

Tietoa työn tueksi I/2025

Lasten ja nuorten kokemuksia
harrastamisen merkityksistä
ja harrastamiseen liittyvistä
haasteista

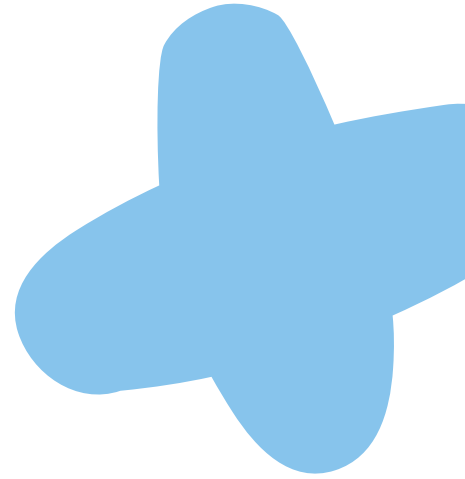
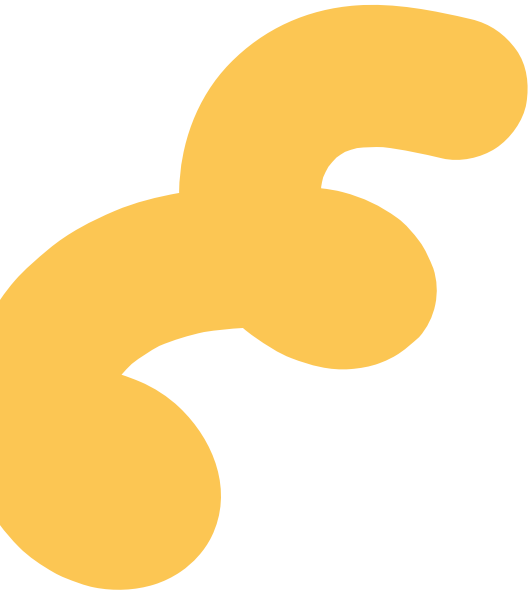
Reetta Kalliomeri, Kaisa Valkama, Elina Weckström



LASTEN, NUORTEN JA PERHEIDEN
OSALLISUUDEN KOORDINAATIO



Euroopan unionin
osarahoittama



1.painos, 2025

Kirjoittajat: Reetta Kalliomeri, Kaisa Valkama, Elina Weckström
Taitto: Sanna Lehti

ISSN 2984-3952 ISBN 978-952-13-6989-6 (pdf)

Tietoa työn tueksi

Lasten, nuorten ja perheiden osallisuuden koordinaation julkaisuja
www.osallisuudenkoordinaatio.fi

Lisätiedot julkaisusta:

reetta.kalliomeri@sos-lapsikyla.fi

elina.weckstrom@sos-lapsikyla.fi



LASTEN, NUORTEN JA PERHEIDEN
OSALLISUUDEN KOORDINAATIO



**European unionin
osarahoittama**

TIETOA TYÖN TUEKSI -JULKAISUSARJA

Lasten, nuorten ja perheiden osallisuuden koordinaation julkaisusarja on suunnattu erityisesti valtakunnallisille ja alueellisille ESR+ 4.3-hankkeille, jotka kehittävät lasten, nuorten ja perheiden palveluita osana EU:n alue- ja rakennepolitiikan ohjelmaa Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027. Julkaisusarjan tavoitteena on tukea hanketoimijoiden osaamista osallisuuden, yhdenvertaisuuden ja sukupuolten tasaarvon edistämisessä sekä tuottaa hankkeiden toiminnasta tietoa, jotta hyvät käytännöt ja toimintamallit voidaan ottaa laajemmin käyttöön.

TIIVISTELMÄ

Harrastaminen on tärkeä osa monen lapsen ja nuoren arkea ja elämää. Lasten ja nuorten harrastamista pidetään lähtökohtaisesti tavoiteltavana asiana. Harrastukset voivatkin tuoda lasten ja nuorten elämään monenlaisia hyviä asioita sekä vaikuttaa hyvinvointiin moniulotteisesti tässä hetkessä ja myös pidemmällä tulevaisuudessa. Harrastuksista voi esimerkiksi löytää mielekästä tekemistä, saada uusia taitoja tai vahvistaa sosiaalisia suhteita. Näiden asioiden toteutuminen ei kuitenkaan ole itsestään selvää, eikä kaikilla lapsilla ja nuorilla ole samanlaisia harrastamisen mahdollisuuksia.

Viime vuosina harrastamiseen liittyen on käyty enenevässä määrin keskustelua myös lasten ja nuorten omista tarpeista, toiveista ja merkityksenannoista sekä kiinnitetty huomiota lapsen oikeuksien toteutumiseen. Lapsilla ja nuorilla on itsellään paljon tietoa ja kokemusta harrastustoiminnasta, oikeuksien toteutumisesta vapaa-ajalla sekä ideoita ja ajatuksia harrastustoiminnan kehittämiseksi.

Tämän Tietoa työn tueksi -julkaisun tavoitteena on tarjota harrastustoiminnan toteuttajille, sitä kehittäville ja siitä päätöksiä tekeville tietoa lasten ja nuorten omista kokemuksista, tarpeista ja toiveista sekä nostaa esiin lasten ja nuorten ehdotuksia harrastustoiminnan kehittämiseksi. Julkaisu antaa myös esimerkin siitä, miten lapsia ja nuoria voi kuunnella osana toiminnan kehittämistä.

Asiasanat: harrastaminen, lapset, nuoret, osallisuus, yhdenvertaisuus, lapsen oikeudet, lapsikeskeinen palvelumuotoilu



SISÄLTÖ

HARRASTAMINEN LASTEN JA NUORTEN ELÄMÄSSÄ	5
Kansalliset strategiat ja valtakunnallinen kehittämistyö lasten ja nuorten harrastamisen näkökulmasta	8
Lapsilta ja nuorilta saatu tieto kansallisissa selvityksissä	10
LASTEN JA NUORTEN KUULEMINEN HARRASTAMISESTA	14
Lapsikeskeinen palvelumuotoilu	14
Kohtaamiset lasten ja nuorten kanssa	17
Unelmista totta -kysely ja harrastustarinat	19
Erätauko-keskustelu ja skidialogit	19
Toimintapisteet Mummun ja vaarin tuvilla	20
Toimintapisteet Mun elämä -toiminnassa	21
Ryhmähaastattelu ja kysely SOS-kehittäjänuorille	22
Eettiset kysymykset osana lasten ja nuorten kuulemista	23
Aineiston koonti, käsittely ja oivallusten tekeminen	27
HARRASTAMINEN LASTEN JA NUORTEN KOKEMANA	30
Harrastamisen myönteiset merkitykset lasten ja nuorten kokemina	30
Harrastamisen haasteet lasten ja nuorten kokemina	37
Ratkaistavia kohtia ja ideoita ratkaisuiksi harrastamisen palvelupolulla	43
Yhteenveto: Tulokset lapsen oikeuksien valossa tarkasteltuna	47
LÄHTEET	50
LIITE 1 VINKIT HARRASTUS- JA VAPAA-AJAN TOIMINNAN KEHITTÄJILLE	56
LIITE 2 TYÖKALU HARRASTUSTOIMINNAN LAADUN KEHITTÄMISEKSI LASTEN JA NUORTEN NÄKÖKULMAT JA LAPSEN OIKEUDET HUOMIOIDEN	58
LIITE 3 APUKYSYMYKSIÄ HARRASTAMISEN PALVELUPOLUN MUOTOILUUN	60



HARRASTAMINEN LASTEN JA NUORTEN ELÄMÄSSÄ

Harrastaminen saa erilaisia määritelmiä eri tilanteissa. Toisinaan harrastamisella viitataan vain tavoitteelliseen tai ohjattuun toimintaan. Tässä julkaisussa harrastamisella tarkoitetaan laajasti kaikkea sellaista lasten ja nuorten säännöllistä toimintaa ja tekemistä, jonka lapsi ja nuori kokee tärkeäksi osaksi vapaa-aikaansa riippumatta siitä kenen kanssa tai missä paikassa se tapahtuu. Tähän julkaisuun valittu laaja lähestymistapa perustuu selvitykseen osallistuneiden lasten ja nuorten näkemyksiin, jotka välittyvät esimerkiksi seuraavista aineisto-otteista:

**” Harrastaminen on ajan käyttämistä asiaan, joka kiinnostaa.
Harrastaminen on jotain itselle tärkeää tekemistä ja omannäköistä puuhaa.
Harrastaminen voi olla myös tällaista vaikuttamistyöhön osallistumista.**

Tässä selvityksessä lapset ja nuoret kertovat, että harrastaa voi esimerkiksi kotona, kodin lähellä olevissa luonnonympäristöissä ja avoimissa tiloissa, koulujen kerhoissa sekä erilaisten seurojen ja yhdistysten toiminnan piirissä, ohjatuissa ryhmissä. Harrastaa voi yksin, itselle tutun aikuisen tai kaverin kanssa, pienessä tai isossa porukassa. Nämä lasten ja nuorten ajatukset harrastamisesta suuntaavatkin katsetta mielekkään toiminnan ja tekemisen lisäksi myös niihin paikkoihin, jotka mahdollistavat lapsille ja nuorille tärkeää omaehtoista tai ohjattua vapaa-ajan toimintaa sekä ihmisiin, joiden kanssa voi tehdä itselle tärkeitä asioita.

Lasten ja nuorten harrastaminen on myös yhteiskunnallinen keskustelun aihe, ja harrastamisen nähdään tarjoavan osaltaan vastauksia lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja osallisuuden edistämiseen sekä syrjäytymisen ehkäisyyn (ks. esim. Pulkkinen, 2024; Salasuo, 2021). Pyrkimys kehittää harrastusmahdollisuuksia yhdenvertaisemmiksi ja siten edistää lasten ja nuorten hyvinvointia ja osallisuutta on kirjattu myös useisiin kansallisiin ja alueellisiin strategioihin ja suunnitelmiin (ks. esim. Ahtiainen & Määttä, 2024; Kansallinen lapsistrategia, 2021; valtioneuvosto, 2024; OKM, 2019).

Lasten ja nuorten kokemuksista tehty tutkimus osoittaa, että harrastamisella on parhaimmillaan monenlaisia myönteisiä merkityksiä lapsille ja nuorille. Esimerkiksi liikuntaharrastamista koskevilla tutkimuksilla nousee lajiin liittyvien merkitysten ja liikunnan terveysvaikutusten lisäksi lapsille ja nuorille tärkeinä asioina esiin vertaissuhteet ja aikuiset, jotka luovat välittävää ilmapiiriä ja auttavat kehittymään (Soini ym., 2023), leikkimielisyys, omaan tahtiin toimimisen ja vaikuttamisen mahdollisuudet (Lehto, 2018) sekä toiminnasta saatava ilo, hyvä olo ja onnistumisen kokemukset (Aarresola ym., 2023; Koski & Hirvensalo, 2023).



Harrastustoimijoita velvoittavat kansallinen lainsäädäntö (esim. perustuslaki 721/1999; nuorisolaki 1285/2016; lastensuojelulaki 417/2007) sekä kansainväliset ihmisoikeussopimukset (esim. SopS 60/1991). YK:n lapsen oikeuksien yleissopimuksen (60/1991) artiklan 31 mukaan lapsella on oikeus lepoon ja vapaa-aikaan, hänen ikänsä mukaiseen leikkimiseen ja virkistystoimintaan sekä vapaaseen osallistumiseen kulttuurielämään ja taiteisiin. Vapaa-ajan toiminnoissa tulee toteuttaa myös muita YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen oikeuksia, esimerkiksi syrjimättömyyttä (artikla 2), suojelua väkivallalta (artikla 19), oikeutta saada näkemyksensä huomioon otetuiksi (artikla 12) sekä lapsen edun ensisijaisuutta (artikla 3).

Harrastaminen ei kuitenkaan automaattisesti tuo elämään vain hyviä asioita, vaan lapset ja nuoret voivat kohdata harrastuksissa myös ikäviä asioita kuten epäasiallista käytöstä ja syrjintää. Useissa tutkimuksissa on havaittu, että liikunta- ja urheiluharrastuksiin liittyy huomattavan paljon syrjinnän, häirinnän ja epäasiallisen kohtelun kokemuksia (esim. Berg ym., 2020; Fagerlund ym., 2014; Salasuo, 2021). Lisäksi tiedetään, että ne lapset ja nuoret, jotka kokevat kuuluvansa vähemmistöryhmään tai useampaan eri vähemmistöön kokevat epäasiallista kohtelua selvästi muita enemmän (esim. Hakanen ym., 2019; Kokkonen 2019).

Harrastaminen ei ole kaikille lapsille ja nuorille myöskään yhdenvertaisesti saavutettavaa. Ohjattuun harrastustoimintaan osallistumisen osalta on havaittu eriytymistä, ja esimerkiksi yksilöön, perheeseen ja asuinalueeseen liittyvillä tekijöillä näyttää olevan vaikutusta (Ahtiainen & Määrrä, 2024). Harrastusten saavutettavuutta voidaan lähestyä monista eri tulokulmista esimerkiksi lasten ja nuorten tuen tarpeiden, äidinkielen tai perheen taloudellisen tilanteen näkökulmasta. Muun muassa näitä tulokulmia huomioiden Lastenkulttuuriliitto on luonut verkkosivuston [Saavutettava-
vampi harrastus -toimintamallista](#) ja kerännyt sinne kokemuksia toimivista ratkaisuista, jotka pohjautuvat ihmisoikeussopimukseen, lainsäädäntöön sekä monialaiseen yhteiskehittämiseen.

Aarresolan ja kumppaneiden tutkimuksen (2023) perusteella itsenäistyvien nuorten liikuntaharrastamiseen näyttää vaikuttavan elämäntilanne. Työttömät ja työn ja koulutuksen ulkopuolella olevat nuoret harrastavat selvästi vähemmän ohjattua liikuntaa kuin muut, samoin vanhempainvapaalla olevat. Variksen (2023) mukaan sukupuolivähemmistöön kuuluvat, yläkoululaiset, toisen asteen opiskelijat ja vieraskieliset osallistuvat harrastuksiin keskivertoa vähemmän. Kasvavalla lapsiperheköyhyydellä on myös vaikutusta lasten ja nuorten eriarvoisuuteen harrastamisessa ja vapaa-ajan toiminnan mahdollisuuksissa. Samaan aikaan matalan kynnyksen harrastustoiminnalla voi olla merkittävä pärjäämistä vahvistava rooli lapsille ja nuorille, joiden perheet kokevat köyhyyttä (Mäkinen ym., 2024). Harrastamattomuuden syyt voivat olla hyvin erilaisia eri ryhmien osalta ja lasten ja nuorten näkökulmat tältäkin osin tärkeitä kehittämistyön kannalta.



Lasten ja nuorten osallistumisoikeuksista käytävä keskustelu on lisääntynyt harrastustoiminnassa 2000-luvun aikana ja lasten ja nuorten omat näkemykset ja kokemukset ovat saaneet aiempaa enemmän näkyvyyttä julkisessa keskustelussa, kehittämistyössä (esim. Laimi ym., 2023) sekä selvityksissä ja tutkimuksissa (esim. Lehto, 2018; Pulkkinen, 2024; Soini ym., 2023). Tästä huolimatta lasten näkemykset saattavat käytännössä edelleen jäädä helposti marginaaliin ja osallistumisen tavat kapeiksi. Harrastustoimijoiden käsityksillä lapsesta ja lapsuudesta on vaikutusta lapselle ja nuorelle syntyvään asemaan ja osallistumismahdollisuuksiin (esim. Lang, 2022) ja esimerkiksi seuratoiminnan suunnittelun ja toteutuksen on havaittu olevan usein aikuislähtöistä (Rajala, 2024). Lasten ja nuorten näkemyksiä ja kokemuksia on tärkeä huomioida myös silloin, kun lapsen etua arvioidaan osana harrastustoiminnan kehittämistä. Espoossa on esimerkiksi toteutettu lapsivaikutusten arviointi (ks. Harrastuspolun lapsikädenjälki, 2024) osana harrastuspolun kehittämistä.

Lapsilla ja nuorilla on itsellään paljon tietoa ja kokemusta siitä, miten lapsen oikeudet toteutuvat tai jäävät toteutumatta harrastuksissa. Tässä julkaisussa halutaan nostaa lapsen oikeudet osana harrastamista keskustelunaiheiksi lasten ja nuorten kokemusten valossa.

Tutustu lisää lapsen oikeuksiin harrastamisen näkökulmasta täällä:

Kansallisen lapsistrategian ja eOppivan verkkokoulutus
[“Lapsen oikeudet vapaa-ajalla ja harrastuksissa”](#)

YK:n lapsen oikeuksien komitea julkaisee yleissopimuksen toimeenpanon tueksi yleiskommentit, joissa kerrotaan sopimuksissa taatuista oikeuksista. Nämä toimivat hyvänä työkaluna toimijoille. Lapsiasiavaltuutettu on julkaissut kaikki yleiskommentit suomeksi epävirallisina käännöksinä. Tutustu täällä [YK:n Yleiskommentti nro 17 \(2013\) lapsen oikeudesta lepoon, vapaa-aikaan, leikkiin, virkistystoimintaan, kulttuurielämään ja taiteisiin \(artikla 31\)](#)



Kansalliset strategiat ja valtakunnallinen kehittämistyö lasten ja nuorten harrastamisen näkökulmasta

Hallitusohjelmassa ja kansallisissa strategioissa on tunnistettu tarve kehittää harrastustoimintaa. [Hallitusohjelmassa](#) (valtioneuvosto, 2023) tuodaan esille tarve puuttua harrastuksissa tapahtuvaan epäasialliseen kohteluun. Lisäksi mainitaan harrastamisen tuominen osaksi koulupäivää huomioiden erityisesti ilman harrastusta olevat lapset ja nuoret.

[Kansallisessa lapsistrategiassa](#) (2021) nousee tarve kehittää harrastustoimijoiden osaamista lapsen oikeuksien huomiointiin sekä kiinnitetään huomiota myös harrastustoiminnan lapsilähtöisyyteen. Lisäksi yhdenvertaisia mahdollisuuksia osallistua lasta kiinnostavaan toimintaan painotetaan. Lapsistrategiassa painotetaan niin liikunta- kuin kulttuurikasvatuksen merkitystä sekä vapaaehtoistyön ja seuratoiminnan roolia lasten kokonaisvaltaisen kasvun ja kehityksen tukemisessa unohtamatta levon ja jaksamisen merkitystä. **Kansallisen lapsistrategian toimeenpanosuunnitelmassa** hallituskaudelle 2024–2027 tuodaan esille muun muassa tarve lisätä harrastustoiminnan toimijoiden pedagogista osaamista ja tietämystä lasten ja nuorten kehityksestä ja ikävaiheista. Toimeenpanosuunnitelmassa on myös tunnistettu harrastamisen moninaiset hyvinvointivaikutukset sekä vähemmistöihin kuuluvien ja erityisesti toimintarajoitteisten ja pitkäaikaisairaiden lasten ja nuorten harrastamisen vähäisyys suhteessa muihin lapsiin ja nuoriin.

[Valtakunnallisessa nuorisotyön ja -politiikan ohjelman \(VANUPO\)](#) (valtioneuvosto, 2024) on tavoitteena jokaisen nuoren pääsy mieluisaan harrastukseen matalalla kynnyksellä. Ohjelmassa on kiinnitetty huomiota esimerkiksi erityistarpeisten nuorten harrastuksiin pääsyyn ja etsivän harrastustoiminnan menetelmien laajentamiseen myös Harrastamisen Suomen mallin ulkopuolelle. Lisäksi ohjelmalla pyritään vahvistamaan nuorten mielenterveyttä mielekkään harrastustoiminnan avulla.

Yhtenä esimerkkinä kansallisesta kehittämistyöstä on [Harrastamisen Suomen malli](#), jonka tavoitteena on tukea lasten ja nuorten hyvinvointia mahdollistamalla jokaiselle lapselle ja nuorelle mieluisa ja maksuton harrastus koulupäivän yhteydessä. Toiminta kattaa lähes koko Manner-Suomen ja lukuvuonna 2024–2025 toimintaa järjestetään jo 258 kunnan alueella. Kohderyhmänä ovat perusopetuksen vuosiluokkien 1–9 oppilaat. Harrastamisen Suomen mallia tullaan pilotoimaan myös toisella asteella. Osana Harrastamisen Suomen mallia on syntynyt paljon hyviä käytäntöjä ja tukimateriaalia harrastustoiminnan kehittäjien tueksi.

