

**TURKU**

Kaupunkitutkimusohjelma

TUTKIMUSKATSAUKSIA

6–2022

Vaikuttava harrastusseteli edellyttää helppokäyttöisyyttä, monipuolista lajivalikoimaa ja rohkaisua vähän liikkuville

Harrastussetelin avulla on mahdollista lisätä lasten hyvinvointia, sillä se parantaa harrastusmahdollisuuksia ja tarjoaa mielekästä tekemistä. Harrastussetelin aktivoivasta vaikutuksesta lasten liikkumiseen ei kuitenkaan saatu kokeilussa yksiselitteisiä tuloksia. Lasten itsearvion mukaan seteli lisäsi heidän liikkumistaan, mutta liikemittarien tulokset eivät vahvistaneet sitä. Kokeilussa suuri osa setelin hyödyntäjistä käytti avustuksen olemassa olevaan harrastukseen. Vaikuttavuus saattaisi parantua, jos setelin hyödyntäjiksi saadaan enemmän lapsia ja nuoria, joille ei ole muodostunut vielä liikunnallista elämäntapaa. Erityistä huomiota tulee kiinnittää setelin helppokäyttöisyyteen sekä lajivalikoiman monipuolisuuteen, joka houkuttaa kokeilemaan uutta harrastusta.

SUOSITUKSET

Kehitä harrastussetelin helppokäyttöisyyttä ja avustuksen lunastamisessa tarvittavan sovelluksen käytettävyyttä.

Varmista poikkihallinnollisesti, että erityisesti syrjäytymisvaarassa olevat lapset ja heidän perheensä tietävät avustusmahdollisuudesta ja oppivat käyttämään sitä.

Laajenna harrastussetelin kattamaa lajivalikoimaa, lisäten valikoimaan mahdollisuuksia myös ei-kilpailulliseen harrastamiseen ja lajikokeiluihin, jotta se innostaa harrastustoiminnan ulkopuolella olevia lapsia.

Suosi jatkossakin koulujen välituntien viettämistä ulkona, sillä se lisää selvästi lasten liikkumista.

KIRJOITTAJAT

Ira Ahokas¹, Pauliina Husu², Henna Leino³, Riikka Saarimaa¹, Kari Tokola², Henri Vähä-Ypyä², Birgitta Sandberg³, Tommi Vasankari², Petri Tapio¹

¹ Tulevaisuuden tutkimuskeskus, Turun yliopisto

² UKK-instituutti

³ Turun yliopiston kaupunkorakentamiskoulu

AINEISTO JA MENETELMÄT

130 viidesluokkalaista lasta Turusta; tutkimuskyselyt, haastattelut, liikemittaukset

TEEMAT

Harrastaminen, liikkuminen, lapset ja nuoret, harrastusseteli

HALUATKO TIETÄÄ...

Miten harrastusseteli vaikutti lasten harrastustoimintaan osallistumiseen? **s. 2**

Miten harrastusseteli vaikutti lasten liikkumiseen? **s. 3**

Miten harrastusseteli toimisi paremmin? **s. 5**

Turun kaupunki suunnittelee harrastussetelin käyttöön ottamista turkulais-ten lasten ja nuorten liikkumisen ja hyvinvoinnin sekä tasavertaisten harrastusmahdollisuuksien tukemiseksi. Vastaavaa kannustinta on käytetty muutamissa maissa aktivoimaan lasten ja nuorten liikuntaa sekä muuta harrastustoimintaa, mutta niiden vaikuttavuudesta on toistaiseksi vähän näyttöä. Siksi se on myös kiinnostava tutkimuskohde. Arvioimme interventiotutkimuksen perusteella, miten Turun kaupungin tarjoama 200 euron arvoinen harrastusseteli aktivoi lasten ja nuorten harrastustoimintaan osallistumista sekä liikunta- ja liikkumiskäyttäytymistä, ja mikä on siihen liittyvien tunteiden ja motiivien merkitys. Kokeiluun osallistui kolme interventio-koulua, joissa viidesluokkalaiset oppilaat saivat harrastussetelin, ja kaksi verrokkikoulua.

Puolet kokeiluun osallistuneista otti setelin käyttöön

Kokeilu toteutettiin älypuhelimeen ladattavan Nuorisopassi-sovelluksen avulla. Sovelluksessa olivat valittavana ne liikuntaharrastukset, joiden kustannuksiin harrastussetelin saattoi käyttää. Turun kaupunki jakoi interventio-koulujen oppilaille tiedotteen, jossa kerrottiin harrastussetelistä, sovelluksen käytöstä sekä harrastustarjontaan sisältyvistä lajeista ja toimintaa järjestävistä seuroista.

