

**ELÄ TAI KUOLE:  
EXTREME-LAJIEN HARRASTAJIEN PERSOONALLI-  
SUUDEN RAKENNE JA TOIMINTA, LAJITOIMINNAN  
MOTIIVIT JA FLOW'N KOKEMINEN**

**Sampo Kettunen  
Marko Saukko  
Pro gradu -tutkielma  
Jyväskylän yliopisto  
Psykologian laitos  
Helmikuu 1999**

**Omistettu kaikille harrastuksessaan  
menehtyneille ja heidän läheisilleen.**

**Otsikko:** ELÄ TAI KUOLE: extreme-lajien harrastajien persoonallisuuden rakenne ja toiminta sekä lajitoiminnan motiivit ja flow'n kokeminen.

**Tekijät:** Sampo Kettunen ja Marko Saukko

**Ohjaajat:** Antero Toskala ja Carl-Erik Mattlar

**Tieteenala:** Psykologia

**Julkaisuaika:** helmikuu 1999

**Julkaisupaikka:** Jyväskylän yliopisto

**Sivumäärä:** 25 sivua + liitteet 15 sivua

## **TIIVISTELMÄ**

Tutkimuksessa tarkasteltiin korkean riskin extreme-lajien harrastajien persoonallisuuden rakennetta ja toimintaa sekä lajitoiminnan motiiveja ja flow'n kokemista lajitoiminnassa. Ensisijaisena menetelmänä käytettiin Exnerin Rorschach Comprehensive System persoonallisuuden tulkintamenetelmää. Toissijaisina menetelminä olivat CMPS-persoonallisuuskysely sekä toiminnan motiiveja ja flow'n kokemista mittaavat kyselyt.

Tutkimuksessa verrattiin keskenään kolmea ryhmää: alpinistit (n = 10), laskuvarjourheilijat (n = 10) ja verrokkiyryhmänä jalkapalloilijat (n = 9). Ryhmiä muodostettaessa tärkeimpänä kriteerinä oli runsas kokemus lajista. Kaikki tutkittavat olivat miehiä. Aineisto käsiteltiin tilastollisesti SPSS-ohjelmalla. Tulosten mukaan alpinistien informaation havainnointi ja käsittelytyyli on tarkkaa ja yksityiskohtaista, ja he käyttävät siihen paljon voimavaroja. He pohdiskelevat itseään muita ryhmiä enemmän, ja pohdiskelu on sävyllään erittäin kriittistä, ajoittain jopa negatiivista. Ihmissuhteissaan alpinistit ovat sosiaalisia ja ulospäinsuuntautuneita, vaikka sosiaalisuudessa ilmenee ristiriitaisia piirteitä.

Vastoin aiempia tutkimustuloksia kokeneiden alpinistien lajitaitojen kehittämiseen liittyvät seikat säilyvät keskeisinä toiminnan motiiveina. Laskuvarjourheilijat ovat ihmissuhteissaan etäisempiä ja hakevat harrastuksestaan ennen kaikkea henkilökohtaista nautintoa jopa sosiaalisten suhteiden kustannuksella. Vaikuttaa siltä, että laskuvarjourheilijat eivät ole populistisen käsityksen mukaisia "friikkejä" vaan tekevät usein tavanomaisia, arkipäiväisiä ratkaisuja elämässään. Toiminnan motiiveina korostuivat sisäisesti palkitsevat syyt, hedonismi ja toiminnan elämyksellinen luonne.

**AVAINSANAT:** extreme-urheilu, vaaralliset urheilulajit, Rorschach Comprehensive System, persoonallisuus, motiivit

## **ABSTRACT**

The main purpose of the present study was to investigate high-risk extreme-athletes' personality structure and function, motives and flow-experience. Primary method was Exner's Rorschach Comprehensive System personality assessment method. Secondary methods were CMPS-personality-inquiry, motives of action and flow-experience questionnaires. Three groups were compared, alpinists (n = 10), skydivers (n = 10) and soccer-players as a control-group (n = 9). Most important criterion in group forming was high experience. Only men were selected. Data was analyzed statistically with SPSS-program. Results indicate that alpinists' perception style and information processing is precise and detailed and they put lot of effort in it. They reflect themselves more than other groups, and self reflection is often critical even negativistic. In social relations alpinists seem to be outgoing and socially active, even though some discrepancy seems to occur. Our results do not support previous studies which have postulated that skill development would not be an important motive among experienced alpinists. Skydivers are more distant in their social relations, and they seem to seek personal enjoyment and sensations even at expense of their social relations. Results indicate that skydivers are not such 'freaks' that seems to be the case according to populist opinions. They often make usual and common decisions and choices in their everyday lives. Intrinsically rewarding motives such as hedonism and sensational nature of action were emphasized.

**KEYWORDS:** extreme-sports, dangerous sports, Rorschach Comprehensive System, personality, motives

## JOHDANTO

“ **extremille** ( iks´tri:m ) **I s I** äärimmäisyys; kärjistää huippuunsa; mennä äärimmäisyyksiin .” Hurme, R. & Pesonen, M. (1988) *Englantilais-suomalainen suursanakirja*. Porvoo: WSOY.

Vaaralliset ja riskialttiit extreme-lajit ovat viimeisen puolen vuosikymmenen aikana nousseet jatkuvasti enemmän esille tiedotusvälineissä ja urheilumediassa. Myös harrastajamäärät näissä lajeissa ovat lisääntyneet. Suomalaisissa tiedotusvälineissä ja julkaisuissa on myös puhuttu “äärirajaurheilusta”, “äärirajaharrastuksista” tai “äärimmäisyysurheilusta”.

Extreme-lajien luonteeseen kuuluu olennaisena osana toiminnan sisältämä jatkuva ja suuri vakavan loukkaantumisen, jopa kuoleman, riski. Ewert (1989) on määritellyt riskiharrastuksen (risk recreation) harrastukselliseksi toiminnaksi, jossa on mukana riski- ja vaaratekijöitä koettuna luonnonmukaisessa ympäristössä ja jossa osallistujan toiminta ja kyvyt ovat tärkeässä osassa kokemuksen lopputuloksen kannalta. Ewert (1994) toteaa myös, että riskin ottaminen sinällään ei ole keskeisellä sijalla näissä lajeissa. Apterin (1992) mukaan extreme-lajeissa ei niinkään ole kyse pelistä kuin laskelmoidusta riskin ottamisesta. Esimerkiksi vuorikiipeilyn tuottamassa jännityksessä on kyse vaaralliseen tilanteeseen menemisestä ja omia taitoja käyttämällä vaarojen voittamisesta. Toinen tyypillinen esimerkki extreme-lajeista on “extreme-hiihto”, jonka Slinger ja Ruderstam (1997) määrittelevät hiihdoksi ja lumilautailuksi vaarallisissa ja vaativissa olosuhteissa. Toiminta tapahtuu jyrkissä kuruissa, kallio- ja jääseinillä, joissa korkeuserot ovat suuret, usein tuhansia metrejä. Kaatuminen johtaa aina vakavaan loukkaantumiseen tai kuolemaan.

Vuosisadan ensimmäisellä puoliskolla fyysisen riskin ottaminen katsottiin olevan merkki patologiasta (Adler 1930, Deutsch 1926, Fenickhel, 1939, 1945 ja Huberman, 1968). Grovesin (1987) mukaan freudilainen kuoleman vietti, kastroatioahdistus, pelon siirtäminen, psykopaattisten fantasioiden acting out, riittämättömyyden tunteen kompen-saatio tai omnipotenssin tunne ja sen osoittaminen ovat aiemmin selittäneet extreme-lajeihin osallistumista. Viimeisen kolmen vuosikymmenen aikana tutkijat ovat kuitenkin

yleisesti todenneet, että teorit, jotka selittävät extreme-urheiluun osallistumisen patologisten persoonallisuudenpiirteiden ja motiivien kautta, ovat väärä. Ajatus siitä, että extreme-urheilijat olisivat häiriintyneitä, on vain paikkansa pitämätön myytti. (Groves, 1987).

Extreme-lajeihin liittyvä tutkimus on lähestynyt aihetta monelta kannalta. Psykologisen ja urheilupsykologisen tutkimuksen päämielenkiinnonkohteita ovat olleet näiden lajien harrastajien persoonallisuus ja motiivit: minkälaiset ihmiset osallistuvat ja etsivät vapaaehtoisesti riskialttiita tilanteita ja olosuhteita ja miksi?

Lyngin (1990) mukaan on olemassa kaksi vastakkaisesti suuntautunutta persoonallisuustyyppiä: riskialttiita tilanteita ja ympäristöjä arvostava ja etsivä ja toisaalta niitä välttävä. Edellisestä Klausner (1968) on käyttänyt nimitystä stressihakuiset (stress-seekers).

Zuckerman (1979) puhuu elämyshakuisuudesta (sensation-seeking). Se on persoonallisuuden piirre, jota kuvataan jatkuvalla tarpeella voimakkaisiin, vaihteleviin ja monimutkaisiin kokemuksiin ja ärsykkeisiin. Elämyshakuinen henkilö on valmis ottamaan fyysisiä ja sosiaalisia riskejä ja kokee voimakkaita positiivisia elämyksiä oudoissa ja riskialttiissa tilanteissa. Zuckerman (1979b) toteaa elämyshakuisuuden olevan yhteydessä ekstraversiivisuuteen, impulsiivisuuteen, yksilöllisyyteen ja heikkoon itsekontrolliin. Sosiaalisuus taas korreloi elämyshakuisuuteen negatiivisesti. Hymbaughin ja Garretin mukaan (1974) laskuvarjo-urheilijat saivat selvästi korkeamman arvon SSS-asteikolla (Sensation Seeking Scale) kuin kontrolliryhmä.

Farley (1986) esittelee jännityshakuisen T-tyyppin (T=thrill) persoonallisuuden (the Big-T personality). Hän erottelee ison T:n ja pienen t:n persoonallisuustyyppien ääripäinä. Isolle T:lle on tyypillistä uusien elämysten etsiminen ja jännityshakuisuus, kun taas pikku t pyrkii välttämään jännittäviä, riskialttiita ja uusia tilanteita. Farley (1986) luokittelee extreme-harrastajan isoksi T:ksi, joka suuntaa toimintaansa rakentavasti ja fyysisesti.

Apter (1982) on käsitellyt teoriassaan (reversal theory) riskin ottajia ja heidän tapansa havaita, strukturoida ja tulkita ympäristön informaatiota. Teorian mukaan persoonallisuudeltaan dominoivasti parateelinen henkilö kokee korkean vireystilan yleensä jännit-

tävänä ja miellyttävänä ja arvostaa ja etsii jännitystä ja riskejä kohottaakseen vireystilaansa. Dominoivasti teellinen henkilö kokee korkean vireystilan yleensä epämiellyttävänä ja ahdistavana ja hän välttää jännitystä ja riskejä.

Cloninger (1987) esittelee novelty seeking -termin, joka kuvaa uutuudenviehätystä / uusien kokemusten etsimistä persoonallisuudenpiirteinä, johon liittyy elämyshakuisuutta, impulsiivisuutta ja yksitoikkoisuuden välttämistä.

Eysenck & Eysenck (1978) ja Kerr & Svebak (1989) mukaan extreme-harrastajat osallistuvat riskialttiiseen toimintaan ennalta suunnitellusti ja järkevästi, eivätkä niinkään ajattelemattomasti ja impulsiivisesti. Myös Slinger & Rudestam (1997) korostivat extreme-harrastajien käyttämää "laskelmoidun riskin" käsitettä. Knopf (1983) toteaa, että riskialttiisiin lajeihin osallistujilla on myös korkea hallinnan ja kontrollin tarve. Slinger & Rudestamin (1997) mukaan riskilajien harrastajat saivat korkeampia arvoja itsetehokkuus/minäpystyvyys (self-efficacy) -asteikolla kuin riskittömämpien lajien harrastajat. Yksilön motiiveihin pohjautuvan lähestymistavan perusajatuksena on, että osallistuminen riskialttiiseen toimintaan, kuten extreme-urheiluun, palvelee tiettyjen tavoitteiden tai haluttujen lopputulosten saavuttamista. Virkistys- ja harrastuskontekstissa tämä pitää sisällään mm. tavoitteita vireystilan kohoamisesta ja kiihottumisesta (Ellis, 1973; Klausner, 1968; Loy & Donnelly, 1976). Lazarus & Averil (1972) ja Sarason (1975) toteavat, että vaaralliseksi tai uhkaavaksi koettu toiminta kohottaa vireystilaa. Slinger & Rudestamin (1997) mukaan monien riskilajien, kuten laskuvarjourheilun, motivoivana tekijänä on vireystilan ja jännityksen tason nostaminen.

Motiiveihin pohjautuva lähestymistapa sisältää myös arvokysymyksiä yksilön itsenäisyydestä ja individualismista (Deci & Ryan, 1985; Howard 1976; Klein, 1978). Macbeth (1988) toteaa yksinpurjehtimisen tarjoavan harrastajalleen kompetenssin tunnetta, itsenäisyyttä, yksilöllisyyden tunnetta ja nautintoa, jotka usein puuttuvat modernista yhteiskunnasta.