Lasten, nuorten ja heidän vanhempiansa tukemista aktiiviseen ja yhdenvertaiseen osallistumiseen kulttuuri- ja liikuntapalveluihin sekä ohjattuun vapaa-ajan toimintaan edistetään [Uudistuva](#)



[ja osaava Suomi -ohjelman](#) (työ- ja elinkeinoministeriö, 2023) [erityistavoitteen 4.3. -kehittämishankkeissa](#). Tavoitteena on, että hankkeissa syntyneet hyvät käytännöt juurtuvat osaksi lasten ja nuorten harrastamista. Kehittämishankkeet tukevat myös kansallisen lapsistrategian ja VANUPO:n toteutumista. Syksyllä 2024 on käynnistynyt seuraavat kolme valtakunnallista ESR+ -kehittämishanketta, joissa edistetään lasten ja nuorten yhdenvertaisia mahdollisuuksia osallistua harrastus- ja vapaa-ajantoimintaan.

[NuORTO – Nuorille Resilienssiä, Toimijuutta ja Osallisuutta -kehittämishankkeessa](#) (2024–27) on tavoitteena vahvistaa lasten ja nuorten harrastus- ja vapaa-ajan toiminnan parissa toimivien ammattilaisten, vapaaehtoisten ja kokemustoimijoiden osaamista valtakunnallisesti. Hankkeessa yhteiskehitetään osaamista täydentävä koulutuskokonaisuus sekä edistetään palveluntarjoajien moniammatillista yhteistyötä ja työparitoimintaa. Hankkeen toimenpiteiden tuloksena edistetään yhdenvertaisuutta, osallisuutta ja sosiaalisia taitoja sekä ehkäistään harrastuspudokkuutta. Hankkeen toteuttajina ovat Laurea-ammattikorkeakoulu, Outward Bound Finland ry ja STEP-koulutus ja rahoittajana toimii Euroopan sosiaalirahasto.

NuORTO-hankkeen alussa on toteutettu esiselvitys, joka kokoaa kehittämisen pohjalle tietoa jo tehdystä kehittämistyöstä ja sen opeista, olemassa olevista selvityksistä ja strategioista, ammattilaisten ja asiantuntijoiden verkostotapaamisista, nuorille suunnatuista työ- ja tiedonkeruupajoista sekä ammattilaisille suunnatuista kyselyistä. Selvityksen pohjalta on tunnistettu yhdenvertaista vapaa-aikaa ja harrastamista haastavan esimerkiksi taloudelliset esteet, motivaation puute ja mielialaan liittyvät tekijät, ajan ja resurssien puute, harrastusten liika suorituskeskeisyys, yhteisöllisyyden puute, saavutettavuuteen liittyvät haasteet sekä moninaisuuden huomioimattomuus.

[Perheiden liikuntaneuvonnan Valttiplus](#) (2024–2027) -kehittämishankkeessa tavoitellaan yhdenvertaisia harrastusmahdollisuuksia tuen tarpeessa oleville lapsille, nuorille ja heidän perheilleen kehittämällä Valttina toimivien opiskelijoiden koulutusta ja tukimateriaaleja, vahvistamalla opiskelijoiden ja ammattilaisten vuorovaikutustaitoja sekä parantamalla perheiden liikuntaneuvonnan palvelupolkuja. Hankkeessa vahvistetaan osaamista kohdata toimintarajoitteisia lapsia, nuoria ja perheitä sekä edistää yhdenvertaista liikkumista.

Kyseessä on kolmivuotinen Suomen Paralympiakomitean, Jyväskylän ammattikorkeakoulun Likesin ja Kolmen kampuksen urheiluopiston ryhmähanke, jonka yhteisenä kehittämissympäristönä toimii Paralympiakomitean valtakunnallinen Valtti-ohjelma. Valtit ovat pääosin kuntoutus- ja liikunta-alan opiskelijoita, jotka auttavat erityistä tukea tarvitsevia lapsia ja nuoria liikuntaharrastuksen löytämisessä. Hanke on Euroopan sosiaalirahaston (ESR+) osarahoittama.



Perheiden liikuntaneuvonnan Valttiplus –hankkeessa lasten, nuorten ja perheiden osallisuus kehittämistyöhön on huomioitu vahvasti. Yhdessä kehitetyt toimintatavat helpottavat harrastuksen löytämistä ja liikunnallisen aktiivisuuden lisäämistä. Nuorten osallisuuden edistämiseksi hankkeen eri vaiheissa kulkee mukana Paranuorten vaikuttajatiimi, joka osallistuu monipuolisesti ja toiveidensa pohjalta hankkeen kehittämistyöhön, tapahtumiin sekä viestintään. Paranuorten vaikuttajatiimi on hankkeen alusta asti kokoontunut keskustelemaan harrastamiseen liittyvistä kokemuksista sekä haasteista.

Suomen Urheiluliiton [Yleisurheilun yhteinen talo –hankkeessa](#) (TALO-hanke, 2024–27) kehitetään yleisurheiluseuroihin harrastustoimintoja, joiden avulla edistetään maahanmuuttajataustaisten lasten, nuorten ja perheiden osallisuutta, hyvinvointia sekä kotoutumista. Hankkeen toimenpiteillä vahvistetaan maahanmuuttajataustaisten osallisuutta seuratoiminnassa valtakunnallisten ja paikallisten toiminta- ja yhteistyömallien avulla. Hankkeen aikana kuudessa pilottiseurassa kokeillaan erilaisia tapoja tavoittaa maahanmuuttajataustaisia lapsia, nuoria ja perheitä sekä vahvistaa heidän osallistumistaan. Lisäksi kehitetään koulutus- ja kehitysprosessi pilottiseurojen toimijoille, tietoisuuden lisäämiseksi monikulttuurisen liikunnan erityispiirteistä ja niiden huomioidmisesta toimintaa järjestäessä. Hanke on Euroopan unionin osarahoittama. Hankkeessa huomioidaan lasten, nuorten ja perheiden mukanaolo yhteiskehittämisessä. Kokemusasiantuntijat ovat edustettuina valtakunnallisissa ja alueellisissa työryhmissä.

Lapsilta ja nuorilta saatu tieto kansallisissa selvityksissä

Lapsilta ja nuorilta kerätään säännöllisesti tietoa harrastamisesta ja siihen liittyvistä kokemuksista erilaisin kyselyin. Selvitysten ja tutkimusten tulokset osoittavat, että lapsilla ja nuorilla on paljon sellaista kokemusta ja tietoa harrastamisesta, harrastamisen iloista ja harmeista sekä esteistä ja mahdollisuuksista, joita aikuisilla ei ole.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen toteuttamalla **kouluterveyskyselyllä** saadaan joka toinen vuosi tietoa perusopetusikäisten ja toisen asteen opiskelijoiden liikkumisesta, vapaa-ajasta ja toimintamahdollisuuksista. Runsasta aineistoa voi tarkastella eri indikaattoreiden valossa [Sotkanet-palvelussa](#).

Valtion nuorisoneuvosto toteuttaa kahden vuoden välein **lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksen**. Vuoden 2022 vapaa-aikatutkimuksessa (Aapola-Kari, 2023) käsitellään lasten ja nuorten harrastamista liikunnan näkökulmasta. Tulosten mukaan suurin osa lapsista harrastaa, mutta toi-



mintarajoitteisilla lapsilla ja nuorilla liikuntaharrastuksiin osallistuminen on muita vähäisempää. Harrastamisen yleisimpinä esteinä ovat ajan- tai kiinnostuksen puute sekä taloudelliset syyt. Myös se, että lähialueella ei ole sopivaa toimintaa, ei ole harrastuskaveria tai tietoa mahdollisuuksista, nousee tuloksissa esiin. Lapsilla ja nuorilla on tulosten mukaan myös pelkoja siitä, että he eivät pärjää tai tule porukassa hyväksytyksi. Jotkut ovat kokeneet vanhempien taholta kielteistä suhtautumista tai syrjintää harrastuksissa.

Vuoden 2020 lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksessa (Salasuo, 2021) tarkasteltiin lasten ja nuorten kulttuurin, taiteen ja median harrastamista. Tulosten mukaan monipuolisesti kulttuuria harrastavat nuoret kokevat hyvinvointinsa muita paremmaksi. Lähes puolet lapsista ja nuorista antaa vapaa-ajalleen arvosanaksi vähintään yhdeksän. Vähemmistöihin kuuluvat nuoret, esimerkiksi seksuaalivähemmistöihin kuuluvat, toimintarajoitteiset tai ulkonäkövähemmistöön kuuluvat nuoret kertovat muita useammin epäasiallisen kohtelun kokemuksia myös kulttuuriharrastuksissa, vaikka taiteen ja median saroilla vähemmistöasema ei näytä altistavan epäasialliselle kohtelulle yhtä paljon kuin liikunnassa.

Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa (LIITU) -tutkimus on kansallinen 7–15-vuotiaiden liikkumista, liikuntakäyttäytymistä ja -kulttuuria laajasti kartoittava seurantatutkimus. LIITU-tutkimuksen (Kokko & Martin, 2023) mukaan valtaosa lapsista ja nuorista liikkuu omatoimisesti ja noin puolet urheiluseuroissa. Liikuntapaikoista yleisimmin käytettyjä ovat kevyen liikenteen väylät, oma tai kaverin piha sekä luonnonympäristö.

LIITU-tutkimuksessa on selvitetty vuosina 2014, 2018 ja 2022 11–15-vuotiaiden suomenkielisten lasten ja nuorten liikunnalle antamia myönteisiä merkityksiä ja liikkumisen esteitä. Myönteisiä asioita liikunnassa ovat parhaansa yrittäminen, ilo ja hyvä olo, yhdessäolo, onnistumiset, terveellisyys sekä uusien taitojen oppiminen ja kehittäminen. Esteet ovat yleisimmin ulkoisia kuten ohjauksen ja paikkojen puute, kalleus ja kotitehtävien viemä aika (Koski & Hirvensalo, 2023). Tutkimuksen mukaan vanhempien ja kavereiden tarjoama liikunnallinen tuki näyttäytyy tärkeältä ja on yhteydessä itse raportoidun liikunta-aktiivisuuden kanssa. Tuki näyttää vähenevän iän myötä (Laukkanen ym., 2023).

LIITU-tutkimuksessa (Toivonen & Kananen, 2023) on kysytty myös 13- ja 15-vuotiaiden nuorten kokemuksia epäasiallisesta kohtelusta urheiluharrastuksissa. Neljäsosalla urheilua liikuntaseurassa harrastavista on kokemuksia epäasiallisesta kohtelusta, josta yleisintä on henkinen kaltoinkohtelu kuten pilkkaaminen ja nimittely, kiroilu tai huutaminen. Useimmiten epäasialliseen kohteluun syyllistynyt on nuoren vertainen. Erityisesti tämä korostuu urheiluharrastuksen lopet-



taneiden parissa. Myös aikuisen, esimerkiksi vanhempien tai valmentajan nuoreen kohdistama epäasiallinen kohtelu on tulosten mukaan verrattain yleistä.

Kulttuuriharrastamista tarkastellaan Sivistysliitto Kansalaisfoorummin kahden vuoden välein toteuttamassa **Kulttuuriharrastamisen koetut vaikutukset –selvityksessä**. Näissä selvityksissä keskitytään kulttuurin ja taiteen tekemisen tuomiin vaikutuksiin ja pyritään tuomaan harrastajien oma näkökulma esiin. Selvitykseen voivat vastata yli 15-vuotiaat. Kulttuuriharrastamisella näyttää tuoreimman selvityksen (Pulkkinen, 2024) mukaan olevan erityisesti myönteisiä sosiaalisia vaikutuksia, jotka tarkoittavat esimerkiksi yksinäisyyden vähentymistä ja uusia kaverisuhteita. Myös oppimiseen liittyvät myönteiset vaikutukset, kuten oppimismyönteisyys sekä uudet taidot, nousevat esiin. Tulosten mukaan harrastusryhmä ja sieltä löytyvät ihmissuhteet ovat tärkein osallistumisen syy. Kulttuuriharrastusryhmiin mukaan pääsy koetaan tulosten mukaan helpoksi ja kiusaamisen ja syrjinnän kokemukset ovat tulosten mukaan vähäisiä.

Nuorisoalan osaamiskeskus Kentauri on kerännyt nuorilta tietoa järjestö- ja harrastustoiminnasta osana Talous ja nuoret TAT ry:n **tulevaisuuskyselyä**. Kyselyssä haluttiin selvittää, miten nuorten harrastus- ja järjestötoiminta vaikuttaa nuorten kasvuun ja osallisuuteen, sekä mikä niiden yhteiskunnallinen vaikuttavuus on. Kyselyn pohjalta on tehty julkaisu Harrastus- ja järjestötoiminnan merkitys nuorten elämässä (Kaunismaa, 2022), joka tuottaa uutta tietoa erityisesti nuorten järjestötoiminnasta ja –sitoutuneisuudesta. Julkaisun mukaan harrastukset ja järjestö- ja yhdistystoiminta antavan elämään erityisesti onnistumisia, tietoa ja kavereita. Harrastuksiin osallistumisen halua lisäävät nuorten mukaan parhaiten kaverit sekä käytettävissä oleva aika ja raha.

ME-säätiö on selvittänyt vuosina 2024–25 Harrastamisen Suomen mallin maksuttomien koulupäivän yhteydessä järjestettävien harrastusten vaikuttavuutta. Selvitys kattaa 20 erikokoista kuntaa ja sen mukaan harrastusryhmät ovat monille lapsille ja nuorille ainoa mahdollisuus harrastamiseen ja tavoittavat eri perhetaustoista tulevia ja lapsia lisäten näin yhdenvertaisuutta. Maksuttomuuden merkitys on erityisen tärkeää pienituloisille perheille. Mallin avulla on tavoitettu myös sellaisia lapsia, jotka eivät ole aiemmin harrastaneet. Lisäksi harrastusryhmät näyttävät tarjoavan valtaosalle osallistujista turvallisen tilan ilman kiusaamista, syrjintää ja rasismia ja näin lisäävät useimpien osallistujien hyvinvointia ja yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Kansallisen koulutuksen arviointikeskus Karvin toteuttamassa **Harrastamisen Suomen mallin arviointiraportissa** (Laimi ym., 2023) on käsitelty myös lasten ja nuorten kokemuksia ja palautteita. Niistä nousee esiin laadukkaan toiminnan, vaikuttamisen mahdollisuuden, rennon yhdessä tekemisen sekä mukavien ja osaavien ohjaajien merkitys. Lapset ja nuoret arvostavat hyvää



vuorovaikutusta ohjaajien kanssa ja pitävät tärkeinä uusien asioiden kokemista, iloista tekemistä ja onnistumisen kokemuksia. Arviointiraportin tulosten mukaan jatkossa tulee kiinnittää huomiota esimerkiksi harrastusten yhteisöllisyyteen, paineettomuuteen sekä tekemisen laatuun sekä kutsua lapsia ja nuoria mukaan harrastustoiminnan sisältöjen ideointiin.

Lapsibarometri on lapsiasiavaltuutetun joka toinen vuosi toteuttama tutkimus 6–7-vuotiaiden lasten elämästä. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää lasten omia näkemyksiä heitä koskettavista teemoista. Vuonna 2018 lapsibarometrissa (Tuukkanen, 2018) käsiteltiin lasten kokemuksia vapaa-ajasta ja liikkumisesta. Tulosten mukaan liikkuminen on luontainen osa 6-vuotiaiden lasten elämää ja iso osa liikkuu leikkien, ulkoillen, juosten ja kävellen. Suurin osa lapsista kokee asuvasa hyvien liikuntapaikkojen lähellä. Pihat ja lähialueen luonto ovat lapsille tärkeitä liikuntapaikkoja. Aineiston pohjalta lasten kokemukset ohjatusta harrastustoiminnasta ovat pääosin myönteisiä. Vuoden 2020 lapsibarometrissa (Tuukkanen, 2020) selvitettiin, mitä kuusivuotiaat lapset ajattelevat hyvästä elämästä. Tuloksissa nousee esiin esimerkiksi leikin, mieluisan tekemisen ja kavereiden merkitys. Leikkiminen ja pelaaminen, perheen kanssa yhdessäolo ja kaverit tuovat lapsille iloa.

Romani- ja saamelaisvähemmistöihin kuuluvien lasten ja nuorten kokemuksia harrastamisesta on tarkasteltu lapsiasiavaltuutetun selvityksissä (Weckström ym., 2023a; 2023b). Tulosten mukaan romanilapset ja -nuoret harrastavat keskimääräistä vähemmän ja harrastaminen on pääsääntöisesti omaehtoista tekemistä ohjattuun harrastukseen osallistumisen sijaan. Harrastamisen esteiksi lapset ja nuoret mainitsevat yleisimmin oman halun olla harrastamatta, vaatetuksen tai rahan. Saamelaislapsista ja -nuorista lähes kaikilla on harrastus. Harrastuksina on laajasti erilaisia kädentaitoja, liikuntaa, ilmaisua ja taidetta. Tulosten mukaan pitkät välimatkat saattavat olla esteenä harrastamiselle. Yhteisten kokoontumistilojen puute voi olla esteenä lasten ja nuorten omaehtoisille kokoontumisille.



LASTEN JA NUORTEN KUULEMINEN HARRASTAMISESTA

Lapsikeskeinen palvelumuotoilu

Tässä julkaisussa pyritään lisäämään sekä syventämään ymmärrystä lasten ja nuorten kokemista harrastamiseen liittyvistä iloista, toiveista, tarpeista, harmeista ja haasteista sekä tuomaan esiin joitakin ideoita tunnistettujen haasteiden ratkaisemiseksi. Ymmärryksen lisäämiseksi ja syventämiseksi sekä ratkaisujen löytämiseksi on hyödynnetty Pelastakaa Lapset ry:n kehittämistyössä syntynyttä lapsikeskeistä palvelumuotoilua (Kalliomeri ym., 2020), joka yhdistää palvelumuotoilun prosessin ja työkalut, lasten ja nuorten toimijuutta tukevan myönteisen tunnistamisen työotteen (Häkli ym., 2015) sekä lapsen oikeuksien (SopS 60/1991) huomioimisen osana kehittämistä ja lasten kanssa toimimista.

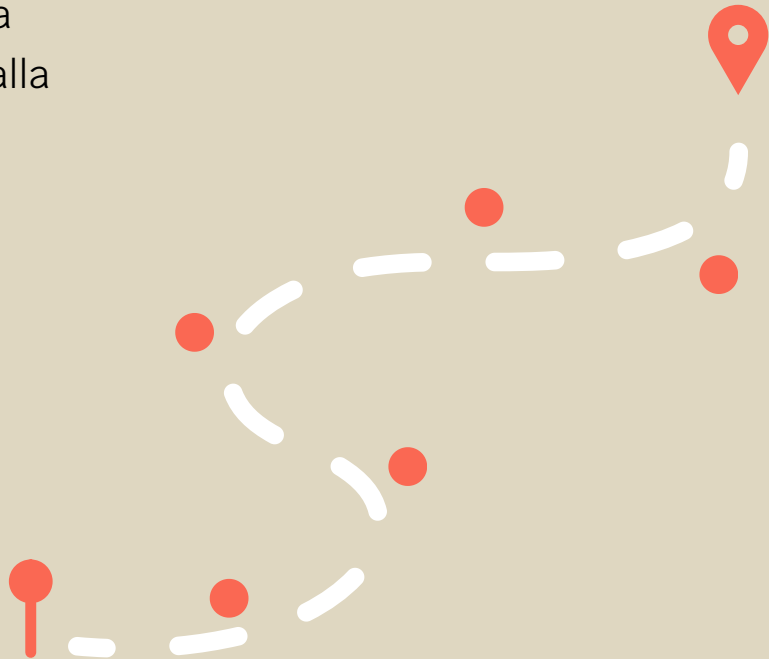
Lapsikeskeisen palvelumuotoilun taustalla on ajatus lapsista ja nuorista aktiivisina toimijoina, joilla on tärkeää kokemusta ja tietoa. Tätä tietoa ja kokemusta ei voi saada vain aikuisten kanssa toimimalla, vaan se edellyttää lasten ja nuorten kokemusmaailmaan ja arkeen tutustumista avoimin mielin. Lapsen oikeuksien tietoinen huomiointi on lapsikeskeisessä palvelumuotoilussa sekä kehittämisen lähtökohtana että tavoitteena. Silloinkin, kun lapset ja nuoret eivät itse nosta lapsen oikeuksia esiin, on aikuisten huolehdittava, että ne tulevat huomioituiksi toiminnassa ja sen kehittämisessä. (Kalliomeri ym., 2020.) Myönteisen tunnistamisen mukaisella kohtaamisella syntyy mahdollisuus tunnistaa, mitkä asiat ovat lapsille ja nuorille tärkeitä, ja miksi, sekä antaa lapsille ja nuorille myös tunnustusta sekä kokemuksia oman toimijuuden merkityksestä (ks. myös Häkli ym., 2015).

Lapsikeskeinen palvelumuotoilu on asenteen lisäksi myös konkreettinen kehittämisen tapa, jossa on olennaista sitoutua ymmärtämään ja huomioimaan lasten ja nuorten näkemyksiä sekä lapsen oikeuksien toteutumista kehittämisprosessin eri vaiheissa (Kuvio 1).



