



Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas väl ry

# **Mitä ikäpolvitoiminta voi antaa liikuntaväelle? Eri-ikäisten käsityksiä ikäpolvien vuorovaikutuksesta.**

Arto Tiihonen, FT, liikuntasosiologi



# Käsiteharjoituksia 1

- Elämänkulku voidaan jakaa elämän eri vaiheisiin
  - Missä elämänvaiheessa koet juuri nyt olevasi?
  - Kertokaa pöytäryhmässä, mikä on nykyinen elämänvaiheenne ja lyhyt perustelu sille.



Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas väl ry

# Minkä nimisistä vaiheista elämäнкulku koostuu?

Vastaukset (kysely: N= 820) olivat yleisimmin lyhyitä (3-6 vaihetta) ja suhteellisen perinteisiä listoja. Yleisimmät:

- Lapsuus, nuoruus, aikuisuus, vanhuus
- Lapsuus, nuoruus, aikuisuus, keski-ikä, vanhuus
- Lapsuus, aikuisuus, vanhuus
- $2 + 2 + 2 =$  kaksi käsitettä lapsuutta/nuoruutta, aikuisuutta/keski-ikää, ikääntymistä/vanhuutta varten.



# Elämänvaiheiden määrittelyssä ikä ei ole ainoa perustelu



Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas väl ry

Vastauksista löytyi erilaisia tapoja ja perusteita hahmottaa elämänkulkua, joissa haastettiin elämänvaiheen ikäperusteinen jaottelu:

- Elämänkulun jakamista **roolien ja velvollisuuksien** mukaan, esim. perhe-, työ- ja vapaa-ajan roolit.
- **Siirtymävaiheiden** lisäämistä ikämääritelmien väleihin, esim. varhaisteini-ikä, myöhäiskeski-ikä, seniori, varhaisvanhuus.



# Elämänvaiheet ja liikunta/urheilu

- Eri elämänvaiheissa ihmiset harrastavat liikuntaa ja urheilua perinteisesti eri tavoin
  - Lapsena leikitään, nuorena urheillaan, keski-ikäisen liikutaan, ikäihmisenä kuntoillaan...
  - Kysymys: pitääkö liikunnan/urheilun harrastamisen muuttua em. tavoilla elämänvaiheiden mukaan?



# Käsiteharjoituksia 2

Elämänkulkua ja eri-ikäisten arkea määrittää paljolti se, mihin perhesukupolveen henkilö kuuluu.

- Mitä perhesukupolvina elätte juuri nyt?
- Kertokaa pöytäryhmässä perhesukupolvinen tilanteenne ja lyhyt perustelu sille.



# Perhesukupolvista

- Perhesukupolvi tai biologinen sukupolvi vaihtuu 20-30 vuoden välein.
- Väestön pidentyneen eliniän myötä Suomessa on jo aika tavallista, että elossa on neljä eri perhesukupolvea.
- Yksilö voi olla yhtä aikaa lapsi, vanhempi ja isovanhempi tai lapsi, lapsenlapsi ja vanhempi – uusioperheissä rooleja voi olla vielä enemmän.
- Perhesukupolviset roolit vaikuttavat velvollisuuksiin, vastuisiin, ajankäyttöön jne. elämänkulun eri vaiheissa eri tavoin.



# Perhesukupolvet liikunta/urheilu

- Yksilö elää useimmiten monta eri perhesukupolvea yhtä aikaa
  - Miten se vaikuttaa liikunnan/urheilun harrastamiseen?
  - Kysymyksiä: pitääkö kaikkien lasten/nuorten urheilla, pitääkö kaikkien vanhempien olla passiivisia tukijoita, pitääkö isovanhempien jättää urheileminen muille?



# Yhteiskunnallinen tai kulttuurinen sukupolvi

- Sukupolvikäsitettä on hyvin yleisesti käytetty kuvaamaan jonkin ikäisten eroja suhteessa toisen ikäisiin, joilla on ainakin oletetusti erilaiset elämäkokemukset tai – tulkinnat elämästä ja maailmasta.
  - Mihin sukupolveen itse tunnut kuuluvasi ja millä perusteella?
  - Kerro ja perustele se ryhmällesi.



Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas väl ry

# Sukupolvikäsitteitä

| <b>Sukupolvikäsite</b>                                  |
|---------------------------------------------------------|
| Sotien ja pulan sukupolvi                               |
| Työn sukupolvi                                          |
| Sotasukupolvi                                           |
| Sodan jälkeisen jälleenrakennuksen ja nousun sukupolvi  |
| Sodan ja jälleenrakennuksen sukupolvi                   |
| Vanhat sukupolvet                                       |
| Suuren murroksen sukupolvi                              |
| Muutoksen sukupolvi                                     |
| Kekkosen, 1960-luvun ja kuulentojen sukupolvi           |
| Suuret ikäluokat                                        |
| Suurten ikäluokkien sukupolvi                           |
| Lähiöiden sukupolvi                                     |
| Kylmän sodan päättymisen sukupolvi                      |
| X-sukupolvi                                             |
| Elämyssukupolvi                                         |
| Lamasukupolvi                                           |
| Laman sukupolvi                                         |
| EU-jäsenyyden ja laman sukupolvi                        |
| Y-sukupolvi                                             |
| Milleniaalit                                            |
| Teknologian, kansainvälisyyden ja terrorismin sukupolvi |
| Nuorisosukupolvet                                       |
| Nettisukupolvet                                         |



| Ikä(polvi) 2014                                         | 0-9    | 10--19 | 20-29  | 30-39  | 40-49  | 50-59  | 60-69  | 70-79  | 80-89 | 90-99 | 100-  |
|---------------------------------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|
| <b>Elämänvaihe</b>                                      |        |        |        |        |        |        |        |        |       |       |       |
| lapsuus                                                 | Yellow | Yellow |        |        |        |        |        |        |       |       |       |
| nuoruus                                                 |        | Green  | Green  |        |        |        |        |        |       |       |       |
| varhaisaikuisuus                                        |        |        | Blue   | Blue   |        |        |        |        |       |       |       |
| keski-ikä                                               |        |        |        | Purple | Purple | Purple |        |        |       |       |       |
| myöhäiskeski-ikä                                        |        |        |        |        |        | Purple | Purple |        |       |       |       |
| ikäntynyt                                               |        |        |        |        |        |        | Red    | Red    |       |       |       |
| vanhuus                                                 |        |        |        |        |        |        |        |        | Blue  | Blue  | Blue  |
| <b>Perhesukupolvi</b>                                   |        |        |        |        |        |        |        |        |       |       |       |
| lapsenlapsenlapsi                                       | Yellow |        |        |        |        |        |        |        |       |       |       |
| lapsenlapsi                                             | Orange | Orange |        |        |        |        |        |        |       |       |       |
| lapsi                                                   | Orange | Orange | Orange | Orange | Orange | Orange | Orange |        |       |       |       |
| vanhempi                                                |        |        | Green  | Green  | Green  | Green  | Green  | Green  | Green | Green | Green |
| isovanhempi                                             |        |        |        |        | Red    | Red    | Red    | Red    | Red   | Red   | Red   |
| isoisovanhempi                                          |        |        |        |        |        |        |        | Blue   | Blue  | Blue  | Blue  |
| <b>Historiallis-yhteiskunnallinen sukupolvi</b>         |        |        |        |        |        |        |        |        |       |       |       |
| Sotien ja pulan sukupolvi                               |        |        |        |        |        |        |        |        |       | Blue  | Blue  |
| Sodan jälkeisen jälleenrakennuksen ja nousun sukupolvi  |        |        |        |        |        |        |        | Red    | Red   |       |       |
| Sodan ja jälleenrakennuksen sukupolvi                   |        |        |        |        |        |        |        | Purple |       |       |       |
| Suuren murroksen sukupolvi                              |        |        |        |        |        |        | Purple | Purple |       |       |       |
| Lähiöiden sukupolvi                                     |        |        |        |        |        | Green  | Green  |        |       |       |       |
| Kekkosen, 1960-luvun ja kuulentojen sukupolvi           |        |        |        |        |        | Blue   | Blue   |        |       |       |       |
| Kylmän sodan päättymisen sukupolvi                      |        |        |        |        | Green  | Green  |        |        |       |       |       |
| EU-jäsenyyden ja laman sukupolvi                        |        |        |        | Orange |        |        |        |        |       |       |       |
| Teknologian, kansainvälisyyden ja terrorismin sukupolvi |        |        | Orange |        |        |        |        |        |       |       |       |



