SLU:lle (Suomen liikunta ja urheilu) 500 000 markan valtionavustuksen jaettavaksi järjestöille, jotka toteuttivat tai alkoivat toteuttaa suvaitsevaisuutta edistäviä hankkeita. Ensimmäisinä liikunnan suvaitsevaisuustyön iskulauseita olivat ”liikunta on yhteinen kieli” ja Euroopan neuvoston rasismien vastaisen kampanjan iskulause ”kaikki erilaisia – kaikki samanarvoisia”. Lauseilla haluttiin viestiä liikunnan yhteisiä pelisääntöjä ja yhteistä kieltä, jotka siivittävät erilaiset ihmiset ymmärtämään ja hyväksymään erilaisuutta sekä tutustumaan toisiinsa (Myrén 2003, 20–22.)

Liikunnan ja urheilun suvaitsevaisuutta edistävän työn yhtenä lähtökohtana on kohtaamisen filosofia, sillä suomalaiset ja maahanmuuttajat sekä muut väestölliset vähemmistöt kohtaavat luontevasti liikkeessä ja urheillessa. Tämä poistaa ennakkoluuloja, lisää suvaitsevaisuutta sekä helpottaa maahanmuuttajien integroitumista uuteen kotimaahan, yhteiskuntaan sekä liikuntaa järjestävän organisaation toimintaan. Liikunnan suvaitsevaisuustyön tavoitteena onkin kehittää liikuntakulttuuria niin, että maahanmuuttajilla ja muilla etnisillä vähemmistöillä on tasavertaiset mahdollisuudet harrastaa liikuntaa yhdessä valtaväestön kanssa. Lisäksi suomalaiset oppivat tuntemaan ja hyväksymään erilaisista kulttuureista tulevia ihmisiä ja heidän toimintatapojaan. (Myrén 2003, 20–23, 101–102.)

Liikunnan suvaitsevaisuustyön tavoitteet ovat siis seuraavat: suvaitsevaisuuden lisääminen, rasismien estäminen, ennakkoluulojen poistaminen, maahanmuuttajien kotouttamisen edistäminen sekä suvaitsevaisuudesta, monikulttuurisuudesta ja maahanmuut-

tajista tiedottaminen. Lisäksi tavoitteina ovat enemmistön ja vähemmistön kohtaamisten edistäminen liikunnan keinoin sekä maahanmuuttajien tasavertaiset mahdollisuudet harrastaa liikuntaa yhdessä valtaväestön kanssa. (Myrén 2003, 21–23.)

Myrénin liikunnan suvaitsevaisuustyöhön kohdistuneessa tutkimuksessa liikunnan suvaitsevaisuushankkeeseen osallistuneilta maahanmuuttajilta kysyttiin puhelinhaastatteluissa maahanmuuttajien ja suomalaisten välisestä yhteistyöstä ja sen muutoksesta. Kohteina oli yhteistyö hankkeen alussa, heti hankkeen jälkeen ja myöhemmin. Vastaajista puolet sanoi yhteistyön olleen hankkeen alussa erinomaista tai melko hyvää ja 18 % huonoa tai melko huonoa. Ei hyvää, ei huonoa vastasi 27 %. Heti hankkeen jälkeen yhteistyötä arvioi erinomaiseksi tai melko hyväksi noin 70 % ja melko huonoksi 9 %. Hankkeen jälkeen myöhemmin yhteistyötä arvioi erinomaiseksi tai hyväksi 53 % ja 10 % arvioi yhteistyön melko huonoksi tai huonoksi. Näin ollen yhteistyö on huonoimmillaan hankkeen alussa, mutta yhteistyö parantui liikunnan suvaitsevaisuushankkeiden edetessä, ollen parhaimmillaan hankkeen lopussa. Hankkeen loputtua yhteistyön taso laskee, mutta on kuitenkin parempi kuin lähtötilanteessa. Hankkeiden alussa yhteistyötä vastaajien mielestä vaikeuttivat ennakkoluulot, kulttuurierot, kieliongelmat, epätietoisuus suomalaisen liikuntakulttuurin toiminnasta sekä toisten tuntemattomuus (tavat ja kulttuuri) ja siitä johtuva varautuneisuus. (Myrén 2003, 83–85.)

Liikunnan suvaitsevaisuustyön tavoitteiden saavuttaminen edellyttää pitkäjänteistä ja suunnitelmallista työtä niin toiminnallisella (harrastusmahdollisuudet) kuin tiedollisellakin (tiedon lisääminen suvaitsevaisuudesta ja monikulttuurisuudesta) puolella. Urheilu ja liikunta ovat erinomaisia esimerkkejä toiminnasta, jossa konkreettista monikulttuurista nuorisotyötä ja kotoutumisen tukemista on mahdollisuus toteuttaa. Toiminnassa monikulttuurinen nuori voidaan hyväksyä osaksi ryhmää yhteisen urheilutoiminnan kautta. Yhdessä liikkussa rasismiin vastainen työ on (ainakin potentiaalisesti) läsnä, ja urheiluharjoitukset tai koululiikunta voivat antaa hyvän mahdollisuuden rasismiin puuttumiseen. Liikunnalla on mahdollisuus ennakkoluuloja purkamaan yhdessä toimimiseen ja lähentymiseen, mutta tähän ohjaamisessa ohjaajalla on tärkeä rooli. (Kim 2009, 161, 165; katso myös Myrén 2003, 21–23.) Jonkinlaista edistymistä varsinkin nuorten osalta on tapahtunut sillä Lehtosaaren tutkimuksen mukaan alle 26-vuotiaat maahanmuuttajat osallistuvat muita (maahanmuuttaja-)ikäryhmiä useammin

kantasuomalaiseen ja maahanmuuttajien keskinäiseen urheiluseuratoimintaan (Lehtosaari 2010, 71–72).

Maahanmuuttajille kohdistetussa liikuntatoiminnassa on omat erikoispiirteensä, jotka saattavat tuottaa järjestävälle taholle hankaluuksia. Esimerkiksi Lehtosaaren (2010, 89.) tekemän tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että maahanmuuttajapojat ja -miehet ovat paljon aktiivisempia harrastamaan liikuntaa. Maahanmuuttajatytöt ottavat uskonnon huomioon useissa arkipäivän tilanteissa, kuten suunnitellessaan vapaa-ajan aktiviteettejaan. Joissakin uskonnoissa ja kulttuureissa naisten rukoushetket, kotiaskareiden tekeminen tai ylipäätään perhe menevät liikuntahetkien edelle (Niemelä 2006, 176). Aktiivisesti perheissään toimivien tyttöjen ja naisten urheiluharrastamisen tulisi puhutella oikealla tavalla myös tytön lähipiiriä. Olisi tärkeää oppia tunnistamaan ja ymmärtämään erilaisia perhesuhteita sekä tiedottamaan toiminnasta myös perheille, joilla on vain vähän tietoa suomalaisesta nuorisotoiminnasta (Kim 2009, 166, 171).

Mikäli maahanmuuttaja on hyvä liikunnassa, urheiluharrastukseen on helpompi päästä sisään, vaikka suomen kieli ei olisikaan täydellisesti hallinnassa. Mutta entä jos näin ei ole? Usein maahanmuuttajien tapauksessa on mennyt suhteellisen pitkä aika (ainakin kaksi vuotta) ennen kuin urheiluharrastuksiin on päässyt mukaan – toisin sanoen siihen saakka, kun suomen kieli on ainakin tyydyttävästi hallinnassa. Liikunnan monet muodot auttavat maahanmuuttajia ymmärtämään Suomen kulttuuria ja näin ollen edistävät heitä kohti Suomen kansalaisuutta. Siitäkin huolimatta liikuntaryhmään mukaan pääseminen ei välttämättä aina edistä muille yhteiskunnan alueille pääsemistä. Vastikään maahan tulleita maahanmuuttajia on tärkeää auttaa myös vapaa-aikaan liittyvissä asioissa. Liikunnan ja liikuntaryhmän tarjoama tuki ja elämänsisältö ovat hyvin monelle pakolaisuuden, monikulttuurisuuden tai vain nuoruuteen liittyvien haasteiden kanssa kamppailevalle nuorelle erittäin tärkeitä. (Kim 2009, 164–166, 172.)

3.3 Maahanmuuttajien kotoutumisen tukeminen liikunnan avulla käytännössä

Tässä kappaleessa esittelen projekteja, joissa maahanmuuttajien kotoutumista tuetaan liikunnan avulla. Kohdassa 3.3.1 esittelen opinnäytetyöni tilaajan Kaikki liikkumaan! – hankkeen ja tuon esille muutamia huomioita hankkeen väliraportista. Kohdassa 3.3.2 esittelen muita vastaavia projekteja.

3.3.1 Mikkelin Kaikki liikkumaan! –hanke

Tutkimukseni tilaajana toimii Kaikki liikkumaan! (Everybody move!) -hanke, joka on Mikkelin kaupungin liikunta- ja nuorisopalveluiden järjestämä hanke. Hankkeen tarkoituksena on järjestää säännöllistä liikuntatoimintaa maahanmuuttaja- ja suomalaisnuorille. Hankkeen tavoitteena on tukea maahanmuuttajanuorten kotoutumista liikunnan avulla ja edistää heidän sijoittumistaan sosiaaliseen verkostoon lisäämällä vuorovaikutusta valtaväestön nuorten kanssa. Samalla lisätään valtaväestön nuorten tietoisuutta vierasperäisistä kulttuureista. (Po1nt Mikkeli 2011.)

Hankkeen avulla pyritään lisäämään maahanmuuttaja- ja suomalaisnuorten osallisuutta kuuntelemalla heidän toiveitaan ja luomalla liikuntamahdollisuuksia toiveiden mukaan. Hankkeen ensisijaisena tarkoituksena ei siis ole huippu-urheiluun tähtäävässä toiminnassa, vaan matalan kynnyksen liikuntamahdollisuuksien tarjoamisessa. Tätä kautta maahanmuuttajia kannustetaan peruspalveluiden pariin. Tarkoituksena on myös tutustuttaa nuoria eri liikuntalajeihin, tarjota maksuttomia sali- ja kenttävuoroja, järjestää 1-2 isoa liikuntatapahtumaa, tarjota liikuntavälineitä lainaan sekä järjestää ohjaajakoulutusta (Tervetuloa ohjaajaksi – koulutus, Löydä liikunta – koulutus ja järjestäytöksenalvoja -koulutus). Ohjaajakoulutuksen tarkoituksena on, että koulutuksen käyneet maahanmuuttajat voivat itse ohjata liikuntaryhmiä ja toimia vertaisohjaajina. (Po1nt Mikkeli 2011.)

Kaikki liikkumaan! -hanke on nimensä mukaan tarkoitettu aivan kaikille, mutta pääasiassa kuitenkin suomalais- ja maahanmuuttajanuorille. Hankkeessa on mukana 13–22-vuotiaita maahanmuuttajia sekä 15–17-vuotiaita suomalaisnuoria, mutta jonkin verran vanhempiakin osallistujia. Osallistujia hankkeen liikuntavuoroilla on 8-18 henkilöä riippuen liikuntavuorosta. (Kaikki liikkumaan! 2011.) Vuonna 2007 Mikkelin alueella asui 1042 maahanmuuttajaa, joten potentiaalisia osallistujia on paljon (Mikkelinseudun maahanmuutto-ohjelma 2008–2015).

Hankkeen toimintaan on osallistunut kaikista eri kulttuureista tulevia henkilöitä, jotka asuvat Mikkeliissä. Pääasiassa osallistujat ovat sudanilaisia, afganistanilaisia, venäläisiä ja suomalaisia. Myös jonkin verran myanmarilaisia on osallistunut hankkeen toimintaan. Lisäksi hankkeen toiminnassa on ollut mukana useista eri maista kotoisin olevia korkeakouluopiskelijoita. (Hynninen 2011.)

Tähän mennessä hankkeen puitteissa on järjestetty jalkapallovuoroja sisällä (futsal) ja ulkona, beachvolley-, lentopallo- ja koripallovuoroja sekä kirkkovenesoutua. Lisäksi naisille on järjestetty uinti-, zumba-, keppijumppa- ja kahvakuulavuoroja sekä tarjottu Ruusukävelyyn ja Nice-run -tapahtumiin osallistumista. Hankkeen järjestämissä tapahtumissa on ollut mahdollista tutustua amerikkalaiseen jalkapalloon, pingikseen, tennikseen, squashiin, sulkapalloon, kuntosaliin ja jääkiekkoon. Lisäksi hankkeen puitteissa on järjestetty kaksi koripalloturnausta, jalkapalloturnaus ja keilaustapahtuma. (Hynninen 2011.)

Hankkeen on rahoittanut Opetus- ja kulttuuriministeriö (mm. välinehankinnat ja ohjaajakoulutus) sekä Mikkelin kaupunki (mm. henkilöstökustannukset). Hanke alkoi 1.4.2011 ja ensimmäinen osa päättyi 31.3.2012. Hanke sai jatkorahoituksen ja toimii vuoden 2012 loppuun. Hanke toteutetaan yhdessä monikulttuurikeskus Mimosan, kaupunginosaseurojen, maahanmuuttajayhdistysten, urheiluseurojen ja Etelä-Savon Liikunnan kanssa. (Point Mikkelin 2011.)

Seija Huotari (2011) on tehnyt hankkeen toiminnasta väliraportin, jossa tarkasteltiin sen hetkisiä tuloksia. Välitulokset osoittavat, että maahanmuuttajien ja suomalaisten välillä on tullut kohtaamisia, mutta suuremman kanssakäymisen saavuttamiseksi tarvitaan aikaa, sillä kieliongelmat ja kulttuuriset erot hidastavat kanssakäymisen syntyä. Pojat ja miehet osallistuivat hyvin hankkeen toimintaan, mutta tyttöjen ja naisten osallistuminen oli vähäistä. (Huotari 2011, 11.)

Väliraportissa nostettiin esille muutamia huomiota, joita liikuntaa järjestävän tahon tulee ottaa huomioon. Tällaisia olivat esimerkiksi pelkästään naisille järjestettävä liikuntatoiminta, toiminta lähellä koteja, koulu- ja muu yhteistyö eri toimijoiden kanssa sekä maahanmuuttajien mukaan ottaminen suunnitteluun. Myös joitakin ongelmakohtia nostettiin esille, kuten eri maalaisten ristiriidat, maahanmuuttajien ymmärtämättömyys liikunnan maksullisuudesta, uskonnon ja kulttuurien rajat sekä uskalluksen puute osallistuakseen toimintaan. (Huotari 2011, 11–12.)