Palvelumuotoiluprosessi

1. **Toiminnan kehittämistarpeen määrittäminen**
2. Tutustu ja tavoita
3. Kokoa, opi ja oivalla
4. **Oivallus**
5. Keksi ja ideoi
6. Testaa ja kokeile
7. **Ratkaisuidea**



Mukaiilen Kalliomeri ym., 2020

Kuvio 1.

1. Toiminnan kehittämistarpeen määrittämisessä pysähdytään miettimään, mikä on lapsen ja nuoren kokema tarve ja haaste (muiden näkökulmien rinnalla) sekä konkretisoidaan ne lapsen oikeudet, joihin tulee kiinnittää erityistä huomiota.
2. Tutustu ja tavoita –vaiheessa tutustutaan lasten ja nuorten tarpeisiin, kokemuksiin ja toimintaan sekä kootaan tietoa yhdessä heidän kanssaan aiheeseen liittyen. Näkemysten selvittäminen ei tarkoita sitä, että vain kysytään lapsen toiveita ja tarpeita, vaan pyritään ymmärtämään laajemmin ja monipuolisemmin lasten ja nuorten kokemuksia ja toimintaa suhteessa kehitettävään asiaan.
3. Kokoa, opi ja oivalla –vaiheessa kootaan yhteen ja käsitellään kerätty tieto niin, että lapsen ja nuoren näkökulma pyritään säilyttämään mahdollisimman hyvin.



4. Oivallus –vaiheessa pysähdytään sen ääreen, mihin lasten ja nuorten tarpeisiin tulee vastata, jotta toivottu muutos on mahdollinen.
5. Keksi ja ideoi –vaiheessa kutsutaan lapset ja nuoret mukaan ideoimaan ratkaisuja valittuun kehittämishaasteeseen, ja otetaan mukaan myös jo aiemmin mahdollisesti esiin nousseet ratkaisuehdotukset.
6. Testaa ja kokeile –vaiheessa ideaa kokeillaan kevyesti lasten ja nuorten kanssa, jotta voidaan varmistua, että ratkaisu vastaa lasten ja nuorten tarpeisiin sekä havaittuun ongelmaan. Idea ei välttämättä heti toimi ja ratkaisua voidaan edelleen kehittää saatujen kokemusten pohjalta.
7. Kun ratkaisuidea on todettu toimivaksi kokeilun kautta (yhdessä lasten ja nuorten kanssa), toteutetaan suunnitelma ja kerätään jatkossa palautetta myös lapsilta ja nuorilta.

Tässä selvityksessä ei ole ollut tavoitteena käydä koko palvelumuotoilun prosessia sellaisenaan läpi, vaan pikemminkin lisätä yleisemmällä tasolla ymmärrystä, mihin lasten ja nuorten tarpeisiin tulisi vastata, kun harrastustoimintaa kehitetään lapsen oikeuksia kunnioittavaksi. Näiden tunnistettujen kehittämistarpeiden ratkaisemiseksi voisi käynnistää kunkin osalta erillisen muotoilu-prosessin. Tätä selvitystä voi tästä näkökulmasta tarkastella palvelumuotoilun kielellä myös “asiakastutkimuksena”, joka vahvistaa ”kohderyhmäymmärrystä” jatkokehittämisen pohjalle. Tässä selvityksessä tunnistetut kehittämistarpeet, syventynyt ymmärrys lasten ja nuorten tarpeista sekä alustavat ideat haasteiden ratkaisemiseksi jäävät kehittämistyötä tekeville ja harrastustoimijoille inspiraatioksi. Ne vaativat jalostuakseen tosielämän kokeiluja ja jäädäkseen elämään myös arvioinnin tapojen kehittämistä yhdessä lasten ja nuorten kanssa.

Tarve kehittämiselle syntyy usein jo olemassa olevan ymmärryksen pohjalta. Ennen kuin lapsia ja nuoria tavattiin tämän selvityksen yhteydessä, on ollut jo olemassa olevaa lapsilta ja nuorilta saatua tietoa sekä ammatilliseen kokemukseen perustuvaa ymmärrystä. Tämä tieto ja ymmärrys nostivat esiin tarpeen syventää ymmärrystä niiden lasten ja nuorten vapaa-ajan kokemuksista, jotka muita helpommin jäävät harrastuksista syrjään esimerkiksi taloudellisten syiden, kuormittavan perhetilanteen tai vertaissuhteiden puutteen vuoksi. Näiden lasten ja nuorten kokemuksiin, toiveisiin ja tarpeisiin on pyritty tutustumaan avoimesti hyödyntäen monipuolisia menetelmiä ja empatiaa.

Lapsikeskeisen palvelumuotoilun prosessi ei ole lineaarinen, eikä prosessia ja työtapoja voi lasten ja nuorten kanssa toimiessa lukita ennalta esimerkiksi käytettävien menetelmien tai prosessin



vaiheiden järjestyksen osalta. Olennaista on pyrkiä katsomaan toimintaa tai kehitettävää asiaa “lasten ja nuorten silmin”, pysähtyä myös kehittämisprosessin solmukohtiin ja palata tarvittaessa taaksepäin. (Kalliomeri ym., 2020.) Taaksepäin palaaminen ei tarkoita epäonnistumista vaan oppimista. Epävarmuus sopivista menetelmistä ei tarkoita suunnittelun puutetta, vaan pyrkimystä löytää tavat, jotka tarjoavat lapsille ja nuorille yhdenvertaisia mahdollisuuksia kertoa kokemuksistaan ja tarpeistaan. Kehittämisen raamit voi ja kannattaa suunnitella etukäteen, ja tukeutua palvelumuotoilun prosessin kannalta keskeisiin vaiheisiin ja solmukohtiin, mutta näiden sisällä on tärkeä kyetä heittäytymään. Erilaiset menetelmät tarjoavat tukea, mutta kohtaamisessa mennään menetelmien sijaan lasten ja nuorten tarpeet edellä ja ollaan valmiita tarttumaan myös lasten ja nuorten tekemiin toiminnan ja kerronnan aloitteisiin.

Tutustu lisää lapsikeskeiseen palvelumuotoiluun täällä:

Kalliomeri, R., Mettinen, K., Ohlsson, A-M., Soini, S. & Tulensalo, H.

[Lapsikeskeinen palvelumuotoilu](#), Pelastakaa Lapset ry

[Katsele palveluilta lapsen silmin –verkkokurssi](#), Pelastakaa Lapset ry

[Lapsikeskeisen palvelumuotoilun video](#), Pelastakaa Lapset ry (11 min)

Kohtaamiset lasten ja nuorten kanssa

Tässä selvityksessä on käytetty Lasten, nuorten ja perheiden osallisuuden koordinaatiossa (ESR+) ja SOS-Lapsikylän ehkäisevässä työssä jo olemassa olevaa lapsilta ja nuorilta kerättyä aineistoa ja täydennetty sitä kohtaamalla lapsia ja nuoria SOS-Lapsikylän ehkäisevän työn toiminnoissa (Taulukko 1). Ymmärrystä on haluttu lisätä erityisesti niiden lasten ja nuorten kokemuksista, joiden elämäntilanne on kuormittava tai jotka ovat muita heikommassa asemassa. Tavoitteena on ollut tavoittaa eri-ikäisten lasten ja nuorten kokemuksia.

Lasten ja nuorten kokemuksia on tavoitettu monipuolisilla menetelmin kyselyillä, haastatteluilla ja dialogeilla sekä toiminnallisilla, kerronnallisilla ja luovilla menetelmin. Laadulliset menetelmät ovat tärkeitä empaattisen ymmärtämisen näkökulmasta eli lasten ja nuorten kokemusten, tarpeiden ja ajatusten ymmärtämiseksi. Lapset ja nuoret ovat kohtaamisissa saaneet myös olla vaikuttamassa



menetelmiin ja niiden käyttötapaan. Eri menetelmät antavat erilaista tietoa ja monimenetelmällisyys mahdollistaa lapsille ja nuorille yhdenvertaisempaa osallistumista.

Aineistoa kerätessä lapsilta ja nuorilta on kysytty harrastusten merkityksestä elämässä sekä harrastamisen iloista, harmeista ja esteistä sekä ideoista esteiden ratkaisemiseksi. Lisäksi on esitetty avoimia kysymyksiä ja lähestytty harrastamista lapsen oikeuksien kautta. Ymmärryksen lisäämisen ja tarpeiden tunnistamisen kannalta on olennaista muistaa, että pelkkä toiveiden kysyminen ei vielä lisää ymmärrystä. Kun lapsille ja nuorille syntyy mahdollisuus dialogeissa, kirjoittamalla tai toiminnallisilla, kerronnallisilla ja luovilla menetelmillä kertoa kokemuksistaan, voidaan yhdessä tunnistaa kokemuksia, jotka jäisivät muuten näkymättömiksi. Nämä molemmat tulokulmat – strukturoidumpi sekä avoimempi – ovat antaneet toisiaan täydentävää tietoa.

Unelmista totta -kysely ja harrastustarinat	Erätauko-keskustelut ja Skidialogit	Toiminnalliset, kerronnalliset ja luovat menetelmät	SOS-Kehittäjänuorten tapaaminen ja kysely
Unelmista totta-harrastustuen kysely 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille (N=479)	Erätauko-keskustelu osallisuudesta 16–25-vuotiaiden nuorten kanssa (N=7)	Kahdella mummun ja vaarin tuvalla pidetyllä toimintapisteellä tehdyt piirrokset ja käydyt keskustelut alle kouluikäisten (N=9) ja alakouluikäisten (N=8) kanssa	Ryhmähaastattelu 13–17-vuotiaiden SOS-Kehittäjänuorten kanssa (N=4)
Unelmista totta-harrastustuen 7–18-vuotiaiden lasten ja nuorten harrastustarinat (N=203)	Skidialogi yhdenvertaisuudesta 9–10-vuotiaiden lasten kanssa (N=11)	Mun elämä -toiminnassa pidetyllä toimintapisteellä tehdyt kuvakollaasit, piirrokset ja kirjoitukset ja käydyt keskustelut alakouluikäisten lasten kanssa (N=4)	SOS-Kehittäjänuorille suunnattu kysely harrastamisesta (N=15)
	Skidialogi hyvästä lapsuudesta 6–7-vuotiaiden lasten kanssa (N=6)		

Taulukko 1. Selvityksessä käytetty aineisto



Unelmista totta -kysely ja harrastustarinat

SOS-Lapsikylän Unelmista totta -harrastustuen avulla vähennetään lasten ja nuorten vapaa-ajan vieton eriarvoistumista ja syrjäytymistä. Unelmista totta -harrastustuki on kouluikäisten lasten ja nuorten ohjatun ja säännöllisen harrastamisen taloudellinen tukimuoto, jota voidaan myöntää lahjoitusvaroista. Pienituloinen perhe voi hakea harrastustukea, mikäli lapsen harrastuksen aloittaminen tai jatkaminen ei olisi muuten mahdollista. Harrastustuki on tarkoitettu ensisijaisesti lapsille ja nuorille, joilla ei vielä ole omaa mielekästä harrastusta.

Unelmista totta -harrastustukea saavilta 7–17-vuotiailta lapsilta ja nuorilta kerätään tietoa harrastamisesta ennen vuoden tukiajan päättymistä. Kysely tehdään kaksi kertaa vuodessa ja se lähetetään huoltajalle, joka pyytää lastaan täyttämään kyselyn itse tai täyttää sen yhdessä lapsen kanssa. Kyselyllä kerätään tietoa mm. siitä, mikä lasten ja nuorten mielestä harrastamisessa on parasta ja mikä siinä harmittaa.

Kesällä 2024 Unelmista totta -harrastustuen piirissä olevilta perheiltä kerättiin harrastustarinoita kyselylomakkeella, jossa perheet kertoivat mm. tilanteestaan ennen tuen saantia ja tuen saamisen jälkeen. Kyselyssä oli 7–18-vuotiaille lapsille ja nuorille oma kysymys, jolla kerättiin heidän omia tarinoitaan harrastamiseen liittyen.

Erätauko-keskustelu ja skidialogit

Lasten, nuorten ja perheiden osallisuuden koordinaatio (ESR+) on toteuttanut Erätauko-keskusteluja ja Skidialogeja lasten ja nuorten kanssa osallisuuteen, hyvään lapsuuteen ja lapsen oikeuksiin liittyvistä teemoista. Kaikissa keskusteluissa on sivuttu lasten ja nuorten aloitteesta myös harrastamista ja vapaa-aikaa. Näiltä osin dialogien aineistoa on hyödynnetty myös tässä selvityksessä.

Nuorten osallisuus: missä, miten ja kenen ehdoilla? Erätauko-keskustelu

Lasten, nuorten ja perheiden osallisuuden koordinaatio (ESR+) järjesti vuonna 2023 Hyvin sanottu -keskustelufestivaalilla yhdessä Hämeenlinnan seudun 4H-yhdistyksen kanssa luottamuksellisen keskustelun otsikolla ”Nuoret ja osallisuus: missä, miten ja kenen ehdoilla?” Keskusteluun osallistui seitsemän 16–25-vuotiasta nuorta ja kaksi aikuista fasilitaattorin ja kirjurin lisäksi. Keskustelussa nuoret nostivat esiin harrastusten ja vapaa-ajan toiminnan merkityksen osallisuuden ja hyvinvoinnin kokemuksille ja kertoivat konkreettisia esimerkkejä, miten esimerkiksi hyvää ilma-piiriä ja mukaan pääsemistä voi tukea nuorten itsensä sekä harrastusten ohjaajien toimesta.



Yhdenvertaisuus ja syrjimättömyys lasten elämässä –skidialogi

Lasten, nuorten ja perheiden osallisuuden koordinaatio (ESR+) järjesti helsinkiläisen koulun kolmasluokkalaisten kanssa skidialogin yhdenvertaisuudesta ja syrjimättömyydestä vuonna 2024. Keskusteluun osallistui yksitoista 9–10-vuotiaasta lasta ja kaksi aikuista fasilitaattorin ja kirjurin lisäksi. Keskustelussa lapset toivat esiin harrastukset paikkana, joissa voi kokea syrjintää ja huonoa kohtelua tai saada kokemuksia onnistumisesta ja vahvistusta kokemukselle, että on hyvä sellaisena kuin on.

Ajatuksia hyvästä lapsuudesta –skidialogi

Lasten, nuorten ja perheiden osallisuuden koordinaatio (ESR+) järjesti vuonna 2024 Hyvin sanottu –keskustelufestivaalilla yhdessä lahtelaisen koulun kanssa skidialogin aiheesta ”Ajatuksia hyvästä lapsuudesta”. Keskusteluun osallistui kuusi 6–7-vuotiaista lasta ja kaksi aikuista fasilitaattorin ja kirjurin lisäksi. Keskustelussa lapset puhuivat paljon vapaa-ajasta ja tekemisestä, joka tuo heille iloa ja toivoivat mahdollisuuksia vaikuttaa enemmän vapaa-ajan tekemiseen.

Toimintapisteet Mummun ja vaarin tuvilla

SOS-Lapsikylän Mummun ja vaarin tupa on kohtaamispaikka lapsiperheille ja vapaaehtoisille ikäihmisille. Mummun ja vaarin tuvalle lapset tulevat yhdessä vanhempiensa kanssa. Tuvalle valmistetaan yhdessä ruokaa ja vietetään aikaa leikkien ja erilaisten touhujen parissa. Menossa mukana on aina myös SOS-Lapsikylän työntekijä. Tuvalle ovat tervetulleita kaikki lähialueen lapsiperheet.

Lapsia ja heille tärkeitä aikuisia tavattiin kahdella SOS-Lapsikylän Mummun ja vaarin tuvalle. Molemmille tuville järjestettiin toiminnallinen piste, jossa lapset saivat kertoa ajatuksiaan harrastamisesta ja vapaa-ajasta ikätasoisesti ja itselleen mielekkäällä tavalla esimerkiksi piirtämällä, liimaamalla kuvia, juttelemalla aikuisen kanssa tai kertomalla ajatuksiaan käsinukelle (kuva 1). Myös vanhemmat ja vapaaehtoiset saivat halutessaan osallistua toimintaan.





Kuva 1. Kuva Mummun ja vaarin tuvan toimintapisteeltä.

Toimintapisteet Mun elämä -toiminnassa

SOS-Lapsikylän Mun elämä -toiminta tarjoaa tukea yksinäiseksi itsensä tunteville ja vertaisryhmistä syrjään jääville lapsille. Toiminnassa lasten kanssa työskentelyyn sitoudutaan pitkäkestoisesti ja työntekijät kulkevat lapsen rinnalla läpi kouluajan alakoulusta aina toisen asteen opintoihin asti.

Lapsia tavattiin Mun elämä -toiminnassa osallistumalla yhdelle ryhmäkerralle. Paikalla oli tuolloin neljä alakouluikäistä lasta ja kaksi ohjaajaa. Lapset saivat ryhmäkerralla katsella harrastamiseen liittyviä kuvia ja tehdä niistä oman teoksensa (kuva 2) lisäksi piirroksia tai kirjoitusta tai jutella vapaasti mieleen tulevista asioista. Tekemisen aikana aikuiset kiersivät lasten luona keskustellessa lasten kokemuksista, tarpeista ja toiveista ja kirjasivat niitä ylös. Lapset lähtivät liikkeelle kertomalla mielekkästä tekemisestä, mutta keskustelun aikana syventyi ymmärrys siitä, miksi joku tekeminen on kivaa, ja miten esimerkiksi lapsen oikeudet toteutuvat tai jäävät toteutumattomiksi.



ta harrastuksessa. Lapsille oli tärkeää myös se, että aikuiset osallistuivat heidän ehdottamiinsa leikkeihin ja peleihin. Ymmärrys lapsille merkityksellisestä vapaa-ajan toiminnasta vahvistui myös näissä vapaamuotoisissa hetkissä.



Kuva 2. Kuva Mun elämä -toiminnasta.

Ryhmähaastattelu ja kysely SOS-kehittäjänuorille

SOS-Lapsikylän SOS-Kehittäjänuoret ovat lastensuojelun kokemusasiantuntijanuorista koostuva ryhmä, joka toimii valtakunnallisesti. Ryhmän jäsenet tulevat erilaisista taustoista, asuvat eri puolilla Suomea ja ovat erilaisissa elämäntilanteissa. Kaikkia yhdistää kokemus lastensuojelusta: joko asiakkaana tai esimerkiksi sijaissisaruksena.



SOS-Kehittäjänuorilla oli mahdollisuus osallistua ryhmähaastatteluun. Etäyhteydellä pidettyyn ryhmähaastatteluun osallistui neljä yläkoulu- ja lukioikäistä nuorta ja nuorille tuttu aikuinen.

Tapaamisen alussa kerrottiin, miksi tapaaminen järjestetään ja mitä asioita tullaan käsittelemään sekä käytiin läpi turvallisemman tilan periaatteet. Tapaamista varten oli mietitty ennalta teemat ja suunniteltu apukysymykset, joiden pohjalta haastattelu toteutettiin. Aiheina oli vapaa-aika, harrastamisen merkitys ja esteet sekä ratkaisuehdotukset esteisiin. Esteitä läpi käytäessä keskustelun tukena oli aiemmissa selvityksissä esiin nousseita esteitä. Nuorilta kysyttiin näkemyksiä esiin nostettuihin esteisiin ja siihen puuttuiko listasta jokin este.

Haastattelun pohjalta ja laajemman aineiston saamiseksi SOS-Kehittäjänuorille tehtiin harrastamiseen liittyvä kysely. Nuoret saivat vastata omin sanoin avoimiin kysymyksiin siitä, mikä harrastamisessa innostaa, mikä siinä on kivaa ja mistä he eivät pidä harrastamisesta. Kyselyssä oli myös lista aiempien selvitysten pohjalta kootuista esteistä. Nuori sai valita listasta tunnistamansa esteet ja kertoa lisäksi omin sanoin esteistä tai kertoa esteestä, joka ei ollut listassa. Kyselyn lopussa he saivat halutessaan jättää toiveita ja vinkkejä harrastustoimintaa kehittäville aikuisille.

Eettiset kysymykset osana lasten ja nuorten kuulemista

Kun lasten ja nuorten kokemuksia kuunnellaan ja huomioidaan osana kehittämistyötä, on tärkeä varmistaa, että lapsen oikeudet toteutuvat ja kuuleminen tapahtuu eettisesti. Lapsikeskeisen palvelumuotoilun (Kalliomeri ym., 2020) prosessissa huomioidaan lapsen oikeudet osana kehittämistä, ja pyritään näin vahvistamaan, että ne voisivat toteutua myös kehittämisen lopputuloksessa. Lähtökohtana on, että kehittämiseen osallistumisen pitäisi tuoda lapsen elämään jotain hyvää, eikä se saa aiheuttaa lapselle tai nuorelle vahinkoa, harmia tai haittaa.