# Oma ikäpolvikokemus – ja toisten

- On tärkeää, että olemme tietoisia siitä, mikä on oma elämänvaiheemme, suku- tai ikäpolvikokemuksemme
  - Biggs & Lowenstein: sukupolvitaju (generational intelligence); Elämänkulku ja ikäpolvi –hankkeen julkaisut
- Miten osaamme samaistua tai ottaa huomioon eri-ikäisten erilaiset ikäpolvikokemukset?
  - Vaihtoehdot: ”sukupolvien välinen sota” (esim. eläkekeskustelu, ympäristö, talous); sukupolvien välinen solidaarisuus ja ikäpolvien välinen yhteistoiminta



# Ikäpolviharjoituksia 1

- Kuka on urheilijaesikuvasi ja miksi?
  - Kuka se mahtaisi olla, jos olisit 20-30 vuotta vanhempi kuin nyt tai jos olisit 20-30 vuotta nuorempi kuin nyt?
  - Mikä on urheilulajisi; entä mikä se olisi, jos olisit em. tavoin vanhempi/nuorempi?
- Mitkä asiat/kokemukset vaikuttavat käsityksiimme?



# YU-keskusteluryhmän urheilijaesikuvat nuorimmasta vanhimpaan

| Paras yleisurheilija (Suomi) | Paras yleisurheilija (maailma) |
|------------------------------|--------------------------------|
| Lasse Viren                  | Usain Bolt                     |
| Tero Pitkämäki               | Usain Bolt                     |
| Paavo Nurmi                  | Carl Lewis/Marlene Ottey       |
| Lasse Viren                  | Carl Lewis                     |
| Paavo Nurmi                  | Allison Felix                  |
| Paavo Nurmi                  | Bob Beamon                     |
| Lasse Viren                  | Carl Lewis                     |
| Lasse Viren/Tapio Rautavaara | Jan Zelezny                    |



Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas väl ry

# YU-keskusteluryhmän parhaat y-urheilutapahtumat nuorimmasta vanhimpaan

| Hienoin yu-tapahtuma (Suomi) | Hienoin yu-tapahtuma (maailma)       |
|------------------------------|--------------------------------------|
| Suomi-Ruotsi                 | Lontoon olympialaiset 2012           |
| Suomi-Ruotsi                 | Olympialaisten yleisurheilukilpailut |
| Helsingin olympialaiset 1952 | Los Angelesin olympialaiset 1984     |
| Helsingin MM-kisat 2005      | Atlantan olympialaiset 1996          |
| Suomi-Ruotsi                 | Lontoon olympialaiset 2012           |
| Helsingin EM-kisat 1971      | Munchenin olympialaiset 1972         |
| Helsingin MM-kisat 2005      | Pekingin olympialaiset 2008          |
| Helsingin EM-kisat 1994      | Lontoon olympialaiset 2012           |



