

Urheiluharrastamisen yhteys lasten sosiaaliseen kompetenssiin

Eri urheilulajiryhmien, harjoittelumäärän ja harrastusten lukumäärän yhteydet

Kasvatustieteellinen tiedekunta

Pro gradu -tutkielma

Aada Vataa

27.4.2026

Turku

Turun yliopiston laatu järjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu

Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Pro gradu -tutkielma

Koulutusohjelma, oppiaine: Kasvatustiede, Opettajankoulutuslaitos

Tekijä(t): AADA VATAA

Otsikko: Urheiluharrastamisen yhteys lasten sosiaaliseen kompetenssiin

Ohjaaja(t): Erikoistutkija Emmi Saariaho-Räsänen

Sivumäärä: 51 sivua, 3 liitesivua

Päivämäärä: 27.4.2026

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella urheiluharrastamisen yhteyttä lasten sosiaaliseen kompetenssiin peruskouluikäisillä lapsilla. Sosiaalinen kompetenssi koostuu prososiaalisista ja antisosiaalisista ulottuvuuksista, joita tässä tutkimuksessa tarkasteltiin yhteistyötaitojen, empatiakyvyn, impulsiivisuuden ja häiritsevyyden näkökulmista. Tutkimuksessa selvitettiin, onko eri urheilulajiryhmillä, harrastuksen kestolla, viikoittaisella harjoittelumäärällä sekä useamman harrastuksen harrastamisella yhteyttä sosiaaliseen kompetenssiin.

Tutkimus toteutettiin kyselytutkimuksena, jossa hyödynnettiin sekä määrällistä että laadullista lähestymistapaa. Aineisto kerättiin kyselylomakkeella, johon vastasi 103 peruskouluikäistä lasta eri puolilta Suomea. Sosiaalista kompetenssia mitattiin Monitahoarviointi oppilaan sosiaalisesta kompetenssista (MASK) -mittarilla. Määrällinen aineisto analysoitiin tilastollisesti varianssianalyysin, Kruskal–Wallis-testin ja regressioanalyysin avulla, ja avoimet vastaukset analysoitiin teoriaohjaavalla laadullisella analyysillä.

Tulokset osoittivat, että urheiluharrastamisella on yhteys lasten sosiaaliseen kompetenssiin, mutta yhteydet vaihtelivat urheilulajiryhmän ja tarkastellun sosiaalisen kompetenssin ulottuvuuden mukaan. Harrastuksen keston ja viikoittaisen harjoittelumäärän yhteydet sosiaaliseen kompetenssiin eivät olleet yksiselitteisiä. Useamman harrastuksen harrastaminen tarjosi mahdollisuuksia monipuolisempiin sosiaalisiin vuorovaikutustilanteisiin. Tulosten perusteella urheiluharrastaminen voi tarjota lapsille ympäristön, jossa on mahdollista harjoitella vuorovaikutus- ja yhteistyötaitoja. Tutkimus tuottaa tietoa, jota voidaan hyödyntää lasten harrastustoiminnan suunnittelussa sekä hyvinvoinnin tukemisessa.

Avainsanat: urheiluharrastus, liikunta, sosiaalinen kompetenssi, sosiaaliset taidot, prososiaalisuus, antisosiaalisuus, lapset, nuoret

Sisällysluettelo

1	Johdanto	5
2	Sosiaalinen kompetenssi	8
2.1	Prososiaalisuus	10
2.2	Antisosiaalisuus	11
3	Lasten ja nuorten urheiluharrastaminen	13
4	Liikunnan ja sosiaalisen kompetenssin yhteys	17
5	Tutkimuskysymykset	20
6	Menetelmä	22
6.1	Osallistujat	22
6.2	Tutkimuksen toteutus	23
6.3	Kyselylomake	23
6.4	Tutkimusaineiston käsittely	24
7	Tulokset	33
7.1	Urheilulajiryhmien yhteys sosiaaliseen kompetenssiin	33
7.2	Harrastuksen keston yhteys sosiaaliseen kompetenssiin	36
7.3	Useamman harrastuksen yhteys sosiaaliseen kompetenssiin eri urheilulajiryhmissä	40
8	Pohdinta	46
8.1	Urheilulajiryhmien yhteys sosiaaliseen kompetenssiin	46
8.2	Harjoittelun keston yhteys sosiaaliseen kompetenssiin	48
8.3	Useamman harrastuksen yhteys sosiaaliseen kompetenssiin eri urheilulajiryhmissä	49
8.4	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	51
8.5	Tutkimuksen jatko ja merkitys	54
	Lähteet	56
	Liitteet	59
	Liite 1. Kyselylomake	59

1 Johdanto

Lasten arki rakentuu erilaisten sosiaalisten ympäristöjen varaan, joissa vuorovaikutustaidot, yhteistyökyky ja toisten huomioiminen korostuvat. Myös urheilussa yksilön suoritusta pidetään usein keskiössä, vaikka todellisuudessa menestys perustuu harvoin pelkästään yksilön toimintaan. Esimerkiksi Milano–Cortinan vuoden 2026 talviolympialaisissa yhdistetyn mäkiavalmentaja Lauri Asikainen korosti yhteistyön merkitystä toteamalla: ”Meillä on ihan huikea joukkue. Ei tätä kukaan yksin tee, vaan se on sen tiimin yhteistyöllä tehty” (Uusitalo & Porttila, 2026).

Urheiluharrastukset tarjoavat lapsille ympäristön, jossa kohdataan vertaisia, harjoitellaan yhteisten sääntöjen noudattamista sekä opitaan toimimaan osana ryhmää. Vaikka liikunnan fyysiset hyödyt tunnetaan hyvin, urheiluharrastamisen merkitystä lasten sosiaalisen kompetenssin kehittymiselle on tutkittu vielä verrattain vähän. Siksi on tärkeää tarkastella, millaisia yhteyksiä urheiluharrastamisella voi olla lasten sosiaalisiin taitoihin ja vuorovaikutusvalmiuksiin, jotka ovat keskeisiä sekä koulussa että myöhemmässä elämässä. LIITU-tutkimuksen mukaan suuri osa lapsista ja nuorista osallistuu liikuntaan urheiluseurojen kautta, sillä 45 % 9–15-vuotiaista harrastaa liikuntaa seurassa säännöllisesti ja lisäksi 13 % osallistuu toimintaan epäsäännöllisesti (Blomqvist, 2023; Kokko & Martin, 2023). Näin ollen seurojen kautta on mahdollista tavoittaa merkittävä osa tutkimuksen kohderyhmästä.

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin lasten urheiluharrastamisen ja sosiaalisen kompetenssin välistä yhteyttä. Tutkimuksessa selvitettiin urheilulajin yhteyttä lapsen sosiaaliseen kompetenssiin sekä sitä, onko viikoittaisella harjoitustuntimäärällä tai harrastusvuosien määrällä yhteyttä sosiaaliseen kompetenssiin. Lisäksi tarkasteltiin, onko useamman harrastuksen harrastamisella yhteyttä lapsen sosiaaliseen kompetenssiin. Aihe on tärkeä ja ajankohtainen, sillä hyvä sosiaalinen kompetenssi ja esimerkiksi yhteistyötaidot ovat olennainen osa jokapäiväistä elämää ja korostuvat nyky-yhteiskunnassa yhä enemmän niin koulu- kuin työelämässä. Tutkimus käsittelee kaikkia sosiaalisen kompetenssin eri osa-alueita, eli yhteistyötaitoja, empatiakykyä, impulsiivisuutta ja häiritsevyyttä (Junttila ym., 2006).

Tässä tutkimuksessa eri urheilulajit luokitellaan kolmeen ryhmään Evansin ja kollegoiden (2012) luoman luokittelun pohjalta. Kun urheilulajeissa on tutkittu ryhmän

toimintaa, kuten ryhmädynamiikkaa, on tutkimuksissa usein ohitettu yksilölajit ja keskitytty joukkuelajeihin. Niissä on oletettu, että ryhmän vaikutus on olemassa vain, kun joukkueen jäsenet toimivat yhdessä kilpailun aikana. Heidän tutkimuksessansa esitetään, että yksilölajien suoritus on harvoin vain yhden henkilön toiminnan saavutus. (Evans ym., 2012.) Tässä tutkimuksessa urheilulajit on luokiteltu (1) joukkuelajeihin, (2) lajeihin, joissa kilpaillaan yksin mutta harjoitellaan yhdessä muiden harrastajien kanssa, sekä (3) lajeihin, joissa sekä kilpaillaan että harjoitellaan yksin. Lisäksi saatavilla olevat tutkimukset lapsen urheiluun osallistumisen ja psykososiaalisen terveyden välisestä suhteesta kattavat vain rajallisen määrän urheiluun osallistumisen ominaisuuksia. Ne keskittyvät pääasiassa siihen, osallistuuko lapsi urheilutoimintaan säännöllisesti vai ei, tai yksilö- ja joukkueurheilun väliseen eroon (Moeijes ym., 2018). Tässä tutkimuksessa tutkitaan, millaisia eroja on eri urheilulajiryhmien harrastajien ja sosiaalisen kompetenssin yhteyksillä. Urheilulajiryhmissä huomioidaan joukkue- ja yksilölajien lisäksi myös lajit, joissa kilpaillaan yksin mutta harjoitellaan yhdessä.

Fyysisen aktiivisuuden määrälle on määritelty suositukset, joiden avulla voidaan edistää terveyttä. Liikuntasuosituksissa ei kuitenkaan aina huomioida sosiaalista terveyttä tai psykososiaalista terveyttä. (Eime ym., 2013.) Urheilun saralla toimivat tutkijat ovat todenneet urheilun vaikuttavan nuorten kehitykseen monin eri tavoin ja ilmaisseet tarpeen tutkimukselle koskien nuorten kehittymistä urheilun ja liikunnan avulla (Polvi, 2008). Aiempi tutkimus on keskittynyt joko urheilun fyysisiin terveyshyötyihin tai fyysisen aktiivisuuden tasoon (Eime ym., 2013).

Sosiaalisen kompetenssin yhteyksiä liikuntaan on tutkittu muun muassa kiinalaisilla nuorilla (Yang ym., 2024) ja kanadalaisilla nuorilla (Bedard ym., 2020). Eime ja kollegat (2013) toteavat systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessaan, että tutkimusta on kohdistunut verrattain vähän urheiluun ja sen harrastamisen yhteyteen psykologisten ja sosiaalisten hyötyjen näkökulmasta. Aiemmat tutkimukset eivät määrittele urheilun tyyppin ja psykososiaalisen tai sosiaalisen terveyden osa-alueen välisiä yhteyksiä tarkasti. (Eime ym., 2013.) Urheiluharrastamista ja sen yhteyttä lasten ja nuorten sosiaaliseen kompetenssiin ei ole juuri tutkittu varsinkaan Suomessa. Lasten kasvaminen nuoriksi tai yleinen urheilun harrastaminen ei riitä selittämään muutoksia sosiaalisessa kompetenssissa täysin ja voi olla, että erilaisten urheiluharrastusten tarjoamat toisistaan poikkeavat ympäristöt selittävät sosiaalista

kompetenssia paremmin (Bedard ym., 2020). Useimmat alan tutkimukset keskittyvät ensisijaisesti internalisoiviin ongelmiin (esim. tunne-elämän ja vertaissuhteiden vaikeuksiin), kun taas urheiluun osallistumisen ja eksternalisoivien ongelmien (esim. käytösongelmat ja yliaktiivisuus) tai prososiaalisen käyttäytymisen välistä yhteyttä on tutkittu vähemmän (Moeijes ym., 2018).

Tämä tutkimus täydentää aiempaa tutkimusta tarkastelemalla urheiluharrastamisen yhteyttä lasten sosiaaliseen kompetenssiin erityisesti eri urheilulajiryhmien sekä sosiaalisen kompetenssin osa-alueiden näkökulmasta. Seuraavissa luvuissa tarkastellaan sosiaalisen kompetenssin käsitettä, urheiluharrastamista ilmiönä sekä aiempaa tutkimustietoa liikunnan ja sosiaalisen kompetenssin välisestä yhteydestä, jotka muodostavat tämän tutkimuksen teoreettisen perustan.

2 Sosiaalinen kompetenssi

Sosiaaliset taidot ovat keskeisiä taitoja, joita tarvitaan erilaisissa sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa toimimiseen. Ne tarkoittavat kykyä toimia tilanteeseen sopivalla tavalla sekä tulla toimeen muiden ihmisten kanssa. Sosiaalisesti taitava henkilö pystyy valitsemaan erilaisista toimintatavoista kuhunkin tilanteeseen sopivan vaihtoehdon. Sosiaaliset taidot eivät ole synnynnäisiä, vaan niitä opitaan harjoittelun, kokemuksen ja kasvatuksen kautta. (Keltikangas-Järvinen, 2010.) Sosiaaliset taidot ja vuorovaikutustaidot sisältävät osittain samoja taitoja, minkä vuoksi käsitteitä käytetään usein rinnakkain. Näihin taitoihin kuuluvat esimerkiksi yhteistyötaidot ja empatiataidot. (Kauppila, 2005.) Yhteistyötaidot muodostavatkin yhden keskeisen sosiaalisten taitojen osa-alueen (Rovio & Lintunen, 2009).

Arkikielessä sosiaalisista taidoista puhuttaessa käytetään kuitenkin usein virheellisesti käsitettä sosiaalisuus. Sosiaalisuus viittaa synnynnäiseen ominaisuuteen eli ihmisen tarpeeseen tai haluun olla muiden seurassa, kun taas sosiaaliset taidot ovat opittuja toimintatapoja sosiaalisissa tilanteissa. Näin ollen henkilö voi esimerkiksi kokea voimakasta yhteenkuuluvuuden tarvetta, mutta olla kyvytön toimimaan muiden kanssa sujuvasti. Toisaalta joku voi olla hyvin taitava sosiaalisissa tilanteissa ilman erityistä tarvetta hakeutua muiden seuraan. (Keltikangas-Järvinen, 2010.)

Sosiaaliset taidot liittyvät läheisesti laajempaan käsitteeseen sosiaalinen kompetenssi. Sosiaalisella kompetenssilla on useita eri määritelmiä. Yleisesti sillä tarkoitetaan kykyä saavuttaa henkilökohtaisia tavoitteita sosiaalisessa vuorovaikutuksessa samalla, kun yksilö pystyy ylläpitämään myönteisiä suhteita muihin ihmisiin erilaisissa tilanteissa (Junttila ym., 2006). Aiempi tutkimus on kuitenkin keskittynyt pitkälti psykososiaaliseen hyvinvointiin, jolloin itse koettu sosiaalinen kompetenssi on jäänyt vähemmälle huomiolle (Bedard ym., 2020). Tässä tutkimuksessa sosiaalista kompetenssia tarkastellaan Junttilan ja kollegoiden (2006) määritelmän mukaisesti, ja tutkimuksessa keskitytään itsearvioituun sosiaaliseen kompetenssiin. On kuitenkin huomattava, että itsearvioitu sosiaalinen kompetenssi voi erota esimerkiksi opettajien tai vertaisten tekemistä arvioista (Junttila ym., 2012).

Sosiaalinen kompetenssi rakentuu kahdesta ulottuvuudesta: prososiaalisuudesta ja antisosiaalisuudesta. Sosiaalisesti kompetentti lapsi toimii vahvasti prososiaalisella ulottuvuudella ja vain vähän antisosiaalisella ulottuvuudella. (Junttila ym., 2006; Ladd, 2005.) Prososiaalinen käyttäytyminen tarkoittaa positiivista ja sosiaalisesti toivottavaa toimintaa, kuten auttamista, jakamista ja lohduttamista (Junttila ym., 2006; Polvi, 2008). Tällainen käyttäytyminen edistää myönteisten ihmissuhteiden muodostumista sekä vertaisten hyväksyntää (Ladd, 2005). Näin ollen lapsilla, jotka toimivat säännöllisesti prososiaalisesti, sosiaalinen kompetenssi on tyypillisesti korkeampi kuin lapsilla, jotka käyttäytyvät usein antisosiaalisesti (Junttila ym., 2006; Ladd, 2005).

Prososiaalisuus jakautuu yhteistyötaitoihin ja empatiakykyyn (Junttila ym., 2006). Prososiaalinen käyttäytyminen voidaan nähdä myös antisosiaalisesta käyttäytymisestä vastakohtana tai sen puuttumisena (Junttila ym., 2006). Antisosiaalinen käyttäytyminen puolestaan voi ilmetä esimerkiksi häiritsevyytenä, impulsiivisuutena tai aggressiivisena toimintana, joka vaikeuttaa myönteisten ihmissuhteiden muodostumista ja voi johtaa negatiivisiin sosiaalisiin suhteisiin (Junttila ym., 2006; Ladd, 2005). Prososiaalinen käyttäytyminen onkin keskeinen osa lapsen sosiaalista taitavuutta. Lapsi voidaan nähdä sosiaalisesti taitavana silloin, kun hänen käyttäytymisensä on vahvasti prososiaalista ja mahdollisimman vähän antisosiaalista. (Polvi, 2008.)

Sosiaalisen kompetenssin kehittämisessä keskeisessä roolissa ovat lapsen kasvuympäristöt. Koulu ja oppilaan siellä saamat kokemukset vaikuttavat merkittävästi sosiaalisen kompetenssin kehittymiseen. Sosiaalinen kompetenssi ei kehity itsestään, vaan sen kehittymistä tukevat esimerkiksi vanhemmat, erilaiset sosiaaliset ryhmät sekä kouluympäristö. (Kauppila, 2005.) Koulun sosiaalisilla tekijöillä, kuten vastuulla ja koulun sosiaalisella ilmapiirillä, on myös merkittävä rooli oppilaiden toiminnan kannalta. Näiden tekijöiden vaikutus välittyy psykologisten perustarpeiden kautta eli autonomian, pätevyyden ja yhteenkuuluvuuden kautta. Näiden tarpeiden tyydyttäminen edistää itseohjautuneempaa motivaatiota ja tuottaa myönteisiä seurauksia kognitiivisella, affektiivisella ja käyttäytymisen tasolla, kuten prososiaalista käyttäytymistä (Manzano-Sánchez ym., 2021). Samassa tutkimuksessa havaittiin myös, että autonominen motivaatio ja prososiaalinen

käyttäytyminen ovat merkitsevästi ja negatiivisesti yhteydessä antisosiaaliseen käyttäytymiseen ja väkivaltaan (Manzano-Sánchez ym., 2021).

Sosiaalisella kompetenssilla on merkittävä yhteys lasten myöhempään psykososiaaliseen hyvinvointiin. Vähäiset yhteistyötaidot ja empatiakyky seitsemännellä luokalla ovat yhteydessä lisääntyneeseen yksinäisyyden kokemiseen sekä sosiaalisten tilanteiden pelkoon ja sosiaaliseen fobiaan kahdeksannella luokalla. Lisäksi opettajien havainnot oppilaan antisosiaalisesta käyttäytymisestä ovat yhteydessä myöhemmin ilmeneviin sosiaalisiin vaikeuksiin. Näin ollen sosiaalinen kompetenssi näyttää merkittävänä tekijänä, joka voi ennustaa nuoren myöhempää yksinäisyyttä, sosiaalista ahdistusta ja sosiaalista fobiaa. (Junttila ym., 2012.)