Usein maahanmuuttajien liikuntahankkeet on toteutettu liikuntalähtöisesti. Sisällöllinen osaaminen on ollut erinomaista, mutta kontaktit nuoriin ovat puuttuneet. Kaikki liikkumaan! –hankkeessa kaksi nuorisotyöntekijää koordinoivat hankkeen toimintaa.

Nuorisotalojen työntekijöillä on jo valmiit kontaktit nuoriin, joten hanketta on lähdetty toteuttamaan enemmän nuorisolähtöisesti. (Fagerlund 2012, 21–22.)

3.3.2 Muita vastaavia projekteja meiltä ja muualta

Kuopiossa toimi Kotoutumiskuntoa Kuopion maahanmuuttajanuorille ja – naisille – hanke. Sen tavoitteena oli edistää maahanmuuttajanuorten ja heikoimmassa asemassa olevien maahanmuuttajanaisten kotoutumista nuorisotyön ja liikunnan avulla. Lisäksi tavoitteena oli kehittää organisaation liikuntapalvelurakenteita maahanmuuttajamyönteiseksi. Toimintaan osallistuneilla oli mahdollisuus tutustua eri liikuntalajeihin ja liikuntapaikkoihin ryhmissä sekä luoda suhteita toisiinsa. Hankkeen toiminnan, tiedonsaannin, kielen kehityksen ja ystäväverkoston laajenemisen myötä osallisuuden, yhdenvertaisuuden ja turvallisuuden tunne voimistui ja omatoimisuus lisääntyi osallistujien keskuudessa. Tärkeäksi koettiin myös hankkeen tuoma konkreettinen tuki uusien liikuntapaikkojen löytämisessä. (Kuopion kaupunki 2012, 19–21.)

Ongelmakohtina nähtiin maahanmuuttajanuorten sitoutumattomuus ja maahanmuuttajanaisten rajoittunut osallistuminen, joka johtui lähinnä kodinhoitovelvollisuuksista. Hankkeen aikana yritettiin saada aikaan äiti-tytär ryhmää, mutta ryhmää ei koskaan saatu koottua. Myös vertaisohjaajien jalkautuminen maahanmuuttajien pariin epäonnistui. (Kuopion kaupunki 2012, 20–29.)

Kruunupyysä ja Kokkolassa on alkanut hanke, jossa pyritään tukemaan nuorten kotoutumista liikunnan avulla. Hankkeen positiivisina tuloksina on tuotu esille liikkujien välisten ystävyysuhteiden luominen ja ryhmään kuulumisen. Heti koulun jälkeen alkava harrastus nähdään myös tärkeänä asiana. Tähän mennessä hankkeen aikana maahanmuuttajilla on ollut mahdollisuus osallistua jalkapallon, koripallon ja lentopallon pelaamiseen sekä erilaisille kamppailulajikursseille. Lisäksi tytöille ja naisille on tarjottu uintivuoroja. (Svenska Yle 2012.)

Ulkomaalaisista liikunta hankkeista nostan esille saksalaisen Buntkicktgut katujalkapalloliigan. Liigaan voivat osallistua kaikki 8-21-vuotiaat maahanmuuttaja- ja saksalaisnuoret. Liigan tavoitteena on, että jalkapallon kautta nuoret kotoutuisivat, oppisivat sääntöjä ja saisivat ystäviä. Nykyään liigassa on yli 150 joukkuetta ja noin 1500 pelaajaa (Cities of Migration 2012; katso myös Buntkicktgut 2012.)

Liiga edellyttää, että osallistujat käyttäytyvät asiallisesti, sillä kaikenlainen rasistinen ja väkivaltainen käytös on ehdottomasti kiellettyä. Hankkeen myötä maahanmuuttajien yksilö- ja ryhmäosallisuus on parantunut merkittävästi ja tiivis yhteistyö joukkueiden ja organisaation välillä on luonut monia lujia ystävyyssuhteita. Myös eri kulttuureista tulevien vanhempien välillä on syntynyt ystävyyssuhteita, kun he kannattavat samaa joukkuetta, missä heidän lapsensa pelaa. Konsepti on levinnyt myös Itävaltaan ja Sveitsiin ja sen odotetaan leviävän myös muihin Euroopan maihin. (Cities of Migration 2012.)

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa esittelen tutkimukseni toteutustavan. Kohdassa 4.1 kerron tutkimukseni tutkimusongelmat. Haen tutkimusongelmiini ratkaisua käyttämällä teemahaastattelua ja osallistuvaa havainnointia aineistonkeruumenetelminä. Esittelen nämä menetelmät kohdissa 4.2 ja 4.3 Kohdassa 4.4 esittelen aineistonkeruuprosessin etenemisen vaihevaiheelta ja kohdassa 4.5 kerron aineistosta, jonka sain tähän opinnäytetyöhön. Kohdassa 4.6 esittelen kuinka analysoin aineistoa.

Opinnäytetyöni on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Laadulliselle tutkimukselle on tyypillistä, että aineiston tieteellinen kriteeri ei ole määrä vaan sen laatu. Tutkimuksessa keskitytään pieneen määrään tapauksia ja pyritään analysoimaan sitä mahdollisimman tarkasti ja sijoittamaan se yhteiskunnallisiin yhteyksiin. (Eskola & Suoranta 2005, 18.)

Työni on laadullinen tutkimus, koska laadullisella tutkimuksella saan mielestäni paremmin tietoa juuri niiltä henkilöiltä, jotka valitsen haastateltavaksi. Lisäksi määrälliseen tutkimukseen olisi saattanut olla hankala saada tutkimuksen kannalta relevanttia määrää vastaajia, sillä moni osallistuja käy hyvin satunnaisesti hankkeen toiminnassa mukana.

4.1 Tutkimusongelma

Tutkimukseni kohteena on liikunnan mahdollisuudet maahanmuuttajien kotoutumisen edistäjänä. Tutkimuksen kohdejoukkona ovat Kaikki liikkumaan!- hankkeen osallistuja nuoret (maahanmuuttaja- ja suomalaisnuoret) sekä toiminnan ohjaajat. Kysymysmuodossa tutkimusongelmani ovat:

1. Millainen merkitys liikunnalla on maahanmuuttajien kotoutumiseen?
2. Millaisia kokemuksia eri toimijoilla on Kaikki liikkumaan!-hankkeen toiminnasta?

4.2 Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä

Haastattelusta on tullut ehkä kaikkein käytetyin tiedonhankkimisen menetelmä ja sitä käytetään monilla eri aloilla. Tietoa kaivatessa on luontevaa kysyä asiaa henkilöltä, joka mahdollisesti voisi tietää asiaan vastauksen. Oletus on, että kysyvälle vastataan. (Tiittula & Ruusuvuori 2005, 9.) Haastatteluun ryhdytään tutkijan aloitteesta, ja tutkija myös yleensä ohjaa tai vähintäänkin suuntaa keskustelua tiettyihin puheenaiheisiin (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 23).

Haastattelut jaetaan strukturoituihin ja strukturoimattomiin sen mukaan, kuinka valmiita kysymyksiä haastattelussa esitetään (Tiittula & Ruusuvuori 2005, 11). Näiden välissä on puolistrukturoidut haastattelut, joissa yleensä jokin haastattelun näkökohta on lyöty lukkoon, mutta ei kaikkia (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47). Puolistrukturoidusta haastattelumuodoista tunnetuimpia on teemahaastattelu (englanniksi *focused interview*), jossa haastattelusta toiseen käydään läpi samat teemat ja aihepiirit, mutta kysymysten muotoilu ja järjestys voivat vaihdella. Kysymyksetkin voivat olla suurin piirtein kaikille samat, mutta haastattelija ei anna valmiita vastausvaihtoehtoja, vaan haastateltava saa vastata omin sanoin. Tällä keinolla saadaan tutkittavien ääni paremmin kuuluviin. (Tiittula & Ruusuvuori 2005, 11.)

Teemahaastattelussa tulee ottaa huomioon, että henkilöiden tulkinnat ja merkitykset asioista ovat tärkeitä ja merkitykset syntyvät usein vuorovaikutustilanteissa. Haastattelun laajuus riippuu pitkälti myös haastateltavasta ja se vaihtelee haastattelusta toiseen. Haastattelija varmistaa, että kaikki etukäteen päätetyt teema-alueet käydään kuitenkin haastateltavan kanssa läpi. (Eskola & Suoranta 2005, 86; Hirsjärvi & Hurme 2000, 48.)

Teemahaastattelun teema-alueita ja kysymysmuotojakin tulisi hahmotella niin pitkälle, että turvataan keskustelun kohdistuminen oikeisiin asioihin ja ongelmien kannalta keskeisiin aiheisiin. Toisaalta haastattelijalle tulisi jättää tarpeeksi tilaa, jotta hän kykenisi tekemään omia ratkaisujaan tilanteessa. Näille tilanneratkaisulle yhteistä on joustavuus. Haastattelutilanne muistuttaa enemmän keskustelua, eikä tiukasti etenevää ja ennalta laadittua kysymys kysymykseltä etenemistä. Haastattelijan aktiivisella osallistumisella ja kuuntelemisella voi olla merkittävämpi osuus haastattelun onnistumisen kannalta, kuin itse kysymysten kysyminen. Hyvä haastattelija oivaltaa nopeasti vasta-

uksen olennaisen merkityksen ja näkee mahdollisuuden uusien kysymysten esittämiselle, jotka haastateltavan vastaus avaa. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 103.)

Teemahaastattelussa haastattelutilanteen aloitukseen ja lopetukseen liittyy erityisiä toimia. Haastattelun alussa voidaan puhua aiheeseen liittymättömiä asioita, jolloin keskustelu toimii niin sanotusti ”jään murtajana”. Litteroidussa tekstissä tätä osuutta ei yleensä näy, koska sen ei katsota liittyvän aiheeseen. Lisäksi alussa tulee selvittää haastateltavalle hänen roolinsa kertomalla tutkimuksesta, jotta haastateltava saa tunnuman keskustelun tarkoituksesta. Haastattelun lopussa haastateltavaa valmistellaan tilanteen loppumiseen ja sovitaan jatkotoimenpiteistä. (Ruusuvoori & Tiittula 2005, 24–25.)

Teemahaastattelussa haastattelut tallennetaan, sillä silloin haastattelun eteneminen on sujuvaa ja ilman suurempia katkoja olevaa keskustelunomaista puhetta. Usein haastateltavat jännittävät nauhuria, mutta unohtavat sen nopeasti haastattelun edetessä. Kun haastattelu nauhoitetaan, saadaan haastattelusta säilytettyä olennaisia osia, kuten esimerkiksi äänenkäyttö ja tauot. Kun halutaan saada aikaan mahdollisimman luonteva ja vapautunut keskustelu, haastattelijan tulisi pystyä toimimaan ilman kynää ja paperia. Teema-alueetkin olisi hyvä osata ulkoa, jotta paperien selailuun tulisi mahdollisimman vähän tarvetta. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 92.)

Vaikka haastattelu olisi kuinka hyvin suunniteltu ja strukturoitu, niin haastattelut ovat aina vuorovaikutustilanteita, joissa haastattelijat ja haastateltavat toimivat suhteessa toisiinsa. Näin ollen myös haastateltavan elekieli on otettava huomioon haastattelua tehdessä. Edelleen tehdään paljon tutkimushaastatteluja, jossa jätetään vuorovaikutuksen merkitys huomioimatta. On tavallista, että haastattelijat osallistuu haastatteluun antamalla haastateltavalle koko ajan palautetta ja kehoitusta jatkaa puhetta. Haastattelijan osuus haastateltavan tuottamassa puheessa, sen muodossa ja merkityksessä voi olla hyvinkin merkittävä. (Ruusuvoori & Tiittula 2005, 29–30.)

Valitsin teemahaastattelun aineistonkeruumenetelmäksi, koska mielestäni on hyvä, että haastattelijat saa omien mieltymystensä mukaan puhua aiheesta. Näin haastattelusta tulee enemmän luonnollinen, kuin kysymys-vastaus-haastattelussa. Lisäksi halusin ottaa itselleni haasteen, jotta oppisin käyttämään kyseistä menetelmää ja toimimaan haastattelussa enemmän keskustellen.

Ennen haastatteluja mietin eri aiheita ja teemoja, joista halusin saada tietoa. Näiden pohjalta kokosin teemahaastattelurungon ja kirjoitin muutamia valmiita kysymyksiä. Teemat muodostuivat teoreettisen viitekehyksen ja tutkimuskysymysten pohjalta. Teemoiksi muodostuivat kotoutuminen ennen hanketoimintaan mukaan tulemistä, kaikki liikkumaan toiminta, liikunta kotoutumisen edistäjänä ja toiminnan kautta syntyneet sosiaaliset suhteet. Etukäteen mietitty haastattelurunko auttaa tutkijaa varmistamaan, että hän saa tutkimusongelman kannalta merkittävää tietoa. Valittujen teemojen tavoitteena on tuottaa aineistoa, jota on mahdollista tulkita teorian avulla. (Puusa 2011, 83.)

4.3 Osallistuva havainnointi

Grönforsin (2001, 124) mukaan havainnointi ja havaintojen teko on tärkeä osa ihmisten elämää, sillä niiden kautta hahmotamme ympäristöämme. Havaintojen kautta reagoimme siihen, miten ymmärrämme näkemämme. Aiemmat tehdyt havainnot tukevat uusia havaintoja ja vastaavasti poikkeavat havainnot kiinnittävät huomion ja kaipaavat vastausta. Hirsjärven ja Hurmeen (2000, 37) mukaan havainnointi on kaikille tieteenaloille yhteinen ja välttämätön menetelmä, sillä on väitetty, että kaikki tieteellinen tieto perustuu todellisuudesta tehtyihin havaintoihin.

Tavallista havainnoinnissa on, että havaintojen tekemiseen yhdistetään osallistuminen. Osallistuminen havainnoinnin yhteydessä tuo muutkin aistit kuin kuulon ja näön mukaan aineistonkeräykseen. Se mahdollistaa myös tunteiden hyödyntämisen joidenkin ilmiöiden ja asioiden tarkastelussa. (Grönfors 2001, 131.) Valitsin havainnoinnin mukaan aineistonkeruumenetelmäksi, koska halusin itse tutustua opinnäytetyöni aiheeseen käytännössä. Havaintojeni kautta sain myös lisäaineistoa haastatteluihin, kun pystyin kysymään jostain tietystä tilanteesta mielipidettä.

