

625.

URA LOPPUU - LOPPUUKO ELÄMÄ

Tarkastelussa huippu-urheilijan ura ja sen päättyminen

Aki Laine

Pro Gradu
Sosiologian laitos
Jyväskylän yliopisto
marraskuu 1997

TIIVISTELMÄ

Tutkielma selvittää suomalaisen huippu-urheilijan uran ja sen loppumisen keskeisiä piirteitä.

Tarkastelussa ovat urheilun ja urheilijan suhde julkisuuteen ja huippu-urheilun vaikutukset harrastajansa elämään. Kilpaurheilijan totaalinen suhtautuminen urheiluun ja toisaalta urheilun muodostuminen yksilön keskeiseksi tai jopa ainoaksi elämänsisällöksi ovat esillä. Tutkielma etsii huippu-urheilijan uraan kuuluvia keskeisiä asioita ja niiden mukanaan mahdollisesti tuomia uhrauksia muilla elämän alueilla. Kysymyksiin, mitä urheilu huipulla vaatii ja mitkä asiat siihen liittyvät, haetaan vastauksia.

Uraan liittyvien tekijöiden lisäksi keskeinen asia tarkastelussa on uran loppuminen. Erityistarkastelussa ovat hetki, jolloin urheilu-ura huipulla päättyy ja tuon hetken mukanaan tuomat vaikutukset yksittäiselle urheilijalle. Tutkielma esittelee erilaisia lopettajatyyppejä ja näiden tyyppien keskeisiä piirteitä.

Keskeisiksi asioiksi huippu-urheilijan uralla nousevat menestys ja julkisuus. Usein uran taloudelliset ja muutkin edellytykset ovat riippuvaisia kilpailumenestyksestä ja sen mukanaan tuomista tukijoista. Toisaalta tukijat haluavat hyvää mainosta, joten urheilijan on osattava yhteistyö tiedotusvälineiden kanssa. Menestyksen saavuttamiseksi on monessa tapauksessa omistauduttava lähes kokonaan huippu-urheilulle.

Lopettamisen mukanaan tuomat tunteet ja elämäntilanteet ovat luonnollisesti hyvin yksilökohtaisia. Silti voidaan huomata, että vain harvalle lopettaminen on erityisen vaikeaa, vaikka elämänmuutoksen suuruus myönnetäänkin. Samoin lähes jokainen ex-urheilija muistelee uraansa myönteisin ajatuksin, vaikka suurelle osalle tuntuu jääneen ainakin yksi, suurempi tai pienempi, saavuttamaton tavoite. Urheilu-uran katkeroittamien joukko näyttää kuitenkin olevan selvästi yleistä mielikuvaa pienempi.

AVAINSANAT: huippu-urheilu, urheilu-ura, julkisuus, totalisuus, elämänsisältö, lopettaminen

SISÄLLYS:

1. TAPA ELÄÄ JA TAPA LEIKKIÄ	1
2. URHEILU JA JULKISUUS	3
2.1. Symbioosi	3
2.2. Urheilijoista kansallisomaisuutta	5
2.3. Urheilujournalismi	7
2.4. Penkkiurheilu	11
3. URHEILU-URAN ERITYISPIIRTEITÄ	14
3.1. Varhainen valinta	14
3.2. Tavoitteena olla paras	17
3.3. Lyhyt kesto	19
4. URHEILUN TOTAALISUUS	21
4.1. Urheilijan uhraukset	21
4.2. Doping	23
4.3. Alkoholi	28
4.4. Loukkaantumiset ja vammat	31
5. URHEILU ELÄMÄNSISÄLTÖNÄ	35
5.1. Elämäntapana työ	35
5.2. Valitun elämäntavan miellyttävyys	39
5.3. Urheilijan sosiaalinen asema	42
6. TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN	46
6.1. Aineisto	46
6.2. Aineiston käyttö	47
7. URAN LOPPUMISEN VAIKUTUKSIA	49
7.1. Elämänsisältö uusiksi	49
7.2. Ystäväpiiri muuttuu	54
7.3. Entinen julkkis	56

8. ERILAISIA LOPETTAJIA	60
8.1. Tulin, näin ja voitin	60
8.2. Kilpaurheilun parissa jatkavat	62
8.3. Loukkaantumiseen lopettavat	67
8.4. Lopettamista jatkuvasti lykkäävät ja paluuta yrittävät	71
8.5. Katkeroituneet	74
9. LOPUKSI	78
LÄHTEET	81
LIITE 1	86
LIITE 2	88

1. TAPA ELÄÄ JA TAPA LEIKKIÄ

"Urheilu oli minulle lapsena tapa elää ja aikuisena tapa leikkiä. Ei se tarkoita, ettenkö olisi ollut tosissani. Yhdeksän leikkauksen jälkeen voin sanoa, että olin liiankin vakavissani. Selkäleikkaus 1984 toi invaliditeetin ja moni muukin leikkaus on jälkensä jättänyt.

Vaan miksi olin valmis niin suureen ponnisteluun? Rakkaus - rakkaus urheilua kohtaan oli ja on palavaa. Olen kasvanut urheilun parissa ja se ihminen, jonka tänä päivänä näette, on urheilulla maustettu alusta loppuun. Mutta en ole fanaatikko. Urheilu ei ole koskaan ollut ainoa asia maailmassa. Elämä on. Elämä on kaikkein tärkein, mutta urheilu on ollut osaltaan vaikuttamassa siihen millaiseksi elämäni on muodostunut."

Näin kirjoitti yleisurheilija Ringa Ropo sanomalehti Keskisuomalaisessa 11.11.1994, päivä sen jälkeen, kun hän oli julkisesti ilmoittanut päättävänsä oman aktiiviuransa urheilijana. Hän päätti kaksikymmenvuotisen uransa 28-vuotiaana, kun uran jatkuminen ilman kymmenettä leikkausta ei ollut mahdollista (Kinnunen 1994). Näihin Ringan muutamaaan lauseeseen sisältyy suuri määrä kaikkein keskeisimpiä asioita monen huippu-urheilijan urasta ja niistä tunteista, joita lopettamishetkellä mielessä liikkuu. Näihin lauseisiin sisältyy myös suuri osa niistä asioista, joita pyrin jatkossa käsittelemään ja tutkimaan.

Huippu-urheilu on täysipäiväistä, itse asiassa usein lähes ympärivuorokautista työtä tekijälleen. Se ei huipulla ole harrastus. Urheilu on tiedotusvälineiden kautta tullut osaksi suuren ihmisryhmän elämää. Siitä on tullut massaviihdettä sanan varsinaisessa merkityksessä ja huippu-urheilijat rinnastetaan yhä useammin viihdetaitelijoihin. Urheilijan on osattava monia asioita oman lajinsa lisäksi sopimusneuvotteluista myynninedistämistyöhön.

Silti pääasia on yhä edelleen kilpaileminen ja kilpailuun valmistautuminen.

Entinen kestävyysjuoksija Juha Väätäinen on sanonut, että urheilija, joka asettaa tavoitteekseen jotain muuta kuin voiton, yleensä saavuttaakin jotain muuta kuin voiton. Tähän lauseeseen tiivistyy suuri osa kilpaurheilun olemuksesta. Menestys on keskeistä, siihen on pyrittävä päästäkseen eteenpäin. Ja siihen myös pyritään kaikin keinoin.

Tuo pyrkimys tuo mukanaan elämäntavan, joka tähtää tulokseen. Siihen kuuluu pieniä osia, jotka on saatava kohdalleen, jotta menestystä tulisi. Uhrauksia on tehtävä, mutta onnistunut ura palkitsee nuo uhraukset usein ainakin henkisellä tasolla.

Urheilijan elämäntavasta on myös osattava luopua. Urheilun imu vie mukanaan ja toimii monella eri tasolla ja tavalla huumeen tavoin. Silti on osattava luopua silloin, kun itsekunnioitus on vielä tallella. Huippu-urheilijan ammatti on vain poikkeustapauksissa eläkevirka.

Tässä tutkielmassani kuvailen huippu-urheilijan uraa ja sen loppumista urheilijan kannalta. Esittelen kilpaurheiluun ja urheilijan elämään kuuluvia ilmiöitä ja asioita. Erityishuomio on uran lopettamishetkessä, jota hyvin usein pidetään vaikeana. Haluan tuoda esiin niitä tunteita ja asioita, joita tuohon urheilijan elämän käännekohtaan liittyy.

2. URHEILU JA JULKISUUS

2.1. Symbioosi

Nykyaikainen tehokas tiedonvälitys on nostanut urheilun merkityksen suurten massojen viihteenä aivan uusiin ulottuvuuksiin. Ajan henki suosii saavutuksia ja menestymistä jokaisella elämän alalla, joten on oikeastaan hyvinkin luonnollista, että urheilusaavutuksia arvostetaan. Aina on tietysti niitä, jotka kysyvät, että mitä arvokasta on siinä, että joku juoksee kymmenen kilometriä puoli sekuntia nopeammin kuin toinen, tai miksi kannattaa jahdata viatonta kumipalaa jäädytetyssä laatikossa. Nämä asiat ovatkin arvokkaita juuri siksi, että me ihmiset annamme niille arvoa. Urheilusuorituksilla on siis vahva symbolimerkitys (Heinilä 1987, 128).

Tuon merkityksen luojana joukkotiedotuksella on keskeinen tehtävä. Toisaalta on huomioitava, että media hyvin pitkälle toimii yleisön odotusten perusteella. Näin syntyy kolmiyhteys, jonka osat ovat huippu-urheilu, yleisö ja urheilujournalismi. Nämä osat elävät symbioosissa, riippuvuussuhteessa toisistaan. Jos jokin kolmion osista voi huonosti, se vaikuttaa myös kahteen muuhun. (Heinilä 1974, 177 ; Heinilä 1987, 128-129.)

On vähitellen tultu tilanteeseen, jossa huippu-urheilun olemassaolo on käytännössä mahdotonta ilman joukkotiedotusta. Vaikka jo vuonna 1912 Tukholman olympialaisissa Suomi usein käytetyn fraasin mukaan juostiin maailmankartalle, voidaan urheilun katsoa tulleen todella merkittäväksi tekijäksi vasta sähköisten viestimien, ja erityisesti television leviämisen myötä. Radio ja televisio ovat moninkertaistaneet sen yleisömäärän, joka mahtuu kisakatsomoon ja pystyy seuraamaan tapahtumia niin sanotusti reaaliajassa, eli juuri sillä hetkellä, kun ne tapahtuvat. Televisio tietysti vieläkin tarkemmin, sillä radiohan lehden lailla myös perustuu jo tapahtuneen kertomiseen. Ero lehteen on siinä, että kun viive radiossa on muutamia sekunteja, se lehdessä

on yleensä yksi vuorokausi. Radio on siis luonteeltaan ja toimintatavaltaan selvästi lähempänä televisiota kuin sanomalehteä.

Urheilujournalismi on myös lehtien ja sähköisen median kautta lisännyt ihmisten tietoisuutta urheilusta esittelemällä entuudestaan vieraampia lajeja ja toisaalta syventämällä ihmisten tietoa jo ennestään tutuista lajeista. Samalla voidaan ainakin jossain tapauksissa olettaa, että kilpailujen järjestäjät ovat saaneet uutta yleisöä, kun joukkotiedotuksen herättämä kiinnostus saa yleisön seuraamaan tapahtumia myös paikanpäälle. (Järvinen 1994, 127.)

Tiedotusvälineiden ja yleisön kiinnostus huippu-urheilusta on väistämättä johtanut myös rahan merkityksen kasvuun urheiluelämässä. Kasvavan julkisuuden myötä yhä valtavampia rahasummia liikutetaan niin urheilijoiden ja tapahtumien mainossopimuksissa eli sponsoroinnissa, kuin myös kilpailtaessa eri urheilutapahtumien lähetysoikeuksista. Tämä kilpailu ainakin toistaiseksi koskee sähköisiä viestimiä ja erityisesti televisiota, vaikka merkkejä kisan laajenemisesta myös painetun sanan puolelle onkin olemassa.