Interventioryhmän lapsista kolme neljästä latasi Nuorisopassi-sovelluksen. Usea vastaaja kertoi jättäneensä sovelluksen lataamatta, koska käyttöönotossa oli hankaluuksia. Osa perheistä oli pyytänyt ja saanut yhteyshenkilöiltä apua tai joustoa aikarajojen suhteen. Osalla taas seteli jäi käyttämättä, kun perhe ei huomannut pyytää apua tai joustoa. Muutamat lapset ilmoittivat latauksen unohtuneen tai jääneen tekemättä vanhemman kiireen tai muun syyn vuoksi, tai koska lapsi ei ollut tiennyt sovelluksesta. Toisaalta osa lapsista kertoi, että sovellus oli ladattu ja seteli käytetty pääasiassa vanhemman aktiivisen ohjauksen johdosta. Jotkut jättivät sovelluksen lataamatta, sillä harrastussetelin käytölle ei koettu olevan tarvetta.

Interventioryhmissä setelin hyödynsi reilu puolet lapsista. Osa ei hyödyntänyt seteliä, koska mieluisaa lajia tai omaa urheiluseuraa ei löytynyt sovelluksen valikoimasta, tai koska lapsen toive oli jokin muu kuin liikuntaharrastus. Joillakin esteeksi muodostui se, että lapsi ei halunnut mukaan seura- tai joukkue-toimintaan, vaan olisi halunnut harrastaa lajia omaehtoisesti, esimerkiksi perheensä kanssa. Tällöin setelin käyttö liikuntapaikan pääsylippumaksuun olisi ollut toivottu käyttömahdollisuus. Joissain tapauksissa tuli ilmi, että harrastus ei ollut setelistä huolimatta mahdollinen, koska ei ollut mahdollista hankkia siihen tarvittavia varusteita. Toisaalta tiedotteen listaus erilaisista lajeista ja harrastusmahdollisuuksista oli herättänyt myös ideoita ja inspiraatiota kokonaan uusista lajeista, joita ei olisi muuten tullut ajatelleeksi itselle mahdollisina lajeina tai joiden olemassaolosta ei ollut aiemmin ollut edes tietoinen.

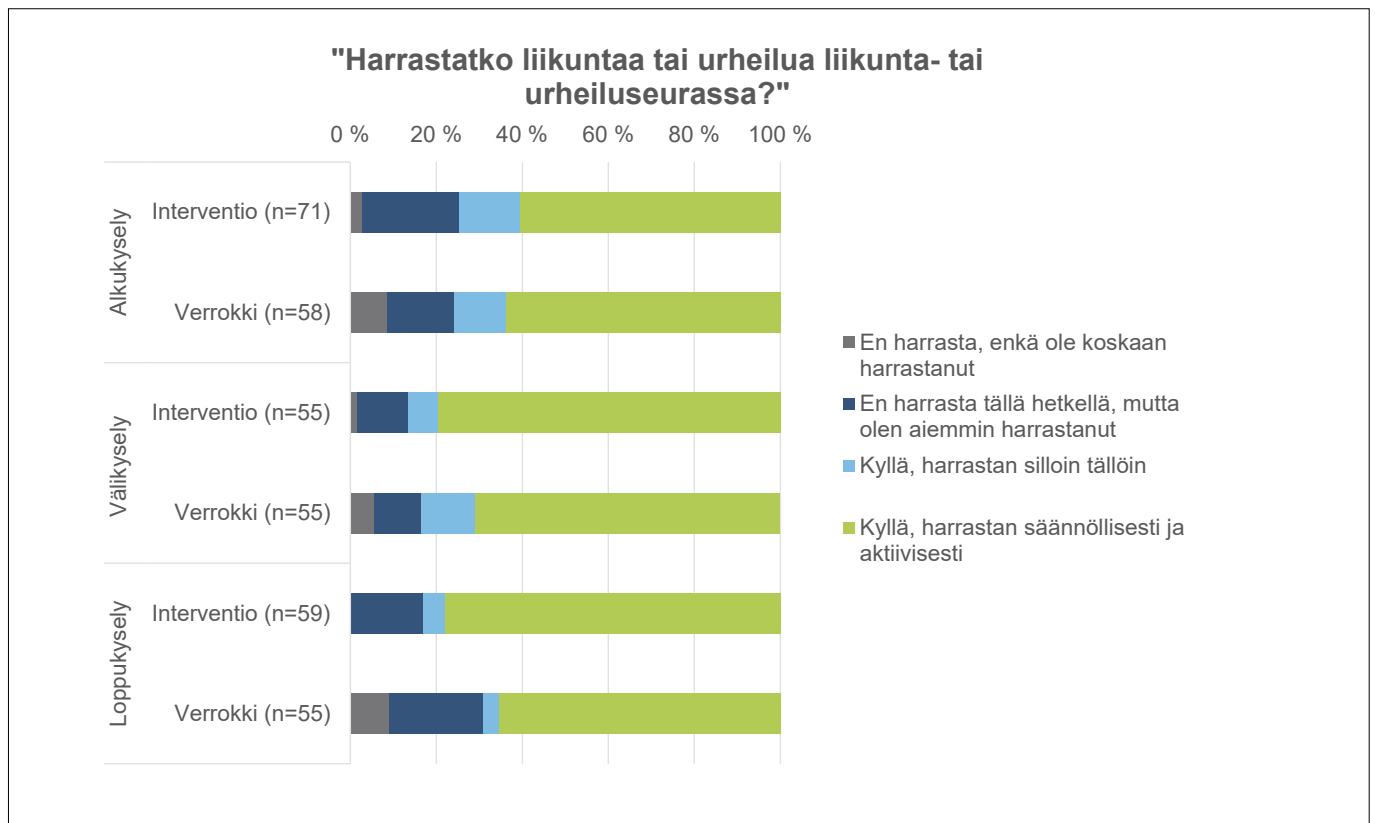
Harrastussetelin hyödyntäneistä lapsista miltei 2/3 käytti avustuksen nykyisen harrastuksen kustannuksiin. Noin joka kolmas maksoi sillä täysin uuden harrastuksen. Osa lapsista kertoi, että seteli oli mahdollistanut heille jonkin harrastuksen, josta olivat haaveilleet jo pitkään. Tai se mahdollisti uuden harrastuksen jonkin aiemman harrastuksen rinnalle, johon ilman seteliä ei välttämättä muuten olisi ollut mahdollisuutta. Osalla oli olemassa olevia, ei-liikunnallisia harrastuksia, ja setelin innoittamana he aloittivat uuden liikuntaharrastuksen.