Osallistuvalla havainnoinnilla tarkoitetaan aineiston keruutapaa, jossa tutkija tavalla tai toisella osallistuu tutkimansa yhteisön toimintaan. Osallistuvaa havainnointia voidaan tehdä joko niin, että tutkija on enemmän tutkijan roolissa (havainnoija osallistujana) tai että hän on enemmän toimijan roolissa (osallistuja havainnoijana). (Metsämuuronen 2001, 43; Eskola & Suoranta 2005, 98.)

Havainnoinnista tulisi kertoa tutkittavalle, mutta se voidaan jättää myös kertomatta, jos koetaan, että se muuttaisi toimintaa. Tällöin on luonnollisesti muistettava menettelyyn liittyvät eettiset kysymykset ja ongelmat. Havainnointitietoa on mahdollista yhdistää onnistuneesti muulla tavoin kerättyyn aineistoon. Havaintotiedon avulla voidaan saada havainnollista, kuvailevaa tietoa syventämään esimerkiksi haastatteluaineistoa. (Eskola & Suoranta 2005, 99.) Grönfors (2001, 129) onkin osuvasti sanonut, että ”kyselyllä tai teemahaastattelulla saadaan luut – runko – ilmiön tarkasteluun, ja havainnoimalla voidaan siihen liittää lihat ympärille.”

Valitsemalla useampia menetelmiä aineistonkeruuseen saadaan esiin laajempia näkökulmia ja näin ollen lisätään tutkimuksen luotettavuutta. Joskus tutkimuksia kritisoidaan liian yksioikoisista menettelytavoista. Kun käytössä on vain yksi menetelmä ja menetelmän avulla saadaan tietty tulos, niin tutkija voi päätyä uskomaan, että hän on löytänyt oikean vastauksen. Kun käytetään lisänä toista menetelmää, saadaan varmuus vastauksesta. Jos tulos on erilainen, niin se lisää tulokseen oman lisänsä ja poistaa näennäisen varmuuden. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 38–39.) Tehtäessä havainnoista muistiinpanoja, on päätettävä, missä ja miten usein muistiinpanoja tekee, sillä muistiinpanovälineitä on lähes mahdoton pitää aina esillä. (Grönfors 2001, 134.)

Halusin ottaa osallistuvan havainnoinnin aineistonkeruumenetelmäksi, sillä minulla oli hieno mahdollisuus osallistua hankkeen toimintaan mukaan ja mielestäni pelkkä havainnointi (esimerkiksi istuminen vihkon kanssa muiden pelatessa) olisi voinut olla osallistujista hieman häiritsevää ja luonut kenties etäisen vaikutelman. Osallistuvalla havainnoinnilla pääsin lähelle kohdejoukkoani.

Toteutin osallistuvan havainnoinnin menetelmää niin, että osallistuin liikuntavuoroille liikkujana, mutta samalla havainnoin tapahtumia. Kerroin osallistujille tekeväni tutkimusta hankkeesta ja olevani mukana tutustumassa toimintaan sekä tarkkailemassa tapahtumia. Kenelläkään ei ollut mitään sitä vastaan ja uskonkin, että useat osallistujat unohtivat nopeasti koko asian. Liikuntavuoron jälkeen kirjasin havaintoni välittömästi ylös tietokoneelleni.

4.4 Aineistonkeruuprosessin eteneminen

Tutkimukseni kohde löytyi tutkimus- ja kehittämisosaamisen tunnilla, jossa meidän piti tehdä testihaastattelu haluamallemme kohteelle. Ryhmäni valinta oli Kaikki liik-kumaan! -hankkeen ohjaaja. Tutustuttuani ohjaajaan ja saatuani hankkeesta tilaajan opinnäytetyölleni aloin tutustumaan aihealueeni kirjallisuuteen ja tutkimukseen. Niiden pohjalta kokosin aihettani käsittelevän teoreettisen viitekehysten. Osallistuin osallistujiin ja havainnoin osallistujien toimintaa.

Tutkimusongelmien pohjalta mietin eri haastatteluteemoja ja niiden perusteella raken-sin haastattelurungon. Halusin saada haastateltaviksi sekä maahanmuuttajataustaisia henkilöitä, suomalaisia nuoria että hankkeen ohjaajia, jotta hankkeen toimintaa voitai-siin katsoa mahdollisimman monesta eri kulmasta. Pyrin saamaan kolme jokaisen ”ryhmän” edustajaa haastateltavaksi. Tavoitteena oli myös saada niin naisia kuin mie-hiäkin haastateltavaksi. Valitsin haastateltavat siten, että he, joilla on kokemusta ja mielipiteitä hankkeesta, valikoituivat haastateltaviksi. Pääasiassa tavoitin haastatelta-vat liikuntavuoroilla ja tapahtumissa, jolloin kysyin heiltä suoraan mahdollisuutta haastatella heitä. Lisäksi kaksi ohjaajaa sain kiinni sähköpostitse ja yhden suomalaisen tavoitin Facebookin kautta. Suomalaiset ja maahanmuuttajataustaiset henkilöt olivat noin 20-vuotiaita. Yksi maahanmuuttaja ja ohjaajat olivat noin 40-vuotiaita.

Pyrin toteuttamaan haastattelut mahdollisimman helppoissa olosuhteissa haastateltavil-le. Näin ollen haastattelin ohjaajat työpaikoilla, suomalaiset koulussa ja maahanmuut-tajataustaiset henkilöt liikuntavuoroilla tai nuorisotalolla. Sovin ennalta haastateltavi-en kanssa paikan ja ajan, missä haastattelu toteutetaan ja kysyin mahdollisuudesta nauhoittaa haastattelu. Haastattelun aluksi kerroin siitä, mitä tallennetulle aineistolle tehdään (vain minä näen aineiston, haastateltavan henkilöllisyys pysyy anonyymina jne.) ja aloitin haastattelun. Haastattelut etenivät pääasiassa temahaastattelurungon mukaisesti, mutta temahaastatteluun ominaisesti myös jonkin verran ilmeni haastatte-luaiheiden järjestyksen muutoksia, kun haastateltavat menivät ilman kysymystä ai-heesta toiseen.

4.5 Aineisto

Tutkimuksen aineisto on kohdejoukon kuvaus tutkittavasta ilmiöstä. Laadullisen tut-kimuksen aineisto on yleensä monipuolinen ja siitä löytyy usein sellaisiakin asioita, joita tutkija ei osannut odottaa löytävänsä. Osittain juuri tämän takia tutkijan on kyet-

tävä valitsemaan tutkimuksen kohteeksi jokin rajattu ilmiö, jotta hän pystyisi kertomaan siitä perusteellisesti. (Puusa 2011, 114.)

Haastateltavien määräksi tuli lopulta kahdeksan, joista ohjaajia oli kolme (kaksi naista, yksi mies), maahanmuuttajataustaisia henkilöitä oli myös kolme (kaikki miehiä), sekä suomalaisia nuoria kaksi (mies ja nainen). Haastattelemani maahanmuuttajat ovat tulleet Suomeen pakolaisina ja saaneet Suomen kansalaisuuden, eli näin ollen he ovat maahanmuuttajataustaisia henkilöitä. Minulla oli sovittuna yhden suomalaisen miesosallistujan kanssa haastattelu, mutta hän perui sen. Lisäksi yritin saada maahanmuuttajanaisia haastatteluun, mutta he eivät olleet kiinnostuneita asiasta. Yksi maahanmuuttaja nainen oli keskustellut jo haastattelun henkilön kanssa aiheesta ja ilmoitti, ettei hänellä ole mitään lisättävää haastatteluaineistoon. Näin ollen lopulliseksi aineistoksi tuli kahdeksan haastattelua ja omat havaintoni. Haastattelujen pituus vaihteli merkittävästi, sillä lyhyin haastattelu kesti vain 13 minuuttia 32 sekuntia, kun taas pisin kesti 45 minuuttia 52 sekuntia. Yhteenlaskettuna haastattelujen pituus oli 3 tuntia 20 minuuttia 20 sekuntia. Luonnollisesti eripituisista haastatteluista johtuen myös litteroitujen sivujen määrä vaihteli suuresti: 3-9 A4-sivun välillä. Yhteensä litteroitujen sivujen määräksi tuli 32 sivua.

4.6 Aineiston analyysi

Laadullisessa tutkimuksessa aineiston analyysin tarkoitus on luoda aineistoon selkeyttä ja tuottaa siten uutta tietoa tutkittavasta ilmiöstä. Analyysissa aineisto pyritään tiivistämään mahdollisimman informatiiviseksi luomalla hajanaisesta aineistosta selkeää. (Eskola & Suoranta 2005, 137.)

Kaikissa laadullisen tutkimuksen perinteissä voidaan käyttää analyysimenetelmänä sisällönanalyysia. Sitä voidaan pitää sekä yksittäisenä metodina että teoreettisena kehyksenä, joka voidaan liittää moniin analyysikokonaisuuksiin. Useimmat eri nimillä kulkevat laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmät perustuvat tavalla tai toisella sisällönanalyysiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91.)

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi etenee vaiheittain. Ensimmäinen vaihe on haastattelujen kuunteleminen ja niiden aukikirjoitus sana sanalta eli litterointi. Tämän jälkeen haastatteluista luetaan ja perehdytään sisältöön huolellisesti sekä erikseen että kokonai-

suutena. Sitten aineistosta etsitään pelkistettyjä ilmauksia ja alleviivataan ne. Tämän jälkeen pelkistettyjä ilmauksia listataan ja pyritään löytämään yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia aineistosta. Pelkistettyjä ilmauksia yhdistetään ja muodostetaan niistä omia ryhmiään. Viimeisenä vaiheena on useimmiten kokoavan käsitteen muodostaminen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109.)

Teemahaastattelun aineistoa analysoidaan useimmiten teemoittelemalla ja tyypittelemällä. Teemoittelu tarkoittaa aineiston jäsentämistä teemojen mukaisesti ja sitten pelkistämistä. Tyypittelyssä on kyse erilaisten tyyppikuvausten tiivistämisestä aineistosta. Teemahaastattelun analysointi on siinä mielessä yksinkertaista, että aineiston voi järjestää litteroinnin jälkeen uudelleen teemoittain. Tämän jälkeen aineistoa on helppo analysoida teemoittain. (Eskola & Vastamäki 2007, 42.) Pelkästään aineistosta poimitut satunaiset havaintoesimerkit eivät tee tutkimuksesta laadullista, vaan laadullisen aineiston tuloksia pitää pyrkiä rinnastamaan viittauksiin ja tutkimuksiin (Alasuutari 2011, 33).

Tässä opinnäytetyössä analysoin haastattelut aineiston teema-analyysin avulla. Haastattelujen jälkeen litteroin, eli kirjoitin nauhoittamani haastattelut. Haastatteluissa nousi esille paljon erilaisia teemoja. Tällaisia olivat esimerkiksi Suomeen kotoutuminen yleisesti, kontaktit suomalaisiin ilman järjestettyä toimintaa, mielipide toiminnasta, kotoutuminen liikuntatoiminnan avulla, liikuntatoiminnan kautta syntyneet sosiaaliset suhteet sekä maahanmuuttajat suomalaisessa yhteiskunnassa vs. suomalaiset monikanellisessa Suomessa.

Yhdistelin näitä teemoja niin, että ne vastaavat opinnäytetyöni tutkimuskysymyksiin. Pääteemoiksi tulivat kotoutuminen liikunnan avulla ja yleinen mielipide hankkeen toiminnasta. Nämä pääteemat myös ohjasivat tulososion rakennetta. Tein pääteemoille omat tiedostot, jonne keräsin kaikki tutkimuskysymysten kannalta merkittävät osiot aineistosta. Haastattelin kolmea eri osapuolta (ohjaaja, maahanmuuttajat, suomalainen osallistuja) ja näin ollen oli hyvä vertailla, onko eri toimijoiden sanomisissa eroavaisuuksia. Pyrin rinnastamaan haastattelun aineistoa viittauksiin ja tutkimuksiin.

5 TUTKIMUSTULOKSET

Luvussa 5.1 käsittelen kotoutumista liikunnan avulla. Olen yhdistänyt siihen myös osia haastateltavien kertomuksista heidän kotoutumisestaan ilman liikuntatoimintaa, jotta voin vertailla niiden eroavaisuuksia analyysissäni. Luku 5.1.1 pitää sisällään aiheen liikunnan kautta syntyneet sosiaaliset suhteet. Myös tähän lukuun otan osia teemasta, jossa käsiteltiin kontakteja suomalaisiin ennen hankkeeseen tuleamista, jotta voin verrata liikunnan toimivuutta yhdistävänä välineenä. Luvussa 5.1.2 käsittelen aiheita arjen hallinnan oppiminen liikunnan kautta. Luvussa 5.2 käsiteltävänä aiheena on eri toimijoiden mielipide Mikkelin Kaikki liikkumaan! -hankkeen toiminnasta ja kehitysehdotuksista.

Haastateltujen henkilöiden siteerausten perässä on siteeraajaa koskevat tarvittavat tiedot sekä tunniste H1-8 (Haastateltavat on eroteltu toisistaan niin, että ohjaajat ovat 1-3, maahanmuuttajataustaiset henkilöt 4-6 ja suomalaiset osallistujat 7-8). Tunniste on välttämätön muun muassa siksi, että kahdella maahanmuuttajataustaisella henkilöllä on sama ikä, joten heitä olisi muutoin mahdoton erottaa toisistaan. Jätin ohjaajien iän pois, koska sillä ei ole tutkimuksen kannalta merkitystä. Näin ollen ohjaajien siteerauksen perässä lukee vain nais/mies ohjaaja ja tunniste H1, H2 tai H3.

5.1 Kotoutuminen liikunnan avulla

Ohjaajien näkemykset painottuivat siihen, että kotoutustyötä on tehty kansallisesti toistaiseksi liian vähän. Maahanmuuttajien korkeisiin odotuksiin ei ole pystytty vastaamaan, kun jopa suomenkielen opetuksessa on puutteita ja sen seurauksena sosiaalisten suhteiden saaminen hankaloituu. Tältä pohjalta ajatus liikunnan käyttämisestä maahanmuuttajatyön apuvälineenä on saanut alkunsa.

”En tiää voiko kotoutuminen ikinä olla tarpeeks hyvällä tasolla, mutta mitä minä aistin ja mitä minä oon kuullu, nii ees suomenkielen opetus ei ihan niin ku natsaa kaikille. Että siellä niin ku varsinkin vanhempi väestö jää niin ku sen ulkopuolelle ja sit ehkä niin ku, semmonen niin ku kaikki tavottava, joku esimerkiks liikunnallinen toiminta, nii ei semmosta oo ollu. Oli jotain yksittäisiä ryhmiä ketkä jo harrasti jotakin, mutta ta-

vallaan semmonen niin ku kokoava ja tämmönen niin ku mahdollistava tekijä siitä puuttu.” – H1 miesohjaaja.