Enää ei ole itsestään selvää, että suuret urheilutapahtumat, kuten esimerkiksi olympialaiset tai eri lajien MM-kisat näkyvät kansallisilla kanavilla kaikille ihmisille. Suomessakin on jo muun muassa jääkiekon yhteydessä huomattu, että lähetysoikeudet saattavat yhtä hyvin tarjouskilpailun jälkeen mennä pienille, varsin rajallisen yleisökapasiteetin omaaville kaapelikanaville. Sama koskee myös suosituimpia kansallisia tapahtumia ja palloilusarjoja. Vaikka yleinen mielipide onkin kääntymässä kohti kisojen antamista myös laajan yleisömäärän omaavien kansallisten yhtiöiden näytettäväksi, ovat esimerkiksi olympialaisten televisiointioikeuksista maksettavat korvaukset parissa vuosikymmenessä kiivenneet pilviin.

Urheilun suurtapahtumien televisioinnit tuovat suuria yleisömääriä televisioyhtiöille (Klinga 1995, 95). Kilpailu lähetysoikeuksista tuntuu edelleen kiihtyvän

ja tämä kehitys on saanut viimein myös Euroopan Unionin puuttumaan lähetysoikeuksiin. Suurimpien urheilutapahtumien näkyminen Euroopan kansallisilla kanavilla pyritään jatkossa varmistamaan lainsäädännöllä ja odotettavissa onkin monia kiistoja siitä, kenellä lopulta on oikeus myydä urheilutapahtumien televisiointioikeudet (Nieminen 1997). Tulevat vuodet osoittavat, ollaanko rahastuksessa tultu tien päähän, vai jatkuuko bisneksen teko tiedonvälitysoikeuksilla yhtä räikeänä kuin tällä hetkellä. Nykyminen on todennäköistä, ettei suuria urheilukilpailuja tulevaisuudessa nähdä ollenkaan esimerkiksi kolmansissa maissa, vaikka heidän urheilijansa menestyisivät miten hyvin tahansa (Vainikka 1983, 58).

2.2. Urheilijoista kansallisomaisuutta

Suomessa radion urheilulähetykset alkoivat 1920-luvun lopussa ja television ensimmäinen urheilulähetyksen oli yleisurheilumaaottelu Suomi-Ruotsi vuonna 1958 (Vainikka 1983, 54). Siitä lähtien urheilun merkitys ohjelmistossa on kasvanut vähitellen. Radiotoiminnassa paikallisradioiden synty 1985 on tuonut lisäjulkisuutta myös paikallisille tapahtumille ja lisännyt urheilun määrää radioaalloilla. Television puolella lähetyksmäärät ovat myös edelleen nousussa. Viime vuosina noin 10% television kokonaisuohjelmasta on suomalaisilla kanavilla ollut urheilua. (Järvinen 1994, 125.) Samoin kansainvälisten urheilukanavien synty ja kasvu ovat merkittävästi lisänneet urheilun televisioaikaa.

On tultu tilanteeseen, jossa jokainen huippu-urheilija on tuttu suurelle osalle kansasta. Myös se väestönosa, joka ei juurikaan välitä urheilusta on usein tahtomattaankin mukana urheilijoiden kanssa kiekkokaukalossa, juoksuradalla tai formulan ohjaimissa. Puhumattakaan siitä laajasta massasta, joka innokkaasti seuraa kilpakenttien tapahtumia.

Urheilusaavutuksista on tullut entistä julkisempia ja arvostetumpia, samoin

kuin itse urheilijoista. Huippu-urheilija on nykyään väistämättä "julkkis", josta yleisö haluaa ja myös saa tietää kaiken myöskin urheilun ulkopuolella. Joskus onkin vaikeaa vetää rajaa urheilijan yksityisen ja julkisen elämän välille. (Heinilä 1987, 128-129.) Urheilujournalismi myös yhä enenevässä määrin synnyttää ja sammuttaa tähtiä nostamalla jonkun menestyvän urheilijan toistuvasti julkisuuteen ja toisaalta vaikenemalla julkisuuteen kielteisemmin suhtautuvat huiput unohduksiin. Samoin jo uransa lopettaneista urheilijoista toiset, kuten esimerkiksi Matti Paanala (ent. Nykänen) pysyvät tiedottajien mielenkiinnon kohteena vuodesta toiseen, kun taas toiset, hyvinkään menestyneet kilpailijat, eivät kiinnosta urheilu-uran päätyttyä lehdistöä ollenkaan.

On varmasti oikeutettua todeta, että tiedotuksen vahva mukanaolo on luonut kokonaan uudenlaisen urheilijatyypin, joka osaa kääntää julkisuuden hyödykseen ja myös viihtyy julkisuudessa. Näin on pitkälti pakko tapahtua, sillä kova kilpailu on tehnyt huippuvalmennuksen välttämättömäksi menestyksen kannalta. Valmentautuminen maksaa rahaa, jota ei ole ilman sponsoreita eli tukijoita. He puolestaan haluavat nimelleen ja tuotteilleen mainosta, joten urheilijan on pakko olla julkisuudessa ja vieläpä pidettävä huoli siitä, että julkisuus on myönteistä. Äksyilevä ja töykeästi käyttäytyvä urheilija karkottaa toimittajat ja saman tien myös tukimarkat. Tästä johtuen nykyurheilijat ovat yleensä valmiita haastatteluun ja hymyilevät kameran nähdessään. Takavuosien hiljaiset ja jurot urheilijat eivät olisi suosikkiasemassa enää 90-luvulla. Nykyään etsitään jotenkin laajasta massasta erottuvia tyyppejä.

Reaaliajassa liikkuva tiedonvälitys ja yleisemminkin kasvanut informaatio ovat luoneet yhä paremmat edellytykset paitsi omien suosikkien puolesta jännittämiseen, myös huippusuoritusten myötäelämiseen. Suurimmalla osalla ihmisistä ei ole edellytyksiä saavutuksiin tai ennätyksiin, mutta silti he voivat päästä niistä osallisiksi. Oman paikkakunnan palloilujoukkueen menestys koetaan tärkeäksi, vaikka joukkueen pelaajat olisikin ostettu aivan muualta. (Heinilä 1987, 128.)

Myötäelämisen tunteen lisäksi varmasti penkkiurheilun muodostuminen harrastukseksi ja usein myös elämäntavaksi monelle, on selittävä tekijä urheilusankareiden keskeiselle asemalle yhteiskunnassa.

Todennäköisesti kuitenkin kaikkein tunnetuin yleisön käyttäytymistä ja urheilun merkitystä selittävä teoria on Norbert Eliaksen kehittämä niin sanottu katharsis-hypoteesi. Sen mukaan kilpailu tarjoaa yhteiskunnallisesti harmittoman keinon jännitysten ja aggressioiden purkamiseen. (Heinilä 1974, 179.) Joidenkin empiiristen havaintojen pohjalta voidaan mielestäni myös väittää, että kilpailutapahtumilla on täsmälleen päinvastainen, aggressioita lisäävä vaikutus erityisesti hävinneelle osapuolelle ja sen kannattajille.

Kaikkein keskeisin syy sille, että jostakusta tulee kansallisomaisuutta, on kuitenkin voittaminen. Jälleen törmäämme huippu-urheilun perustotuuteen ykkössijan merkityksestä. Harva haluaa ainakaan tarkoituksella samaistua häviäjään, eikä julkisuus ole siinä määrin kiinnostunut sijoista kakkosesta eteenpäin kuin sijasta yksi. Joutuakseen tai päästäkseen kansallisomaisuudeksi, urheilijan on siis menestytävä. Jos menestystä tulee, urheilujournalismi luo urheilijalle tähtikultin, josta kiinnipitäminen saattaa muodostua yhdeksi ongelmatekijäksi, kun ura ennemmin tai myöhemmin väistämättä kääntyy laskuun (Heinilä 1987, 129). Julkisuudesta tulee eräänlaista huumetta urheilijalle, joka saa päivä toisensa jälkeen tiedotusvälineiden huomion osakseen. Uran loppuessa hänen on opittava elämään sivussa julkisuuden valokeilasta. Monelle siirtyminen pois näkyviltä ja kahvipöytäkeskusteluista saattaa olla todella suuri ja vaikea asia.

2.3. Urheilujournalismi

Urheilun merkitys tiedotusvälineille on siis vähitellen kasvanut jo useamman vuosikymmenen ajan. Paitsi urheilulliset, tietysti myös raadollisemmat syyt

ovat johtaneet tähän kehitykseen. Urheilu havaittiin varsin nopeasti myyväksi artikkeliksi, joten taloudelliset seikat ovat puoltaneet huippu-urheilun vahvaa osuutta massamediassa (Järvinen 1994, 123). Samoin kansalliset aatteet ovat olleet lehdistön etujen mukaisia, joten niitä on tuettu myös urheilua hyväksikäyttäen.

Vaikka taloudellisten tekijöiden mahti urheilun joukkotiedotuksessa onkin kasvanut rajusti, kaiken perustana on kuitenkin nyt kuten ennenkin yleisön mielenkiinto. Yleisö ei ole missään vaiheessa ollut täysin tahdotonta massaa, vaan urheilua on osattu toivoa ja vaatiakin uutisten, lehtijuttujen ja ohjelmien aiheeksi. Lopulta juuri yleisön kiinnostus on ainoa mittari, joka määrää miten paljon joukkotiedotus urheilua käsittelee (emt., 123). Toisaalta tuon kiinnostuksen syntymiseen on Hemanus (1973, 144) tarjonnut myös "tarjonta luo kysyntää" selitystä. Sen mukaan ihmiset ovat oppineet vaatimaan urheiluaineistoa, kun sitä on ensin heille runsaasti tarjottu. Totuudenmukaista lienee arvioida, että prosessi toimii yleensä kumpaankin suuntaan.

Urheiluaineiston sisältö on myös muuttunut vuosikymmenien myötä. Alkuaikoina tyydyttiin yleensä pelkkiin tapahtumaselostuksiin, kun taas nykyään merkittävä osuus urheilujournalismista on taustojen selvittelyä ja kilpailujen etu- ja jälkikäteen tapahtuvaa analysointia. Urheilutoimittajat ovat nykyään urheilijoille usein paljon tutumpia kuin aikaisemmin (Rautio 1983, 101).

Koska urheilujournalismi on, kuten todettua, riippuvainen huippu-urheilusta ja sen menestyksestä, sillä on varsin yleisesti katsottu olevan taipumusta epärealistisiin menestysodotuksiin (Heinilä 1987, 128). Tällöin usein myös urheilun seuraajilta esimerkin myötä katoaa osa realismista. Hyvänä esimerkkinä tästä ovat kevään 1997 jääkiekon MM-kotikisat, jolloin Suomen mestaruudesta puhuttiin ja kirjoitettiin kuukausitolkulla ennen kisoja. Silti itse kisoissa joukkueemme ei päässyt lähellekään mestaruutta. Samoin jo aikaisemmin tutuksi tulleet urheilijanimet ovat tavallisesti etusijalla julkisuudessa

ja siten myös urheilun seuraajien mielissä verrattuna uudempiin ja tuntemattomampiin nimiin (Palonen 1992, 172).

Huippu-urheilun ja urheilujournalismin tiivis yhteys on johtanut myös kritiikkiin objektiivisuuden puutteesta. Erityisesti Hemanus (1983, 46) on tuonut esille käsityksen, jonka mukaan urheilutoimittajien ja urheilun ammattilaisten intressit ovat liian lähellä toisiaan. Tällöin on vaarana, että urheilujournalismi ei kykene käsittelemään huippu-urheilun järjestelmää totuudenmukaisesti, sen yhteydet paljastaen. (Hemanus 1983, 46.) Tähän on yleisimmin vastattu, että järjestelmä ei ole toimittajien luoma, eikä näin ollen heidän muutettavissaan. Järjestelmää vastaan rimpuileva toimittaja puree ruokkivaa kättä. Samoin on muistettava, että toimittajan on ennemmin tai myöhemmin pystyttävä esittämään näytöt julkisista väitteistään ja epäilyksistään. Luuloja ei voi esittää julkisesti. (Rautio 1983, 103.)