2/3 käytti avustuksen jo olemassa olevaan harrastukseen, 1/3 kokeili uutta harrastusta

Harrastuksessa käytiin keskimäärin kaksi kertaa viikossa. Harrastusmatkan pituus oli keskimäärin 3 - 5 kilometriä. Lähes kaikki kulkivat talvella harrastukseen vanhempien kyydillä. Syksyllä ja keväällä reilu puolet kulki harrastukseen vanhempien kyydillä ja kolmannes polkupyörällä.

Harrastusseteli lisäsi lasten osallistumista liikuntaharrastuksiin

Tutkimuksessa alkukysely toteutettiin ennen kokeilua, välikysely sen aikana ja loppukysely sen jälkeen. Kyselyiden tulokset osoittavat, että harrastussetelillä voidaan lisätä lasten harrastustoimintaan osallistumista. Setelin aktivoiva vaikutus näkyi kolmella eri tavalla tutkimusjakson päätyttyä (kuvio 1). Interventoryhmässä kaikki lapset olivat joko mukana harrastustoiminnassa tai he olivat kokeilleet harrastusta. Tosin tässä ryhmässä oli vain pieni joukko lapsia, jotka eivät olleet aiemmin harrastaneet liikuntaa urheiluseurassa. Myös säännöllisesti harrastavien lasten määrä oli kasvanut kokeilun aikana verrokkiryhmää enemmän. Samoin seuraharrastuksen lopettaneiden määrä oli interventoryhmässä vähentynyt, kun taas verrokkiryhmässä se oli kasvanut.



Kuvio 1. Harrastussetelillä voidaan lisätä harrastustoimintaan osallistumista.

