



Liikunnan iloa vai pakottamista? Lasten näkemyksiä ja kokemuksia vanhempien osoittamasta tuesta liikuntaa kohtaan

Arto Laukkanen

LtT, post-doc

Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto

TAUSTA

- Liikuntaa tukevat vanhemmat \approx fyysisesti aktiiviset lapset?
- Yhteys moniulotteinen: onnistuneessa yhteys käänteinen
- Tämä tutkimus pyrkii selvittämään vanhempien näkemyksiä liikuntaan liittyvästä ja siitä, kuinka nämä näkemykset vaikuttavat lapsien kielteisiin k...



MENETELMÄT

- 1-3-luokkalaisia lapsia (N=79, keski-ikä $8,74 \pm 0,8$ vuotta)
- Taustatietolomake vanhemmille
- Semistrukturoidut ryhmähaastattelut
- Laadullinen sisällönanalyysi

VANHEMMUUS- ULOTTUVUUS (Maccoby & Martin 1983)	VANHEMMUUS-KÄYTÄNTÖ (Baumrind 1971; Davison 2013; Masse 2017;)
Responsiivisuus (lapsilähtöisyys)	Lämpö ja autonomian tuki
	Struktuuri
Vaativuus	Pakottava kontrolli
	Huomioiva kontrolli

Taulukko 1.
Teoreettinen
viitekehys

TULOKSET

Teorettinen viitekehys

Lasten käsityksiä

VANHEMMUUS-
ULOTTE
P

VANHEMMUUS-
ki

VANHEMMAN SANAT JA TEOT

*"Yleensä meen ettii Pokemoneja
koulun jälkeen...yleensä meen x- ja
xx-puistoon ja siittä kotiin."*

(Poika, 11k, fyysisesti aktiivinen, matalasti koulutetut &
keskimääräisesti liikunnallista tukea tarjoavat
vanhemmat)

Itsenäisen liikkumisen ja
leikkimisen tuki

Lapsilähtöinen kannustus ja kehu

Lapsen mielenkiinnonkohteiden
kuuntelu ja innostuksen puutteen
kunnioitus

*"Tykkään pelata sählyä...isä
yleensä pelaa, mä oon maalivahti"*

(Tyttö, 3lk, fyysisesti aktiivinen, korkeakoulutetut &
keskimääräisesti liikunnallista tukea tarjoavat
vanhemmat)

Yhdessä liikkuminen

Harrastamisen mahdollistaminen

"No välillä sanon äidille ja isälle ettei huvittais mennä harkkoihin, koska jalkoihi sattuu. Nii silloin ne pakottaa mua menemään." (Poika, 2lk., fyysisesti aktiivinen, korkeakoulutetut & paljon liikunnallista tukea tarjoavat vanhemmat)

"Jos vanhempi kannustaa liikaa, niin se alkaa pikkuhiljaa hermostuttaa mua niinku: teenkö oikein?" (Tyttö, 3lk., fyysisesti aktiivinen, korkeakoulutetut & keskimääräisesti tukea tarjoavat vanhemmat)

"Mun isä haluaa mennä kävelylle iltasin vaikka mä tahtosin kattoo televisiota. Sitten se pakottaa mua. Sitte mä sanon et 'okei, mennään vaan sitten'" (Poika, 1lk., fyysisesti inaktiivinen, korkeakoulutetut & keskimääräisesti tukea tarjoavat vanhemmat)

Lasten käsityksiä

VANHEMMAN SANAT JA TEOT

Vaatimus liikunnan suorittamiseen

Avoin, julkinen ja kilpailuorientoitunut kannustus ja kehu

Muiden intressien asettaminen lapsen intressien edelle

Kontrolloivaa vanhemmuutta, johon yhdistyy lapsen mielenkiinnon kohteiden kuuntelu tai yhdessä liikkuminen

Johtopäätöksiä

- Myönteisiä liikuntakokemuksia voi kukin lapsen kanssa toimiva aikuinen edistää huomioimalla lapsen mielipiteet, tarjoamalla runsaasti liikunnallisuutta tukevaa struktuuria ja olemalla sopivasti vaativa

KIITOKSET MIELENKIINNOSTA!

Kiitokset yhteistyökumppaneille ja rahoittajille:

- **Kaisa Aunola**, psykologian professori (JYU)
- **Arja Sääkslahti**, yliopistotutkija (JYU)
- **Tutkimusavustajat** (JYU)

Yhteystiedot:

Arto Laukkanen

Sähköposti: arto.i.laukkanen@jyu.fi

Twitter: @arto_laukkanen

<https://www.jyu.fi/sport/fi/tutkimus/hankkeet/liikkuva-perhe>