Tässä luvussa kerrotaan, miten lasten ja nuorten erilaisissa kohtaamisissa ja lasten ja nuorten aineiston käsittelyssä pyrittiin huomioimaan eettisyys ja edistämään lapsen oikeuksia. Kehittämistyön eettisten kysymysten pohdinnassa hyödynnettiin myös nelikenttäanalyysiä (SWOT). Näin tunnistettiin lasten ja nuorten kuulemisen eettisyyteen liittyviä vahvuuksia, heikkouksia, mahdollisuuksia ja uhkia.

Lapsiasiavaltuutetun toimiston suomentamassa [YK:n lapsen oikeuksien yleiskommentissa nro 12 \(2009\) ”Lapsen oikeus tulla kuulluksi”](#) on listattu menettelytavat tilanteisiin, joissa lapsia kuullaan.



1. Avoimuus

Lapsille ja nuorille kerrottiin siitä, että heidän näkemyksiään, tarpeitaan ja kokemuksiaan halutaan kuunnella, jotta harrastustoimintaa voidaan kehittää lasten ja nuorten tarpeita ja toiveita vastaavaksi. Lapsille ja nuorille annettiin tästä tietoa kuvitetuilla kirjeillä ennen lasten ja nuorten kohtaamista sekä kertoen tapaamisten alussa ja aikana. Lisäksi vastattiin lasten ja nuorten esittämiin kysymyksiin erilaisten kohtaamisten aikana ja oltiin rehellisiä myös sen osalta, mihin lapset ja nuoret eivät voi vaikuttaa. Esimerkiksi pienemmät lapset, joita kohdattiin kohtaamispaikoissa, ehdottivat konkreettisia hankintoja, joita haluaisivat Mummun ja vaarin tuville. Tiedon antamisessa pyrittiin huomioimaan lasten ikä- ja kehitystaso esimerkiksi käyttämällä yksinkertaisia käsitteitä, lyhyitä lauseita ja kuvatukea. Nuorten etätapaamista ennen lähetetty kirje sai nuorilta kiitosta selkeydestään.

2. Vapaaehtoisuus

Lapsille ja nuorille kerrottiin etukäteen lähetetyissä kirjeissä, että osallistuminen on vapaaehtoista, ja sama asia todettiin myös kohtaamisissa ääneen. Itse toimintaan (esimerkiksi ryhmäkerran tapaamiseen tai tuvan toimintapisteeseen) sai osallistua, vaikka ei halunnut osallistua kehittämiseen. Lapsille ja nuorille haluttiin tarjota monenlaisia osallistumisen mahdollisuuksia. Oli esimerkiksi lupa jättää vastaamatta johonkin kysymykseen, kieltää omien ajatusten kirjaaminen tai lopettaa toiminta kesken. Jotkut lapset myös hyödynsivät näitä mahdollisuuksia. Myös lasten ja nuorten tekemiin toiminnan ja kerronnan aloitteisiin tartuttiin, jotta tilanne ei etenisi liian aikuisjohtoisesti. Esimerkiksi Mun elämä -toiminnassa lapset halusivat leikkiä piilosta ja lattialaavaa, ja puolet tapaamisajasta käytettiin lasten toiveiden mukaiseen toimintaan. Lasten ja nuorten kiinnostusta ja vireystilaa pyrittiin myös havainnoimaan. Jos vaikutti siltä, että lapsi tai nuori ei enää halua osallistua toimintaan, tarjottiin hänelle mahdollisuutta lopettaa toiminta.

3. Kunnioitus

Lapsille ja nuorille kerrottiin, että heidän näkemyksensä ovat arvokkaita ja aikuisten on tärkeä kuunnella ja huomioida niitä. Lasten ja nuorten tiedon merkitystä sanoitettiin ennakkotietona lähetyissä kirjeissä sekä lasten ja nuorten kohtaamisissa. Kohtaamisissa pyrittiin toimimaan myönteisen tunnistamisen mukaisesti niin, että tutustutaan lapsille tärkeisiin asioihin, annetaan tunnustusta sekä tuetaan lasten monenlaista toimijuutta. Lasten onnistumisiin, vahvuuksiin ja voimavaroihin kiinnitettiin erityistä huomiota ja niitä sanoitettiin toiminnan aikana esimerkiksi kiittämällä rohkeudesta tai ihaillemalla lasten esittelemiä monenlaisia taitoja. Tapaamisissa haluttiin osoittaa kunnioitusta erilaisia kokemuksia ja näkemyksiä kohtaan ja tuoda esiin niiden arvoa. Esimerkiksi nuorten etätapaamisessa hyödynnettiin turvallisemman tilan periaatteita ja skidialogeissa yhdessä sovittuja rakentavan keskustelun pelisääntöjä. Parhaimmillaan kehittä-



mistoimintaan osallistuminen voi lisätä itsearvostuksen kokemuksia ja kokemusta omien mielipiteiden arvosta.

4. Merkityksellisyys

Tämän selvityksen tekeminen osoittaa, että harrastaminen on asia, johon lapset ja nuoret halusivat vaikuttaa enemmän, mikä antoi hyvän pohjan eettiselle kehittämistyölle. Tämä nousi esiin jo olemassa olevan aineiston, esimerkiksi skidialogien pohjalta. Lapset ja nuoret nostivat harrastamisen oma-aloitteisesti dialogeissa esiin kertoessaan hyvästä lapsuudesta tai osallisuuden ja yhdenvertaisuuden kokemuksista.

Lapsille ja nuorille pyrittiin kertomaan kohtaamisissa ymmärrettävällä tavalla, että heidän näkemyksiään kootaan yhteen, ja niistä tehdään julkaisu, jotta harrastustoimintaa toteuttavat ja kehittävät aikuiset osaisivat huomioida lasten ja nuorten näkemyksiä ja tarpeita paremmin. Koska kehittäminen tapahtuu valtakunnallisella tasolla ja pitkäjänteisesti, on vaikea osoittaa lapsille ja nuorille, millä tavoin juuri heidän osallistumisensa vaikuttaa harrastustoiminnan kehittämiseen. Kerronta tältä osin saattoi jäädä lapsille abstraktiksi, koska osallistuminen ja vaikuttaminen ei välttämättä näy suoraan siinä toiminnassa, johon lapset ja nuoret itse osallistuvat. Tieto palautettiin kuitenkin myös niille tahoille, jotka lasten ja nuorten kanssa toimivat.

Lapsia ja nuoria kiitettiin osallistumisesta ja ajan käyttämisestä sanallisesti sekä pienellä muistamisella esimerkiksi leffa- ja herkkulipuun, askartelutarvikkein, yllätyspussein ja välipaloin. Eri lapsille ja nuorille osallistumisen merkityksellisyys syntyi saadun palautteen perusteella erilaisista asioista: kivasta tekemisestä, yhteisistä keskusteluista lasten ja aikuisten kesken, oman mielipiteen kuuntelusta itselle tärkeässä asiassa, tarjoiluista, pienistä kiitoksista tai aikuisten osoittamasta huomiosta.

5. Sopivuus lapsille (lapsille sopivat paikat ja työtavat)

Kun lasten ja nuorten kohtaamisia suunniteltiin, mietittiin paikkoja, joihin lasten ja nuorten on helppo tulla tai joissa he jo valmiiksi ovat, sekä työtapoja, jotka olisivat lapsille ja nuorille mieluisia, ikätasoisia ja ymmärrettäviä. Paikkojen osalta päädyttiin esimerkiksi menemään lapsille ja nuorille ennalta tuttuihin paikkoihin tai ryhmiin. Toimintaa ohjaavien aikuisten kanssa käytiin etukäteen keskustelua lasten mielenkiinnon kohteista ja tuen tarpeista, kun käytettäviä työtapoja ja menetelmiä ideoitiin. Lisäksi jätettiin mahdollisuus myös lapsille ja nuorille vaikuttaa käytettyihin menetelmiin, eikä lukittu niitä liian tiukasti aikuisten toimesta.



Yhdenvertaisten osallistumismahdollisuuksien varmistamiseksi käytettiin puheen ja tekstin rinnalla kuvallista tukea sekä luovia ja toiminnallisia menetelmiä. Yhdenvertaisen osallistumisen lisäksi tämä antoi mahdollisuuden syventää ymmärrystä lasten ja nuorten kokemuksista ja tarpeista, koska luovat menetelmät saattavat tehdä näkyväksi sellaisia asioita ja piilossa olevia tarpeita ja kokemuksia, joita ei esimerkiksi haastatteluin tai kyselyin nouse esiin. Myös dialogeihin yhdistettiin toiminnallisia ja luovia menetelmiä aiheeseen virittäytymiseksi ja syventymiseksi.

6. Inklusiivisuus ja moninaisuuden huomiointi

Inklusiivisuuden ja moninaisuuden periaatteet huomioitiin suunnitteluvaiheessa, kun valittiin paikkoja, joissa kuulemista toteutetaan sekä tapoja ja monipuolisia menetelmiä, joilla kokemuksia tavoitetaan. Myös viestinnässä pyrittiin huomioimaan moninaisuus käytetyissä käsitteissä sekä valituissa kuvissa. Lasten ja nuorten yksilöllisiä tuen tarpeita pyrittiin mahdollisuuksien mukaan selvittämään ennakkoon tai huomioimaan paikan päällä, jotta osallistuminen olisi mahdollista jokaiselle, joka haluaa.

Lapsia ja nuoria ei lähtökohtaisesti rajattu pois jonkin elämäntilanteen tai ominaisuuden vuoksi, vaan pyrittiin tavoittamaan myös sellaisia lapsia ja nuoria, jotka eivät ehkä osallistuisi erilliseen kehittämis- tai vaikuttamistoimintaan. Kutsuja suuntaamalla tavoitettiin myös eri tavoin vaikeissa elämäntilanteissa eläviä lapsia ja nuoria. Tapaamisiin varattiin resurssia siten, että yksilöllisiin kohtaamisiin ja tuen antamiseen oli mahdollisuus. Hyväksyttiin myös se, että lapset ja nuoret haluavat osallistua eri tavoin kehittämiseen: toisille oli riittävää sanoa muutama ajatus, kun toiset halusivat syventyä tehtäviin pitkään. Dialogeissa pyrittiin lisäämään ymmärrystä erilaisten ajatusten arvosta ja antamaan tilaa myös eriäville mielipiteille.

7. Osaaminen

Lasten ja nuorten kohtaamisissa oli useimmiten paikalla lapsille ja nuorille ennalta tuttuja aikuisia, jotka tunsivat paikalla olevia lapsia ja nuoria ja pystyivät tarvittaessa tukemaan heidän osallistumistaan. Tämä tuntui olevan monille lapsille ja nuorille tärkeää. Lisäksi lapsia ja nuoria kohdannella aikuisilla on aiempaa kokemusta lasten ja nuorten parissa toimimisesta sekä palveluiden kehittämisestä yhdessä lasten ja nuorten kanssa.

8. Turvallisuus

Kehittämistoimintaan osallistumiseen liittyviä riskejä pyrittiin tunnistamaan etukäteen lasten ja nuorten näkökulmista. Esimerkiksi mietittiin, miten lasten yksityisyydestä pidetään huolta tai miten ryhmätilanteista voidaan saada turvallisen tuntuisia ja mukavia. Esimerkiksi SOS-Kehittäjänuorten ryhmähaastattelussa oli paikalla nuorille tuttu aikuinen, tapaamisessa käytettiin SOS-Ke-



hittäjänuorille tuttuja turvallisemman tilan periaatteita, ketään ei pakotettu osallistumaan, eikä pitkiä ja tunnistettavia sitaatteja tai tietoa nuorten taustoista kirjattu ylös. Valokuvia lapsista ja nuorista ei otettu kehittämiskokeilun aikana. Mummun ja vaarin tuvilla tarjottiin lapsille mahdollisuus tulla kertomaan ajatuksistaan yksin tai yhdessä tutun aikuisen kanssa yhdessä.

9. Vastuullisuus

Kohtaamisten jälkeen lapsille ja nuorille koottiin tietoa siitä, mitä tapaamisesta kirjattiin muistiin ja mitä opittiin sekä varmistettiin esimerkiksi seuraavin lausein, että lasten ja nuorten kertomat asiat oli ymmärretty oikein: *“Olen kuullut, että teille tärkeitä asioita ovat...”*, *“Ymmärsinkö oikein, että...”* *“Jäin miettimään mitä se tarkoitti, kun sanoit...”*. Lapsilta ja nuorilta pyydettiin palautetta siitä, mikä mieli heille jäi kehittämistoimintaan osallistumisesta.

Aineiston koonti, käsittely ja oivallusten tekeminen

Selvityksen aineisto on monipuolinen sisältäen kysely- ja haastatteluaineiston, dialogeista kirjatut muistiinpanot sekä toiminnallisin, kerronnallisin ja luovin menetelmin tuotetun aineiston. Aineistolle ei pyritty tekemään tutkimuksellista analyysiä vaan aineiston koontia, käsittelyä ja analyysin tukena on hyödynnetty palvelumuotoilun työkaluja. Aineistoa on esimerkiksi tarkasteltu palvelupolku-työkalun avulla tunnistuen, millaisia asioita olisi lasten ja nuorten kokemusten valossa hyvä huomioida ennen harrastamista (tietoisuus ja valinnan teon hetki) ja harrastamisen aikana, ja ketkä ovat keskeisiä sidosryhmiä eri vaiheissa. Myös asiakasprofiilien luomista kokeiltiin kevyesti erilaisten harrastamiseen liittyvien tarpeiden hahmottamiseksi osana aineiston analyysiä, vaikka se on jätetty tämän julkaisun ulkopuolelle. Lisäksi aineistoa on käsitelty ja analysoitu lapsen oikeuksien sopimuksen näkökulmasta.

Seuraavat neljä tulokulmaa ovat ohjanneet aineiston jäsentämistä ja kokoamista:

- Harrastamisen saamat myönteiset merkitykset: esimerkiksi ilot, hyödyt, unelmat
- Harrastamisen saamat kielteiset merkitykset: esimerkiksi esteet, harmit, haasteet
- Ratkaisuehdotukset, syntyneet kehittämissideat ja muutoksen hetket suhteessa harrastamiseen
- Lapsen oikeudet osana harrastamista



Kerätystä aineistosta on pyritty yllä olevien tulokulmien avulla tunnistamaan samankaltaisuuksia, joita on koottu yhteen, tarkasteltu kokonaisuutena ja nimetty yläkäsittein. Samaan aikaan on kiinnitetty huomiota myös eroavaisuuksiin ja yllättäviin yksityiskohtiin.

Lapsikeskeisen palvelumuotoilun (ks. Kalliomeri ym., 2021) oppien mukaisesti aineiston käsitteilyvaiheessa eli lapsikeskeisen palvelumuotoilun “Kokoa, opi ja oivalla” -vaiheessa on olennaista, että 1) huomioidaan konkretia ja yksityiskohdat, 2) tunnistetaan ennako-oletukset, 3) kiinnitetään erityistä huomiota muita heikommassa asemassa olevien lasten ja nuorten tarpeisiin ja kokemuksiin (riippumatta niiden määrästä), 4) ei sorruta aikuislähtöiseen tulkintaan lasten kertomasta.

1. Älä kadota konkretiaa ja yksityiskohtia

Kun aineiston yksityiskohtia huomioidaan, eikä sitä viedä liian ylätasolle, säilyy mahdollisuus tunnistaa konkreettisia kehittämistarpeita ja etsiä niihin käytännönläheisiä ratkaisuja. Tässä tukee esimerkiksi se, että lasten ja nuorten käyttämiä sanavalintoja pidetään esillä, kun aineistoa käsitellään. Tässä aineistossa on ollut tärkeää pysähtyä sen ääreen, missä asioissa, ja miten lapset ja nuoret haluavat vaikuttaa, eikä esimerkiksi todeta vain ylätasolla, että lasten ja nuorten osallisuutta tulee vahvistaa.

2. Tunnista ennako-oletukset

Ennako-oletusten tunnistaminen on tärkeää, ettei tule poimineeksi aineistosta vain omia oletuksia vahvistavia nostoja. Tätä tukee se, että aineistoa käsittelee useamman kerran, ja antaa sen välillä levätä. Myös mahdollisuus käsitellä koottua aineistoa useamman henkilön toimesta tukee omien ennako-oletusten tunnistamisessa. Omia ennako-oletuksia aiheeseen liittyen voi kirjata myös paperille ylös ennen kuin alkaa tarkastella aineistoa. Tämän julkaisun aineistoa on käynyt läpi koontivaiheessa kaksi ihmistä ja aineistoon on palattu useamman kerran prosessin aikana.

3. Kiinnitä tietoista huomiota muita heikommassa asemassa olevien tarpeisiin ja kokemuksiin

Lapsikeskeisessä palvelumuotoilussa yhdenkin lapsen tai nuoren kokemus tai nosto voi olla merkityksellinen kehittämistyön näkökulmasta. Erityistä huomiota tulee kiinnittää esimerkiksi vähemmistöryhmiin kuuluvien tai tilannekohtaisesti haavoittuvassa asemassa olevien lasten ja nuorten kokemiin tarpeisiin ja haasteisiin ja oikeuksien toteutumiseen. Tässä aineistossa esimerkiksi nousee esiin, että kokemus hyvän tekemisestä on tärkeä monille niille nuorille, joilla on ikäviä kokemuksia harrastamisesta tai kuormittavasta perhetilanteesta. Lisäksi nousee esiin se, että kaikilla lapsilla ei ole vanhempia, jotka voivat tukea heitä harrastamisen löytämisessä tai siellä käymisessä.



4. Vältä aikuislähtöistä tulkintaa

Aikuisen tekemä tulkinta esimerkiksi lapsen tai nuoren piirtämästä kuvasta tai kirjoittamasta lauseesta ei välttämättä osu oikeaan. Siksi lapsikeskeisessä palvelumuotoilussa aineistoa on joko kuvattava sellaisena kuin se on, tai aineistonkeruun hetkessä tarkennettava lapselta ja nuorelta, mitä hän on ajatellut esimerkiksi piirtäessään kuvaa. Kohtaamisissa lasten ja nuorten kanssa on kysytty lapsilta ja nuorilta, miksi he valitsivat jonkun kuvan, mitä huono kohtelu heille on tarkoittanut tai mikä tekee harrastamisesta kivaa. Näin on saatu syvennettyä ymmärrystä ja konkretisoitua asioita, eikä ole tehty aikuisjohtoisia tulkintoja. Esimerkiksi kuvassa oleva hymyilevä naama on voinut tarkoittaa toiselle lapselle harrastuksessa olevia kivoja ihmisiä ja toiselle koettua pilkkamista ja naureskelua.



HARRASTAMINEN LASTEN JA NUORTEN KOKEMANA

Tässä selvityksessä on saatu tietoa lasten ja nuorten kokemista myönteisistä harrastamisen merkityksistä ja iloista sekä harmeista ja haasteista. Lisäksi on syntynyt ymmärrystä siitä, millaisia ratkaistavia kohtia harrastamisen palvelupolulla on, miten toiminnan laatua voidaan arvioida yhdessä lasten ja nuorten kanssa sekä millaisia ajatuksia lapsilla ja nuorilla on lapsen oikeuksia kunnioittavasta harrastustoiminnasta. Seuraavaksi nämä opit kootaan yhteen.

Harrastamisen myönteiset merkitykset lasten ja nuorten kokemina

Monet lapset ja nuoret, joilla on tällä hetkellä jokin itselleen mieluinen harrastus, kertovat tässä selvityksessä harrastavansa, koska se on kivaa. Syventyminen sen ääreen, mikä tekee harrastamisesta lasten ja nuorten mielestä kivaa, on ollut tästä näkökulmasta olennaista.

Lapset ja nuoret ovat kertoneet myös muilla käsitteillä, miksi harrastaminen on heille tärkeää, ja mikä on saanut heidät aloittamaan harrastuksen ja motivoinut jatkamaan sitä. Tämän selvityksen aineiston pohjalta on tunnistettu kuusi tekijää, jotka tuovat lapsille mielekkyyttä ja merkitystä harrastamiseen:

- 1) mielekäs tekeminen, vapaaehtoisuus ja itsensä toteuttaminen**
- 2) sosiaaliset suhteet, yhteisöllisyys ja kuulumisen tunne**
- 3) ajanviettotapa, tylsyyden vähentäminen ja kuormituksen poistaminen**
- 4) uudet taidot, oppiminen ja kehittyminen**
- 5) huomatuksi tuleminen, kannustuksen ja arvostuksen saaminen**
- 6) vaikuttamisen ja hyvän tekemisen mahdollisuudet**



Monen lapsen ja nuoren kohdalla harrastaminen tuo elämään monia edellä mainituista asioista kuten seuraava aineistoesimerkki osoittaa:

” Harrastaminen on mulle tosi tärkeää, koska se antaa mulle mahdollisuuden olla oma itseni ja ilmaista itseäni. Tanssi on kuulunut meidän perheeseen jo kauan, ja sen kautta opin paljon meidän omasta kulttuurista. Tanssi on myös tosi monipuolista, ja tykkään siitä, että voin kokeilla eri tyyliä ja oppia uusia asioita koko ajan. Treeneissä mulla on aina hauskaa ja siellä on ihana yhteishenki. Olen saanut paljon uusia ystäviä ja me tuetaan toisiamme aina. Tanssiessa unohdan kaikki stressit ja huolet, ja se on mulle paras tapa rentoutua. Tanssi on auttanut mua kasvamaan itsevarmemmaksi ja iloisemmaksi. En voisi kuvitella elämäni ilman tanssia, se on niin iso osa mua.

