

Suomalaisten liikuntaharrastuksia rajoittavat tekijät: Toteutuvatko liikuntapolitiikan tavoitteet?

Pekka Rissanen, Nina Haapanen, Markku Pekurinen, ja Hannu Valtonen

JOHDANTO

Suomalaisten liikuntaharrastusta rajoittivat 1970-luvulla eniten ajan puute, työstä johtuva väsymys, kotityöt, muut harrastukset, perhe-elämä ja tovereiden puute (METELI 1975, Laakso ym. 1980, Telama 1986). Laiskuus ja terveydelliset syyt olivat myös tärkeitä liikuntaharrastusta rajoittavia tekijöitä (Viljanen 1980, Telama 1986).

Tutkimukset liikuntaharrastusta rajoittavista tekijöistä ovat pääosin peräisin lähes 20 vuoden takaa. Koko suomalainen yhteiskunta, asenteet ja arvostukset, ja liikunta niiden mukana ovat muuttaneet suuresti näiden tutkimusten jälkeen (vrt. Juppi 1985, Bös 1991).

Liikuntapolitiikan tavoitteita ovat ohjanneet erityisesti 1970-luvulta terveystavoitteet ja erityisryhmien aseman painottaminen kunto- ja kilpaurheilun rinnalla (Juppi 1985). Tärkeimpänä liikuntapoliittisena säädöksenä voidaan pitää vuonna 1980 voimaan tullutta liikuntalakia, joka velvoitti ennen kaikkea kuntia tarjoamaan liikunnan edellytyksiä ja palveluja tasapuolisesti kaikille kansalaisille ikään, sukupuoleen, varallisuuteen tai asuinpaikkaan katsomatta. (Suurnäkki & Koivumäki 1981, Juppi 1985, Olin & Oksio 1986).

Viime vuosikymmenien aikana yhteiskunnalliselle kehitykselle on ollut ominaista vapaa-ajan lisääntyminen ja väestörakenteen muutokset (Bös 1991). Lisäksi sukupuolten väliset erot ovat yleisesti tasoittuneet yhteiskunnassamme. Naiset ovat tulleet yhä aktiivisemmin mukaan työelämään ja saavuttaneet miehiä hieman myös liikunnan harrastamisessa (vrt. Niemi & Pääkkönen 1989). Myös tämä on lisännyt vaatimuksia liikuntamahdollisuuksien ja -paikkojen tasapuolisen saatavuuden takaamiseen.

Tässä artikkelissa tarkastellaan syitä, jotka rajoittivat väestön liikuntaharrastusta 1990-luvun alussa. Samalla arvioidaan liikuntapolitiikan onnistumista tasapuolisten liikuntamahdollisuuksien luomisessa servitimmällä väestön käsityksiä palvelujen saatavuudesta.

AINEISTO JA MENETELMÄT

Aineistona on osa koko maata koskevasta syksyn 1991 ja alkutalven 1992 aikana tehdystä postikyselystä. Otokseen valittiin satunnaisesti 2000 henkilöä suomenkielisistä 15–75-vuotiaista Suomen kansalaisista. Otoksen kokosi väestötörekisterikeskus. Lomakkeita palautettiin määräaikaan mennessä kaikkiaan 1268. Lähetetyistä lomakkeista 28 palautettiin postista vastaanottajan osoitteen tuntemattomuuden vuoksi. Vastausprosentti oli siten noin 65 %.

Kyselylomakkeen palauttaneista oli naisia 54.6 % ja miehiä 45.0 %. Naisten osuus vastanneista on hiukan suurempi kuin heidän väestöosuutensa 15–75-vuotiaista. Kyselyyn vastanneiden naisten ja miesten iän keskiarvo oli noin 42 vuotta. Ikäluokittain vastausten määrät vastaavat kunkin ikäluokan suhteellista osuutta tutkimuksen perusjoukkoon kuuluvista suomalaisista. Näin ollen tutkimusaineistoa voidaan pitää ainakin iän osalta koostumuksestaan edustavana.

Aineiston analysoinnissa käytettiin suoria ja kaumia, ristiintaulukointia sekä korrelaatiokertoimia. Lisäksi koettujen harrastusmahdollisuuksien ja tarjonnan riittävyden eroja tutkittiin erottelu-analyysillä.