”Periaatteessa silloin, kun maahanmuuttaja saapuu Suomeen, niin melkein kaikilla on kovat odotukset ja innostus päällä, elikkä kyllä se menee tällä tavalla. Elikkä pikku hiljaa ajan myötä se rupeaa laskemaan alas, kun ei odotukset vastaa todellisuutta. Yleensä uusi maa, uudet kaverit. On semmoista innokkuutta, että tässä on parempi, kuin omassa kotimaassa. Esimerkiksi turvallisempi, rauhallisempi ja niin pois päin. Mutta sitten kun se ei aina mene tämän mallin mukaan, tai näiden odotusten mukaan, ettei he heti saa kavereita. Sosiaalinen elämä on ihan matalassa.” – H2 naisohjaaja.

Edellä olleen miesohjaajan vastaus voidaan rinnastaa Berryn taulukkoon (sivu 8), sillä on huomattu, että maahanmuuttajilla on ollut yhteistä toimintaa, mutta he ovat toimineet vain keskenään. Tällöin toiminta on ollut hyvin eristäytynyttä. Berryn taulukossa tämä menisi separaation alueelle. Näin ollen on nähty, että olisi tarvetta tuottaa liikuntatoimintaa, jossa olisi mukana myös suomalaisia nuoria. Tällöin maahanmuuttajien eristäytyminen saataisiin muutettua sopeutumiseksi, eli integraatioksi.

Vastaavasti naisohjaajan haastattelusta poimittu sanominen voidaan rinnastaa Wolf Wagnerin paraabeliteoriaan (sivu 11), jossa maahanmuuttajien korkeat odotukset laskevat, kun odotuksiin ei pystytä vastaamaan. Kuitenkin ymmärtämisen kautta maahanmuuttajat oppivat elämään uudessa maassa ja tällöin myöskin paraabelin käyrä nousee. Hankkeen kautta uuden kulttuurin oppiminen ja ymmärtäminen on mahdollista, kun maahanmuuttajat pääsevät kontakteihin suomalaisten kanssa. Hankkeen toiminnalle on siis nähty selkeä syy. Maahanmuuttajien eristäytymistä pyritään liikuntatoiminnan kautta tuomaan enemmän integraation suuntaan, jolloin maahanmuuttajat ovat enemmän kontaktissa suomalaisten kanssa ja näin ollen heidän odotuksiinsa on mahdollista vastata.

Ohjaajat toivat esille, että liikunta on yhteinen kieli, johon osallistuakseen ei välttämättä tarvitse osata suomen kieltä. Maahanmuuttajat ovat omasta taustastaan johtuen erilaisia, joten toiset maahanmuuttajat lähtevät innokkaasti mukaan, toisia pitää houkutella paljon enemmän ja saada koko perhe mukaan.

Sandhu-Ovaskan (2001, 58) tutkimuksessa kävi ilmi, että maahanmuuttajien perheiden rakenne ja arvot olivat perinteisempiä ja he viihtyivät kotona suomalaisia paremmin. He myös pitivät perhettä tärkeimpänä. Vastaavasti suomalaiset pitivät kavereita tärkeimpänä. Tämä tuottaa luonnollisesti vaikeuksia houkuteltaessa maahanmuuttajia mukaan liikuntatoimintaan. Lindroosin (2006, 4) tutkimuksessa vastaavasti tuli ilmi, että maahanmuuttajat ovat integroituneet hyvin suomalaiseen yhteiskuntaan osallistuttuaan liikuntatoimintaan. Tämä on kuitenkin aiheuttanut ongelmia ja ristiriitoja somaliperheissä, sillä oman kulttuurin säilyttäminen on tärkeää somalivanhemmille ja heillä on huoli lasten integroitumisesta uuteen maahan.

Vuolteen (2000, 36) mukaan liikunnalla voi olla tasapainottava tai horjuttava vaikutus, sillä perheen ulkopuolella tapahtuva kavereiden keskinäinen harrastus voi heikentää perheen kiinteyttä tai toisaalta perheenjäsenten yhdessä harjoittamalla liikunnalla voi olla päinvastaisia seurauksia. Näin ollen vaikka kohderyhmänä ovat nuoret, niin joissakin tapauksissa liikuntatoimintaan on välttämättömän tärkeää saada myös kokonaisia perheitä mukaan.

Ohjaajat toivat myös esille, että osallistumisen kautta on mahdollista tutustua suomalaisiin ja muihin maahanmuuttajiin, sillä liikuntavuoroilla ja –tapahtumissa maahanmuuttajat ja suomalaiset harrastavat liikuntaa sekajoukkueissa. Lisäksi osallistumisen kautta on mahdollista oppia kieltä sekä tutustua suomalaiseen elämään. Joissakin lajeissa on hyvä olla hieman lajiosaamista, mutta se ei ole välttämätöntä. Kaikki liikkumaan! -hanke järjestää lajikokeiluja ja pyrkii saamaan paikalle ihmisiä, joilla ei ole harrastuksia, jotta he löytäisivät itselleen mielekkään harrastuksen.

Haastattelemistani maahanmuuttajista kaksi oli ennen Suomeen tuloa asunut useammassa maassa, joten oli mielenkiintoista kuulla, miten Suomeen kotoutuminen onnistui. Maahanmuuttajien kertomukset Suomeen kotoutumisesta painottuivat aluksi alkushokkiin, johon liittyi kylmä ilmasto, kielenopiskelu ja oma rohkeus kohdata ujoja suomalaisia.

”Hirveesti kaikennäköstä ja kieliongelma oli ja sitten tämä hiljaisuus. Suomalainen hiljaisuus. Oli ja on niin ujoja ihmisiä. Yritin kovasti oppia kieli, koska kieli on ensimmäinen ratkaisu tai tie, että saa suomalaisia

kiinni. Jos suomalainen on ujo ja ulkomaalainen ei osaa kieltä, niin siitä ei tuu mitään. Sitten mä yritin yhdessä vuodessa opiskella kaikennäköstä illatiivista lähtien, mitä niitä kaikkia onkaan. Opin kieltä ja yritin sitten lähteä kaikkeen tämmöseen, missä muutkin ihmiset on olemassa. Elikkä esimerkiksi jalkapallosta sain ystäviä ja siitä kautta vahvensin tätä kieltäni ja nuorisotalossakin paljon kävin.”

– H4 maahanmuuttajataustainen mies, 20 vuotta.

Nuorelle on merkittävän tärkeää olla siellä, missä tapahtuu, sillä silloin hän pääsee osaksi ryhmiä, verkostoja ja tarinoita. Nämä paikat, missä nuoret toimivat, voivat olla yhtä hyvin kaduilla, julkisissa tiloissa kuin organisoiduissa ympäristöissäkin. (Härnsten, Honkasalo, Souto & Suurpää 2009, 11.)

Härnstenin (2005, 34–35) tutkimuksessa tuli ilmi, että 97 %:lla maahanmuuttajavastaajista oli suomalaisia ystäviä, mutta 19 % vastaajista sanoi, että suomalaisten kanssa ei ole helppo ystäväysty. Syitä ystävien vaikealle saamiselle on ollut oma tausta (”koska olen ulkomaalainen”), ennakkoluulot, suomalaisten ujous, vakavuus ja sulkeutuneisuus, maahanmuuttajien ujous ja aloitekyvyttömyys sekä kielimuuri.

Kun pääsimme keskusteluissa siihen pisteeseen, että aloimme puhua liikunnasta kotoututustyön välineenä, niin kaikki maahanmuuttajat riemastuivat silminnähden. He toivat esille sen, että liikuntatoiminnan kautta on mahdollista (myös ujojen) tutustua helpommin uusiin ihmisiin. Lisäksi liikunta tuottaa hyvää mieltä.

”Tämmönen, että yhistetään maahanmuuttajat ja suomalaiset yhteen, niin se on mun mielestä tosi hieno juttu silleen, että monet on just semmosia ihmisiä, että ne on ujoja, meitä maahanmuuttajia on jonkin verran semmosia ja suomalaisiakin, mutta sitten ku järjestetään tämmönen yhteinen juttu, niin monet pääsee tutustumaan uusiin ihmisiin, se on tosi hyvä juttu. Monet ulkomaalaiset istuu kotona, kun ei oo mitään tekemistä. Täällä ainakii pääsee pelaamaan ja näkee muitakii harrastustoiminnassa. Ollaan rennosti, tutustutaan muihin, nauretaan, se on hyvä.”

– H5 maahanmuuttajataustainen mies, 20 vuotta.

Suuret elämäntilanteet (esimerkiksi työttömyys ja maahanmuutto) voivat heikentää omakohtaisen liikuntaharrastamisen ja muuta harrastamista. Suuret muutokset synnyttävät epävakaisuutta ja vievät pohjan elämänhallinnalta ja ennustettavuudelta. Vaikka liikunta ei poista ongelmia itsessään, niin liikuntaharrastus tai yleinen aktiivisuus esimerkiksi liikunnan järjestötoiminnassa voivat toimia ratkaisevana tekijänä elämäntilanteesta ylitse pääsemiseksi. (Vuolle 2000, 32.)

Lehtosaaren (2010, 84.) tutkimuksen vastaajista reilusti yli puolet sanoi liikunnan auttavan integroitumisessa (30,2 % melko samaa mieltä ja 27,9 % täysin samaa mieltä, 9 % jonkin verran samaa mieltä). Vastaavasti eri mieltä oli hyvin marginaalinen joukko (1 % melko paljon eri mieltä ja 0,8 % täysin erimieltä, loput eivät vastanneet). Tutkimustuloksessa ei ollut suurta eroa naisten ja miesten tai ikäluokkien välillä.

Suomalaisilla osallistujilla ei tähän aiheeseen ollut niin subjektiivista näkemystä, joten he joutuivat hieman ajattelemaan mitä he ovat nähneet ja kuulleet. Suomalaiset osallistujat näkivät kotoutumisen hankalana asiana kenelle vaan ja uskoivat alkushokin olevan aika iso maahanmuuttajien tullessa Suomeen. Varsinkin kielen vaikeutta ja suomalaista luonnetta pidettiin hankalana.

”Suomi eroaa kulttuurillisesti aika paljonkin, varsinkin niin kun etelän maista. Pohjoismaat menee vielä, mutta että tota ihmiset käyttäytyy Suomessa niin erilailla mun mielestä, niin tota, kyllä se mun mielestä on aika shokki varmasti alussa, että täytyy hirveesti tsempata, että pääsee niin ku suomalaisten rytmiin.”

– H7 suomalainen naisosallistuja, 20 vuotta

Myös suomalaiset osallistujat nostivat kotoutumista edistäväksi asiaksi liikunnan kautta saatavat kontaktit. Haastatteluissa tuli esille liikunnan yhdistävä vaikutus kotimaasta riippumatta sekä harrastuksen ja ryhmään kuulumisen tärkeyden. Lisäksi sain selville myös suomalaisten omia motiiveja osallistua nimenomaan liikuntaryhmään jossa on mukana maahanmuuttajia.

”Molemmat ovat merkittäviä asioita, mukava porukka ja lajikiinnostus. Maahanmuuttajien kanssa pelatessa, niin siinä on parempi ryhmähenki ja ne on ystävällisempiä, kuin kantaväestön kanssa pelatessa. Se on myös jännä, että joutuu olemaan paljon sosiaalisempi maahanmuuttajien kanssa ja oma käytösikin on hieman erilaista.”

– H8 suomalainen miesosallistuja, 20 vuotta

Liikuntaa harrastetaan usein liikunnan ja lajikiinnostuksen vuoksi. Kuitenkin monesti liikuntaa harrastettaessa harrastajien keskinäinen yhdessäolo on tärkeämpää, kuin itse liikunta (Ojanen 2000, 144). Omien kokemuksieni ja havaintojeni perusteella pystyn yhtymään kaikkiin toimijoihin. Kun menin ensimmäisen kerran salivuorolle pelaamaan, niin paikalla oli minun lisäksi vain kaksi muuta suomalaista ja paljon eri kulttuureista tulleita maahanmuuttajia ja vaihto-oppilaita. Näin ollen tunsin itseni hieman ulkopuoliseksi vähemmistön edustajaksi, varsinkin, kun olin paikalla ensimmäistä kertaa. Minut otettiin kuitenkin hyvin vastaan ja koin, että näin vähemmistöjä pitääkin kohdella.

Kertojen lisääntyessä pääsin koko ajan paremmin mukaan ryhmään. Oli hauska huomata, että myös minun jälkeeni tulleita uusia maahanmuuttajia kohdeltiin aivan samalla tavalla, kuin minuakin tullessani ensimmäisen kerran vuorolle. Vaikka jotkut heistä eivät osanneetkaan lajia aivan sillä tasolla, mitä jotkut toiset osasivat, niin sillä ei ollut mitään väliä. Kun nämä ensikertalaiset saivat onnistumisia, niin kaikki mukana olleet riemuitsivat vilpittömästi heidän onnistumisistaan. Jonkun verran nähtiin myös riitatilanteita, mutta riitapukareina olivat usein jo kauemmin maassa olleet maahanmuuttajat, jotka osasivat lajia todella hyvin ja näin ollen pelin tiimellyksessä hieman tunteet kuumenivat vastustajajoukkueen edustajaa kohtaan. Kuvaavaa on, että edellisellä kerralla riidelleistä pelaajista toinen valitsi seuraavalla kerralla toisen riitapukarin ensimmäisenä joukkueeseensa, joten mistään vakavammasta ei ollut kyse.

5.1.1 Liikuntatoiminnan kautta syntyneet sosiaaliset suhteet

Ohjaajien mielestä maahanmuuttajilla on vain kolme mahdollisuutta saada kontakteja suomalaisiin, ilman järjestettyä toimintaa. Ohjaajien mukaan kontaktien syntyminen on mahdollisia koulussa / työpaikalla, harrastuksissa ja mikäli maahanmuuttajalla on

tarpeeksi suuri rohkeus / aloitekyky aloittaa keskustelu. Mutta jos maahanmuuttajalla ei ole näistä mitään, niin silloin syrjäytymisriski on hyvin korkealla. Monikulttuurisuuskeskus Mimosa nousi kahden ohjaajan haastattelussa esille. Siellä maahanmuuttajat saavat sosiaalisia kontakteja toisiin maahanmuuttajiin, mutta valtaväestön kontaktit jäävät vähäisiksi. Tästä syystä matalan kynnyksen osallistuminen liikuntaan on ohjaajien mielestä ensiarvoisen tärkeää.