Toimiessani itse urheilutoimittajana, olen moneen otteeseen todennut, miten heterogeeninen ammattiryhmä urheilutoimittajien joukko on. Koska missään ei varsinaisesti kouluteta urheilujournalisteja, alalle tulevilla onkin erittäin erilaisia taustoja. Toiset ovat koulutukseltaan opettajia, jotkut ovat entisiä kilpaurheilijoita tai valmentajia. Mukana on luonnollisesti liikuntatieteitä opiskelleita ja tiedotusoppia lukeneita, mutta lopulta ainoa laajemmin yhdistävä tekijä on kiinnostus alaan. Tämän myötä on itsestään selvää, että myös työn jälki on monenkirjavaa. On kaikkien kannalta hankalaa jos esimerkiksi urheilun talousasioista tekee jutun toimittaja, joka ei niistä ymmärrä mitään. Vaikka monenkirjaisuus urheilutoimittajien keskuudessa onkin suuri rikkaus, se tekee myös toimittajan oman vastuun ja taustatyön merkityksen suureksi. Ei olekaan kovin ihmeellistä, että urheilutoimittajat käyttävät suuren osan ajastaan itsensä kehittämiseen eli taustatietojen keräämiseen ja muokkaamiseen (Paukku 1983, 63). Toisaalta koulutustaustan erilaisuuden ei ole ainakaan lehtitoimittajien osalta todettu antavan koulutetuille toimittajille parempia vaikutusmahdollisuuksia lehden sisällöstä päätettäessä eli koulutus-

tausta ei pääsääntöisesti ole urheilutoimittajan valtaa määrittelevä tekijä (Järvinen 1993, 59).

Edellä käsiteltyjen asioiden lisäksi myös alan miesvaltaisuuteen on usein kiinnitetty huomiota. Vielä pari vuosikymmentä sitten nainen urheilutoimittajana oli todellinen harvinaisuus. Vuonna 1975 tehdyssä tutkimuksessa huomattiin, että radion ja television urheilutoimittajista vain 8% oli naisia, eikä kukaan naistoimittajista ollut päätoiminen. Kaikkien urheilutoimittajien keskuudessa tilanne oli vieläkin yksipuolisempi. Urheilutoimittajien liitossa oli 1975 pää- ja sivutoimisia jäseniä 380, joista naisia oli 3 eli 0,8%. (Partanen & Paukku 1977, 79.)

Vuonna 1983 tilanne ei ollut kovinkaan oleellisesti muuttunut. Päätoimisia urheilutoimittajia kuului Urheilutoimittajien liittoon 284, heistä naisia oli kahdeksan (Blomberg 1984, 58.) Osittain varmasti edellä kerrotusta johtuen naisten urheilua käsiteltiin tiedotusvälineissä noin 15 vuotta sitten keskimäärin alle kymmenesosan verran kaikesta urheilutiedottamisesta.(emt., 39 - 40)

Nykyisin naisten osuus on niin juttujen aiheina kuin tekijöinäkin huomattavasti lisääntynyt, vaikka edelleen selkeä enemmistö urheilutoimittajista on miehiä. Kuten monella muullakin alalla, myös urheilutiedottamisessa naisten mukaan-tulo tuo uusia näkökulmia miesten luomiin rutiinomaisiin käsittelytapoihin. On katsottu muun muassa, että naiset tuovat huippu-urheilun lähemmäksi myös vähemmän aktiivista seuraajaa. Toisaalta naiset miehiä useammin huomioivat urheilujournalismissa myös kuntoliikunnan, jonka syrjimisestä suhteessa huippu-urheiluun toimittajia on usein syytetty. Näihin syytöksiin on vastattu tavallisesti vetoamalla urheilun suureen yhteiskunnalliseen merkitykseen maassamme (Järvinen 1994, 126). Silti yhä useampi tuntuu myöntävän myös tavallisten kuntoliikkujien vinkkien ja tapahtumien tiedottamisen kuuluvan urheilujournalismiin.

2.4. Penkkiurheilu

Edellä kuvatun symbioosin kolmas osapuoli urheiluyleisö eli kansanomaisemmin penkkiurheilijat, on se ryhmä, jonka on tiedotusvälineiden kehittyessä uskottu vaatimuksillaan ja toiveillaan näyttävän urheilujournalismin, ja sitä myötä myös itse huippu-urheilun suunnan. Urheilujohtajat tapaavat sanoa, että kansan suuri enemmistö haluaa huippu-urheilua. Viime vuosina onkin puhuttu yleisökeskeisestä urheilusta. (Heinilä 1973, 115).

Toisaalta, niin sanottujen urheilun ulkopuolisten tahojen voidaan nähdä ottaneen yhä enemmän ohjia käsiinsä. Sitä mukaa kun ammattilaisuus on edennyt, talouden eli maksajien merkitys on kasvanut. Näin ollaan tilanteessa, jossa yhtäläillä vallitsevat tarjonnan markkinat, eli tarjonta keskittyy usein sinne, missä on maksavia kuluttajia ja heidän myötäään sponsoreita. Alueellinen eriarvoisuus kasvaa urheilussakin. Etelän rikkaat seurat hankkivat itselleen ne huippu-urheilijat, jotka amatööripohjalta toimivat pohjoisemmat seurat pystyvät kasvattamaan. (Sänkiaho 1973, 130).

Yleisöllä on siis suora merkitys huippu-urheilulle paitsi pääsylipputulojen, myös kansan kiinnostuksen perässä kulkevien sponsorien tuojana. Silti vähintään yhtä suuri yleisön vaikutus on urheilun henkisenä voimana ja huippu-urheilun oikeutuksen ja mielekkyyden antajana. Suuret katsojamäärät pitävät kilpaurheilun vastustajat hiljaisempina. Täten on selvää, että urheilu ei enää ole pelkästään kilpailijoiden paremmuuden testaamista, kuten joskus aikaisemmin. Nykyään se on ennen kaikkea massaviihdettä.

Tiedotusvälineiden suuri merkitys urheiluviihteen tarjoajina on jo todettu. Onkin muistettava, että ehdottomasti suurin osa penkkiurheilusta tapahtuu lehtien, television ja radion välityksellä. Kilpailujen seuraaminen itse tapahtumapaikalla vaatii paljon enemmän vaivannäköä ja lähes aina myös rahaa. Silti vuonna 1981 tehdyn selvityksen mukaan aikuisväestön (16 - 64-vuotiaat)

miehistä keskimäärin joka toinen ja naisista joka viides oli käynyt vuoden aikana vähintään kerran urheilukilpailuissa. (Heinilä 1994, 108.) Vuonna 1991 tehdyn tutkimuksen tulokset ovat samansuuntaisia. Noin puolet suomalaisista oli käynyt vuoden aikana seuraamassa urheilukilpailuja. Naisten suhteellinen osuus oli kymmenessä vuodessa jonkin verran kasvanut siten, että vuonna 1991 40% naisista ja 60% miehistä oli käynyt urheilukilpailuissa. (Aaltonen 1993, 118.) Kokemuspohjaisen näkemyksen perusteella uskon naisten määrän urheilukatsomoissa tänä päivänä olevan edelleen kasvussa.

Mihin penkkiurheilun suosio sitten perustuu? Lähtökohtana voidaan varmasti pitää tavalla tai toisella syntynyttä mielenkiintoa urheilua kohtaan. Samoin kuin omakohtainenkin urheileminen, myös penkkiurheileminen voidaan nähdä oppimisen tuloksena (Heinilä 1986, 8). Näin lienee varsinkin silloin kun penkkiurheilu on muuttunut elämäntavaksi. Siitä on tullut säännöllistä toimintaa. Toisaalta urheilu antaa seuraajalleen samoja asioita kuin viihde yleensäkin eli jännitystä ja elämyksiä, lisätynä usein urheilulle tyypillisellä yhteisöllisyydellä. Penkkiurheilija tuntee olevansa osa jotakin ryhmää, jossa kaikilla on samat oikeudet ja velvollisuudet (Heinilä 1974, 181). Äärimmilleen vietyinä tämä ryhmäuskollisuus johtaa järjestäytyneeseen fanitoimintaan, jossa ihailtu ja rakastettu joukkue tai yksilöurheilija voi olla samasta kaupungista tai vaikka toisesta valtiosta. Kilpailun seuraamisen mielenkiintoa lisäävät myös urheilukilpailujen lopputuloksen arvaamattomuus ja mestarilliset yksittäissuoritukset. Onkin siis oikeutettua väittää, että runsas lajivalikoima ja lajien erilainen merkityssisältö (rytmisen voimistelun esteettisistä arvoista nyrkkeilyn väkivaltaan) antavat jokaiselle jotain. Penkkiurheilu on erilaista viihdettä erilaiselle yleisölle (Heinilä 1994, 113).

Kuten jo aikaisemmin mainitsin, penkkiurheilua on pidetty myöskin tapana purkaa patoutumia ja henkisiä paineita. Tämän asian kääntopuolelta löytyvät kuitenkin myös urheilun seuraamisen ja faniuden suurimmat ongelmat. Yhä useammin nuo paineet purkautuvat liian voimakkaalla tavalla. Samoin aina

kun ollaan omien puolesta, ollaan myös jotakuta vastaan. Suurten tunteiden kuohunta menee helposti yli ja silloin seurauksena on häiriökäyttäytymistä, pahimmassa tapauksessa väkivaltaa ja huliganismia (Heinilä 1994, 117). Tällaisesta katsomokäyttäytymisestä on saatu yhä tihenevällä tahdilla esimerkkejä. Liian usein väkivalta jatkuu myös suorituspaikkojen ulkopuolella.

Myös rahan mukanaan tuomien ns. sirkuslajien lisääntyminen on nähty vahvan penkkiurheilukulttuurin ja television voimakkaan vaikutuksen lieveilmiönä (Sänkiaho 1973, 129). Jos kilpailun lopputulos on ennalta sovittu, kuten esimerkiksi amerikkalaisen television suosimassa showpainissa, ja kaikki ruudussa näkyvä on käsikirjoituksen mukaista teatteria, tuskin voidaan enää puhua kilpaurheilusta. Myöskään liikuntaharrastuksen leviäminen kansan keskuuteen penkkiurheilun myötä ei ole mikään itsestäänselvyys. Pelkkä vastaanotettava viihde nimittäin on omiaan passivoimaan seuraajiaan. Onkin olemassa vaara, että kotisohvalla tapahtuva urheiluseuranta vahvistaa passiivista elämänasennetta, sen sijaan että se saisi penkkiurheilijan seuraamaan liikunnallista esimerkkiä (Vuolle 1983, 81).

Urheilun väkevällä vaikutuksella seuraajiinsa onkin siis myös kielteisiä seurauksia ja sitä voidaan käyttää vastoin ihanteita myös poliittisiin tarkoituksiin (Selin 1973, 134-135). Rärkeimpinä esimerkkeinä tästä lienevät 1970- ja 1980-lukujen olympiaboikotit. Juuri näiden urheilun suuren huomioarvon ja merkityksen mukanaantuomien lieveilmiöiden välttämiseksi on muistettava, että nykypäivänä yleisö on huippu-urheilun kaikkein keskeisin voimavara. Siksi yleisöstä on osattava pitää huolta. Samoin penkkiurheilijoiden itsensä on tunnettava vastuunsa. Jos urheilun kuluttajat tuntevat itsensä petetyksi katsomossa tai eivät väkivallan pelossa uskalla paikalle, koko urheiluliikkeeltä on pohja poissa. Silloin ei tarvita myöskään urheilijoita eikä urheilujournalisteja, sen paremmin kuin urheilujohtajakaan.