2.1 Prososiaalisuus

Prososiaalinen käyttäytyminen tarkoittaa sosiaalisesti hyväksyttävää toimintaa, kuten auttamista, jakamista ja lohduttamista (Junttila ym., 2006; Polvi, 2008). Sosiaalisesti taitava käyttäytyminen edistää toimivia vuorovaikutussuhteita ja ryhmässä toimimista sekä auttaa välttämään sosiaalisiin tilanteisiin liittyviä vaikeuksia. Hyviä sosiaalisia taitoja voidaan pitää yksilön hyvinvoinnin sekä sosiaalisten suhteiden edellytyksenä. (Kauppila, 2005.) Sosiaalinen vuorovaikutus puolestaan on ihmisten välistä toimintaa erilaisissa ympäristöissä ja tilanteissa, joissa ilmenevät sosiaaliset ärsykkeet tukevat yksilön kasvua yhteisön jäseneksi. Sosiaalisiin taitoihin ja sitä kautta prososiaalisuuteen kuuluvat muun muassa yhteistyötaidot sekä empatiakyky, jotka kehittyvät erityisesti tilanteissa, joissa lapsi toimii vertaistensa kanssa esimerkiksi päiväkodissa tai peruskoulussa. (Kauppila, 2005; Polvi, 2008.) Myös harrastukset tarjoavat lapsille erilaisia sosiaalisia verkostoja ja tilanteita toimia vertaistensa kanssa.

Prososiaalinen käyttäytyminen voi ilmetä esimerkiksi yhteistyönä ja osallistumisena ryhmän toimintaan. Tällainen toiminta tukee vertaisten hyväksyntää (Junttila ym., 2006; Kauppila, 2005) ja voi siten edistää myös oppimisprosessia (Junttila ym., 2006). Yhteistyötaidot ovat käytännön taitoja, joita hyödyntämällä ihminen kykenee toimimaan muiden kanssa yhteistyössä (Kauppila, 2005). Yhteistyötaitoja tarvitaan monenlaisissa tilanteissa, kuten opiskeltaessa yhdessä tai tavoiteltaessa yhteisiä tavoitteita (Polvi, 2008). Useissa urheiluharrastuksissa lapsilla ja nuorilla on yhteisiä

tavoitteita. Tämä korostuu joukkuelajeissa, mutta vaikka lapset eivät kilpailisi joukkueena heistä jokainen voi tavoitella menestystä ja näin ollen jakaa yhteisen tavoitteen. Empatia puolestaan tarkoittaa kykyä asettua toisen ihmisen asemaan ja ymmärtää hänen tunteitaan (Kauppila, 2005; Polvi, 2008). Se eroaa yhteistyötaidoista siinä, että empatia ei ole pelkästään sosiaalinen taito, vaan myös kyky osoittaa ja välittää myönteisiä tunteita toisille (Junttila ym., 2006). Aluksi lapsella tapahtuu empatian kehittymistä kotoa saadun mallin perusteella ja myöhemmin vaikutuksia saadaan koulusta (Kauppila, 2005).

Vuorovaikutukselliset olosuhteet ovat avainasemassa prososiaalisten taitojen, kuten yhteistyötaitojen oppimiselle. Prososiaalisen käyttäytymisen myötä kehittyvät yhteistyötaidot voivat mahdollistaa uusien ystävyssuhteiden syntymisen. (Polvi, 2008.) Sosiaalisten taitojen oppiminen tukee ystävyssuhteiden muodostumisen lisäksi persoonallisuuden kehittymistä sekä auttaa ryhmiä rakentamaan tiivistä yhteishenkeä ja myönteisiä asenteita (Kauppila, 2005). Erilaiset urheilu- ja harrasteryhmät tarjoavat hyviä mahdollisuuksia harjoitella ja kehittää yhteistyö- sekä vuorovaikutustaitoja (Polvi, 2008). Urheilujoukkueissa muodostuu usein omanlaisensa kulttuuri, joka vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja lisää ryhmän jäsenten välistä vuorovaikutusta (Rovio & Lintunen, 2009). Yhteistyötaitoja voidaan kehittää myös tavoitteellisen prososiaalisen kasvatuksen avulla, jonka tavoitteena on opettaa yhteistyön tekemistä sekä ymmärtämään oman käyttäytymisen vaikutuksia toisiin ihmisiin. Näitä taitoja voidaan harjoitella esimerkiksi yhteistoiminnan, havainnoinnin ja sosiaalisen vertailun avulla. Lapsen prososiaalinen käyttäytyminen kehittyy ajan ja iän myötä, ja kun kokemus omasta pätevyydestä eli kompetenssista kasvaa, myös prososiaalisen käyttäytymisen todennäköisyys lisääntyy. (Polvi, 2008.)

2.2 Antisosiaalisuus

Antisosiaalisuus on sosiaalisen käyttäytymisen muoto, joka ilmenee negatiivisena toimintana vuorovaikutustilanteissa (Polvi, 2008). Sosiaalisen kompetenssin tarkastelussa antisosiaalisuus nähdään usein prososiaalisuuden vastakohtana, ja se voi ilmetä esimerkiksi käyttäytymisenä, joka häiritsee muita tai vaikeuttaa myönteisten ihmissuhteiden muodostumista (Junttila ym., 2006; Polvi, 2008). Antisosiaalinen käyttäytyminen voi liittyä esimerkiksi aggressiiviseen, peiteltyyn epäsosiaaliseen tai uhmakkaaseen toimintaan (Tieskens ym., 2018).

Antisosiaalisuus voidaan jakaa kahteen osa-alueeseen: impulsiivisuuteen ja häiritsevyyteen. Impulsiivisuus ilmenee esimerkiksi vaikeutena suunnitella toimintaa tai odottaa tavoitteen saavuttamista sekä liiallisena levottomuutena tai liikehdintänä. Impulsiivisuutta pidetään riskitekijänä antisosiaaliselle käyttäytymiselle, sillä se voi vaikeuttaa toiminnan hallintaa sosiaalisissa tilanteissa. Impulsiivisen käyttäytymisen tulkinta voi vaihdella eri ympäristöissä. Sama käyttäytyminen voidaan esimerkiksi koulussa tulkita negatiiviseksi, kun taas kotona sitä ei välttämättä pidetä ongelmallisena (Junttila ym., 2006). Lisäksi vuorovaikutustaitojen puute voi lisätä impulsiivista tai häiritsevää käyttäytymistä. Tällöin käyttäytyminen voi näkyä esimerkiksi sopeutumisvaikeuksina erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa (Kauppila, 2005).

Häiritsevyys puolestaan on usein tarkoituksellista toimintaa, jonka tavoitteena voi olla muiden ärsyttäminen tai vahingoittaminen. (Junttila ym., 2006.) Se voi ilmetä esimerkiksi häirintänä, ärsyttämisenä, epäkunnioittavana käyttäytymisenä tai aggressiivisena toimintana, minkä vuoksi se on lähellä aggressiivista käyttäytymistä ja kiusaamista (Junttila ym., 2006; Tieskens ym., 2018). Peitelty antisosiaalinen käyttäytyminen voi ilmetä esimerkiksi opettajan ohjeiden noudattamatta jättämisenä, valehteluna, toisten omaisuuden vahingoittamisena tai kiroiluna (Tieskens ym., 2018).

Tutkimusten mukaan myös riskinottokäyttäytyminen on yhteydessä antisosiaaliseen käyttäytymiseen lapsuudessa. Lisäksi riskinoton ja opettajien raportoiman antisosiaalisen käyttäytymisen välillä on havaittu positiivinen yhteys sekä aggression että peitellyn antisosiaalisen käyttäytymisen osalta. Riskinotto on ollut yhteydessä myös uhmakkaan käyttäytymisen kehittymiseen sekä pojilla että tytöillä (Tieskens ym., 2018).

3 Lasten ja nuorten urheiluharrastaminen

Yleinen määritelmä urheilulle on ihmisen toiminta, jonka saavuttaminen vaatii fyysistä ponnistelua ja/tai fyysistä taitoa, joka on luonteeltaan kilpailullista ja mielletään yleisesti urheiluksi (Eime ym., 2013). Urheiluharrastaminen näyttää olevan pysyvä osa nuorten elämää heidän kasvaessaan lapsista nuoriksi. Urheiluharrastaminen tarjoaa myös uniikin ympäristön lapsen elämässä, sillä harrastaminen on luokiteltu ympäristöksi, jossa nuori on motivoitunut viettämään aikaa ja on monimutkaisesti vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Lapsen tai nuoren tulee tehdä yhteistyötä, kommunikoida ja ratkaista ongelmia harjoituskavereiden kanssa, mutta olla vuorovaikutuksessa myös aikuisten kuten valmentajien kanssa. (Bedard ym., 2020.)

Urheiluharrastaminen voi kuitenkin tapahtua useissa erilaisissa toimintaympäristöissä, jotka eroavat toisistaan sosiaalisten rakenteiden, ohjauksen määrän sekä saavutettavuuden näkökulmista. Tässä tutkimuksessa tarkastelun kohteena on organisoitu urheiluseuratoiminta, joka muodostaa koulukontekstista poikkeavan sosiaalisen ympäristön. Seuratoiminnassa lapset toimivat usein eri henkilöiden kanssa kuin koulussa, jolloin he kohtaavat uusia vertaisryhmiä sekä aikuisia toimijoita, kuten valmentajia. Tällainen ympäristö voi tarjota mahdollisuuksia kehittää vuorovaikutustaitoja, yhteistyökykyä sekä sosiaalista sopeutumista erilaisissa ryhmissä. (Bedard ym., 2020; Eime ym., 2013.)

Urheiluseuratoiminta ei kuitenkaan ole ainoa liikunnan toimintaympäristö, eikä se ole kaikille lapsille ja nuorille yhtä saavutettavaa. Seuraharrastaminen edellyttää usein taloudellisia resursseja, kuten jäsenmaksuja, varusteita ja kuljetuksia, mikä voi vaikuttaa osallistumismahdollisuuksiin sosioekonomisen taustan mukaan. LIITU-tutkimuksen mukaan keväällä 2022 yleisimpiä liikuntaharrastamisen esteitä olivat liikuntalajin ohjauksen puute kodin läheisyydessä, koulutehtävien ja muiden harrastusten viemä aika sekä harrastamisen kustannukset (Koski & Hirvensalo, 2023). LIITU-tutkimuksen mukaan valtaosa lapsista ja nuorista liikkui omatoimisesti ja noin puolet urheiluseuroissa (Kokko & Martin, 2023). Omaehtoinen liikunta voi olla säännöllistä ja tavoitteellista, kuten esimerkiksi lenkkeily tai kuntosaliharjoittelu, mutta se ei välttämättä tarjoa samanlaisia mahdollisuuksia sosiaaliseen vuorovaikutukseen kuin ohjattu harrastustoiminta.

Toisaalta koulut tarjoavat yhä enemmän harrastus- ja kerhotoimintaa, joka on usein maksutonta ja sijoittuu koulupäivän yhteyteen (Opetushallitus, ei pvm). Tämä voi lisätä harrastamisen saavutettavuutta sosioekonomisesta taustasta riippumatta (Bedard ym., 2020). Koulun järjestämä liikunnallinen kerhotoiminta oli selvästi yleisempää alakouluissa kuin yläkouluissa. Ensimmäisen–kolmannen -luokan oppilaista yli 70 % ja viidesluokkalaisista yli puolet ilmoitti, että heidän koulussaan järjestetään liikunnallista kerhotoimintaa. Sen sijaan yläkoululaisista alle 40 % kertoi vastaavan toiminnan olevan tarjolla omassa koulussaan. (Rajala ym., 2023.)

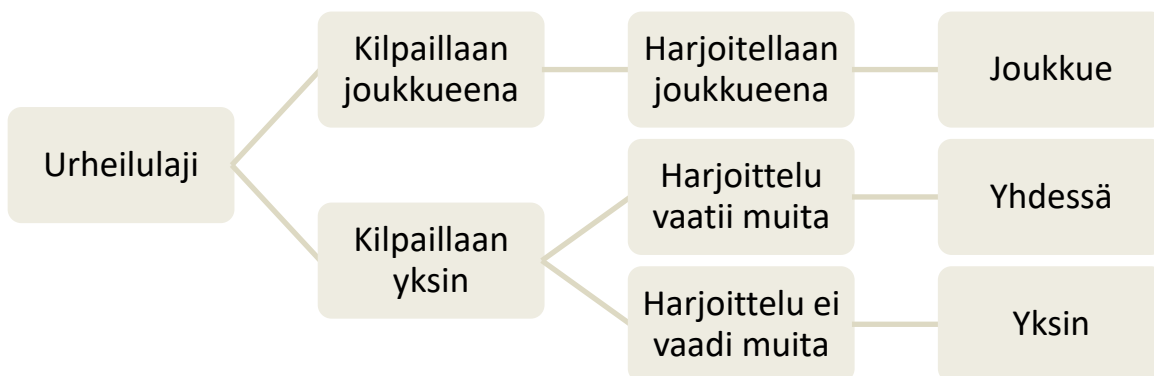
Koulun yhteydessä toteutettavissa harrastuksissa vertaisryhmä muodostuu kuitenkin usein samoista oppilaista kuin koulupäivän aikana, jolloin sosiaalinen ympäristö ei välttämättä laajene samalla tavalla kuin urheiluseuratoiminnassa. Näin ollen eri harrastamisen muodot voivat tarjota erilaisia mahdollisuuksia sosiaalisten taitojen harjoitteluun. Urheiluseuratoiminta voi mahdollistaa uusien sosiaalisten suhteiden muodostumisen koulun ulkopuolella, kun taas koulun kerhotoiminta voi madaltaa osallistumisen kynnystä ja lisätä harrastamisen yhdenvertaisuutta (Bedard ym., 2020; Eime ym., 2013; Koski & Hirvensalo, 2023; Opetushallitus, ei pvm).

Harrastamisen sosiaalinen luonne ei riipu ainoastaan toimintaympäristöstä, vaan myös itse urheilulajin rakenteesta. Perinteisesti urheilulajit on jaettu joukkuelajeihin ja yksilölajeihin, mutta tämä jaottelu ei aina kuvaa riittävästi lajien sosiaalista luonnetta. Evans ja kollegat (2012) tuovat tutkimuksessaan esille, miten yksilölajeissakin urheilijat usein harjoittelevat joukkueympäristössä. Yksilölajeissa kilpailevat urheilijat usein harjoittelevat yhdessä muiden kanssa, vaikka kilpailevat yksin ja välillä jopa harjoituskavereitaan vastaan. Perinteisesti urheilulajit on jaettu kahteen luokaan joukkuelajit ja yksilölajit. (Evans ym., 2012.) Yksilölaji on sateenvarjokäsite lajeille, joissa urheilijan kilpailusuoritus ei edellytä yhteistyötä muiden kanssa eikä ole suoraan riippuvainen muiden suorituksista. Niissä lapsi on aktiivinen yksinpelaaja ja pitää muita osallistujia vastustajina. (Evans ym., 2012; Moeijes ym., 2018.)

Perinteisen määritelmän mukaan joukkueeksi tai ryhmäksi määritellään vähintään kahden henkilön ryhmä, joka muodostaa strukturoituja vuorovaikutussuhteita yhdistäen heidän tavoitteensa yksilöllisistä yleisiksi ryhmän tavoitteiksi, joiden saavuttaminen vaatii kaikkien ryhmän jäsenten toimintaa. Joukkuelajeissa urheilijat harjoittelevat ja kilpailevat joukkueissa saavuttaakseen ryhmän yhteisen tavoitteen.

(Evans ym., 2012; Moeijes ym., 2018; Rovio & Lintunen, 2009.) Evans ja kollegat (2012) tuovat esille, että joukkue- ja yksilölajien määrittely ei ole yksiselitteinen ja lajin määrittely yksilö- tai joukkuelajiksi vaihtelee. He tuovat esille, että ainoastaan kilpailujen tavoitteen katsominen on puutteellinen tapa määrittellä monimuotoisten perinteisesti yksilölajeiksi määriteltujen lajien luonne.

Evans ja kollegat (2012) luovat uuden luokittelun urheilulajeille perinteisen joukkue- tai yksilölaji määritelmän rinnalle. Heidän luokittelunsa sisältää seitsemän urheilulajiluokkaa, jotka muodostetaan valintapuun avulla. Luokittelu perustuu muun muassa siihen, mieltävätkö jäsenet itsensä osaksi joukkuetta, edellyttääkö kilpailusuoritus jäsenten välistä vuorovaikutusta sekä siihen, onko suoritus luonteeltaan yhtenäinen vai erillinen. Jos kilpailusuoritus ei edellytä jäsenten välistä vuorovaikutusta, luokittelussa tarkastellaan lisäksi sitä, vaikuttavatko yksilösuoritukset joukkueen kokonaistulokseen. Tässä tutkimuksessa urheilulajit luokitellaan kolmeen urheilulajiryhmään kuvion 1 esittämän valintapuun perusteella, jossa on hyödynnetty Evansin ja kollegoiden (2012) luomaa luokittelua. Luokittelu pohjautuu siihen, mieltävätkö harrastajat itsensä osaksi ryhmää sekä siihen, edellyttääkö harjoittelu tai kilpailusuoritus muiden osallistumista.



Kuvio 1 Tutkimuksessa käytetty urheilulajien luokittelu kolmeen urheilulajiryhmään valintapuun avulla (mukaillen Evans ym., 2012).

Ensimmäisen urheilulajiryhmän muodostavat yksilölajit, joissa harrastajat eivät miellä itseään osaksi ryhmää. Näissä lajeissa harjoittelu ja kilpailusuoritus eivät edellytä muiden osallistumista, vaan toiminta tapahtuu itsenäisesti (esim. suunnistus ja

ratsastus). Toiseen urheilulajiryhmään kuuluvat yhdessä harrastettavat lajit, joissa harrastajat mieltävät itsensä osaksi ryhmää ja harjoittelu vaatii muita, mutta kilpailusuoritus tehdään yksin. Ryhmään kuulumisen perustuu erityisesti yhteiseen harjoitteluun, vaikka kilpailutilanteessa suoritus ei ole suoraan riippuvainen muiden suorituksesta (esim. kamppailulajit ja sulkapallo). Kolmannen urheilulajiryhmän muodostavat joukkuelajit, joissa harrastajat mieltävät itsensä osaksi ryhmää, harjoittelu vaatii muita ja myös kilpailusuoritus on keskinäisesti riippuvainen muista ryhmän jäsenistä. Näissä lajeissa kilpailu tapahtuu joukkueena, ja yksittäisen urheilijan suoritus on sidoksissa muiden joukkueen jäsenten toimintaan (esim. joukkuevoimistelu ja jalkapallo).

4 Liikunnan ja sosiaalisen kompetenssin yhteys

Urheiluharrastamisen yhteyttä nuorten sosiaaliseen kompetenssiin on tutkittu useista näkökulmista. Erilaisten fyysisen aktiivisuuden muotojen vaikutuksia sosiaalisiin taitoihin on tarkasteltu jonkin verran, vaikka varsinaisten liikuntaharrastusten yhteyttä sosiaaliseen kompetenssiin on tutkittu vähemmän (Yang ym., 2024).

Kokonaisuudessaan tutkimusnäyttö viittaa siihen, että sekä fyysinen aktiivisuus että urheiluharrastaminen ovat pääosin positiivisesti yhteydessä nuorten sosiaaliseen kompetenssiin ja psykososiaaliseen hyvinvointiin (Bedard ym., 2020; Findlay & Coplan, 2008; Moeijes ym., 2018; Yang ym., 2024).