Haastatteluissa ohjaajilta saatu viesti oli se, että pidempään maassa olleet maahanmuuttajat ovat jo hyvin sisällä suomalaisessa yhteiskunnassa ja sosiaalisissa verkostoissa. Uudet maahanmuuttajat eivät luonnollisesti vielä ole, mutta heidän on helpompi tutustua uusiin ihmisiin, kun nämä ”kontaktihenkilöt” ovat jo päässeet hyviin sosiaalisiin kontakteihin suomalaisten kanssa. Ohjaajat kuitenkin uskoivat, että maahanmuuttajien ja suomalaisten välille ei ole vielä syntynyt kovinkaan syviä ystävyyssuhteita.

”Mulla on vähän semmonen tuntuma, että tavallaan nämä tietyt tyypit, joilla on jo olemassa kontakti valtaväestöön, nii niillä on vahvistunu entisestään se yhteistyö vielä, koska ne on nähny näissä tapahtumissa toisiaan. Ne on kasannu näitä futisjoukkueita ja veikkaan kyllä, että niillä on ollu numerot jo entuudestaan näihin tiettyihin tyyppeihin. Mut sitte, mulla on vähän semmonen kutina, että siinä sivussa tää taustaporukka on myöskin totta kai tutustunu tähän valtaväestö porukkaan, mutta en mä usko, että siinä ihan vielä niin ku on vielä semmosta puhelinnumeroiden vaihtoo vielä tapahtunu, tai kyläilyä tai tällasta. Se on aika pitkä prosessi” – H1 miesohjaaja.

”Eli ehkä tämä kommunikointi on samassa tilanteessa olevan kanssa kommunikointi on aina helpompi, kuin lähteä kommunikoimaan esimerkiksi suomalaisen kanssa. Vaikka taustat maahanmuuttajilla ovat hyvin erilaiset, mutta silti. Elikkä kaikki ovat käyneet sen kielen koulutuksen. Sitten kaikilla on samanlaiset ongelmat, että ei oo kavereita ja niin pois-päin. Että periaatteessa tämä Suomeen muuttoaika, niin siitä lähtien maahanmuuttajat ovat käyneet läpi saman muuttoprosessin”

- H2 naisohjaaja

Usein maahanmuuttajanuoret hakeutuvat aluksi toisten maahanmuuttajien seuraan, yleensä omaan vähemmistöryhmään. Heillä on yhteisiä kokemuksia, sama kulttuuri ja sama kieli, joten kiinnittyminen on helpompaa. Kuitenkin monet maahanmuuttajat viihtyvät myös suomalaisten kanssa, kunhan pääsevät heidän kanssaan vuorovaikutukseen. (Räty 2002, 112–113, 169–170.)

Hankkeen ohjaajat olivat myös samaa mieltä siitä, että liikuntatoiminnan kautta maahanmuuttajat voisivat oppia suomen kieltä lisää, koska vaikka liikuntatapahtumissa on käytössä monia kieliä, niin varsinkin sääntöjen selvittelyssä ja mahdollisissa konfliktitilanteissa käytetään suomenkieltä. Sen sijaan yksi ohjaaja uskoi, että maahanmuuttajat eivät lähde vain elekielitaidoilla harrastuksiin mukaan, vaan vasta sitten, kun heillä on tarpeeksi hyvä suomen kielen taito.

Suomalaiset ja maahanmuuttajat olivat hyvin pitkälti samaa mieltä siinä, että maahanmuuttajien oma rohkeus on keskeisessä osassa kontaktien luomisessa ilman järjestettyä toimintaa. Tähän vaikuttaa myös merkittävästi suomalaisten suhtautuminen.

”Meidän naapurissa asu kolme tyttöä ja ne oli samanikäisiä kun minä ja minä tutustuin heihin kun oltiin pihalla minun pikkusiskon kanssa. Ne opetti minulle vähän niin ku Suomenkieltä, sillä mä en osannu hirveesti englantia puhuakaan. Sitten ne puhu tietenkii suomea. Sitte aina kun ne yritti selittää minulle jotain asiaa, nii ne näytti käsillä nii mää opin. Sitten noiden mun kavereiden kautta mä tutustuin muihin kavereihin ja sit ku osasin suomenkiletä sen verran, että pysty kommunikoimaan, niin sitä kautta on helpompi tutustua.”

– H5 Maahanmuuttajataustainen mies, 20 vuotta

Niin suomalaiset kuin maahanmuuttajataustaiset henkilötkin uskoivat, että kaikilla ei ole niin suurta rohkeutta lähteä juttelemaan suomalaisten kanssa ilman sen suurempaa syytä, mutta liikunnan kautta se tapahtuu ikään kuin luonnostaan. Maahanmuuttajataustaiset henkilöt nostivat haastatteluissa esille sen, kuinka helppo uusien on tulla mukaan, vaikka muut toiminnassa mukana käyvät tuntevatkin toisensa. Lisäksi maahanmuuttajataustaiset henkilöt nostivat tähän teemaan liittyen esille sen, että toiminnassa on luotu myös syvempiäkin kaverisuhteita, mistä merkinä on esimerkiksi puhelinnumeroiden vaihtelu, vapaa-ajalla tapaaminen ja ystäväksi kutsuminen. Lisäksi

vanhempi maahanmuuttajataustainen henkilö sanoi haastattelussa, että koulun kautta on helpoin saada ystäviä, mutta vanhemman henkilön kontaktimahdollisuudet ovat työ ja harrastukset. Kotoa käsin kontakteja ei saa ja nimenomaan harrastusten kautta on mahdollista saada kavereita, kun puhuu rohkeasti suomea.

Päivisen tutkimuksesta selvisi, että liikuntaryhmissä koettu sosiaalinen tuki on monipuolista, sillä ryhmä toimi vertaisryhmänä ja hyväksyjänä. Emotionaalista tukea tarjosi erityisesti oma etninen ryhmä. Lisäksi ryhmä (ja liikunta) toimi informaatiopisteenä sekä fyysisen ja psyykkisen terveyden edistäjänä. Sosiaalisia suhteita muotoutui myös liikuntahetken jälkeen. Tuloksista on päätelty, että parantunut terveys ja lisääntynyt sosiaalinen tuki ovat lisänneet naisten itsearvostusta, elämänhallintaa sekä psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia. Näin ollen osallistuminen on lisännyt resursseja kotoutumisen edistymiseen. (Päivinen 2007, Tiivistelmä, 48–49.)

Myös suomalaiset osallistujat olivat sillä kannalla, että liikunnan kautta on mahdollista syntyä hyviäkin kontakteja, sillä liikunnan kautta se tapahtuu lähes itsestään. Sosiaalisten suhteiden tasoa pidettiin ”moikkailu-asteella”, mutta sitäkin pidettiin hyvänä, sillä kynnys tutun ihmisen kanssa juttelemiseen on näin ollen pienempi. Myös suomenkielen oppimismahdollisuuksista haastateltavat olivat optimistisia, sillä pelkästään suomenkielen kuuleminen tietyssä kontekstissa auttaa kielen hahmottamisessa.

Omien havaintojeni perusteella yhdyin osittain edellisiin, sillä oma tulkintani on, että pelikentillä on luotu hyviä kaverisuhteita, ei pelkästään ”moikkailua”. Ensimmäisellä liikuntavuorolla tunsin itseni hieman ulkopuoliseksi hyvästä vastaanotosta huolimatta, mutta heti toisella salivuorolla vaihdoin muutaman maahanmuuttajan kanssa puhelinnumeroita, minkä koin tietyllä tapaa hyväksymisen merkiksi.

5.1.2 Arkirutiinien hallintaan oppiminen liikunnan kautta

Ohjaajien mukaan liikunnan kautta on hyvä mahdollisuus oppia suomalaisia sääntöjä, jotka pätevät myös liikuntatilanteiden ulkopuolella. Järjestetyssä toiminnassa ei toteudu rasismia, joten maahanmuuttajat voivat vapaasti olla ja tutustua. Ylipäätään arjen hallinta paranee, kun maahanmuuttajat osallistuvat liikuntatoimintaan.

”Varmaan semmonen niin ku yleinen hyväksyntä ja pääsee mukaan tähän yhteiskuntaan, kun kuitenkin kun kyse on niin ku liikunnasta ja urheilusta, niin siellä on jotkut säännöt. Opitaan yhtälailla niitä sääntöjä, jotka on kuitenkin myös meidän yhteiskunnassakin.” H3 -naisohjaaja

”Ihmiset on varmaan enemmän tottuneet, toki sitä rasisimia varmaan on ja se voi olla vähän piilossakin, mutta ei toki näillä liikuntavuoroilla mutta, että.... luulisin, että suurin osa on kuitenkin ihan hyväksyy heidän täällä olonsa.” H3 -naisohjaaja

Liikuntaan osallistuminen integroi maahanmuuttajia, koska ryhmässä toimimisen kautta on mahdollista oppia paitsi liikunnassa myös muualla yhteiskunnassa vallitsevia sääntöjä (Myrén 2003, 108). Maahanmuuttajat olivat samoilla linjoilla ohjaajien kanssa. Vaikka heillä olisi kotona, töissä tai ylipäätään elämässä ongelmia, niin liikunnan avulla on helppo irrottautua pitämään hauskaa ystävien kanssa.

”Liikunta on hyvä kun siellä nauretaan ja ystävällinen ja kavereita. Jos joskus joku ei olla hyvin kotona ja tulee liikuntapaikalle ja naurattaa. Sitten kun tulee takaisin kotiin niin on iloinen. Se on hyvää liikunnassa, aina tulee hyvä päivä. Kun pelataan ja joku vaikka kaatuu, niin naurattaa. Minun mielestä se on hyvä asia. Samanlaista kuin komedia. Minä katson kotona komediasarja tai telkkari, niin minua naurattaa, minä tykkään komediasta. Kotona minä katon komedia paljon, minua naurattaa. Komedia on hyvä, ei ole mitään ongelmaa. Liikunta toimii samoin. Jos kotona on jotain ja samalla kun liikunta, niin olla ystävällinen ja tulee hyvä päivä. Minä olen pelannut 15 vuotta. Minä haluan liikkua!” – H6 maahanmuuttajataustainen mies, 40 vuotta.

Liikunnan psyykkiset vaikutukset toteutuvat silloin, kun liikunta vastaa harrastajan odotuksiin. Odotuksiin vaikuttaa harrastajan fyysiset ominaisuudet, liikuntataidot ja sosiaaliset tekijät. Liikunnan on tuotettava onnistumisen, hyväksytyksi tulemisen ja irtautumisen kokemuksia, jotta odotukset täyttyvät. Liikunnan psyykkisistä vaikutuksista keskeisin on tunne mielihyväsävytteisestä minäkokemuksesta. Liikunnan kautta ajatukset siirtyvät liikuntaan, omasta kehosta saadaan hallintakokemuksia ja psyykkiset jännitykset purkautuvat. (Vuori 2000, 82–83.)

Hankkeeseen on koulutettu vertaisohjaajia, jotka huolehtivat ovien avaamisesta, tarvittavien välineiden paikalle tuonnista ja vuoron ohjauksesta. Tätä kautta myös vastuu liikuntavuoron onnistumisesta on heillä. Liikunta auttaa maahanmuuttajia myös noudattamaan suomalaista täsmällistä aikakäsitystä.

”Meillä ulkomaalaisilla, meillä on iso ongelma ajan kanssa. Kuten huomaat, jos sanotaan, että pelit alkaa viideltä, niin usein monet tulee myöhässä. Mutta voi olla, että sekii edistää tai pistää ainakii edistämään sitä, että tullaan ajoissa. Varsinkin jos liikuntasalin avain on sinulla. Ite ainakii pyrin aina siihen, että aina ollaan ajoissa, mä en tykkää olla myöhässä. Silleen ku sovitaan jotain ajasta, tietenkään aina ei pääse, mut pyritään aina olemaan ajoissa.”

H5 –maahanmuuttajataustainen mies, 20 vuotta.

Joitakin ongelmakohtiakin kuitenkin ilmeni. Vaikka rasismista ei voidakaan puhua, niin osalla maahanmuuttajista oli väliajoin tietynlaista ulkopuolisuuden tuntemuksia omassa arjessaan. Myös toiseen vähemmistöryhmään kuuluvien kanssa oli joitakin ongelmia.

”On vieläkin semmosta tunnetta, että vaikka oon ollu kymmenen vuotta, niin totuuden jos puhutaan ja haluat tietää, niin on vieläkin semmosta tunnetta, että ihmiset ei oo tutustunu silleen syvällisesti, että asiat menis silleen normaalisti.” H4 – maahanmuuttajataustainen mies, 20 vuotta.

”Ne (eräs maahanmuuttajaryhmä) on aina semmosia, että ne ei suostu tekemään kompromisseja. Mekii ollaan silleen, että annetaan olla, mutta ens kerralla mekään ei tehdä mitään kompromissejä. Ne ei osaa ottaa niin ku asioita rennosti.”

H4 –maahanmuuttajataustainen mies 20, vuotta

”Siellä on vähän semmosia kuppikuntia ja joskus ne puhuu esimerkiksi pukukopissa toisista pahaa. Minusta pukukoppipuheet on yhtä tärkeitä, kuin itse pelaaminenkin. Tarvittas ohjaajan reflektointia, jotta ne tilanteet saatas purettua.” - H8, suomalainen mies osallistuja, 22 vuotta

Ollessani mukana liikuntavuoroilla ja tutustuttuani maahanmuuttajiin, sain kuulla myös hieman heidän ongelmistaan. Joillakin maahanmuuttajilla oli ollut ongelmia perheessä, joillakin työttömyyden / lyhyiden työsuhteiden kanssa ja myös virkavallan kanssa oli ollut erimielisyyksiä. Vuolteen (2000, 23) mukaan liikunta voi auttaa selviytymään vaikeista elämäntilanteista. Liikunnalla on positiivista yhteiskunnallista arvoa, jos liikunta luo tasapainoa ja yhteenkuuluvuutta sosiaalisiin ryhmiin, joihin osallistuja liikunnan kautta liittyy. Vaikka maahanmuuttajien elämäntilanne voi olla hankala, niin havaintojeni perusteella uskon, että liikunta on tuonut heille miellyttävää ja erittäin toivottua elämänsisältöä. Erilaiset vastuutehtävät luovat pohjaa arjen hallinnan parantumiselle. On muistettava, että maahanmuuttajat eivät ole välttämättä yhtenäinen ryhmä ja näin ollen erilaisia kulttuurien välisiä törmäyksiä tulee myös heidän välillään. Mielestäni hankkeen aikana on kuitenkin onnistuttu hyvällä tavalla tuomaan yhdessä liikkumisen periaatteita esille ja jätetty kulttuuriset erot taka-alalle.