3. URHEILU-URAN ERITYISPIIRTEITÄ

3.1. Varhainen valinta

Huippu-urheilijan ura poikkeaa tavallisesta ammattiurasta monella tavalla. Yksi keskeisimmistä eroista lienee liikkeellelähdön aikaisuus. Kun koulujärjestelmässä ja ammatinvalinnanohjauksessa lähdetään yleensä siitä, että päätökset ammatillisesta suuntautuneisuudesta tehdään koulun aikana tai viimeistään sen jälkeen, on urheilija yleensä aloittanut urheilun paljon aikaisemmin.

Toki päätös urheilusta ammattiurana tehdään yleensä vähän kypsemmällä iällä, mutta päätöksen siemen on lähes jokaisessa tapauksessa kylvetty jo paljon aikaisemmin. Esimerkiksi jääkiekkoilijoiden kanssa keskustellessa tuntuu siltä, että ensituntuma lajiin on melkein poikkeuksetta saatu viiden tai kuuden vuoden ikäisenä.

Viime vuosikymmenten huipuista tuntuu oikeastaan vain juoksija Martti Vainio päässeen huipulle asti, vaikka on aloittanut säännönmukaisen harjoittelun vasta parikymppisenä. Tässäkin tapauksessa taustalla on toki lapsesta asti jatkunut eri lajien harrastus ajanvietemielessä. (Leino 1984, 93 - 101.)

Varhaisen alun merkittävyys johtaa ilman muuta siihen, että yksilön kehittymiseen huippu-urheilijaksi on keskeinen merkitys vanhemmilla. Kukaan alle kouluikäinen ei ajaudu urheilun pariin ilman vanhempien myötävaikutusta.

Toisaalta, vaikka lapsi saisikin kipinän urheiluun koulusta, ei hän pysty lajiaan harrastamaan kovinkaan pitkään ilman vanhempien tukea. Vaikka asuinpaikka olisikin niin edullinen, ettei kyytiä harjoituksiin tarvita, tarvitsee lapsi hyvin pian vanhemmilta taloudellista tukea ainakin jonkin verran. Samoin henkisen ilmapiirin myönteisyys kotona on välttämättömyys, jotta ura voi jatkua alkua

pidemmälle. Joten jos urheilukipinä puuttuu lapsuudenkodista, on käytännössä melkein mahdotonta päästä huipulle, varsinkaan nykyaikaisessa ammattuurheilun maailmassa, jossa suuntaus näyttäisi olevan kohti yhä nuorempia huippu-urheilijoita.

On siis mielestäni oikeutettua sanoa, että yksi perustavimmista, ellei kaikkein tärkein lähtökohditekijä urheilu-uralla ovat urheiluun myönteisesti suhtautuvat vanhemmat. Jos kotona harrastetaan liikuntaa ja arvostetaan sitä, on todennäköistä, että lapsikin ohjataan urheilun pariin. Jos taas urheilu ei vanhempia kiinnosta, lapsi melko varmasti harrastaa jotain muuta. Tilanne on tässä suhteessa vertailukelpoinen kulttuuri- ja taideharrastuksiin. Seurauksena on se, että välttämättä läheskään kaikki urheilullisesti lahjakkaat lapset eivät hakeudu liikunnan pariin ja toisaalta osa liikuntaa harrastavista nuorista on mukana vanhempien innostuksen takia enemmän kuin omansa. Urheilijan uraan vaikuttaa usein siis myös vanhempien oma kunnianhimo, jota he toteuttavat urheilevan lapsensa kautta (Vuento 1987, 283).

Erityisen helppo on kuvitella urheilua itse aktiivisesti huipulla harrastaneen isän tai äidin innostus nähdessään oman lapsensa urheilutähtenä. Monelle se on suurempi asia kuin oma menestys (Talonen & Silander 1997, 115 - 118).

Vaikka lapselleen liikaa paineita asettavat vanhemmat ovatkin joskus hankaloittamassa junioriurheilua, ei urheiluun myönteisesti suhtautuvien vanhempien merkitystä siis pidä missään nimessä väheksyä. Kyselytutkimuksissa on havaittu, että käytännössä aina huippu-urheilijan vanhempien suhtautuminen urheiluun on myönteinen, eikä kielteisiä näkemyksiä juurikaan ole tullut esiin (Vuolle 1987a, 16). Lapsuudenkodin asenteilla on siis tässäkin asiassa kauaskantoiset seuraukset.

Edellä kerrottuun liittyy myös Vuolteen (1977a, 39 - 41) esittelemä ajatus urheiluun sosiaalistumisesta. Tällöin ympäristön liikuntavirikkeet toimivat

kilpaurheilukentille johtavina innostuksen luoja. Tällaisia virikkeitä voivat olla esimerkiksi lähellä sijaitsevat urheilupaikat tai urheilua harrastavat ystävät.

Lisäksi uran alkuun saattavina keskeisinä tekijöinä lapsilla ja nuorilla on muiden perheenjäsenten liikunnallisuuden ohella nähty kodin sosioekonomi-
nen asema. Joissain tapauksessa myös sisarusten esimerkki on nähty tärkeänä urheilukipinän syyttäjänä. (emt., 39.) Tosin nykyään sisarusten vaikutus urheilu-uraan tuntuu vähitellen pienentyneen. Tätä selittää se, että nykyään yleisimpiä perheitä yhteiskunnassamme ovat yksi- tai kaksilapsiset perheet.

Vanhempien liikuntamyönteisyyden merkitystä lapsen harrastukselle tukee myös Vuolteen (emt., 40) tutkimustulos, jonka mukaan kilpaurheilua on urheiluseurassa harrastanut yli 40% urheilijoiden isistä. Lisäksi on mielestäni huomattava, että suuri osa urheilumyönteisistä vanhemmista ei ole tekemisissä seurojen kanssa kuin korkeintaan lastensa kautta.

Erittäin tärkeää on huomata myös koululaitoksen merkitys lapsen liikuntaharrastukselle. Kun aikaisemmin usein ensikokemukset järjestäytyneestä urheilusta saatiin koulussa, olisin valmis väittämään, että nykyään koulusta on tullut enemmän urheiluharrastusta vahvistava kuin synnyttävä tekijä. Ennen kouluikää aloitettu harrastus tuntuu yhä mielekkäämmältä, kun lapsi huomaa menestyvänsä ikäistensä joukossa. Se antaa innostusta jatkaa ja harjoitella. Toki myös päivästainen kehitys on mahdollista. Voisikin sanoa, että koulujärjestelmä muodostaa ensimmäiset karsinnat matkalla kohti huippu-urheilijan uraa.

Urheiluseuroihin lapset viedään yhä useammin ennen kouluikää. Samoin kuin koulussa, lapsi voi kokea menestymisen riemua ja jälkeenjäämisen tuskaa myös seurassa.

Tiedetään, että 12 -18-vuotiaasta väestöstä noin 40% kuuluu urheiluseuraan. Kun muistetaan, että urheiluharrastus on varsin aikaavievä, voidaan helposti huomata, että seurat ovat paitsi muutamien huippu-urheilijoiden kasvupaikkoja, myös erittäin tärkeitä kasvattajia kaikille niiden toiminnassa mukana oleville lapsille ja nuorille. (Westergård 1993, 39.)

Seurassa mukanaolo onkin yksi peruslähtökohdista pidemmällä urheilu-uralla. Nykypäivänä tuntuu olevan äärimmäisen harvinaista, että huipulle noustaisiin ilman lapsesta asti jatkunutta seurataustaa. Joukkuelajeissa se ei liene edes teoriassa kovin yksinkertaista. Yksilölajeissa se voisi periaatteessa onnistua, mutta silloinkin valmennustieto on jostain kaivettava, ja usein ainoa keino siihen on urheiluseura.

3.2. Tavoitteena olla paras

Vaikka nykyihminen elääkin varsin yleisen käsityksen mukaan yhä enemmän kilpailuyhteiskunnassa, aika harva meistä kuitenkaan menee aina työpaikalleen vain ollakseen parempi kuin toiset. Urheilijan työssä lähtökohtana on juuri tämä. Kilpailuissa, yhtä hyvin kuin harjoittellessakin tavoitteena on lopulta vain voittaminen. Toki urheilijan ammatistakin on löydettävissä samat motiivit kuin muistakin töistä, eli henkinen tyydytys, raha jne. Silti kaikki ne perustuvat urheilussa voittamiseen. Jos menestystä ei tule, ei tule myöskään rahaa ja henkistenkin elämysten saavuttaminen ilman voittamista on monelle vaikeaa. Voidaan tietysti kysyä, mistä ammentavat motivaationsa ne urheilijat, jotka ovat mukana vuodesta toiseen voittamatta koskaan mitään. Heidän kohdallaan voitaneen puhua elämäntavasta enemmän kuin äärimmäisestä huippu-urheilusta. Urheilun elämää rikastuttavat vaikutukset, kuten uusien ystävien löytäminen ja kilpailun huuma ovat heille niin keskeisiä, ettei niistä malteta luopua. Toisaalta päinvastaisista ennusmerkeistä huolimatta monen toistuvasti menestymättömän urheilijan päässä elää kuitenkin unelma menestyksestä.

Voittamisen suuri merkitys johtaa hyvin usein, huippu-urheilussa käytännössä aina, urheilijaan kohdistuviin suuriin henkisiin ja fyysisiin vaatimuksiin. Paineita kasataan niin yleisön, median, sponsorien kuin kanssakilpailijoidenkin taholta. Omat tukijoukot ovat myöskin usein omalta osaltaan lisäämässä odotuksia urheilijan niskaan. Ollaan nopeasti tilanteessa, jossa urheilu on urheilijan koko elämä. Se hallitsee jollain tavoin kaikkia elämän alueita. Heinilä (1982, 2 - 5) on käyttänyt tästä kehityksestä osuvaa termiä urheilun totaalistuminen. Kaikki muut asiat tehdään urheilun ehdoilla. Harjoitukset ja kilpailut määräävät rytmin. Raadollista kyllä, tämä on myös ainoa tie menestykseen.

On selvää, että tällaista elämää jaksavat pitempään vain henkilöt, jotka ovat todella asialleen omistautuneita. Tästä taas seuraa se, että oikeastaan ainoa henkinen ominaisuus, joka yhdistää kaikkia urheilijoita on tahto voittaa, olla kaikkein paras (Heikkala 1992, 11). Tahto on asia, jota ilman ei huippu-urheilusta voi puhua, ei ainakaan kenenkään urheilijan kanssa. Terminä tahto kuulostaa epämääräiseltä, eivätkä urheilijat itsekään osaa siitä sanoa kuin sen, että kyseessä on tunne, mielentila joka ajaa eteenpäin (emt., 11). Henkisen puolen merkitys suorituksessa on muutenkin saanut yhä enemmän huomiota. Tämä on tuonut mukanaan huomion vahvan suuntautumisen henkiseen kehitykseen ja valmennukseen.

Vaikka synnynnäinen lahjakkuus on ehdottoman tärkeä asia urheilussa, se ei vielä riitä kovinkaan pitkälle. Huippu-urheilijan uran valitseva henkilö tunnistaa oman kilpailuviettinsä yleensä jo varsin nuorena, ja tahto päästä huipulle kasvaa sitä mukaa, kun kehitystä tapahtuu. Lieneekin siis totta, että sosiaalistuminen huippu-urheiluun vuosien kuluessa kehittää ja vahvistaa pitkäjänteisyyttä, jota kilpailuissa menestyminen ja rankan harjoittelun kestäminen vaatii. Urheilu tavallaan muokkaa tekijänsä omien vaatimustensa mukaiseksi. (emt., 11.)

Selvää on tietysti myös se, että tavalliselle työelämälle monella tapaa vieras tilanne suoritusten mittaamisesta pelkästään vertaillen niitä muiden tekemisiin, luo myös paineiden kautta suuret mahdollisuudet epäonnistua. Tästä löytyykin tiivistettynä urheilun ehkä suurin tragedia: Vain yksi voi voittaa, muut ovat auttamatta häviäjiä (Heinilä 1987, 128).