Fyysisen aktiivisuuden eri muodot voivat kuitenkin vaikuttaa sosiaalisiin taitoihin ja käyttäytymiseen eri tavoin. Joidenkin liikuntamuotojen, kuten hyppynarun hyppimisen, kävelyn, pyöräilyn ja juoksemisen, on havaittu olevan yhteydessä parempiin sosiaalisiin taitoihin ja vähäisempään antisosiaaliseen käyttäytymiseen. Osa muista aktiviteeteista on joissakin tutkimuksissa yhdistetty heikompiin sosiaalisiin taitoihin tai lisääntyneeseen antisosiaaliseen käyttäytymiseen. (Yang ym., 2024.) Tämä viittaa siihen, että fyysisen aktiivisuuden vaikutukset sosiaaliseen kehitykseen voivat vaihdella liikuntamuodon sekä siihen liittyvien sosiaalisten tilanteiden mukaan.

Urheiluharrastamisen ja sosiaalisen kompetenssin välistä yhteyttä on tarkasteltu myös vertailemalla koulun tarjoamien ja koulun ulkopuolisten harrastusten vaikutuksia. Nuorten itsearvioiman sosiaalisen kompetenssin ja urheiluharrastamisen välillä on havaittu positiivinen yhteys, ja nuorten on raportoitu kokevan sosiaalisen kompetenssinsa kehittyvän iän myötä. (Bedard ym., 2020.) Samansuuntaisia tuloksia on saatu myös systemaattisessa katsauksessa, jossa havaittiin, että urheilua harrastavilla lapsilla oli keskimäärin korkeampi sosiaalinen kompetenssi sekä parempi itsetunto verrattuna lapsiin, jotka eivät harrastaneet urheilua (Eime ym., 2013).

Urheiluun osallistumisen on todettu olevan yhteydessä myös laajempiin psykososiaalisiin hyötyihin. Liikunta ja urheilu ovat yhteydessä muun muassa parempaan itsetuntoon, myönteisempiin tunnekokemuksiin, parempaan hyvinvointiin sekä myönteisempiin sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin (Eime ym., 2013; Findlay &

Coplan, 2008). Lisäksi urheiluseurajäsenyyden ja runsaan urheiluun osallistumisen on havaittu olevan yhteydessä parempaan prososiaaliseen käyttäytymiseen sekä vähäisempiin internalisoiviin ongelmiin pitkittäistutkimuksissa. Nämä yhteydet prososiaaliseen käyttäytymiseen ovat joissakin tutkimuksissa olleet voimakkaampia tytöillä kuin pojilla. (Moeijes ym., 2018.)

Urheilun positiiviset vaikutukset voivat liittyä erityisesti sen sosiaaliseen luonteeseen. Joukkueurheilun on havaittu olevan yhteydessä suurempiin sosiaalisiin hyötyihin kuin yksilöurheilun, mikä voi johtua joukkueessa tapahtuvasta vuorovaikutuksesta ja yhteistyöstä. (Eime ym., 2013.) Urheiluharrastaminen tarjoaa tilanteita, joissa lapset ja nuoret voivat harjoitella esimerkiksi yhteistyötä, sääntöjen noudattamista, toisten kunnioittamista ja tiimityötä. Näin urheilua onkin pidetty tärkeänä välineenä henkilökohtaisten ja sosiaalisten arvojen kehittämisessä sekä moraalisen ja sosiaalisen kasvun tukemisessa. (Latorre-Román ym., 2020.)

Urheilun kautta tapahtuva sosiaalistuminen tarkoittaa arvojen, asenteiden ja taitojen, kuten reilun pelin, joukkuehengen tai toisinaan myös aggressiivisen käyttäytymisen, oppimista urheilun kontekstissa. Sosiaalistumiseen vaikuttavat monet tekijät, kuten valmentajien toiminta, perheen tuki, urheiluorganisaation toimintakulttuuri sekä harjoitusympäristön ilmapiiri. Esimerkiksi vertaisten, valmentajien ja vanhempien luoma tehtäväsuuntautunut ja kannustava ilmapiiri on yhteydessä vähäisempään antisosiaaliseen käyttäytymiseen, kun taas egokeskeinen ja kilpailua korostava ilmapiiri on yhdistetty suurempaan antisosiaalisten tekojen määrään. (Latorre-Román ym., 2020.)

Vaikka urheiluharrastamisella on monia myönteisiä vaikutuksia, siihen liittyy myös mahdollisia kielteisiä seurauksia. Urheilun kilpailullinen luonne ja voimakas voittopaine voivat joissakin tilanteissa lisätä aggressiivista tai epäurheilijamaista käyttäytymistä (Eime ym., 2013; Latorre-Román ym., 2020). Lisäksi tutkimustulokset urheiluharrastamisen ja sosiaalisten taitojen kehityksen välisestä kausaalisesta suhteesta ovat osittain ristiriitaisia. Osassa tutkimuksista urheiluun osallistuminen on ennustanut sosiaalisten taitojen kehittymistä, kun taas toisissa tutkimuksissa yhteyttä ei ole havaittu (Eime ym., 2013). Onkin mahdollista, että sosiaalisesti taitavammat lapset hakeutuvat todennäköisemmin urheiluharrastusten pariin, tai että urheilu

tarjoaa heille ympäristön, jossa he voivat tuoda esiin jo olemassa olevia sosiaalisia vahvuuksia (Bedard ym., 2020; Findlay & Coplan, 2008).

Tutkimuksissa on havaittu myös eroja sukupuolten välillä. Urheilun aikana pojat käyttäytyvät keskimäärin aggressiivisemmin kuin tytöt, kun taas tytöt osoittavat enemmän empatiaa ja prososiaalista käyttäytymistä (Moeijes ym., 2018). Myös urheilijaryhmissä pojat ovat osoittaneet enemmän antisosiaalista käyttäytymistä kuin tytöt, vaikka vähän liikkuvien ryhmässä sukupuolten välisiä eroja ei ole havaittu. Samalla on todettu, että urheiluun osallistuminen ei automaattisesti johda suurempaan empatiaan tai vähäisempään antisosiaaliseen käyttäytymiseen, vaan vaikutukset voivat vaihdella esimerkiksi harrastetun lajin mukaan. (Latorre-Román ym., 2020.)

Urheilun vaikutukset voivat olla erityisen merkittäviä tietyille lapsiryhmille. Esimerkiksi ujo lapset, jotka osallistuivat urheiluun pidemmän ajan kuluessa, raportoivat tutkimuksissa ahdistuneisuuden vähentymistä sekä myönteisempiä psykososiaalisia kokemuksia. Myös sosiaalisesti poikkeaviksi koetuille ryhmille, kuten hyvin ujoille tai aggressiivisille lapsille, urheiluun osallistuminen voi tarjota mahdollisuuksia vahvistaa itsetuntoa ja parantaa sosiaalista asemaa. (Findlay & Coplan, 2008.) Lisäksi liikuntaa on käytetty onnistuneesti sosiaalisesti haastavien nuorten vuorovaikutustaitojen kehittämisessä (Polvi, 2008).

Vuorovaikutustaitojen kehittymisen kannalta keskeistä on kuitenkin ryhmän ilmapiiri. Turvallinen ja arvostava ympäristö mahdollistaa sen, että jokainen ryhmän jäsen voi kokea olevansa hyväksytty ja arvostettu. (Polvi, 2008.) Kun ryhmän jäsenet kokevat yhteenkuuluvuutta, heidän välinen vuorovaikutuksensa lisääntyy, mikä puolestaan vahvistaa edelleen ryhmähenkeä ja sosiaalisten suhteiden muodostumista (Rovio & Lintunen, 2009). Kokonaisuudessaan aiempi tutkimus osoittaa, että liikunnalla ja urheilulla on merkittävä potentiaali tukea lasten ja nuorten sosiaalisen kompetenssin kehittymistä. Vaikutukset eivät kuitenkaan ole yksiselitteisiä, vaan ne riippuvat esimerkiksi liikuntamuodosta, sosiaalisesta ympäristöstä, motivaatioilmapiiristä sekä yksilöllisistä tekijöistä. Urheilun sosiaalistumispotentiaali voi siten johtaa sekä myönteisiin että kielteisiin seurauksiin riippuen siitä, millaisessa vuorovaikutuksessa yksilö, sosiaalinen ympäristö ja urheilun toimintakulttuuri keskenään toimivat (Latorre-Román ym., 2020).

5 Tutkimuskysymykset

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan urheiluharrastamisen yhteyttä sosiaaliseen kompetenssiin peruskouluikäisillä lapsilla. Sosiaalinen kompetenssi on keskeinen osa lapsen kokonaisvaltaista kehitystä, sillä se vaikuttaa esimerkiksi vertaissuhteisiin, kouluhyvinvointiin sekä myöhempään psykososiaaliseen hyvinvointiin (Junttila ym., 2006; Ladd, 2005). Urheiluharrastaminen tarjoaa lapsille mahdollisuuksia vuorovaikutukseen vertaisten kanssa sekä tilanteita, joissa sosiaalisia taitoja voidaan harjoitella (Polvi, 2008; Rovio & Lintunen, 2009). Aiempi tutkimus viittaa siihen, että liikunta ja urheiluharrastaminen ovat yhteydessä lasten ja nuorten sosiaaliseen kompetenssiin, mutta yhteydet voivat vaihdella esimerkiksi harrastetun lajin, sosiaalisen ympäristön sekä yksilöllisten tekijöiden mukaan (Bedard ym., 2020; Eime ym., 2013; Moeijes ym., 2018; Yang ym., 2024). Lisäksi urheiluun liittyvä kilpailullisuus voi joissakin tilanteissa olla yhteydessä myös antisosiaalisen käyttäytymisen muotoihin, kuten aggressiivisuuteen tai häiritsevyyteen (Latorre-Román ym., 2020). Tästä syystä urheiluharrastamisen ja sosiaalisen kompetenssin välistä yhteyttä on perusteltua tarkastella useista näkökulmista.

Tutkimuksessa tarkastellaan urheiluharrastamisen yhteyttä sosiaaliseen kompetenssiin eri urheilulajiryhmissä sekä harrastamisen määrällisten tekijöiden näkökulmasta. Lisäksi selvitetään, onko useamman harrastuksen harrastamisella yhteyttä sosiaaliseen kompetenssiin eri urheilulajiryhmissä. Tutkimuksessa esitetään seuraavat tutkimuskysymykset:

1. Millainen yhteys eri urheilulajiryhmillä on sosiaaliseen kompetenssiin peruskouluikäisillä?
2. Millainen yhteys urheiluharrastuksen kestolla ja viikoittaisella harjoittelumäärällä on sosiaaliseen kompetenssiin?
3. Onko sosiaalisessa kompetenssissa eroja urheilulajiryhmien harrastajien välillä sen mukaan, onko heillä muita harrastuksia?

Tämän tutkimuksen hypoteesit muodostettiin aiemman tutkimuskirjallisuuden perusteella. Urheilulajiryhmien välillä on eroja sosiaalisessa kompetenssissa. Erityisesti lajeissa, joissa toimitaan yhdessä muiden kanssa, oletetaan esiintyvän

enemmän prososiaalista käyttäytymistä kuin lajeissa, joissa harjoittelu ja kilpailu tapahtuvat pääasiassa yksin (Eime ym., 2013; Polvi, 2008; Rovio & Lintunen, 2009). Pidempi harrastustausta ja suurempi viikoittainen harjoittelumäärä ovat yhteydessä korkeampaan sosiaaliseen kompetenssiin, koska sosiaaliset taidot kehittyvät harjoittelun, kokemuksen ja vuorovaikutustilanteiden kautta (Kauppila, 2005; Polvi, 2008). Useamman harrastuksen harrastaminen on yhteydessä korkeampaan sosiaaliseen kompetenssiin, koska useat harrastusympäristöt tarjoavat lapsille monipuolisempia mahdollisuuksia sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja vertaissuhteiden muodostamiseen (Bedard ym., 2020).

Hypoteesit perustuvat oletukseen, että urheiluharrastaminen tarjoaa sosiaalisen ympäristön, jossa lapset voivat harjoitella yhteistyötä, empatiaa ja sääntöjen noudattamista, mikä voi vahvistaa prososiaalista käyttäytymistä ja vähentää antisosiaalisen käyttäytymisen ilmenemistä (Junttila ym., 2006; Eime ym., 2013; Polvi, 2008).

6 Menetelmä

Tutkimus toteutettiin kyselytutkimuksena, jossa yhdistettiin määrällinen ja laadullinen lähestymistapa. Sosiaalista kompetenssia tarkasteltiin MASK-mittarin neljän ulottuvuuden avulla, ja lisäksi avoimilla kysymyksillä pyrittiin syventämään ymmärrystä lasten omista kokemuksista urheiluharrastamisesta ja sosiaalisesta toiminnasta harrastuksissa. Määrällinen aineisto analysoitiin tilastollisesti ja laadullinen aineisto teoriaohjaavan analyysin avulla.

6.1 Osallistujat

Tutkimukseen osallistuivat peruskoululaiset kolmannesta luokasta eteenpäin. Osallistujien rajausta perustui käytettyyn mittariin. Sosiaalisen kompetenssin arvioinnissa hyödynnettiin Monitahoarviointi oppilaan sosiaalisesta kompetenssista -mittaria, joka on tarkoitettu käytettäväksi peruskouluikäisillä oppilailla kolmannesta luokasta lähtien (Kaukiaisien ym., 2005). Näin ollen mittarin käyttö rajoitti tutkimuksen kohderyhmän kolmannelta luokalta ylöspäin. Osallistujien kontaktointi toteutettiin ottamalla yhteyttä urheiluseuroihin, jotka välittivät tutkimukseen osallistumispyynnön seuran junioriharrastajien huoltajille. Mikäli huoltaja antoi lapselle luvan tutkimukseen osallistumiseen, hän välitti kyselyn linkin lapselle.

Pyyntö osallistua tutkimukseen lähetettiin noin 150 seuralle, joista 31 ilmoitti jakavansa pyynnön eteenpäin huoltajille. Osa seuroista ilmoitti välittävänsä kyselylinkin myös yhteistyöseuroilleen. Otantamenetelmänä käytettiin klusteri- eli ryväsotantaa. Seurat valikoituivat seurassa harrastettavien urheilulajien perusteella. Kolme eri urheilulaji ryhmää edustavia lajeja valittiin Suomessa lasten harrastamien lajien perusteella. Jokaisesta urheilulajiryhmästä valittiin 14 laji. Jokaisesta lajista otettiin yhteyttä kolmeen satunnaiseen seuraan, jossa junioreiden oli mahdollista harjoitella. Seurat pyrittiin valitsemaan monipuolisesti eri kunnista ympäri Suomea. Seurojen valinnassa hyödynnettiin lajiliittojen seuralistauksia. Seuraa ei voitu valita, jos seuralalla ei ollut nettisivuja tai siellä yhteystietoja. Tämän lisäksi pyyntö lähetettiin viiteen suureen monilajiseuraan.

Kyselyyn vastasi 103 lasta ja nuorta, joista nuorimmat olivat 9-vuotiaita ja vanhimmat 17-vuotiaita vastaajien ollessa keskimäärin 12,2-vuotiaita. Vastaajia oli 26 eri kunnasta, painottuen erityisesti Varsinais-Suomen alueelle. Lisäksi vastaajia oli

useista muista kunnista eri puolilta Suomea, joskin näistä suurin osa oli edustettuna yksittäisinä havaintoina. Maantieteellisesti kauempana Varsinais-Suomesta sijaitsevia kuntia, kuten Lapin alueen Kolari, Pello, Tornio ja Rovaniemi sekä Kaakkois-Suomen Ruokolahti ja Lappeenranta, mikä lisää aineiston alueellista kattavuutta. Vastaajista 65,0 prosenttia oli tyttöjä (n=67), poikia 33,0 prosenttia (n=34) ja 1,9 prosenttia ei halunnut kertoa sukupuoltaan (n=2). Vastaajilla oli 25 erilaista urheiluharrastusta. Yleisin urheiluharrastus oli joukkuevoimistelu (n = 22), kun taas monet muut harrastukset esiintyivät aineistossa vain yhden vastaajan kohdalla. Vastaajista 63,1 prosenttia ilmoitti harrastavansa useampaa kuin yhtä harrastusta (n = 65). Aineistossa esiintyneet lajit sekä niiden luokittelu kuvataan tarkemmin luvussa 6.4.

6.2 Tutkimuksen toteutus

Tutkimuksen aineisto kerättiin kyselylomakkeella. Tässä tutkimuksessa käytettiin kyselylomaketta, koska kyselyjen avulla pystyttiin keräämään laajempi tutkimusaineisto (Hirsjärvi, 1997). Kyselylomake lähetettiin yli sadalle seuralle ja seurat jakoivat kyselyn lasten ja nuorten huoltajille. Kyselyn etuna on myös saadun aineiston käsittely ja käsitellyn aineiston analysointi tilastollisia analyysitapoja ja raportointimuotoja hyödyntäen (Hirsjärvi, 1997). Kyselyä jaettiin laajasti, mikä tuki aineiston kattavuutta. Lomake laadittiin selkeäksi ja helposti ymmärrettäväksi peruskouluikäisille vastaajille. Aineiston monipuolisuutta vahvistettiin avoimilla kysymyksillä, joiden avulla vastaajat saattoivat tarkentaa ja täydentää vastauksiaan.

Kyselylomakkeen sekä tekninen toimivuus että kysymysten selkeys testattiin ennen tutkimuksen toteuttamista. Testaaminen toteutettiin pyytämällä vapaaehtoisia kolmannen ja kuudennen luokan oppilaita testaamaan kyselyä. Kyselyn täyttämisen jälkeen heiltä kysyttiin, kokivatko he kyselyn täyttämisessä ongelmia tai oliko jokin kohta vaikea ymmärtää. Testaajat kertoivat kyselyn täyttämisen olevan helppoa ja sopivan lyhyt, jotta sen jaksoi täyttää kokonaan. Esitestauksen perusteella kyselyä ei muokattu.

6.3 Kyselylomake

Kyselylomake koostui neljästä osiosta. Ensimmäisessä osiossa kysyttiin vastaajan sukupuolta, ikää ja kotikuntaa. Toisessa osiossa kysyttiin vastaajan

urheiluharrastuksesta sekä siihen liittyvistä tiedoista tarkemmin. Harrastamiseen liittyen selvitettiin myös, kuinka pitkään lapsi on harrastanut kyseistä lajia sekä kuinka monta tuntia viikossa hän harjoittelee. Lisäksi lapselta kysyttiin, kokeeko hän harjoittelevansa lajia pääasiassa yhdessä muiden kanssa vai yksin. Tämän lisäksi kysyttiin, onko lapsella muita harrastuksia ja, mikäli on, mitä ne ovat. Kolmannessa osiossa mitattiin lapsen sosiaalista kompetenssia Kaukiaisien ja kollegoiden (2005) Monitahoarviointi oppilaan sosiaalisesta kompetenssista -mittarilla (MASK). MASK-mittaria käytettiin itsearviointina. Neljännessä osiossa tarkasteltiin lapsen kokemuksia omasta harrastuksestaan sekä omasta toiminnastaan harjoituksissa. Vastaajat vastasivat avoimiin kysymyksiin, joissa heitä pyydettiin kuvaamaan, miksi he olivat valinneet kyseisen harrastuksen, mistä he pitivät harrastuksessaan sekä millaisiksi he kokivat oman toimintansa treeneissä muiden lasten ja nuorten kanssa. Lisäksi heitä pyydettiin pohtimaan, miten he ottavat muut lapset ja nuoret huomioon harrastustoiminnassa.