5.2 Mielipide Mikkelin Kaikki liikkumaan! -hankkeesta

Hankkeen ohjaajat ovat pääasiassa hyvin tyytyväisiä saatuihin tuloksiin. Heidän mukaansa edullisten palveluiden tarjoaminen ja ylipäättään palveluiden tuominen lähemmäksi maahanmuuttajia on ensiarvoisen tärkeää. Liikunta on nähty hyvänä keinona saada maahanmuuttajat ja valtaväestö kohtaamaan luonnollisissa oloissa, joten hanketta pidetään onnistuneena. Miesosallistujia on tavoitettu hyvin, mutta naisten osallistujamääriä haluttaisiin korottaa.

”Maahanmuuttajille on yleensä tosi iso kynnys raha. Ja kun tässä maassa kaikki liikuntaharrastukset maksaa ihan älyttömästi, elikkä ei kaikilla ole varaa lähteä harrastamaan. Jos on mahdollista, niin lähettää lapsia, mutta sitten ei kukaan aikuisista ajattele itseään. Että ei sitten perheen vara riitä. Mutta sitten tämän kaikki liikkumaan! -hankkeen avulla siitä on vähän niin kuin tullut totta. Että on ollut mahdollisuus lähteä harrastamaan esimerkiksi zumbaa.” – H3 naisohjaaja

Sandhu-Ovaskan (2001, 67) tutkimuksesta selvisi, että suomalaiset kokivat saavansa vaikuttaa asioihin maahanmuuttajia enemmän koulussa, kotona ja varsinkin vapaaajalla. Maahanmuuttajista 58 % kertoi haluavansa harrastaa jotakin, mitä eivät voi.

Yleisimpinä syinä oli rahan ja ajan puute. Näin ollen hankkeen avulla on mahdollistettu usean maahanmuuttajan liikuntatarpeen täyttäminen.

Kehittämiskohteina nähtiin naisten vähäinen osallistuminen, yhteistyö muihin vaikuttajiin (esimerkiksi liikuntaseurat), henkilökunnan parempi pysyvyys, nuorten parempi sitouttaminen ja mainonta.

Maahanmuuttajataustaisista henkilöistä kaikki olivat sitä mieltä, että hanke on onnistunut. Kuitenkin kehitysehdotuksiakin tuli, toisilta vähemmän ja toisilta enemmän. Kehityskohteina nähtiin mainonta ja yleinen näkyvyys sekä osallistujien vaihteleva määrä ja sitoutumattomuus. Myös vertaisohjaajien rinnalle haluttiin ammattitaitoinen ohjaaja.

”Joskus oli 30 tai 25, tällä hetkellä vähän vähemmän. Jos olisi joku joka ohjaisi tai neuvoisi, niin olisi parempi. Nuoret haluaa kasvaa ja uusia asioita, niin sitten jos olis semmonen ammattitaitoinen, niin sitä kautta oppisi. Ehkä pitäisi paremmin sitoutua, kun aikasemmin kävi enemmän porukkaa, että ne kävis vieläki.”

- H6, maahanmuuttajataustainen mies, 40 vuotta

Yhden maahanmuuttajataustaisen henkilön näkemys oli kriittisempi. Hänen mielestä hankkeen toiminta on riittämätöntä ja sillä on ainoastaan tuotettu liikuntatoimintaa, ei järjestäytyneitä kohtaamisia ihmisten välillä. Hänen mielestään työ on arvokasta ja hanke on onnistunut, mutta sitä pitäisi tehdä paremmin antamalla ohjausvastuuta enemmän esimerkiksi sellaisille nuorille, jotka tuntevat maahanmuuttajat sekä kanta-väestön henkilöt ja näin ollen saisi heidät paremmin yhteen.

”Vuosi on takana, menny hyvin. Toivoisin, että tapahtuis enemmän. Voita is vaikka ihmisille, muille nuorille ja semmosille ihmisille, jotka osaa oikeesti pyörittää sitä paljon vahvempaa, niin antais niiden hoitaa sitä asiaa. Jos ei, niin sitten annetaan mennä niiden sääntöjen mukaan, mitä pystytään. Tällä hetkellä Kaikki liikkumaan! -hanke ei oo tehny enem pää, kuin tutustuttaa nuoria liikuntaan. Jos se haluais, että ulkomaalaiset lähtee liikunnan avulla tutustumaan suomalaisiin, niin sitten tarvitaan henkilöitä, jotka osaa hallita tilanteita. Ohjaa heidät yhteen ja oh-

jaa vielä sitä tapahtumaa, niin että ne joutuu oikeesti tekemään yhteistyötä. Sillä avulla, en sano että heti tilanne muuttuu, mutta hiljaisesti.”

– H2 maahanmuuttajataustainen mies, 20 vuotta

Suomessa liikuntaseurojen toiminnassa eri rooleissa on mukana lähes 2/3 osaa suomalaisista. Suomen liikuntatoiminnan tulevaisuuden kannalta nähdäänkin tärkeänä ylläpitää tätä suurta osallisuutta aktivoimalla nuoret entistä paremmin mukaan aktiivisina toiminnan järjestäjinä ja vastuunkantajina, ei pelkästään osallistujina. (Koski 2000, 213.)

Suomalainen naisosallistuja toi mielenkiintoisen huomion esille. Hänen mukaansa hankkeeseen osallistuvat suomalaiset tietävät osallistuessaan, että vastassa on monikulttuurisia ihmisiä ja näin ollen he ovat jo valmiiksi suvaitsevaisempia ja heidän kauttaan maahanmuuttajien on helpompi lähteä tutustumaan muihin suomalaisiin.

”Yleensä tällaisessa toiminnassa mukana olevat suomalaiset on vähän erilaisia muihin suomalaisiin verrattuna. Että ehkä se laskeutuminen suomalaiseen kulttuuriin on vähän pehmeempi tällasen toiminnan kautta. Ja sitten niihin juroihin pystyy ottamaan pehmeemmän laskun, heidän tutustumiseen, näitten suvaitsevaisempien suomalaisten kautta.”

H7- suomalainen naisosallistuja, 20 vuotta.

Suomalaiset osallistujat pitivät hanketta hyvinkin onnistuneena, sillä osallistujamäärät ovat hyviä ja toiminnassa on saanut hyvin kontakteja maahanmuuttajiin. Kehityskohteenä suomalaiset toivat myös esille naisten vähäisen osallistujamäärän kasvattamisen.

6 POHDINTA

Johtopäätökseni on, että liikunta on hyvä keino edistää maahanmuuttajien kotoutumista. Laxin ja Salmisen (2000, tiivistelmä) tutkimuksesta tuli tulos, jonka mukaan liikunta itsessään ei auta maahanmuuttajia kotoutumaan, mutta se luo ympäristön, missä kotoutumista on mahdollista edistää. Varsinkin järjestetyssä ympäristössä, kuten Kaikki liikkumaan! -hankkeen vuoroilla, kotoutumisen edistyminen on mahdollista. Haastattelujen tuloksista koottu johtopäätös on, että liikunta edistää maahanmuuttajien kotoutumista, koska liikunta yhdistää ihmisiä kotimaasta riippumatta ja se on yhteinen kieli, johon osallistuakseen ei välttämättä tarvitse osata suomen kieltä. Osallistumisen kautta on mahdollista oppia kieltä, tutustua suomalaisiin ja muihin maahanmuuttajiin, sekä tutustua suomalaiseen elämään, vaikka ei olisi niin sosiaalinenkaan tai vaikka ei osaisi lajia optimaalisella tasolla. Ylipäätään ryhmään kuulumisen nähtiin tärkeänä. Maahanmuuttajien omien murheiden murehtiminen jää vähemmälle, kun osallistuu johonkin harrastukseen ja näin arjen hallinta paranee.

Pidempään maassa olleet maahanmuuttajat ovat jo hyvin sisällä suomalaisessa yhteiskunnassa ja sosiaalisissa verkostoissa ja näin ollen vasta maahan tulleiden maahanmuuttajien on helpompi tutustua uusiin ihmisiin, kun nämä ”kontaktihenkilöt” ovat jo päässeet hyviin sosiaalisiin kontakteihin suomalaisten kanssa. Hanketta pidettiin pääasiassa onnistuneena, sillä se tarjoaa palveluita, jossa kohtaamiset ovat mahdollisia ja sitä kautta yhteiskuntaan paremmin mukaan pääseminen mahdollista. Hanke on saanut vuodessa paljon aikaan, mutta kehitettävääkin on. Kehityskohteina nähtiin pääasiassa mainonnan parantaminen, naisten osallistumismäärän kasvattaminen, osallistujien sitouttaminen ja nuorten suurempi vastuunkanto toiminnan pyörittämisessä.

Tomi Kiilakosken Allianssin hyvinvointifoorumissa (2012) esittämänsä luennon teema oli nuorisotyö hyvinvoinnin rakentajana. Hänen mielestään nuorisotyössä on ehkä jopa liikaa panostettu niiden asioiden korjaamiseen, jotka ovat menneet huonosti aiemmin. Näin ollen nuorisotyö on ollut pahoinvointipalvelu. Hän kuvasi tilannetta vaakasimerkillä, jossa vaakana on toisella puolella kallellaan vastoinkäymisistä ja vaakaa pyritään tasapainottamaan poistamalla vastoinkäymisistä aiheutuvia ongelmia. Kiilakosken mielestä yhtä hyvin nuorisotyö voisi tehdä työtä myös hyvinvointipalveluna, jolloin ihmisille tuotaisiin vastoinkäymisten rinnalle hyviä asioita. Tällöin vaakana ta-

soittuu samalla lailla, kun vastoinkäymisten vastapainoksi tarjotaan positiivisia kokemuksia, kuten esimerkiksi harrastuksen tarjoaminen. Mielestäni Kaikki liikkumaan! – hankkeen voisi luokitella tällaiseksi hyvinvointipalveluksi, sillä esimerkiksi pakolaisena Suomeen tulleella maahanmuuttajalla on varmasti taakkana omat kokemukset kotimaan tapahtumista ja uuden maan kulttuurishokista. Lisäksi maahanmuuttajien arkeen voi liittyä työttömyyttä tai pätkätyötä ja ongelmia lain kanssa (näin myös kohderyhmään kuuluvilla maahanmuuttajilla). Tarjoamalla harrastuksia ja mahdollisuutta tutustua suomalaisiin liikunnan kautta omien ongelmien murehtiminen jää tutkimukseni mukaan vähemmälle ja kotoutuminen edistyy.

Haastatteluissa ilmeni, että hankkeen toimintaan osallistuvat suomalaiset ovat mahdollisesti keskimääräistä suvaitsevaisempia, sillä he tietävät liikuntavuorolle tullessaan, että heitä vastassa on monikulttuurisia ihmisiä. Näin ollen tällaisen hankkeen avulla ei pystytä ainakaan heti vaikuttamaan nimenomaan rasistisesti ajattelevien ihmisten ajatuksiin. Uskon kuitenkin, että mitä tavallisemmaksi ja yleisemmäksi tällaiset toimintamuodot tulevat, sitä hyväksytyimmäksi ne myös tulevat valtakunnallisesti. Itkosen ja Sänkiahon (2000, 206) mukaan liikunta voi olla merkittävä kansainvälisen ymmärryksen lisääjä. Kansallinen suvaitsevaisuustyön kautta on mahdollista lisätä monikulttuurista-ajattelua, mikä on lähes välttämätöntä globalisoituvassa maailmassa.

Yksi haastateltava suomalainen toi esille huomion itsestään. Hän on huomannut oman käytöksenä olevan hieman erilainen ja sosiaalisempi maahanmuuttajien seurassa. Näin ollen meidän, maahanmuuttajien mukaan ujojen, on mahdollista kehittää omaa sosiaalista kanssakäymistämme samalla kun harrastamme liikuntaa. Useassa vaiheessa haastatteluja tuli ilmi, että maahanmuuttajilta vaaditaan omaa aloitekykyä ja rohkeutta kohdata suomalaisia ja aloittaa heidän kanssaan keskustelu. Liikuntatoiminnan yhteydessä jo valmiiksi suvaitsevaisille suomalaisille puhumisen kynnyks on huomattavasti matalammalla, kuin mitä se on muualla. Myös maahanmuuttajien kuuleminen (esimerkiksi suunniteltaessa uusia liikuntavuoroja tai tämän opinnäytetyön haastattelut) on merkittävää. Uskon, että tätä kautta maahanmuuttajien rohkeus omien mielipiteiden esilletuonnissa lisääntyy.

Maahanmuuttajien kotoutumisen tukeminen liikunnan avulla on pienin askelin nousmassa yleisemmäksi toimintatavaksi. Myös yleinen kiinnostus toimintaa kohtaan on lisääntynyt. Tästä olkoon esimerkkinä Yle tv-uutisten juttu Mäntyharjulta elokuun

lopussa, jossa nuorten maahanmuuttajien kotoutumista tuettiin jalkapalloharrastuksen avulla (Yle 2012). Myös 2010-luvulla alkaneet maahanmuuttajien liikuntahankkeet (esimerkiksi Kaikki liikkumaan! -hanke ja kohdassa 3.4 esitellyt hankkeet Kuopiosta ja Kruunupyystä/ Kokkolasta) kertovat omaa kieltään toiminnan tarpeellisuudesta. Liikunnan mahdollisuuksia kotoutustyössä on tutkittu niukasti, joten toivottavasti jatkossa tutkimuksia tulisi lisää.

Toivoisin jatkotutkimuskohteeksi naisten kotoutumista tukevaa liikuntaa käsittelevän tutkimuksen, sillä yrityksestä huolimatta en saanut yhtään maahanmuuttajanaista haastateltavaksi tutkimukseeni. Lisäksi Mikkelissä on tuotettu maahanmuuttajien kotoutumisen tukena myös elokuva. Olisi mielenkiintoista, mikäli tehtäisiin tutkimus taiteen mahdollisuuksista maahanmuuttajatyössä, sillä niin kuin liikuntakin, niin myös taide toimii yhteisenä kielenä eri kulttuurien välillä.