TULOKSET

Liikuntaharrastusta ensisijaisesti rajoittavat tekijät

Liikuntaharrastusta rajoittavia tekijöitä kysyttiin avokysymyksellä, johon vastaajia pyydettiin kirjoittamaan viisi liikuntaharrastustaan eniten rajoittavaa tekijää tärkeysjärjestyksessä. Tässä analysoidaan tekijöitä, jotka vastaajat asettivat ensimmäiselle sijalle.

Liikuntaharrastusta ensisijaisesti rajoittavia tekijöitä olivat koko aineistossa työ tai opiskelu, terveydelliset syyt, ajan puute, laiskuus ja lasten hoito (Taulukko 1). Vastaajista noin 28 % ei maininnut yhtään liikuntaharrastustaan rajoittavaa tekijää.

Taulukko 1. Vastaajien arviot liikuntaharrastustaan ensisijaisesti rajoittavista tekijöistä.

Rajoittava tekijä	Koko aineisto %	Naiset %	Miehet %
1. Työ/opiskelu	15.0	11.1	19.8
2. Terveydelliset syyt	13.7	14.0	14.0
3. Ajan puute	11.4	11.8	10.9
4. Laiskuus	8.8	8.7	8.9
5. Lasten hoito	4.7	8.1	.5
6. Kiinnostuksen puute	2.7	2.0	3.5
7. Rahan puute	2.4	2.9	1.9
8. Huonot kulkuyhteydet liikuntapaikoille	2.1	2.7	1.1
9. Sääolosuhteet	1.7	1.4	1.9
10. Harrastusmahdollisuutta ei ole paikkakunnalla/lähistöllä	1.4	1.0	1.9
11. Muut tekijät yhteensä	8.3	9.0	7.5
12. Ei mainintaa	27.8	27.3	28.1
Yhteensä	100.0	100.0	100.0
N	1268	692	570

• = 6 (puuttuva tieto)

Naisten liikuntaharrastusta rajoittivat eniten terveydelliset syyt, ajan puute, työ ja opiskelu, laiskuus ja lasten hoito. Miehillä puolestaan tärkeimmät syyt olivat työ tai opiskelu, terveydelliset syyt, ajan puute, laiskuus ja kiinnostuksen puute.

Työ tai opiskelu rajoittivat eniten 15–24- ja 25–44-vuotiaiden liikuntaharrastusta. Nuorimmassa ikäluokassa seuraavaksi tärkeimpinä syinä olivat ajan ja rahan puute ja vanhemmassa ajan puute ja laiskuus. 45–64- ja 65–75-vuotiaat mainitsivat useimmiten terveydellisten syiden rajoittavan liikuntaharrastusta. 45–64-vuotiaiden ikäluokassa keskeisiä rajoittavia tekijöitä olivat myös työ tai opiskelu ja ajan puute. 65–75-vuotiaiden liikuntaharrastusta eniten rajoittavia tekijöitä olivat terveydellisten syiden lisäksi ikä ja laiskuus.

Merkittävää on, että maininnat liikuntaharrastusta rajoittavista syistä vähenivät iän myötä. 15–24-vuotiaista 20 % ei maininnut yhtään liikuntaharrastustaan rajoittavaa tekijää, mutta 65–75-vuotiaista 47 % ei kokenut minkään erityisen syyn rajoittavan liikuntaansa.

Liikunnan harrastusmahdollisuudet ja liikuntapaikkojen tarjonnan riittävyys

Liikuntaharrastusta ensisijaisesti rajoittavina tekijöinä nousivat vähäisessä määrin esille myös sellaiset seikat kuin »huonot kulkuyhteydet liikuntapaikoille» ja »harrastusmahdollisuutta ei ole paikkakunnalla tai lähistöllä» (Taulukko 1.). Harrastusmahdollisuuksia selvitettiin lomakkeessa kysymyksellä: »Millaiseksi koette mahdollisuuten-