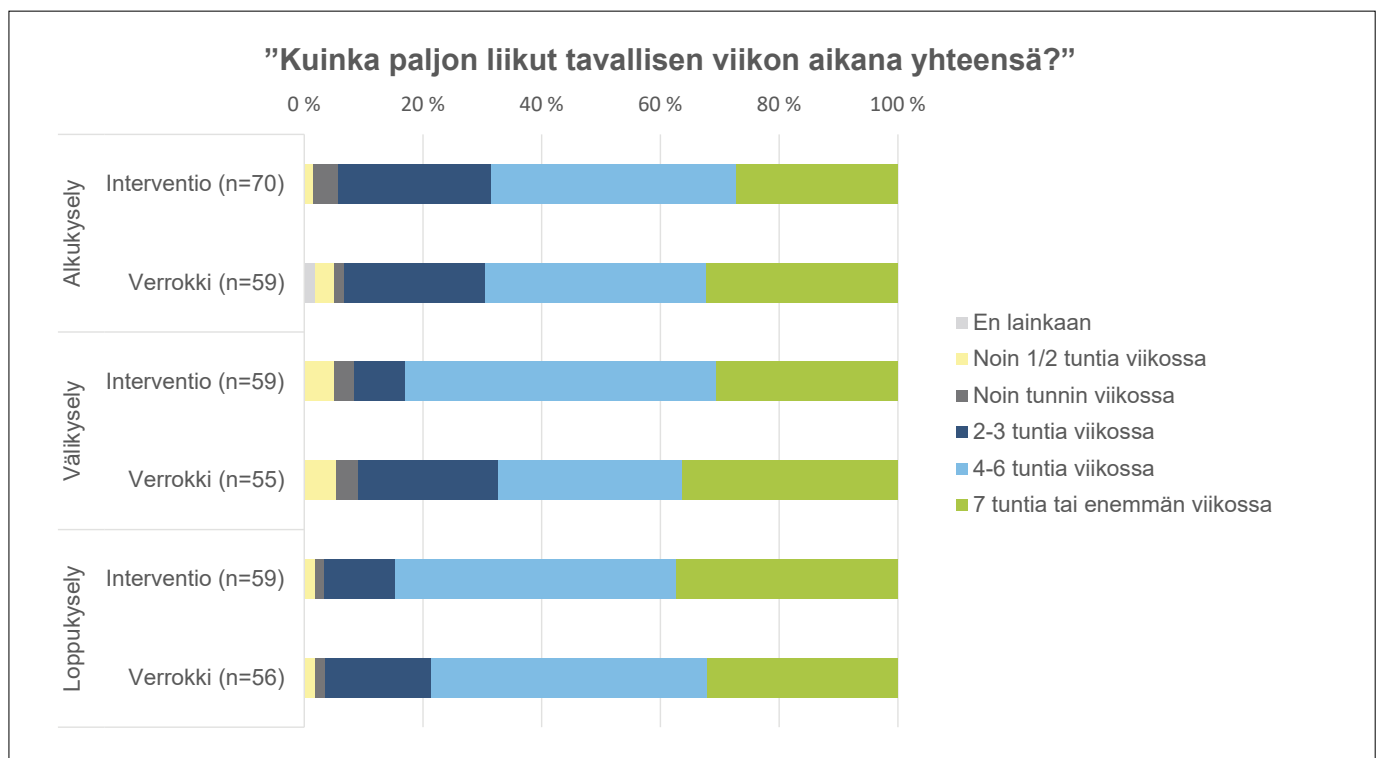
Lasten mukaan seteli lisäsi liikkumista, liikemittari ei vahvistanut tulosta

Lasten itsearvioiden perusteella harrastusseteli lisäsi liikkumista (kuvio 2). Heille tehdyt kyselyt osoittavat setelin kannustavan vaikutuksen sekä liikkumisen määrään ylipäättään, että rasittavan liikkumisen määrään.

Lapset kävivät keskimäärin kaksi kertaa viikossa harrastuksessa, jonka he olivat harrastussetelillä maksaneet. Tutkimusjakson aikana interventio-ryhmän lasten harrastusmatkat pitenevät, millä havaittiin olevan harrastuskyyditsemistä lisäävää vaikutusta, erityisesti talvella. Itse liikuntaharrastus lisäisikin liikkumista nykyistä enemmän, mikäli suurempi osa lapsista kulkisi harrastusmatkat lihasvoimin, kyyditsemisen sijaan. Esimerkiksi liikunta-paikkaverkkoa kehittämällä on mahdollista tukea lasten harrastusmatkojen kulkemista jalan, pyöräillen tai joukkoliikennettä hyödyntäen.