1. Mielekäs tekeminen, vapaaehtoisuus ja itsensä toteuttaminen

Lapset ja nuoret kertovat tässä aineistossa paljon itselleen mielekkästä tekemisestä ja toiminnasta puhuessaan tärkeistä harrastuksista ja kivasta vapaa-ajasta. Lapsilla ja nuorilla on yksilöllisiä mielenkiinnon kohteita:

**” Hei tässä on se mun lempparikuva: kalastaminen!
Mä tykkään pelata futista ja sählyä.
Mä oon tykännyt uida ihan pienestä asti.
Eläimet! On ihana ratsastaa!**

Henkilökohtaisesti mielekkääseen tekemiseen liittyä lasten ja nuorten kokemuksissa myös vapaaehtoisuus ja omaehtoisuus – mahdollisuus valita ja vaikuttaa siihen, mihin vapaa-aikaansa käyttää. Monet lapset ja nuoret toivovat enemmän mahdollisuuksia vaikuttaa vapaa-ajan asioissa.

**” Aikuisten pitäis kuunnella enemmän lapsia siinä, mitä lapset haluaa tehdä vapaa-ajalla.
Saa tehdä sellaisia asioita, joista tykkää.
Aikuiset määrää ja päättää liikaa.**

Joillekin lapsille ja nuorille harrastus on toiminut mahdollisuutena löytää omaan arkeen mielekäs-
tä tekemistä ja tunnistaa omia mielenkiinnon kohteita. Kaikille ei ole ollut selvää, mitä he halusivat vapaa-ajallaan harrastaa. Lapset ja nuoret kuvaavat esimerkiksi harrastuskokeiluiden merkitystä, että voi löytää oman juttunsa:



” Olin ensin sellasessa kerhossa, jossa tehtiin kaikenlaisia pelejä ja sai kokeilla eri lajeja. Siinä huomasi mikä kiinnostaa tai ei kiinnosta.

Omaan harrastukseen tai lajiin liittyvät asiat näyttävät myös joillekin lapsille ja nuorille merkityksellisenä. Esimerkiksi hevosharrastajille hevoset ovat usein tärkeitä tai lajiin liittyvästä vaateuksesta voi tulla merkityksellinen asia.

Itselle tärkeitä harrastuksia kuvatessaan lapset ja nuoret kertovat myös itsensä toteuttamisesta ja siitä, millaisia he ihmisinä ovat. Joillekin lapsille ja nuorille harrastus voi edustaa myös oman perheen tai lähiyhteisön kulttuuria. Harrastus voi toimia väylänä toteuttaa jotain itsessään olevaa vahvuutta tai tarvetta.

2. Sosiaaliset suhteet, yhteisöllisyys ja kuulumisen tunteet

Mielekkään tekemisen ja toiminnan lisäksi merkityksellisiä ovat harrastuksissa syntyvät sosiaaliset suhteet ja kuulumisen tunne. Harrastuksissa voi viettää aikaa kavereiden kanssa, luoda uusia ihmissuhteita sekä kokea kuuluvansa osaksi jotain porukkaa tai yhteisöä. Ihmissuhteet voivat toimia myös motivaationa harrastusten aloittamiseen, ja harrastusten kautta lapset ja nuoret kuvasivat löytäneensä elämäänsä samanhenkisiä ihmisiä.

” Uusi harrastus on tuonut joukkoon kuulumisen kokemuksia. Minulla on harrastuksen kautta tullut paljon uusia ystäviä ja kavereita. Heidän ikä voi olla 3-vuotiaasta yli 60-vuotiaaseen, mutta kun kaikilla on sama harrastus, niin ikä ei merkitse mitään. Voi valita itse harrastuksen, joka kiinnostaa ja muillakin on sama kiinnostus. Se varmasti yhdistää.

Ryhmämuotoisissa harrastuksissa, esimerkiksi joukkuelajeissa, lapset ja nuoret pitävät tärkeänä hyvää ilmapiiriä ja tiimihenkeä. Nuoret kuvasivat esimerkkejä, miten harrastuksissa voi luoda yhteisöllisyyttä ja mukavaa ilmapiiriä esimerkiksi ryhmäyttämällä porukkaa ja kehittämällä yhteisiä käytäntöjä, joissa annetaan myönteistä palautetta kaikille harrastajille. Hyvä ilmapiiri auttaa kestämaan myös tilanteita, joihin liittyy paineita ja stressiä.

” Porukan hyvä ilmapiiri, sellainen tiimihenki on tosi tärkeää! Tuntui tosi kivalta, kun kaikki sanoi toisista hyviä juttuja. Ei jännitä niin paljoa, kun on hyvä porukka ympärillä.



Harrastuksissa saadut kaverit ovat joillekin lapsille ja nuorille myös tärkeä osa muuta elämää: aikaa vietettiin myös harrastusten ulkopuolella. Kavereiden merkitys nousi esiin, myös lasten ja nuorten kuvatessa harrastusvalintojaan.

” Siellä oli pari kaveria niin halusin kans.

Lapsille ja nuorille on tärkeää, että harrastuksissa olevat aikuiset ovat kivoja ja reiluja sekä kannustavat lapsia ja nuoria. Kiva ohjaaja tai valmentaja saattaa saada lapsen elämässä merkityksellisen, varsinaista harrastustoimintaa laajemman roolin. Tässä aineistossa harrastuksessa mukana olevien aikuisen erityinen merkitys tuli esiin lasten ja nuorten kuvaillessa harrastuksissa olevia aikuisia esimerkiksi vanhempien eron, kodin ulkopuolelle sijoittamisen tai kiusaamiskokemusten yhteydessä. Ohjaajan tai valmentajan antama kannustus ja tapa nähdä lapsi tai nuori saattoi kasvattaa lapsen ja nuoren turvallisuudentunnetta, itsevarmuutta ja uskoa tulevaan.

**” Se uskoo muhun ja näki mut alusta asti jotenkin eri tavalla kuin muut.
Elämässä ei ollut kauheasti aikuisia.**

Pienempien lasten kohdalla aineistossa painottuu läheisten ihmissuhteiden ja oman perheen merkitys. Esimerkiksi mahdollisuus tehdä itseä kiinnostavia asioita säännöllisesti yhdessä omien vanhempien tai sisarusten kanssa tuntuu monelle lapselle tärkeältä.

**” Haluan isin kanssa pelata!
Äitin kanssa olla.
Leikkiä ritareita ja kotia yhdessä.**

Muutamat lapset ja nuoret kuvaavat haluavansa tehdä vapaa-ajalla itsekseen asioita ja harrastaa yksin. Heillä ei ole tarvetta olla osa harrastusporukkaa tai harrastus on sellainen, jota tehdään yksin kuten lukeminen. Näistäkin lapsista ja nuorista monet toivovat mahdollisuutta jakaa itselle tärkeään harrastukseen liittyviä asioita muiden kanssa esimerkiksi näyttämällä tekemiään taide-teoksia tai oppimiaan temppuja tai juttelemalla lukemastaan kirjasta.

Lapsilla ja nuorilla on lisäksi kaveriporukoita, joiden kanssa he säännöllisesti harrastavat ilman ulkopuolista ohjausta. Näiden lasten ja nuorten kokemuksissa toistuu yhdessä tekeminen tuttujen kavereiden kanssa sekä lähialueelta löytyvät paikat, joissa voi harrastaa itselle mielestä juttua. Jotkut lapset myös kuvaavat, että paikoissa, joissa he viettävät aikaa saattaa olla aikuisia, joita voi tarvittaessa lähestyä.



” Pelataan kavereiden kanssa koripalloa. Siellä on telineet, joissa voi tehdä temppuja. Näytetään toisillemme ja otetaan joskus videoita.

3. Ajanviettotapa, tylsyyden vähentäminen ja kuormituksen poistaminen

Harrastukset ovat useiden lasten ja nuorten mielestä hyvä tapa kuluttaa aikaa säännöllisesti ja vähentää tylsyyden tunteita. Osa lapsista ja nuorista kuvaa, että harrastusten kautta voi myös vähentää yksinolon hetkiä.

” Viulunsoiton harrastaminen on hyvin tärkeää koulunkäynnin lisäksi. On jotain tekemistä eikä tarvitse olla yksin kotona.

Harrastaminen on joillekin lapsille ja nuorille myös mahdollisuus rentoutua ja saada vähennettyä omaan elämäntilanteeseen liittyvää kuormitusta. Aineiston mukaan kuormitusta lapsille ja nuorille aiheuttavat isot elämänmuutokset ja vaikea perhetilanne kuten vanhempien ero, sairastuminen, sijoitus kodin ulkopuolelle, perheen tiukka taloustilanne sekä koulunkäyntiin liittyvät asiat kuten oppimiseen liittyvä stressi tai haasteet koulun kaverisuhteissa. Harrastus saattaa antaa muuta ajateltavaa ja sen kautta voi päästä hetkeksi pois omaa arkea kuormittavien asioiden ääreltä.

” Joskus vaikeina aikoina on ollut tärkeää, että pääsee tekemään jotain, pois kotoa. Tulee aina rentoutunut olo jälkeensä.

Lapset ja nuoret kuvaavat myös ohjattua ja omaehtoista tekemistä, jossa voi käsitellä ja purkaa vaikeitakin tunteita.

” Voi maalata ikäviä asioita mielestä.

4. Uudet taidot, oppiminen ja kehittyminen

Lapset ja nuoret kertovat monipuolisesti siitä, miten harrastuksista voi saada uusia taitoja, oppia asioita sekä kehittyä paremmaksi, joskus myös kulkea kohti omia tulevaisuuden unelmia. Harrastuksen parissa voivat lasten ja nuorten mielestä kehittyä esimerkiksi harrastukseen tai lajiin liittyvät taidot mutta myös muunlainen osaaminen, esimerkiksi sosiaaliset taidot, esiintymisvalmiudet, kyky sietää paineita tai kielitaito. Jotkut lapset ja nuoret kuvaavat myös sitä, miten heidän itsevarmuutensa ja yleinen motivaationsa ovat kasvaneet harrastukseen osallistumisen myötä.



” Harrastuksessa oppii joka kerta uutta!

Nyt kun mä mietin, mitä kaikkea olen oppinut, niin tosi paljon. Olen myös paljon rohkeampi kuin ennen.

Olen hyvä uimaan. Saan uida jo syvässä altaassa.

Toisille lapsille ja nuorille on tärkeää asettaa itse tai saada edistymiseen liittyviä tavoitteita harrastamiselle ja huomata oma eteneminen niitä kohti. Lapset ja nuoret kuvaavat aineistossa heillä jo olevia taitoja, asioita, joita haluaisivat oppia seuraavaksi sekä kehittämiskohteitaan. Joillakin on haaveena tulla ammattiurheilijoiksi tai ohjata omaa harrastusta myöhemmin lapsille.

” Minusta tulee vielä musta vyö [taekwondossa] ja sitten minä opetan muita.

Tiedän mitä pitää tehdä, tiedän mitä välttää ja mitä minun täytyy kehittää kuin myös missä olen jo taitava [jalkapallossa].

Monet lapset ja nuoret pitävät tärkeänä, että oppiminen ja kehittyminen voi tapahtua omaan tahtiin, eikä tarvitse heti osata kaikkea ja olla hyvä.

” Uudessa harrastuksessa ei voi olla mestari. Sitä oppii vähitellen.

Harrastuksiin liittyvät kilpailut tai erilaiset esiintymistilanteet ovat joillekin lapsille mahdollisuus kehittää taitoja, saada lisää oppimisen kokemuksia sekä onnistumisen ja hyvän olon tunteita, kun taas toiset kokevat niistä paineita ja saattavat jopa välttää tietyn lajin harrastamista, jotta eivät joutuisi kilpailutilanteisiin tai esiintymään.

5. Huomatuksi tuleminen, kannustuksen ja arvostuksen saaminen

Aineiston perusteella lapsille ja nuorille on tärkeää tulla huomatuksi sekä nähdyksi ja kuulluksi sekä omien taitojen että tarpeiden näkökulmasta osana harrastuksia. Muiden aikuisten tai lasten ja nuorten läsnäolo, kannustus ja tuki luovat kokemuksia omasta arvosta ja merkityksestä. Harrastukset ovat mahdollisuus tulla huomatuksi, saada kannustusta ja arvostusta toisilta.

Lapset ja nuoret kuvaavat monin eri tavoin huomatuksi ja nähdyksi tulemisen merkitystä. Se voi liittyä siihen, että saa tehdä itselle tärkeitä juttuja ja näyttää taitojaan niin, että toinen katsoo ja näkee sen.

” On niin kiva, kun sä istut siinä ja katsot, kun mä askartelen tätä.

On hauskaa, kun iskä sanoo hui ja laittaa silmät kii, kun teen tempun.



Ryhmäharrastuksissa lapset ja nuoret tuovat tärkeänä asiana esiin sen, että muut huomaavat lapsen ja nuoren, ottavat mukaan esimerkiksi peliin. Pienillä eleillä, sanoilla ja teoilla näyttää olevan iso merkitys siinä, millaisia kohdatuksi ja nähdyksi tulemisen kokemuksia lapsille ja nuorille voi syntyä.

**” Sanotaan kaikille moikat alussa ja annetaan läpyt lopussa.
Tuntui kivalta, kun se syötti pallon, vaikka en ollut hyvä.**

Harrastuksissa on tärkeä tulla nähdyksi lasten ja nuorten kokemusten mukaan sekä omien vahvuuksien ja voimavarojen, mutta myös tuen ja huolenpidon tarpeiden kautta.

**” Se huomas et mulla on paha mieli ja kysyi haluunko kertoa huoleni.
Rohkaisun ja kannustuksen merkitys on tosi suuri sille, miten näet itsesi.**

6. Vaikuttamisen ja hyvän tekemisen mahdollisuudet

Aineistossa nousee esiin myös hyvän tekemisen merkitys toisille lapsille ja nuorille. Kun voi osana harrastusta saada aikaan hyviä asioita, ilahduttaa toisia tai tarjota heille elämyksiä, saa myös itse harrastuksesta hyvää mieltä. Hyvien asioiden edistämiseen liittyy myös mahdollisuus vaikuttaa itselle merkityksellisissä asioissa, esimerkiksi että toisilla lapsilla, nuorilla tai eläimillä voisi olla asiat paremmin. Esimerkiksi ne nuoret, jotka osallistuivat kokemusasiantuntija- tai vaikuttamistoimintaan, nostavat tätä näkökulmaa esiin.

Hyvän tekemisen ulottuvuus voi toimia motivaationa aloittaa harrastusta tai tehdä siitä tärkeän lapselle ja nuorelle. Hyvän tekeminen luo myös hyvää ilmapiiriä ja yhteisöllisyyden kokemuksia. Kun auttaa kaveria onnistumaan tai pääsemään porukkaan, syntyy siitä kiva olo itsellekin. Ryhmätoiminnassa lapset ja nuoret pitävätkin tärkeänä, jos onnistuvat auttamaan toista ryhmässä käyvää lasta tai nuorta. Pienemmät lapset kertovat esimerkkejä siitä, miten oman tekemisen kautta voi tuoda iloa ja hyvää mieltä toisille, esimerkiksi eläimille tai oman elämän tärkeille aikuisille.

**” Leipominen on kivaa, kun saa sen jälkeen yhdessä herkutella.
Eläinten hoitaminen: tuntuu kivalta, koska eläin on iloinen.
Tykkään olla lavalla, kun äiti nauttii.**



Harrastamisen haasteet lasten ja nuorten kokemina

Lapset ja nuoret kertovat avoimesti ja monin eri tavoin myös harrastamisen haasteista: asioista, jotka aiheuttavat heille harmia harrastustoiminnassa tai voivat estää harrastuksen aloittamista ja siellä käymistä tai johtaa lopettamiseen. Tässä luvussa esitetyt haasteet kohdistuvat enimmäkseen ohjattuun harrastustoimintaan, mutta myös omaehtoiseen harrastamiseen esimerkiksi harrastamisen paikkojen tai harrastuskavereiden puutteen osalta. Lasten ja nuorten kokemien harrastamisen haasteiden konkretisointi on tärkeää, jotta voidaan lähteä yhdessä lasten, nuorten ja aikuisten kesken etsimään niihin käytännön ratkaisuja. Lasten ja nuorten kertomat harrastamisen haasteet liittyvät tässä aineistossa erityisesti:

- 1. kiusaaminen, huono kohtelu, ennakkoluulot ja kokemukset erilaisuudesta**
- 2. perheen vähävaraisuus ja niukat resurssit**
- 3. tiedonpuute harrastuksista ja niihin pääsemisestä**
- 4. elämäntilanteeseen liittyvä kuormitus ja jaksamisen puute**
- 5. lähialueella ei ole sopivaa toimintaa, harrastuspaikkaa tai -kaveria tai sinne kulkeminen on vaikeaa**
- 6. harrastusten liika tavoitteellisuus ja lajikeskeisyys**
- 7. aloittamisen vaikeus ja jännitys**

Harrastamisen haasteet limittyvät myös toisiinsa. Esimerkiksi harrastuksen aloittamiseen liittyvän jännityksen taustalla voi olla kokemus aiemmasta huonosta kohtelusta ja kiusaamisesta tai perheen vähävaraisuus voi olla yksi tekijä kulkemisen haasteissa.

Kun ideoita ja konkreettisia ratkaisuja haasteisiin etsitään lasten ja nuorten kanssa, on hyvä konkretisoida haasteita vielä yksityiskohtaisemmin erilaisia lapsi- ja nuoriryhmiä tunnistuen ja profiloiden. Esimerkiksi "aloittamiseen liittyvä jännitys estää harrastamista" voisi olla kehittämissaaste, jonka takaa löytyy kuitenkin vielä useampi ja yksityiskohtaisempi juurisyy, jotka vaativat osaltaan myös erilaisia ratkaisuideoita ja ymmärryksen vahvistamista eri kohderyhmiltä. Yksi taustalla oleva juurisyy voisi olla se, että aiemmat kokemukset huonosta kohtelusta estävät harrastamisen aloittamista, jolloin ratkaisuihin luottamukseen, turvallisuuteen ja syrjimättömyyteen



liittyvät asiat nousevat keskeisiksi. Toinen taustalla oleva juurisyy voisi olla se, että epävarmuus omista taidoista suhteessa toiminnan vaatimukseen estää aloittamista, jolloin ratkaisut voisivat olla osittain erilaisia kuin ensin mainitussa.

1. Kiusaaminen, huono kohtelu, ennakkoluulot ja kokemus erilaisuudesta

Lapset ja nuoret kertovat avoimesti kokemastaan ikävästä kohtelusta harrastuksissa. Huonoa kohtelua lapset ja nuoret ovat kokeneet muiden lasten ja nuorten sekä harrastuksia ohjaavien aikuisten taholta. Muutama lapsi tai nuori kuvaa hankaluutta harrastaa, koska harrastuspaikka ei ole turvallinen, vaan siellä voi kohdata esimerkiksi kiusaamista. Tämä koskettaa myös lasten ja nuorten omaehtoista harrastamista julkisissa tiloissa tai puistoissa. Ohjatun harrastustoiminnan piirissä lapset ja nuoret kertovat esimerkiksi siitä, miten heille on huudettu, miten heitä on vähätelty, miten heitä on suljettu ulos porukasta, verrattu ikävällä tavalla toisiin harrastajiin tai miten he eivät ole saaneet tarvitsemaansa ja toivomaansa tukea.

**” Valmentajat antaa ikävää kommenttia ja buuaa jos epäonnistuu.
Jos treeneissä ei koskaan syötetä palloa sulle, tulee siitä tosi paha mieli.
En saanut mitään apua, kun aloitin. Tuli sellainen olo, että vertailtiin vaan toisiin.**

Osa lapsista ja nuorista on lopettanut harrastuksen kuvaamansa huonon kohtelun vuoksi. Joillakin ikävät kokemukset vaikeuttavat uuden harrastuksen aloittamista vielä vuosien jälkeen tapahtuneesta.