3.3. Lyhyt kesto

Voittamisen merkityksen huomioiden on perusteltua sanoa, että huippu-urheilu on koko ajan vaikeutuva ala, koska kilpailu voitosta kiristyy jatkuvasti. Jokaisen huipun takana on käytännössä aina useasta ihmisestä koostuva ryhmä, joka työskentelee menestyksen eteen. Huipputulosten takana on siis tietty järjestelmä, joka vie urheilijaa eteenpäin alkaen perheestä ja urheiluseurasta, päätyen terävimmällä huipulla henkilökohtaisiin asioidenhoitajiin. (Kempas 1992, 97.)

Yhtenä merkittävänä tekijänä tavoitteiden saavuttamisen vaikeudessa on myös biologia eli vääjäämättä eteenpäin kulkeva aika. Ura on luotava ja menestys hankittava aivan toisenlaisella aikataululla kuin keskivertoammattisissa. Vain aniharvassa lajissa, kuten esimerkiksi ammunnessa voi olla olympiatasolla vielä vanhuuseläkeiässä.

Moni ihminen pohtii uravalintojaan pitkälti yli kaksikymppisenä, urheilussa tämä ei ole mahdollista. Onkin yleistä ajatella, kuten uimari Jani Sievinen, että motivaatio ratkaisee paljon. Jos se on kohdallaan, voi terävimmällä huipulla olla "jopa" 30-vuotiaana (Sievinen & Melart 1996, 153).

Toisaalta nykypäivänä ei enää vähän päälle kaksikymppisenä lopettava huippu-urheilija ole mikään kummajainen. On helppo ymmärtää esimerkiksi uimari Petri Suomista, joka 22-vuotiaana totesi, ettei hänen kehonsa pysty

enää antamaan urheilulle niin paljon kuin menestyminen vaatisi (emt., 152).

Samoin ei ole vaikea ymmärtää urheilijaa, joka muutaman vuoden tuloksettoman yrittämisen jälkeen katsoo mielekkäämmäksi uran rakentamisen jollain muulla alalla. Vaikka väsymys tai urheiluvammat eivät vaatisikaan lopettamaan, on monen mielestä liian riskialtista uhrata aktiivisimmat vuodet elämästään urheilulle. Varsinkin jos näyttää siltä, että menestys on vain kaukainen haave. Muistettava on kuitenkin, että parhaassakin tapauksessa kaikki on ohi todennäköisesti pian kolmenkymmenen ikävuoden jälkeen.

Vaikka huippukausi onkin yleensä vain muutaman vuoden mittainen ei urheilijan uraa voi kuitenkaan tutkia tai ajatella vain muutaman vuoden jaksona. On nimittäin varsin tavallista, että halu menestyä on urheilijalle niin keskeinen elämänsisältö, että se vaikuttaa monella tavalla hänen koko elämäänsä. (Heinilä 1976, 822.)

4. URHEILUN TOTAALISUUS

4.1. Urheilijan uhraukset

Kuten jo aikaisemmin mainitsin, huippu-urheilijan ura poikkeaa monesta muusta urasta kokonaisvaltaisuudellaan. Onkin sanottu, että urheilijan on menestyäkseen oltava urheilija 24 tuntia vuorokaudessa. Monissa muissa ammateissa vietetään vapaita viikonloppuja ja usein myös vapaita iltoja, mutta urheilija on tavalla tai toisella sidoksissa työhönsä kaiken aikaa. Kilpailut ovat useimmiten iltaisin ja viikonloppuisin ja toisaalta, jokainen tekemättä jätetty harjoitus saa omantunnon kolkuttamaan ja mahdollisesti myös heikentää tulosta. Äärimmilleen vietynä urheilu säätelee myös lepoa, sillä tarvittava levon määrä on laskettu ja merkitty harjoitusohjelmaan. Kaiken päälle tulee tietysti se, että urheilijan on vaikea saada työtä pois mielestään ja ajatuksistaan edes silloin, kun fyysinen rasitus olisi mahdollisesti pienempi esimerkiksi suurkilpailujen jälkeen. Tiivistetysti voidaan siis sanoa, että täysipäiväiseksi urheilijaksi siirtyminen merkitsee ihmiselle muutosta, jonka voidaan jossain vaiheessa katsoa koskettavan hänen koko elämänpiiriään (Vuolle 1977b, 17).

Samalla on tietysti muistettava, että urheilijan työ koskettaa yleensä suoraan myös monia muita ihmisiä. Uran alussa vanhempia ja mahdollisesti sisarusia ja myöhemmin mahdollista tyttö- tai poikaystävää tai puolisoa ja lapsia. Ei liene kovinkaan väärin sanoa, että urheilijan elämänkumppaniksi ryhtyvä ihminen joutuu ainakin osan elämästään elämään toisen ihmisen uran ehdoilla. Uransa huipulla olevista urheilijoista suuri osa viettää monta vuorokautta vuodesta poissa kotoaan.

On tietysti helppo sanoa, että urheilu työnä vaikuttaa urheilijan elämässä kaikkeen, mutta kun lähdemme erittelemään elämänalueita, jotka ammattilainen joutuu järjestämään urheilun ehdoilla, huomaamme ettei kyseessä ole

mikään helppo valinta.

Kauaskantoisimmat seuraukset monien kohdalla johtuvat koulun enemmän tai vähemmän pakollisesta laiminlyömisestä urheilun takia. Urheiluelämässä varsin tavallinen ilmiö on koulunkäynnin viimeistään peruskoulun jälkeen lopettava nuori, joka haluaa käyttää kaiken aikansa ja energiansa urheiluun. Jos menestystä ei tule, hän on muutaman vuoden kuluttua ammattitaidoton entinen urheilija. Jos taas menestystä ja huomiota on tullut, mahdollisuudet löytää töitä esimerkiksi mainos- tai pr-alalta ovat paremmat. Takavuosina on ollut muotia heristää varoittavaa somea nuorelle, joka asettaa kilpailemisen koulun edelle. Nykyään ei minusta enää näin voida ainakaan ehdottomasti tehdä. Jos menestystä haluaa saavuttaa, on uskallettava tehdä valintoja. Vaatii nimittäin paljon työtä, että urheilija pystyy pääsemään lajissaan huipulle ja samalla hankkimaan urheilun ulkopuolisen ammattipätevyyden tai korkeakoulututkinnon. Esimerkkinä voisin mainita, että kaudella 1996-97 laskin eräässä SM-liigan jääkiekko-ottelussa, monellako kentällä pelaavalla kiekkoilijalla oli korkeakoulututkinto. Molemmista joukkueista löytyi yksi tällainen pelaaja. Heistäkin vain toinen oli urheilu-urallaan edennyt maajoukkueetasolle. Kaiken kaikkiaan 1970-luvun puolivälissä tutkituista urheilijoista yli puolet tiedosti tehneensä uhrauksia koulutuksen ja ammatin alueilla (Vuolle 1977a, 116 - 117).

Urheilijoita on harvoin totuttu näkemään uran vielä kestäessä aktiivisina osanottajina yhteiskunnallisessa tai uskonnollisessa elämässä tai muissa kuin urheiluun liittyvissä harrastuksissa. Toisaalta voitaneen myöskin väittää, että paitsi ajan puutteesta, näiden harrastusten pieni osanottoprosentti johtuu myös mielenkiinnon puutteesta. Yleisesti voisikin sanoa, että urheilijat harvoin kokevat tällä osa-alueella tekevänsä suuria uhrauksia (emt., 118).

Koulutuksen ohella urheilu hyvin vahvasti vaikuttaa huippu-urheilijan elämään myös taloudellisen turvallisuuden saavuttamisessa ja niin sanotuilla per-

soonallisen elämän alueilla, kuten esimerkiksi vapaa-ajan vietossa ja ihmissuhteissa. Noin kolmasosa urheilijoista kokee tehneensä uhrauksia tällä alueella paljon tai hyvin paljon. Mielenkiintoista on myöskin huomata, että urheilijoista, jotka kokevat tehneensä taloudellisia uhrauksia uransa takia, lähes kaikki ovat yksilöurheilijoita. Joukkueurheilussa siis palkitsemisjärjestelmä tuntuu toimivan selkeästi paremmin. (emt., 116.)

Se, miten suurina urheilija kokee tekemänsä uhraukset, on luonnollisesti hyvin yksilökohtaista. Samoin se, millä elämän alueella menetykset tuntuvat raskaimmilta riippuu olennaisesti siitä, mitkä alueet ovat urheilijalle henkilökohtaisesti tärkeitä. Tämä koskee erityisesti jokapäiväiseen elämänjärjestykseen liittyviä toimintoja. Samaan aikaan uhraukset liittyvät myös yksilön arvokäsityksiin. Menetykset tiedostetaan selkeämmin ja voimakkaammin alueilla, joilla toimimista eniten arvostetaan. (emt., 118.)

Tiivistäen voidaan sanoa, että urheilijan ajankäyttö poikkeaa selvästi urheilun ulkopuolella olevan ihmisen ajankäytöstä. Voimakas urheilukeskeisyys näkyy kaikilla ainakin jonkin verran jokaisella elämänalueella. Selkeimmin vaikutus tulee esiin viikonlopun ja muunkin vapaa-ajan toiminnoissa. (Vuolle 1977b, 96.)

Vaikka suuri osa urheilijoista siis kokeekin uhraavansa jotain elämästään urheilun takia, on tyytyväisyys omaan elämään kuitenkin yleistä urheilijoiden keskuudessa. Tästä ja urheilun vaikutuksesta elämään urheilu-uran jälkeen tarkemmin jatkossa.

4.2. Doping

Tuskin mikään muu urheilulle kielteinen asia on saanut mediassa ja urheiluyhteisöissä yhtä paljon huomiota kuin suoritusten keinotekoinen parantami-

nen kielletyillä aineilla tai menetelmillä eli doping. Se on mystinen, tunteita ja mielipiteitä herättävä ilmiö, jota on pidetty urheilun suurena syöpänä. Onpa joku ollut valmis näkemään dopingin synnyn ja leviämisen kilpaurheilun kuoliniskuna.

Doping on paitsi draama, myös ehkäpä kaikkein konkreettisin osoitus urheilun totaalisuudesta. Jos kutsumme totaalisesti sitoutumiseksi sitä, että joku on valmis uhraamaan esimerkiksi vapaa-aikansa ja ihmissuhteensa huippu-urheilulle, miksi meidän pitäisi kutsua sitä, että joku toinen silmääkään räpäyttämättä uhraa terveytensä voittamiselle.

Se, että doping on kiellettyä, on omiaan lisäämään sen kiinnostavuutta ja salaperäisyyttä. On helppo keksiä tarinoita asiasta, josta todellista tietoa on niin kovin harvalla. Toisaalta doping on urheilulle vaikea asia siksi, että moni on vakuuttunut siitä, että vain dopingin avulla voi olla kaikkein paras. Olympiakomitean pääsihteeri Jouko Purontakanen on kuvannut ilmiötä osuvasti sanoessaan, että "se on kuin paise, jonka ympärillä kaikki pyörivät neula kädessä. Kukaan ei uskalla puhkaista paisetta, vaikka tiedetään, ettei urheilu tervehdy ennen kuin se on tehty" (Nykänen & Lautsi 1997, 27). Huomattavaa on myös se, että varsin tuoreen tutkimuksen mukaan suomalaiset huippu-urheilijat lähes yksimielisesti tuomitsevat dopingin käytön (Lindholm & Knuutti-la 1996, 82).

Vaikka ensimmäinen kiellettyjen dopingaineiden lista julkaistiin vasta 1963 ja anaboliset steroidit kiellettiin vasta 1975, ei piristävien aineiden käyttö urheilussa ole mikään uusi asia. Jo Ateenan olympialaisissa 1896 maratonjuoksijat käyttivät alkoholia piristeenä matkan varrella. (Nykänen & Lautsi 1997, 28 - 31.) Käytännössä doping on ollut siis tunnettua niin kauan kuin on ollut organisoitua kilpaurheilua (Vuolle, Alen & Heikkinen 1982, 24). Laajemman huomion kohteeksi doping kuitenkin tuli vasta juuri 1970-luvulla, jolloin lääketieteen käyttö urheilumenestyksen rakentamisessa sai paljon uutta

vauhtia. Silti suomalaisen urheiluelämän puhutuin käry lienee juoksija Martti Vainion positiivinen näyte Los Angelesin kesäolympialaisissa 1984.