Sosiaalisen kompetenssin mittari MASK muodostuu matriisimuotoon kootuista 15 väittämästä. Väittämät mittaavat neljää eri sosiaalisen kompetenssin ulottuvuutta: yhteistyötaidot (esim. ”Tarjoan apuani muille oppilaille.”), empatiakyky (esim. ”Osaan olla hyvä kaveri.”), häiritsevyys (esim. ”Toimin ajattelematta.”) ja impulsiivisuus (esim. ”Ärsyyntyn helposti.”). Tutkittavat vastaavat kysymyksiin neliportaisella Likert-asteikolla (En koskaan–Erittäin usein). Likert-asteikko soveltuu hyvin mielipidettä mittaaviin kysymyksiin, ja sillä saadaan dikotomisista kysymyksistä tarkempaa ja erittelevämpää numeerista aineistoa (Cohen ym., 2007). MASK-mittaria voidaan käyttää itsearviointi tai vertaisten, vanhempien tai opettajien tekemänä arviointina. Tässä tutkimuksessa käytettiin MASK-mittaria itsearviointina. Itsearviointi antaa tietoja, jotka voivat olla ulkopuolisille näkymätöntä tietoa. Lapsi voi esimerkiksi pyrkiä näyttämään opettajalle mahdollisimman kuuliaista käyttäytymistä, kun taas vertaisille näkyy myös muunlainen käyttäytyminen. (Junttila ym., 2006.)

6.4 Tutkimusaineiston käsittely

Kyselytutkimus tuottaa numeerista dataa, jota voidaan käsitellä tilastollisesti. Tilastollinen aineiston käsittely mahdollistaa korrelaatioiden havaitsemisen asioiden välillä. Aineiston käsittely on nopeaa verrattuna moneen muuhun aineistonkeruumenetelmään. (Cohen ym., 2007.) Tämän tutkimuksen aineisto

käsiteltiin SPSS Statistics (31.0) -ohjelmistolla. Ohjelmiston avulla luotiin summamuuttujat, jotta voidaan tutkia niiden keskinäistä yhteyttä. Sosiaalisen kompetenssin jokaisesta neljästä eri ulottuvuudesta muodostettiin oma summamuuttujansa Kaukiaisien ja kollegoiden (2005) MASK-ohjeistuksen avulla.

Summamuuttujista toteutetaan reliabiliteettianalyysi, jossa väittämien yhdenmukaisuutta mittaava Cronbachin Alpha -kerroin selvitetään. Cronbachin Alpha -kerroimen pitäisi olla riittävän korkea (mielellään yli 0,70, vähintään yli 0,60), jotta summamuuttujan reliabiliteetti olisi hyvällä tasolla. Kerroin voi saada arvoja nollan ja yhden välillä ja mitä lähempänä kerroimen arvo on numeroa yksi sitä yhdenmukaisempia summamuuttujan kysymykset ovat. (Tähtinen ym., 2020.)

Summamuuttujat muodostetaan MASK-mittarin ohjeen mukaan. Täten summamuuttujien käyttö on perusteltua, vaikka Cronbachin Alpha -kerroimen arvo ei ylittäisi suositeltua arvoa. Tässä tutkimuksessa kaikkien summamuuttujien osalta Cronbachin Alpha -kerroimen arvo oli vähintään 0,60 ja impulsiivisuuden sekä häiritsevyyden osalta yli 0,70, joten kaikkien summamuuttujien reliabiliteetti on hyvällä tasolla (taulukko 1).

Taulukko 1 Tunnuslukuja summamuuttujista yhteistyötaitot, empatia, impulsiivisuus ja häiritsevyys

	osioiden luku- määrä	pienin arvo / suurin arvo	keskiarvo (keskihajonta)	vinous	huipukkuus	Cronbachin Alpha	korrelaatiot
yhteistyö- taidot	5	6,96/ 12,88	10,19 (1,43)	0,21	-0,76	0,67	0,11–0,64
empatia	3	3,52/ 7,04	6,32 (0,72)	-0,97	0,92	0,65	0,29–0,49
impulsiiv- isuus	3	2,23/ 8,19	4,39 (1,23)	0,62	0,39	0,76	0,51–0,52
häiritse- vyys	4	2,65/ 7,33	3,72 (0,96)	0,99	0,87	0,72	0,32–0,59

Vastaajat jaettiin urheiluharrastuksen mukaan kolmeen ryhmään, joiden yhteyttä sosiaaliseen kompetenssiin selvitettiin. Urheilulajit jaettiin urheilulajiryhmiin Evansin ja kollegoiden (2012) luokittelun pohjalta. Ensimmäinen ryhmä on lajit, joiden harrastajat eivät miellä itseään osaksi ryhmää (yksin), toisen ja kolmannen ryhmän jäsenet mieltävät itsensä osaksi ryhmää. Toisen ryhmän jäsenten kilpailusuoritus on yksin tehtävä (yhdessä) ja kolmannen ryhmän jäsenet ovat toisistaan riippuvaisia kilpailusuorituksen suorittamisessa (joukkue). Ryhmiin kuuluvat lajit löytyvät

taulukosta 2. Joukkuelajia harrastavia oli 40,8 prosenttia (n=42). Yhdessä lajeja harrastavia oli 30,1 prosenttia (n=31). Yksin lajeja harrastavia oli 29,1 prosenttia (n=30).

Taulukko 2 Tutkimuksessa mukana olleet urheilulajit luokiteltuna yksin, yhdessä ja joukkueessa harrastettaviin lajeihin

joukkue	yhdessä	yksin
Cheerleading	Baletti	Keilaus
Jalkapallo	Brasilialainen ju-jutsu	Kilpauinti
Joukkuevoimistelu	Hokutoryu ju-jutsu	Painonnosto
Jääkiekko	Paini	Ratsastus
Koripallo	Potkunyrkkeily	Suunnistus
Lentopallo	Showtanssi	Taitoluistelu
Ringette	Sulkapallo	Telinevoimistelu
Taitouinti	Tanssi	Yleisurheilu
	Uinti	

Sosiaalisen kompetenssin osa-alueiden (yhteistyötaidot, empatia, impulsiivisuus ja häiritsevyys) yhteyttä urheilulajiryhmiin, harrastusvuosiin sekä viikoittaiseen harjoittelumäärään tarkasteltiin yksisuuntaisella varianssianalyysillä. Mikäli analyysin oletukset eivät täyttyneet, käytettiin vaihtoehtoisena menetelmänä Kruskal–Wallis-testiä tilastollisen merkitsevyyden arvioimiseksi. Yksisuuntaisella varianssianalyysillä tarkastellaan kolmensuuntaista varianssia: yhteisvarianssia, ryhmien välistä varianssia ja ryhmien sisäistä varianssia. Sen avulla tarkastellaan johtuvatko mittaustuloksissa havaitut erot jostakin riippumattomasta muuttujasta. Kruskal-Wallis-testiä voidaan käyttää yksisuuntaisen varianssianalyysin tilalla, kun varianssianalyysin oletukset eivät ole voimassa. Kruskal-Wallis-testi perustuu järjestyslukujen käyttöön ja käytännössä testissä verrataan eroa ryhmien mediaaneissa. (Nummenmaa, 2009.)

Ennen varianssianalyysin suorittamista tarkasteltiin analyysin käyttöedellytysten täyttymistä. Yksisuuntaisen varianssianalyysin käyttö edellyttää, että tutkittava muuttuja on vähintään välimatka-asteikollinen. Lisäksi otoskoon on oltava riittävän suuri. Varianssien yhtäsuuruus tarkastettiin Levenen testillä, jossa p-arvo kertoo eroavatko ryhmien varianssit toisistaan ($p > 0,05$) (Nummenmaa, 2009). Otskoossa jokaisen ryhmän on oltava riittävän suuria ($n > 20-30$).

Muuttujien normaalijakauma eri urheilulajiryhmissä voidaan tarkistaa eri tavoilla. Normaalijakaumaoletus voidaan tarkistaa käyttäen vinous- ja huipukkuuslukuja. Niiden sijoittuessa välin -1 ja +1 sisään on summamuuttujien normaalijakauma hyvä (Tähtinen ym., 2020). Toinen tapa tarkistaa normaalijakauma on tarkastella jokaisen muuttujan histogrammia ja Q-Q-kuvaajia sekä Shapiro–Wilkin testin avulla (Nummenmaa, 2009). Tässä tutkimuksessa normaalijakauman tarkistamisessa käytettiin Tähtisen ja kollegoiden (2020) vinous- ja huipukkuusluvuilla normaalijakaumaoletuksen tarkistamista.

Varianssianalyysin käyttöedellytyksistä tutkittavat muuttujat olivat vähintään välimatka-asteikollisia, koska sosiaalisen kompetenssin osa-alueet muodostettiin summamuuttujina, jolloin ne ovat jatkuvia muuttujia. Lisäksi otoskoko oli riittävällä tasolla kaikissa analyyseissä. Urheilulajiryhmien yhteyttä tarkasteltaessa varianssien yhtäsuuruus toteutui impulsiivisuuden ja häiritsevyyden osalta.

Normaalijakaumaoletus täyttyi vinous- ja huipukkuuslukujen perusteella ainoastaan impulsiivisuuden kohdalla (taulukko 3), minkä vuoksi yksisuuntaista varianssianalyysiä käytettiin impulsiivisuuden analysointiin. Muiden summamuuttujien osalta analyysin oletukset eivät täytyneet, joten niiden yhteyttä tarkasteltiin Kruskal–Wallis-testillä.

Taulukko 3 Summamuuttujien normaalijakauman ja varianssin tarkistus urheilulajiryhmissä

	vinous	huipukkuus	otoskoko (n)	Levene (p)
yhteistyötaidot	-0,17–0,44	-1,05– -0,29	30–42	0,03
empatia	-1,03– -0,65	-0,63–0,82	30–42	0,02
impulsiivisuus	0,26–0,66	-0,01–0,28	30–42	0,19
häiritsevyys	0,80–1,22	-0,68–1,99	30–42	0,95

Harjoitteluvuosien yhteyttä tarkasteltaessa harrastusvuodet jaettiin neljään ryhmään (2 vuotta tai alle, 3–5 vuotta, 6–7 vuotta ja 8 vuotta tai yli). Varianssien yhtäsuuruus toteutui kaikkien summamuuttujien kohdalla, mutta normaalijakaumaoletus täyttyi ainoastaan yhteistyötaitojen osalta (taulukko 4). Näin ollen varianssianalyysiä käytettiin yhteistyötaitojen analyysiin ja muiden summamuuttujien kohdalla käytettiin Kruskal–Wallis-testiä.

Taulukko 4 Summamuuttujien normaalijakauman ja varianssin tarkistus harjoitteluvuosien mukaan

	vinous	huipukkuus	otoskoko (n)	Levene (p)
yhteistyötaidot	0,15–0,49	-0,89– -0,57	21–35	0,38
empatia	-1,59– -0,39	-1,09–3,40	21–35	0,56
impulsiivisuus	0,18–1,52	-0,54–3,49	21–35	0,88
häiritsevyys	0,28–1,46	-1,16–2,64	21–35	0,44

Viikoittaisten harjoittelutuntien yhteyttä tarkasteltaessa harjoittelumäärä jaettiin kolmeen ryhmään (alle 5 tuntia, 5–10 tuntia ja yli 10 tuntia). Varianssien yhtäsuuruus toteutui yhteistyötaitojen, empatian ja impulsiivisuuden osalta, mutta normaalijakaumaoletus täyttyi vain impulsiivisuuden kohdalla (taulukko 5). Tämän vuoksi varianssianalyysiä käytettiin impulsiivisuuden analyysiin ja muiden summamuuttujien kohdalla käytettiin Kruskal–Wallis-testiä.

Taulukko 5 Summamuuttujien normaalijakauman ja varianssin tarkistus viikoittaisten harjoittelutuntien mukaan

	vinous	huipukkuus	otoskoko (n)	Levene (p)
yhteistyötaidot	0,20–0,37	-1,04– -0,03	24–50	0,94
empatia	-1,20– -0,61	-0,83–1,62	24–50	0,12
impulsiivisuus	0,30–0,79	-0,39–0,51	24–50	0,17
häiritsevyys	0,38–1,38	-1,20–1,73	24–50	0,01

Harjoitteluvuosien ja harjoittelutuntien yhteistä yhteyttä sosiaalisen kompetenssin neljään ulottuvuuteen ei voitu tutkia kahden tekijän varianssianalyysillä, koska lähes kaikkien yhdistelmäryhmien otoskoko oli liian pieni (0–3 havaintoa). Tämän takia harjoitteluvuosien ja viikoittaisten harjoittelutuntien yhteyttä sosiaalisen kompetenssin ulottuvuuksiin tarkasteltiin lineaarisella regressioanalyysillä. Tässä tutkimuksessa riippuvina muuttujina toimivat sosiaalisen kompetenssin neljä summamuuttujaa (yhteistyötaidot, empatia, impulsiivisuus ja häiritsevyys), jotka ovat jatkuvia muuttujia. Selittävinä muuttujina käytettiin harjoitteluvuosia ja viikoittaisia harjoittelutunteja, jotka koodattiin järjestysasteikollisiksi muuttujiksi. Malliin sisällytettiin molemmat selittävät muuttujat sekä niiden välinen vuorovaikutustermi. Analyysi mahdollisti sekä päävaikutusten että vuorovaikutuksen tarkastelun tilanteessa, jossa kahden tekijän varianssianalyysin käyttö ei ollut mahdollista ryhmäkokojen pienuuden vuoksi.

Vastaajat jaettiin kahteen ryhmään sen perusteella, oliko heillä muita harrastuksia vai ei. Kolmen urheilulajiryhmän ja muiden harrastusten yhteyttä sosiaalisen kompetenssin neljään ulottuvuuteen tarkasteltiin kaksisuuntaisella varianssianalyysillä. Kaksisuuntaisen varianssianalyysin avulla voidaan tarkastella sekä kummankin selittävän muuttujan erillisiä vaikutuksia että niiden mahdollista yhteisvaikutusta tutkittavaan muuttujaan (Nummenmaa, 2009). Ennen analyysin suorittamista tarkasteltiin käyttöedellytysten täyttymistä. Tutkittavat muuttujat olivat vähintään välimatka-asteikollisia, koska sosiaalisen kompetenssin osa-alueet muodostettiin summamuuttujina. Residuaalien normaalijakaumaa arvioitiin vinous- ja huipukkuuslukujen avulla ja varianssien yhtäsuuruutta Levenen testillä ($p > 0,05$) (Tähtinen ym., 2020). Lisäksi tarkasteltiin yhdistelmäryhmien otoskokoja sekä havaintojen riippumattomuutta. Havainnot ovat riippumattomia sillä jokainen vastaaja on vain kerran aineistossa. Residuaalien jakaumaan ja varianssien yhtäsuuruuteen liittyvät tunnusluvut on esitetty taulukossa 6.

Kaksisuuntaisen varianssianalyysin oletukset täytyivät yhteistyötaitojen, impulsiivisuuden ja häiritsevyyden osalta (taulukko 6). Näiden summamuuttujien kohdalla käytettiin kaksisuuntaista varianssianalyysiä urheilulajiryhmän ja muiden harrastusten yhteisvaikutuksen tarkasteluun. Empatian summamuuttujan osalta normaalijakaumaoletus ei täytynyt, minkä vuoksi sen yhteyttä urheilulajiryhmään ja muihin harrastuksiin tarkasteltiin erikseen Kruskal–Wallis-testillä.

Taulukko 6 Summamuuttujien residuaalien normaalijakauman ja varianssin tarkistus urheilulajiryhmien ja muiden harrastusten mukaan

	vinous	huipukkuus	otoskoko (n)	Levene (p)
yhteistyötaidot	0,06	-0,65	10–27	0,16
empatia	-0,98	1,40	10–27	0,10
impulsiivisuus	0,32	-0,08	10–27	0,19
häiritsevyys	0,93	0,39	10–27	0,58

Tutkimuksessa kerätty laadullinen aineisto koostui lasten vastauksista avoimiin kysymyksiin. Aineisto analysoitiin etsimällä aineistosta analyysiyksiköitä ja luokittelemalla ne. Analyysiyksiköksi määriteltiin vastaajien kertomat yksittäiset ajatukset joko urheiluharrastamisesta, sosiaalisesta kompetenssista tai niiden välisestä yhteydestä. Analyysin tavoitteena on kuvailla, tulkita ja ymmärtää

tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä (Puusa & Juuti, 2020). Tässä tutkimuksessa kohteena oleva ilmiö oli lasten urheiluharrastamisen ja sosiaalisen kompetenssin välinen yhteys. Aineiston kuvailu on tärkeää, jotta tutkija pystyy avaamaan lukijoille kontekstin, jossa tutkittava ilmiö esiintyy. Näin ollen on oleellista avata myös vastaajien taustaa sopivissa määrin kuitenkin säilyttäen koko ajan tutkittavien anonymiteetti. (Puusa & Juuti, 2020.) Näin voidaan ymmärtää, millaisesta näkökulmasta vastaaja on vastannut kysymyksiin.

Analyysiyksiköt luokiteltiin teoriaohjaavasti. Teoriaohjaava analyysitapa valittiin, sillä analyysiyksiköt valitaan aineistosta, mutta analyysiä ohjaa aikaisempi teoria (Tuomi & Sarajarvi, 2024). Analyysiyksiköt luokiteltiin alaluokkiin ja yläluokkiin. Yläluokat oli luotu tutkimuskysymysten ja teorian pohjalta: sosiaalinen toiminta harrastuksessa, yhteistyötaidot, empatia, impulsiivisuus, häiritsevyys ja harrastuksen merkitys. Alaluokat luotiin aineistolähtöisesti vastaajien vastausten pohjalta. Alaluokat vaihtelivat yläluokkien välillä. Taulukossa 7 on esitelty yläluokat, alaluokat ja esimerkit analyysiyksiköistä, joiden mukaan alaluokat on luotu. Aineistolähtöinen luokittelu on toimiva menetelmä, koska avointen kysymysten tavoitteena oli pyrkiä ymmärtämään asiaa laajemmin kuin monivalintakysymykset mahdollistavat. Aineistolähtöinen luokittelu korostaa vastaajien esille nostamia asioita (Puusa & Juuti, 2020). Näin ollen luokittelussa korostuu vastaajien kokemukset ja heidän tärkeäksi kokemansa asiat.