Driver & Brown, 1975; Schreyer & Beaulieu, 1986; Schreyer & Lime, 1984, Watson et al., 1991 tutkimusten mukaan riskilajeihin osallistujan kokemustaso saattaa vaikuttaa hänen osallistumismotiiveihinsa merkittävästi. Kokemusten ja tiedon monipuolistuessa kokeneella osallistujalla on käytettävissään laajempi skaala toimintaan liittyviä käsitteitä.

tä, ennakko-odotuksia ja motivoivia tekijöitä (Carroll & Johnson, 1990; Hogart, 1980). Kokemuksen lisääntymisen voidaan katsoa vaikuttavan motivaatiotekijöihin Williamsin ym. (1990) mukaan kognitiivisen uudelleen strukturoinnin kautta, Spinellin (1989) mukaan todellisuuden havainnoimisen uudelleen tulkitsemisen kautta tai Littlen (1987) mukaan osallistujan tarkemman erikoistumisen kautta. Kognitiivisen kehitysteorian mukaan kokemuksen kautta saadun tiedon määrän kasvaessa ymmärryksen taso toiminnasta monipuolistuu ja kehittyy monimutkaisemmaksi. Kokenut extreme-urheilija osaa arvioida harrastuksensa riskit ja suhteuttaa ne omaan harkittuun toimintaansa (Moore, 1976; O'Keefe, 1990; Williams et al., 1990).

Horwath & Zuckermanin (1993) mukaan voi olla mahdollista, että havainnon kautta oppimisessa ei-elämishakuiset kiinnittävät valikoivasti enemmän huomiota toiminnan negatiivisiin seurauksiin, kun taas elämishakuiset huomioivat enemmän toiminnan tuottamaa nautintoa, positiivisia affektiivisiä seurauksia ja ulkoisia palkintoja. Vertaillessaan eri lajien toiminnan motiiveja Csikszentmihalyi (1975b) totesi, että extreme-lajeja edustavat kalliokiipeilijät arvostivat eniten kokemuksen tuottamaa nautintoa ja omien taitojen käyttämistä koripalloilijoiden tärkeimmän motiivin ollessa kilpailu, itsen vertaaminen muihin.

Flow-teoria on Mihaly Csikszentmihalyin (1974) esittelemä sisäisen motivaation teoria, jonka avulla selitetään jokapäiväisen elämän, työn ja harrastusten parissa tapahtuvia motivaation nousuja ja laskuja. Flow on summa hetkittäisistä motivaatiotiloista, jotka muodostavat yksilön elämän. Näitä motivaatiotiloja ja sitä kautta yksilön koko elämää pyritään selittämään toiminnan haasteellisuuden ja toimijan taitojen näkökulmasta. Massimini ja Carli (1986) tulivat siihen tulokseen, että flow-kokemus alkaa, kun haasteellisuus ja taidot ylittävät tietyn tason ja ovat tasapainossa toisiinsa nähden.

Csikszentmihalyin (1974) mukaan flow-kokemuksen kriteerit yksilön kannalta ovat toiminnan ja tietoisuuden yhteen sulautuminen, tietoisuuden kapeutuminen, ajantajun hämärtyminen, huomion keskittyminen, ja toiminnasta saatavan pätevyyden ja kontrollin tunne. Toimintaan liittyviä kriteereitä ovat toiminnasta saatava tyydytyksen tunne sekä siihen liittyvät selkeät tavoitteet ja välitön palaute. Mitchellin (1988) mukaan optimaalisen vireyden tila, kuten flow on mahdollista saavuttaa vain, kun merkitykselli-

set ja joskus kohtalokkaatkin toiminnan lopputulokset riippuvat voimakkaasti osallistujan taidoista ja toiminnasta. Toimijan motiivien kannalta extreme-lajit tarjoavat runsaasti flow-kokemuksen mahdollistavia riskialttiita tilanteita ja olosuhteita lopputulosten perustuessa suurelta osin harrastajan taitoihin ja toimintaan.

Elämyshakuisuutta on tarkasteltu myös biologiselta pohjalta. Korkeat arvot Sensation Seeking Scalessa korreloivat useiden tutkimusten mukaan mataliin MAO-arvoihin. MAO (monoamiini oksidaasi) on entsyymi, jota sijaitsee mm. neuroneiden mitokondrioissa. Sen tehtäviin kuuluu mm. välittäjäaineiden säätely (Zuckerman 1983). Geneettisiä tutkimuksia elämyshakuisuuden biologisista perusteista on tehty mm. kaksosilla. Zuckerman (1983) toteaa, että identtisten kaksosten kohdalla elämyshakuisuudesta pystytään selittämään geneettisillä tekijöillä 58 %. Garpenstrand et al. (1997) mukaan D4-dopamiini-reseptori-geeni (D4DR) on yhteydessä elämyshakuisuuteen ja uutuudenviehätykseen. Sullivan et al. (1998) puolestaan toteavat, että tilastollista yhteyttä elämyshakuisuuden ja D4DR-geenin välillä ei voida osoittaa. Elämyshakuisuuden geneettinen perusta säilyy epäselvänä.

Aiemmat tutkimukset ovat selittäneet riskilajeihin osallistumista paitsi persoonallisuuden, myös motiivien ja biologisten tekijöiden kannalta. Persoonallisuuden osalta tutkimusta on tehty pääasiassa erilaisten piirreteorioiden pohjalta. Laaja-alaisesti persoonallisuuden rakenteita ja toimintoja kuvaavia menetelmiä, kuten Rorschach Comprehensive Systemiä ei ole aiemmin extreme-urheilijoita tutkittaessa käytetty. Extreme-lajien tutkimus on pääasiassa ollut joko persoonallisuuteen tai motiiveihin keskittyvää. Näitä yhdistelevä tutkimus on ollut vähäisempää.

Tutkimuksemme ensisijainen tarkoitus on tutkia extreme-lajien harrastajien persoonallisuuden rakennetta ja toimintaa - millaiset ihmiset harrastavat riskilajeja kuolemaa uhmaten? Tutkimuksen toissijainen tarkoitus on etsiä vastausta kysymykseen: ”miksi?”. Tätä kysymystä tarkastelemme toiminnan motiiveissa ja flow-kokemisessa mahdollisesti esiintyvien ryhmien välisten erojen pohjalta. Vertaamme keskenään kolmea ryhmää, joista kaksi kuuluu extreme-lajeihin: alpinismi ja laskuvarjourheilu. Riskiltään pienempi laji jalkapalloilu toimi tutkimuksessamme verrokkiryhmänä.

## **MENETELMÄT**

### **Tutkittavat**

Tutkimuksessamme oli mukana 29 mieshenkilöä. Koehenkilöt oli jaettu kolmeen ryhmään harrastuksensa perusteella: alpinistit (n=10, 34%), laskuvarjourheilijat (n=10, 34%) ja jalkapalloilijat (n=9, 31%). Alpinistiryhmän keski-ikä oli 28 vuotta, laskuvarjourheilijoiden 32 ja jalkapalloilijoiden 20. Koehenkilöt hankittiin tutkijoiden henkilökohtaisten kontaktien kautta. Valintakriteereinä jokaisessa ryhmässä olivat useamman vuoden intensiivinen paneutuminen harrastukseen ja riittävä kokemus, mikä lisäsi ryhmien samankaltaisuutta. Alpinisteilta edellytettiin useita kokemuksia merkittävistä kansainvälisistä kiipeily- ja extremelasku -kohteista (esim. Himalaja, Pamir, Alpit). Alpinisteista osa ilmoitti pääalajikseen extremehiihdon, osa kiipeilyn eri lajit (jää- vuori-, tai kalliokiipeily). Laskuvarjourheilijoilta edellytettiin vähintään C-tason lupakirjaa ja sataa hyppyä, ja jalkapalloilijoilta puoliammattilaisuutta ja menestystä vähintään I-divisioonassa. Alpinisteista 80% oli pääkaupunkiseudulta, 20% Lahden seudulta. Laskuvarjourheilijat olivat keskisuomalaisen laskuvarjokerhon jäseniä. Jalkapalloilijat kuuluivat I-divisioonassa pelaavaan keskisuomalaiseen joukkueeseen. Ensimmäiset yhteydenotot tapahtuivat suullisesti tai puhelimitse. Kaikille tutkimukseen suostuneille toimitettiin tutkimusta ja sen tarkoitusta esittelevä tiedotuskirje, josta ilmeni myös tutkimuksen luottamuksellisuus ja mahdollisuus saada henkilökohtaista palautetta persoonallisuuden rakenteesta ja toiminnasta. Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista eikä siitä maksettu palkkiota.

Tutkittavien edustamissa lajiryhmissä miehet ovat enemmistönä, minkä vuoksi tutkimukseen valittiin pelkästään miehiä. Tämä paransi otosten edustavuutta ja poisti CMPS-persoonallisuuskyselyssä ilmenevät sukupuolesta johtuvat erot. Myös Rorschach Comprehensive System -menetelmässä esiintyy eroja a/p -muuttujassa sukupuolten välillä (Exner 1993a). Tutkittavien ikä otettiin huomioon ryhmittäin valitsemalla ryhmät ikäjakaumaltaan mahdollisimman samankaltaisiksi. Ryhmien samankaltaisuutta lisättiin myös valitsemalla

tutkittaviksi vain elämäntavaltaan urheilullisia henkilöitä, jotta mahdolliset erot tuloksissa eivät johtuisi tästä seikasta.

## **Tutkimusmenetelmät**

### **Rorschach Comprehensive System**

Ensisijaisena tutkimusmenetelmänä käytettiin Rorschach Comprehensive System persoonallisuuden tulkintamenetelmää. Hermann Rorschach loi 75 vuotta sitten nimeään kantavan menetelmän, josta sittemmin tuli yksi käytetyimmistä psykodiagnostisista tutkimusvälineistä. Vuosien kuluessa menetelmää arvosteltiin mm. systemaattisuuden puutteesta sekä heikosta reliabiliteetista ja validiteetista. Amerikkalainen John E. Exner Jr. aloitti 1968 kokoamansa aineiston pohjalta empiirisen tutkimuksen kaikista aiemmin esitetyistä koodaus- ja tulkintahypoteeseista ja loi Rorschachin alkuperäistä havaintokognitiivista luonnetta noudattaen menetelmän, joka on niin kliinisessä työssä kuin tieteellisessä tutkimuksessa reliaabeli ja validi (Ilonen, Tuimala & Uhinki, 1997).

Menetelmän reliabiliteetin kannalta tärkeitä ovat seuraavat seikat. Ensimmäiseksi, menetelmän käyttäjillä tulisi olla yhtenäinen empiirisesti oikeaksi todennettu Exnerin Rorschach Comprehensive System järjestelmän mukainen koulutus. Toiseksi, menetelmä tulee aina esittää Rorschach Comprehensive System -menetelmän yleisten periaatteiden ja struktuurien mukaisesti. Kolmanneksi, riittävä arvioitsijareliabiliteetti (80%) pöytäkirjojen oikean koodauksen osalta tulisi todentaa ristiinkoodaamalla ne toisen saman koulutuksen saaneen tutkijan kanssa. (Exner, 1991).

Rorschach Comprehensive Systemin validiteettia tarkastelevassa tutkimuksessa Parker et al. (1988) totesivat, että Comprehensive System ja MMPI -menetelmillä on toisiinsa verrattavat, luotettavat ja validit psykometriset ominaisuudet. Rossi (1990) totesi verratessaan kaikkia *Journal of Personality Assessment* -lehdessä vuosina 1975-1990 julkaistuja tutkimuksia, että Rorschach-tutkimus on tilastollisen tehon kannalta yhtä tehokas, kuin muu käyttäytymistieteen alan tutkimus. Exner ja Weiner (1995) totesivat seurantatutkimuksessaan pysyvämpiä luonteenpiirteitä kuvaavien Rorschach-muuttujien (esim. Afr, M,

T) pysyvän muuttumattomina kolmen vuoden päähän yli .80 tasolla. Mm. Parker (1988), Rossi (1990), Exner & Weiner (1995) ovat todenneet Rorschach Comprehensive Systemin validiksi persoonallisuuden rakennetta ja toimintoja kuvaavaksi menetelmäksi.

Tutkimuksemme Rorschach Comprehensive System -pöytäkirjat kirjoitettiin puhtaaksi ja koodattiin. Kaksi pöytäkirjaa hylättiin tutkimuksesta validiteetin puuttumisen takia. Toisessa pöytäkirjassa vastausten lukumäärä (R) oli liian pieni (12) ja toisessa kyselyvaihe oli puutteellinen.

Arvioitsijareliabiliteettitestausta Rorschach Comprehensive Systemin osalta suoritettiin ristiinkoodaamalla pöytäkirjat (Exner, 1986). Koska vain toinen tutkijoista on käynyt *The Finnish Rorschach Association for the Comprehensive System* järjestämän kaksivuotisen koulutuksen, suoritettiin pöytäkirjojen ristiinkoodaus kahden ulkopuolisen saman koulutuksen suorittaneen tutkijan kanssa. Ristiinkoodausta varten pöytäkirjoista valittiin satunnaisotannalla 10 kappaletta (36%). Pöytäkirjat sisälsivät yhteensä 320 vastausta. Ristiinkoodattujen muuttujien yhteneväisyysprosentit olivat: lokaatio 86%, kehitystaso (DQ) 87%, lokaation numero 87%, determinantit 75%, muototaso (FQ) 76%, parivastaukset 87%, primaarisisällöt 82%, sekundaarisisällöt 81%, populaarivastaukset 98%, Z-arvo 80%, erityiskoodit 80%. Suurimman osan ristiinkoodausten välisistä eroista voidaan katsoa selittyvän sillä, että tutkija saa yleensä kahdenkeskisessä tutkimustilanteessa paremman käsityksen tutkittavan verbaalisista ja nonverbaalisista viesteistä kuin ulkopuolinen ristiinkoodaaja. Jälkimmäinenhän tekee koodauksensa vain pöytäkirjan ja lokaatiokartan (Schemablock) avulla.