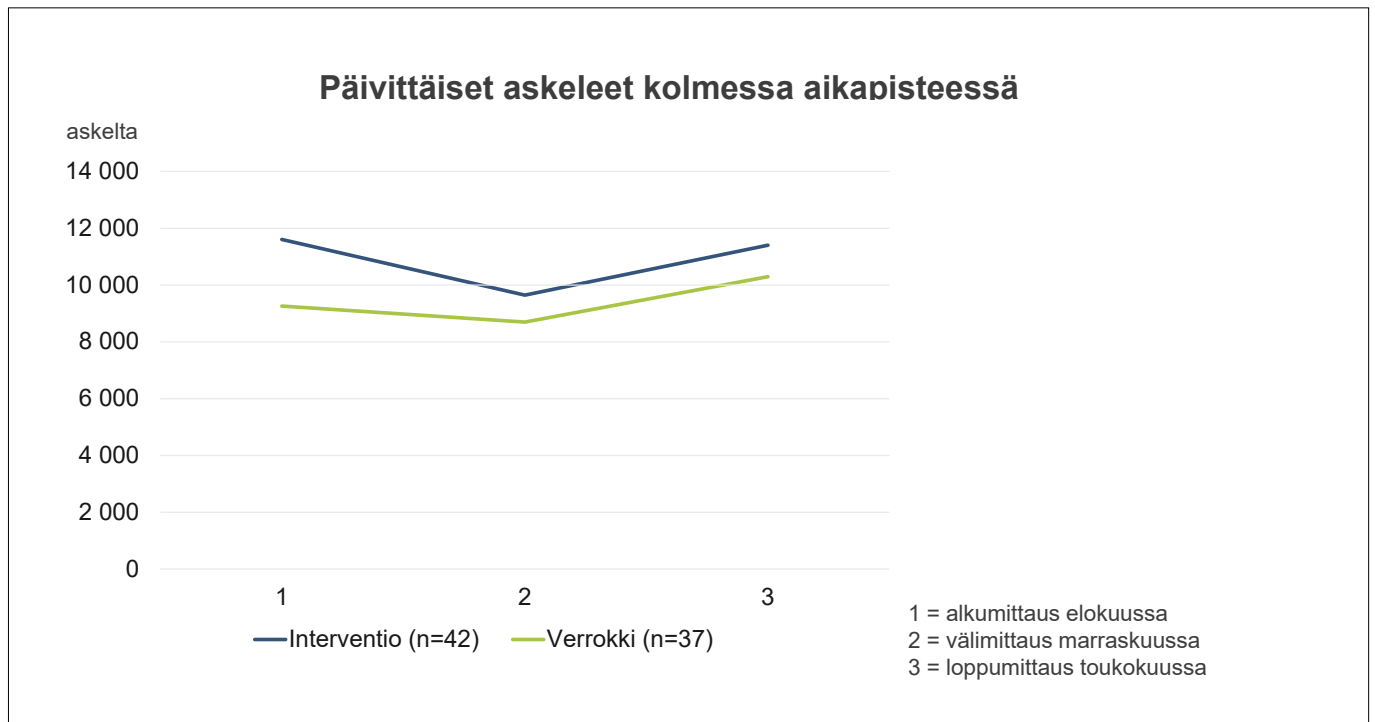
Lasten liikkumista, paikallaanoloa ja unta mitattiin myös liikemittarilla (UKK RM 42, UKK Terveyspalvelut Oy, Tampere). Alkumittaus tehtiin elokuussa, välimittaus marraskuussa ja loppumittaus toukokuussa. Mittausten mukaan interventio-ryhmän lapset liikkuiivat kaikissa kolmessa aikapistessä hieman enemmän kuin vertailuryhmän lapset, mutta harrastusseteli ei vaikuttanut liikkumisen määrään (kuvio 3). Harrastussetelin käyttäminen ja uuden harrastuksen aloittaminen ei vaikuttanut lapsien reippaan ja rasittavan liikkumisen määrään eikä askelmäärään. Tosin liikemittaria tutkimuskriteeristön täyttäneissä lapsissa oli hyvin vähän harrastussetelillä uuden harrastuksen aloittaneita.

Yksi selitys kysely- ja liikemittaritulosten eroon voi olla vuodenaika. Lapset käyttivät liikemittaria vain kolmen yksittäisen, eri vuodenaikoihin ajoituneen viikon ajan. Liikkumisen määrä oli marraskuussa toteutetussa välimittauksessa pienempi kuin elokuussa toteutetussa alkumittauksessa ja toukokuussa toteutetussa loppumittauksessa.