Aineiston koko oli mielestäni riittävä tähän opinnäytetyöhön, sillä viimeisten haastateltavien kohdalla osa vastauksista alkoi olla samoja, kuin aiemmin haastateltavilla. Aaltion & Puusan (2011, 161) mukaan tietyn haastattelumäärän jälkeen tutkija alkaa kuulla samoja asioita, eikä uutta opittavaa enää ole. Tätä kutsutaan saturaatioksi ja sitä voidaan pitää kulminaatiokohtana haastattelun keruussa. Haastattelemalla kolmea eri toimijaa (ohjaajat, maahanmuuttajat, suomalaiset osallistujat) sekä havainnoimalla itse, sain tietoa joka näkökulmasta ja näin ollen pidän tutkimukseni tuloksia luotettavina. Myös Hirsjärven & Hurmeen (2000, 38–39) mukaan tutkimuksen luotettavuutta voidaan lisätä valitsemalla useampia menetelmiä tai tietolähteitä, jolloin saadaan esiin laajempia näkökulmia. Tätä keinoa kutsutaan Triangulaatioksi.

Vaikka nuorisolain mukaan nuori onkin alle 29-vuotias, niin olisin silti voinut haastatella selkeästi nuorempia maahanmuuttajanuoria, sillä nuorin haastattelemanuori oli 20-vuotias. Jos olisin haastatellut nuorempia henkilöitä, niin todennäköisesti olisin saanut hieman erilaista näkökulmaa hankkeen toiminnasta. Lisäksi maahanmuuttajanaisten puuttuminen haastatteluaineistoista voi vääristää tulosta jonkin verran.

Tutkimuksen uskottavuutta lisää myös haastattelujen ja analyysin etenemisten kuvaaminen. Haastattelusta poimitut sitaatit ja niiden rinnastaminen edellisiin tutkimuksiin lisää tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimukseni oli laadullinen ja paikallisena toteutettu, joten tutkimustani ei voi täysin yleistää ympäri Suomea koskeväksi. Muihin tutki-

muksiin verrattaessa tulokset kuitenkin näyttäytyvät ainakin lähes samanlaisina muuallakin Suomessa.

Tutkimuksen merkittävyyttä on vaikea määritellä tässä vaiheessa. Uskon kuitenkin, että opinnäytetyötäni voidaan hyödyntää kunnissa, joissa toteutetaan maahanmuuttajatyötä. Työni voi antaa apua kuntiin, joissa on vastaavanlainen hanke tai sellainen on suunnitteilla. Lisäksi työelämäkontaktini voi hyödyntää opinnäytetyötäni hankkeen kehittämisessä, sillä opinnäytetyöni antaa tietoa hankkeen toimivuudesta ja siitä, missä se on onnistunut ja mitä asioita voi vielä kehittää.

LÄHTEET

Aaltio, Iris & Puusa, Anu 2011. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa: Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.) 2011. Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Vantaa: Hansabook, 153-165.

Alasuutari, Pertti 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.

Alitolppa-Niitamo, Anne 1993. Kun kulttuurit kohtaavat. Helsinki: Suomen mielen-terveysseura & Sairaanhoidajien koulutussäätiö.

Alitolppa-Niitamo, Anne 2010. Perheen akkulturaatio ja sukupolvien väliset suhteet. Teoksessa Martikainen, Tuomas & Haikkola Lotta (toim.) 2010. Maahanmuutto ja sukupolvet. Tietolipas 233 SKS. 45–66. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura, 45-65.

Berry, John W 1997. Immigration, Acculturation and Adaptation. PDF-dokumentti. http://www.unige.ch/international/etudageneve/gisp/prog/Readings/Akkari_Berry.pdf. Päivitetty 26.9.2007. Luettu 14.8.2012.

Bunktkicktgut 2012. Interkulturelle straßenfußball-liga München. WWW-dokumentti. <http://www.bunktkicktgut.de/startseite>. Ei päivitystietoja. Luettu 27.10.2012.

Cities of Migration 2012. Bunktkicktgut! Integration Through Sports. WWW-dokumentti. http://citiesofmigration.ca/good_idea/bunktkicktgut/. Ei päivitystietoja. Luettu 27.10.2012.

Cuong, Nguyen Quoc 2001. Vietnamilaiset Suomessa – jo kaksikymmentä vuotta yhteiseloa. Teoksessa Forsander, Annika, Ekholm, Elina & Hautaniemi, Petri et al. (toim.) 2001. Monietnisyys, yhteiskunta ja työ. Helsinki: Palmenia-kustannus, 114–134.

Ekholm, Elina 2001. Monietninen yhteiskunta. Teoksessa Forsander, Annika, Ekholm, Elina & Hautaniemi, Petri et al. (toim.) 2001. Monietnisyys, yhteiskunta ja työ. Helsinki: Palmenia-kustannus, 161–190.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2005. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Eskola, Jari & Vastamäki, Jaana 2001. Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 24–43.

EVA:n julkaisuja 2001. Vieraassa vara parempi? Suomen maahanmuuttopolitiikan haasteet. Helsinki: Taloustieto Oy.

Fagerlund, Emilia 2012. Maahanmuuttajien kotouttaminen liikunnan avulla. Vuoden 2011 kehittämisavustusten seuranta ja arviointi. LIKES-tutkimuskeskus: liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 265. PDF-dokumentti.

<http://www.likes.fi/pages/UserFiles/Kotouttaminen2012%281%29.pdf>. Päivitetty 26.9.2012. Luettu 2.11.2012.

Forsander, Annika, Ekholm, Elina & Hautaniemi, Petri et al. 2001. Monietnisyys, yhteiskunta ja työ. Helsinki: Palmenia-kustannus.

Grönfors, Martti 2001. Havaintojen teko aineistonkeräyksen menetelmänä. Teoksessa Aaltola & Juhani, Valli, Raine (toim.) 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 151–170.

Halinoja, Raimo 1996. Kouluttautuminen monikulttuurisuuteen. Teoksessa Halinoja, Raimo, Malmberg, Raija & Salo-Lee, Liisa (toim.) 1996. Me ja muut. Kulttuurienvälinen viestintä. Helsinki: Yleisradio Oy. 115–131.

Harinen, Päivi, Honkasalo, Veronika, Souto, Anne-Mari & Suurpää, Leena 2009. Ovet auki! Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/ nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 91.

Harinen, Päivi 2005. Mitähän tekis? Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen – tutkimushankkeen välireportti. Nuorisotutkimusseura: verkkojulkaisusarja. PDF-dokumentti. <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/mitahantekis.pdf>. Päivitetty 26.9.2005. Luettu 25.8.2012.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hulkkonen, Hanna 1997. Sattumalta Suomessa: tutkimus saksalaisten siirtolaisten sopeutumisesta suomalaisen yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Jyväskylän Yliopisto: yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Sosiologian Pro gradu- tutkielma. PDF-dokumentti. <https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/11573>. Päivitetty 20.8.2000. Luettu 16.8.2012.

Huotari, Seija 2011. Harjoitteluraportti. PDF-dokumentti. Mikkelin ammattikorkeakoulu: sosiaalialan koulutusohjelma. Päivitetty 13.4.2012. Luettu 26.10.2012.

Hynninen, Antti 2011. Henkilökohtainen tiedonanto. 8.11.2011. Nuoriso-ohjaaja. Mikkelin liikunta- ja nuorisopalvelut.

Itkonen, Hannu & Sänkiaho, Risto 2000. Kansallisesta kansainväliseen – kuinka muutos näkyy liikuntakulttuurissa? Teoksessa Miettinen, Mari (toim.) 2000. Haasteena huomisen hyvinvointi – miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu 2. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 124. Helsinki: LIKES-tutkimuskeskus, 189–213.

Jasinskaja-Lahti, Inga & Liebkind, Karmela 2006. Nuorten maahanmuuttajien hyvinvointiin vaikuttavat tekijät. Teoksessa Liebkind, Karmela (toim.) 2006. Monikulttuurinen Suomi. Etniset suhteet tutkimuksen valossa. Helsinki: Gaudeamus, 112–124.

Kansalaisuuslaki 16.5.2003/359. Luku 3. WWW-dokumentti.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2004/20030359>. Ei päivitys tietoa. Luettu 19.9.2012.

Kansallinen liikuntatutkimus 2012. Suomen liikunta ja urheilu. WWW-dokumentti.
<http://www.slu.fi/liikuntapolitiikka/liikuntatutkimus2/>. Ei päivitystietoa. Luettu 24.10.2012.

Kautto, Virpi 2009. Ootsä mun kaa? Ystävyys monikulttuuristen nuorten arjessa. Teoksessa Harinen, Päivi, Honkasalo, Veronika, Souto, Anne-Mari & Suurpää, Leena (toim.) 2009. Ovet auki! Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/ nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 91, 62–75.

Kiilakoski, Tomi 2012. Nuorisotyö hyvinvoinnin rakentajana – yksilöiden ja yhteisöiden näkökulma. Allianssin hyvinvointifoorum 15.2.2012. Luentomuistiinpano.

Kim, Heli 2009 . Miten monikulttuurista liikunta ja urheilu Suomessa on? Monikulttuuristen nuorten puheenvuoro. Teoksessa Harinen, Päivi, Honkasalo, Veronika, Souto, Anne-Mari & Suurpää, Leena. (toim.) 2009. Ovet auki! Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/ nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 91, 160–176.

Koski, Pasi 2000. Millä tavoin kansalaisaktiivisuus toteutuu liikunnassa? Teoksessa Miettinen, Mari (toim.) 2000. Haasteena huomisen hyvinvointi – miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu 2. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisu 124. Helsinki: LIKES-tutkimuskeskus, 213–243.

Kotoutuminen 2011. Magma. WWW-dokumentti.
<http://www.magma.fi/teema/kotoutuminen>. Päivitetty 8.4.2011. Luettu 21.10.2011.

Kuopion kaupunki 2012. Kotoutumiskunta Kuopion maahanmuuttajanuorille ja – naisille –hanke. Loppuraportti. Muokattu 11.9.2012. Luettu 27.10.2012.

Laakso, Lauri 2007. Johdatus liikuntapedagogiikkaan ja liikuntakasvatukseen. Teoksessa Heikinaro-Johansson, Pilvikki & Huovinen, Terhi (toim.) 2007. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö, 16–24.

Lax, Marita & Salminen, Mari 2000. Lisääkö liikunta suvaitsevaisuutta?: liikunnan suvaitsevaisuustyön mahdollisuudet. Jyväskylän Yliopisto: Liikunnan- ja sosiaalitieteiden laitos. Pro gradu –tutkielma. PDF-dokumentti. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-2000835219>. Päivitetty 3.8.2000. Luettu 30.1.2012.

Lehtosaari, Rachel 2010. Liikunta kansainvälisenä kielenä. Maahanmuuttajien liikuntasuhde ja näkemyksiä liikunnan vaikutuksesta kotoutumiseen. Turun yliopisto: Kasvatustieteiden laitos. Pro gradu- tutkielma.

Liebkind, Karmela 1996. Me ja muukalaiset. Teoksessa Halinoja, Raimo, Malmberg, Raija & Salo-Lee, Liisa (toim.) 1996. Me ja muut. Kulttuurienvälinen viestintä. Helsinki: Yleisradio Oy. 146–150.

Liebkind, Karmela, Haaramo, Juha & Jasinskaja-Lahti, Inga 2000. Kannattaa tutustua paremmin. Teoksessa Liebkind, Karmela (toim.) 2000. Monikulttuurinen Suomi. Etniset suhteet tutkimuksen valossa. Helsinki: Gaudeamus, 56–68.

Lindroos, Ismo 2006. Somalien integroituminen yhteiskuntaan Suomessa. Järvenpään diakonia-ammattikorkeakoulu: sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti.

http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Jarvenpaa2006/8a3625_jarvenpaa_lindroos_6856.pdf. Päivitetty 23.11.2006. Luettu 20.8.2012.

Martikainen, Tuomas & Haikkola, Lotta 2010. Maahanmuutto ja sukupolvet. Tietolipas 233 SKS. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.

Metsämuuronen, Jari 2001. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Metodologia –sarja 4. Helsinki: Methelp Ky.

Mikkelinseudun maahanmuutto-ohjelma 2008–2015. 2008. PDF-dokumentti.

<http://www.mol.fi/toimistot/mikkeli/Mikkelinseudunmaahanmuutto-ohjelma2008-2015.pdf>. Päivitetty 24.11.2008. Luettu 13.12.2011.

Myrén, Kati 2003. Kohtaamisia liikunnan kentällä – liikunnan suvaitsevaisuushankkeiden arviointi 1996-2002. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö LIKES.

Myrskylä, Pekka 2007. Kaupungit kasvavat sisältäpäin. Tilastokeskus. WWW-dokumentti. http://www.stat.fi/artikkelit/2007/art_2007-07-12_003.html?s=0. Ei päivitystietoja. Luettu. 7.10.2012.

Niemelä, Heli 2006. Somalialaisen ja suomalaisen nuoruuden risteyksessä. Teoksessa Martikainen, Tuomas (toim.) 2006. Ylirajainen kulttuuri. Etnisyys Suomessa 2000-luvulla. Tietolipas 212 SKS. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 168–190.

Ojanen, Markku 2000. Millainen osa liikunnalla on psyykkisessä hyvinvoinnissa? Teoksessa Miettinen, Mari (toim.) 2000. Haasteena huomisen hyvinvointi – miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu 2. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 124. Helsinki: LIKES-tutkimuskeskus, 123-155.

Po1nt Mikkeli 2011. Kaikki liikkumaan!. WWW-dokumentti.

<http://www.po1nt.fi/pk/mikkeli/Kaikki-liikkumaan.html>. Ei päivitystietoa. Luettu 29.11.2011.

Puuronen, Vesa 2006. Näkökulmia etnisten suhteiden tutkimukseen Suomessa. Teoksessa Martikainen, Tuomas (toim.) 2006. Ylirajainen kulttuuri. Etnisyys Suomessa 2000-luvulla. Tietolipas 212 SKS. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 42–55.

Puusa, Anu 2011. Haastattelu laadullisen tutkimuksen menetelmänä. Teoksessa: Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.) 2011. Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Vantaa: Hansabook, 73-87.

Päivinen, Leea 2007. Liikunta matalan kynnyksen kotouttajana. Liikkuvat maahanmuuttajanaiset – hanke Vantaalla. Helsingin diakonia-ammattikorkeakoulu: sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Pääkaupunkiseudun väestö- ja palvelutarveselvitys 2015 ja 2025. 2007. PDF-dokumentti. http://www.hel2.fi/taske/Paras/PKS_Vapa.pdf. Päivitetty 6.6.2007. Luettu 4.10.2012.

Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa 2005. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa (toim.) 2005. Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 22–56.

Räty, Minttu 2002. Maahanmuuttaja asiakkaana. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Salo-Lee, Liisa 1996. Kieli, kulttuuri ja viestintä. Teoksessa Halinoja, Raimo, Malmberg, Raija & Salo-Lee, Liisa (toim.) 1996. Me ja muut. Kulttuurienvälinen viestintä. Helsinki: Yleisradio Oy. 6-35.

Sandhu-Ovaska, Miriam 2001. Jyväskyläläisten maahanmuuttajaoppilaiden kokemuksia hyvinvoinnistaan. Jyväskylän Yliopisto: opettajankoulutuslaitos. Kasvatustieteen pro gradu –tutkielma. PDF-dokumentti. <https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/10344>. Päivitetty 6.11.2011. Luettu 20.8.2012.

Suomen liikunta ja urheilu 2011. WWW-dokumentti. <http://www.slu.fi/>. Ei päivitystietoa. Luettu 24.10.2012.

Svenska Yle 2012. Invandrare integreras genom sport. WWW-dokumentti. <http://svenska.yle.fi/artikel/2012/04/23/invandrare-integreras-genom-sport>. Päivitetty 23.4.2012. Luettu 27.10.2012.

Taavitsainen, Terhi & Virolainen, Leena 2006. ”Kyllähän sitä tuntee itensä vähän erilaiseks – kulttuurina, mutta ei ihmisenä...” Koulun ja koululiikunnan haasteet ja mahdollisuudet islaminuskoisten pakolaistaustaisten nuorten kotoutumisprosessissa. Jyväskylän Yliopisto: Liikuntatieteenlaitos. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma. PDF-dokumentti. https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9591/URN_NBN_fi_jyu-2006349.pdf?sequence=1. Päivitetty 22.6.2006. Luettu 13.5.2012.

Tiittula, Liisa & Ruusuvuori Johanna 2005. Johdanto. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa (toim.) 2005. Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 9–21.

Tilastokeskus 2011a. Ulkomaiden kansalaiset. WWW-dokumentti. http://www.tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto.html. Päivitetty 16.3.2012. Luettu 20.10.2012.

Tilastokeskus 2011b. Turvapaikanhakijat ja pakolaiset. WWW-dokumentti. http://www.stat.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto.html#turvapaikanhakijat. Päivitetty 3.5.2012. Luettu 14.12.2011.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vastamäki, Jonna 2004. Maahanmuuttajan liikuntatunti – liikunnanopettajan kokemuksia. Jyväskylän Yliopisto: liikuntakasvatuksen laitos. Liikuntapedagogiikan pro gradu- tutkielma. PDF-dokumentti.
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9647/G0000562.pdf?sequence=1>
. Päivitetty 4.6.2004. Luettu 13.5.2012.

Vuolle, Pauli 2000. Liikunnan merkitys rakentuu elämänkaarella. Teoksessa Miettinen, Mari (toim.) 2000. Haasteena huomisen hyvinvointi – miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu 2. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 124. Helsinki: LIKES-tutkimuskeskus, 23–49.

Vuori, Ilkka 2000. Tehokas ja turvallinen terveystoiminta. Terveystoiminnan opas. Tampere: UKK-instituutti.

Wagner, Wolf 2005. Kulturschock Deutschland – Revisited. PDF-dokumentti.
<http://www.erato.fh-erfurt.de/so/homepages/wagner/Zuindex/Kulturschock%20Deutschland%202005.pdf>.
Päivitetty 25.10.2009. Luettu 8.8.2012.

Yle 2012. TV-1 uutiset 29.8.2012.

Teemahaastattelurunko

Perustiedot:

Nimi, ikä, ammatti

Mistä kotoisin, milloin tullut Suomeen ja missä asuu nyt

Kotoutuminen ennen hanke toiminnan mukaantulemista:

Millainen kokemus oli tulla Suomeen?

Miten ja missä suomalaisiin sai kontakteja?

Onko viihtynyt Suomessa?

Miten koki silloin oman tilanteensa kotoutumisen suhteen?

Kaikki liikkumaan!- toiminta:

Miten päätyi mukaan toimintaan?

Mitä mieltä on hankkeesta ja sen toiminnasta?

Voisiko toimintaa kehittää? Miten?

Miksi käy mukana toiminnassa? Omasta itsestä johtuvaa/muista? Miksi?

Liikunta kotoutumisen edistäjänä:

Millä tavoin liikuntatoiminta on tukenut kotoutumista?

Onko liikunta luonnollinen tapa ”murtaa jää” suomalaisten ja maahanmuuttajien välillä?
Miksi?

Miten liikunta on vaikuttanut muilla elämänalueilla? (rutiini, aktiivisuus)

Toiminnan kautta syntyneet sosiaaliset suhteet:

Milloin Suomen kieli on merkittävässä osassa kommunikoidessa ja milloin ei? Milloin kieli tarttuu parhaiten?

Kuinka on saanut toiminnan kautta kontakteja suomalaisiin?

Miten toiminta on vaikuttanut kaverisuhteiden luomiseen ja millä tasolla?

Miten hankkeessa mukana olevien kesken on havaittavissa yhteisöllisyyttä?

Tutkimuksia liikunnan käytöstä kotoutumisen tukena

Tutkimuksen ja työn nimi	Keskeisin tulos aiheeseen liittyen
<p>Fagerlund, Emilia & Maijala, Hanna-Mari 2012</p> <p>Saa hengaa eri porukan kanssa. Maahanmuuttajataustaisten lasten ja nuorten liikuntaan osallistumisen tukeminen.</p>	<p>Matalan kynnyksen toiminta tavoittaa parhaiten maahanmuuttajat. Toimintatapoja ovat kohderyhmälähtöinen tiedotus, oheistoiminnan järjestäminen, monikulttuurisuutta tukeva ohjaaminen, yhteiset pelisäännöt, tyttöjen erityisyyden sekä ensimmäisen ja toisen maahanmuuttosukupolven erityistarpeiden huomioiminen. Lisäksi perheiden mukaan ottaminen oli kannattavaa.</p>
<p>Lehtosaari, Rachel 2010.</p> <p>Liikunta kansainvälisenä kielenä. Maahanmuuttajien liikuntasuhde ja näkemyksiä liikunnan vaikutuksesta kotoutumiseen.</p>	<p>Toiminta on aktiivista oman liikunnan ja penkkiurheilun suhteen, liikunnan tuottaminen vähäistä. Maahanmuuttajat harrastavat liikuntaa 1-3 kertaa viikossa ja kokevat sen tärkeäksi. Yli puolet vastaajista sanoi liikunnan auttavan integroitumisessa. Alle 26-vuotiaat maahanmuuttajat osallistuvat muita (maahanmuuttaja-)jikäryhmiä useammin kansuomalaiseen ja maahanmuuttajien keskinäiseen urheiluseuratoimintaan.</p>
<p>Myrén, Kati 2003.</p> <p>Kohtaamisia liikunnan kentällä – liikunnan suvaitsevaisuushankkeiden arviointi 1996-2002.</p>	<p>Myrén arvioi liikunnan suvaitsevaisuushankkeita vuosina 1996–2002 ja niistä tutkimuksista on saatu selville, että yli puolet vastaajista arvio maahanmuuttajien aloittaneen säännöllisen liikunnan harrastamisen hankkeiden johdosta. Maahanmuuttajien ja suomalaisten yhteistyö on huonoimmillaan hankkeen alussa, mutta yhteistyö parantui liikunnan suvaitsevaisuushankkeiden edetessä, ollen parhaimmillaan hankkeen lopussa. Hankkeen loputtua yhteistyön taso laskee, mutta on kuitenkin parempi kuin lähtötilanteessa.</p>
<p>Päivinen, Leea 2007.</p> <p>Liikunta matalan kynnyksen kotouttajana. Liikkuvat maahanmuuttajanaiset – hanke Vantaalla.</p>	<p>Hankkeen tavoitteena on auttaa yli 40-vuotiaita maahanmuuttajanaisia liikkumaan. Hanke toimii myös matalan kynnyksen kotoutumispalveluna ja väylänä normaalipalveluihin. Liikuntaryhmissä koettu sosiaalinen tuki on monipuolista, sillä ryhmä toimi vertaisryhmänä ja ”hyväksyjänä”. Emotionaalista tukea tarjosi erityisesti oma etninen ryhmä. Lisäksi ryhmä (ja liikunta) toimi informaatiopisteenä sekä fyysisen ja psyykkisen terveyden edistäjänä. Sosiaalisia suhteita muotoutui myös liikuntahetken jälkeen. Tuloksista on päätelty, että parantunut terveys ja lisääntynyt sosiaalinen tuki ovat lisänneet naisten itsearvostusta, elämänhallintaa sekä</p>

	<p>psykkistä ja fyysistä hyvinvointia. Näin ollen osallistuminen on lisännyt resursseja kotoutumisen edistymiseen.</p>
<p>Harinen, Päivi 2005.</p> <p>Mitähän tekis? Monikulttuuriset nuoret, vapaa-aika ja kansalaistoimintaan osallistuminen – tutkimushankkeen väliraportti.</p>	<p>Nuorisotalojen toiminta kokoaa erityisesti vasta maahan tulleita maahanmuuttajia, jotka eivät välttämättä osaa Suomen kieltä. 97 % vastaajista sanoi, että heillä on suomalaisia ystäviä, mutta 259 (19 %) vastaajista sanoi, että suomalaisten kanssa ei ole helppo ystäväysty. Syitä ystävien vaikealle saamiselle on ollut oma tausta (”koska olen ulkomaalainen”), ennakkoluulot, suomalaisten ujous, vakavuus ja sulkeutuneisuus, maahanmuuttajien ujous ja aloitekyvyttömyys sekä kieli-muuri. Urheiluseuroihin osallistuu suuri määrä maahanmuuttajataustaisia henkilöitä, mutta he ovat sellaisia, jotka ovat asuneet pitkään Suomessa ja osaavat kielen hyvin.</p>
<p>Lindroos, Ismo 2006.</p> <p>Integroituminen yhteiskuntaan Suomessa.</p>	<p>Somalialaiset ovat integroituneet harrastusten kautta Suomeen. Somaliaikuisilla huoli lasten integroitumisesta Suomeen aiheuttaa ristiriitoja perheessä, sillä oman kulttuurin säilyttäminen on tärkeää somalivanhemmille.</p>
<p>Sandhu-Ovaska, Miriam 2001.</p> <p>Jyväskyläläisten maahanmuuttajaoppilaiden kokemuksia hyvinvoinnistaan.</p>	<p>Tutkimuksen mukaan maahanmuuttajat voivat yleisesti hyvin, mutta suomalaisiin verrattuna huonommin. Merkittävimmät erot syntyvät sosiaalisissa suhteissa, vaikutusmahdollisuuksissa sekä yksinolon ja kiusaamisen kokemuksina. Maahanmuuttajien perheiden rakenne ja arvot olivat perinteisempiä ja he viihtyivät kotona suomalaisia paremmin. Pitivät perhettä tärkeimpänä, suomalaiset kavereita. Suomalaiset kokivat saavansa vaikuttaa asioihin maahanmuuttajia enemmän koulussa, kotona ja varsinkin vapaa-ajalla. Maahanmuuttajista 58% kertoi haluavansa harrastaa jotakin, mitä eivät voi. Yleisimpinä syinä oli rahan ja ajan puute.</p>
<p>Lax, Marita; Salminen, Mari 2000.</p> <p>Lisääkö liikunta suvaitsevaisuutta?: liikunnan suvaitsevaisuuden mahdollisuudet.</p>	<p>Tutkimuksessa tutustuttiin kahden eri urheiluseuran suvaitsevaisuustyöhön. Suvaitsevaisuuden myötä syntyi merkittävää yhteistyötä maahanmuuttajien ja suomalaisten välillä, Mukana henkilöitä kaikista ikäryhmistä ja perheitä. Näkyvyyttä oli myös ulospäin ja tieto kulttuureista levisi. Liikuntaseura on hyvä toimintaympäristö monikulttuuriselle toiminnalle. Se on myös maahanmuuttajille tärkeä sosiaalinen verkosto.</p>

<p>Taavitsainen, Terhi, Virolainen, Leena 2006.</p> <p><i>”Kyllähän sitä tuntee itensä vähän erilaiseks – kulttuurina, mutta ei ihmisenä...”</i></p> <p>Koulun ja koululiikunnan haasteet ja mahdollisuudet islaminuskoisten pakolaistaustaisten nuorten kotoutumisprosessissa.</p>	<p>Koulun liikuntatunteja pidettiin mukavina ja monipuolisina, ja niillä oli aineen non-verbaalisen luonteen vuoksi muita kouluaineita helpompi pysyä opetuksessa mukana. Huomattavaa tuloksissa oli, että maahanmuuttajapojat harrastivat säännöllisesti liikuntaa vapaa-ajalla, mutta tytöillä ei liikuntaharrastuksia juurikaan ollut. Maahanmuuttajatytöt selittivät harrastamattomuutta ajan tai kiinnostuksen puutteella.</p>
<p>Vastamäki, Jonna 2004.</p> <p>Maahanmuuttajan liikuntatunti – liikunnanopettajan kokemuksia.</p>	<p>Koulujen liikuntatunnit ovat hyvä mahdollisuus tutustuttaa maahanmuuttaneet suomalaiseseen urheilukulttuuriin.</p>
<p>Mammon, Reet 2010.</p> <p>Kolmen etnisen ryhmän kotoutumisprosessi Suomessa.</p>	<p>Suomalainen kulttuuri koettiin erilaiseksi ja suomalaiset koettiin hiljaisiksi ja kiireisiksi ihmisiksi. Vapaa-ajan harrastuksiin suhtauduttiin positiivisesti, koska ne tukivat sopeutumista suomalaiseen elämään sekä vuorovaikutusta maahanmuuttajien ja suomalaisten välillä</p>
<p>Hulkkonen, Hanna 1997.</p> <p>Sattumalta Suomessa: tutkimus saksalaisten siirtolaisten sopeutumisesta suomalaiseen yhteiskuntaan ja kulttuuriin.</p>	<p>Saksalaisten siirtolaisten kotoutuminen ollut nopeaa, vaikka joistakin kulttuurisista eroista on tullut hankauksia. Saksalaiset saaneet paljon kontakteja, mutta ne eivät ole olleet kovin syviä, mikä johtuu siitä, että saksalaiset tapaavat toisiaan enemmän kuin suomalaiset</p>