

VUONNA 2022 VALTTI-OHJELMAAN OSALLISTUNEIDEN PERHEIDEN SEURANTAKYSELY

Koonnut Reeta Hanhijoki

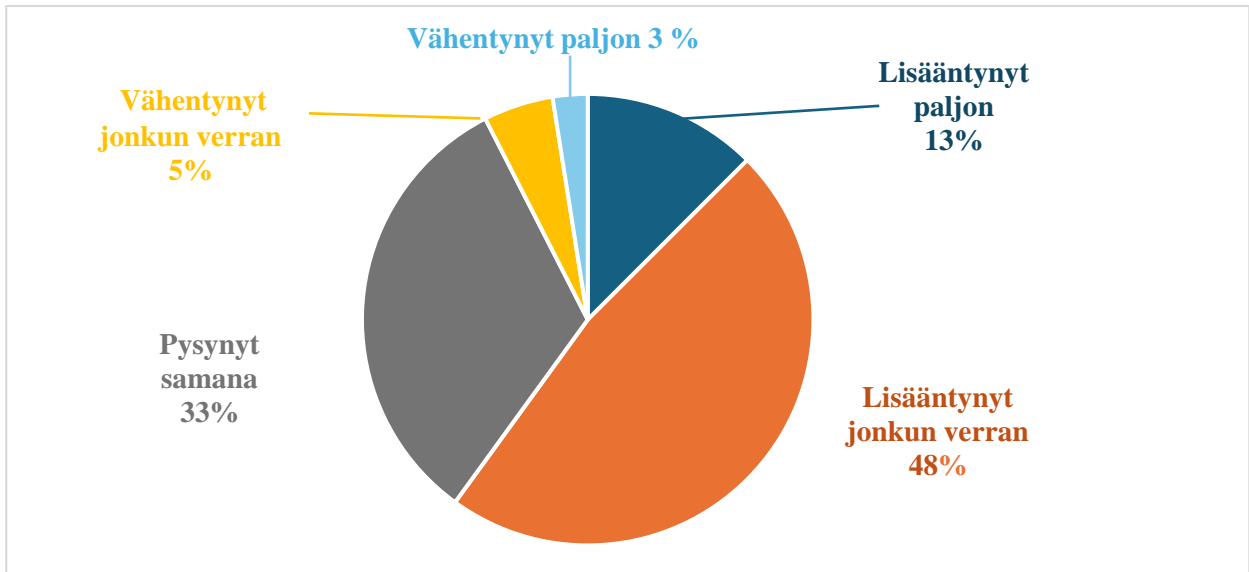
1 KYSELYYN VASTANNEIDEN TAUSTATIEDOT

Tässä raportissa kuvataan seurantatuloksia niiden perheiden osalta, jotka osallistuivat Valtti-ohjelmaan syksyllä 2022 ja vastasivat ohjelman seurantakyselyyn 18.2.2024 mennessä eli noin reilu vuosi ohjelmaan osallistumisen jälkeen. Vuoden 2022 Valtti-ohjelmaan osallistui yhteensä 138 lasta tai nuorta. Heistä 40 vastasi (29 %) seurantakyselyyn. Kokonaisuudessaan seurantakyselyyn saatiin 41 vastausta, joista yksi poistettiin, sillä eräs perhe vastasi kyselyyn kahdesti samat vastaukset. Jäljelle siis jäi kustakin perheestä ainoastaan yksi vastaus. Kyselyyn vastanneiden lasten ja nuorten keski-ikä oli 12.8 vuotta (7–25v). Vastaajista suurin osa (80%) ilmoitti olevansa poikia.