Muitakin Rorschach-tutkimukselle esitettyjä tilastotieteellisiä kriteereitä (Exner, 1992; Kinder, 1992) noudatettiin.

Rorschach Comprehensive Systemin pöytäkirjojen koodeista laskettiin RIAP (Rorschach Interpretation Assistance Program) Version 2 -tietokoneohjelmaa hyväksi käyttäen rakennevariaabelit, jotka koostuvat koodien välisistä summa- ja osamäärämuuttujista. Tutkimuksemme eksploraatiivisen lähestymistavan vuoksi tarkastelun kohteeksi valittiin kaikki rakennevariaabeleista muodostuvat indeksit (6 kappaletta) ja klusterit (7 kappaletta) ja mielekäs määrä niiden sisältämiä tulkinnallisia summa- ja osamäärämuuttujia. Näistä osa oli jatkuvia (45 kappaletta) ja loput dikotomisista (121 kappaletta).

## CMPS

Toisena tiedonhankintamenetelmänä persoonallisuudesta oli CMPS-persoonallisuuskysely (Cesarec-Marke -Personality Schema), joka pohjautuu Murrayn (1938) tarveteoriaan. Kysely käsittää 165 kysymystä jakautuen 11 tarvevariaabeliin sekä asteikkoon, joka mittaa taipumusta antaa myönteisiä vastauksia sisällöstä riippumatta (acquiescence). 11 tarvevariaabelia ovat suoriutumisen tarve, seuran ja ystävyiden tarve, avoin aggressiivisuus, itsetunnon suojelemisen tarve, syyllisyyden tunteet, johtamisen tarve, itsetehostamisen; esillä olemisen tarve, riippumattomuuden ja itsenäisyyden tarve, tarve auttaa ja hoivata, järjestyksen tarve sekä tarve tulla autetuksi ja hoivatuksi. Tarvevariaabeleista johdetaan viisi faktoria: neuroottinen itsetehostus, dominanssi, aggressiivinen non-konformistisuus, passiivinen riippuvuus ja sosiaalisuus.

CMPS-persoonallisuuskyselyn vastaukset koodattiin tarvevariaabeleiksi (11 kappaletta), joista saatiin yllä mainitut viisi indeksiä. Näiden lisäksi saatiin sosiaalisesti hyväksyttävien vastauksien antamisen taipumuksesta kertova acquiescence-indeksi.

## Muut tiedonhankintamenetelmät

Toiminnan motiiveja kartoitimme Csikszentmihalyin (1975b) "Eight reasons for Enjoying an Activity"-kyselyn pohjalta laaditulla lomakkeella (liite 3). Kyselyssä testattavan tuli laittaa tärkeysjärjestykseen kahdeksan syytä, miksi harrastaa lajiaan. Vaihtoehdot olivat: itse toiminta sinänsä, kokemuksen tuottama nautinto ja omien taitojen käyttäminen, henkilökohtaisten taitojen kehittäminen, ystävät ja toverisuhteet, oman itsen ja omien ihanteiden vertaaminen, kilpailu; itsen vertaaminen muihin, maine; palkinnot; kunnia; arvostus ja tunteiden purkaminen/laukeaminen.

Flow'n kokemista harrastustoiminnassa kartoitimme "oman lajitoiminnan arviointi"-kyselyllä (liite 4). Teoreettisesti kysely perustuu Csikszentmihalyin (1991) flow-kokemukseen liittyviin tekijöihin. Tekijät ovat tietoisuuden kaventuminen, keskittyminen, ajantajun hämärtyminen, itsetietoisuuden häviämiseen liittyvä toiminnan helppouden tunne, kontrollin tunne, tavoitteiden selvyys ja johdonmukaisuus, toiminnasta saadun

palautteen selkeys ja toiminnan autoteelinen luonne. Lomakkeen rakenne pohjautuu Kirjosen ja Kitvelin (1994) oman toiminnan arviointi -kyselyyn.

Lisäksi hankimme tietoa harrastuksien kestosta, intensiteetistä, tavoitteista ja saavutuksista perustietolomakkeella (liite 5).

Toiminnan motiiveja ja Flow'n kokemista mittaaville kyselyille suoritettiin pilottitutkimus. Rorschach Comprehensive System -muuttujat, CMPS -muuttujat ja toiminnan motiiveja sekä flow'n kokemista mittaavien kyselyjen vastaukset käsiteltiin tilastollisesti SPSS for Windows -ohjelmalla.

### **Tutkimuksen kulku**

Aineiston keruu tapahtui syyskuun 1997 ja elokuun 1998 välisenä aikana. Jokainen koehenkilö tavattiin kerran henkilökohtaisesti, jolloin hänelle esitettiin Rorschach Comprehensive System menetelmän yleisten periaatteiden ja struktuurien mukaisesti. Koehenkilöt tutkittiin siten, ettei testaaaja ollut testattavalle ennestään tuttu. Intimiteetti suojattiin käyttämällä koko tutkimuksen ajan henkilötietojen sijasta numerokoodeja. Rorschach Comprehensive Systemin esittämisen jälkeen koehenkilöille annettiin itsenäisesti täytettäväksi CMPS-persoonallisuuskysely, toiminnan motiiveja ja flow'n kokemista mittaavat kyselyt sekä harrastuksia kartoittava perustietolomake, joihin tutustuttiin testattavan kanssa. Kyselylomakkeiden palauttaminen tapahtui postitse.

### **Tilastolliset analyysit**

Tutkimusaineiston analyysissä käytimme SPSS for Windows -ohjelmaa. Tarkastelimme ryhmien välillä mahdollisesti esiintyviä eroja. Rorschachin Comprehensive Systemin dikotomisista muuttujista oli 121 kappaletta. Profiilien homogeenisuutta tutkimme Chi-neliötestillä. Parittaiset vertailut tehtiin otoskoon pienuuden vuoksi  $G^2$ -testisuureella. Homogeenisuuden testaus kertoo keskiarvojen poikkeamisen todennäköisyydestä. Lopulliset tilastolliset merkitsevyydet määräytyivät jäännöstarkastelun perusteella. Rorschachin Comprehensive Systemin jatkuvien muuttujien (45 kappaletta) sekä CMPS- ja flow-

kyselyn muuttujien kohdalla tarkastelimme keskiarvojen samankaltaisuutta yksisuuntaisen varianssianalyysillä. Ryhmien väliset parittaiset vertailut tehtiin LSD-testillä. Mikäli muuttujat eivät täyttäneet varianssianalyysin oletuksia, käytimme Kruskal-Wallisin epäparametrisestä testiä, ja ryhmien väliset parittaiset vertailut tehtiin Tukey-HSD-testisuureella. Toiminnan motiivit -kyselyn tulokset käsitelimme asettamalla muuttujat ryhmittäin järjestykseen annettujen järjestyslukujen perusteella.

## **TULOKSET**

### **Rorschach Comprehensive System**

Tutkimuksessa käytettyjen validien Rorschach-pöytäkirjojen lukumäärä ryhmittäin oli alpinistit 10, laskuvarjourheilijat 8 ja jalkapalloilijat 9 kappaletta. Laskuvarjourheilijoiden vastausten lukumäärä (R) vaihteli muista ryhmistä tilastollisesti merkitsevästi,  $p=0,021$ . Kiipeilijöiden keskiarvo oli 36,30 (SD 14,17), laskuvarjourheilijoiden 22,38 (SD 6,61) ja jalkapalloilijoiden 37,11 (SD 10,68) vastausta.

Rorschach-muuttujia oli tilastollisessa analyysissä mukana 45 jatkuvaa ja 121 dikotomis-ta. Näistä lopullisen tarkastelun ja tulkinnallisen analyysin kohteeksi valittiin vain ne muuttujat, joissa ryhmät erosivat toisistaan vähintään 0,05 -merkitsevyydellä sekä kaksi tulkinnallisesti tärkeää muuttujaa, joiden p-arvo oli suurempi kuin 0,05. Lopullisessa tarkastelussa dikotomisia oli 24 ja jatkuvia 15 kappaletta. Alla esitellään ryhmien väliset erot Rorschach-muuttujissa Comprehensive Systemin erilaisia psykologisia toimintoja ja rakennetta kuvaavien klustereiden mukaisesti jaoteltuina. Ryhmien keskiarvo- sekä prosenttijakaumat esitetään taulukoissa 1 ja 2.

**TAULUKKO 1.****Toisistaan ryhmittäin eroavat jatkuvat Rorschach-muuttujat klustereittain esitettynä.**

Klusteri ja muuttuja	Ryhmä ka. <sup>a</sup>			p-arvo <sup>b</sup> LSD/Tukey	ryhmien erot <sup>c</sup>
	1	2	3		
Vastausten lukumäärä					
R	36,30	22,38	37,11	0,021*	2-1+3
Hallintakapasiteetti ja stressinsietokyky					
es	18,10	9,00	13,67	0,030*	1-2
Adj es	12,20	6,63	8,78	0,043*	1-2
EA	14,30	8,00	13,94	0,050*	2-1+3
Y	0,40	1,13	2,11	0,048*	1-3
Tunne-elämän piirteet					
Blends/R	0,33	0,16	0,18	0,016*	1-2+3
S	6,60	3,38	3,89	0,012*	1-2+3
Muiden havaitseminen ja vuorovaikutussuhteet					
COP	2,20	0,50	1,30	0,022*	1-2
Omakuva ja itsehavainnointi					
FD	3,80	0,38	1,78	0,007**	1-2+3
Informaation prosessointi					
Zd	4,75	-0,50	-4,28	0,003**	1-2+3
Zf	19,30	10,88	19,44	0,019*	2-1+3
DQ+	10,80	4,13	9,22	0,040*	1-2
Mediaatio					
Xu%	0,36	0,25	0,43	0,008**	2-3+1
X+%	0,48	0,57	0,33	0,009**	3-2+1
Ideaatio					
2AB+Art+Ay	6,30	3,00	5,89	0,086	1-2

a) 1 = alpinistit, 2 = laskuvarjoureilijat, 3 = jalkapalloilijat.

b) \* p&lt;.05 \*\*p&lt;.01

c) Esim: 1-2+3 = alpinistit eroavat laskuvarjoureilijoista ja jalkapalloilijoista.

**TAULUKKO 2****Toisistaan ryhmittäin eroavat dikotomiset Rorschach-muuttujat klustereittain esitettynä.**

Klusteri ja muuttuja	%jakaumat ryhmittäin <sup>a</sup>						p-arvo <sup>b</sup> G-neliö	ryhmien erot <sup>c</sup>
	1		2		3			
	kyllä	ei	kyllä	ei	kyllä	ei		
W > 12	40	60	13	87	78	22	0,018	3-2
Lambda > .99	0	100	37	63	33	67	0,038	1-2+3
<b>Hallintakapasiteetti ja stressinsietokyky</b>								
D-score < -1	50	50	25	75	0	100	0,018	1-3
<b>Tunne-elämän piirteet</b>								
S > 6	50	50	0	100	0	100	0,002**	1-2+3
Shd-Blends > 0	50	50	0	100	11	89	0,015	1-2+3
Col-Shd-Blends ilman Y:tä > 0	50	50	0	100	22	78	0,024	1-2+3
<b>Muiden havaitseminen ja vuorovaikutussuhteet</b>								
COP > 2	40	60	0	100	11	89	0,047	1-2+3
COP ≥ 3 & AG < 2 tai COP > 3 & AG ≤ 2	30	70	0	100	0	100	0,037	1-2+3
COP = 0	0	100	63	37	33	67	0,005	2-1+3
COP = 0 & AG = 0/1	0	100	63	37	22	78	0,005**	2-1+3
H + (H) + Hd + (Hd) > 7	60	40	0	100	56	44	0,005	2-1+3
<b>Omakuva ja itsehavainnointi</b>								
3r+(2)/R > .45	70	30	25	75	22	78	0,057	1-2+3
FD > 2	70	30	0	100	11	89	0,000***	1-2+3
V > 0	80	20	25	75	33	67	0,031	1-2+3
FD > 2 & V > 0	70	30	0	100	0	100	0,000***	1-2+3
FV+VF+V+FD > 2	80	20	13	87	22	78	0,004	1-2+3
<b>Informaation prosessointi</b>								
Zf < 9	0	100	50	50	11	89	0,014*	2-1+3
Zf > 20	40	60	0	100	44	56	0,030	2-1+3
Zf > 13	90	10	25	75	67	33	0,013	2-1+3
Zd > 3	60	40	0	100	0	100	0,000***	1-2+3
Zd > 5	60	40	0	100	0	100	0,000***	1-2+3
DQ+ > 9	70	30	0	100	33	67	0,003	1-2
<b>Mediaatio</b>								
X+% < .50	70	30	25	75	100	0	0,001**	3-2
Xu% > .30	80	20	13	87	100	0	0,000***	2-1+3

a) 1 = alpinistit, 2 = laskuvarjourheilijat, 3 = jalkapalloilijat

b) p-arvo: todennäköisyys jolla keskiarvot voivat erota, \* : ryhmien välisten erojen tilastollinen merkitsevyys jäännöstarkastelun perusteella.

c) Ryhmät, jotka eroavat tilastollisesti merkitsevästi. Esim. 1-2+3 = kiipeilijät eroavat laskuvarjourheilijoista ja jalkapalloilijoista.