Luku sinänsä ovat entisen itäblokin eli ennen kaikkea Neuvostoliiton ja Itä-Saksan huippuunsa kehitetyt urheilulaboratoriot, joiden toiminnasta saatiin varmoja tietoja vasta Neuvostoliiton hajottua ja Saksojen yhdistyttyä. Neuvostoliiton tarkoitus oli itse asiassa 1970-luvulla tuhota koko testijärjestelmä, vaikka maa suuren painoarvonsa vuoksi saikin erivapauksia. Esimerkiksi Innsbruckin talviolympialaisissa efedriinistä kiinni jäänyt hiihtäjä Galina Kulakova sai jatkaa kisoissa, koska Neuvostoliitto muussa tapauksessa ilmoitti lähtevänsä kokonaan pois kisoista. Myös dopingtestien sabotoinnista ja testilaboratorioihin murtautumisesta samoissa kisoissa on myöhemmin saatu todisteita. (Nykänen & Lautsi 1997, 32.) On myöskin vahvoja epäilyksiä siitä, että Moskovan kesäolympialaisissa 1980 ei dopingnäytteitä analysoitu lainkaan, ja tiedetään, että neljä vuotta myöhemmin juuri Los Angelesissa joukko ilmeisen positiivisia näytteitä hävisi Kansainvälisen Olympiakomitean lääketieteellisen komission puheenjohtajan hotellihuoneesta (Hemanus 1997a, 45.) Yhtäläillä Yhdysvaltain yleisurheiluliiton viime aikojen kannanotoista on ollut helppo saada sellainen käsitys, etteivät kaikki kansainväliset doping-säännöt vielääkään koske amerikkalaisurheilijoita (Nevalainen 1997). Listaa voisi jatkaa loputtomiin. Dopingin voidaan siis sanoa olevan paitsi erittäin voimakas vallankäytön väline, myös laajaa rikollista toimintaa aineiden salakuljetuksineen. Se ei ole pelkästään urheiluelämää koskevaa vilppiä.

Vuosien varrella on esitetty valtava määrä erilaisia arvioita siitä, miten yleistä doping on. Esimerkiksi Atlantan kesäolympialaisten 1996 jälkeen eräs urheilulääkäri väitti kahdenkeskisessä keskustelussa, että viisi kuudesta kisojen mitalistista on käyttänyt kilpailu- tai harjoituskaudella jotain kiellettyä ainetta. Totuus kuitenkin tuskin on aivan näin karu. Asian tarkka selvittäminen on kuitenkin käytännössä mahdotonta, sillä kaikki käyttäjät eivät koskaan jää kiinni.

Kiellettyjen aineiden käytön yleisyydestä on pyritty saamaan jonkinlaista kuvaa 1980-luvun alussa Vuolteen, Alenin ja Heikkisen tekemässä kyselytutkimuksessa. Tuolloin, eli noin 15 vuotta sitten urheilijoista, valmentajista ja urheilujohtajista noin neljäsosa ja tavallisista kansalaisista noin kolmasosa katsoi käytön olevan yleistä Suomessa. Lähes kaikki olivat valmiita pitämään käyttöä vielä yleisempänä muissa maissa. Vain noin joka kymmenes piti käyttöä harvinaisena Suomessa ja vain muutama prosentti ulkomailla. (Vuolle 1982, 76.) Samoin vielä tänäänkin erittäin kiinnostavaa on se, että tutkimuksen tekohetkellä valmentajista 47%, urheilutoimittajista 43%, urheilijoista 38%, urheilujohtajista 34%, urheilulääkäreistä 19% ja tavallisesta kansasta 16% hyväksyi lääkärin valvonnassa tapahtuvan hormonien käytön. Urheilijoista 70% katsoi myös saaneensa liian vähän tietoa dopingista. Tässä suhteessa vastuun voi siis nähdä erittäin voimakkaasti myös valmentajien ja urheilulääkärin harteilla. (Vuolle 1997, 2). Se, miten paljon paremmin nykyurheilijat tuntevat hormonit ja muut kielletyt aineet ja miten tilanne on viime vuosina muuten muuttunut, ei ole niin yksinkertaista, kuin nopeasti ajateltuna voisi kuvitella. Vaikka lääketiede on mennyt eteenpäin ja uusia aineita ja menetelmiä on kehitetty, myös testausjärjestelmä on voimakkaasti parantunut. Samalla myös yhä useammat tahot urheiluyhteisöissä ja -yleisössä ovat ottaneet selkeästi kielteisen kannan dopingiin, eikä kukaan enää kovin usein vaadi dopingin hyväksymistä ja laillistamista. Valvonnan parantuminen on nähtävissä myös siinä, että tietyissä lajeissa, kuten esimerkiksi kuulantyyönössä nykyään melko harvoin päästään lähellekään takavuosien huipputuloksia.

Toisaalta, on muistettava, että hyväksytyt ja kielletyt välinen raja on monessa muussakin asiassa osoittautunut kaikkea muuta kuin kiinteäksi. Se, mikä muutama vuosikymmen sitten oli moraalisesti väärin ja yleistä mielipidettä vastaan, saattaa tänään olla yleisesti hyväksyttyä ja jokapäiväistä. Esimerkkejä tästä ovat ammattivalmentajan käyttäminen, ammattilaisten osallistuminen olympialaisiin ja ammattiuurheiluun suhtautuminen laajemminkin. Tänään

puhutaan kiihkeästi dopingin vaaroista ja vakuutetaan kielteistä suhtautumista, silti huomenna kaikki voi olla toisin.

Esimerkiksi Hemanus (1997b, 195) on ehdottanut huippu-urheiluun sarjajakoja, jossa niin sanotussa A-sarjassa toimittaisiin nykyisten sääntöjen mukaan ja B-sarjassa suoritusten keinotekoinen parantaminen olisi huomattavasti vapaampaa. Doping olisi siis B-sarjassa jossain määrin sallittua ja tapahtuisi lääkärien valvonnassa.

Onkin mahdollista määritellä doping paitsi lääketieteellisesti myös konstruktionistisesti, kuten aivan viime aikoina on alettu tehdä. Tällöin ongelmat eivät nouse suoraan faktoista, vaan ne määritellään kollektiivisesti. Vielä nykyään yhteisö määrittää dopingin moraalisesti vääräksi, mutta koska ihmisellä itsellään on valta päättää omasta kehostaan, ei tulevaisuudesta voi olla varma. (Hemanus 1997a, 44 - 45.) Ulkoinen, pakkoon perustuva kontrolli ei voi yksinään jatkua loputtomasti. Dopingin vastaisuuden olisikin jatkossa entistä selvemmin lähdeittävä yksilöistä eli urheilijoista ja valmentajista itsestään. Samoin tutkijoiden ja julkisuuden pitäisi päästä entistä paremmin dopingin kulissien taakse.

Ei ole mikään salaisuus, että doping on aiheuttanut monta kuolemantapausta ja terveyden menetystä. Kokemusta tästä on myös Suomessa. Silti kysyttäessä hormoneja nauttineilta urheilijoilta kokemuksia aineiden käytöstä, vastauksena on useimmiten sekä kielteisiä että myönteisiä asioita. Myönteiset asiat liittyvät urheilusuoritusten kehittymiseen ja kielteiset henkisen tai fyysisen terveyden heikkenemiseen (Vuolle, Alen & Heikkinen 1982, 29). Toisin sanoen myönteiset vaikutukset kestävät vain jonkin aikaa, kun taas kielteiset puolet saattavat vaikuttaa koko loppuelämään.

Voidaan tietysti kysyä, miksi dopingia on käsiteltävä silloin, kun puhutaan tavallisen huippu-urheilijan urasta. Eihän suuri enemmistö koskaan jää kiinni

dopingista, eivätkä kaikki sitä kuitenkaan käytä missään vaiheessa uraansa. Mielestäni nykyään ollaan kuitenkin tilanteessa, jossa kukaan urheilija ei voi nousta huipulle tai edes kansalliselle tasolle ratkaisematta suhdettaan dopingiin, eli sitä käyttäkö kiellettyjä keinoja vai ei. Sama koskee myös valmentajia ja muita neuvonantajia, joilla on suuri vastuu siitä, mihin suuntaan he urheilijan uraa haluavat ohjata. Kun tiedetään, miten suuri vaikutusvalta valmentajilla on varsinkin nuorempiin ja kokemattomampiin urheilijoihin, voidaan todeta, että valmentajat ovat dopingin suhteen aivan samanlaisessa avainasemassa ja valintatilanteessa kuin urheilijatkin (Vuolle 1997, 2).

Kiellettyjä aineita on helposti saatavilla ja ne ovat kilpaurheilun arkipäivää. Onpa joissain palloilujen ammattilaissarjoissa jatkettu tähän päivään asti ilman testauksia, vaikka näytöt dopingin käytöstä ovat ilman testejäkin olleet selkeät. Vastaavasti toiset ovat sitä mieltä, että systeemi on silloin toimiva, kun käryjä ei ole niin paljon, että ne veisivät urheilulta uskottavuuden, mutta kuitenkin niin paljon, että valvontajärjestelmän voidaan uskoa toimivan. Yhtä kaikki, doping on osa jokaisen urheilijan ja myöskin jokaisen urheiluun liittyvän sidosryhmän jokapäiväistä elämää. Näin on riippumatta siitä, onko suhde dopingiin henkilökohtainen.

4.3. Alkoholi

Samoin kuin doping, myös alkoholi ja muut huumausaineet ovat asioita, joihin suhtautumisesta jokainen huippu-urheilija joutuu jossain vaiheessa, tavallisesti jo hyvin nuorena, päättämään. Joku saattaisi ehkä ihmetellä, miten alkoholi, kuntoa ja terveyttä haittaavana aineena, liittyy urheiluun. Totuus on kuitenkin se, että urheilijoiden suhde alkoholiin vastaa nähdäkseni hyvin keskivertokansalaisen suhdetta: osa juo paljon, jotkut silloin tällöin tilanteen mukaan ja osalle alkoholi on ongelma.

Urheilijoiden juomatavoista on julkisesti puhuttu yllättävänkin vähän. Toisaalta, silloin kun puhutaan, on yleensä tapahtunut jotakin sellaista, joka herättää sensaatiolehtien huomion. Kaikille ovat tuttuja tarinat palloilujoukkueiden saunailloista ja suomalaisten mäkimiesten viinanjuonnista. Erityisen paljon huomiota saivat aikanaan Matti Paanalan (o.s. Nykänen) vuosia jatkuneet alkoholiongelmät. Ne on käsitelty moneen otteeseen lähes jokaisessa lehdes- sä suomalaisista iltapäivälehdistä amerikkalaisiin urheilulehtiin (Räisänen 1994). Nykäsen tapauksessa kiinnostusta lisäsi tietysti se, että hän on lajinsa kaikkien aikojen paras urheilija. Samoin vaikutusta oli sillä, että Paanala tuntui hankkivan tietoisesti julkisuutta erilaisilla tempauksillaan ja paluuyrityksillään. Tässäkin suhteessa tilanne on siis samantyyppinen kuin dopingissa, yksittäistapaukset saavat suurta julkisuutta, mutta muina aikoina huomio on vähäisempää.

Ehkä johtuen siitä, että alkoholin ja urheilun keskinäinen suhde on enemmän tai vähemmän myyttinen, myöskään tutkimuksia urheilijoiden alkoholin käytöstä ei ole kovinkaan paljon tehty. Kannas ja Vuolle (1987) ovat tutkimuksissaan päätyneet siihen, että urheilijoiden alkoholin käytön syyt ovat hyvin samantyyppiset kuin muidenkin ihmisten. Sosiaalisten suhteiden solmimisen vaikeus, henkiset ongelmat kuten esimerkiksi jännitys tai tavaksi muodostunut alkoholin käyttö ovat urheilijoiden juomisen syitä. Voidaan siis sanoa, että osa syistä on urheilun sisäisiä ja osa syntyy, kun urheilu-ura joutuu ristiriitaan muiden elämänalueiden kanssa. Samalla tavalla kuin muillakin ihmisillä, erilaiset elämään kuuluvat kriisit ovat joidenkin urheilijoiden juomisen syynä. Toki kriisi saattaa tietysti syntyä myös uran sisällä, jos urheilu ei suju jostain syystä suunnitelmien mukaan. (Kannas & Vuolle 1987, 65.)