Huonon kohtelun lisäksi lapset ja nuoret nostavat esiin harrastuksiin sekä heihin itseensä liittyviä ennakkoluuloja, jotka voivat vaikeuttaa harrastamista. Esimerkiksi vanhemmat tai kaverit saattavat toimia portinvartijoina harrastamiseen, eivätkä aina hyväksy harrastusta, joka olisi lapselle tai nuorelle itselleen mieluinen. Ennakkoluulot liittyvät lasten ja nuorten kertoman pohjalta esimerkiksi stereotyyppiseen ajatteluun siitä, mikä harrastus on sopiva tytölle tai pojalle. Taustalla voivat vaikuttaa myös perheen kasvatuseriaatteet, uskontoon liittyvät tekijät tai perheen epäluottamus harrastustoimijoita tai -toimintaa kohtaan. Tämä suuntaa katsetta myös siihen, miten tärkeää lasten lähiaikuisten mukanaolo yhdenvertaisen harrastustoiminnan kehittämisen näkökulmasta on.

Jotkut lapset ja nuoret kertovat myös siitä, että oma erilaisuus kuten vähemmistöryhmään kuuluminen tai joku toiminnallinen rajoite tai tunne omasta erilaisuudesta suhteessa muihin estää heitä harrastamasta tai tekee siitä heille vaikeaa. Erilaisuuden kokemus voi liittyä tilannekohtai-



sesti haastavaan perhetilanteeseen kuten sijoitukseen kodin ulkopuolelle, vanhempien vaikeaan erotilanteeseen tai läheisen sairastumiseen. Se voi liittyä myös lasten ja nuorten tunnistamiin haasteisiin sopeutua harrastusryhmän sääntöihin tai toimintaan, esimerkiksi vaikeuteen noudattaa harrastuksessa sovittua sääntöjä, toimia aikuisten ohjeiden mukaisesti tai tulla toimeen toisten kanssa. Jotkut lapset ja nuoret kertovat myös heillä olevista diagnooseista tässä yhteydessä.

2. Perheen vähävaraisuus ja niukat resurssit

Perheen vähävaraisuudella ja taloudellisella tilanteella on aineiston pohjalta selvä vaikutus lasten ja nuorten kokemuksiin mahdollisuuksistaan harrastaa. Monet lapset ja nuoret kertovat esteeksi harrastamiselle sen, että heillä tai perheellä ei ole rahaa maksaa harrastuksesta tai ostaa harrastamiseen liittyviä välineitä. Lapset ja nuoret kertovat, että valinnan mahdollisuuksiin vaikuttaa perheen rahatilanne. Aineistosta käy ilmi, että lapset ja nuoret saattavat myös olla kertomatta harrastustoiveistaan vanhemmille, koska tunnistavat perheen haastavan taloudellisen tilanteen ja haluavat suojella vanhempiaan lisästressiltä.

” Siitä pitäisi puhua enemmän, että Suomessa on vähävaraisia perheitä, eikä kaikilla ole mahdollisuutta harrastaa.

En voi harrastaa sitä mitä haluaisin, koska se maksaa liian paljon.

Jotkut lapset ja nuoret ovat tietoisia mahdollisuuksista saada kodin ulkopuolista taloudellista tukea harrastamiseen, ja ovat sitä saaneetkin. Nuoret pohtivat kuitenkin, että taloudellisesta tuesta ei ole aina tietoa siinä yhteydessä, kun harrastamisesta kerrotaan, eivätkä kaikkien vanhemmat osaa välttämättä hakea sitä. Osa lapsista ja nuorista tietää myös joitakin maksuttomia harrastuksia, esimerkiksi koulupäivän yhteydessä järjestettäviä. Niitä pidetään tärkeinä mahdollisuuksina kokeilla jotain tekemistä tai esimerkiksi saada käyttöönsä kivat askartelumateriaalit, joita kotoa ei välttämättä löydy. Vähävaraisuuteen liittyvät osittain myös esimerkiksi kulkemisen haasteet silloin kun perheellä ei esimerkiksi ole varaa pitää autoa, ostaa matkakorttia tai kustantaa lasta kisamatkoille.

Monilapsisissa perheissä asuvat lapset ja nuoret kertovat, että harrastavat usein samoja asioita sisarustensa kanssa, koska perhe ei voi kuljettaa tai muutoin tukea perheen lapsia moniin eri harrastuksiin. Joillekin yhteiset harrastukset sisarusten kanssa ovat mieluisia, mutta joitakin lapsia ja nuoria harmittaa, että harrastukset määrittyvät sisarusten eivätkä omien toiveiden pohjalta.



3. Tiedon puute harrastuksista ja niihin pääsemisestä

Lapset ja nuoret kertovat, että harrastamista on haastanut tai vaikeuttanut osaltaan tiedon puute harrastusmahdollisuuksista, mukaan pääsemisen tavoista, toiminnan sisällöstä tai vaatimuksista. Tämä kokemus korostuu erityisesti niiden lasten ja nuorten kohdalla, joilla on kokemuksia vertais-suhteiden ulkopuolelle jäämisestä ja sosiaalisen tuen puutteesta.

” Mulla ei oo kavereita, joilta voisin kysyä.

Kaikilla ei ole vanhempia.

En tiedä ketään sieltä, en halua siksi mennä.

Tiedon lisäämiseksi on tärkeää syventää ymmärrystä myös siitä, mistä kaikesta tietoa lasten ja nuorten tai heille tärkeiden aikuisten näkökulmasta tarvitaan. Erityisesti silloin kun lapsella tai nuorella on epävarmuutta omista taidoistaan, tai vanhemmilla harrastuksen soveltuvuudesta lapselle, on tärkeää saada laajempaa tietoa toiminnasta. Harrastuksista viestimisen tapoihin ja sisältöihin sekä lasten, nuorten ja perheiden mahdollisuuksiin kysyä lisätietoa tulee kiinnittää huomiota.

4. Elämäntilanteeseen liittyvä kuormitus ja jaksamisen puute

Harrastamista ja sen aloittamista voi lasten ja nuorten kokemuksissa estää tai haastaa elämäntilanteeseen liittyvä kuormitus tai elämän muutostilanteet. Kuormitusta voivat aiheuttaa esimerkiksi vanhempien ero, kahdessa kodissa asuminen, toistuvat muutot, läheisen sairastuminen, kaverisuhteisiin liittyvät riidat tai sijoitus kodin ulkopuolelle. Nämä elämän muutoskohdat saattavat olla hetkiä, joissa lapsi tai nuori joutuu luopumaan itselle tärkeästä harrastuksesta esimerkiksi asuinpaikan vaihtumisen seurauksena tai jaksamisen puutteen vuoksi.

Lapset ja nuoret tuovat esiin, että jos elämässä on liikaa asioita, ei välttämättä edes pysty lähemään kotoa. Elämäntilanteen rankkuus voi tuoda myös kokemuksia erilaisuudesta suhteessa muihin. Kun elämässä on liikaa asioita, voi tuntua siltä, että mikään ei kiinnosta. Tämä voi olla yksi selittävä tekijä ”motivaatiopuutteen” takana. Samaan aikaan nuoret kuvaavat kuormittavissakin elämäntilanteissa kivaa harrastamista myös ”pakopaikkana arjesta” ja ”keinona rentoutua”. Muiden tapaaminen ja yhdessäolo sekä omaehtoinen itselle mielekäs tekeminen ja siihen keskittyminen voivat tuoda myös voimavaroja elämään ja arkeen. Tärkeäksi kehittämishaasteeksi tämän pohjalta voisi muodostua se, miten onnistutaan vahvistamaan kuormittavissa elämäntilanteissa elävien lasten ja nuorten näkökulmasta voimia antavaa harrastustoimintaa ja motivoida ja tukea heitä mukaan toimintaan, ja mikä tätä estää.



Osalle nuorista myös koulutöiden tekeminen voi viedä niin paljon aikaa vapaa-ajasta, että nuori kokee, ettei harrastamiselle riitä aikaa. Erityisesti lukioiässä koulutöiden määrä lisääntyy niin paljon, että vapaa-ajasta ei jää riittävästi aikaa harrastamiselle.

” *Kun koulutöitä piti tehdä enemmän niin harrastaminen väheni.*

5. Lähialueella ei ole sopivaa toimintaa, harrastuspaikkaa tai -kaveria tai sinne kulkeminen on vaikeaa

Jotkut lapset ja nuoret kertovat, että eivät harrasta, koska sopivaa harrastustoimintaa ei järjestetä omalla asuinalueella, tai ei ole sopivaa paikkaa, jossa voi tehdä itselle mieluista asiaa. Tässä yhteydessä muutamat nostavat esiin myös seuran puutteen: pallon potkiminen koulun pihalla on kivaa, jos löytää kaverin, tai kalastukseen lähteminen vaatii kalastuksesta kiinnostuneen lähialueen mukanaoloa.

Harrastuspaikkojen puutteen lisäksi lapset ja nuoret kuvaavat aineistossa haasteita kulkea harrastukseen, jos harrastuspaikka on kauempana. Lisää haasteita tuo se, että osa ohjatuista harrastuksista on myöhäiseen kellonaikaan. Lapset ja nuoret kertovat, että harrastukseen kulkeminen ei aina ole turvallista, eivätkä vanhemmat pysty välttämättä kuljettamaan lapsia. Esimerkkinä nostetaan vanhemman epäsäännöllinen työaika, joka aiheuttaa haasteita lasten ja nuorten harrastuksiin saattamiselle ja hakemiselle. Lapset ja nuoret tuovat esiin, että silloin kun harrastus ei ole riittävän lähellä, voi kulkeminen muodostua mahdottomaksi. Kaikilla ei ole autoa tai matkakorttia ja julkisilla liikkuminen voi viedä paljon aikaa.

” *Harrastus ei saa olla liian kaukana!*

Matka harrastukseen ei aina ole turvallinen.

Eihän kaikilla ole aikuista, joka voi kuljettaa.

Sopivaa harrastusta ei välttämättä löydy oman kodin läheltä.

6. Harrastusten liika tavoitteellisuus ja lajikeskeisyys

Joillekin lapsille ja nuorille omaan lajiin liittyvät merkitykset ja tavoitteellisuus on tärkeä ja merkityksellinen asia omassa harrastuksessa. Tässä aineistossa nousee kuitenkin esiin myös toinen näkökulma. Osa lapsista ja nuorista kokee, että harrastamiseen liittyy liikaa tavoitteellisuutta, suoritus- ja lajikeskeisyyttä. Osa nuorista on kokenut, että ulkoapäin ohjattu harrastaminen on lisännyt tätä kautta stressiä elämään.

” *Harrastaminen voi tuoda elämään myös tosi paljon stressiä.*



Lasten ja nuorten kuvaamiin kielteisiin kokemuksiin tavoitteellisuudesta ja lajikeskeisyydestä liittyy usein epämieluisaa kilpailua, vertailua toisiin ja erilaisten taitotasojen ja vaatimusten esittämistä. Myös harjoitusmäärät voivat olla liian suuria lasten ja nuorten kokemuksissa. Toisille lapsille ja nuorille iloa tuo keskittyminen yhteen lajiin, mutta osa toivoisi mahdollisuuksia tehdä erilaisia asioita. Tällaiset harrastusmahdollisuudet näyttäytyvät etenkin nuorten kohdalla olevan harvinaisempia.

” Vois olla vaikka koulun liikkasali, jossa olis erilaisia pelejä ja lajeja. En haluu aina vaan tehdä yhtä ja samaa juttua.

Nuori voi saada mahdollisuuden harrastaa vasta myöhemmin, eikä ole missään riittävän hyvä.

Lapset ja nuoret kertovat myös kokemuksista, joissa ovat aloittaneet harrastuksessa, mutta heidän taitonsa eivät ole riittäneet mukanaoloon. Harrastuksissa pitäisi saada lasten ja nuorten mielestä myös rentoutua, eikä vaan suorittaa. Rentoutumisella lapset ja nuoret tarkoittavat erilaisia asioita, joita yhdistää se, että harrastus ei tuo liikaa stressiä ja paineen tunnetta. Lapset ja nuoret tunnistavat myös sitä, miten erilaiset asiat voivat olla eri lapsille rentouttavia tai stressaavia. Yksi lapsi pohtii, miten harrastusten kautta voi oppia myös sietämään stressiä hyvällä tavalla. Poh-tiessaan harrastusten tavoitteellisuutta monet lapset ja nuoret pohtivat myös ilmapiiriin liittyviä tekijöitä.

7. Aloittamisen vaikeus ja jännitys

Harrastamisen aloittamiseen liittyy monen lapsen ja nuoren kokemuksissa jännitystä. Jännitys korostuu ja voi muodostua esteeksi osallistumiselle erityisesti niiden lasten ja nuorten mielestä, joilla on aiempaa kokemusta yksinäisyydestä, erilaisuudesta tai kiusaamisesta. Jännitystä lasten ja nuorten kokemuksissa lisää se, että ei tunne ihmisiä, paikkaa, eikä saa toivomaansa tukea tai tietoa. Monet lapset mainitsivat haasteena myös kesken kauden mukaan menemisen tai ohjatun harrastuksen aloittamisen ensi kertaa esimerkiksi teini-iässä.

” En tiedä ketään sieltä.

On tosi vaikeeta mennä, jos haluaa aloittaa kesken kauden.

Harrastuksen aloittaminen tai sinne meneminen voi olla tosi iso haaste, kun ei tiedä kuka mulle juttelee ja täytyy heti uskaltaa jutella jollekin. Etenkin jos harrastuksen ohjaaja ei auta.



Moni lapsi ja nuori kokee epävarmuutta omista kyvyistä ja osaamisesta. Pelko siitä, että omat taidot eivät riitä, joutuu naurunalaiseksi tai ei sopeudu ryhmään, voi estää kokeilemasta. Etenkin nuoret kertovat myös itse asettavansa itselleen paineita ja tavoitteita osallistuessaan toimintaan, vaikka niitä ei ulkoapäin tulisi. Heidän mielestään on tärkeä pohtia myös sitä, miten itseään katsoo ja mitä itseltään vaatii sekä opetella myötätuntoisempaa suhtautumista. Tätä helpottaa se, jos muut harrastuksessa olevat kannustavat ja kehuvat kaikkia, riippumatta taidoista tai ominaisuuksista.

Ratkaistavia kohtia ja ideoita ratkaisuiksi harrastamisen palvelupolulla

Lapsikeskeisen palvelumuotoilun (Kalliomeri ym., 2020) menetelmin lasten ja nuorten harrastamisen palvelupolulta voidaan tunnistaa monia ratkaistavia kohtia, merkityksellisiä hetkiä sekä keskeisiä sidosryhmiä. Yhdenvertaisuuden lisäämiseksi on pysähdyttävä tarkastelemaan, mitä tapahtuu, jää tapahtumatta tai pitäisi tapahtua jo ennen toimintaan tulemistä, sen lisäksi että kiinnitetään huomiota toiminnan aikana syntyviin kokemuksiin. Tässä yhteydessä käytetään harrastamisen palvelupolun jakoa neljään karkeaan vaiheeseen (Kuvio 2): 1. tietoisuuden lisääminen, 2. valinnan teon hetki, 3. toiminnassa tapahtuvat asiat ja toiminnassa heräävät tunteet sekä 4. mitä tapahtuu toiminnan jälkeen.



Kuvio 2.





Lasten ja nuorten ratkaisuehdotuksia tietoisuuden lisäämiseen

Lasten ja nuorten mielestä on tärkeää, että tietoa erilaisista harrastusmahdollisuuksista sekä harrastamisen paikoista kerrotaan lapsille ja nuorille, siellä missä he jo ovat, esimerkiksi kouluilla, asuinalueilla ja nuorten käyttämissä some-kanavissa. Lapset ja nuoret ehdottavat ratkaisuiksi esimerkiksi sitä, että lapset ja nuoret voisivat itse kertoa ja esitellä erilaisia harrastamisen mahdollisuuksia toisilleen koulussa tai harrastustoimijat voisivat tulla kouluille ja asuinalueille tekemään itseään ja toimintaansa tutuiksi.

Moni lapsi ja nuori kertoo vanhempien ja kavereiden olevan tärkeä tiedon lähde. Aineistossa nousee esiin myös se, että kaikilla lapsilla ja nuorilla ei ole vanhempia, eikä kaikilla vanhemmilla ole tietoja harrastuksista tai resursseja ohjata ja tukea lapsia ja nuoria niihin. Vertaissuhteiden ulkopuolelle jääneet lapset ja nuoret kokevat myös haastetta sen suhteen, että ei ole kavereita, joiden kanssa mennä harrastamaan.

Moni lapsista ja nuorista toivoo lisäksi, että voisi keskustella jonkun tutun aikuisen kanssa harrastamiseen liittyvistä toiveista ja pohdinnoista. Yksi ehdotus on se, että aikuiset esimerkiksi kouluilla kertoisivat lapselle ja nuorelle harrastamisen mahdollisuuksista, kun huomaavat, mistä lapsi tai nuori innostuu, ja missä hänellä on vahvuuksia. Tämä voisi lisätä lasten ja nuorten tietoa heille sopivista mahdollisuuksista ja kannustaa mukaan lähtemiseen.

Tietoisuuden lisäämisen kannalta on tärkeä miettiä myös, mitä tietoa lapsi, nuori tai hänen lähi-aikuisensa tarvitsee. Osa lapsista ja nuorista toivoo tietoa siitä, voiko paikalle mennä kokeilemaan tai tarvitseeko osata jotain valmiiksi. Nuorten mielestä harrastusten yhteydessä pitäisi kertoa myös siitä, mistä rahallista tukea harrastamiseen voi saada, ja miten sitä voi hakea. Toisille tärkein tieto on se, keitä muita harrastuksessa käy ja onko ohjaaja tai valmentaja kiva.

Tietoisuuden lisäämisessä on hyvä huomioida yhdenvertaisuus ja saavutettavuus. Lapset ja nuoret nostavat itse esiin sen, että kaikissa perheissä suomi ei ole äidinkieli ja lapsi tai nuori saattaa osata kielen parhaiten. Osa harrastusten ilmoittautumislomakkeista ja -järjestelmistä voi olla vaikeasti ymmärrettäviä ja täytettäviä vanhempien näkökulmasta. Pelkkä vieraskielinen mainos ei siten ole välttämättä riittävä.

Lapset ja nuoret kertovat aineistossa esimerkkejä myös siitä, miten harrastuksista ja harrastamisen paikoista tiedottamista on tärkeä tehdä jatkuvasti, ei vain vuoden tai syksyn alussa. Lapsi tai nuori voi muuttaa kesken kauden uudelle paikkakunnalle, ja tieto siitä, missä voi harrastaa ja tavata muita on silloin erityisen tärkeää.





Lasten ja nuorten valintoihin vaikuttavia tekijöitä

Harrastuksen valintaan vaikuttaa lasten ja nuorten mielestä omien mielenkiinnon kohteiden lisäksi moni muukin asia. Lapset ja nuoret kertovat motivaatiota lisääviksi tekijöiksi esimerkiksi tutut kaverit tai sisaruksen käymisen samassa paikassa, harrastuspaikan läheisyyden suhteessa kotiin, harrastuspaikan viihtyisyyden ja siellä olevat toimintamahdollisuudet, kulkureitin turvallisuuden ja helppouden sekä harrastusajankohdan sopivuuden muun arjen kanssa. Myös kimpakyytimahdollisuudet voivat joskus ratkaista lapsen ja nuoren tai hänen lähiaikuisensa tekemän valinnan harrastamisesta. Myös harrastamisen hinta on olennainen, ja lapsista ja nuorista on tärkeää tarjota maksuttomia ja edullisia harrastamisen vaihtoehtoja monissa erilaisissa lajeissa.

Lapset ja nuoret kertovat myös esimerkkejä siitä, miten ovat aloittaneet jonkun harrastamisen, koska heitä on kannustettu aloittamiseen ja nähty heissä oleva potentiaali. Aikuisten tarjoama tuki harrastuspohdinnoissa näyttää olevan osalle tärkeää. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, että lapsen ja nuoren kanssa on juteltu vaihtoehtoista ja autettu lasta ja nuorta itse hahmottamaan, miksi jokin toiminta kiinnostaa tai ei kiinnosta häntä. Voi olla, että ilman tukea omaa näkemystä voi olla vaikea muodostaa.

Myös kivojen ohjaajien ja valmentajien merkitys on suuri. Lapsi tai nuori on saattanut aloittaa harrastuksen, joka ei ole kiinnostanut häntä ollenkaan, mutta jatkaa sitä, koska ohjaaja tai valmentaja on niin hyvä tyyppi. Hyvän ohjaajan tai valmentajan myötä harrastuksesta on tullut tärkeää. Harrastamisen valinnassa voi tukea mahdollisuus kokeilla toimintaa osana koulupäivää tai käydä ensimmäiset kerrat maksutta ja sitoutumatta kokeilemassa. Moni haluaa mennä kokeilemaan harrastusta tutun ihmisen kanssa. Osa lapsista ja nuorista ei halua sitoutua heti harrastukseen, kun ei voi tietää, miltä se tuntuu, joten mahdollisuus harrastaa ilman sitoutumista voi auttaa valinnan tekemisessä.