Hallintakapasiteetti ja stressinsietokyky. Alpinistit saivat laskuvarjourheilijoita suurempia arvoja ulkomaailman vaatimuksista koetuista paineista kertovassa es, (experienced stimulation), ja Adj es (adjusted experienced stimulation) muuttujissa. Laskuvarjourheilijat saivat alpinisteja ja jalkapalloilijoita pienempiä arvoja EA (experienced actual), elämäntilanteeseen ja stressin käsittelyyn liittyvät resurssit -muuttujassa. Alpinistit saivat jalkapalloilijoita pienempiä arvoja tilannesidonnaisesta stressinkäsittelykyvystä kertovassa Y-muuttujassa. D-score<-1, heikentynyt tilannesidonnainen hallintakapasiteetti ja stressinkäsittelykyky kohdalla alpinistit saivat jalkapalloilijoita enemmän 'kyllä'-arvoja.

Tunne-elämän piirteet. Alpinistit saivat psykologisten toimintojen monimutkaisuutta kuvaavassa Blends/R ja, negatiivisesta, oppositionaalisesta ympäristöön suhtautumisesta kertovassa S (*space*)-muuttujassa muita ryhmiä suurempia arvoja.  $S > 6$  muuttujassa kiipeilijät saivat muita ryhmiä enemmän 'kyllä'-arvoja.  $Shd - Blends > 0$ , tunne-elämään ja ajatteluun vaikuttavia negatiivisia, tuskaisia tunne-tiloja, ja  $Col - Shd - Blends$  ilman Y:tä  $> 0$ , ei-tilannesidonnaista hämmennystä sekä avuttomuuden tunteesta tunne-elämässä kertovissa muuttujissa alpinistit saivat muita ryhmiä enemmän 'kyllä'-arvoja.

Muiden havaitseminen ja vuorovaikutussuhteet. COP kertoo kyvystä positiivisiin vuorovaikutussuhteisiin ja AG aggressiivisuudesta ja assertiivisuudesta. Näitä muuttujia tarkastellaan aina suhteessa toisiinsa. COP -muuttujassa alpinistit saivat laskuvarjourheilijoita suurempia arvoja.  $COP > 2$ , ja  $COP \geq 3$  &  $AG < 2$  tai  $COP > 3$  &  $AG \leq 2$  muuttujissa kiipeilijät saivat muita ryhmiä enemmän 'kyllä' -arvoja.  $COP = 0$ ,  $COP = 0$  &  $AG = 0/1$  ja kiinnostuksesta muihin ihmisiin kertovassa -muuttujassa  $H + (H) + Hd + (Hd) > 7$ , laskuvarjourheilijat saivat muita ryhmiä vähemmän 'kyllä' -arvoja.

Omakuva ja itsehavainnointi. Alpinistit saivat muita ryhmiä suurempia arvoja itsehavainnoinnista ja -reflektiosta kertovassa FD-muuttujassa. Korostuneesta taipumuksesta itsehavainnointiin ja -pohdiskeluun kertovassa  $FD > 2$  -muuttujassa alpinistit saivat muita ryhmiä enemmän 'kyllä'-arvoja. Itsehavainnoinnin ja -pohdiskelun kielteisestä sävystä kertovassa  $V > 0$  -muuttujassa alpinistit saivat muita ryhmiä enemmän 'kyllä' -arvoja. Alpinistit saivat muita ryhmiä enemmän 'kyllä' -arvoja myös itsetutkiskelun kielteisyydestä kertovissa  $FV + VF + V + FD > 2$ , ja  $FD > 2$  &  $V > 0$  -muuttujissa.  $3r + (2)/R > .45$ , korostunutta itsekeskeisyyttä, narsistisia piirteitä -muuttujassa alpinistit saivat muita ryhmiä enemmän 'kyllä' -arvoja.

Informaation prosessointi. Ponnistelun tasosta ja motivaatiosta kertovassa  $W > 12$  -muuttujassa jalkapalloilijat saivat laskuvarjourheilijoita enemmän 'kyllä'-arvoja. Kapealaisesta ja yksinkertaistavasta ulkomaailman informaation havainnoimisesta kuvaavassa  $\Lambda > .99$  -muuttujassa alpinistit saivat muita ryhmiä vähemmän 'kyllä' arvoja.  $DQ+$ , informaation käsittelyn ja yhdistämisen laatu, tehokkuus, kehittyneisyys muuttujassa alpinistit saivat laskuvarjohyppääjiä suurempia arvoja.  $DQ+ > 9$  muuttujassa alpinistit saivat laskuvarjourheilijoita enemmän 'kyllä'-arvoja. Havainnointitavan aktiivisuudesta,

monipuolisuudesta, taloudellisuudesta kertovassa  $Z_d$  -muuttujassa alpinistit saivat muita ryhmiä suurempia arvoja.  $Z_d > 3$  ja  $Z_d > 5$  alpinistit saivat muita ryhmiä enemmän 'kyllä' -arvoja. Prosessoinnin ponnistelua ja motivaation tasoa kuvaavassa  $Z_f$ -muuttujassa laskuvarjourheilijat saivat muita ryhmiä pienempiä arvoja.  $Z_f > 13$  ja  $Z_f > 20$  -muuttujissa laskuvarjourheilijat saivat muita ryhmiä vähemmän 'kyllä' -arvoja.  $Z_f < 9$  laskuvarjourheilijat saivat muita ryhmiä enemmän 'kyllä' -arvoja.

Mediaatio. Laskuvarjourheilijat saivat muita ryhmiä pienempiä arvoja epätavanomaisista, ei-konservatiivisista tendensseistä informaation tulkinnassa ja käsittelyssä kertovassa  $X_u\%$ -muuttujassa.  $X_u\% > .30$  muuttujassa laskuvarjourheilijat saivat muita ryhmiä vähemmän 'kyllä'-arvoja. Jalkapalloilijat saivat muita ryhmiä pienempiä arvoja taipumuksesta konservatiivisiin, sosiaalisesti hyväksyttäviin toimintamalleihin kertovassa  $X+\%$  -muuttujassa. Taipumuksesta sosiaalisista odotuksista poikkeaviin informaation tulkintoihin ja toimintamalleihin kertovassa  $X+\% < .50$  muuttujassa jalkapalloilijat saivat enemmän 'kyllä' -arvoja kuin laskuvarjourheilijat.

Ideaatio. Älyllistämistä defenssimekanismina kuvaavassa  $2AB+Art+Ay$  -muuttujassa alpinistit saivat laskuvarjourheilijoita suurempia arvoja.

## CMPS

Tutkimuksessa käytettyjen CMPS-pöytäkirjojen lukumäärä ryhmittäin oli: alpinistit 9, laskuvarjourheilijat 10 ja jalkapalloilijat 9 kappaletta.

Alpinistit saivat laskuvarjourheilijoita sekä jalkapalloilijoita tilastollisesti merkitsevästi pienempiä arvoja itsetunnon suojelemisen tarve -variaabelissa sekä suurempia dominanssi-indeksissä. Alpinistit saivat laskuvarjourheilijoihin verrattuna tilastollisesti merkitsevästi suurempia arvoja itsetehostamisen, esillä olemisen tarve -variaabelissa.

Laskuvarjourheilijat saivat alpinisteihin ja jalkapalloilijoihin verrattuna tilastollisesti merkitsevästi pienempiä arvoja suoriutumisen tarve -variaabelissa.

Muissa muuttujissa ei ollut tilastollisesti merkitseviä eroja ryhmien välillä. Taulukossa 3 esitetään kaikki muuttujat.

**TAULUKKO 3** CMPS - muuttujat ryhmittäin

Tarvevariaabelit ja indeksit	Ryhmä ka. <sup>a</sup>			p-arvo <sup>b</sup> LSD/Tukey	ryhmien erot <sup>c</sup>
	1	2	3		
Suoriutumisen tarve	6,22	3,70	5,78	0.04*	2-1+3
Seuran ja ystävyys tarve	4,67	4,10	5,33	0.35	ns.
Avoin aggressiivisuus	5,33	5,80	5,33	0.85	ns.
Itsetunnon suojelemisen tarve	3,00	4,10	4,33	0.03*	1-2+3
Syyllisyyden tunteet	4,56	5,30	5,00	0.66	ns.
Johtamisen tarve	6,67	5,30	4,78	0.16	ns.
Itsetehostamisen, esillä olemisen tarve	7,00	5,20	5,56	0.06	1-2
Riippumattomuus	5,33	5,90	4,78	0.37	ns.
Tarve auttaa ja hoivata	5,00	5,40	4,89	0.72	ns.
Järjestyksen tarve	4,11	4,40	3,56	0.46	ns.
Tarve tulla autetuksi, hoivatuksi	5,00	5,20	5,33	0.86	ns.
<b>INDEKSIT</b>					
Neuroottinen itsetehostus	4,56	4,40	5,22	0.58	ns.
Dominanssi	7,22	5,40	5,11	0.001***	1-2+3
Agg. Non. Konf.	5,89	6,10	6,00	0.94	ns.
Pas. Riippuvuus	4,44	4,60	5,11	0.49	ns.
Sosiaalisuus	5,11	4,70	4,89	0.87	ns.
Acquiescence <sup>d</sup>	4,00	4,30	4,22	0.95	ns.

a) 1 = alpinistit, 2 = laskuvarjourheilijat, 3 = jalkapalloilijat

b) \* p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001

c) Ryhmät, jotka eroavat tilastollisesti merkitsevästi. Esim. 1-2+3 = kiipeilijät eroavat laskuvarjourheilijoista ja jalkapalloilijoista.

d) Acquiescence = Taipumus antaa myönteisiä vastauksia sisällöstä riippumatta.

## FLOWN KOKEMINEN

Tutkimuksessa käytettyjen flow-kyselyjen lukumäärä ryhmittäin oli: alpinistit 9, laskuvarjourheilijat 10 ja jalkapalloilijat 9 kappaletta. Laskuvarjourheilijat saivat kiipeilijöihin ja jalkapalloilijoihin verrattuna tilastollisesti merkitsevästi pienempiä arvoja toiminnasta saatu palaute -muuttujassa  $p=0.003$ . Laskuvarjourheilijat saivat jalkapalloilijoihin verrattuna tilastollisesti merkitsevästi pienempiä arvoja harrastuksen useus -muuttujassa  $p=0.023$ . Muissa muuttujissa ei ollut tilastollisesti merkitseviä eroja ryhmien välillä.

## TOIMINNAN MOTIIVIT

Tutkimuksessa käytettyjen Toiminnan motiivit -kyselyjen lukumäärä ryhmittäin oli: kiipeilijät 9, laskuvarjourheilijat 10 ja jalkapalloilijat 9 kappaletta. Taulukossa 4 on esitetty toiminnan motiivien tärkeysjärjestys lajeittain.

**TAULUKKO 4. Toiminnan motiivit ryhmittäin**

Motiivi	Alpinistit järj.luku ka. moodi	Laskuvarjourheilijat järj.luku ka. moodi	Jalkapalloilijat järj.luku ka. moodi
1. Itse toiminta sinänsä	3. 3,0 3	2. 2,5 1	1. 2,4 2
2. Kokemuksen tuottama nautinto ja omien taitojen käyttäminen	1. 2,0 1	1. 2,1 3	2. 2,6 1
3. Henkilökohtaisten taitojen kehittäminen	2. 2,6 2	5. 3,9 4	4. 4,2 4
4. Ystävät ja toverisuhteet	4. 3,6 3	4. 3,6 5	3. 3,4 4
5. Oman itsen ja omien ihanteiden vertaaminen	6. 5,8 7	6. 6,3 6	8. 7,2 8
6. Kilpailu, itsen vertaaminen muihin	8. 7,1 8	7. 7,1 7	5. 4,9 6
7. Maine, palkinnot, kunnia, arvostus	7. 6,0 5	8. 7,3 8	7. 5,8 7
8. Tunteiden purkaminen/laukeaminen	5. 5,4 6	3. 3,3 2	6. 5,5 6

## POHDINTA

Tutkimustulostemme mukaan alpinistien informaation havainnointi ja käsittelytyyli on tarkkaa ja yksityiskohtaista, ja he käyttävät siihen paljon voimavaroja. He pohdiskelevat itseään muita ryhmiä enemmän, ja pohdiskelu on sävyltään erittäin kriittistä, ajoittain jopa negatiivista. Alpinistit ovat ihmissuhteissaan sosiaalisia ja ulospäinsuuntautuneita. Laskuvarjourheilijat ovat ihmissuhteissaan etäisempiä ja hakevat harrastuksestaan ennen kaikkea henkilökohtaista nautintoa jopa sosiaalisten suhteiden kustannuksella. Vaikuttaa siltä, että laskuvarjourheilijat eivät ole populistisen käsityksen mukaisia ”friikkejä” vaan tekevät usein tavanomaisia, arkipäiväisiä ratkaisuja elämässään.

Alpinistien tapa havainnoida ympäristöä on tarkkaa ja yksityiskohtaista. Exnerin (1993) mukaan tällaisen luonteeltaan pysyvän tyylin taustalla on pyrkimys välttää virheitä ja epäonnistumisia. Ulkomaailmasta saadun informaation käsittelyn laatu ja tehokkuus on myös korkea. He pystyvät mielekkäällä tavalla integroimaan ja suhteuttamaan ympäristöstä tehtyjä havaintoja toisiinsa ja aiempiin kokemuksiinsa. Kokeneella alpinistilla on Carrollin ja Johnsonin (1990) sekä Hogartin (1980) mukaan kokemusten ja tiedon monipuolistuessa käytettävissään laajempi skaala toimintaan liittyviä käsitteitä, ennakkoodotuksia ja toimintaan motivoivia tekijöitä. Tulostemme mukaan alpinistit eivät myöskään kapeuta tai yksinkertaista havaintokenttäänsä eivätkä toisaalta hajota huomiotaan liian laajalle. Myös Tenenbaum ja Bar-Eli (1993) ovat todenneet, että kokeneet harrastajat pystyvät kokemattomia paremmin erottamaan olennaisen informaation epäolennaisesta ja kiinnittämään huomion paitsi kohteeseen myös kohteen ulkopuolelle, kokonaisuuteen.