Taulukko 7 Laadullisen analyysin ylä- ja alaluokat sekä esimerkkejä analyysiyksiköistä

Yläluokka	Alaluokka	Esimerkki analyysiyksiköstä
sosiaalinen toiminta harrastuksessa	vuorovaikutus muiden kanssa	vaihtelemme kuulumisia
	roolit ryhmässä	Nuorempia autan ja kannustan. Vanhempia kunnioitan ja yritän oppia paremmilta jotain vinkkejä.
yhteistyötaidot	yksilöllinen toiminta harrastuksessa	suoritus tehdään vähän kuin piilossa eli ei tarvitse olla lavalla
	toisten auttaminen	autan pienissä asioissa tarvittaessa
	yhteisen tavoitteen edistäminen	teen kaikkien kanssa yhteistyötä
	reilu toiminta	odotan vuoroani
empatia	vastuun ottaminen ryhmässä	huolehdin ettei kukaan jää ulkopuolelle
	toisten huomioiminen	yritän ottaa muut ja heidän taidot huomioon
	ystävällinen toiminta	juttelen myös "ei parhaiden" ystäväni kanssa
impulsiivisuus	kannustaminen	kannustan ja tsemppaan
	kilpailullinen orientaatio	pidän voittamisesta
häiritsevyys	vahva toiminnan tarve	aktiivinen keskustelija, joka kertoo mielipiteensä
	ei häiritse muita	kuuntelen ohjeita ja en häiritse muita
harrastuksen merkitys	harrastamisen ilo	on kiva harrastaa liikuntaa
	kiinnostus lajia kohtaan	harrastus kiinnostaa minua
	tavoitteellisuus	kehityn ja olen hyvä siinä [harrastuksessani]

Analyysiyksiköistä luotiin myös pelkistetyt kuvaukset selkeyttämään analyysiä.

Tämän tavoitteena oli selkeyttää irrallista ajatusta muun kontekstin avulla sekä selkeyttää lasten vastauksia. Lasten vastaukset kysymyksiin vaativat usein tiedon kysymyksestä ymmärrettävyyden lisäämiseksi. Esimerkiksi ”Kaverit, valmentajat ja ylipäättään vaan treenaaminen” pelkistettiin seuraavasti ”Pidän harrastuksesta näistä syistä: kaverit, valmentajat ja ylipäättään vaan treenaaminen”. Analyysin luokkien avulla tarkasteltiin lasten omia käsityksiä liittyen urheiluharrastamiseen ja sosiaaliseen kompetenssiin. Analyysiyksiköiden luokittelun jälkeen jatketaan aineiston tulkintaan ja tutkimuskysymyksiin vastaavien tulosten käsittelyyn. Tulkinnan tavoitteena on löytää teemoista aineksia, joiden perusteella voidaan vastata tutkimuskysymyksiin. Analyysissä löydettyjä havaintoja tulkittaessa teemat asetetaan

uudestaan dialogiin teorian ja kontekstuaalisen tiedon kanssa. (Puusa & Juuti, 2020.)
Tämän avulla voidaan käsitellä kerättyä aineistoa sekä kokonaisuudessa että
tarkemmin yksittäisinä vastaajien esittäminä ajatuksina.

7 Tulokset

Sosiaalisen kompetenssin yhteyttä urheiluharrastukseen tarkasteltiin määrällisen ja laadullisen aineiston avulla. Sosiaalista kompetenssia analysoitiin neljän ulottuvuuden eli yhteistyötaitojen, empatian, impulsiivisuuden ja häiritsevyyden, kautta kaikkien tutkimuskysymysten osalta. Tulokset osoittivat, että urheilulajiryhmällä oli yhteys impulsiivisuuteen ja häiritsevyyteen, mutta ei yhteistyötaitoihin tai empatiaan. Sen sijaan harjoitteluvuosien, viikoittaisten harjoittelutuntien ja muiden harrastusten olemassaolon yhteydet sosiaalisen kompetenssin ulottuvuuksiin jäivät pääosin ei-merkitseviksi. Avoimet vastaukset tukivat tätä kokonaisuutta tuomalla esiin sen, että toisten huomioiminen, auttaminen ja myönteinen vuorovaikutus olivat tyypillisiä piirteitä kaikissa ryhmissä, kun taas kilpailullisuutta ja aktiivista toimintaa korostavat kuvaukset liittyivät erityisesti niihin tuloksiin, joissa lajiryhmien välillä havaittiin eroja.

7.1 Urheilulajiryhmien yhteys sosiaaliseen kompetenssiin

Ensimmäisenä tavoitteena oli tarkastella urheilulajiryhmien yhteyttä sosiaaliseen kompetenssiin. Yhteistyötaitojen ja empatian osalta Kruskal–Wallisin-testi ei osoittanut tilastollisesti merkitseviä eroja urheilulajiryhmien välillä (yhteistyötaidot: $\chi^2(2) = 2,26$, $p = 0,32$; empatia: $\chi^2(2) = 1,34$, $p = 0,51$). Keskiarvojen perusteella erot ryhmien välillä olivat melko pieniä, mikä viittaa siihen, että urheilulajiryhmä ei ole yhteydessä yhteistyötaitoihin tai empatiaan tässä aineistossa (taulukko 8).

Sen sijaan antisosiaalisessa ulottuvuudessa havaittiin tilastollisesti merkitseviä eroja urheilulajiryhmien välillä. Kuten taulukko 9 osoittaa, impulsiivisuuden osalta yksisuuntainen varianssianalyysi osoitti tilastollisesti merkitsevän eron ryhmien välillä, $F(2,100) = 3,19$, $p = 0,05$. Efektikoko oli pieni ($\eta^2 = 0,060$), mikä viittaa melko vähäiseen käytännön merkitykseen. Keskiarvojen perusteella impulsiivisuus oli korkeinta yhdessä harrastavien ryhmässä (KA = 4,75, SD = 1,38), kun taas joukkue- (KA = 4,05, SD = 0,96) ja yksilölajien harrastajilla keskiarvot olivat matalampia.

Myös häiritsevyyden osalta havaittiin tilastollisesti merkitsevä ero urheilulajiryhmien välillä, $\chi^2(2) = 7,24$, $p = 0,03$ (taulukko 8). Järjestyslukujen keskiarvojen perusteella häiritsevyys oli korkeinta yhdessä harrastavien ryhmässä ja matalinta yksilölajien harrastajilla. Tulokset viittaavat siihen, että erityisesti yhdessä harrastavien ryhmässä

impulsiivisuuden ja häiritsevyyden taso on jonkin verran korkeampi verrattuna muihin urheilulajiryhmiin, vaikka erot eivät ole suuria.

Taulukko 8 Urheilulajiryhmien väliset erot yhteistyötaidoissa, empatiassa ja häiritsevyydessä

	urheilulajiryhmä	järjestyslukujen keskiarvo	$\chi^2(2)$	tilastollinen merkitsevyys (p)
yhteistyötaidot	joukkue	57,04	2,26	0,32
	yhdessä	52,76		
	yksin	44,17		
empatia	joukkue	52,23	1,34	0,51
	yhdessä	48,55		
	yksin	55,25		
häiritsevyys	joukkue	48,18	7,24	0,03
	yhdessä	63,21		
	yksin	45,77		

Taulukko 9 Urheilulajiryhmien väliset erot impulsiivisuudessa

	urheilulajiryhmä	keskiarvo, KA (keskihajonta, SD)	F (2, 100)	tilastollinen merkitsevyys (p)	η^2
impulsiivisuus	joukkue	4,05 (0,96)	3,19	0,05	0,060
	yhdessä	4,75 (1,38)			
	yksin	4,51 (1,33)			

Avoimien kysymysten vastaukset tukivat määrällisen analyysin tuloksia erityisesti siinä, että yhteistyötaitoja ja empatiaa kuvaavat ilmaisut esiintyivät kaikissa urheilulajiryhmissä. Useat vastaajat kuvasivat omaa toimintaansa harjoituksissa ystävälliseksi, toisia huomioivaksi ja kannustavaksi riippumatta siitä, harrastivatko he joukkuelajia, yhdessä harrastettavaa lajia tai yksilölajia. Tyypillisiä kuvauksia olivat esimerkiksi ”kiva kaveri, kannustan, autan” (sulkapallo), ”kuunteleva, auttava” (jäähiekko) sekä ”ystävällinen ja mahdollisimman avulias” (ratsastus). Lisäksi osa vastaajista kuvasi toimintaansa ryhmässä vastuulliseksi ja muita huomioivaksi, kuten eräs vastaaja totesi olevansa ”iloinen, auttavainen ja yritän olla esimerkkinä muille” (joukkuevoimistelu).

Sosiaalinen vuorovaikutus ja kavereiden merkitys korostuivat myös harrastuksen valinnan syissä kaikissa lajiryhmissä. Useat vastaajat kuvasivat hakeutuneensa harrastukseen ystävien tai yhteisöllisyyden vuoksi, esimerkiksi ”ystäväni harrastivat

kyseistä harrastusta, jonka takia päätin itsekkin kokeilla sitä” (ratsastus) sekä ”saanut lajin kautta todella paljon ystäviä” (keilailu). Myös lyhyet ilmaisut, kuten ”kaverit” (Hokutoryu ju-jutsu), kuvastivat harrastuksen sosiaalista merkitystä. Nämä kuvaukset tukevat määrällistä tulosta, jonka mukaan yhteistyötaidoissa ja empatiassa ei ollut tilastollisesti merkitseviä eroja lajiryhmien välillä, sillä sosiaalinen orientaatio näyttäisi olevan tyypillistä urheiluharrastuksissa yleisesti lajista riippumatta.

Sen sijaan impulsiivisuuteen viittaavia ilmauksia esiintyi erityisesti vastauksissa, joissa korostettiin kilpailua, aktiivisuutta ja toiminnallisuutta. Useat vastaajat kuvasivat harrastuksessaan tärkeäksi kilpailullisuuden ja tavoitteellisuuden, esimerkiksi ”halusin temppuilla ja kilpailla” (joukkuevoimistelu), ”kilpailuista ja kisaamisesta sekä kavereista” (uinti), ”voittamisesta ja kavereitten yhdessä treenaamisesta” (sulkapallo) sekä ”kilpailemisesta” (uinti). Kilpailullisuutta korostavat kuvaukset liittyivät usein tilanteisiin, joissa toimintaa tehdään muiden kanssa samanaikaisesti, mikä voi osaltaan selittää sitä, että impulsiivisuus oli määrällisessä analyysissä hieman korkeampaa yhdessä harrastavien lajien ryhmässä verrattuna joukkue- ja yksilölajeihin.

Häiritsevyyteen liittyviä kuvauksia esiintyi aineistossa vähemmän, mutta joissakin vastauksissa tuotiin esiin toiminnan aktiivinen ja sosiaalinen luonne, joka voi lisätä vuorovaikutustilanteita harjoituksissa. Esimerkiksi eräs vastaaja kuvasi omaa toimintaansa ”iloiseksi, puheliaaksi ja innokkaaksi” (jalkapallo). Toisaalta osa vastaajista toi esiin myös pyrkimystä toimia ryhmässä häiritsemättä muita, kuten eräs vastaaja totesi ”en häiritse” (jalkapallo, toisena lajina suunnistus).

Määrälliset tulokset viittaavat siihen, että urheilulajiryhmällä on yhteys erityisesti impulsiivisuuden ja häiritsevyyden ilmenemiseen, mutta ei empatian tai yhteistyötaitojen tasoon. Kokonaisuutena avoin aineisto tukee määrällisiä tuloksia osoittamalla, että sosiaalinen toiminta, ystävällisyys ja toisten huomioiminen ovat tyypillisiä piirteitä urheiluharrastuksissa lajiryhmästä riippumatta. Samalla kilpailullisuus ja aktiivinen toiminta näyttävät korostuvan erityisesti tilanteissa, joissa harrastaminen tapahtuu muiden kanssa samanaikaisesti, mikä voi heijastua impulsiivisuuden ja häiritsevyyden ulottuvuuksiin.

7.2 Harrastuksen keston yhteys sosiaaliseen kompetenssiin

Toisena tavoitteena oli tarkastella harrastuksen keston yhteyttä sosiaaliseen kompetenssiin. Urheiluharrastuksen harjoitteluvuosien ja viikoittaisten harjoittelutuntien yhteyttä sosiaalisen kompetenssin osa-alueisiin tarkasteltiin analyysien edellytysten mukaisesti yksisuuntaisella varianssianalyysillä ja Kruskal–Wallisin-testillä.

Kuten taulukot 10 ja 11 osoittavat, harrastusvuosien määrällä ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä yhteenkään tarkastelluista sosiaalisen kompetenssin ulottuvuuksista. Yhteistyötaitojen osalta yksisuuntainen varianssianalyysi ei osoittanut tilastollisesti merkitsevää eroa ryhmien välillä, $F(3,99) = 0,38$, $p = 0,76$, ja efektikoko oli pieni ($\eta^2 = 0,011$) (taulukko 11). Keskiarvot olivat hyvin samansuuntaisia kaikissa harrastusvuosiryhmissä, mikä viittaa siihen, että yhteistyötaidot eivät eronneet harrastuksen keston mukaan.

Myöskään empatian osalta ei havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa harrastusvuosien mukaan muodostettujen ryhmien välillä, $\chi^2(3) = 0,75$, $p = 0,86$. Järjestyslukujen keskiarvot olivat ryhmien välillä lähellä toisiaan. Samansuuntainen tulos havaittiin impulsiivisuuden kohdalla, $\chi^2(3) = 1,19$, $p = 0,76$, sekä häiritsevyyden kohdalla, $\chi^2(3) = 2,69$, $p = 0,44$ (taulukko 10). Kokonaisuudessaan tulokset viittaavat siihen, että urheiluharrastuksen kestolla ei ole yhteyttä sosiaalisen kompetenssin osa-alueisiin tässä aineistossa.

Taulukko 10 Harjoitteluvuosien väliset erot empatiassa, impulsiivisuudessa ja häiritsevyydessä

	harjoitteluvuodet	järjestyslukujen keskiarvo	$\chi^2(3)$	tilastollinen merkitsevyys (p)
empatia	2 vuotta tai alle	50,48	0,75	0,86
	3–5 vuotta	52,91		
	5–7 vuotta	49,88		
	8 vuotta tai yli	53,84		
impulsiivisuus	2 vuotta tai alle	58,07	1,19	0,76
	3–5 vuotta	49,34		
	5–7 vuotta	53,40		
	8 vuotta tai yli	49,20		
häiritsevyys	2 vuotta tai alle	59,57	2,69	0,44
	3–5 vuotta	46,93		
	5–7 vuotta	48,55		
	8 vuotta tai yli	55,34		

Taulukko 11 Harjoitteluvuosien väliset erot yhteistyötaidoissa

	harjoitteluvuodet	keskiarvo, KA (keskihajonta, SD)	F (3, 99)	tilastollinen merkitsevyys (p)	η^2
yhteistyötaidot	2 vuotta tai alle	10,22 (1,39)	0,38	0,76	0,011
	3–5 vuotta	10,36 (1,34)			
	5–7 vuotta	10,13 (1,37)			
	8 vuotta tai yli	9,97 (1,65)			

Viikoittaisten harjoittelutuntien määrän yhteyttä sosiaaliseen kompetenssiin tarkasteltaessa tulokset olivat samansuuntaisia (taulukot 12 ja 13). Yhteistyötaitojen osalta Kruskal–Wallisin-testi ei osoittanut tilastollisesti merkitsevää eroa ryhmien välillä, $\chi^2(2) = 1,77$, $p = 0,41$. Järjestyslukujen keskiarvot olivat eri harjoittelumääräryhmissä melko samansuuntaisia. Empatian osalta vastaavasti ei havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa ryhmien välillä, $\chi^2(2) = 1,66$, $p = 0,44$, ja järjestyslukujen keskiarvot olivat lähellä toisiaan. Myöskään häiritsevyyden osalta ei havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa ryhmien välillä, $\chi^2(2) = 1,87$, $p = 0,39$. (taulukko 12.)

Impulsiivisuuden osalta yksisuuntainen varianssianalyysi ei osoittanut tilastollisesti merkitsevää eroa viikoittaisten harjoittelutuntien mukaan muodostettujen ryhmien

välillä, $F(2,100) = 0,54$, $p = 0,59$. Efektikoko oli pieni ($\eta^2 = 0,011$), mikä viittaa vähäiseen käytännön merkitykseen. (taulukko 13.)

Taulukko 12 Viikoittaisten harjoittelutuntien väliset erot yhteistyötaidoissa, empatiassa ja häiritsevyydessä

	viikoittaiset harjoittelutunnit	järjestyslukujen keskiarvo	$\chi^2(2)$	tilastollinen merkitsevyys (p)
yhteistyötaidot	alle 5 tuntia	54,97	1,77	0,41
	5–10 tuntia	44,15		
	yli 10 tuntia	53,38		
empatia	alle 5 tuntia	51,94	1,66	0,44
	5–10 tuntia	46,71		
	yli 10 tuntia	56,48		
häiritsevyys	alle 5 tuntia	53,23	1,87	0,39
	5–10 tuntia	47,77		
	yli 10 tuntia	53,38		

Taulukko 13 Viikoittaisten harjoittelutuntien väliset erot impulsiivisuudessa

	viikoittaiset harjoittelutunnit	keskiarvo, KA (keskihajonta, SD)	$F(2, 100)$	tilastollinen merkitsevyys (p)	η^2
impulsiivisuus	alle 5 tuntia	4,34 (1,18)	0,54	0,59	0,011
	5–10 tuntia	4,27 (1,14)			
	yli 10 tuntia	4,59 (1,40)			

Harjoitteluvuosien tai viikoittaisten harjoittelutuntien määrällä ei havaittu tilastollisesti merkitsevää yhteyttä sosiaalisen kompetenssin osa-alueisiin. Näiden muuttujien yhteisvaikutusta sosiaalisen kompetenssin neljään ulottuvuuteen tarkasteltiin lineaarisella regressioanalyysillä, koska kaksisuuntaisen varianssianalyysin edellytykset eivät täyttyneet, malliin sisällytettiin molemmat selittävät muuttujat sekä niiden välinen vuorovaikutusstermi. Tulosten perusteella harjoitteluvuosien ja viikoittaisten harjoittelutuntien välinen vuorovaikutus ei ollut tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä yhteenkään tarkastelluista sosiaalisen kompetenssin ulottuvuuksista (taulukko 14).

Yhteistyötaitojen osalta vuorovaikutusstermi ei saavuttanut tilastollista merkitsevyyttä ($\beta = 0,58$, $p = 0,20$), ja mallin selitysaste jäi matalaksi ($R^2 = 0,02$), mikä viittaa siihen, että harjoitteluvuosien ja -tuntien yhteisvaikutus selitti vain vähäisen osan

yhteistyötaitojen vaihtelusta. Empatian kohdalla tulos oli samansuuntainen, eikä vuorovaikutustermi ollut tilastollisesti merkitsevä ($\beta = 0,62$, $p = 0,17$). Myös tämän mallin selitysaste jäi alhaiseksi ($R^2 = 0,02$), mikä viittaa siihen, että harjoitteluvuosien ja harjoittelutuntien yhteisvaikutus ei juurikaan selittänyt empatian vaihtelua.

Impulsiivisuuden osalta vuorovaikutustermi ei ollut tilastollisesti merkitsevä ($\beta = 0,14$, $p = 0,76$), ja mallin selitysaste oli erittäin pieni ($R^2 = 0,01$). Vastaavasti häiritsevyyden kohdalla vuorovaikutustermi ei saavuttanut tilastollista merkitsevyyttä ($\beta = 0,48$, $p = 0,29$), ja mallin selitysaste jäi alhaiseksi ($R^2 = 0,01$). (taulukko 14.)

Kokonaisuudessaan tulokset viittaavat siihen, että sosiaalisen kompetenssin osa-alueet eivät olleet yhteydessä harjoitteluvuosien määrään eivätkä viikoittaisten harjoittelutuntien määrään erikseen, eikä myöskään näiden muuttujien yhteisvaikutukseen tässä aineistossa.