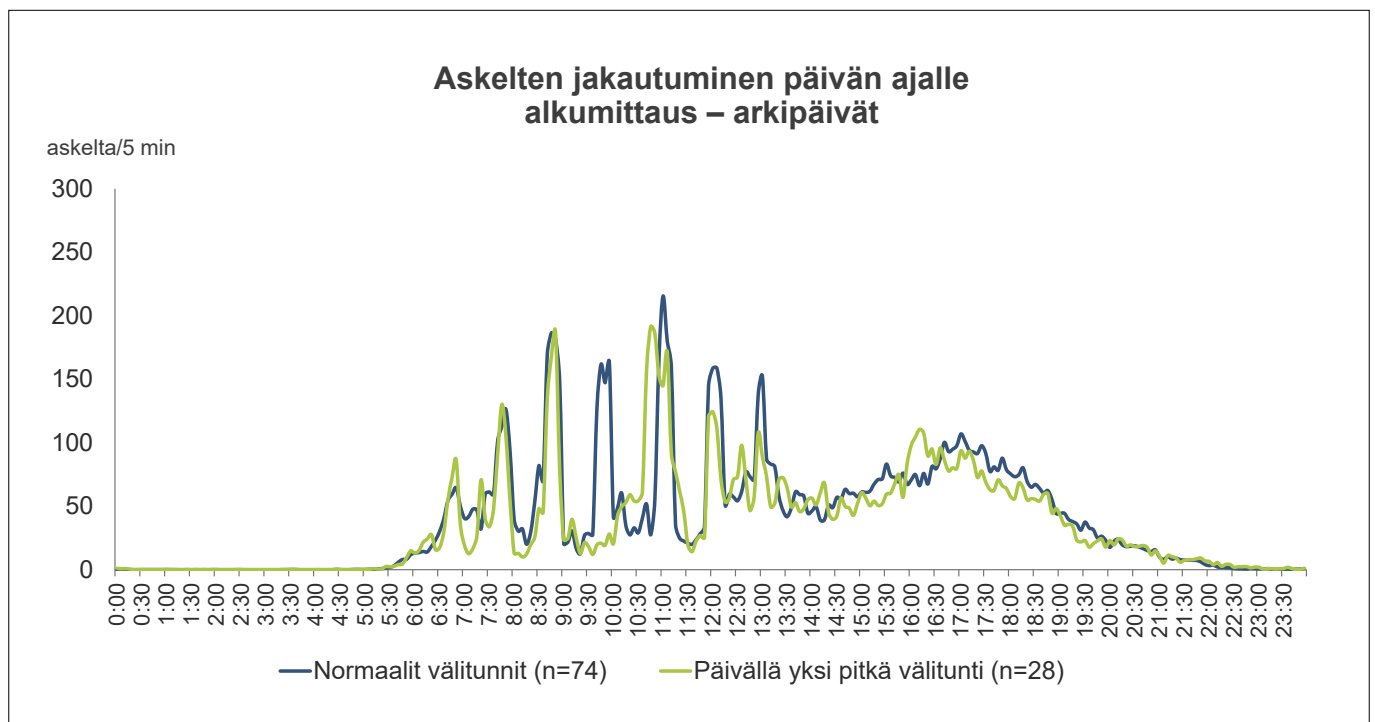


Kuvio 2. Lasten itsearvion mukaan liikkumisen määrä lisääntyi tutkimusjakson aikana.

Liikemittaritulokset toivat esiin välitunti liikumisen suuren merkityksen lasten liikkumisen määrässä. Liikemittaritulosten mukaan yksi ulkona vietetty välitunti toi lapselle keskimäärin 500-800 askelta. Yhden välitunnin väliin jättäminen ja sen korvaaminen pitkällä välitunnilla ei kerryttänyt samaa määrää askelia kuin useampi lyhyt välitunti (kuvio 4). Asiassa voi tosin olla koulukohtaisia eroja mm. tilojen ja piharatkaisujen suhteen.



Kuvio 3. Lasten päivittäin ottamat askeleet alku-, väli- ja loppumittauksessa.



Kuvio 4. Lasten askelten jakautuminen arkipäivän aikana, alkumittaus.