Tulostemme mukaan alpinisteilla on taipumusta havainnoida ja pohdiskella itseään enemmän kuin muilla ryhmillä. Tähän voi liittyä itsekeskeisyyttä, jopa narsistisia piirteitä. Kuitenkin itsereflektointi on usein sävyltään erittäin kriittistä ja negatiivista. Itsetunnon suojelemisen tarve oli matala, he eivät pelkää haasteita tai epäonnistumisia ja jätä sen takia asioita tekemättä. Itsearvostus ja rationaalinen itseluottamus näyttäisivät olevan alpinistien korkean dominanssin ja johtamisen tarpeen taustalla. Myös Knopfin (1983) mukaan riskialttiisiin lajeihin osallistujilla on korkea hallinnan ja kontrollin tarve.

Tulostemme mukaan alpinistien tunne-elämälle on tyypillistä negatiivinen, joskus vihamielinenkin asenne ympäristöä kohtaan. Tämä ei kuitenkaan välttämättä näy käyttäytymisessä tai ole luonteeltaan asosiaalista, mutta saattaa vaikuttaa päätöksentekoprosesseihin ja jokapäiväisten tilanteiden havaitsemiseen. Esimerkiksi syvempien vuorovaikutussuhteiden muodostamisessa ja ylläpitämisessä saattaa ilmetä kyvyttömyyttä kompromisseihin. Tuloksemme tukevat Zuckermanin (1979b) tutkimusta, jonka mukaan elämishakuisuus korreloi sosiaalisuuteen negatiivisesti. Toisaalta yllä olevista seikoista kertovan muuttujan (S) runsas esiintyminen alpinisteilla selittynee osaltaan pitkästä lumisessa ja jäisessä harrastusympäristössä vietetystä ajasta.

Tulostemme mukaan alpinistit ovat kuitenkin kiinnostuneita muista ihmisistä ja myös kykeneviä sosiaalisiin suhteisiin. Vaikka he ajoittain voivat olla vähemmän tekemisissä muiden ihmisten kanssa, vuorovaikutussuhteet ovat heille tärkeitä ja todennäköisesti myös ympäröivät ihmiset pitävät heitä seurallisina. Heillä on tietty esillä olemisen tarve, johon voi liittyä myös jonkinasteista julkisuudentavoittelua. Tutkimamme alpinistit ovat harrastuksensa kautta jatkuvasti esillä tiedotusvälineissä, mikä tarjoaa mahdollisuuden tyydyttää korostunutta esillä olemisen tarvetta. Myös muiden järkyttäminen ja ällistyttäminen omilla saavutuksilla saattaa osaltaan palvella tätä tarvetta. Tuloksemme tukevat Zuckermanin (1979b) tutkimusta, jonka mukaan ekstraversiivisuus ja ulospäin suuntautuneisuus korreloivat elämishakuisuuden kanssa. Toisaalta tuloksemme eivät näiltä osin tue Zuckermanin (1979b) tutkimusta, jonka mukaan sosiaalisuus ja elämishakuisuus korreloivat negatiivisesti toisiinsa. Montserratín, Gomán ja Freixanetin (1991) tutkimuksessa vuorikiipeilijöiden ryhmä ei eronnut kontrolliryhmästä sosiaalisuuden suhteen.

Eysenck & Eysenck (1978) ja Kerr & Svebak (1989) totesivat, että alpinistien riskien ottaminen on luonteeltaan ennalta suunniteltua ja rationaalista. Myös Slanger & Rudestam (1997) korostivat extreme-harrastajien käyttämää "laskelmoidun riskin" käsitettä. Järkevä ja rationaalinen asennoituminen ilmeni tutkimuksessamme vaikeiden, tunnepitoisten tilanteiden ja niiden herättämien affektien käsittelytavassa, joka oli alpinisteilla muita ryhmiä enemmän rationalisoivaa ja älyllistävää.

Vaikka jokapäiväisen elämän vaatimuksia ja stressiä käsiteltäessä alpinistien resurssit ovat hyvät, jatkuvissa, voimakkaissa ja/tai odottamattomissa stressitilanteissa käsittelykyky voi heiketä. Tutussa ympäristössä heidän voi kuitenkin odottaa toimivan tehokkaasti, opittujen mallien mukaisesti. Riskialttiit tilanteet ovat muodostuneet heille tutuiksi kokemuksen myötä. Zuckermanin (1979b) mukaan kokemus korreloi voimakkaasti sen kanssa, kuinka riskialttiiksi tilanne tai toiminta arvioidaan. Mitä enemmän kokemusta osallistujalla on, sen riskittömämmäksi hän toiminnan arvioi. Toisaalta lisääntyneeseen kontrollin tunteeseen liittyy Weinsteinin (1987) mukaan myös epärealistista optimismia. Zuckermanin (1979b) mukaan elämishakuiset henkilöt arvioivat yleensäkin monia uusia ja outoja aktiviteetteja vähemmän riskialttiiksi kuin ei-elämishakuiset.

Testausajankohtana stressin kokeminen oli alpinisteilla korkeampaa kuin muilla ryhmillä. Tulosten mukaan uusissa ja yllätyksellisissä arkipäivän tilanteissa, esimerkiksi testitilanteessa, he saattavat reagoida sisäisesti impulsiivisesti. Myös Zuckerman (1979b) toteaa elämishakuisuuden olevan yhteydessä impulsiivisuuteen. Toisaalta Montserrat, Gomà ja Freixanet (1991) totesivat, että vuorikiipeilijöiden ryhmä ei eronnut kontrolliryhmästä impulsiivisuuden suhteen.

Laskuvarjourheilijoiden ongelmanratkaisu- ja päätöksentekoprosessit ovat tulostemme mukaan vähemmän epätavallisia kuin muilla ryhmillä. Näyttäisi siltä, että julkisuudessa usein esitetty kuva riskiharrastajista kummallisina "friikkeinä" ei laskuvarjourheilijoiden kohdalla pitänyt paikkaansa. Monissa arkipäivän tilanteissa heillä on taipumusta toimia kuten ihmisillä yleensä.

Laskuvarjourheilijoilla on tulostemme mukaan resursseja kypsiin ja vastavuoroisiin vuorovaikutussuhteisiin. He saattavat kuitenkin muiden mielestä olla jotenkin etäisiä eivätkä välttämättä etsi aktiivisesti sosiaalista kanssakäymistä uusissa ympäristöissä. Myös sosiaalisten tilanteiden havaitseminen saattaa olla tässä suhteessa vähemmän herkkää. Näistä seikoista johtuen heillä voi olla vaikeuksia luoda ja ylläpitää tyydyttäviä ja syviä vuorovaikutussuhteita. Zuckerman (1979b) toteaa elämishakuisuuden olevan yhteydessä ekstraversiivisuuteen. Tulostemme mukaan laskuvarjourheilijat eivät kuitenkaan ole ekstraverteille tyypillisellä tavalla ulospäinsuuntautuneita sosiaalisissa suhteissaan. Myös

Montserrat, Gomà ja Freixanet (1991) havaitsivat extreme-urheilijoita tutkiessaan negatiivista korrelaatiota elämishakuisuuden ja sosiaalisuuden välillä.

Laskuvarjourheilijoiden itsearvostus on korkealla, ja heidän minäkuvansa voi olla jopa narsistisesti väritynyt. Tämä tukee osaltaan Slanderin ja Rudestamin (1997) tuloksia, joiden mukaan riskilajien harrastajat saivat korkeampia arvoja minä pystyvyys (self efficacy) -asteikolla kuin riskittömämpien lajien harrastajat. Myös Macbeth (1988) toteaa extremelajiksi luokiteltavan yksinpurjehtimisen tarjoavan harrastajalleen kompetenssin tunnetta, itsenäisyyttä, yksilöllisyyden tunnetta ja nautintoa jotka usein puuttuvat modernista yhteiskunnasta.

Alpinistien toiminnan motiiveja tarkasteltaessa lajitaitojen kehittäminen on itse toimintaa tärkeämpää päinvastoin kuin muilla ryhmillä. Tutkimustuloksemme ei tue Ewertin (1994) näkemyksiä siitä ettei lajitaitojen kehittäminen olisi kokeneellekin alpinismin harrastajalle tärkeä motivaatiotekijä. Tutkimillamme kokeneilla laskuvarjourheilijoilla taitojen kehittäminen ei ollut tärkeässä asemassa heidän motiiveissaan. Elämysten ja nautinnon hakeminen näyttää sen sijaan olevan tärkeää. Myös Slanderin ja Rudestamin (1997) mukaan monien riskilajien, kuten laskuvarjourheilun, tärkeät motiivit ovat sisäisiä - kuten vireystilan ja jännityksen tason nostaminen. Niin ikään Horwathin ja Zuckermanin (1993) mukaan elämishakuiset huomioivat ei-elämishakuisia enemmän toiminnan tuottamaa nautintoa ja positiivisia affektiivisia seurauksia. Csikszentmihalyi (1975b) totesi, että kalliokiipeilijät arvostivat eniten kokemuksen tuottamaa nautintoa ja omien taitojen käyttämistä, kun taas koripalloilijoiden tärkein motiivi oli kilpailu ja itsen vertaaminen muihin.

Alpinismissa toimintakenttä muodostuu monista elementeistä, joihin liittyy vaaraa ja usein kuoleman riski. Alpinistit käyttävät paljon voimavaroja ympäristöstä tehtyjen havaintojen käsittelyyn ja organisointiin, mikä on lajitoiminnassa välttämätöntä oman toiminnan suunnittelun ja turvallisen lopputuloksen kannalta. Jos he eivät kykene havaitsemaan joskus merkityksettömiltäkin tuntuvia yksityiskohtia, toiminnan lopputulokset saattavat olla kohtalokkaita. Riskit muodostuvat monista toistensa kanssa vuorovaikutuksessa olevista muuttujista, joita on kyettävä tarkastelemaan yhdistelevästi ja kokonaisvaltaisesti. Sen takia kyky yhdistää edelleen aiempiin kokemuksiin on välttämätön. Toisaalta muissa yhteyksissä alpinisteille ominainen tarkka ja huolellinen informaation käsittelytyyli

voi ajoittain olla epätaloudellista. Lajitoiminnassa se on kuitenkin välttämätöntä, ja kehittyä alpinismissa kokemuksen myötä. Voidaan puhua alpinisteille kehittyvästä “pelisilmästä”. Tulosten mukaan alpinisteilla on kyky rajata havaintokenttäänsä lajitoiminnan kannalta rationaalisesti.

Alpinistin tulee kyetä tarkastelemaan itseään ja omaa toimintaansa kriittisesti ja realistisesti pystyäkseen toimimaan tilanteiden ja olosuhteiden vaatimusten mukaisesti. Kyvyttömyys tähän voi johtaa omien kykyjen epärealistiseen arviointiin, mikä voi olla kohtalokasta itselle ja muille. Alpinistien on tiedostettava omien lajitaitojensa taso välttääkseen liian vaativiin olosuhteisiin hankkiutumista. Alpinismissa vietetään usein pitkiä aikoja eristyksissä yhteiskunnasta luonnonmukaisessa ympäristössä, mikä mahdollisesti stimuloi enemmän itsepohdiskeluun kuin laskuvarjourheilu harrastuksena. Negatiivisista piirteistä huolimatta alpinistien itsehavainnointiin ja -reflektointiin liittyy myös narsistisia piirteitä sisältävää itsekeskeisyyttä, joka on lajin kannalta adekvaattia. Jokainen alpinisti huolehtii kiipeily- ja extreme-laskutilanteessa ennen kaikkea itsestään, vaikka muiden huomioon ottaminen onkin tärkeää.

Alpinistien sosiaalisuuteen näyttää liittyvän ristiriitaisia piirteitä. Yhtäältä he ovat ihmissuhteissaan sosiaalisessa kanssakäymisessään aktiivisia ja avoimesti ulospäinsuuntautuneita, mutta toisaalta saattavat ajoittain suhtautua negatiivisesti ja jopa vihamielisesti muuhun ympäristöön. Alpinisteilla voi olla tyypillistä ehdoton asenne omaan elämäntapaansa ja harrastukseensa joskus jopa merkityksellisten, harrastuksen ulkopuolisten sosiaalisten suhteiden kustannuksella. Kuitenkin alpinismi on yleensä yhteistyötä ja tiimityötä, jossa kohtuullisten vuorovaikutustaitojen omaaminen on välttämätöntä. Oman hengen ollessa kyseessä kiipeilijän on kyettävä luottamaan partnereihinsa täydellisesti. Vaikka alpinistit saattavatkin yleensä olla mielipiteissään joustamattomia, kuitenkin lajitoiminnassa, yhteisen edun tai turvallisuuden niin vaatiessa, he ovat valmiita myönnytyksiin ja kompromisseihin.

Alpinistit hyväksyvät harrastukseensa liittyvät riskit yhtenä lajiin liittyvänä tekijänä. Kiipeily- ja extreme-hiihtotilanteet ovat kokeneille alpinisteille tuttuja ja voi olla jopa niin, että yllätyksellisyys ja riskin ottaminen ovat muodostuneet heille rutiininomaisiksi. He kykenevät yleensä toimimaan järkevästi ja rationaalisesti riskialttiissa ja uhkaavissakin

tilanteissa stressinkäsittelykyvyn merkittävästi heikentymättä, koska aiemmin opittuja toimintamalleja on runsaasti. Heistä monilla on kokemuksia läheisen ystävän kuolemasta tai omista 'läheltä-piti' -tilanteista. Vaikuttaa siltä, että tutkimiemme huipputasen alpinistien kuoleman vaaran ja siihen liittyvien tunnetilojen käsittely on pääasiassa järkiperaistä ja älyllistä. Tämä voi olla jopa edellytys lajin harrastamiselle. Intensiivisiin kokemuksiin liittyvien tunnetilojen käsittely saattaa kuitenkin jäädä pinnalliseksi rationalisoinnin tai mahdollisen tunteiden kieltämisen vuoksi.