2 LIIKKUMISEN MÄÄRÄ JA LIIKUNNAN HARRASTAMINEN

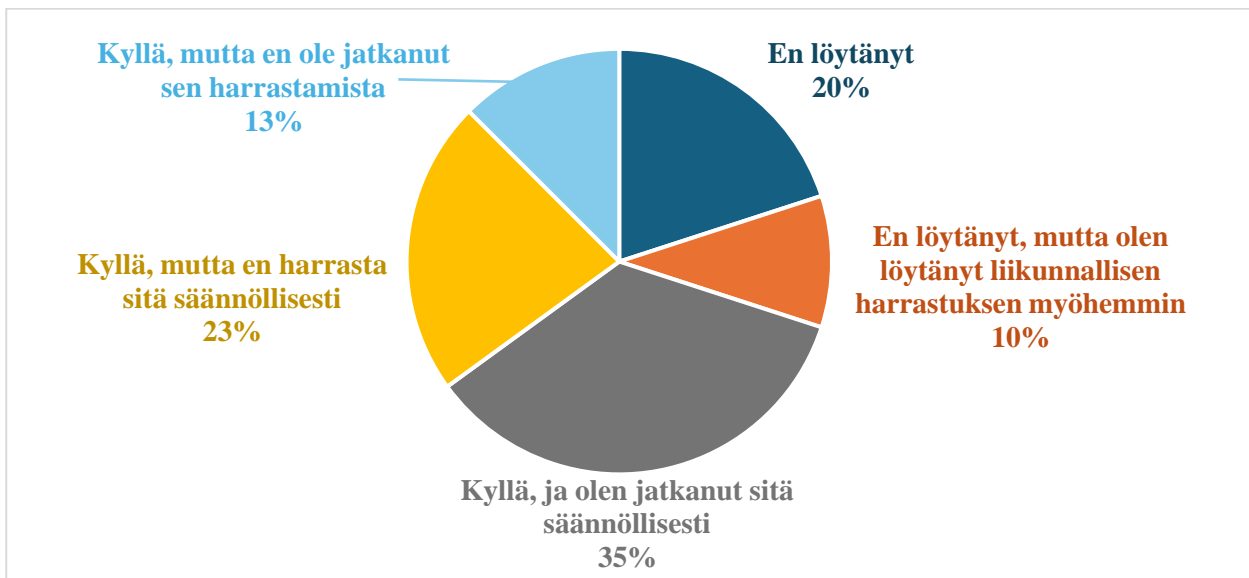
Lähes puolet (48 %) seurantakyselyyn vastanneista raportoi liikkumisensa määrän lisääntyneen jonkun verran verrattuna siihen hetkeen, jolloin hakivat Valtti-ohjelmaan. 33 % taas raportoi liikkumisen määrän pysyneen samana. (Kuvio 1.) Tulokset noudattelevat aiemmissa seurantakyselyissä saatuja tuloksia liikkumisen määrästä. Aiemmissakin seurantakyselyissä vastaajat ovat raportoineet liikkumisen määrään liittyen eniten vastausvaihtoehtoja ”Lisääntynyt jonkin verran” tai ”Pysynyt samana”.

Kuvio 1. Jos vertaat alkutilannetta vuonna 2022, jolloin hait mukaan Valtti-ohjelmaan, ja tätä hetkeä, onko liikkumisesi määrä (esim. koulumatkat, vapaa-ajan liikunta, koululiikuntaan osallistuminen) mielestäsi...? (n=40)



Seurantakyselyyn vastanneista 12 raportoi, ettei ollut löytänyt harrastusta Valtti-ohjelman avulla. Heistä neljä oli kuitenkin löytänyt liikunnallisen harrastuksen myöhemmin. Vastanneista 14 oli puolestaan löytänyt ohjelman avulla harrastuksen, jota oli myös jatkanut säännöllisesti. Yhdeksän vastaajaa oli myös löytänyt harrastuksen, mutta eivät harrastaneet sitä säännöllisesti. Vastanneista viisi taas raportoi löytäneensä Valtti-ohjelman avulla harrastuksen, jonka parissa eivät kuitenkaan olleet jatkaneet myöhemmin. (Kuvio 2.)

Kuvio 2. Löysitkö ohjelman avulla harrastuksen? (n=40)



Lähes jokainen seurantakyselyyn vastannut (37/40) harrasti jotain liikuntalajia tällä hetkellä. Suurin osa (73 %) myös harrasti säännöllisesti 1–2 kertaa viikossa. Säännöllisesti harrastavien osuus pysyi siis lähes samana kuin vuoden 2021 seurantakyselyssä, jolloin 81 % vastaajista harrasti jotakin liikuntalajia 1-2 kertaa viikossa. Kuten aikaisempien vuosienkin seurantakyselyissä on havaittu,

myös tässä seurantakyselyssä uinti nousi selkeästi yleisimmäksi harrastukseksi (Taulukko 1). Noin puolet vastanneista ilmoitti harrastavansa uintia harvemmin kuin kerran viikossa. Muita yleisiä harrastuksia olivat liikuntakerhot, parkour, jalkapallo, laskettelu, sulkapallo sekä jääkiekko tai parajääkiekko.