Taulukko 14 Harjoitteluvuosien, viikoittaisten harjoittelutuntien ja vuorovaikutuksen yhteydet sosiaalisen kompetenssin osa-alueisiin

	harjoitteluvuodet β (p)	harjoittelutunnit β (p)	vuorovaikutus β (p)	R^2
yhteistyötaidot	-0,37 (0,13)	-0,38 (0,23)	0,58 (0,20)	0,02
empatia	-0,34 (0,17)	-0,35 (0,27)	0,62 (0,17)	0,02
impulsiivisuus	-0,15 (0,55)	0,02 (0,94)	0,14 (0,76)	0,01
häiritsevyys	-0,25 (0,30)	-0,34 (0,29)	0,48 (0,29)	0,01

Avoimien kysymysten vastaukset tukivat määrällisen analyysin tuloksia osoittamalla, että yhteistyötaitoja ja empatiaa kuvaavat ilmaisut esiintyivät tasaisesti riippumatta harrastusvuosien määrästä tai viikoittaisesta harjoittelumäärästä. Useat vastaajat kuvasivat toimintaansa harjoituksissa ystävälliseksi ja muita huomioivaksi riippumatta siitä, kuinka pitkään he olivat harrastaneet tai kuinka paljon he harjoittelivat viikoittain. Tyypillisiä kuvauksia olivat esimerkiksi ”ystävällinen, mukava ja kiltti” (joukkuevoimistelu), ”auttavainen” (baletti) sekä ”kuunteleva, auttava” (cheerleading). Lisäksi osa vastaajista kuvasi aktiivisesti pyrkivänsä huomioimaan muut harjoitustilanteissa, kuten eräs vastaaja totesi ”otan kaikki huomioon ja kuuntelen ohjeita” (joukkuevoimistelu).

Yhteistyötaitoja kuvaavat ilmaisut painottivat usein toisten auttamista ja kannustamista, mikä näyttäytyi samankaltaisena eri harjoittelumäärien ryhmissä. Esimerkiksi vastaajat kuvasivat toimintaansa ilmauksilla ”kannustan, autan”

(joukkuevoimistelu) sekä ”olen ystävällinen ja mahdollisimman avulias” (joukkuevoimistelu). Myös lyhyemmät kuvaukset, kuten ”kiva kaveri” (telinevoimistelu), viittasivat myönteiseen vuorovaikutukseen muiden kanssa riippumatta harrastuksen kestosta.

Impulsiivisuuteen ja aktiiviseen toimintaan viittaavia kuvauksia esiintyi aineistossa eri harjoittelumäärien ryhmissä ilman selkeää eroa ryhmien välillä. Esimerkiksi osa vastaajista kuvasi harrastuksessaan tärkeäksi kilpailullisuuden, kuten ”kilpailemisesta” (uinti). Toisaalta aktiivisuus näyttäytyi osalle vastaajista luontevana osana harrastusta ilman viitteitä liiallisesta impulsiivisuudesta. Häiritsevyyteen liittyviä kuvauksia esiintyi aineistossa vähän, mikä tukee määrällistä tulosta siitä, ettei harjoitteluvuosien tai harjoittelutuntien määrällä ollut yhteyttä häiritsevyyteen.

Kokonaisuutena avoimet vastaukset viittaavat siihen, että sosiaalinen toiminta, yhteistyö ja toisten huomioiminen näyttäytyvät melko samanlaisina riippumatta harrastuksen kestosta tai harjoittelumäärästä. Tämä tukee määrällisen analyysin tulosta, jonka mukaan harjoitteluvuosien ja viikoittaisten harjoittelutuntien määrällä ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä sosiaalisen kompetenssin eri ulottuvuuksiin, eikä myöskään näiden muuttujien yhteisvaikutuksella havaittu olevan merkitystä tarkastelluissa malleissa.

7.3 Useamman harrastuksen yhteys sosiaaliseen kompetenssiin eri urheilulajiryhmissä

Kolmantena tavoitteena oli tarkastella urheilulajiryhmien ja useamman kuin yhden harrastuksen yhteistä vaikutusta sosiaalisen kompetenssin neljään ulottuvuuteen. Kaksisuuntaisella varianssianalyysillä tutkittiin yhteistyötaitojen, impulsiivisuuden ja häiritsevyyden osalta yhteyttä urheilulajiryhmiin ja siihen onko muita harrastuksia. Vain empatian summamuuttujan osalta varianssianalyysin käyttöön liittyvät oletukset eivät toteudu, joten sen sijaan käytettiin erikseen ei-parametrista Kruskal-Wallis-testiä. Tutkittiin siis erikseen, onko urheilulajiryhmällä ja muilla harrastuksilla yhteyttä empatian summamuuttujaan.

Yhteistyötaitojen osalta ei havaittu tilastollisesti merkitsevää urheilulajiryhmän ja muun harrastuksen välistä yhteisvaikutusta, $F(5, 97) = 2,04$, $p = 0,14$, $\eta^2 = 0,040$ (taulukko 15). Myöskään muun harrastuksen päävaikutus ei ollut tilastollisesti

merkitsevä, $F(5, 97) = 0,17$, $p = 0,68$, $\eta^2 = 0,002$, eikä urheilulajiryhmän päävaikutus ollut tilastollisesti merkitsevä, $F(5, 97) = 1,40$, $p = 0,25$, $\eta^2 = 0,028$ (taulukko 15).

Keskiarvojen perusteella yhteistyötaitoissa ei ollut suuria eroja ryhmien välillä.

Useampaa harrastusta harrastavilla yhteistyötaitojen keskiarvot vaihtelivat välillä $KA = 9,91-10,64$ ($SD = 1,15-1,63$), kun taas vain yhtä harrastusta harrastavilla keskiarvot vaihtelivat välillä $KA = 9,54-10,61$ ($SD = 0,92-1,63$) (taulukko 16). Erot ryhmien välillä olivat pieniä ja efektikoot viittaavat siihen, että urheilulajiryhmällä tai muulla harrastuksella ei ole merkittävää yhteyttä yhteistyötaitoihin.

Impulsiivisuuden osalta urheilulajiryhmän ja muun harrastuksen välinen yhteisvaikutus ei ollut tilastollisesti merkitsevä, $F(5, 97) = 1,28$, $p = 0,28$, $\eta^2 = 0,026$ (taulukko 15). Myöskään muun harrastuksen päävaikutus ei ollut tilastollisesti merkitsevä, $F(5, 97) = 2,54$, $p = 0,16$, $\eta^2 = 0,025$ (taulukko 15). Sen sijaan urheilulajiryhmän päävaikutus oli tilastollisesti merkitsevä, $F(5, 97) = 3,89$, $p = 0,02$, $\eta^2 = 0,074$ (taulukko 15). Efektikoko viittaa keskisuureen vaikutukseen, mikä tarkoittaa, että urheilulajiryhmällä on yhteys impulsiivisuuteen riippumatta siitä, harrastetaanko muita harrastuksia. Keskiarvojen perusteella impulsiivisuus oli matalinta joukkueharrastajilla (useita harrastuksia: $KA = 4,09$, $SD = 1,04$; yksi harrastus: $KA = 3,97$, $SD = 0,82$) (taulukko 16). Korkeampia keskiarvoja havaittiin yhdessä harrastavilla (useita harrastuksia: $KA = 4,54$, $SD = 1,14$; yksi harrastus: $KA = 5,03$, $SD = 1,66$) sekä yksin harrastavilla (useita harrastuksia: $KA = 4,24$, $SD = 1,20$; yksi harrastus: $KA = 5,05$, $SD = 1,45$) (taulukko 16). Tulokset viittaavat siihen, että impulsiivisuus on keskimäärin matalampaa joukkueharrastuksissa verrattuna yhdessä tai yksin harrastamiseen.

Häiritsevyyden osalta urheilulajiryhmän ja muun harrastuksen välinen yhteisvaikutus ei ollut tilastollisesti merkitsevä, $F(5, 97) = 2,00$, $p = 0,14$, $\eta^2 = 0,040$ (taulukko 15). Myöskään muun harrastuksen päävaikutus ei ollut tilastollisesti merkitsevä, $F(5, 97) = 0,77$, $p = 0,38$, $\eta^2 = 0,008$ (taulukko 15). Urheilulajiryhmän päävaikutus oli kuitenkin tilastollisesti merkitsevä, $F(5, 97) = 4,00$, $p = 0,02$, $\eta^2 = 0,076$ (taulukko 15).

Efektikoko viittaa keskisuureen vaikutukseen, mikä tarkoittaa, että häiritsevyydessä on eroja eri urheilulajiryhmien välillä riippumatta muiden harrastusten olemassaolosta. Keskiarvojen perusteella häiritsevyys oli matalinta joukkueharrastajilla (useita harrastuksia: $KA = 3,70$, $SD = 0,94$; yksi harrastus: $KA = 3,37$, $SD = 0,81$) sekä yksin harrastavilla (useita harrastuksia: $KA = 3,45$, $SD = 0,92$;

yksi harrastus: $KA = 3,73$, $SD = 0,89$) (taulukko 16). Korkeimmat keskiarvot havaittiin yhdessä harrastavilla erityisesti silloin, kun harrastuksia oli vain yksi ($KA = 4,42$, $SD = 1,18$) (taulukko 16). Tulokset viittaavat siihen, että yhdessä harrastavilla häiritsevyyden taso on keskimäärin hieman korkeampi verrattuna joukkue- ja yksin harrastaviin.

Yhteenvedona voidaan todeta, että urheilulajiryhmä oli yhteydessä impulsiivisuuteen ja häiritsevyyteen, mutta ei yhteistyötaitoihin. Muulla harrastuksella tai tekijöiden yhteisvaikutuksella ei havaittu tilastollisesti merkitsevää yhteyttä tarkasteltuihin muuttujiin. Efektikoot olivat pääosin pieniä tai keskisuuria, mikä viittaa siihen, että urheilulajiryhmän yhteys impulsiivisuuteen ja häiritsevyyteen on olemassa, mutta ei voimakas.

Taulukko 15 Urheilulajiryhmän ja muun harrastuksen pää- ja yhdysvaikutukset yhteistyötaitoihin, impulsiivisuuteen ja häiritsevyyteen

	urheilulajiryhmä			muu harrastus			urheilulajiryhmä x muu harrastus		
	F (5,97)	tilastollinen merkitsevyys (p)	η^2	F (5,97)	tilastollinen merkitsevyys (p)	η^2	F (5,97)	tilastollinen merkitsevyys (p)	η^2
yhteistyö- taidot	1,40	0,25	0,028	0,17	0,68	0,002	2,04	0,14	0,040
impulsii- visuus	3,89	0,02	0,074	2,54	0,16	0,025	1,28	0,28	0,026
häirit- sevyys	4,00	0,02	0,076	0,77	0,38	0,008	2,00	0,14	0,040

Taulukko 16 Yhteistyötaitojen, impulsiivisuuden ja häiritsevyyden kuvailevat tunnusluvut urheilulajiryhmittäin ja muun harrastuksen mukaan

	useita harrastuksia		vain yksi harrastus	
	keskiarvo, KA	keskihajonta, SD	keskiarvo, KA	keskihajonta, SD
yhteistyötaidot				
joukkue	10,64	1,63	10,04	1,63
yhdessä	9,91	1,40	10,61	1,32
yksin	10,00	1,15	9,54	0,92
impulsiivisuus				
joukkue	4,09	1,04	3,97	0,82
yhdessä	4,54	1,14	5,03	1,66
yksin	4,24	1,20	5,05	1,45
häiritsevyys				
joukkue	3,70	0,94	3,37	0,81
yhdessä	3,86	0,88	4,42	1,18
yksin	3,45	0,92	3,73	0,89

Empatian osalta urheilulajiryhmän ja muiden harrastusten yhteisvaikutusta ei voitu tarkastella, koska analyysimenetelmänä käytettiin erillisiä Kruskal–Wallis-testejä varianssianalyysin oletusten rikkoutumisen vuoksi. Näin ollen tulokset kuvaavat ainoastaan tekijöiden yksittäisiä yhteyksiä empatiaan, eikä niiden mahdollisesta yhteisvaikutuksesta voida tehdä johtopäätöksiä. Empatian osalta ei havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja urheilulajiryhmien välillä ($\chi^2(2) = 1,34$, $p = 0,51$) eikä myöskään muiden harrastusten mukaan ($\chi^2(1) = 0,01$, $p = 0,90$) (taulukko 17). Järjestyslukujen keskiarvot viittasivat siihen, että empatia oli hieman korkeampaa yksin harrastavilla ja matalampaa yhdessä harrastavilla, mutta erot olivat pieniä eikä niillä ollut tilastollista merkitsevyyttä (taulukko 17). Myöskään muiden harrastusten mukaan tarkasteltuna erot olivat vähäisiä.

Taulukko 17 Empatian ja urheilulajiryhmien sekä useamman kuin yhden harrastuksen yhteys

	ryhmä (urheilulaji / muu harrastus)	järjestyslukujen keskiarvo	$\chi^2(df)$	tilastollinen merkitsevyys (p)
empatia	joukkue	52,23	$\chi^2(2) = 1,34$	0,51
	yhdessä	48,55		
	yksin	55,25		
empatia	kyllä	51,78	$\chi^2(1) = 0,01$	0,90
	ei	52,38		

Avoimien kysymysten vastaukset tukivat määrällisen analyysin tuloksia osoittamalla, että sosiaalisen kompetenssin kuvaukset olivat samankaltaisia riippumatta siitä, oliko vastaajilla useampia harrastuksia vai ei. Yhteistyötaitoja kuvaavat ilmaisut painottivat toisten auttamista, kannustamista ja ryhmässä toimimista kaikissa lajiryhmissä.

Joukkueharrastuksissa yhteistyö kuvattiin usein luontevana osana toimintaa, kuten eräs vastaaja totesi olevansa ”kannustava ja autan muita” (jalkapallo, muut harrastukset: tanssi, yleisurheilu, kuvataidekoulu). Vastaavasti yhdessä harrastettavissa lajeissa korostui parityöskentely ja toisten huomioiminen, esimerkiksi ”kuunteleva ja auttava” (brasilialainen ju-jutsu, muut harrastukset: käsityöt, piirtäminen). Myös yksilölajeissa kuvattiin yhteistyöhön liittyviä piirteitä, vaikka itse suoritus tapahtuukin yksin, kuten eräs vastaaja kuvasi toimintaansa harjoituksissa ”ystävälliseksi ja muita huomioivaksi” (ratsastus, toisena harrastuksena partio).

Empatiaan liittyvät kuvaukset olivat samankaltaisia riippumatta siitä, oliko vastaajilla useampia harrastuksia. Useat vastaajat kuvasivat toimintaansa harjoituksissa myönteiseksi ja muita tukevaksi, esimerkiksi ”olen ystävällinen kaikille” (taitoluistelu) sekä ”yritän kannustaa muita” (lentopallo, toisena harrastuksena musiikkiopisto). Yhdessä harrastettavissa lajeissa empatia näyttäytyi usein konkreettisena toisten huomioimisena harjoitustilanteissa, kuten eräs vastaaja kuvasi ”otan muut huomioon ja autan tarvittaessa” (potkunyrkkeily). Myös yksilölajeissa korostui positiivinen suhtautuminen muihin harrastajiin, esimerkiksi ”olen kiltti ja mukava muille” (yleisurheilu). Tulokset viittaavat siihen, että empatiaan liittyvät kuvaukset ovat melko samanlaisia riippumatta muiden harrastusten olemassaolosta.

Impulsiivisuuteen viittaavia kuvauksia esiintyi aineistossa kaikissa lajiryhmissä riippumatta siitä, oliko vastaajilla useampia harrastuksia. Useissa vastauksissa

korostui kilpailullisuus ja tavoitteellisuus, kuten ”pidän kilpailuista” (uinti, muut harrastukset: judo, partio, baletti) sekä ”voittaminen motivoi minua” (sulkapallo). Myös joukkueharrastuksissa kuvattiin aktiivista ja toiminnallista otetta harjoitteluun, esimerkiksi ”olen energinen ja yritän aina parhaani” (koripallo). Yhdessä harrastettavissa lajeissa kilpailullisuus liittyi usein yhteisiin harjoitus- tai kilpailutilanteisiin, kuten eräs vastaaja kuvasi pitävänsä ”kilpailemisesta yhdessä muiden kanssa” (tanssi). Avoimet vastaukset tukevat määrällistä tulosta, jonka mukaan impulsiivisuuden erot liittyivät lajiryhmiin, mutta eivät muiden harrastusten olemassaoloon.

Häiritsevyyteen liittyviä kuvauksia esiintyi aineistossa melko vähän, mikä tukee määrällisen analyysin tulosta siitä, ettei muiden harrastusten olemassaolo ollut yhteydessä häiritsevyyteen. Useat vastaajat kuvasivat pikemminkin pyrkivänsä toimimaan harjoituksissa rauhallisesti ja muita huomioivalla tavalla, kuten eräs vastaaja totesi ”kuuntelen ohjeita ja annan muille työrauhan” (telinevoimistelu). Joissakin vastauksissa korostui aktiivinen ja sosiaalinen toiminta, esimerkiksi ”olen iloinen ja puhelias” (ringette, toisena harrastuksena kuvataidekoulu), mutta näitä kuvauksia esiintyi sekä yhden että useamman harrastuksen omaavilla vastaajilla.

Kokonaisuutena avoimet vastaukset tukevat määrällisiä tuloksia osoittamalla, että useamman harrastuksen olemassaolo ei näyttäisi olevan yhteydessä yhteistyötaitoihin, empatiaan, impulsiivisuuteen tai häiritsevyyteen. Sen sijaan sosiaalisen kompetenssin kuvaukset näyttävät liittyvän enemmän harrastuksen sosiaaliseen toimintaympäristöön kuin harrastusten lukumäärään. Tämä tukee määrällistä tulosta, jonka mukaan muiden harrastusten olemassaolo ei muodostanut yhteisvaikutusta urheilulajiryhmän kanssa sosiaalisen kompetenssin ulottuvuuksien selittämisessä. Sen sijaan urheilulajiryhmällä oli itsenäinen yhteys impulsiivisuuteen ja häiritsevyyteen, mutta ei yhteistyötaitoihin tai empatiaan.

8 Pohdinta

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli tarkastella eri urheiluharrastusten yhteyttä lasten sosiaaliseen kompetenssiin. Tulosten perusteella eri urheilulajiryhmien välillä havaittiin joitakin eroja sosiaalisen kompetenssin osa-alueissa. Lisäksi harrastuksen kestolla ja viikoittaisella harjoittelumäärällä havaittiin yhteyksiä osaan sosiaalisen kompetenssin ulottuvuuksista. Myös muiden harrastusten yhteyttä sosiaaliseen kompetenssiin tarkasteltiin. Tulokset viittaavat siihen, että urheiluharrastaminen voi tarjota lapsille mahdollisuuksia harjoitella sosiaalisia taitoja, mutta yhteydet eivät ole yksiselitteisiä ja voivat vaihdella harrastuksen luonteen mukaan.