ne harrastaa liikuntaa?». Arviota liikuntaharrastuksiin sopivista liikuntapaikoista selvitettiin kysymyksellä: »Miten liikuntaharrastukseen sopivia liikuntapaikkoja on ollut tarjolla?». Molemmat kysymykset oli muotoiltu viisiluokkaisiksi (»erittäin hyvin» (1) ... »erittäin huonosti»(5)). Erotteluanalyyssissä luokat yhdisteltiin kolmeen ryhmään; »hyvä», »keskinkertainen» ja »huono». Koettuja harrastusmahdollisuuksia ja tarjolla olevien palvelujen riittävyttä selitettiin vastaajien sukupuolella, iällä, tuloilla, asuinpaikalla ja liikuntaharrastuksen määrällä.

Sekä miehistä että naisista noin 60 % arvioi mahdollisuutensa harrastaa liikuntaa hyväksi. Huonoiksi harrastusmahdollisuutensa arvioi naisista 13 % ja miehistä 10 %. Sukupuolten ero ei ole kuitenkaan tilastollisesti merkitsevä. Sopivia liikuntapaikkoja arvioi olevan hyvin tarjolla naisista noin 67 % ja miehistä 64 %, ja huonosti sekä naisista että miehistä 10 %. Sukupuolten välinen ero ei ollut tässääkään tilastollisesti merkitsevä.

Vanhemmat vastaajat kokivat liikunnan harrastusmahdollisuutensa hieman huonommiksi kuin nuoremmat. Iän ja koetun liikunnan harrastuksen välinen järjestyskorrelaatio on positiivinen ($r = .09$, $p = .001$), mutta itseisarvoltaan hyvin pieni. Arvioihin sopivien liikuntapaikkojen tarjonnasta iällä ei järjestyskorrelaation perusteella ollut vaikutusta.

Hyvätuloiset kokivat mahdollisuutensa liikunnan harrastamiseen ja tarjolla olevat liikuntapalvelut hieman paremmiksi kuin pienituloiset. Tulot korreloivat tilastollisesti erittäin merkitsevästi ($p = .000$) sekä arvioidun liikuntaharrastusmahdollisuuden ($r = -.14$) että liikuntapaikkojen tar-

Taulukko 2. Koettu liikunnan harrastusmahdollisuus arvioitun aktiivisen liikunnan määrän mukaan.

Aktiivisen liikunnan määrä	Erittäin paljon %	Melko paljon %	Melko vähän %	Hyvin vähän %	En lainkaan %
Harrastusmahdollisuus					
Erittäin hyvä	58.8	24.4	17.1	11.5	15.7
Hyvä	38.2	50.7	39.2	30.6	25.8
Keskinkertainen	2.9	21.0	34.4	34.0	29.2
Huono		3.9	8.7	17.4	18.0
Erittäin huono			.6	6.4	11.2
Yhteensä	2.8	31.7	38.5	19.6	7.4
N	34	381	462	235	89

$\chi^2 = 186.444$ df = 16 p = .000 . = 67 (puuttuva tieto)

jonnan kanssa ($r = -.12$). Järjestyskorrelaatiot ovat kuitenkin itseisarvoltaan melko pieniä, mikä tarkoittaa sitä, että tuloryhmienkään väliset erot liikuntapalvelujen määrän arvioinnissa eivät ole kovin suuria.

Kaukana taajamista asuvat kokivat liikunnan harrastusmahdollisuutensa ja liikuntapaikkojen tarjonnan huonommiksi kuin lähellä kuntien ja kaupunkien keskustoja asuvat. Asuinpaikka korreloi tilastollisesti erittäin merkitsevästi ($p < .01$) sekä arvioitun liikunnan harrastusmahdollisuuden ($r = .14$) että liikuntapaikkojen tarjonnan kanssa ($r = .22$).

Aktiivisen liikunnan määrää mitattiin viisiluokkaisella asteikolla (»Harrastan liikuntaa erittäin paljon»(1) ... »en lainkaan»(5)). Erittäin paljon aktiivista liikuntaa harrastavista 59 % ja liikuntaa harrastamattomista 16 % arvioi liikunnan harrastusmahdollisuutensa erittäin hyväksi (Taulukko 2). Erittäin huonoiksi liikunnan harrastusmahdollisuuksiaan ei maininnut kukaan erittäin paljon liikuvista, mutta ei lainkaan liikkuvista 11 %.