Taulukko 1. Yleisimmät harrastukset (n=37).

Kuinka usein harrastat?			
Harrastus	Harvemmin kuin kerran viikossa	1–2 kertaa viikossa	Useammin kuin 3 kertaa viikossa
Uinti	19	5	0
Liikuntakerho	6	7	0
Parkour	6	4	0
Jalkapallo	8	3	1
Laskettelu	1	3	0
Sulkapallo	8	2	0
Jääkiekko tai parajääkiekko	7	2	0
Salibandy	5	2	0
Padel	4	2	0
Frisbeegolf	7	1	0
Judo	5	1	0
Tanssi	4	1	0
Yleisurheilu	4	1	0
Paini	3	1	0
Keilaus	9	0	0
Jousiammunta	6	0	0
Ratsastus	6	0	0
Kiipeily	5	0	0
Koripallo	5	0	0
Kuntosali	5	0	0

3 LIIKUNNAN HARRASTAMATTOMUUTEEN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT

Seurantakyselyssä myös tiedusteltiin vastaajilta, mitkä tekijät mahdollisesti vaikuttivat siihen, etteivät he harrasta liikuntaa (Taulukko 2). Yleisimmät syyt harrastamattomuuden taustalla liittyivät harrastamista tukeviin tekijöihin, kuten aiempinakin vuosina on havaittu. Eniten vastauksissa korostui harrastuskaverin puute. Lisäksi liikunnan harrastamattomuuteen vastattiin yleisesti vaikuttavan haasteet kulkea itse harrastuspaikalle, avustajan tai sopivan ryhmän puute sekä kokemus siitä, että ei pärjäisi harrastuksessa. Kysymykseen liittyvissä avoimissa vastauksissa korostettiin näiden lisäksi esimerkiksi myös aikatauluhaasteiden hankaloittavan liikuntaharrastuksen aloittamista:

” Ryhmän harjoitusaikataulu ei ollut sopiva ja into puuttui. ”

” Poikamme joutui lopettamaan koripallon harrastamisen koska harkat oli sellaiseen aikaan että vanhemmat eivät päässeet viemään sinne ja yksin ei kyennyt menemään. ”

Taulukko 2. Arvioi seuraavien väittämien avulla, mitkä tekijät ovat vaikuttaneet siihen, että et harrasta liikuntaa. Mikäli harrastat liikuntaa, voit halutessasi hypätä tämän kysymyksen yli. (n=20) Järjestetty prosenttiosuuksien mukaan.

	Kyllä
Minulla ei ole kaveria, jonka käydä liikkumassa.	50 %
En pysty kulkemaan itsenäisesti harrastuspaikalle.	45 %
Minulla ei ole avustajaa, joka voisi jatkaa harrastusta kanssani.	40 %
Harrastusta ei voinut jatkaa ilman sopivaa ryhmää.	30 %
Koen, että en pärjää tai pysty.	30 %
Liikuntaharrastus on liian kaukana.	20 %
Kokeilemissani lajeissa ei ollut hyvää ohjaajaa.	15 %
Minulla ei ole kuljetuspalvelua harrastuspaikalle.	10 %
Haluamaani liikuntapaikkaan ei ole esteetöntä pääsyä.	5 %
Terveydelliset syyt.	5 %
Minulla ei ole aikaa liikuntaan.	0 %
En pidä liikunnasta.	0 %
Minulla ei ole liikuntaan sopivia apuvälineitä.	0 %

4 AVOIN PALAUTE

Seurantakyselyyn vastanneista perheistä lähes kaikki (83%) antoivat avointa palautetta Valtti-ohjelmasta ja sen toteutuksesta. Suurin osa palautteista oli positiivisia, kuten aikaisemmissakin seurantakyselyissä. Avoimissa palautteissa korostettiin erityisesti Valtti-ohjelman olleen tärkeä ja arvokas apu harrastuksen löytämisessä. Useampi vastaaja mainitsi, että Valtti-ohjelman avulla löytynyttä harrastusta jatkettiin edelleen.