8.1 Urheilulajiryhmien yhteys sosiaaliseen kompetenssiin

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen tavoitteena oli tarkastella, millainen yhteys eri urheilulajiryhmillä on peruskouluikäisten lasten sosiaaliseen kompetenssiin. Sosiaalista kompetenssia tarkasteltiin yhteistyötaitojen, empatian, impulsiivisuuden ja häiritsevyyden kautta. Tulosten perusteella urheilulajiryhmien välillä ei havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja yhteistyötaidoissa eikä empatiassa. Sen sijaan impulsiivisuuden ja häiritsevyyden osalta erot olivat tilastollisesti merkitseviä, ja erityisesti yhdessä harrastettavien lajien ryhmässä impulsiivisuus ja häiritsevyys olivat keskimäärin hieman korkeampia verrattuna joukkue- ja yksilölajeihin.

Aiemman teorian mukaan sosiaaliset taidot kehittyvät vuorovaikutuksessa muiden kanssa, ja niitä opitaan erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä, kuten koulussa ja harrastuksissa (Kauppila, 2005; Polvi, 2008). Koska kaikissa tarkastelluissa urheilulajiryhmissä toimitaan ainakin jossain määrin muiden kanssa, tulos viittaa siihen, että erilaiset urheiluharrastukset voivat tarjota samankaltaisia mahdollisuuksia harjoitella prososiaalisia taitoja. Tämä tukee ajatusta siitä, että sosiaalisen kompetenssin kehittymisen kannalta keskeistä on osallistuminen vuorovaikutuksellisiin tilanteisiin, eikä pelkästään harrastuksen luokittelu joukkuelajiksi tai yksilölajiksi.

Tulokset ovat myös linjassa Evansin ja kollegoiden (2012) esittämän näkemyksen kanssa, jonka mukaan yksilölajeissakin harjoittelu tapahtuu usein ryhmässä. Vaikka yksilölajeissa kilpailusuoritus tehdään yksin, harjoittelutilanteet sisältävät usein vuorovaikutusta muiden harrastajien kanssa. Tämä voi selittää sitä, miksi

yhteistyötaitojen ja empatian tasossa ei havaittu eroja eri urheilulajiryhmien välillä. Avoimien kysymysten vastaukset tukivat tätä tulosta, sillä ystävällisyyttä, auttamista ja kannustamista kuvattiin kaikissa lajiryhmissä. Harrastukset näyttäytyivät sosiaalisina ympäristöinä, joissa muodostuu vertaissuhteita ja joissa toisten huomioiminen on tyypillistä lajista riippumatta.

Aikaisemman tutkimuksen mukaan urheiluharrastukset tarjoavat ympäristön, jossa lapset voivat harjoitella vuorovaikutusta, yhteistyötä ja sääntöjen noudattamista (Bedard ym., 2020; Polvi, 2008). Avoimissa vastauksissa korostui erityisesti kavereiden merkitys harrastuksen valinnassa sekä harrastamisen sosiaalinen luonne. Tämä tukee käsitystä siitä, että harrastukset voivat toimia tärkeänä sosiaalisten suhteiden muodostumisen ympäristönä. Rovion ja Lintusen (2009) mukaan urheiluryhmissä muodostuu usein yhteisöllinen kulttuuri, joka lisää vuorovaikutusta ryhmän jäsenten välillä. Tämän perusteella voidaan tulkita, että erilaiset urheilulajit voivat tarjota samankaltaisia mahdollisuuksia sosiaalisen kompetenssin harjoitteluun, vaikka niiden luokittelu eroaa toisistaan.

Impulsiivisuuden ja häiritsevyyden osalta havaitut erot urheilulajiryhmien välillä täydentävät kuvaa urheilun ja sosiaalisen kompetenssin välisestä yhteydestä. Impulsiivisuus ja häiritsevyys määriteltiin antisosiaalisen käyttäytymisen muodoiksi, jotka voivat ilmetä esimerkiksi toiminnan säätelyn vaikeuksina tai muita häiritsevänä käyttäytymisenä (Junttila ym., 2006). Tässä tutkimuksessa impulsiivisuus ja häiritsevyys olivat hieman korkeampia yhdessä harrastettavien lajien ryhmässä. Yhdessä harrastettavissa lajeissa harjoittelu tapahtuu muiden kanssa samanaikaisesti, mutta suoritus on yksilöllinen. Tällainen toimintaympäristö voi sisältää samanaikaisesti sosiaalista vuorovaikutusta ja kilpailullisuutta, mikä voi lisätä tilanteita, joissa toimitaan nopeasti tai spontaanisti suhteessa muihin. Tällaista toimintaympäristöä edustivat tässä tutkimuksessa erityisesti sulkapallo ja kamppailulajit.

Urheiluun liittyvä kilpailullisuus voi joissakin tilanteissa lisätä aggressiivista tai epäurheilijamaista käyttäytymistä (Latorre-Román ym., 2020). Avoimissa vastauksissa korostui kilpailullisuuden merkitys osan harrastajista kohdalla, mikä voi liittyä siihen, että toiminta sisältää tavoitteellisuutta ja pyrkimystä suoriutua hyvin suhteessa muihin. Kilpailullinen ympäristö voi lisätä toiminnan intensiteettiä ja

vaikuttaa siihen, miten impulsiivisuus ilmenee vuorovaikutustilanteissa. Samalla on kuitenkin huomioitava, että häiritsevyyteen viittaavia kuvauksia esiintyi aineistossa suhteellisen vähän, mikä tukee näkemystä siitä, että prososiaalinen käyttäytyminen on tyypillistä urheiluharrastuksissa (Polvi, 2008).

Kokonaisuutena tulokset ovat linjassa aikaisemman tutkimuksen kanssa, jonka mukaan urheiluharrastaminen tarjoaa ympäristön sosiaalisten taitojen harjoittelulle (Bedard ym., 2020; Polvi, 2008). Tämän tutkimuksen perusteella eri urheilulajiryhmien välillä ei kuitenkaan havaittu eroja prososiaalisessa käyttäytymisessä, mikä viittaa siihen, että sosiaalisen kompetenssin kannalta merkityksellistä voi olla ylipäätään osallistuminen harrastustoimintaan. Impulsiivisuuden ja häiritsevyyden osalta havaitut erot puolestaan viittaavat siihen, että harrastuksen toimintatavat ja sosiaalinen konteksti voivat vaikuttaa siihen, millaisena sosiaalinen käyttäytyminen ilmenee erilaisissa vuorovaikutustilanteissa.

8.2 Harjoittelun keston yhteys sosiaaliseen kompetenssiin

Toisen tutkimuskysymyksen tavoitteena oli tarkastella, miten urheiluharrastuksen kesto ja viikoittainen harjoittelumäärä ovat yhteydessä peruskouluikäisten sosiaaliseen kompetenssiin. Tulosten perusteella harrastusvuosien määrällä tai viikoittaisella harjoittelumäärällä ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä yhteistyötaitoihin, empatiaan, impulsiivisuuteen tai häiritsevyyteen. Myöskään harjoitteluvuosien ja harjoittelutuntien yhteisvaikutus ei ollut yhteydessä sosiaalisen kompetenssin ulottuvuuksiin.

Tulokset ovat linjassa aikaisemman tutkimuksen kanssa, jonka mukaan sosiaalinen kompetenssi kehittyy vuorovaikutuksessa muiden kanssa erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä (Kauppila, 2005; Polvi, 2008). Koska kaikissa harrastusryhmissä toimitaan muiden kanssa, sosiaalisten taitojen harjoittelua voi tapahtua jo harrastuksen alkuvaiheessa. Näin ollen sosiaalinen kompetenssi ei välttämättä lisäännä suoraan harrastuksen keston tai harjoittelumäärän kasvaessa.

Urheiluharrastukset tarjoavat ympäristön, jossa lapset voivat harjoitella vuorovaikutusta, yhteistyötä ja toisten huomioimista (Bedard ym., 2020; Polvi, 2008). Tässä tutkimuksessa yhteistyötaitoja ja empatiaa kuvaavat ilmaisut esiintyivät avoimissa vastauksissa tasaisesti riippumatta harrastuksen kestosta tai

harjoittelumäärästä. Tämä viittaa siihen, että sosiaalisen kompetenssin kannalta keskeistä voi olla osallistuminen sosiaaliseen toimintaan ylipäätään, eikä pelkästään harrastamiseen käytetty aika.

Impulsiivisuuden ja häiritsevyyden osalta tulokset olivat samansuuntaisia, eikä harrastuksen kestolla tai harjoittelumäärällä havaittu yhteyttä näihin ulottuvuuksiin. Impulsiivisuus ja häiritsevyys määriteltiin antisosiaalisen käyttäytymisen muodoiksi (Junttila ym., 2006), mutta tämän tutkimuksen perusteella harrastamisen määrä ei näyttänyt olevan yhteydessä niiden ilmenemiseen. Autonomian, pätevyyden ja yhteenkuuluvuuden kokemukset ovat yhteydessä prososiaaliseen käyttäytymiseen (Manzano-Sánchez ym., 2021). Sosiaalisen kompetenssin kannalta keskeistä voi olla se, kokeeko lapsi kuuluvansa ryhmään ja pystyvänsä toimimaan siinä onnistuneesti. Tällöin sosiaalisten taitojen kehittyminen ei välttämättä edellytä pitkää harrastushistoriaa tai suurta harjoittelumäärää, vaan merkityksellisempää voi olla kokemus ryhmään kuulumisesta ja myönteisestä vuorovaikutuksesta.

Kokonaisuutena tulokset viittaavat siihen, että sosiaalisen kompetenssin kannalta keskeistä voi olla osallistuminen sosiaaliseen toimintaan ylipäätään, eikä pelkästään harrastuksen kesto tai harjoittelumäärä. Tämä tukee aikaisemman tutkimuksen käsitystä siitä, että sosiaalinen kompetenssi kehittyy vuorovaikutuksessa muiden kanssa (Kauppila, 2005; Polvi, 2008), mutta viittaa siihen, että sosiaalisten taitojen kannalta ratkaisevaa voi olla vuorovaikutuksen laatu ja kokemus ryhmään kuulumisesta (Manzano-Sánchez ym., 2021), ei pelkästään toimintaan käytetty aika.

8.3 Useamman harrastuksen yhteys sosiaaliseen kompetenssiin eri urheilulajiryhmissä

Kolmannen tutkimuskysymyksen tavoitteena oli tarkastella, onko sosiaalisessa kompetenssissa eroja urheilulajiryhmien harrastajien välillä sen mukaan, onko heillä useampia harrastuksia. Tulosten perusteella muiden harrastusten olemassaololla ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä yhteistyötaitoihin, empatiaan, impulsiivisuuteen tai häiritsevyyteen, eikä muiden harrastusten ja urheilulajiryhmän välillä havaittu yhteisvaikutusta. Sen sijaan, kuten jo aiemmin esitettiin, urheilulajiryhmällä oli yhteys impulsiivisuuteen ja häiritsevyyteen riippumatta siitä, oliko vastaajilla muita harrastuksia.

Tulos on osittain ristiriidassa aikaisemman tutkimuksen kanssa, jonka mukaan osallistuminen useampaan harrastukseen voi tarjota monipuolisempia sosiaalisia tilanteita ja siten tukea sosiaalisen kompetenssin kehittymistä (Bedard ym., 2020; Eime ym., 2013). Aiemman tutkimuksen perusteella useammat harrastukset voivat lisätä mahdollisuuksia harjoitella vuorovaikutustaitoja erilaisten ihmisten kanssa. Tässä tutkimuksessa tällaista yhteyttä ei kuitenkaan havaittu, mikä viittaa siihen, että harrastusten lukumäärä ei välttämättä ole ratkaiseva tekijä sosiaalisen kompetenssin kannalta.

Tuloksen ristiriita aiempaan tutkimukseen voi johtua siitä, että harrastusten lukumäärä ei välttämättä kuvaa harrastusten sosiaalista laatua. Kaikki harrastukset eivät sisällä yhtä paljon vuorovaikutusta tai yhteistyötä muiden kanssa, jolloin useamman harrastuksen harrastaminen ei automaattisesti lisää mahdollisuuksia sosiaalisten taitojen harjoitteluun (Eime ym., 2013; Evans ym., 2012). Lisäksi jo yksi harrastus voi tarjota riittävästi sosiaalisia tilanteita sosiaalisen kompetenssin kehittymiselle, mikäli toiminta sisältää yhteistyötä ja vuorovaikutusta vertaisten kanssa (Polvi, 2008; Rovio & Lintunen, 2009). On myös mahdollista, että sosiaalisesti taitavammat lapset hakeutuvat aktiivisemmin harrastuksiin, jolloin harrastusten määrä ei välttämättä selitä sosiaalisen kompetenssin tasoa (Bedard ym., 2020).

Tulosta voidaan tarkastella sosiaalisen kompetenssin moniulotteisuuden näkökulmasta. Sosiaalinen kompetenssi koostuu sekä prososiaalisesta että antisosiaalisesta käyttäytymisestä (Junttila ym., 2006), eikä kaikkien osa-alueiden voida olettaa muuttuvan samalla tavalla. Tässä tutkimuksessa useamman harrastuksen olemassaolo ei ollut yhteydessä yhteistyötaitoihin tai empatiaan, mikä voi viitata siihen, että prososiaalisten taitojen harjoitteluun riittää jo yksi harrastusympäristö, jossa lapsi toimii vuorovaikutuksessa muiden kanssa (Kauppila, 2005; Polvi, 2008). Avoimien kysymysten vastaukset tukivat tätä tulosta, sillä toisten auttaminen, kannustaminen ja huomioiminen näyttäytyivät samankaltaisina riippumatta siitä, oliko vastaajilla yksi vai useampi harrastus.

Tulosta voidaan tarkastella myös psykologisten perustarpeiden näkökulmasta. Yhteenkuuluvuuden kokemus sekä myönteinen vuorovaikutus ovat yhteydessä prososiaaliseen käyttäytymiseen (Manzano-Sánchez ym., 2021). Sosiaalisen

kompetenssin kannalta keskeistä voi olla kokemus ryhmään kuulumisesta ja mahdollisuudesta toimia muiden kanssa, eikä harrastusten lukumäärä välttämättä lisää tätä kokemusta. On mahdollista, että jo yksi harrastus tarjoaa riittävästi sosiaalisia tilanteita yhteistyötaitojen ja empatian harjoitteluun.

Impulsiivisuuden ja häiritsevyyden osalta erot liittyivät urheilulajiryhmiin, mutta eivät muiden harrastusten olemassaoloon. Tulokset viittaavat siihen, että näiden ulottuvuuksien kannalta keskeisempi tekijä voi olla harrastuksen toimintaympäristö kuin harrastusten määrä. Tämä on linjassa aikaisemman tutkimuksen näkemyksen kanssa, jonka mukaan urheilun sosiaalinen ilmapiiri ja vuorovaikutustilanteet voivat vaikuttaa käyttäytymiseen (Latorre-Román ym., 2020).

Kokonaisuutena tulokset viittaavat siihen, että useamman harrastuksen harrastaminen ei näyttäisi olevan yhteydessä sosiaalisen kompetenssin tasoon tässä aineistossa. Tämä poikkeaa osittain aiemmasta tutkimuksesta, mutta tukee käsitystä siitä, että sosiaalisen kompetenssin kannalta keskeistä voi olla sosiaalisen vuorovaikutuksen laatu sekä kokemus ryhmään kuulumisesta (Manzano-Sánchez ym., 2021). Sosiaalisten taitojen kehittymisen kannalta merkityksellistä voi olla osallistuminen sosiaaliseen toimintaan ylipäätään, eikä pelkästään harrastusten lukumäärä.

8.4 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen luotettavuutta voidaan tarkastella aineistonkeruun, mittarin, analyysimenetelmien sekä tutkimuksen eettisen toteutuksen näkökulmista. Tässä tutkimuksessa aineisto kerättiin kyselytutkimuksena, joka mahdollistaa standardoidun aineiston keräämisen suurelta joukolta vastaajia, koska kaikki osallistujat vastaavat samoihin kysymyksiin samalla lomakkeella (Cohen ym., 2007). Standardoitu kyselylomake lisää tulosten vertailtavuutta ja tukee tutkimuksen luotettavuutta.

Kyselytutkimuksella ei kuitenkaan välttämättä päästä kovin syvälle tutkittavaan ilmiöön, eikä tutkija voi täysin varmistua siitä, ovatko vastaajat ymmärtäneet kaikki kysymykset tarkoitetulla tavalla (Hirsjärvi, 1997). Tämän vuoksi kyselylomake pyrittiin laatimaan mahdollisimman selkeäksi peruskouluikäisille vastaajille, jotta kysymysten ymmärrettävyys olisi mahdollisimman hyvä. Vastaamattomuuden riskiä pyrittiin vähentämään lähettämällä kysely suurelle joukolle vastaajia sekä tekemällä

lomakkeesta helposti saavutettava. Lisäksi kyselylomakkeen kaikki kysymykset asetettiin pakollisiksi, mikä vähensi puuttuvien tietojen määrää ja siten lisäsi aineiston luotettavuutta. Vain avoimet kysymykset olivat vapaaehtoisesti vastattavia.

Tutkimuksessa käytettiin valmiiksi validoitua ja standardoitua MASK-itsearviointimittaria, joka on kehitetty sosiaalisen kompetenssin prososiaalisten ja antisosiaalisten ulottuvuuksien mittaamiseen (Junttila, 2010). Validoidun mittarin käyttö lisää mittaustulosten luotettavuutta sekä mahdollistaa tulosten vertailun aiempaan tutkimukseen (Hirsjärvi, 1997). Sosiaalista kompetenssia tarkasteltiin itsearviointin avulla, mikä mahdollistaa vastaajien omien kokemusten huomioimisen, mutta voi sisältää vinoumia, sillä vastaajat eivät välttämättä arvioi itseään täysin objektiivisesti (Tuckman & Harper, 2012). Luotettavuutta olisi voitu edelleen vahvistaa käyttämällä monitahoarviointia, kuten vertaisarviointeja, sillä eri arviointimenetelmät voivat tuottaa toisistaan poikkeavia tuloksia (Junttila ym., 2012; Kaukiainen, 2005). Toisaalta kysely toteutettiin anonyymisti, mikä voi lisätä vastausten rehellisyyttä ja siten parantaa aineiston luotettavuutta (Cohen ym., 2018). Tilastollisten analyysien luotettavuutta vahvistettiin tarkistamalla analyysien käyttöedellytykset ja käyttämällä tarvittaessa epäparametrisia testejä. Analyysit toteutettiin SPSS-ohjelmistolla, joka on laajasti käytetty tilastoanalyysiohjelma.

Kysely sisälsi myös avoimia kysymyksiä, joiden avulla määrällistä aineistoa voitiin täydentää vastaajien omilla kuvauksilla ja näkemyksillä. Avoimet kysymykset mahdollistavat tutkittavan ilmiön monipuolisemman tarkastelun, mutta laadullinen analyysi perustuu tutkijan tulkintaan ja on siten osittain tilannesidonnaista (Puusa & Juuti, 2020; Hirsjärvi, 1997). Tutkijan esiymmärrys voi vaikuttaa analyysiin, minkä vuoksi tutkijan on tärkeää tunnistaa omien ennakkokäsitystensä mahdollinen vaikutus tulkintoihin (Puusa & Juuti, 2020). Tämän takia on oleellista, että tutkija ymmärsi tässä tutkimuksessa erityisesti sosiaalisen kompetenssin monipuolisuuden, jotta analyysivaiheessa voitiin löytää vastaajien erilaiset kuvaukset. Laadullinen aineisto voidaan nähdä sosiaalisena konstruktiona, jossa vastaajien tuottamat kuvaukset ilmiöstä ovat subjektiivisia tulkintoja kokemuksista ja merkityksistä, ja tutkija muodostaa näiden pohjalta analyysin (Puusa & Juuti, 2020). Näin ollen laadullisen aineiston yleistettävyyks on rajallista (Hirsjärvi, 1997). Tässä tutkimuksessa avoimien kysymysten tarkoituksena oli syventää määrällisen aineiston tuottamaa tietoa ja lisätä ymmärrystä sosiaalisen kompetenssin monipuolisuudesta.

Tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa myös aineiston koko ja ryhmien jakauma. Tutkimukseen osallistui 103 peruskouluikäistä lasta, mikä on määrällisessä tutkimuksessa kohtuullinen, mutta melko rajallinen otoskoko erityisesti silloin, kun vastaajat jaetaan alaryhmiin. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin kolmea urheilulajiryhmää sekä useita harrastamisen määrää kuvaavia luokitteluja, jolloin yksittäisten ryhmien koot jäivät paikoin melko pieniksi. Urheilulajiryhmien koot olivat kuitenkin keskenään melko tasaisia (joukkuelajit $n = 42$, yhdessä harrastettavat lajit $n = 31$, yksin harrastettavat lajit $n = 30$), mikä tukee ryhmien vertailtavuutta ja lisää analyysin luotettavuutta. Lisäksi harjoitteluvuosien ja viikoittaisten harjoittelutuntien mukaiset ryhmät jakautuivat useaan luokkaan, mikä pienensi yksittäisten ryhmien havaintomääriä entisestään. Pienet ryhmäkoot voivat heikentää tilastollisten analyysien kykyä havaita todellisia yhteyksiä muuttujien välillä ja lisätä satunnaisvaihtelun vaikutusta tuloksiin (Cohen ym., 2007). Tämän vuoksi osa yhteyksistä saattoi jäädä tilastollisesti merkitsemättömiksi, vaikka todellisuudessa ilmiöiden välillä voisi olla yhteys.

Lisäksi aineisto painottui maantieteellisesti Varsinais-Suomen alueelle, vaikka mukana oli vastaajia useista eri kunnista eri puolilta Suomea. Otos ei siten ole täysin edustava koko peruskouluikäisestä väestöstä, mikä voi rajoittaa tulosten yleistettävyyttä (Hirsjärvi, 1997). Varsinais-Suomen korostuminen aineistossa voi osittain liittyä siihen, että tutkimus toteutettiin Turun yliopistossa, jolloin tutkimuskutsu on voinut tavoittaa kyseisen alueen seuroja muita alueita paremmin, vaikka kyselyä jaettiin valtakunnallisesti. Lisäksi suuremmissa kaupungeissa on yleensä enemmän urheiluseuroja ja harrastusmahdollisuuksia, mikä voi vaikuttaa vastaajien alueelliseen jakautumiseen. Toisaalta aineistossa oli mukana 25 eri urheilulajia, mikä lisää harrastustoiminnan monipuolista tarkastelua

Tutkimus toteutettiin tutkimuseettisiä periaatteita noudattaen (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2019). Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista, ja alaikäisten osallistumiseen pyydettiin suostumus sekä huoltajilta että vastaajilta itseltään. Tutkittaville annettiin tutkimuksesta ymmärrettävä tieto, ja heidän anonymiteettinsä säilyi koko tutkimusprosessin ajan. Aineisto säilytettiin tietoturvallisesti ja käsiteltiin luottamuksellisesti. Aineistoa säilytettiin ainoastaan tutkimuksen toteuttamisen kannalta välttämätön aika, kuitenkin enintään 31.5.2028 asti tai tekijän valmistumiseen saakka, minkä jälkeen aineisto hävitettiin tietoturvallisesti.

Tutkielman työstössä hyödynnettiin tekoälyä tekstin ideoinnin ja jäsentelyn tukena, esimerkiksi kappalejaon muodostamisessa ja otsikoinnissa. Tekoälysovelluksista hyödynnettiin ChatGPT-sovellusta. Tekoälyä käytettiin ainoastaan kirjoitusprosessin tukena, eikä sitä hyödynnetty tutkimusaineiston analysoinnissa.

Kokonaisuutena tutkimuksen luotettavuutta lisäävät standardoitu aineistonkeruu, validoidun mittarin käyttö, analyysimenetelmien huolellinen valinta, sekä avoimien kysymysten hyödyntäminen määrällisen aineiston täydentäjänä. Tutkimuksen rajoituksena voidaan pitää sitä, että sosiaalista kompetenssia tarkasteltiin ainoastaan itsearviointin avulla, mikä voi vaikuttaa tulosten tarkkuuteen. Tutkimus toteutettiin kuitenkin eettisesti ja tutkittavien oikeudet huomioiden koko tutkimusprosessin ajan.

8.5 Tutkimuksen jatko ja merkitys

Tutkimus tuottaa tietoa urheiluharrastamisen yhteydestä peruskouluikäisten sosiaaliseen kompetenssiin. Tuloksia voidaan hyödyntää erityisesti opetustyössä, jossa sosiaalisten taitojen tukeminen on keskeinen osa oppilaiden kokonaisvaltaista kehitystä. Sosiaalinen kompetenssi liittyy kykyyn toimia vuorovaikutuksessa muiden kanssa sekä muodostaa myönteisiä sosiaalisia suhteita (Junttila ym., 2006). Tämän tutkimuksen perusteella sosiaalisen kompetenssin taso ei näyttänyt olevan yhteydessä harrastusten määrään tai keston, mikä viittaa siihen, että sosiaalisten taitojen harjoittelua voidaan tukea myös koulussa. Esimerkiksi liikunnanopetus tarjoaa luontevan ympäristön yhteistyötaitojen, toisten huomioimisen ja ryhmässä toimimisen harjoitteluun, sillä toiminta sisältää usein yhteistoimintaa ja vuorovaikutusta muiden kanssa (Polvi, 2008). Liikunnan avulla voidaan vahvistaa ryhmähenkeä sekä tukea oppilaiden yhteenkuuluvuuden kokemusta, mikä on yhteydessä prososiaaliseen käyttäytymiseen (Manzano-Sánchez ym., 2021; Rovio & Lintunen, 2009).

Tulokset voivat auttaa opettajia tunnistamaan, että sosiaalisen kompetenssin tukeminen ei ole sidoksissa ainoastaan vapaa-ajan harrastuksiin, vaan myös koulussa voidaan tarjota mahdollisuuksia harjoitella sosiaalisia taitoja. Sosiaalisen kompetenssin arviointi itsearviointin avulla voi tarjota hyödyllistä tietoa esimerkiksi silloin, kun suunnitellaan pedagogisia ratkaisuja tai interventioita oppilaiden sosiaalisten taitojen tukemiseksi (Junttila ym., 2006). Opettaja voi myös ohjata

oppilaita ja heidän perheitään pohtimaan harrastusten merkitystä hyvinvoinnin ja sosiaalisten suhteiden näkökulmasta sekä kannustaa oppilaita osallistumaan heitä kiinnostavaan toimintaan.

Tässä tutkimuksessa vastaajat kontaktoitiin seurojen kautta, joten vastaajien harrastukset tapahtuivat formaalissa ympäristössä. Jatkossa olisi hyödyllistä tarkastella sosiaalisen kompetenssin yhteyttä myös epämuodolliseen harrastamiseen, joka tapahtuu organisoidun toiminnan ulkopuolella. Lisäksi jatkotutkimuksessa voisi hyödyntää monitahoarviointia, esimerkiksi yhdistämällä itsearviointiin vertaisarviointeja, jotta sosiaalisesta kompetenssista saataisiin monipuolisempi kuva (Junttila ym., 2012; Kaukiainen, 2005). Sosiaalinen kompetenssi on moniulotteinen ilmiö (Junttila ym., 2006), minkä vuoksi sen tarkastelu erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä voisi syventää ymmärrystä siitä, millaiset tekijät tukevat lasten vuorovaikutustaitojen kehittymistä. Lisäksi olisi tärkeää tarkastella myös harrastamattomien lasten ja nuorten tilannetta, jotta ymmärrettäisiin paremmin, millaiset tekijät voivat rajoittaa sosiaalisten taitojen harjoittelumahdollisuuksia ja miten näitä lapsia ja nuoria voitaisiin tavoittaa sekä tukea.

Lähteet

- Bédard, C., Hanna, S., Cairney, J., & Clark, H. (2020). A longitudinal study of sport participation and perceived social competence in youth. *Journal of Adolescent Health*, 67(3), 423–430. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.09.017>
- Blomqvist, M., Mononen, K., Koski, P., & Kokko, S. (2023). Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.), *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022* (s. 83–92). Valtion liikuntaneuvosto.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2007). *Research methods in education* (6th ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203029053>
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10, 98. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>
- Evans, M. B., Eys, M. A., & Bruner, M. W. (2012). Seeing the “we” in “me” sports: The need to consider individual sport team environments. *Canadian Psychology*, 53(4), 301–308. <https://doi.org/10.1037/a0030202>
- Findlay, L. C., & Coplan, R. J. (2008). Come out and play: Shyness in childhood and the benefits of organized sports participation. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 40(3), 153–161. <https://doi.org/10.1037/0008-400X.40.3.153>
- Hirsjärvi, S., Remes, P., & Sajavaara, P. (1997). *Tutki ja kirjoita*. Tammi.
- Junttila, N., Voeten, M., Kaukiainen, A., & Vauras, M. (2006). Multisource assessment of children’s social competence. *Educational and Psychological Measurement*, 66(5), 874–895. <https://doi.org/10.1177/0013164405285546>
- Junttila, N., Vauras, M., Niemi, P. M., & Laakkonen, E. (2012). Multisource assessed social competence as a predictor for children’s and adolescents’ later loneliness, social anxiety, and social phobia. *Journal for Educational Research Online*, 4(1), 73–98.
- Kaukiainen, A., Junttila, N., Kinnunen, R., & Vauras, M. (2005). MASK – monitahoarviointi oppilaan sosiaalisesta kompetenssista. Oppimistutkimuksen keskus, Turun yliopisto.
- Kauppila, R. A. (2005). *Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot*. PS-kustannus.

- Keltikangas-Järvinen, L. (2010). Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. WSOY.
- Kokko, S., & Martin, L. (toim.). (2023). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvosto.
- Koski, P., & Hirvensalo, M. (2023). Lasten ja nuorten liikunnan merkitykset ja esteet. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.), Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022 (s. 48–58). Valtion liikuntaneuvosto.
- Ladd, G. W. (2005). Children's peer relations and social competence: A century of progress. Yale University Press.
- Latorre-Román, P. Á., Bueno-Cruz, M. T., Martínez-Redondo, M., & Salas-Sánchez, J. (2020). Prosocial and antisocial behaviour in school sports. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 139, 10–18.
[https://doi.org/10.5672/APUNTS.2014-0983.ES.\(2020/1\).139.02](https://doi.org/10.5672/APUNTS.2014-0983.ES.(2020/1).139.02)
- Manzano-Sánchez, D., Gómez-Mármol, A., Valero-Valenzuela, A., & Jiménez-Parra, J. F. (2021). School climate and responsibility as predictors of antisocial and prosocial behaviors and violence: A study towards self-determination theory. *Behavioral Sciences*, 11(3), Article 36. <https://doi.org/10.3390/bs11030036>
- Moeijes, J., van Busschbach, J. T., Bosscher, R. J., & Twisk, J. W. R. (2018). Sports participation and psychosocial health: A longitudinal observational study in children. *BMC Public Health*, 18(1), Article 702.
<https://doi.org/10.1186/s12889-018-5624-1>
- Nummenmaa, L. (2009). Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät. Tammi.
- Opetushallitus. (julkaisuaika tuntematon). Koulun kerhotoiminta. Haettu 12.4.2026 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/koulun-kerhotoiminta>
- Polvi, S. (2008). Liikunta sosiaalisten taitojen tukena. Jyväskylän yliopisto.
- Puusa, A., & Juuti, P. (toim.). (2020). Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus.
- Rajala, K., Kämppi, K., Hakonen, H., & Tammelin, T. (2023). Koulun liikunnallinen toimintakulttuuri. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.), Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022 (s. 72–77). Valtion liikuntaneuvosto.
- Rovio, E., & Lintunen, T. (2009). Ryhmäilmiöt liikunnassa. Liikuntatieteellinen Seura.
- Tieskens, J. M., Buil, J. M., Koot, S., Krabbendam, L., & van Lier, P. A. C. (2018). Elementary school children's associations of antisocial behaviour with risk-

- taking across 7–11 years. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(10), 1052–1060. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12943>
- Tuckman, B. W., & Harper, B. E. (2012). *Conducting educational research* (6th ed.). Rowman & Littlefield Publishers.
- Tähtinen, J., Laakkonen, E., & Broberg, M. (2020). *Tilastollisen aineiston käsittelyn ja tulkinnan perusteita*. Turun yliopisto.
- Uusitalo, T., & Porttila, K. (2026, 19. helmikuuta). “17 vuotta kuljettu yhtä matkaa” – Ilkka Herolan ja Eero Hirvosen läheisissä väleissä olevat vanhemmat liikuttuneina. Yle. <https://yle.fi/a/74-20211369>
- Yang, Y., Gao, Y., Yi, X., Hu, Y., Zhao, L., Chen, L., Sui, W., Zhang, S., & Ma, S. (2024). Does physical activity affect social skills and antisocial behavior? The gender and only child status differences. *Frontiers in Public Health*, 12, 1502998. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1502998>

Liitteet

Liite 1. Kyselylomake

1. Sukupuoli
 - ☐ tyttö
 - ☐ poika
 - ☐ muu
 - ☐ en halua kertoa
2. Ikä
3. Kotikunta
4. Harrastamasi urheilulaji (jos useita, valitse päälaji)
5. Harjoitteletko lajia yhdessä treenikavereiden kanssa vai yksin?
 - ☐ Yksin
 - ☐ Yhdessä muiden kanssa
 - ☐ En osaa sanoa
6. Kuinka monta tuntia viikossa harjoittelet tätä lajia?
 - ☐ alle 2 tuntia
 - ☐ 2–5 tuntia
 - ☐ 5–10 tuntia
 - ☐ yli 10 tuntia
7. Kuinka kauan olet harrastanut tätä lajia?
 - ☐ alle vuoden
 - ☐ 1–2 vuotta
 - ☐ 3–5 vuotta
 - ☐ 5–7 vuotta
 - ☐ 8–10 vuotta
 - ☐ yli 10 vuotta
8. Harrastatko jotain muuta?
 - ☐ Kyllä
 - ☐ Ei
9. Jos kyllä, luettele muut harrastuksesi (urheilu- tai muut harrastukset)
10. Kuinka usein nämä väittämät sopivat sinuun? Valitse sopiva kohta.

	En koskaan	Harvoin	Usein	Erittäin usein
Tarjoan apuani muille lapsille.				
Osallistun innokkaasti ryhmän toimintaan.				
Kutsun muita lapsia mukaan toimintaan.				
Osaan aloittaa taitavasti keskustelun kavereiden kanssa.				
Teen yhteistyötä muiden lasten kanssa.				
Osaan olla hyvä kaveri.				
Otan huomioon muiden lasten tunteet.				
Osoitan muille lapsille, että hyväksyn heidät.				
Minulla on lyhyt pinna.				
Saan raivokohtauksia ja kiukunpuuskia.				
Ärsyynnyn helposti.				
Hännään ja teen pilaa muista lapsista.				
Välttelen ja riitelen kavereiden kanssa.				
Häiritsen ja ärsytän muita lapsia.				
Toimin ajattelematta.				

11. Minkä takia olet valinnut harrastuksesi?

12. Mistä pidät harrastuksessasi?

13. Millainen olet treeneissä muiden lasten ja nuorten kanssa?

14. Miten otat huomioon toiset lapset ja nuoret harrastuksessasi?

Liite 2. Tietosuojaseloste

Rekisterin nimi	Eri urheiluharrastuksien yhteys lapsen sosiaaliseen kompetenssiin
Rekisterin pitäjä	Aada Vataa, atvata@utu.fi, Turun yliopisto, Kasvatustieteiden tiedekunta, Opettajankoulutuslaitos
Vastuuhenkilön yhteystiedot	Aada Vataa, atvata@utu.fi
Henkilötietojen käsittelyn tarkoitukset ja käsittelyn oikeusperuste	Kyse on pro gradu -tutkielmaan liittyvästä aineistonkeruusta. Tutkimuksessa kerätään kysely peruskouluikäisiltä urheilulajien harrastajilta. Kyselyssä käsitellään muun muassa peruskoululaisten taustaa, heidän urheiluharrastustaan ja sosiaalista kompetenssia. Henkilötietojen EU:n yleisen tietosuoja-asetuksen 6 artiklan mukaisena käsittelynä perusteena on ☒ käsittely on tarpeen tieteellistä tutkimusta varten (yleinen etu 6 art. a-kohta) ☐ rekisteröity on antanut suostumuksensa henkilötietojen käsittelyyn (suostumus 6 art. e-kohta) ☐ muu mikä _____
Käsiteltävät henkilötietoryhmät	Rekisteriin talletetaan rekisteröidystä seuraavia tietoja: sukupuoli, ikä, urheiluharrastus ja toiminta sosiaalisissa tilanteissa.
Henkilötietojen vastaanottajat ja vastaanottajaryhmät	Tietoja ei siirretä eikä luovuteta tutkimusryhmän ulkopuolelle. Tutkimusryhmään kuuluvat opinnäytetyön tekijöiden lisäksi opinnäytetöiden ohjaajat.
Tiedot tietojen siirrosta kolmansiin maihin	Henkilötietoja ei luovuteta EU:n tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle.
Henkilötietojen säilytysaika	Kyselyiden tulokset ovat anonymoituja ja lopullisesta aineistosta ei voi tunnistaa yksittäistä vastaajaa. Tutkimukseen osallistujia hyväksyy, että hänen vastauksiaan hyödynnetään pro gradu -tutkielmassa. Tutkimustietoja säilytetään enintään 31.5.2028 asti tai rekisterin pitäjän valmistumiseen asti, jonka jälkeen aineisto hävitetään tietoturvasääntöjen mukaisesti.
Rekisteröidyn oikeudet	Rekisteröidyllä on oikeus pyytää pääsy häntä itseään koskeviin henkilötietoihin sekä oikeus pyytää tietojensa oikaisemista tai poistamista taikka käsittelyn rajoittamista tai vastustaa niiden käsittelyä. Oikeutta henkilötietojen poistamiseen ei sovelleta tieteellisessä tutkimustarkoituksessa silloin, kun poisto-oikeus todennäköisesti estää käsittelyn tai vaikeuttaa sitä suuresti. Poisto-oikeuden toteuttamista arvioidaan tapauskohtaisesti. Rekisteröidyllä on oikeus tehdä valitus valvontaviranomaiselle.
Tiedot siitä, mistä henkilötiedot ovat saatu	Kyselykutsut lähetetään urheiluseurojen yhteyshenkilöiden kautta osallistujille. Muut tiedot kerätään suoraan osallistujilta kyselylomakkeella.
Tiedot automaattisen päätöksenteon ml. profiloinnin olemassaolosta	Tietoja ei käytetä automaattiseen päätöksentekoon tai profiloinnin tekemiseen.