Kohdentaminen lisäisi vaikuttavuutta

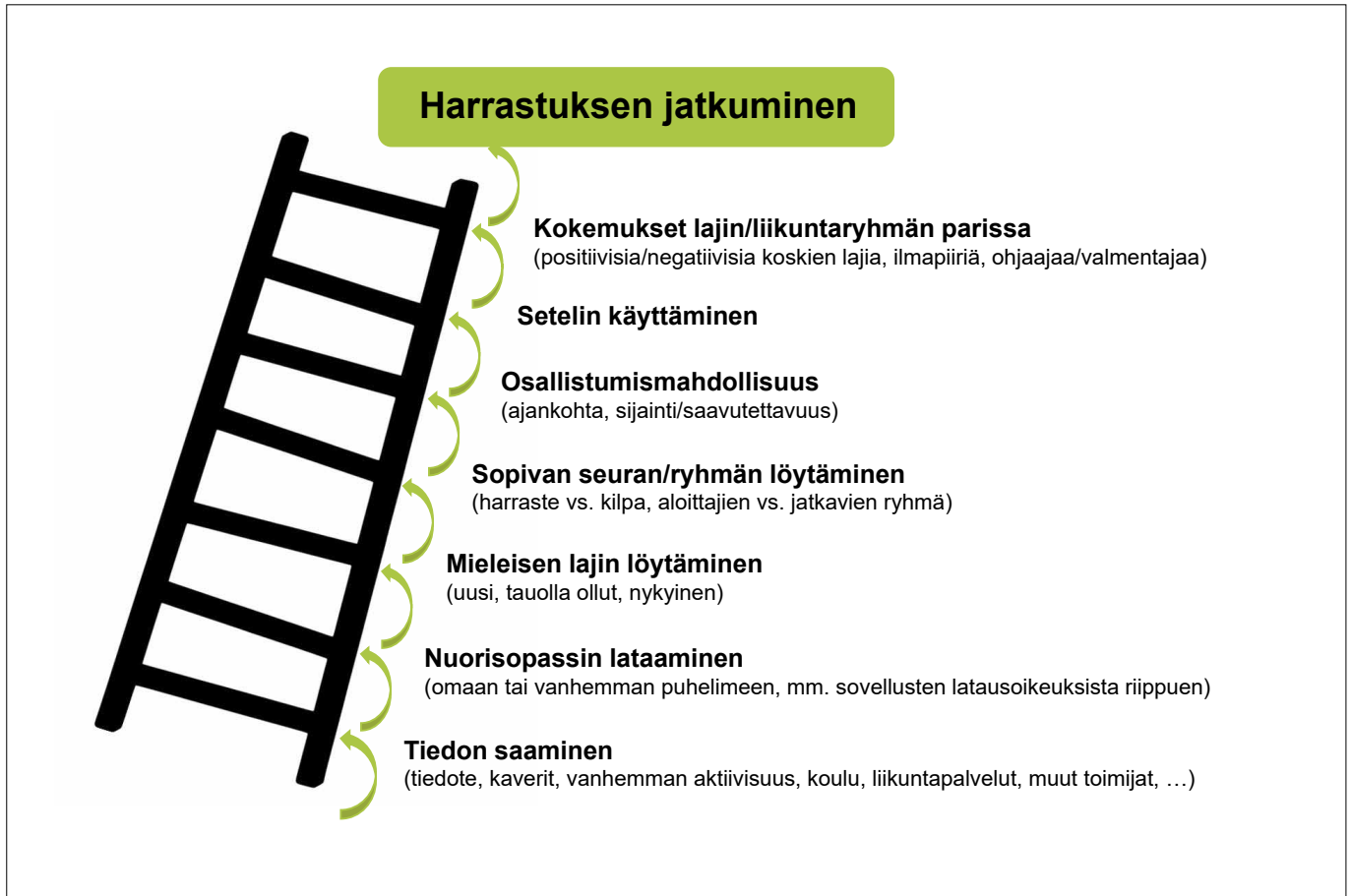
Harrastussetelin avulla on mahdollista lisätä lasten hyvinvointia, sillä se parantaa mahdollisuuksia harrastaa sekä tarjoaa mielekästä tekemistä. Liikuntaharrastus on parhaimmillaan osa monipuolista liikuntakasvatusta, mikä kannustaa lapsia liikunnalliseen elämäntapaan. Harrastusseteli voi myös tasata perheen tulotason vaikutuksia lasten harrastustoimintaan osallistumiseen, mikä voi osaltaan lisätä sosiaalista tasa-arvoa. Harrastussetelillä on potentiaalinen merkitys liikkumaan aktivoimisessa. Lasten itsearvion mukaan seteli lisäsi heidän liikkumistaan, mutta se ei kuitenkaan tullut esiin liikemittarituloksissa. Syy saattaa olla se, että suurin osa setelin hyödyntäjistä käytti avustuksen olemassa olleeseen harrastukseensa.

Harrastussetelin vaikuttavuus liikkumiseen saattaa parantua, mikäli löydetään keinoja saada setelin hyödyntäjiksi enemmän sellaisia lapsia ja nuoria, jotka eivät ole aiemmin harrastaneet liikuntaa, tai jotka ovat lopettaneet aiemman seuraharrastuksen.

Kuvio 5 ilmentää, millaisia vaiheita harrastussetelin käyttöön ja sitä seuraavaan toimintaan sisältyi käyttäjän näkökulmasta. Kunkin vaiheen tulee onnistua ja harrastukseen liittyvien kokemusten on oltava myönteisiä, jotta olosuhteet harrastuksen jatkumiselle syntyvät. Varsinkin syrjäytymisvaarassa olevia lapsia on haastavaa saada harrastussetelin käyttäjiksi perinteisen tiedottamisen keinoin. Tarvitaan poikkihallinnollista ja muuta yhteistyötä, jotta lapset ja huoltajat saavat nykyistä paremmin tietoa harrastusavustuksen hyödyntämisen mahdollisuudesta sekä tarvittavan käyttäjätuen sovelluksen käytölle. Parempi vaikuttavuus edellyttää myös harrastussetelillä tarjottavan lajivalikoiman kasvattamista. Esimerkiksi yksityisen sektorin tarjoamia liikuntapalveluja toivottiin mukaan valikoimaan. Koululiikunnalla on tärkeä rooli yleisen liikuntalajitietoisuuden lisäämisessä ja eri lajeihin tutustumisessa. Koululiikunta voi sytyttää orastavan kiinnostuksen johonkin lajiin, johon voi syventyä ja tutustua paremmin harrastussetelin avulla.