”Valtti-ohjema oli loistava sekä äidin että lapsen näkökulmasta! Ohjaajat tulivat hyvin juttuun lapsen kanssa ja todella panostivat lajikokeiluun. Löysimme lajikokeilujen jälkeen 3 uutta harrastusta: yhtä lapsi harrasti puoli vuotta, yhtä harrastaa epäsäännöllisesti ja yhtä on harrastanut nyt jo yli puoli vuotta (meille ennätys!) ”

” Nyttigt och viktigt program för barn med specialbehov. ”

” Oma harrastus löytyi heti kerrasta ja on ollut mieluinen ja odotettu. ”

” Oli mukavaa, pääsi kokeilemaan uusia lajeja (sulkapallo ja boffaus) ja löytyi uusi tärkeä harrastus (boffaus = pehmomiekkailu). Vanhemman palaute: nepsy-lapsi, kaiken uuden kokeilu oli tuohon aikaan todella haastavaa. ”Valtista” oli iso apu, koska lapsi ”vieraskoreana” lähti helpommin kokeilemaan itseä kiinnostavaan ryhmään harrastusta (boffaus) ja löysi tästä itselleen harrastuksen, jossa käy edelleen, näin 2 vuotta myöhemmin, innolla. ”

” Kiitos, kun löytyi uusi harrastus ja helpotti perheen arkea, kun ei tarvinnut itse etsiä. Harrastusta on jatkettu onnistuneesti ja edistytty hienosti. ”

” Valtti-ohjelman myötä lapsi löysi mieluisan harrastuksen, joka tuo joka viikkoon lisää liikuntaa. ”

” Ohjelmasta oli apua harrastuksen löytymisessä. Ohjelmaan osallistumisen aikaan kotikaupungissamme oli vain yksi erityisryhmä jääkiekossa, josta poika innostui. Siellä kuitenkin oli liian haastavaa pelata aloittelevana. Onneksi kaupunkiin perustettiin uusi parajääkiekkjoukkue, johon poikamme liittyi heti alussa ja on harrastanut siellä nyt vuoden. ”

” Lapsi oli kokeillut parkouria jo ennen Valttia, mutta ei vielä silloin pystynyt harrastamaan isossa ryhmässä. Uskon, että Valtti-kokeilulla oli myönteistä vaikutusta siihen, että meni viime syksynä parkour-ryhmään ja on jatkanut siellä. ”

” Oli hieno juttu. Hyvä kun oli valmiiksi selvitetty, että kokeilu onnistuu ja sovittu aika. Ei tarvinnut kuin tulla paikalle. ”

” Hyvä ohjelma, löytyi keilaus harrastukseksi. ”

” Kiitos, löytyi pojalle mielellä ja mukava harrastus. Kiitos! ”

Mahdollisuus kokeilla useita eri lajeja Valtti-ohjelman avulla sai kiitosta avoimissa palautteissa. Lisäksi moni perheistä mainitsi ohjelman tarjonnan heille uusia ideoita harrastamiseen sekä aktivoineen heitä etsimään lisää harrastusmahdollisuuksia myös itse. Vaikka harrastus ei olisikaan löytynyt Valtti-ohjelman aikana, moni perhe koki sen edesauttaneen liikunnallisen harrastuksen löytymisessä myöhemmin.

” Oli kiva saada kokemuksia erilaisista liikuntalajeista ja miten niihin otettiin mukaan. ”

” Huippu hienoa että pääsi kokeilemaan lajeja. Vaikkakin tiedossa oli että mahdollisesti ei löydy sopivaa (harrastusta, mutta nyt ei tarvitse jossitella. Valtti ihminen oli täsmällinen ja super hyvä tyyppi. ”

”Valtti-ohjelma oli hyvä ja tutustutti muutamaan eri lajiin. Ehkä, kun vanhempien jaksaminen paranee, päästään pojan kanssa keilaamaan ja uimaan.”

”Valtti-ohjelmasta oli suuri apu, kun mietittiin lapselle harrastusta. Päästiin kokeilemaan useampaa lajia ja saatiin käsitys mikä toimii ja mikä ei.”

”Aktivoi kokeilemaan harrastuksia. Olisi voinut muuten jäädä tekemättä. Sieltä löytyi virike nykyiseen tanssiharrastukseen yhdessä siskon kanssa.”

”Vaikka emme suoranaisesti valtti-ohjelmasta löytäneet harrastusta niin ohjelma lisäsi tietämystämme ja aktivoi jatkamaan etsintää. Silloin ei myöskään ollut tarjolla sopivaa erityisryhmäliikuntaa. Nyt tällainen on löytynyt ja vieläpä kodin läheltä. Liikuntakerho kotikaupungissa. Lisäksi täällä erityisryhmille uimakoulu.”