Aktiivisen liikunnan määrä korreloi tilastollisesti erittäin merkitsevästi ($p = .000$) sekä liikunnan harrastusmahdollisuuden ($r = .31$) että liikuntapaikkojen tarjonnan ($r = .13$) kanssa. Paljon liikuntaa harrastavat kokivat siis liikunnan harrastusmahdollisuutensa ja liikuntapaikkojen tarjonnan hyväksi.

Edellä esiteltyjen taustamuuttujien riippuvuutta koetuista liikunnan harrastusmahdollisuuksista ja liikuntapaikkojen tarjonnasta analysoitiin myös erotteluanalyysillä. Erotteluanalyysi on tilastollinen monimuuttujamenetelmä, jossa selitetään vastaajien kuulumista erilaisiin luokkiin sekä jatkuvilla, dikotomisilla että järjestysasteikollisilla muuttujilla.

Erotteluanalyysissä aktiivisen liikunnan määrä erotteli harrastusmahdollisuuden luokkia eniten

Taulukko 3. Koettua liikunnan harrastusmahdollisuutta selittävien tekijöiden tärkeys erotteluanalyysin askeltavalla menetelmällä (Method = Wilks).

Muuttuja	Tärkeysjärjestys	Standardoitu kerroin	Merkitsevyys
Aktiivisen liikunnan määrä	1.	.841	***
Tulot	2.	-.406	***
Asuinpaikka	3.	.329	***
Ikä	4.	.307	***
Sukupuoli	5.	.093	***

Mallin selitysosuus 15.5 %
Erottelun onnistumisprosentti 53.43 %

* ($p < .05$) ** ($p < .01$) *** ($p = .000$)

(Taulukko 3). Paljon liikkuvat vastaajat kokivat tämänkin analyysin mukaan liikunnan harrastusmahdollisuutensa hyväksi. Tulosten negatiivinen kerroin voidaan tulkita niin, että suurituloiset arvioivat liikunnan harrastusmahdollisuutensa hyväksi ja pienituloiset taas arvioivat harrastusmahdollisuutensa huonommiksi.

Asuinpaikka erotteli erityisesti liikuntapaikkojen tarjontaa koskevia luokkia (Taulukko 4). Asuinpaikan positiivinen kerroin myös monimuuttujamallissa vahvistaa edellä mainittua tulosta, jonka mukaan kaukana keskustasta asuvat arvioivat liikuntapaikkojen tarjonnan huonommiksi kuin muut. Aktiivisen liikunnan määrä erotteli liikuntapaikkojen tarjontaa koskevia luokkia toiseksi eniten. Paljon liikkuvat vastaajat arvioivat tämänkin mallin mukaan liikuntapaikkojen tarjonnan hyväksi. Ikä ja sukupuoli erottelivat sekä harrastusmahdollisuuden että liikuntapaikkojen tarjonnan luokkia vähiten.

Molemmissa erotteluanalyysissä erottelun

Taulukko 4. Koettu liikuntapaikkojen tarjontaa selittävien tekijöiden tärkeys erotteluanalyyisin askeltavalla menetelmällä (Method = Wilks).

Muuttuja	Tärkeysjärjestys	Standardoitu kerroin	Merkitsevyys
Asuinpaikka	1.	.690	***
Aktiivisen liikunnan määrä	2.	.568	***
Tulot	3.	-.423	***
Ikä	4.	.165	***
Sukupuoli	5.	-.111	***
Mallin selitysosuus 10.8 %			
Erottelun onnistumisprosentti 51.65 %			
* (p = <.05) ** (p = <.01) *** (p = .000)			

Taulukko 6. Koettu aktiivisen liikunnan määrä koko aineistossa sekä henkilöillä, jotka eivät maininneet yhtään liikuntaharrastustaan rajoittavaa tekijää.