Vaikka laskuvarjourheilijoiden tapa toimia arkipäivän tilanteissa vaikuttaa tavanomaiselta, jatkuva pelon ja kuoleman läsnäolo harrastuksessa erottaa heidät tavallisesta ihmisestä. He tiedostavat oman lajinsa vaatimukset ja sen erikoisuuden, lajiin liittyy tiettyä ylpeyttä oman itsen ja pelon kokemisen voittamisesta. Tämä saattaa osaltaan selittää laskuvarjourheilijoille tyypillistä ajoittain narsistisia piirteitä sisältävää minäkuva. Tulostemme mukaan laskuvarjourheilijoilla on taipumusta havainnoida ja pohdiskella itseään vähemmän kuin muilla ryhmillä. Hyppääminen harrastuksena on luonteeltaan osa jokapäiväistä elämää urbaanissa ympäristössä, joten se tarjoaa itsepohdiskeluun ehkä vähemmän olosuhteita tai mahdollisuuksia kuin alpinismi.

Laskuvarjourheilua voidaan pitää harrastuksena ennen kaikkea itseä varten. Vaikka omasta ja muiden turvallisuudesta pidetään jatkuvasti tarkkaa huolta, esimerkiksi alpinismiin verrattuna toiminta ei vaadi niin paljon toisten huomioon ottamista eikä ole muista riippuvaista. Toiminnan lopputulos riippuu lopulta aina vain omasta itsestä ja omista välineistä. Ryhmässä hyppääminenkin palvelee lähinnä lisäulottuvuuksien ja haasteiden saavuttamista harrastukseen. Vaikka itse hyppytilanne on tietyllä tavalla äärimmäistä yksin olemista, sosiaalinen kanssakäyminen on kuitenkin tärkeä osa lajia. Usein muiden harrastajien kanssa vietetään pitkiäkin aikoja yhdessä. Laskuvarjourheilijoiden harrastuksen ulkopuoliset sosiaaliset suhteet saattavat kuitenkin kärsiä yksilöllisen ja luonteeltaan hedonistisen ja elämyshakuisen elämäntavan takia.

Ympäristöstä saatujen havaintojen prosessoinnin laatu ja havaintojen suhteuttaminen toisiinsa ovat laskuvarjourheilijoilla heikompia kuin muilla ryhmillä. Laskuvarjohypyssä huomioon otettavien muuttujien määrä alpinismiin ja jalkapalloiluun nähden on verrattain pieni ja rajallinen sekä toiminnat, joihin täytyy todella keskittyä, ovat ennalta tarkkaan

tiedossa. Hyppytoiminta tapahtuu tietyn, aina suhteellisen samana pysyvän skeeman mukaisesti. Toiminta ja olosuhteet on pyritty sääntöjen ja määräysten avulla saamaan mahdollisimman strukturoiduksi. Hypätessä ei ole tarpeen käsitellä kovin suurta informaatiomäärää kerralla ja intensiivinen toiminta-aika on erittäin lyhyt. Kuitenkin lajiin liittyvä ihmiselle pohjimmiltaan vieras elementti - vapaa pudotus - vaikeuttaa maassa helpolta tuntuvien suoritusten tekemistä. Tämä lisää informaation prosessoinnille asetettavia vaatimuksia vieden osansa informaation käsittelyresursseista. Laskuvarjohyppääjien ulkomaailmasta saatavan informaation käsittelytyyli ja resurssit vaikuttavat lajitoiminnan näkökulmasta adekvaateilta.

Toiminnan motiiveja tarkasteltaessa voidaan todeta, että kiipeily ja extreme-hiihto ovat teknisesti hyvin vaativia. Näin ollen lajitaitojen on oltava monipuoliset koska olosuhteet ja tilanteet vaihtelevat usein nopeasti. Toleranssin kasvaessa alpinistien on saatava jatkuvasti lisää hurjempia kokemuksia, siis oltava jatkuvasti taitavampia. Tutkimamme alpinistit ovat myös iältään nuoria ja motivoituneita kehittämään lajiaan yhä vaativammalle tasolle. Tutkimamme laskuvarjourheilijat olivat kokeneita ja tietyn taitotason saavutettuaan he ovat voineet keskittyä harrastuksensa sisäisesti palkitseviin sisältöihin. Laskuvarjourheilua harrastetaan usein intensiivisten elämysten ja positiivisten tunnetilojen saavuttamiseksi, ei niinkään tulosten takia.

Tulosten tarkastelulle ja yleistämiselle asettaa rajoituksensa otosten pieni koko. Toisaalta huipputasoin alpinisteja on Suomessa erittäin vähän, joten otoskoon kasvattaminen tämän lajin osalta on vaikeaa. Tutkimuksessamme mukana olleiden alpinistien voidaan katsoa edustavan hyvin suomalaista huipputasoa. Mielestämme onnistuimme myös hyvin tavoitteessamme saada edustava otos mahdollisimman kokeneista laskuvarjourheilijoista. Rorschach Comprehensive Systemin osalta vastausten kokonaislukumäärä (R) vaihteli ryhmien välillä, joka osaltaan voi vaikuttaa tulosten tulkintaan. Myös ikäjakaumat poikkesivat toisistaan enemmän kuin olisi suotavaa, mutta tutkimusten mukaan tällä ei kuitenkaan ole Rorschach CS -tulosten tulkinnalle suurta merkitystä (Exner 1993). Oman rajoituksensa tulosten tulkinnan luotettavuudelle asettaa myös kahden Rorschach CS koodimuuttujan (determinantit ja muototaso) ristiinkoodauksen yhteneväisyyden jääminen hieman alle 80 prosentin. Rorschach CS -menetelmän luotettavuus perustuukin hyvin

pitkälti tutkijan ja ristiinkoodaajien asianmukaiseen koulutukseen ja vahvaan kokemukseen menetelmän käytöstä. Flow'n kokemista kuvaavalla mittarilla emme onnistuneet saamaan eroja ryhmien välille. Tämä selittyy osaltaan mittarin heikosta rakenteesta ja kysymysten asettelusta.

Aiemmat riskilajien harrastajia koskevat tutkimukset on suoritettu muilla kuin persoonallisuuden tiedostamattomia prosesseja ja rakennetta kuvaavilla menetelmillä. Tämän vuoksi tutkimuksemme vertaaminen aiempiin tutkimuksiin on vaikeaa eikä aina edes tarkoituksenmukaista.

Rorschach CS ja CMPS-kysely kuvaavat erilaisia psyykkisiä prosesseja, joten tulosten rinnakkainen tulkinta voi olla hieman kyseenalaista. Rorschach Comprehensive Systemin validiteettia tarkastelevassa tutkimuksessa Parker ym. (1988) toteavat kuitenkin, että CS-menetelmällä ja inquiry-muotoisella MMPI-menetelmällä on toisiinsa verrattavat, luotettavat ja validit psykometriset ominaisuudet. Olennaista on myös se, että tutkittavan oma käsitys omasta itsestä antaa aina persoonallisuuden tulkinnan kannalta tärkeää tietoa. Rorschach CS antaa tietoa pääosin tiedostamattomista, pysyvämmistä ja tilannesidonnaisista persoonallisuuden rakenteista ja toiminnoista. CMPS menetelmä sen sijaan kuvaa tutkittavan omaa, sen hetkisen elämäntilanteen värittämää käsitystä tietyistä persoonallisuuden piirteistä.

Käyttämällämme tutkimusasetelmalla emme kovinkaan luotettavasti pysty vastaamaan kysymykseen, onko tietty persoonallisuuden ominaisuus kehittynyt lajin harrastamisen myötä vai onko lajiin valikoitunut harrastajia tiettyjen persoonallisuuden ominaisuuksien perusteella. Tätä tutkittaessa kokemattomampien harrastajien valitseminen vertailuryhmäksi antaisi mielenkiintoista lisätietoa. Myös seurantatutkimus olisi asetelmana hyvä. Mielenkiintoista olisi myös ollut tutkia harrastajien riskin kokemista ja siihen liittyviä asenteita ja ajatuksia. Alan jatkotutkimuksissa tulisi pyrkiä muodostamaan suurempia ryhmiä, jotta tuloksia voitaisiin yleistää paremmin.

## LÄHTEET

- Adler, A. (1930). *Problems of Neurosis*. New York: Cosmopolitan Book Corp.
- Apter, M. J. (1982). *The Experience of Motivation: The Theory of Psychological Reversals*. London: Academic Press.
- Apter, M. J. (1992). *The Dangerous Edge. The Psychology of Excitement*. New York: The Free Press.
- Carroll, J. & Johnson, E. (1990). *Decision research: A field guide*. Newbury Park, CA: Sage.
- Cloninger, C. R. (1987). A Systematic Method for Clinical Description and Classification of Personality Variants: a Proposal. *Arch Gen Psychiatry*.
- Csikszentmihalyi, M. (1974). *Flow: studies in enjoyment*. PHS Grant Report N. RO1HM 22883-02.
- Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond Boredom and Anxiety: The Experience of play in work and games*. San Francisco: Jossey Boss.
- Csikszentmihalyi, M. (1975b). *Beyond Boredom and Anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M. (1988). *Optimal experience: psychological studies of flow in consciousness*. NY: Cambridge University Press.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. NY: Harper & Row.
- Deci, E. & Ryan, R. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Deutsch, H. A. (1926). A Contribution to the psychology of sport. *International Journal of Psychoanalysis*.7, 223-227
- Driver, B. & Brown, P. (1975). A socio-psychological definition of recreation demand, with implication for recreation resource planning. Artikkelin viitattu teoksessa *Assessing demand for outdoor recreation* (66-82). Washington, DC: National Academy of Sciences.
- Ewert, A. (1989). *Outdoor adventure pursuits: Foundation, models and theories*. Scottsdale, AZ: Publishing Horizons.
- Ellis, M. (1973). *Why people play*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Ewert, A. (1994). Playing the edge: Motivation and Risk Taking in a High-altitude Wildernesslike Environment. *Environment and Behavior*. Vol 26, no. 1, 3-24.

Exner, J.E. Jr. (1986). *The Rorschach; A Comprehensive System Vol 1. Basic Foundations* (3rd.ed.). New York, Wiley

Exner, J.E. Jr. (1989). Searching for projection in the Rorschach. *Journal of Personality Assessment*, 53, 520-536.

Exner, J.E. Jr. (1991). *The Rorschach; A Comprehensive System Vol 2. Interpretation;* (2nd. Ed). New York, Wiley.

Exner, J.E. Jr. (1992). R in the Rorschach reseach: A ghost revisited. *Journal of Personality Assessment*, 58, 245-251.

Exner, J.E. Jr. (1993). *The Rorschach; A Comprehensive System Vol 1. Basic Foundations* (3rd. Ed). New York, Wiley

Exner, J. E. (1995) Comment on "Narcissism in the Comprehensive System for the Rorschach." *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 200-206.

Exner, J.E. Jr, & Weiner, I.B. (1995). *The Rorschach: A comprehensive system: Vol.3, Assessment of children and adolescent* (2nd ed.). New York, Wiley.

Eysenck, S.B.G, & Eysenck, H.J. (1978). Impulsiveness and Venturesomeness: their position in a dimensional system of personality description. *Psychological Reports*, 43, 1247-1255.

Farley, F. (1986). The Big T in Personality. *Psychology Today*, pp.42-52.

Fenickhel, O. (1939). The counterphobic attitude. *International Journal of Psychoanalysis*, 20, 263-274.

Fenickhel, O. (1945). *The psychaoanalytic theory of neurosis*. New York: W.W. Norton.

Ganellen, R. (1996). Comparing the diagnostic efficiency of the MMPI, MCMI-II, and Rorschach: a rewiev. *Journal of Personality Assessment*. Vol 67, no. 2, 219-243.

Garpenstrand, H. ym. (1997). Platelet Monoamine oxidase activity in relation to alleless of dopamine D4 receptor and tyrosine hydroxylase genes. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 96; 295-300.

Groves, D. (1987). Why Do Some Athletes Choose High-Risk Sports? *The Physician and Sportmedicine*. Vol 15, 2, 186-193.

Hogart, R. (1980). *Judgement and choice: The Psychology of decision*. New York: John Wiley.

Horwath, P. & Zuckerman, M. (1993). Sensation seeking, risk appraisal, and risky behavior. *Personality and individual differences*. Vol 14, 41-52.

Howard, D. (1976). Multivariate relationship between leisure activities and personality. *Research Quarterly*, 47, 226-237.

Huberman, J. (1968). *A Psychological study of participants in high risk sports*. Unpublished doctoral dissertation, University of British Columbia. Tutkimukseen viitattu artikkelissa Slinger, E. & Rudestam, K.E. (1997). Motivation and Disinhibition in High Risk Sports: Sensation Seeking and Self-Efficacy. *Journal of Research in Personality*, vol 31, 3, 355-374.

Hurme, R. & Pesonen, M. (1988) *Englantilais-suomalainen suursanakirja*. Porvoo: WSOY.

Hymbaugh, K. & Garret, J. (1974). Sensation seeking among skydivers. *Perceptual and Motor Skills*, 38, 118.