Lopulliseen valintaan vaikuttaa myös se, millaisia kohdatuksi ja huomatuksi tulemisen kokemuksia lapselle tai nuorelle syntyy kokeiluiden kautta. Jos menee kokeilemaan harrastusta, mutta kukaan ei huomaa, tue tai auta porukkaan pääsemisessä, kokemus ei rohkaise jatkamaan. Harrastamisen valintaan vaikuttaa myös asuinalueen tarjoamat mahdollisuudet sekä se, mistä lapselle ja nuorelle tärkeät ihmiset ovat kiinnostuneita. Etenkin pienemmät lapset tässä aineistossa kuvaavat, että harrastaminen tapahtuu kodin lähialueella tai yhdessä aikuisen kanssa. Osa on päätenyt harrastukseen, koska sitä voi tehdä oman kodin lähellä tai omassa elämässä on aikuinen, joka voi tehdä asiaa lapsen kanssa yhdessä tai on kiinnostunut samasta asiasta.





Lasten ja nuorten kokemuksiin vaikuttavia tekijöitä

Lasten ja nuorten ratkaisuehdotukset liittyvät tässä aineistossa harrastustoiminnan kehittämisen osalta erityisesti siihen, miten aikuiset voivat tukea yhteisöllistä, turvallista ja paineetonta ilmapiiriä. Huomion kiinnittäminen ryhmäyttämiseen ja tutustumiseen sekä pienet huomaamisen ja välittämisen teot ovat lapsista ja nuorista tärkeitä. Lisäksi lapset ja nuoret ehdottavat harrastuksiin enemmän tietoista positiivisen palautteen antamista ja käytäntöjä. Näin lapsen ja nuoren kokemus omasta arvosta voi vahvistua riippumatta siitä, kuinka hyvä lapsi on esimerkiksi lajiin liittyvissä taidoissa. Esimerkiksi se, että jokainen saa kuulla hyvän asian itsestään toisilta joukkueovereilta voi olla merkityksellistä. Kokemus siitä, että on hyvä omana itsenään ja osana itselle tärkeää harrastamisen yhteisöä on tärkeä kiinni pitävä voima.

Toinen lasten ja nuorten aineistosta esiin nouseva kehittämissuositus myönteisten kokemusten vahvistamiseksi on se, että luodaan enemmän konkreettisia mahdollisuuksia kertoa näkemyksiään, tarpeitaan ja toiveitaan. Lapset ja nuoret haluavat osallistua toiminnan kehittämiseen miettimällä esimerkiksi harrastamisen sisältöjä ja ajankohtia. Myös yksilöllisellä tasolla kuulluksi tuleminen on tärkeää. Esimerkkinä tästä, yksi lapsi kertoo tarinan siitä, miten päätti lopettaa harrastuksessa käymisen ja kertoi siitä toimintaa ohjaavalle aikuiselle. Aikuinen ei tässä tapauksessa kysynyt lapselta syytä lopettamiseen, vaikka lapsi olisi niin toivonut. Näin lapsi lopetti toiminnan, vaikka oikeastaan olisi halunnut jutella lopettamisen syystä yhdessä harrastuksen ohjaajan kanssa. Lapsi pohtii myöhemmin, miten olisi voinut jatkaa, jos aiheesta olisi käyty keskustelu ja toivottu hänen jatkavan ryhmässä. Nuoret kertovat, että heille on tehty joitakin kyselyitä ja käyty keskusteluja harrastamiseen ja siihen liittyviin toiveisiin liittyen, mutta niitä voisi olla enemmän samoin kuin tietoa siitä, mihin kertominen vaikuttaa.

Yhtenä ratkaisu- ja kehittämissuosituksena toiminnan kehittämiseen on se, että harrastamista lähestytään laajemmin kuin ohjatun toiminnan kautta, ja mietitään, miten voidaan mahdollistaa omaehtoista harrastamista ja turvallisia lapsi- ja aikuiskontakteja monipuolisesti erilaisissa vapaa-ajan toiminnoissa.





Harrastamisen jatkaminen ja suosittelu

Tässä aineistossa näkyy, että toiminnassa syntyneet myönteiset merkitykset ja ilot ovat vahvistaneet lasten ja nuorten halua jatkaa harrastamista ja suositella sitä myös muille. Samaan aikaan harrastustoimintaan liittyvät harmit ja haasteet, esimerkiksi ikävä kohtelu, syrjintä tai kulkemisen haasteet ovat usein johtaneet harrastamisen lopettamiseen ja saattavat aiheuttaa haasteita myös uuden toiminnan aloittamisen kannalta.

Yhteenveto: Tulokset lapsen oikeuksien valossa tarkasteltuna

Tässä selvityksessä on syntynyt paljon ymmärrystä siitä, millaista lapsen oikeuksia kunnioittava harrastustoiminta lasten ja nuorten kokemusten valossa on. Tässä luvussa jäsennetään aineistoa lapsen oikeuksien yleissopimukseen (SopS 60/1991) peilaten ja konkretisoidaan aineistosta nousevia lapsen oikeuksiin liittyviä teemoja kolmen kysymyksen kautta. Tukena on käytetty lapsikeskeisen palvelumuotoilun oppaan työkalussa esitettyä kolmea kysymystä lapsen oikeuksien tarkasteluun (Kalliomeri ym., 2020, 30–31).

1. Edistääkö toiminta lapsen oikeutta ilmaista näkemyksiään itseään koskettavissa asioissa?

- Lapset ja nuoret haluavat aineiston perusteella vaikuttaa enemmän siihen, miten he viettävät vapaa-aikaansa ja mitä he harrastavat. Itsemääräämisoikeus, omaehtoisuus ja vapaaehtoisuus tuntuvat olevan monelle tärkeitä harrastamisen määrittelyssä. Harrastuspäätöksensä muodostamiseksi lapset ja nuoret toivovat riittävästi tietoa ja myös tukea kavereilta ja lähiläheisiltä. Tuki voi tarkoittaa esimerkiksi lapsen ja nuoren kanssa käytyä dialogia.
- Lapsilla ja nuorilla on paljon näkemyksiä ja ajatuksia siihen, miten harrastustoimintaa voisi kehittää. Onkin hyvä miettiä, miten näitä näkemyksiä voidaan osana harrastustoimintaa ja sen kehittämistä systemaattisesti kuunnella ja huomioida. Lapset ja nuoret tunnistavat joitakin käytäntöjä, joilla lasten näkemyksiä pyritään säännöllisesti kuuntelemaan ja huomioimaan (esim. kyselyt, keskustelut), mutta toivovat enemmän tilaa ilmaista toiveitaan ja tarpeitaan ja saada ne myös huomioiduksi.



- Lapsilla ja nuorilla on kokemuksia siitä, että harrastaminen itsessään on mahdollistanut elämässä osallistumista, vaikuttamista ja hyvän tekemistä itselle tärkeissä asioissa. On hyvä pysähtyä miettimään, millaisia mahdollisuuksia vaikuttamiseen ja yhteisen hyvän eteen toimimiseen harrastustoiminta itsessään voi luoda.
- Lapset ja nuoret haluavat osallistua ja vaikuttaa myös asuinalueidensa kehittämiseen harrastuspaikkojen ja -mahdollisuuksien osalta. Lapsen etua on olennaista huomioida esimerkiksi asuinpaikkojen ja elinympäristöjen kehittämistyössä, ja siitä päätöksiä tehtäessä esimerkiksi lapsivaikutusten arviointia toteuttamalla. Osana lapsivaikutusten arviointia ja lapsen edun pohdintaa on aina tärkeä huomioida myös lapsilta ja nuorilta saatavaa tietoa.

Miten voisimme edistää näitä toiminnassamme?

Mikä estää näitä toteutumasta toiminnassamme?

2. Kunnioittaako toiminta lapsen oikeutta leikkiin, huolenpitoon ja suojeluun?

- Vanhemmilla on erityinen vastuu lasten ja nuorten kasvatuksesta ja kehityksestä. Vanhempien rooli on tärkeä tunnistaa, kun toimintaa kehitetään. Samaan aikaan on hyvä muistaa, että kaikilla lapsilla ja nuorilla ei ole vanhempia, eikä kaikkien vanhemmilla resursseja tukea lapsia ja nuoria harrastamisen aloittamisessa tai sen jatkamisessa. Onkin hyvä tarkastella laajasti lasten ja nuorten elämän lähiaikuisia, ja muistaa, että myös ohjaajat ja valmentajat voivat olla erityisen merkityksellisessä roolissa lasten ja nuorten elämässä myös huolenpidon ja kannustuksen tuojina.
- Lapset ja nuoret pitävät tärkeänä, että vapaa-ajalla on riittävästi aikaa rentoutumiseen, leikkiin ja paineettomaan tekemiseen. Harrastamista on tärkeä lähestyä laajasti, ja tunnistaa millainen harrastaminen luo hyvää oloa ja voimavaroja elämään. Tämä korostuu erityisesti silloin, kun lapsilla ja nuorilla on vaikeita elämän muutoskohtia ja erityistä kuormitusta elämäntilanteen vuoksi.
- Lapsilla ja nuorilla on erilaisia tuen tarpeita, ja he kertovat ennakkoluuloista, jotka saattavat estää itselle tärkeää tekemistä ja siinä kehittymistä. Lapsilla ja nuorilla on myös kokemuksia siitä, että heidän erilaisuutensa estää toimintaan osallistumisen.



- Huolenpitoon liittyä harrastamisen yhteydessä lasten ja nuorten kokemuksissa tarvittavan tuen ja ohjauksen saaminen, huomatuksi tuleminen ja arvostuksen saaminen omana itsenään, ei vain taitojen kautta.
- Lapsilla ja nuorilla on kokemuksia kiusaamisesta, ikävästä kohtelusta ja syrjinnästä harrastuksissa. He toivovat harrastuksissa kohtaamiltaan aikuisilta konkreettisia tekoja, joilla huonoon käytökseen ja kiusaamiseen puututaan. Kivan ja turvallisen ilmapiirin luominen ja tutustumiseen kannustaminen on tärkeää.

Miten voisimme edistää näitä toiminnassamme?

Mikä estää näitä toteutumasta toiminnassamme?

3. Turvaako toiminta jokaisen lapsen oikeutta kehittyä täyteen mittaansa? Edistääkö toiminta sitä, että lapsella on riittävät aineelliset ja aineettomat resurssit kehittymiseensä?

- Lapset ja nuoret toivovat saavansa itselleen ja lähiaikuisille ymmärrettävää tietoa harrastamisen mahdollisuuksista ja paikoista sekä harrastamiseen saatavasta tuesta.
- Harrastusten maksuttomuus, edullisuus ja tieto harrastustuista on tärkeää, jotta myös vähävaraisten perheiden ja köyhyyttä kokevien perheiden lapset ja nuoret voivat viettää mielekästä ja muiden kanssa yhdenvertaisempaa vapaa-aikaa.
- Lapset ja nuoret pitävät tärkeänä, että voivat harrastuksessaan kehittyä ja saada uusia harrastuksessa tarvittavia tai muun elämän kannalta mielekkäitä taitoja. Mahdollisuus oppia ja kehittyä omassa tahdissa ilman liiallisia paineita ja vertailua on lapsista ja nuorista tärkeää.

Miten voisimme edistää näitä toiminnassamme?

Mikä estää näitä toteutumasta toiminnassamme?



LÄHTEET

Aapola -Kari, S. (2023). Vaihteleva vapaa-aika. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2022. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Nuorisotutkimusverkoston julkaisuja, 244. https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/05/FINAL_vapaa-aikatutkimus-2022-web.pdf

Aarresola, O., Manner, J., Berg, P. & Harjunen, H. (2023). Itsenäistyvien nuorten liikunnan harrastaminen eri elämäntilanteissa. Tarkennettuja katseita liikuntapolitiikkaan. Teoksessa Sinikka Aapola-Kari (toim.) Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2023, 125–140. https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/05/FINAL_vapaa-aikatutkimus-2022-web.pdf

Ahtiainen, H. & Määttä, S. (2024). Ketkä harrastavat ohjatusti? Väestöryhmittäiset ja alueelliset erot ohjattuun harrastustoimintaan osallistumisessa ja siinä tapahtuneet muutokset helsinkiläisillä 8.- ja 9.-luokkalaisilla. Tutkimuksia 2024: 3. Helsingin kaupunginkanslia. https://www.hel.fi/static/kanslia/Kaupunkitieto/24_10_23_Tutkimuksia_3.pdf

Berg, P., Lehtonen, K. & Salasuo, M. (2020). ”Siitä on pikemminkin vaiettu” Kirjoituksia kiusaamisesta, syrjinnästä ja epäasiallisesta kohtelusta lasten ja nuorten liikunnassa ja urheilussa. Nuorisotutkimusseuran verkkojulkaisuja 151. <https://doi.org/10.57049/nts.267>

Erätauko-säätiö (2025). <https://www.eratauko.fi/>

Harrastuspolun lapsikädenjälki (2024). Lapsivaikutusten arvioinnin raportti 8/2024. Espoon kaupunki & Ramboll Finland Oy. https://harrastamisensuomenmalli.fi/wp-content/uploads/2024/12/241216_Espoon-Harrastuspolun-lapsikadenjalki-raportti-2024_lyhyt.pdf

Fagerlund, M., Peltola, M., Kääriäinen, J. Ellonen, N. & Sariola, H. (2014). Lasten ja nuorten väkivaltakokemukset 2013. Lapsiuhritutkimuksen tuloksia. Poliisiammattikorkeakoulun raportteja 110. [Raportteja_110_lapsiuhritutkimus_web.pdf](https://raportteja_110_lapsiuhritutkimus_web.pdf)

Hakanen, T., Myllyniemi, S. & Salasuo, M. (2019). Oikeus liikkua. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2018. Valtion liikuntaneuvonnan julkaisuja 2019:2. <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2019/02/Lasten-ja-nuorten-vapaa-aikatutkimus-Oikeus-liikkua.-Verkkojulkaisu.pdf>

Harrastamisen Suomen malli (2025). <https://harrastamisensuomenmalli.fi/>



Hipp, T. & Palsanen, K. (2014). Lasten osallistumisen etiikka – Lapset ja nuoret palveluiden kehittäjinä. Kymmenen periaatetta. [Lastensuojelun Keskusliitto. Lasten_osallistumisen_etiikka1.pdf](#)

Häkli, J., Kallio, K. P. & Korkiamäki, R. (2015). Myönteinen tunnistaminen. Nuorisotutkimusseuran julkaisuja 171, verkkojulkaisuja 90, 84–86. <https://doi.org/10.57049/nts.968>

Kalliomeri, R., Mettinen, K., Ohlsson, A.M., Soini, S. & Tulensalo, H. (2020). Lapsikeskeinen palvelumuotoilu. Pelastakaa lapset. https://www.pelastakaalapset.fi/wp-content/uploads/2023/09/lapsikeskeinen_palvelumuotoilu.pdf

Kansallinen lapsistrategia (2021). <https://lapsistrategia.fi/wp-content/uploads/2023/10/lapsistrategia-FIN.pdf>

Kansallisen lapsistrategian toimeenpanosuunnitelma 2024–2027 (2024).

https://lapsistrategia.fi/wp-content/uploads/2024/10/Toimeenpanosuunnitelma_Orpo.pdf

Kansallinen lapsistrategia & eOppiva (2023). Lapsen oikeudet vapaa-ajalla ja harrastuksissa – verkkokurssi <https://www.eoppiva.fi/koulutukset/lapsen-oikeudet-vapaa-ajalla-ja-harrastuksissa/>

Kaunismaa, P. (2022). Harrastus- ja järjestötoiminnan merkitys nuorten elämässä. Osaamiskeskus Kentauri. Humanistinen ammattikorkeakoulu julkaisuja, 142.

[Harrastus- ja järjestötoiminnan merkitys nuoren elämässä - Theseus](#)

Kokko, S. & Martin, L. (2023) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:-jyu-202311177979>

Kokkonen, M. (2019). Liikunta ja urheilu – sukupuoleen perustuva ja seksuaalinen häirintä – Mitä siitä tiedetään tutkimusten valossa. Liikunta & Tiede 56 (1), 53–57.

https://www.lts.fi/media/liikunta-tiede-lehden-artikkelit/1_2019/lt_1-19_53-57_lowres.pdf

Koski, P. & Hirvensalo, M. (2023). Lasten ja nuorten liikunnan merkitykset ja esteet. Teoksessa Sami Kokko & Leena Martin (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1, 48–58.

<https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2023/03/Lasten-ja-nuorten-liikuntakayttaytyminen-Suomessa-2022-2.pdf>



Laimi, T., Pusa, A-M, Rajala, K. & Stenvall, E. (2023). Mielekästä vapaa-aikaa, kavereita ja koordinaatiota. Harrastamisen Suomen mallin arviointi. Kansallinen koulutuksen arviointikeskus. Julkaisut 12:2023. https://www.karvi.fi/sites/default/files/sites/default/files/documents/KARVI_1223.pdf

Lang, M. (2022). Advancing children's rights in sport: coaching, childhood agency and the participatory agenda, *Sports Coaching Review*, 11:1, 41-63. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.1990655>

Laukkanen, A., Palomäki, S. & Huotari, P. (2023). Liikunnallinen tuki vanhemmilta ja kavereilta. Teoksessa Sami Kokko & Leena Martin (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2023:1, 59-64. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2023/03/Lasten-ja-nuorten-liikuntakayttaytyminen-Suomessa-2022-2.pdf>

Lastensuojelulaki (417/2007). <https://finlex.fi/fi/lainsaadanto/2007/417>

Lehto, S. (2018) Osallistava pedagogiikka liikuntakasvatuksessa: Tapauksena koulun liikuntakerhot. *Sosiaalipedagogiikan aikakauskirja* 19: 59-81. <https://doi.org/10.30675/sa.70187>

ME-säätiö (2025). Voiko vapaa-aika ratkaista lasten ja nuorten eriarvoistumisen haasteita? <https://data.mesaatio.fi/>

Mäkinen, L., Virmasalo, I., Hirvonen, M. & Valoisat-ryhmä (2024). "Köyhyys on mahdollisuuksien puutetta" - kansatutkimus lapsuudessa koetusta köyhyydestä ja köyhyydessä pärjäämisestä" Itä-län raportit ja selvitykset 2024:1. <https://itla.fi/wp-content/uploads/2024/05/Kanssatutkimus-lapsuudessa-koetusta-koyhyydesta.pdf>

Nuorisolaki (1285/2016). <https://finlex.fi/fi/lainsaadanto/2016/1285>

NuoRTO – Nuorille resilienssiä, toimijuutta ja osallisuutta -kehittämishanke <https://www.laurea.fi/hankkeet/n/nuorto---nuorille-resilienssia-toimijuutta-ja-osallisuutta/>

Opetus- ja kulttuuriministeriö (2019). Harrastamisen strategia. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu 2019:7. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-621-8>

Osterwalder, A. & Pigneur, Y., Bernarda, G. & Smith, A. (2014). How to create products and services customers want. Get started with Value Proposition Design. Wiley.