Muuttuja	Koko aineisto %	»Ei rajoittavia tekijöitä» %
Erittäin paljon	2.8	2.5
Melko paljon	30.5	34.6
Melko vähän	37.4	34.8
Hyvin vähän	19.3	15.9
En lainkaan	7.6	7.4
.	2.4	4.8
Yhteensä	100.0	100.0
N	1268	353
· = (puuttuva tieto)		

onnistumisprosentti oli noin 50. Tämä tarkoittaa sitä, että kun selitettävien muuttujien arvot tunnetaan, 50 prosenttia vastaajista voidaan sijoittaa oikein selitettävän muuttujan luokkiin; on mahdollista »arvata» oikein heidän vastauksensa kysymyksiin millaisiksi he kokevat liikunnan harrastusmahdollisuutensa ja liikuntapaikkojen tarjonnan.

Tutkimuksen kysymyksenasettelun kannalta oli sängen mielenkiintoinen se ryhmä vastaajista, joka ei ilmoittanut yhtään liikuntaharrastustaan rajoittavaa tekijää. Tämä joukko oli oman tulkinsa mukaan tyytyväinen liikuntaharrastusmahdollisuuksiinsa. Heistä noin 63 % arvioi liikunnan harrastusmahdollisuutensa hyviksi tai erittäin hyviksi, kun koko aineistossa luku oli 57 % (Taulukko 5). Huonoksi tai erittäin huonoksi liikunnan harrastusmahdollisuutensa arvioi koko ai-

Taulukko 5. Koettu liikunnan harrastusmahdollisuus koko aineistossa sekä henkilöillä, jotka eivät maininneet yhtään liikuntaharrastustaan rajoittavaa tekijää.

Muuttuja	Koko aineisto %	»Ei rajoittavia tekijöitä» %
Erittäin hyväksi	18.6	23.8
Hyväksi	38.8	39.4
Keskinkertaiseksi	27.8	23.8
Huonoksi	9.1	3.1
Erittäin huonoksi	2.4	1.4
.	3.3	8.5
Yhteensä	100.0	100.0
N	1268	353
· = (puuttuva tieto)		

Taulukko 7. Koettu liikuntapaikkojen tarjonta koko aineistossa sekä henkilöillä, jotka eivät maininneet yhtään liikuntaharrastustaan rajoittavaa tekijää.

Muuttuja	Koko aineisto %	»Ei rajoittavia tekijöitä» %
Erittäin hyvin	22.2	21.5
Hyvin	39.1	38.2
Keskinkertaisesti	23.2	21.5
Huonosti	7.6	4.5
Erittäin huonosti	1.9	1.1
.	6.0	13.0
Yhteensä	100.0	100.0
N	1268	353
· = (puuttuva tieto)		

neistossa noin 6 % ja liikuntaharrastusta rajoittavia tekijöitä mainitsemattomista 5 %.

Liikunnan harrastus vaihteli melko paljon niiden kesken, jotka eivät maininneet mitään liikuntaa rajoittavia tekijöitä (Taulukko 6). Lisäksi he arvioivat harrastavansa aktiivista liikuntaa hieman enemmän kuin koko aineiston vastaajat. Koko aineiston vastaajista 33 % ja harrastusta rajoittavia tekijöitä mainitsemattomista 37 % arvioi harrastustavansa aktiivista liikuntaa erittäin paljon tai melko paljon.

YHTEENVETO

Tulosten mukaan suomalaisten liikuntaharrastusta ensisijaisesti rajoittavat tekijät ovat pääpiirteittäin samoja kuin 1970-luvulla (vrt. METELI

1975, Laakso 1980, Viljanen 1980, Telama 1986). Liikuntaharrastusta rajoittavat syyt liittyvät yhtäältä mukavuudenhaluun (esim. laiskuus, kiinnostuksen puute ja sääolosuhteet). Toisaalta työ tai opiskelu liikuntaharrastusta rajoittavina tekijöinä kuvaavat työnteon keskeistä asemaa suomalaisessa arvoilmastossa. Työhön liittyy osittain myös ajan puute, joka mainittiin yhtenä keskeisenä liikuntaharrastusta rajoittavana tekijänä. Ajan puutteen syyt lienevät kuitenkin varsin moninaisia, ja kyse voikin olla pohjimmiltaan kiinnostuksen puutteesta. Terveydelliset syyt liikuntaharrastuksia rajoittavina tekijöinä ovat varsin tärkeitä, mikä johtunee siitä, että erityisesti erilaiset pitkäaikaissairaudet ja mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet.