Urheilijoiden alkoholin käytön yleisyydestä voidaan todeta ensinnäkin, että noin joka kymmenes huippu-urheilija on täysin raitis. Samoin kuten väestössä yleensäkin, miehet käyttävät alkoholia naisia useammin. Huippu-urheilijat

eivät kuitenkaan nauti alkoholia niin usein kuin vastaavan ikäiset nuoret aikuiset keskimäärin, eivätkä myöskään juo yhtä usein humaltuakseen. Harva urheilija on humalassa viikottain, mutta naisista noin kolmannes ja miehistä lähes puolet joi vähintään kerran kahdessa kuukaudessa. Joukkuelajien edustajat juovat yksilöurheilijoita enemmän. (emt., 65 - 67.)

Tupakoitsijoita on urheilijoiden keskuudessa selvästi vähemmän kuin muussa väestössä. Päivittäin tupakoivia oli urheilijoista kymmenisen vuotta sitten naisista 3% ja miehistä 5%, kun vastaavat luvut koko väestössä olivat 25% ja 35%. Nuuskaa urheilijat käyttävät kuitenkin selvästi muuta väestöä enemmän. Jos myös harvemmin nuuskaavat lasketaan mukaan, miehistä käyttäjiä oli vuosikymmen sitten lähes joka viides. Naisista nuuskan käyttäjäksi tunnustautui lähes joka kymmenes. (emt., 67.)

Kuten jo aikaisemmin totesin, vuosien varrella alkoholia on käytetty piristeenä itse kilpailutilanteessa. Itse asiassa vain muutaman vuosikymmenen takaa voimme löytää tarinoita siitä, miten esimerkiksi jousiampujat ottivat korkillisen konjakkia "tärinänpoistajaksi" ennen suoritusta. Nykyään tämä rooli on alkoholilta kaikonnut ja jos hermojen rauhoittamiseksi tai piristeeksi jotain käytetään, ovat kyseessä lääkeaineet, jolloin tietysti puhutaan dopingista.

Asenteiden vapautuessa tuskin monikaan enää on vaatimassa urheilijoilta täyttä raittiutta, vaan heitä koskevat samat moraalिसäännöt kuin kaikkia muitakin. Silti huippu-urheilijan uran julkisuus aiheuttaa myös sen, että nuorten esimerkkinä oleva urheilija ei voi käyttäytyä miten tahansa. Humalapäissään öykkäröivä urheilutähti ei voi olla hyvää mainosta itselleen tai lajilleen. Samoin urheilijan uralle välttämättömät sponsorit odottavat suoja-til-
taan moitteetonta käytöstä julkisuudessa, kuten valmennusstipendeistä päättävät urheilujohtajatkin. Julkisuuden tuomat rajoitteet on huippu-urheilijan otettava huomioon.

Yhtä lailla rajoitteita asettavat myös biologiset tekijät. Kaikki urheilun kanssa tekemisissä olevat myöntävät nykyään, että huipulle ei voi päästä, jos käyttää usein alkoholia.

4.4 Loukkaantumiset ja vammat

"Urheilija ei tervettä päivää näe" on varmasti yksi kaikkein yleisimmin urheiluun liitetystä lentävistä lauseista. Onpa jossain vaiheessa liikuntakonferenssin teemanakin ollut kysymys "Tervehdyttääkö liikunta elintapoja?" (Huovinen 1994, 10). Vaikka voimme hyvällä omallatunnolla uskoa, että liikunta kaikkineen on terveellistä ja ihmiselle hyväksi, silti on myönnettävä, että erilaiset vammat ja loukkaantumiset ovat keskeinen osa liikuntaa ja urheilua. Huippu-urheilun äärimmäisen kova ja totaalinen kilpailu vaatii myös ihmiskeholta äärimmäisiä ponnistuksia, ja silloin loukkaantumisriski kasvaa.

Urheilussa sattuvat vammat ja tapaturmat ovat vakavuudeltaan ja seurauksiltaan hyvin vaihtelevia. Mukaan mahtuu mustelmia, vammautumisia ja kuolemantapauksia, sekä kaikkea siltä väliltä. Osa vammoista on niin sanottuja urheiluvammoja, jotka ovat siis tyypillisiä erityisesti urheilijoille. Tällaisia ovat esimerkiksi "hyppääjän polvi" tai "tenniskyynärpää". Toinen puoli vammoista on urheilun ulkopuoleltakin tuttuja kolhuja, joita voi sattua melkein missä tahansa. Urheilijalle vähänkin vakavampi vamma merkitsee paitsi harjoittelua ja kilpailukauden keskeytymistä, henkisiä paineita ja usein myös taloudellisia seurauksia. Puhumattakaan suurista loukkaantumisista, jotka saattavat päättää uran kokonaan. Tällöin voidaan puhua työkyvyttömyydestä. Esimerkiksi jalkapallon Englannin liigassa 30 ammattilaispelaajaa vuosittain kuulee lääkäriltä, että heidän uransa on juuri päättynyt. Eivätkä kaikki edes näy tilastoissa (Peltokallio 1982, 16).

Tarkkaa kuvaa urheiluvammojen yleisyydestä on ymmärrettävistä syistä

vaikea saada. Siihen vaikuttavat esimerkiksi kilpailu- ja harjoitteluolosuhteiden vaihtelevuus, tilastoitujen vammojen laatu ja se, otetaanko kaikki kuntoilijatkin mukaan lukuihin. On muistettava, että urheilun aiheuttamaa vammautumisriskiä monessa tapauksessa suurennellaan. Tämä johtuu etupäässä siitä, että käytännössä jokainen huippu-urheiluvamma, suuri tai pieni, on julkisen kiinnostuksen kohteena. Näin pienetkin vammat, joita ei urheilun ulkopuolella juurikaan huomioitaisi, saavat suuren mielenkiinnon. Vaikka myös vammojen vakavuutta on usein tapana liioitella, on silti kiistämätöntä, että loukkaantumisia tapahtuu urheilussa melko paljon. (emt., 12.)

Nyrkkisääntönä voidaan pitää, että vuosittain loukkaantuu yksi urheilija 40:tä kohti. Samoin yksi urheilija 4000:ta kohti invalidisoituu pysyvästi ja yksi 40000:ta kohti kuolee. Vertailun vuoksi todettakoon, että tavallisissa kuntotestauksissa kuolee yksi henkilö 10000 testausta kohti. (emt., 13.)

Urheilulajien välillä on luonnollisesti vaarallisuudessa suuria eroja. Eniten vammoja syntyy kontaktilajeissa, joissa joudutaan kosketuksiin vastustajan kanssa ja vähiten yksilölajeissa. Vammojen määrällä mitattuna vaarallisimpia lajeja ovat amerikkalainen ja eurooppalainen jalkapallo sekä alppihiihto. Vammojen laadun suhteen lajit eroavat myös paljon. Kontaktiurheilussa sattuu paljon vaikeita vammoja, kuten luunmurtumia ja nivelsiteiden repeämissiä. Yksilöurheilussa sen sijaan pääpaino on rasitusvammoilla, jotka eivät vaikuta työkykyisyyteen niin voimakkaasti. Urheiluvammat ovatkin ennen kaikkea hyvin lajispesifejä, eli tietyt vammat kuuluvat yleensä tiettyihin lajeihin. Hyvänä esimerkkinä tästä ovat kestävyysjuoksijoille tutut jalkojen rasitusvammat. (emt., 13.)

Yksittäisistä urheilulajeista ehdottomasti vaarallisin on amerikkalainen jalkapallo. Siinä loukkaantuu suhteellisesti enemmän urheilijoita kuin missään muussa lajissa. Syntyneet vammat ovat myös vaikeita, kuten pää-, niska- ja selkävammoja. Lajin parissa kuolee keskimäärin yli 19 pelaajaa vuodessa.

Samaan aikaan on toki muistettava, että 15 - 22-vuotiaalla miehellä on yli yhdeksän kertaa suurempi riski kuolla autokolarissa kuin amerikkalaisessa jalkapallossa. Loukkaantumisvaara on suuri myös eurooppalaisessa jalkapallossa. Joukkueesta joka varamiehineen kauden alussa tulee kentälle, keskimäärin vain kaksi selviytyy kauden loppuun ilman, että otteluja jää loukkaantumisen takia väliin. (emt., 14.)

Vammojen ehkäisyssä keskeisiä asioita ovat urheilijan hyvä psyykinen ja fyysinen kunto, lajiin liittyvien taitojen riittävä hallinta sekä suorituspaikkojen ja ennen kaikkea varusteiden ja suojaimien hyväkuntoisuus. Oleellista on myös karsia suoritustekniikasta virheet, jotka toistettuina aiheuttavat vammautumisen. Samoin jo syntyneiden vammojen on saatava kunnolla parantua, ennen kuin palataan harjoituksiin tai kilpailuihin. Yleisimmät syyt vammojen syntyyn ovat taitamattomuus, väsymys ja yllirasitus. (emt., 21 - 29.)

Kuten edellä on todettu, on loukkaantumisella tietysti kaikkein suurin merkitys itse urheilijalle. Silti huippu-urheilijan vamma vaikuttaa aina myös moniin muihin ihmisiin ja yhteisöihin. Ensinnäkin, joukkueurheilussa loukkaantuneen joukkueen jäsenen panos pitää korvata muiden toimesta. Toisaalta, loukkaantunut tai vammautunut urheilija ei ole koskaan hyvää mainosta lajilleen tai urheilulle yleensä. Samoin hänen taustajoukkoihinsa, kuten valmentajaan jne. loukkaantuminen vaikuttaa, puhumattakaan henkisistä ja mahdollisesti myös taloudellisista vaikutuksista urheilijan läheisiin ihmisiin. Lisäksi usein unohdetaan kokonaan urheiluvammojen kansantaloudellinen merkitys, jota ei sitäkään pidä väheksyä. Kaikista tapaturmista nimittäin joka kymmenes oli Peltokallion selvityksessä vuodelta 1984 urheiluvamma ja 1000 työntekijästä 16 loukkaantui vuosittain urheillessaan. Urheiluvammoista 3% aiheutti pysyvän työkyvyttömyyden ja joka 5:s ohimenevää työkyvyttömyyttä. (emt., 21.)

Kolhut ja loukkaantumiset ovat urheilijan arkipäivää. Harva urheilija selviää urastaan ilman loukkaantumisia. Onkin mielestäni oikeutettua sanoa, että

5. URHEILU ELÄMÄNSISÄLTÖNÄ

5.1. Elämäntapana työ

Elämäntapa on käsitteenä sikäli helppo, että käytännössä jokainen ymmärtää sen jollain tavalla melkeinpä vaistomaisesti. Toisaalta, on helppo tehdä asiasta myös monimutkaisempi esimerkiksi kysymällä, mikä erottaa elämäntavan käsitteen vaikkapa elämäntyylin tai habituksen käsitteistä (Roos 1988, 12 - 19). Joka tapauksessa elämäntapa on keskeinen käsite tutkittaessa huippu-urheilijan arkipäivää.

Mielestäni varsin hyvä ja nimenomaan huippu-urheiluun sopiva määritelmä elämäntavalle on ominaisuuksien kasautuma, valinnoista koostuva kokonainen järjestelmä, joka täyttää ihmisen jokapäiväisen elämän (Roos 1989, 9). Nämä valinnat huippu-urheilija tekee lähtökohtanaan tulosten paraneminen ja kilpailullinen menestys.