Ilonen, T. ; Tuimala, P. & Uhinki, A. (1997). Rorschachin mustetahratesin kehittyminen Exnerin analyysi- ja tulkintajärjestelmäksi. *Suomen Lääkärilehti* 52(14), 1723-1725.

Kerr, J.H. (1997). *Motivation and Emotion in Sport Reversal Theory*. UK: Psychology Press.

Kerr, J.H. & Svebak, S. (1989). Motivational aspects of preference for and participation in risk sports. *Personality and Individual Differences*, 10, 797-800.

Kinder, B.N.(1992). The problems of R in clinical settings and in research: suggestion for the future. *Journal of Personality Assessment*, vol 58,252-259  
1992.

Kirjonen, J. & Kitvel,T. (1994). Oman toiminnan arviointi (tutkimuslomake) Jyväskylän yliopisto.

Klausner, S.Z. (Ed.) (1968). *Why man takes chances: studies in stress-seeking*. New York: Anchor Books.

Klein, D. (1978). Work, leisure and recreational risk: some prospects for the future. Artikkeleihin viitattu teoksessa Bury, R.(toim.), *Risk and accidents in outdoor recreation parks*, Texas Agricultural Experiment Station, Texas, A&M University.

Knopf, R. (1983). Recreational needs and behavior in natural settings. Artikkeleihin viitattu teoksessa Altman, I. & Wohlwill, J. *Behavior and the natural environment* (205-240). New York: Plenum.

Lazarus, R. & Averil, J. (1972). *Emotion and cognition: With special reference to anxiety*. Artikkeleihin viitattu teoksessa C.D. Spielger (ed.): *Anxiety Current trends in theory and reseach* (Vol 2, 125-141). Academic Press, New York, 1972.

Little, B. (1987). Specialization and the varieties of environmental experience. Artikkeleihin viitattu teoksessa Wapner, S. ym.(toim.), *Experiencing the environment* (85-99). New York: Plenum.

Loy, J & Donnelly, P. (1976). Need for stimulation as a factor in sport environment. Artikkeleihin viitattu teoksessa Craig, T. (toim.), *Humanistic and mental health aspects of sports, exercise, and recreation* (80-89). Chicago: American Medical Association.

Lyng, S.G. (1990). Edgework: a social psychological analysis of voluntary risk-taking. *American Journal of Sociology*, 95, 851-861.

Macbeth, J. (1988). Ocean cruising. Teoksessa Csikstzentmihalyi, M. (1988). *Optimal experience: psychological studies of flow in consciousness*. NY: Cambridge University Press.

Massimini, F., & Carli, M. (1986). La selezione psicologica umana tra biologia e cultura. Teokseen viitattu teoksessa Csikstzentmihalyi, M. (1988). *Optimal experience: psychological studies of flow in consciousness*. NY: Cambridge University Press.

Montserrat, Gomà & Freixanet (1991). Personality profile of subjects engaged in high physical risk sports. *Personality and Individual Differences*. Vol 12, No.10, 1087-1093.

Moore, G. (1976). Theory and research on the development of enviromental knowing. Artikkeleihin viitattu teoksessa Moore, G. & Golledge, R. (toim.), *Enviromental knowing* (138-164). Stroudsburg, PA: Dowden, Hutchinson & Ross.

Mitchell, R. (1988). Sociological implications of the flow experience. Artikkeleihin viitattu teoksessa Csikszentmihalyi, M. & Csikszentmihalyi, I (toim.), *Optimal experience: Psychological studies of flow in consciousness* (36-59). New York: Cambridge University Press.

O'Keefe, D. (1990). *Persuasion: Theory and Research*. Newbury Park, CA: Sage.

Parker, K.C., Hanson, R.K., & Hunsley, J. (1988). MMPI, Rorschach and WAIS: A meta-analytic comparison of reliability, stability, and validity. *Psychological Bulletin*, 86, 638-641.

Rossi, J. (1990). Statistical power of psychological research: What have we gained in 20 years? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58(5), 646-656.

Sarason, I.G. (1975). Anxiety and preoccupation. Artikkeleihin viitattu teoksessa: I.G Sarason & C.D. Spielberger (eds.): *Stress and anxiety* (vol.2, 27-44). Hemisphere, D.C., 1975.

Schreyer, R. & Beaulieu, J. (1986). Attribute preferences for wildland recreation settings. *Journal of Leisure Research*, 18, 231-247.

Schreyer, R & Lime, D. (1984). A novice isn't necessarily a novice - the influence of experience us history on subjective perceptions of recreation participation. *Leisure Sciences*, 6, 131-150.

Slanger, E. & Rudestam, K.E. (1997). Motivation and Disinhibition in High Risk Sports: Sensation Seeking and Self-Efficacy. *Journal of Research in Personality*, vol 31, 3, 355-374.

Spinelli, E. (1989). *The interpreted world: An introduction to phenomenological psychology*. Newbury Park, CA: Sage.

Sullivan, F. ym. (1998). No Association Between Novelty Seeking and the Type 4 Dopamine Receptor Gene (DRD4) in Two New Zealand Samples. *American Journal of Psychiatry*, 155:1, 98-101.

Tenenbaum, G. & Bar-Eli, M (1993). The relationship between characteristics and decision making. *Canadian Journal of Applied Psychology*, vol 18, no. 1, 48-62.

Watson, A. ym. (1991). The influence of past experience on wilderness choice. *Journal of Leisure Research*, 23, 21-36.

Weinstein, N.D. (1987). Unrealistic optimism about susceptibility to health problems: conclusions from a community-wide sample. *Journal of Behavioral Medicine*, 10, 481-500.

Williams, D. ym. (1990). The effect of the experience use history on the multidimensional structure of motivations to participate in leisure activities. *Journal of Leisure Research*, 22, 36-54.

Zuckerman, M. (1979). Sensation seeking and risk taking. Artikkeleihin viitattu teoksessa Izard, C.E. (toim.), *Emotions in Personality and Psychopathology* (163-197). New York: Plenum.

Zuckerman, M. (1979b). *Sensation seeking: beyond the optimal level of arousal*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Zuckerman, M. (1983). Sensation seeking and sports. *Personality and Individual Differences*, 4, 285-293.

## LIITE 1: Kaikki tilastollisesti käsitellyt jatkuvat Rorschach Comprehensive System -muuttujat

Muuttuja	Ryhmä ka. <sup>a</sup>			p-arvo <sup>b</sup> LSD/ Tukey
	1	2	3	
R	36,30	22,38	37,11	0,021
Lambda	0,39	0,74	0,91	0,167
es	18,10	9,00	13,67	0,030
Adj es	12,20	6,63	8,78	0,043
EA	14,30	8,00	13,94	0,050
D	-1,30	-0,38	0,11	0,211
Adj D	0,50	0,50	1,40	0,212
FM	4,70	2,25	4,00	0,115
m	3,50	2,63	4,44	0,308
C'	3,70	2,00	2,22	0,123
Y	4,00	1,13	2,11	0,048
V	1,50	0,50	0,56	0,135
T	0,70	0,50	0,33	0,538
Pure C	1,00	1,50	2,22	0,321
Afr	0,47	0,54	0,49	0,719
S	6,60	3,38	3,89	0,012
Blends/R	0,33	0,16	0,18	0,016
CP	0,20	0,00	0,00	0,173
COP	2,20	0,50	1,00	0,022
AG	1,60	0,88	2,00	0,240
FD	3,80	0,38	1,78	0,007
Isolate/R	0,31	0,33	0,29	0,802
2 AB+Art+Ay	6,30	3,00	5,89	0,086
M-	0,90	0,25	0,89	0,317
M none	0,10	0,13	0,44	0,156
Sum6	7,00	3,13	4,67	0,208
Lvl-2	1,25	0,25	0,44	0,390
Wsum6	23,50	8,25	12,44	0,242
P	6,00	5,38	6,00	0,703
X+%	0,48	0,57	0,33	0,009
F+%	0,43	0,44	0,33	0,594
Xu%	0,36	0,25	0,43	0,008
X-%	0,14	0,14	0,18	0,578
S-%	0,19	0,18	0,08	0,576
Zf	19,30	10,88	19,44	0,019
Zd	4,75	-0,50	-4,28	0,003
DQ+	10,80	4,13	9,22	0,040
DQv	3,70	4,00	6,30	0,267
3r+(2)/R	0,50	0,42	0,35	0,169
FD	3,80	0,38	1,78	0,007
An+Xy	1,70	1,50	1,10	0,603
MOR	2,10	1,88	1,78	0,894
PER	3,90	2,88	2,33	0,488
PSV	0,60	0,25	0,67	0,636

a) 1 = kiipeilijät, 2 = laskuvarjourheilijat, 3 = jalkapalloilijat.

b) Todennäköisyys, jolla ryhmät eroavat toisistaan.

**LIITE 2: Kaikki tilastollisesti käsitellyt dikotomisiet Comprehensive System -muuttujat**

Muuttuja	% -jakaumat ryhmittäin <sup>a</sup>						p-arvo <sup>b</sup> G-neliö
	1		2		3		
	kyllä	ei	kyllä	ei	kyllä	ei	
W > 12	40	60	13	87	78	22	0,018
Lambda > .99	0	100	37	63	33	67	0,038
Lambda < .31	30	70	25	75	22	78	0,926
Eb-style:							
Introversive	30	70	25	75	33	67	0,931
Pervasive	20	80	25	75	11	89	0,744
Ambitent	30	70	37	63	22	78	0,787
Extratensive	40	60	37	63	44	56	0,957
Pervasive	10	90	25	75	22	78	0,657
eb left < right	60	40	37	63	22	78	0,232
eb left > 6	60	40	25	75	67	33	0,176
D score > 1	10	90	13	87	0	100	0,421
D score > 0	20	80	12	88	22	78	0,662
D score = 0	30	70	50	50	67	33	0,269
D score < 0	50	50	37	63	11	89	0,162
D-score < -1	50	50	25	75	0	100	0,018
Adj D > 1	20	80	12	88	55	45	0,110
Adj D > 0	40	60	25	75	77	23	0,067
Adj D = 0	40	60	62	38	22	78	0,232
Adj D < 0	20	80	13	87	0	100	0,247
Adj D < -1	0	100	0	100	0	100	1,000
V > 0	80	20	25	75	33	67	0,031
T = 0	50	50	63	37	67	33	0,743
T > 1	20	80	13	87	0	100	0,247
FC > (CF+C) + 2	30	70	13	87	0	100	0,110
FC > (CF+C) + 1	40	60	13	87	11	89	0,242
(CF+C) > FC + 1	50	50	38	62	67	33	0,475
(CF+C) > FC + 2	40	60	25	75	56	44	0,433
Afr > .85	0	100	13	87	11	89	0,377
Afr < .53	60	40	63	37	67	33	0,955
Afr < .44	60	40	25	75	33	67	0,275
S ≥ 4 + at least 1 S in IV-X	80	20	50	50	44	56	0,219
Blends with 3 det. > 1/4 and/ or Blends with at least 4 det > 0	40	60	13	87	33	67	0,393
Shd-Blends > 0	50	50	0	100	11	89	0,015
Shd Blends with no Y > 0	20	80	0	100	0	100	0,119
Col - Shd Blends > 0	60	40	13	87	44	56	0,098
Col - Shd Blends with no Y > 0	50	50	0	100	22	78	0,024
CP > 0	20	80	0	100	0	100	0,119
Pure C > 0	50	50	63	37	78	22	0,447
Pure C > 1	30	70	25	75	67	33	0,148
COP = 0 & AG = 0/1	0	100	63	37	22	78	0,005
COP < 2 & AG = 2	10	90	25	75	0	100	0,188
COP < 3 & AG > 2	30	70	0	100	33	67	0,085
COP < 3 & AG < 2	20	80	63	37	44	56	0,170
COP = 2/3 & AG = 2	10	90	13	87	22	78	0,746
COP ≥ 3 & AG < 2 or COP > 3 & AG ≤ 2	30	70	0	100	0	100	0,037
COP ≥ 3 & AG > 2	0	100	0	100	0	100	1,000
Food > 0	40	60	13	87	11	89	0,242
Isolate / R > .25	70	30	75	25	78	22	0,926
Isolate / R > .33	20	80	63	37	33	67	0,170
H + (H) + Hd + (Hd) < 5	20	80	38	62	22	78	0,679
H + (H) + Hd + (Hd) > 7	60	40	0	100	56	44	0,005
Pure H = 0	10	90	13	87	11	89	0,986
(HHd) + (AAd) > 3	60	40	25	75	22	78	0,165
H + A : Hd + Ad left/4 < right	80	20	63	37	89	11	0,420
p > a+1	0	100	0	100	0	100	1,000
a:p, a/p more than 3 x bigger than other	60	40	50	50	33	67	0,500
Mp > Ma	20	80	0	100	33	67	0,110
2 Ab+Art+Ay ≥ 6	60	40	13	87	44	56	0,098
M - > 0	40	60	25	75	67	33	0,204
M none > 2	10	90	13	87	44	56	0,157
M - + M none ≥ 2	30	70	0	100	33	67	0,085
Sum6 > 0	100	0	100	0	100	0	1,000
Sum6 > 6	30	70	0	100	22	78	0,127