Jotta harrastusseteli kannustaisi liikuntaa harrastamattomia sekä seura-toiminnasta pois jääneitä lapsia mukaan uuteen harrastukseen, tulisi harrastustoiminnan olla tasoltaan ja sisällöltään kyseisiä ryhmiä houkuttavaa. Esimerkiksi ei-kilpailullista harrastamista tulisi olla enemmän sekä mahdollisuus myös erilaisiin lajikokeiluihin ja yksittäisiin liikunta-aktiviteetteihin (esim. omaehtoiseen uintiin). Liikuntapaikkaverkkoa kehittämällä sekä seurojen kannustuksella aktiivisten kulkutapojen käyttöön voitaisiin vähentää lasten kyyditsemistä harrastukseen.

**Ei-kilpailullista
harrastamista
tulee olla tarjolla
enemmän**



Kuvio 5. Harrastussetelin käyttöönoton vaiheet käyttäjän näkökulmasta.

LUE LISÄÄ

Jussila, A.M., Husu, P., Vähä-Ypyä, H., Tokola, K., Kokko, S., Sievänen, H., Vasankari, T. (2022). Accelerometer-measured physical activity levels and patterns vary in an age- and sex-dependent fashion among Finnish children and adolescent. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 19, 6950.

<https://doi.org/10.3390/ijerph19116950>

Kokko, S. & Martin, L. (toim.) (2019). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. *Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja* 2019:1. [https://www.liikuntaneuvosto.](https://www.liikuntaneuvosto.fi/lausunnot-ja-julkaisut/lasten-ja-nuorten-liikuntakayttaytyminen-suomessa-liitu-tutkimuksen-tuloksia-2018/)

fi/lausunnot-ja-julkaisut/lasten-ja-nuorten-liikuntakayttaytyminen-suomessa-liitu-tutkimuksen-tuloksia-2018/

Reece, L. J., Foley, B., Bellew, W., Owen, K., Cushway, D., Srinivasan, N., Hamdorf, P., & Bauman, A. (2020). Active kids: evaluation protocol for a universal voucher program to increase children's participation in organised physical activity and sport. *Public Health Research & Practice*, 31(2). <https://www.phrp.com.au/wp-content/uploads/2021/06/PHRP30122006.pdf>

NÄIN TUTKIMUS TEHTIIN

Kyseessä oli interventiotutkimus, jossa viiden turkulaisen koulun viidesluokkalaisista lapsista satunnaistettiin interventioryhmä sekä verrokki-ryhmä, ja analysoitiin intervention aikana mahdollisesti tapahtuvaa liikunnan muutosta näiden kahden ryhmän välillä. Tutkimukseen osallistuivat lapset, jotka itse ja joiden huoltajat allekirjoittivat suostumuksen osallistumisesta. Tutkimusjakso päättyi toukokuun lopussa 2022 ja verrokkit saivat halutessaan mahdollisuuden harrastusseteliin lomien jälkeen, elokuussa 2022, mutta he eivät tienneet sitä vielä suostumuksen antaessaan. Tutkimus harrastussetelin vaikutuksista toteutettiin internet-pohjaisten kyselylomakkeiden, liikemittareiden sekä haastattelujen avulla interventio- ja verokkikoulujen oppilailla (130 lasta). Liikemittauksia koskevassa raportoinnissa ovat mukana vain lapset, jotka käyttivät liikemittaria vähintään 10 tuntia jokaisena mittauspäivänä. Haastatteluihin kutsuttiin interventio-koulujen oppilaita (36 lasta). Tutkimusta rahoittivat yhdessä Suomen Akatemian yhteydessä toimiva Strategisen tutkimuksen neuvosto (STN) sekä Turun kaupunkitutkimusohjelma. Tutkimus käynnistyi vuoden 2021 alussa ja päättyi joulukuussa 2022.

Tutkimushankkeen verkkosivut: <https://www.styletutkimus.fi/harrastusseteli-lasten-ja-nuorten-fyysisen-aktiivisuuden-ja-hyvinvoinnin-edistajana-hannu/>

OTA YHTEYTTÄ**Ira Ahokas**

Tutkimuspäällikkö,
Tulevaisuuden tutkimuskeskus,
Turun yliopisto
ira.ahokas@utu.fi

Henna Leino

Tutkijatohtori, Turun yliopiston
kauppakorkeakoulu
henna.leino@utu.fi

Tommi Vasankari

Johtaja, professori, LT,
UKK-instituutti, Tampere
tommi.vasankari@ukkinstituutti.fi

Tutkimuskatsauksia-sarjassa

julkaistaan tiiviisti Turun kaupunkitutkimusohjelmaan kuuluvien tutkimusten tuloksia. Kirjoittajat ovat tutkijoita.

TOIMITTAJA

Sampo Ruoppila, tutkimusjohtaja
sampo.ruoppila@turku.fi

JULKAISIJA

Turun kaupungin konsernihallinto
PL 355 (Olavintie 2), 20101 Turku
www.turku.fi/kaupunkitutkimus