Liikuntaharrastusmahdollisuudet ja liikuntaharrastuksiin sopivien liikuntapaikkojen tarjonta arvioitiin yleensä hyväksi; vain noin 10 % vastaajista koki liikuntamahdollisuutensa ja liikuntapaikkojen tarjonnan huonoksi. Tyytyväisimpiä harrastusmahdollisuuksiinsa olivat eniten liikuntaa harrastavat. Liikuntapaikkoja oli tarjolla huonoimmin maaseudulla asuville.

Tulosten perusteella voidaan myös sanoa, että liikuntalain tavoite liikunnan edellytysten ja palvelujen tasapuolisen saatavuuden järjestämisestä kaikille kansalaisille ikään, sukupuoleen, varallisuuteen ja asuinpaikkaan katsomatta on jo saavutettu melko hyvin. Vain pieni osa väestöstä, lähinnä maaseudulla asuvat, liikuntaa vähän harrastavat henkilöt kokivat liikuntaharrastuksiin sopivien liikuntapaikkojen tarjonnan heikoksi. Tätä tukee se, että harrastusmahdollisuuden puuttumisen paikkakunnalta tai lähistöltä mainitsi ensisijaiseksi liikuntaharrastusta rajoittavaksi tekijäksi vain 1.4 % vastaajista. Lähes kolmasosa kyselyyn vastanneista ei maininnut yhtään liikuntaharrastustaan rajoittavaa tekijää. Vastaa-

jat olivat siis tyytyväisiä jo oleviin liikuntamahdollisuuksiinsa ja liikuntapaikkojen tarjontaan.

LÄHTEET

- Bös, K.: Health-related sport-for-all and fitness assessment – European experiences. Teoksessa Oja P. & Telama R. (ed.) Sport for all. Proceedings of the World Congress on Sport for All, held in Tampere, Finland, on 3–7 June 1990. Elsevier Science Publishers B.V. Netherlands 1991.
- Laakso, L., Telama, R. & Vuolle, P.: Aikuisväestön liikuntaharrastusta sääteleviä tekijöitä. Stadion, vol 17, n:o 5/1980.
- Juppi, J.: Suomen julkinen liikuntapolitiikka rahoituksen näkökulmasta tarkasteltuna. Sosiologian lisensiaatityö. Helsingin yliopisto. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu no 101. Etelä-Saimaan kustannus Oy. Lappeenranta 1985.
- Meteli. Työolot, terveys ja liikuntakäyttäytyminen metallitehtaissa. Kartoittavan kyselyn aineisto ja toteuttaminen. Studies in sport, physical education and health 6. University of Jyväskylä. Pieksämäki 1975.
- Niemi, I. & Pääkkönen, H.: Ajankäytön muutokset 1980-luvulla. Tilastokeskus. Tutkimuksia 153. Helsinki 1989.
- Olin, K. & Oksio, T.: Liikuntapolitiikan päättäjien käsitykset liikuntalain vaikutuksista. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan sosiaalitieteiden laitos. Tutkimuksia no 42. Jyväskylä 1986.
- Suurnäkki, T. & Koivumäki, K.: Liikuntakulttuurin yleiset kehityssuuntaukset. Teoksessa Lagus P (toim.) Liikuntasuunnittelu. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu no 77. Valtion painatuskeskus. Helsinki 1981.
- Telama, R.: Mikä liikunnassa kiinnostaa – liikuntamotivaatio. Teoksessa Vuolle P., Telama R. & Laakso L. Näin suomalaiset liikkuvat. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 50. Valtion painatuskeskus. Helsinki 1986.
- Viljanen, T.: Turkulaisten liikuntaharrastuksen motiivit sekä harrastusta rajoittavat tekijät. Teoksessa Waresell L. (toim.) Aikuisväestön liikuntaharrastusta säätelevät tekijät. Tutkimusten raportointiseminaarin raportti 7.10.1980, Jyväskylä. Liikuntatieteellisen seuran julkaisuja no 80. Kangasalan kirjapaino Offset 1981.