Muuttuja	%jakaumat ryhmittäin <sup>a</sup>						p-arvo <sup>b</sup> G-neliö
	1		2		3		
	kyllä	ei	kyllä	ei	kyllä	ei	
Wsum6 > 11	60	40	13	87	56	44	0,098
Lvl-2 > 0	50	50	25	75	44	56	0,529
Wsum6 > 11 & Lvl2 > 0	20	80	13	87	22	78	0,859
Pop < 6	50	50	63	37	33	67	0,475
X+% < .70	90	10	88	12	100	0	0,421
X+% < .50	70	30	25	75	100	0	0,001
X+% < .70 & L > 1.0	0	100	25	75	11	89	0,169
AG = 0	20	80	50	50	22	78	0,336
AG > 2	30	70	0	100	33	67	0,085
X+% < .70 & P < 6	50	50	50	50	33	67	0,710
F+% < .70 & L > 1.0	0	100	25	75	11	89	0,169
Xu% > .20	90	10	75	25	100	0	0,188
X+% < .70 & Xu% > .20	90	10	75	25	100	0	0,188
Xu% > .30	80	20	13	87	100	0	0,000
X-% > .15	50	50	25	75	56	44	0,393
X-% > .20	10	90	13	87	33	67	0,389
S-% > .40	20	80	13	87	0	100	0,247
Zd < -3.0	10	90	25	75	44	56	0,219
Zd > 3.0	60	40	0	100	0	100	0,000
Zd > 5.0	60	40	0	100	0	100	0,000
Zf > 13	90	10	25	75	67	33	0,013
Zf > 20	40	60	0	100	44	56	0,030
Zf < 9	0	100	50	50	11	89	0,014
W > D	50	50	38	62	44	56	0,868
W > 12	40	60	13	87	78	22	0,018
Zf > 13 & W > D+Dd	40	60	13	87	22	78	0,391
W:M > ave.EBstyle	30	70	75	25	67	33	0,109
DQ+ > 9	70	30	0	100	33	67	0,003
DQv > 3	50	50	38	62	78	22	0,211
3r+(2)/R > .45	70	30	25	75	22	78	0,057
3r+(2)/R > .55	40	60	13	87	11	89	0,242
3r+(2)/R < .32	20	80	25	75	33	67	0,802
Fr+rF > 0	60	40	75	25	44	56	0,433
Fr+rF > 2	50	50	13	87	11	89	0,094
FD > 2	70	30	0	100	11	89	0,000
FD > 2 & V > 0	70	30	0	100	0	100	0,000
FV+VF+V+FD > 2	80	20	13	87	22	78	0,004
An+Xy > 2	20	80	25	75	11	89	0,744
MOR > 2	40	60	25	75	33	67	0,796
PER > 4	50	50	25	75	22	78	0,372
PSV > 2	10	90	0	100	11	89	0,478
S-Con YES	30	70	0	100	11	89	0,125
S-Con = 8	10	90	0	100	11	89	0,478
S-Con = 9	20	80	0	100	0	100	0,119
S-Con > 9	0	100	0	100	0	100	1,000
SCZI YES	10	90	0	100	11	89	0,478
SCZI = 4	0	100	0	100	11	89	0,321
SCZI = 5	10	90	0	100	0	100	0,358
SCZI = 6	0	100	0	100	0	100	1,000
DEPI YES	80	20	38	62	33	67	0,170
DEPI = 5	40	60	13	87	56	44	0,154
DEPI = 6	30	70	25	75	11	89	0,574
DEPI = 7	10	90	0	100	0	100	0,358
CDI YES	20	80	25	75	0	100	0,161
CDI = 4	20	80	0	100	0	100	0,119
CDI = 5	0	100	25	75	0	100	0,072
HVI YES	40	60	13	87	22	78	0,391
OBS YES	0	100	0	100	0	100	1,000

a) 1 = kiipeilijät, 2 = laskuvarjourheilijat, 3 = jalkapalloilijat.

b) Todennäköisyys, jolla ryhmät eroavat toisistaan.

### LIITE 3: TOIMINNAN MOTIIVIT

Vastaajan  
nimi: \_\_\_\_\_

Alla on lueteltu kahdeksan syytä (motiivia) siihen, **miksi harrastat lajiasi ?** Syyt eivät ole missään tietyssä järjestyksessä. Lue kaikki vaihtoehdot huolellisesti ja miettien läpi ja **asetä ne sitten tärkeysjärjestykseen** oman mielesi mukaan siten, että tärkeimpänä pitämäsi syyn perässä olevalle viivalle kirjoitat numeron 1, toiseksi tärkeimmän syyn perässä olevalle viivalle numeron 2 jne...

Vastaa itsenäisesti ja mahdollisimman puolueettomasti. Vaihtoehdoilla ei ole mitään yleistä 'oikeaa' järjestystä. Kysymys on vain sinun henkilökohtaisesta kokemuksestasi. Kaikki antamasi tiedot ovat täysin luottamuksellisia. Ole hyvä ja lue ensin kaikki vaihtoehdot ajatuksen kanssa läpi ennen kuin ryhdyt vastaamaan.

- \* **Itse toiminta sinänsä** \_\_\_\_\_
- \* **Kokemuksen tuottama nautinto ja omien taitojen käyttäminen** \_\_\_\_\_
- \* **Henkilökohtaisten taitojen kehittäminen** \_\_\_\_\_
- \* **Ystävät ja toverisuhteet** \_\_\_\_\_
- \* **Oman itsen ja omien ihanteiden vertaaminen** \_\_\_\_\_
- \* **Kilpailu, itsen vertaaminen muihin** \_\_\_\_\_
- \* **Maine, palkinnot, kunnia, arvostus** \_\_\_\_\_
- \* **Tunteiden purkaminen / laukeaminen** \_\_\_\_\_

**KIITOS VASTAUKSISTASI !**

**LIITE 4:  
OMAN LAJITOIMINNAN ARVIOINTI**

Tämän kyselyn tarkoituksena on kartoittaa eri urheilulajien harrastajien kokemuksia kyseessä olevan lajitoiminnan aikana.

Lue lomake ja sen ohjeet ensin huolellisesti läpi ja ryhdy sen jälkeen vastaamaan. Varaa riittävästi aikaa täyttämiseen. Tärkeintä on, että ajattelet kutakin asiaa kunnolla ennen vastaamista. Kysymyksiin ei sisälly kompia tai jekkuja. Vastaa itsenäisesti ja mahdollisimman puolueettomasti sekä totuudenmukaisesti. Mihin­kään kysymykseen ei ole olemassa mitään yleistä 'oikeaa' vastausta. Tutkimus koskee vain sinun henkilökohtaisia kokemuksiasi.

Kaikki antamasi tiedot ovat täysin luottamuksellisia ja tulevat vain tutkimuksen tekijöiden ja heidän ohjaajansa tietoon. Vastausten purkamisvaiheessa vastaajille annetaan koodinumerot. Näin pyritään varmistamaan tietojen luottamuksellisuus.

Sampo Kettunen

Marko Saukko

Vastaajan nimi \_\_\_\_\_

Laji, jota harrastan \_\_\_\_\_

Kuinka usein harrastat tätä lajia? (Jos harrastuksesi on kausittaista esim. kesä/talvi, merkitse kuinka usein harrastat niinä kausina kun harrastat ja selitä lyhyesti tyhjille riveille kausittaisuuden luonnetta esim. minä kuukausina harrastat lajiasi ja miten.)

- 1 kerran kuukaudessa tai harvemmin
- 2 muutaman kerran kuukaudessa
- 3 kerran viikossa
- 4 muutaman kerran viikossa
- 5 kerran päivässä tai useammin

---

---

---

---

Ole hyvä ja lue lomake läpi ennen kuin ryhdyt vastaamaan

**1. Tunnetko koskaan harrastaessasi lajiasi, että tietoisuutesi muista ympäröivistä asioista ja olosuhteista tuntuu kapenevan tai häviävän? Silloin et pane merkille tai mieti asioita, jotka tavallisesti huomaat, esim muiden puhe, kova melu, ajan kulu-  
minen, nälkä, väsymys, päivän tapahtumat, sovitut tapaamiset, asennon tai ympä-  
ristön haitat.**

(rengasta 1 tai 2)

**1= KYLLÄ**

**2= EI**

**Jos vastasit kyllä, kuinka usein tässä toiminnassa koet tietoisuutesi kapenevan edellä mainitulla tavalla?**

(valitse sopivin vaihtoehto)

- 1 kerran kuukaudessa tai harvemmin**
- 2 muutaman kerran kuukaudessa**
- 3 kerran viikossa**
- 4 muutaman kerran viikossa**
- 5 kerran päivässä tai useammin**

**2. Keskitytkö harrastaessasi lajiasi niin voimakkaasti tähän toimintaan, että huomiosi on täysin kohdistunut siihen mitä olet tekemässä? Silloin et pane merkille tai mieti asioita, jotka tavallisesti huomaat, esim. muiden puhe, kova melu, ajan kulu-  
minen, nälkä, väsymys, päivän tapahtumat, sovitut tapaamiset, asennon tai ympä-  
ristön haitat.**

(rengasta 1 tai 2)

**1= KYLLÄ**

**2= EI**

**Jos vastasit kyllä, kuinka usein teet tätä toimintaa näin keskittyneesti?**

(valitse sopivin vaihtoehto)

- 1 kerran kuukaudessa tai harvemmin**
- 2 muutaman kerran kuukaudessa**
- 3 kerran viikossa**
- 4 muutaman kerran viikossa**
- 5 kerran päivässä tai useammin**

**3. Ovatko harrastuksessasi tarvitsemasi taidot tulleet siinä määrin “toiseksi luonnoksi” niin, että toiminta tuntuu sujuvan aivankuin itsestään ja vaivattomasti ilman, että sinun täytyy ’tekemällä tehdä’ tätä toimintaa?**

(rengasta 1 tai 2)

**1= KYLLÄ**

**2= EI**

**Jos vastasit kyllä, kuinka usein teet tätä toimintaa näin vaivattomasti ja sujuvasti?**  
(valitse sopivin vaihtoehto)

- 1 kerran kuukaudessa tai harvemmin**
- 2 muutaman kerran kuukaudessa**
- 3 kerran viikossa**
- 4 muutaman kerran viikossa**
- 5 kerran päivässä tai useammin**

**4. Harrastaessasi lajiasi koetko olevasi ennen kaikkea itse kontrolloimassa toimintaa ja sen seurauksia ja liittykö tähän kontrollin tunteeseen oman itsen haastaminen ja/tai omien rajojen tavoittelu?**

(rengasta 1 tai 2)

**1= KYLLÄ**

**2= EI**

**Jos vastasit kyllä, kuinka usein tässä toiminnassa koet tällaista kontrollin tunnetta?**

(valitse sopivin vaihtoehto)

- 1 kerran kuukaudessa tai harvemmin**
- 2 muutaman kerran kuukaudessa**
- 3 kerran viikossa**
- 4 muutaman kerran viikossa**
- 5 kerran päivässä tai useammin**

**5a. Koetko harrastaessasi lajiasi, että tavoitteet ovat mielestäsi selviä ja johdonmukaisia?**

(rengasta 1 tai 2)

**1= KYLLÄ**

**2= EI**

**Jos vastasit kyllä, kuinka usein tässä toiminnassa koet näin?**

(valitse sopivin vaihtoehto)

- 1 kerran kuukaudessa tai harvemmin**
- 2 muutaman kerran kuukaudessa**
- 3 kerran viikossa**
- 4 muutaman kerran viikossa**
- 5 kerran päivässä tai useammin**

**5b. Koetko harrastaessasi lajiasi, että saat toiminnastasi selkeää palautetta?**

(rengasta 1 tai 2)

1= KYLLÄ

2= EI

**Jos vastasit kyllä, kuinka usein tässä toiminnassa koet saavasi selkeää palautetta?**  
(valitse sopivin vaihtoehto)

- 1 kerran kuukaudessa tai harvemmin
- 2 muutaman kerran kuukaudessa
- 3 kerran viikossa
- 4 muutaman kerran viikossa
- 5 kerran päivässä tai useammin

**6. Tuntuuko sinusta siltä, että harrastat lajiasi ennen kaikkea toiminnan itsensä vuoksi, koska pidät siitä  
( ja tekisit sitä, vaikka et saisi siitä mitään palkkiota tai etua ja joutuisit joskus tekemään uhrauksiakin tämän toiminnan vuoksi)?**

(rengasta 1 tai 2)

1= KYLLÄ

2= EI

**Jos vastasit kyllä, kuinka usein tässä toiminnassa koet, että teet sitä toiminnan itsensä vuoksi?**  
(valitse sopivin vaihtoehto)

- 1 kerran kuukaudessa tai harvemmin
- 2 muutaman kerran kuukaudessa
- 3 kerran viikossa
- 4 muutaman kerran viikossa
- 5 kerran päivässä tai useammin

**KIITOS VASTAUKSISTASI**

**LIITE 5:****PERUSTIETOLOMAKE**

Nimi: \_\_\_\_\_

Osoite: \_\_\_\_\_

Puhno: \_\_\_\_\_ Ikä: \_\_\_\_\_ Ammatti: \_\_\_\_\_

Harrastamasi lajit tärkeysjärjestyksessä, kuinka monena päivänä vuodessa harrastat,  
keskimäärin:

1: \_\_\_\_\_

2: \_\_\_\_\_

3: \_\_\_\_\_

4: \_\_\_\_\_

5: \_\_\_\_\_

Kuinka monta vuotta olet harrastanut ko lajeja:

1: \_\_\_\_\_ 2: \_\_\_\_\_ 3: \_\_\_\_\_ 4: \_\_\_\_\_ 5: \_\_\_\_\_

Onko sinulla tavoitteita harrastamassasi lajeissa, jo on niin mitä:

---

---

---

---

Mitkä ovat mielestäsi parhaat saavutuksesi harrastamissasi lajeissa:

---

---

---

---

**KIITOS OSALLISTUMISESTA TUTKIMUKSEEN !**