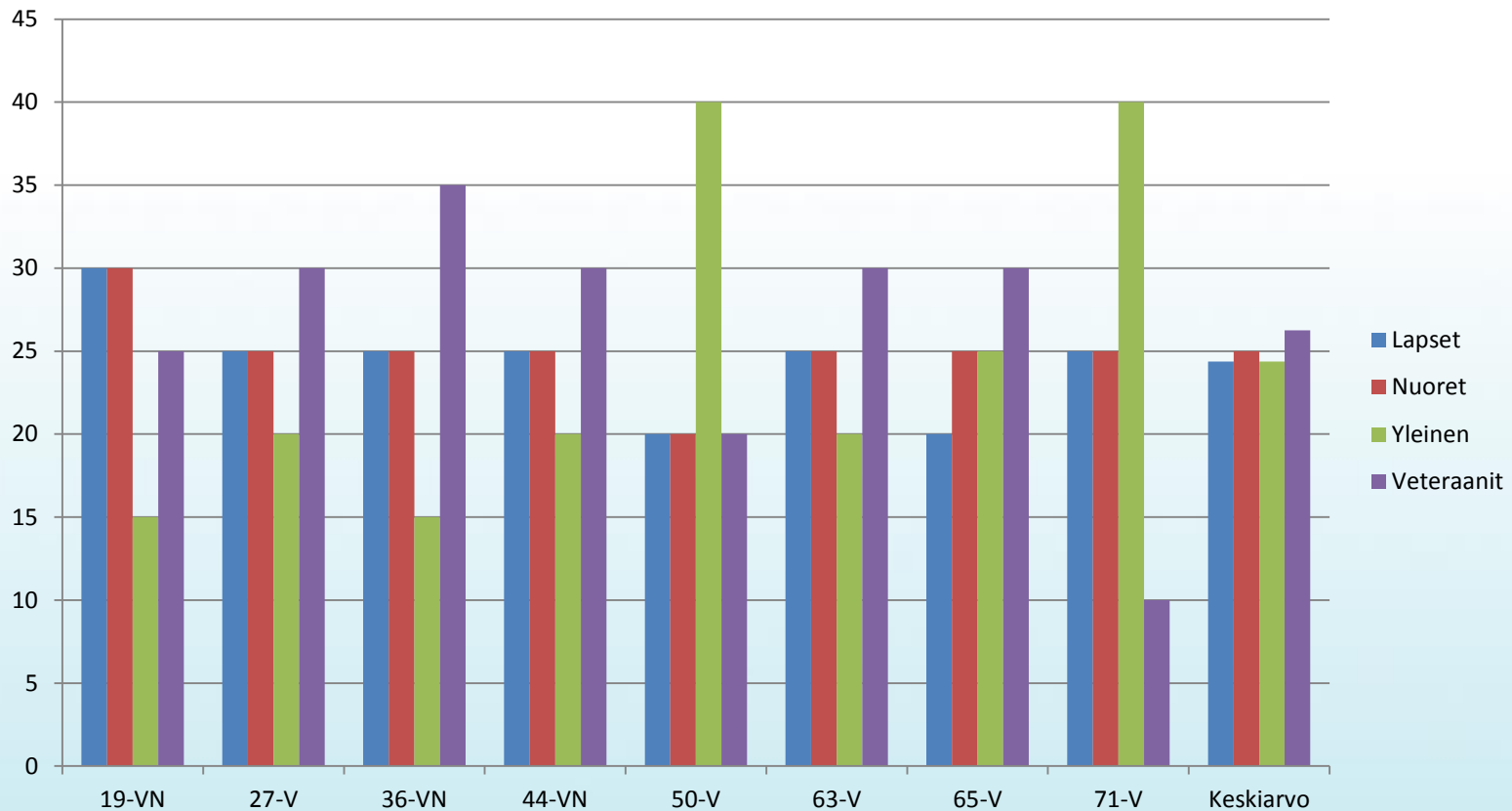
# Ikäpolvitoiminnan mahdollisuuksia ja esteitä

- Minkä ikäisille resurssit (aineelliset ja toiminnalliset) resurssit tulisi kohdentaa?
- Osallistuvatko vanhemmat tarpeeksi lastensa urheilu-/liikuntaharrastusten tukemiseen? Miten oli ennen, miten nyt?
- Tehdäänkö talkootyötä nyt enemmän/vähemmän kuin ennen?
- Kohtaavatko eri ikäpolvet urheilutoiminnassa enemmän nyt vai ennen?
- Mitä eri ikäpolvet voisivat tehdä yhdessä?



Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas väl ry

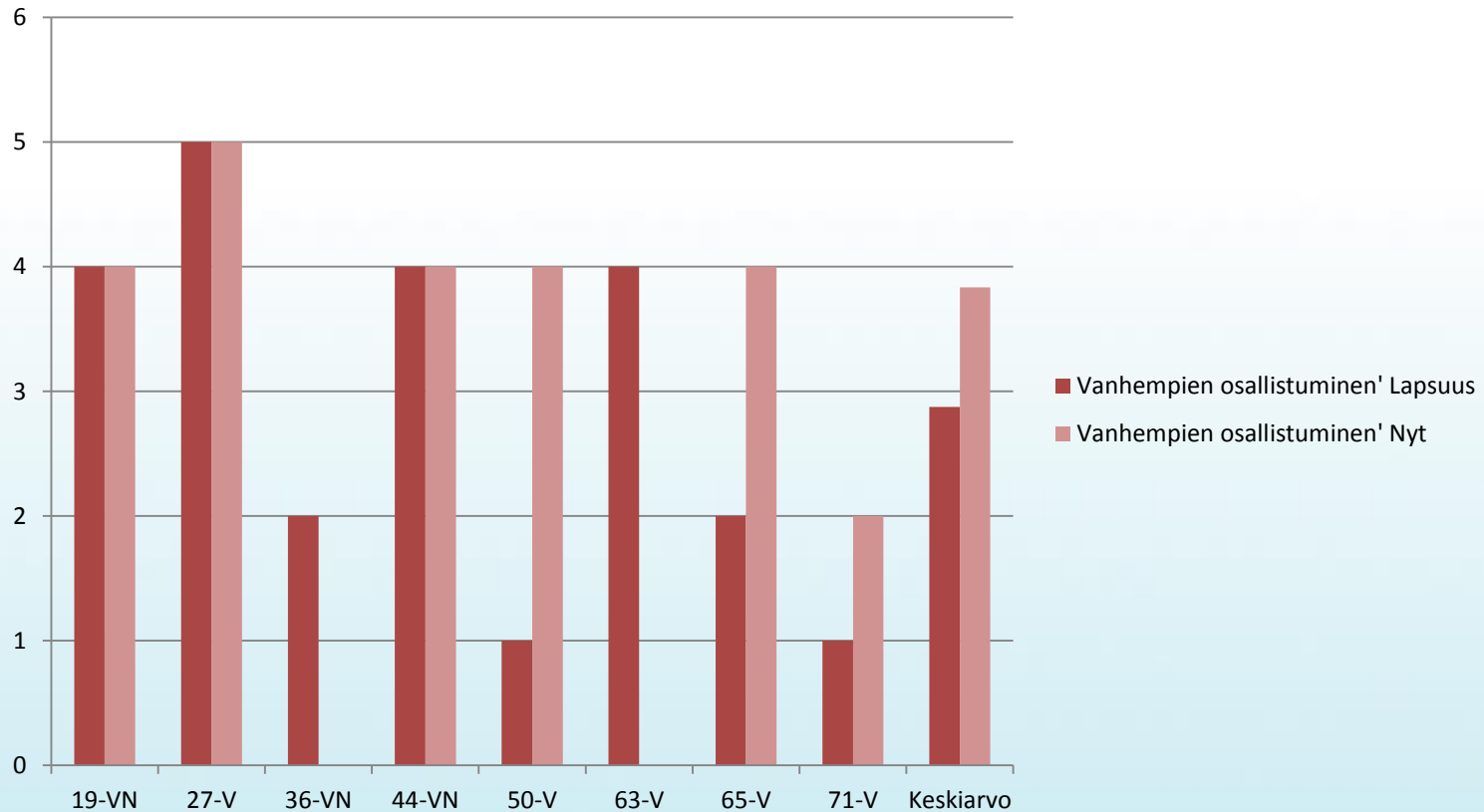
# YU-keskusteluryhmä jakaisi resurssit tasaisesti lapsille, nuorille, yleiselle ja veteraanisarjalle





Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas väl ry

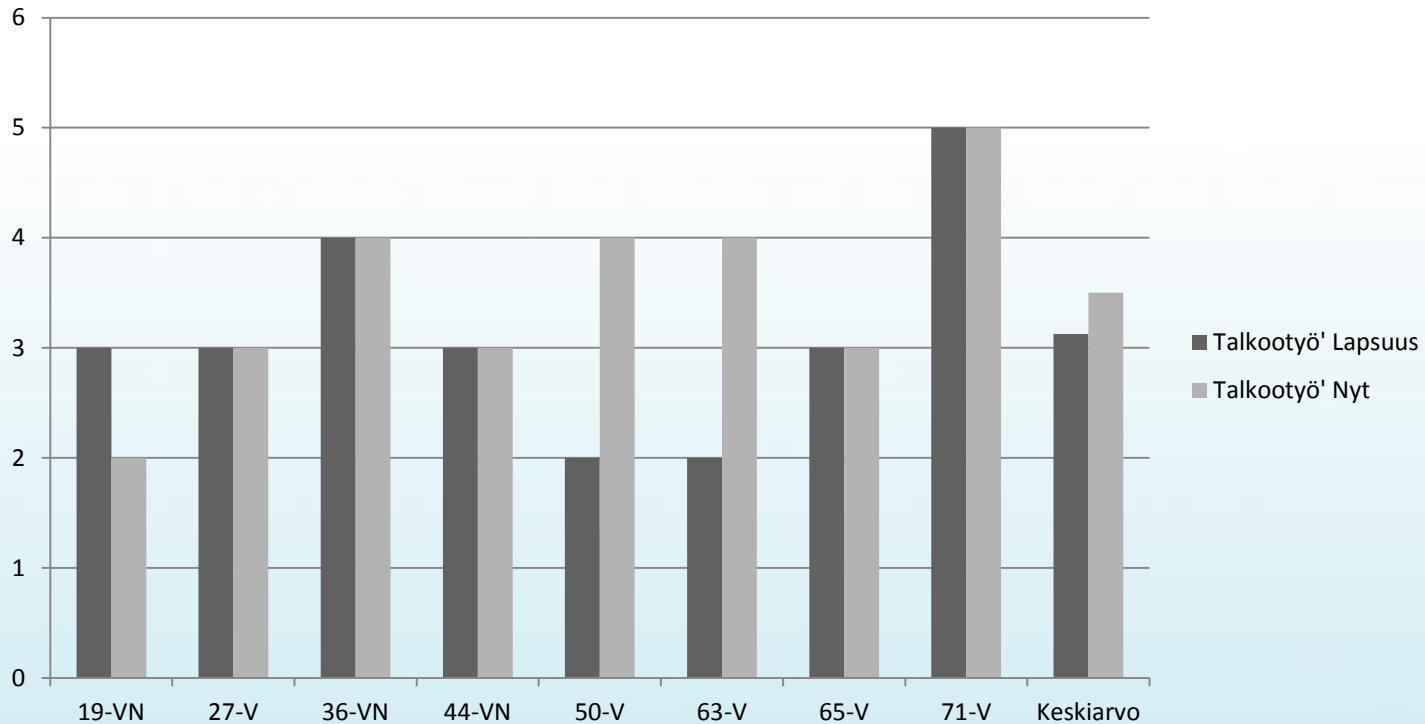
# YU-keskusteluryhmän mielestä vanhemmat osallistuvat nykyään enemmän lasten urheiluharrastuksiin kuin omassa lapsuudessa





Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas väl ry

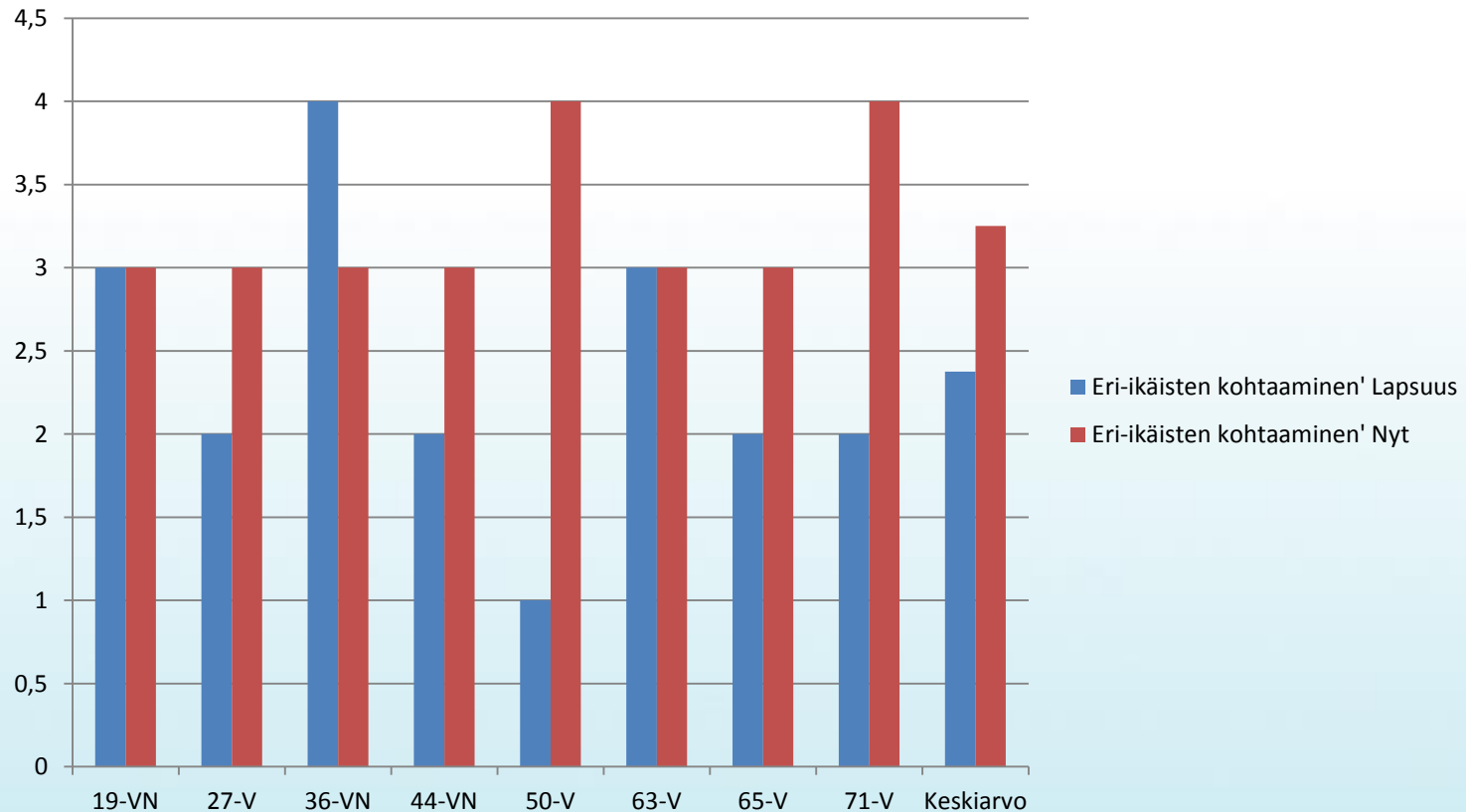
# YU-keskusteluryhmän mielestä talkootyötä tehdään ainakin yhtä paljon nyt kuin omassa lapsuudessa





Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas välfärd

# YU-keskusteluryhmän mielestä eri-ikäiset kohtaavat y- urheilutoiminnassa nykyään enemmän kuin omassa lapsuudessa





# YU-keskusteluryhmän ajatuksia ikäpolvien välisestä yhteistoiminnasta

| IKÄ   | MINKÄLAISIA ERI-ikäISILLE SOPIVIA TOIMINTAMUOTOJA YLEISURHEILUSEURASSA ON TAI VOISI OLLA?                         |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 19-VN | Lapsille leikkejä, pelejä, viestitreenejä -->hauskaa motivaationa leikkimieliset kisat                            |
| 19-VN | Nuorille --> enemmän lajinomaista toimintaa ryhmässä, voisi yhdistää eri ikäluokkia lajin mukaan huolimatta iästä |
| 19-VN | Aikuisurheilu ja senioriurheilu erikseen --> asia on hyvin toiminnassa (?)                                        |
| 27-V  | Yleisurheilukilpailut kaiken ikäisille samaan aikaan (omat sarjat, mutta erät ym. sekaisin)                       |
| 27-V  | Treeniryhmät kaiken ikäisille (hyödyt iästä riippumatta, oikeatasoista treeniseuraa)                              |
| 27-V  | Luennot ym. Tieto leviää vanhemmilta nuoremmille ja toisin päin --> uutta ideaa treeneihin                        |
| 36-VN | Yleisurheilukoulut                                                                                                |
| 36-VN | Ohjatut harjoitukset eri ikäryhmille                                                                              |
| 44-VN | Juoksu/urheilukouluja                                                                                             |
| 44-VN | Kimppajumppaa=lihaskuntoharjoitteita                                                                              |
| 44-VN | Yhteiskisat, "sisuhuipentuma" esim. kauden loppupuolella kaiken ikäisille                                         |
| 50-V  | Enemmän kilpailua ja kisailua lapsilla pelkän harjoittelun sijasta                                                |
| 50-V  | Enemmän henkilökohtaista valmentamista nuorille yhteisvalmennuksen rinnalla                                       |
| 50-V  | Enemmän seuraotteluita iästä riippumatta (derbyt kukoistukseen!)                                                  |
| 63-V  | Toimitsijatehtäviä                                                                                                |
| 63-V  | Valmennusta                                                                                                       |
| 63-V  | Yhteisiä palaverejä (nuoret - vanhat)                                                                             |
| 65-V  | Kilpailutoimintaa kaiken ikäisille                                                                                |
| 65-V  | Lasten ja aikuisten yleisurheilukoulut                                                                            |
| 65-V  | Valmennus ja ohjaus sekä toimitsijakoulutus eri-ikäisille                                                         |
| 71-V  | Terveysliikuntanäkemyksen mukaiset yhteisharjoittelut ja kuntotestit                                              |
| 71-V  | Kilpailujen järjestelyt                                                                                           |
| 71-V  | Yhteistapahtumat, vaikkapa pikkujoulut                                                                            |



# Hyvä pohja ikäpolvien yhteistoiminnalle

- Eri-ikäisistä yleisurheilijoista koostunut keskusteluryhmämme
  - Jakaisi resurssit tasaisesti eri-ikäisille
  - Näkee, että vanhemmat osallistuvat yhä enemmän lastensa harrastuksiin, että talkootyötä tehdään ainakin yhtä paljon kuin ennen ja että eri-ikäiset kohtaavat toisiaan paremmin kuin aiemmin
  - Heillä on myös paljon ehdotuksia ikäpolvitoiminnan kehittämiseksi



Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas väl ry

# Eri-ikäisten väliset suhteet

Vastaajat (kysely: N= 820) arvioivat erilaisia väittämiä ikäpolvien suhteista:

- 90 prosentilla on mielestään hyvät suhteet eri ikäisiin ihmisiin
- 73 prosentilla on riittävästi eri-ikäisiä ystäviä
- Noin puolet vastaajista haluaisi tuntea enemmän eri ikäisiä ihmisiä
- Valtaosa (85 %) on sitä mieltä, että eri ikäisten ihmisten tulisi toimia enemmän yhdessä



Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas väl ry

# Ikäpolvien vuorovaikutukselle on sosiaalista tilausta

- toisenikäisiin ihmisiin suhtaudutaan myönteisesti
- ikäpolvien kohtaamiselle nähdään tarvetta
- valmiutta toisenikäisiin tutustumiseen on



Vanhustyön keskusliitto  
Centralförbundet för de gamlas väl ry

# Kohtaamisen ja vuorovaikutuksen paikkoja tarvitaan

- Vapaaehtoistoiminnassa, harrastuksissa ja muulla vapaa-ajalla ihmiset ovat useimmiten tekemisissä oman ikäistensä kanssa ja lähellä omaa ikäänsä olevien kanssa
- Nuorimmat ja vanhimmat ikäryhmät eivät juurikaan kohtaa toisiaan vapaa-ajan areenoilla
- Vapaa-ajan areenoilla olisi tarvetta lasten, nuorten ja nuorten aikuisten sekä seniorien ja vanhusten kohtaamisille ja yhteistoiminnalle
- Vuorovaikutukseen eri-ikäisten kesken koetaan tarvetta ja haluakin on



# Johtopäätöksiä

- Ikäpolvia yhdistävälle toiminnalle on sosiokulttuurista tilausta!
- Ottakaa mallia vaikkapa suunnistajista tai haastattelemistamme yleisurheilijoista!
- Ikäpolvien yhteistoiminnassa ei järjestetä MM-kilpailuja, mutta sen avulla liikunnasta ja urheilusta saa monenlaisia kokemuksia ja toiminnassa syntyy monenlaisia merkityksiä!