Perheiden liikuntaneuvonnan Valttiplus

<https://www.paralympia.fi/fi/26/valttiplus#:~:text=Perheiden%20liikuntaneuvonnan%20Valttiplus,toimii%20Paraympiakomitean%20valtakunnallinen%20Valtti%20Dohjelma.>

Perustuslaki (1999/731). <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>

Pulkkinen, H. (2024). Kulttuuriharrastamisen koetut vaikutukset 2024. Selvitysraportti.

https://kansalaisfoorumi.fi/wp-content/uploads/kulttuuriharrastamisen_koetut_vaikutukset_2024_selvitys.pdf

Rajala, K. (2024). Nuorten ääni kuuluviin seuratoiminnassa – poimintoja seurojen hankesuunnitelmista. Jamk Arena Pro. <https://urn.fi/urn:nbn:fi:jamk-issn-2984-0783-151>

Salasuo, M. (2021). Harrastamisen äärellä. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus (2020). Valtion nuorisoneuvoston julkaisuja 68. <https://tietoanuorista.fi/julkaisut/lasten-ja-nuorten-vapaa-aika-tutkimus-2020/>

Salovaara, V., Hongisto, P., Kalland, M. & Puumalainen, J. (2024). Lasten kuulemisen käsikirja – lähtökohtina lapsilähtöisyys ja paikkaperustaisuus. Itlan oppaat ja käsikirjat 2024:1. [Itla_Lasten-kuulemisen-kasikirja.pdf](https://www.itla.fi/itla-lasten-kuulemisen-kasikirja.pdf)

Skididialogi (2025). Lahden kaupunki. <https://www.lahti.fi/kasvatus-ja-koulutus/perusopetus/opetussuunnitelma/skididialogi/>

Soini, T., Harjunen, H., Itkonen, H., & Salmikangas, AK. (2023). ”Me ei olla mitään mercedes benzejä, me ollaan lamborghineja” – lasten toiminta ja merkityksenannot juniorijalkapallossa. Liikunta & Tiede 60(5), 96–103. https://www.lts.fi/media/lts_vertaisarvioidut_tutkimusartikkelit/2023/liikunta-tiede-lehti-5-2023-sivut-96-103-soini-ym..pdf

SOS-Lapsikylä (2025). <https://www.sos-lapsikyla.fi>

Suomen lastenkulttuuriliitto (2025). Saavutettavampi harrastus –toimintamalli <https://www.saa-vutettavaharrastus.fi/>



Toivonen, V. & Kananen, M. (2023). Epäasiallinen kohtelu urheilussa. Teoksessa Sami Kokko & Leena Martin (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1, 93–99. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2023/03/Lasten-ja-nuorten-liikuntakayttaytyminen-Suomessa-2022-2.pdf>

Tuukkanen, T. (2018). Lapsibarometri 2018. Lasten kokemustiedon keräämisen metodologisia kysymyksiä. Lapsiasiavaltuutetun julkaisuja. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163038/Lapsibarometri2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Tuukkanen, T. (2020). Lapsibarometri 2020. ”Unta, ruokaa, leikkejä, rakkautta ja karamelliä, juomaa.” Hyvä elämä 6-vuotiaiden kokemana. Lapsiasiavaltuutetun julkaisuja. <https://lapsiasia.fi/documents/25250457/39303646/Lapsibarometri+2020.pdf>

Työ- ja elinkeinoministeriö (2023). Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027. EU:n alue- ja rakennepolitiikan ohjelma. [Uudistuva ja Osaava Suomi 2021–2027 | Rakennerahastot](#)

Valtioneuvosto (2023). Vahva ja välittävä Suomi. Pääministeri Petteri Orpon hallituksen ohjelma. Valtionneuvoston julkaisuja: 2023:58. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-763-8>

Valtioneuvosto (2024). Valtakunnallinen nuorisotyön ja -politiikan ohjelma (VANUPO) 2024–2027. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2024: 21. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-942-4>

Varis, J. (2023). Lasten ja nuorten harrastuskäyttämisen eroja selittävät tekijät. [Pro gradu -tutkielma, Helsingin yliopisto] <http://hdl.handle.net/10138/359411>

Weckström, E., Kekkonen, K. & Kekkonen O. (2023a). ”Kiva että juuri minä saan opiskella tätä kieltä ja se on osa kulttuuriani”: Saamelaislasten hyvinvointi ja oikeuksien toteutuminen. Lapsiasiavaltuutetun toimiston julkaisuja 2023:1. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-400-291-2>

Weckström, E., Kekkonen, K., Kekkonen O. (2023b). ”Tulee fiilis, et nää oikeesti hyväksyy mikä mä oon”: Romanilasten hyvinvointi ja oikeuksien toteutuminen. Lapsiasiavaltuutetun toimiston julkaisuja 2023:3. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-400-401-5>

Yleisurheilun yhteinen talo (TALO) -hanke, www.yleisurheilu.fi



YK:n lapsen oikeuksien komitea (2009). Yleiskommentti nro 12: Lapsen oikeus tulla kuulluksi.
<https://lapsiasia.fi/yleiskommentit>

YK:n lapsen oikeuksien komitea (2013). Yleiskommentti nro 17 lapsen oikeudesta lepoon, vapaa-aikaan, leikkiin, virkistystoimintaan, kulttuurielämään ja taiteisiin (artikla 31)
<https://lapsiasia.fi/yleiskommentit>

Yleissopimus lapsen oikeuksista (60/1991). <https://www.finlex.fi/fi/valtiosopimukset/sopimussarja/1991/60>



LIITE I VINKIT HARRASTUS- JA VAPAA-AJAN TOIMINNAN KEHITTÄJILLE

- Lapsilla ja nuorilla sekä heille tärkeillä aikuisilla on tietoa, kokemusta sekä aktiivista toimijuutta, jota ei koskaan pidä vähätellä tai unohtaa, kun harrastustoimintaa kehitetään. Vapaa-aika ja harrastaminen ovat sellaisia asioita, joihin lapset ja nuoret haluavat vaikuttaa ja toisaalta, joissa he voivat harjoitella vaikuttamista.
- Lapset ja nuoret lähestyvät harrastamiseen liittyviä kysymyksiä hyvin laajasti pohtimalla 1) ihmisiä, joiden kanssa voi harrastaa, 2) paikkoja, joissa voi tehdä itselle merkityksellisiä asioita sekä 3) tekemistä ja toimintaa, joka tuo heille iloa, uusia taitoja ja mahdollisuuksia toteuttaa itseään.
- Tässä julkaisussa käytetyn aineiston tulokset vahvistavat monelta osin jo olemassa olevaa tietoa. Samanaikaisesti syventyy ymmärrys niistä lapsista ja nuorista, joiden elämäntilanne on kuormittava tai joilla on erilaisia puutteita harrastamisen resursseissa. Siksi julkaisu tarjoaa tukea erityisesti niille kehittäjille, jotka haluavat lisätä yhdenvertaisuutta ja edistää muita heikommassa asemassa olevien lasten ja nuorten osallistumismahdollisuuksia.
- Lasten ja nuorten kokemuksiin, tarpeisiin ja toimintaan vaikuttaa samanaikaisesti moni asia. Yksilötasolla on hyvä muistaa, että lapset ja nuoret eivät ole yksi yhtenäinen joukko. Palveluiden ja toiminnan kehittämisen tasolla erilaisten haavoittuvuustekijöiden (sekä tilannekohtaisten että pysyvien) sekä intersektionaalisuuden huomiointi on olennaista, jotta voidaan vähentää niiden vaikutusta mielekkääseen harrastamiseen. Haavoittuvuustekijöiden tarkastelu tuo näkyväksi myös etuoikeuksia ja sitä, miten ne asiat, jotka ovat osalle lapsista, nuorista ja perheistä helppoja, eivät ole sitä toisille.
- Lasten ja nuorten kuulemisen ja kokemusten tavoittamisen tapojen on hyvä olla monipuolisia. Monipuoliset menetelmät tuovat ymmärrystä ja syvyyttä sekä erilaisia osallistumisen mahdollisuuksia. Laadullisilla menetelmillä esimerkiksi kyselyissä havaittua ”motivaation puutetta” voidaan lähteä pilkkomaan konkreettisiksi asioiksi. Piirros voi tuoda näkyviin unelman, jota ei vielä osaa sanoittaa ääneen. Kertomalla tarinan harrastuksesta, voi nostaa esiin piilevän tarpeen, jota ei osaisi suoraan kysymykseen vastata. Dialogit mahdollistavat ymmärryksen syventämistä yhdessä toisten kanssa – toisen ajatus saa aikaan itsessä uudenlaisen ajatuksen, jota ei ehkä syntyisi ilman yhteistä keskustelua.



- Harrastustoiminnan kehittämisessä on hyvä kiinnittää huomiota sekä siihen, miten esteitä voidaan ylittää ja haasteita ratkaista, mutta myös siihen, miten merkitystä ja iloa tuovia asioita voidaan vaalia – miten vahvistetaan jo olemassa olevaa hyvää. Lisäksi on tärkeä tunnistaa lasten ja nuorten halu ja kyky olla lisäämässä hyvää myös itse toimijoina.
- Lapsikeskeisen palvelumuotoilun prosessi tarjoaa hyvää tukea ymmärryksen vahvistamiselle lasten ja nuorten kokemista harrastamisen merkityksistä ja haasteista sekä alustavien ratkaisuideoiden tunnistamiselle. Tässä selvityksessä tunnistetuista erilaisista kehittämishaasteista voisi kustakin tehdä oman muotoiluprosessin, jonka olisi hyvä sisältää myös käytännössä tapahtuvaa testaamista ja myös tarkempaa rajausta.
- Katseen kääntäminen siihen, mitä lapsen tai nuoren näkökulmasta tapahtuu jo ennen harrastamista auttaa kehittämään yhdenvertaisempia osallistumisen mahdollisuuksia. Esimerkiksi tietoisuuden lisääminen ei ole vain tiedon välittämistä mekaanisesti ja valinnan teon hetkeen liittyä useita tunteita, ihmisiä ja asioita. Palvelumuotoilun työkalut tarjoavat tähän tarkastelemaan hyvää tukea.
- Usein konkreettisia asioita ja yksityiskohtia muuttamalla voidaan vaikuttaa lasten ja nuorten kokemuksiin merkittäväällä tavalla. Kehittämistoimenpiteet voivat olla pieniä ja samaan saadaan aikaan isoja muutoksia lasten ja nuorten kokemuksissa.
- Tässä aineistossa syvennyttiin erityisesti lasten ja nuorten kokemuksiin ja tarpeisiin, ja lasten ja nuorten toiminnan havainnointi jäi vähemmälle. Havainnoimalla olisi voinut saada sellaista tietoa lasten ja nuorten toiminnasta ja arkielämän realiteeteista, jota tässä aineistossa ei tule näkyviin. Siksi vapaa-ajan havainnointi tai päiväkirjamenetelmän käyttö voisi tehdä uusia asioita näkyväksi lasten ja nuorten tarpeiden osalta.
- Aikuisilla on aina velvollisuus ja vastuu huomioida lapsen oikeuksien toteutuminen kehittämistyössä ja toiminnassa, silloinkin, kun lapset eivät itse nosta lapsen oikeuksia esiin.
- Ilman lasten ja nuorten mukanaoloa ja tosielämän kokeiluja ei voi tietää, mikä muodostuu toimivaksi tavaksi vahvistaa lasten ja nuorten osallisuuden ja yhdenvertaisuuden kokemuksia harrastustoiminnassa.
- Kehittämistyössä syntyy hieno mahdollisuus kuunnella erityisesti muita heikommassa asemassa olevien lasten, nuorten ja perheiden näkemyksiä ja tarpeita, tehdä niitä näkyviksi sekä kokeilla rohkeasti uudenlaisia toimintatapoja.



LIITE 2 TYÖKALU HARRASTUSTOIMINNAN LAADUN KEHITTÄMISEKSI LASTEN JA NUORTEN NÄKÖKULMAT JA LAPSEN OIKEUDET HUOMIOIDEN

Tässä julkaisussa on esitetty lasten ja nuorten kokemia harrastamisen iloja ja myönteisiä merkityksiä sekä harrastamiseen liittyviä harmeja ja haasteita. Iloja ja merkityksiä tunnistamalla ja vaalimalla sekä harmeja ja haasteita tunnistamalla ja poistamalla voidaan löytää konkreettisia ratkaisuja harrastustoiminnan laadun kehittämiseen lapsen ja nuoren näkökulmasta. Tukena voi käyttää esimerkiksi palvelumuotoilusta tuttua arvolupaus canvas -työkalua (ks. Osterwalder ym., 2014). Tässä yhteydessä työkaluun on lisätty erillinen kohta toiminnan ja lapsen kannalta keskeisten lapsen oikeuksien tunnistamiseen, sekä niiden konkreettiseen edistämiseen (Kuvio 3).

1. Ensimmäiseksi on hyvä pysähtyä sen ääreen, kuka on se lapsi tai nuori, jota varten harrastustoimintaa kehitetään tai järjestetään. Esimerkiksi onko kehittämistä suunniteltaessa tunnistettu joku tietty ryhmä, joiden osallisuutta ja yhdenvertaisuutta erityisesti halutaan edistää? Käyvätkö nämä lapset ja nuoret jo toiminnassa, vai yritetäänkö heitä vasta tavoittaa?

2. Kun on tunnistettu, kenelle harrastustoimintaa kehitetään ja ketä varten toimitaan, kirjataan ylös, mikä tälle ryhmälle on tärkeää ja merkityksellistä toiminnassa tai miksi tämä kohderyhmä osallistuisi toimintaan? Entä mihin ongelmiin ja haasteisiin tämä kohderyhmä tarvitsee tai voisi tarvita ratkaisua?

Lasten ja nuorten arkeen, kokemuksiin, tarpeisiin, unelmiin ja toimintaan tutustuminen on keino tavoittaa näitä asioita. Jos tietoa ei vielä ole, on syytä lähestyä lapsia ja nuoria. Myös lapsille ja nuorille tärkeillä aikuisilla on tärkeää tietoa ja kokemusta. Tässä yhteydessä on hyvä nostaa tarkasteluun myös lapsen oikeudet: mitkä lapsen oikeudet liittyvät erityisesti kehitettävään harrastustoimintaan sekä kohderyhmän kokemuksiin tarpeisiin ja toiveisiin?

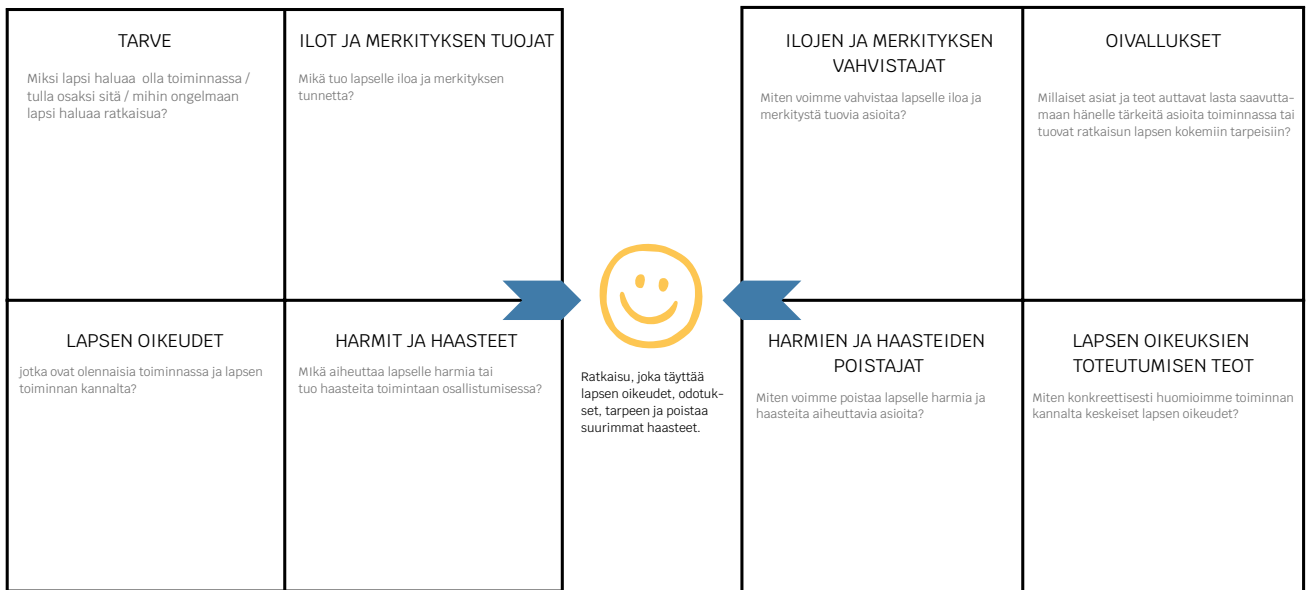


3. Seuraavaksi syntyy mahdollisuus pysähtyä tarkastelemaan, miten kyseiselle kohderyhmälle iloa tuovia asioita voidaan vaalia ja vahvistaa tai harmia aiheuttavia asioita poistaa tai vähentää?

Tässä kohdassa on tärkeä pysähtyä oivaltamaan, miten harrastustoiminta voi olla tukemassa lasta ja nuorta sitä kohti, mitä hän tarvitsee ja toivoo. Lisäksi päästään konkretisoimaan ne teot, joilla aiemmin tunnistettujen lapsen oikeuksien toteutumista voidaan toiminnassa edistää. Tunnistettuja asioita on hyvä priorisoida. Esimerkiksi ne asiat, jotka liittyvät lapsen oikeuksien toteutumiseen, on tärkeä priorisoida toiminnan kehittämisessä.

Lapsi joka harrastaa tai haluaisi harrastaa

Kohti oivalluksia ja laatua



Kuvio 3. Harrastustoiminnan laadun arvioinnin työkalu lapsen ja lapsen oikeuksien näkökulmasta. Työkalu on sovellettu arvolopaus-canvas pohjalta.







LIITE 3 APUKYSYMYKSIÄ HARRASTAMISEN PALVELUPOLUN MUOTOILUUN

Tässä työkalussa esitetyt apukysymykset auttavat lapsen ja nuoren kokemusten saavuttamisessa. Vastaamalla apukysymyksiin toiminnan kehittäjä tai harrastuksen järjestäjä voi muodostaa kokonaiskuvan lapsille ja nuorille merkityksellisistä asioista harrastamisessa ja tunnistaa toimintavuoden tai yksittäisen harrastuskerran kriittisiä hetkiä, joita on tarpeen kehittää. Työkalua voi hyödyntää myös yksittäisen lapsen tai lapsiryhmän kanssa työskenneltäessä.

Alla olevaan työkaluun (Taulukko 2) on pilkottu palvelupolku kolmeen vaiheeseen, joihin on liitetty tässä julkaisussa syntyneen tiedon pohjalta muodostuneita apukysymyksiä. Apukysymyksissä nostetaan esille erityisesti lasten ja nuorten osallisuuden ja yhdenvertaisuuden näkökulmia tiedonsaantiin, tunteisiin ja kokemuksiin liittyen. Työkalu voi auttaa tunnistamaan myös keskeisiä sidosryhmiä harrastamiseen liittyvän kehittämistyön näkökulmasta.



Ennen toimintaan tulemistä Tietoisuus ja valinta Mitä ja miksi? 	Toiminnan aikana Käyttö Miten?  	Toiminnan jälkeen Jakaminen ja vaikutukset 
<ul style="list-style-type: none"> • Mistä lapsi/nuori voi saada tietoa? • Millaista tietoa lapsi/nuori saa/tarvitsee? • Onko lapsella/nuorella mahdollisuus jutella harrastamiseen liittyvistä pohdintoista jonkun kanssa • Millaisia kokemuksia aiemmasta harrastamisesta on, ja miten ne vaikuttavat tunteisiin/toimintaan? • Mitä asioita mukaan tuleminen ja aloittaminen käytännössä vaatii lapselta/nuorelta? • Mikä lasta/nuorta voi jännittää ja mietityttää? • Mikä lasta/nuorta voi motivoida ja innostaa mukaan? • Kokeeko lapsi tai nuori toiminnan olevan häntä varten tai sopivansa joukkoon? • Estääkö jokin toimintaan liittyvä asia lapsen tai nuoren osallistumista? • Ketkä vaikuttavat lapsen/nuoren harrastamisen valintoihin tai tekevät lopulliset päätökset? • Ketkä ihmiset ovat tärkeitä lapsen/nuoren tietoisuuden lisäämisen tai valinnan teon hetken näkökulmasta? 	<ul style="list-style-type: none"> • Miten lapsi/nuori pääsee mukaan toimintaan/kokee tulevaisuutta vastaanotetuksi? • Millaisia kohtaamisen ja vuorovaikutuksen hetkiä toiminnassa syntyy? • Millaisia mahdollisuuksia lapsella/nuorella on kertoa näkemyksiään tai vaikuttaa toiminnan sisältöön? • Millaisia mahdollisuuksia toiminta tarjoaa oppimiseen ja omaan tahtiin kehittymiseen? • Millaisia kokemuksia huomatuksi tulemisesta ja kannustuksesta lapsi/nuori saa? • Millaisia kuulumisen tunteita lapselle/nuorelle syntyy? • Millaista tukea lapsi/nuori toivoo saavansa ja saa toiminnan aikana? • Millaisia ikäviä tilanteita lapsi tai nuori voi kohdata toiminnan aikana? • Millaisia hyvän tekemisen ja vaikuttamisen mahdollisuuksia toiminta tuo lapselle/nuorelle? • Miten lapsi/nuori koee harrastamispaikan, -ajankohdan ja harrastamiseen kulkemisen toimintaan osallistuessaan? • Ketkä ovat merkityksellisiä ihmisiä lapselle/nuorelle toiminnassa syntyvien kokemusten kannalta? 	<ul style="list-style-type: none"> • Mitä lapsi/nuori kertoo toiminnasta läheisilleen ja kavereilleen? • Millaisia tunteita lapsi/nuori tuntee toiminnan jälkeen? • Mitä lapsi/nuori saa arkeensa ja elämäänsä toimintaan osallistumisen kautta? • Miten toiminnassa syntyneet kokemukset vaikuttavat lapsen kokemukseen itsestään ja omista mahdollisuuksistaan?

Taulukko 2. Harrastamisen palvelupolun apukysymykset osallisuuden ja yhdenvertaisuuden näkökulmasta