Kuten aiemmissakin seurantakyselyissä on havaittu, Valtti-ohjaajan toiminnalla on suuri merkitys ohjelman onnistumisen kannalta. Suurin osa vastanneista oli tyytyväisiä oman Valtti-ohjaajansa toimintaan, mutta muutama vastaaja löysi myös kehitettävää.

”Valttimme oli ihan huipputyyppejä <3”

”Oli tosi mukavat valtti-kummit, jotka löysivät pojalle sopivat toisistaan poikkeavat lajit. Molemmissa harrastuksissa hänet on otettu hienosti vastaan ja hän käy siellä mielellään.”

”Ohjaajat oli kivoja ja reippaita, poika aina mielellään tapaamisiin lähti. Säännöllistä harrastamista estää ajankohtaisesti myös yh äidin taloustilanne, valitettavasti”

”Valtin kanssa oli kiva harrastaa ja löysimme soveltavan jalkapallon. Olen joukkueessa ja tykkään käydä treeneissä ja peleissä.”

”Valtti-tukihenkilöt oli mukavia ja oli kiva päästä kokeilemaan eri lajeja, etenkin kun oma laji löytyi.”

”Valtti vaikutti hyvältä mutta oli tosi kiireinen ja oli välissä ulkomailla. Vaikuttanut mukavalta mutta kokeilut jäi kesken.”

”Meidän ohjaaja-nuori ei onnistunut löytämään mieluista lajiryhmää, toiveena oli salibandy. Kokeilimme tennistä, mutta into siihen ei ollut riittävä. Kick off-päivä oli sekava ja organisoimaton - kun omaa valttia ei ollut paikalla, ketään ei kiinnostanut meidän tilanne. Oma valtti oli aluksi innokas, mutta kun hankaluuksia löytää laji ilmeni, hänkin vetäytyi ja jäi jopa pois

kokeilukerroilta. Olisimme kaivanneet enemmän taustatukea ja apua valtille toimintaan. Olkaa enemmän kiinnostuneita, miten valtilla sujuu ja onko lajeja löytynyt.”

”Laitoinkin jo silloin palautetta, että olisin toivonut enemmän aktiivisuutta valteilta. Hyvää oli kuitenkin se että sain itse innon etsiä harrastuksia enemmän valttiohjelman vetäjien ansiosta ja harrastuksia löytyi jälkikäteenkin. Poikamme oli jo pitkään toivonut löytävänsä urheiluharrastuksia, koska tykkää liikkua muutenkin.”

Erään perheen avoimessa palautteessa korostettiin Valtti-ohjelman olevan merkityksellinen ohjattavan lapsen lisäksi myös Valtti-ohjaajalle. Ohjelmaan osallistumisen kautta ohjaajat saavat oppia ja tietoa toimintarajoitteisista lapsista ja nuorista sekä siitä, mitkä asiat heidän harrastamiseensa voivat vaikuttaa.

”Valtti ohjelma on erittäin tärkeä ja arvokas ohjelma niin osallistuvan lapsen kuin myös ohjaajankin kannalta. (esim. Ohjaaja saa erittäin tärkeää tietoa konkreettisesti, mitkä asiat ja toiminnot haastavat lapsen helppoa osallistumista/kiinnittymistä liikunnallisiin harrastuksiin, jos tarvitsee siihen ns. Erityistä tukea)

Yllä mainittujen palautteiden lisäksi muutama kyselyyn vastanneista mainitsi sopivien harrastusryhmien puutteen vaikuttaneen siihen, ettei ohjelman avulla ollut löytynyt harrastusta. Sopivien ryhmien puute on noussut myös aiemmissa seurantakyselyissä esiin avoimissa palautteissa.

” Olen harmissani, että ohjelman avulla ei löytynyt harrastusta. Kävin muutamassa kokeilussa, mutta oikeastaan yksikään ei soveltunut kunnolla toimintakykyyni. Muut ryhmien jäsenet liikkuvat itsenäisemmin ja/tai lajiin osallistuminen ei onnistunut minulta. Näin ollen tavoite siitä, että pääsisin liikkumaan porukassa, ei toteutunut.”

” Hyvä idea, mutta harrastusta ei löytynyt koska sopivia liikuntaryhmiä ei ole tarjolla.”