On selvää, että urheilijan elämäntapa on historiallisen kehityksen tulos. Tämä koskee sekä urheilun, että yksilön historiaa. Jokainen urheilija opettelee urheilun ehdoilla tapahtuvan ajattelun vähitellen lapsuusvuosista alkaen. Näin siitäkkin huolimatta, että yhä nuoremmat ja nuoremmat huiput tuntuvat valtaavan kärkisijoja myös aikuisten kilpailuissa. Huippu-urheilijan elämä on tänä päivänä hyvin erilaista kuin esimerkiksi muutama vuosikymmen sitten. Taloudelliset asiat ovat voimakkaasti korostuneet sekä uran rakentamisessa, että huippusuorituksista palkitsemisissa (Vuento 1987, 283). Sisarusten merkitys urheilussa on myös pienentynyt ja jo aikaisemmin mainitsemani vanhempien suuri vaikutus on tullut tilalle. Samoin urheilijat nykyään, toisin kuin aikaisemmin tulevat suureksi osaksi kaupungeista. Tämä näkyy osaltaan myös urheilijoiden elämäntavan ja harrastettujen lajien urbanisoitumisena.

Täytyy muistaa, että urheilijan elämäntavan muodostumista ohjaavat toki

monet muutkin asiat urheilun lisäksi, vaikka se antaakin elämälle keskeisimmän viitekehyksen. Yksilön persoonallisuus, maailmankuva ja ihmissuhteet sekä koulutus ja henkilökohtaiset arvot yhdessä kasvu- ja elinympäristön kanssa vaikuttavat urheilijaan ainakin kahdella tavalla. Yhtäältä ne muokkaavat hänen käsitystään urheilusta ja sen arvoista, toisaalta ne antavat hänelle tavan jäsentää omaa elämänpiiriään urheilun ympärillä.

On väitetty, että suomalaiseen elämäntapaan kuuluu perusosana heikko itsetunto ja sen mukanaan tuoma halu "näyttää", eli todistella ympäristölle omia kykyjään. Tämän ohella suomalaisten on erityisesti katsottu haluavan hallita omaa elämäänsä, eli muuttaa elämäntapaansa jo aikaisemmin mainitseni valintojensa mukaiseksi. Näitä valintoja tehdään yksilön tai perheen taustatekijöiden, eli esimerkiksi iän, sukupuolen tai asuinpaikan mukaan. (Roos 1989, 11 - 12.)

Totta on tietysti, että ympäristöllä on merkitystä urheilijan, kuten kaikkien muidenkin, valinnoille. Silti en osaa nähdä heikkoa itsetuntoa enää nykyään urheilijan keskeisenä motivaatiotekijänä. Yhtä lailla voidaan löytää esimerkkejä hyvin vahvalla itsetunnolla varustetuista yksilöistä, jotka valitsevat urheilun elämäntavakseen. Minusta pitääkin ehdottomasti huomioida myös halu todistaa itselleen omat kykynsä. Sen uskon olevan nykyään jo yleisempää myös Suomessa kuin ympäristön hyväksynnän etsiminen. Oman elämänsä herraksi pääseminen lienee yhä voimakkaammin yleinen tendenssi nykyäänä. Se on kilpailuyhteiskunnan luoma enemmän tai vähemmän hypotistinen ihannetila, jonka saavuttaminen tuskin kokonaan onnistuu, mutta jonka moni silti katsoo tavoittelemisen arvoiseksi.

Edelleen etsittäessä syitä, miksi työ, eli tässä tapauksessa urheilu, valitaan elämää määrittäväksi sisällöksi ja jokapäiväiseksi elämäntavaksi, on mielestäni mielenkiintoinen näkökulma hakea syytä rankan rasituksen ihannoinnista. Tämä jonkinasteiseen masokismiin perustuva liikunnan perustelu tuntuu

kieltämättä jossain määrin oikeaan osuneelta, mutta onko se sittenkään riittävä? Roos on esittänyt näkemyksen, jonka mukaan liikunta ei ole mikään iloinen ja elämyksellinen asia, vaan veren maku suussa tapahtuvaa raatamista (emt., 20 - 21). Jos tämä on totta, kuntoilijat, huippu-urheilijoista puhumattakaan, urheilevat itsekidutuksesta nauttien.

Oma näkemykseni on, että tässä teoriassa tavoite ja keinot ovat menneet sekaisin. Kolme maratonia itsekin juosseena väitän, että valtaosalle urheilun harrastajista tuska ja kipu ovat välttämättömiä välineitä pyrittäessä kohti päämäärää, oli tuo tavoite sitten jokin tietty suoritustaso tai pelkästään suorituksen jälkeinen miellyttävä ja raukea olo. Samoin huippu-urheilijan päästäkseen tavoitteeseensa on tehtävä harjoituksia, joissa rasitus on kuntoilijan mittarin mukaan vastenmielisen kova. Näin siksi, että se on ainut keino päästä huipulle. Harva varmasti nauttii tunteesta itse suorituksen aikana, mutta vaihtoehtoja ei huippu-urheilussa ole. On eri asia etsiä omia rajojaan kuin nauttia tuskasta.

Toisaalta, olen samaa mieltä Perämäen (1994) kanssa siitä, että Roos unohtaa näkemyksessään kokonaan urheilun monimuotoisuuden ja monipuolisuuden. Monelle ihmiselle urheilu on sosiaalinen tapahtuma, joka tuo elämään uusia kokemuksia ja uusia ihmisiä. Ensimmäinen lähtökohta, joka pitää ottaa huomioon on siis syy, miksi ihminen urheilee. Urheilu voi olla myös sosiaalinen ja mentaalinen väline. (Perämäki 1994, 30 - 31.) Eikä unohtaa sovi myöskään kulloinkin vallalla olevan muodin merkitystä. Oli kyse sitten trendikäimmästä harrastuksesta tai ihmiskehon ihannemallista.

Huippu-urheilussa kuitenkin raskaan rasituksen syy on siis mielestäni hyvin yksiselitteinen. Se ei ole masokismi, vaan päämäärätietoisuus. Samoin kuin on tehtävä tiettyjä asioita valmistuakseen yliopistosta, on tehtävä tiettyjä asioita päästäkseen urheilussa huipulle. Ei ole kyse siitä, pitääkö noista asioista vai ei. Urheilija oppii sietämään rankkaa rasitusta, mutta nautinnosta

on tässä yhteydessä puhuttava vain poikkeustapauksissa. Voidaan tietysti viitata dopingiin ja kysyä, eikö riskejä ottamalla voisi päästä eteenpäin helpommin. Tällöin on muistettava, että vaikka kaikki dopingiin liittyvät riskit unohdettaisiin, eikä urheilijan oma moraalikäsityskään olisi käytön tiellä, ei doping yksinään johda koskaan kehitykseen. Myös dopingurheilijan on oltava lahjakas ja harjoiteltava rankasti. Vai uskooko joku, että esimerkiksi suomalaiset pikajuoksijat pystyisivät Ben Johnsonin juoksemiin tuloksiin, jos käyttäisivät samoja kiellettyjä aineita. Doping voi olla epärehellisen urheilijan apuväline, ei harjoittelun korvike.

Kaikesta huolimatta on muistettava, että urheilu hyvin usein saa ihmisen "koukkuun". Siinä on siis oltava jotain, joka vetää puoleensa uudestaan ja uudestaan. Huippujuoksija Arto Bryggare on käyttänyt tästä nimitystä endorfiinikoukku vereen urheilusuorituksen aikana erittyvän hormonin mukaan (Ruuskanen 1992, 10 - 11). Kun esimerkiksi juoksijalla matkanteko luistaa ja kaikki tuntuu hyvältä myös suorituksen jälkeen, hän haluaa kokea saman yhä uudelleen. Kun ihminen tottuu liikkumaan, ilman urheilua olo on stressaantunut. Ihmisestä tulee usein liikunnan suhteen tapojensa orja, jolle liikkumisen ja kuntoilun lopettaminen kokonaan ei ole helppoa.

Kaikkien fysiologisten selitysten lisäksi pitää mielestäni ottaa huomioon myös se, että urheilu on ammattina kuitenkin monen muun kaltainen. Lähes kaikki ajautuvat johonkin ammattiin tavalla tai toisella, eikä urheilijan työ tässä suhteessa ole erilaista kuin mikään muukaan. Vaikka kyseessä onkin keski-vertaammattia useammin kutsumustyö, jota tehdään oman halun takia, se aiheuttaa samalla tavalla stressiä kuin lähes kaikki ammatit. Jos ihminen tekee jotain tosissaan, se aiheuttaa myös stressiä (emt., 10). Harva meistä tekee työtä rentoutuakseen.

Pitää myös muistaa, että urheilun valitsemista elämänuraksi tukevat samat asiat kuin muitakin luonteeltaan vastaavia ammatteja. Kunnianhimon tyydyt-

täminen, menestyvän huippu-urheilijan arvostetun aseman saavuttaminen ja raha ovat motiiveja urheilijalle siinä kuin kenelle tahansa muullekin. Amat-tiurheilija voi todella hyvin menestyessään ansaita muutamassa vuodessa omaisuuden, jolla hän mahdollisine perheineen elää mukavasti loppuelämänsä. Selvää on, että tämä onnistuu vain murto-osalle yrittäjistä, mutta silti halukkaita riittää. Kaikesta huolimatta uskoisin, että vain harvalle raha on kaikkein tärkein motiivi, vaikka sen merkitys lieneekin kasvussa. On paljon suosittuja lajeja, joissa ei jaeta valtavia rahoja ja sitä paitsi urheilussa rikastu-minen edellyttää monen vuoden työtä pienillä tai olemattomilla korvauksilla.

Urheilija pitää kiinni työstään kuten kuka tahansa, joka pohjimmiltaan pitää ammatistaan. Ei kukaan halua luopua unelmastaan liian helposti, vaikka sen tavoittelu olisikin rasittavaa ja vaikuttaisi koko elämäntapaan. Näin on myös muissa ammateissa.

5.2. Valitun elämäntavan miellyttävyys

En tiedä, johtuuko maailmanhistoriasta vai mistä, mutta termiä totaalisuus on vaikea käyttää ilman, että mieleen tulee enemmän tai vähemmän ahdistava ajatus pakonomaisuudesta ja vastenmielisyydestä. Termin arvolataus on selkeästi negatiivinen. Nopeasti mietittynä on vaikea kuvitella kenenkään haluavan mitään totaalista elämäänsä.

Silti monet urheilijat tuntuvat tyytyväisiltä tekemiinsä valintoihin, vaikka monesta asiasta on aikaisemmin kuvatulla tavalla jouduttukin tinkimään. Voidaan siis uskoa, että urheilu paitsi ottaa, myös antaa paljon harrastajal-leen. Urheilulla on myös monella elämänalueella edistäviä vaikutuksia. Useimmissa tapauksissa urheilu on elämänsisältönä onnistuttu sopeuttamaan muun elämän vaatimukseen (Vuolle 1987b, 42 - 43).

Opiskelu mielletään usein urheilulle vaihtoehtoiseksi toiminnaksi, ja kolmasosa miesurheilijoista ja viidesosa naisurheilijoista tuntee urheilun vaikuttaneen haitallisesti koulutukseensa (Vuolle 1987c, 150). Silti urheilijat eivät itse ole mitenkään erikoisen tyytymättömiä omaan koulutustasoonsa, pikemminkin päinvastoin. Vuonna 1984 tehdyssä tutkimuksessa todettiin, että 66% nais- ja 60% miesurheilijoista oli tyytyväisiä tutkimusajankohdan koulutustasoonsa. Naisista vain joka viides ja miehistä joka neljäs ilmoittivat tyytymättömyytensä koulutukseensa. Huomattavaa on myös, että verrattuna vuonna 1972 tehtyyn kyselyyn tyytyväisyys on huomattavasti lisääntynyt. Tuolloin urheilijat eivät pitäneet omaa koulutustasoaan niin hyvänä kuin 1980-luvun urheilijat. (emt., 148.) Ajateltaessa nykypäivän huippu-urheilijoita tyytyväisyys koulutukseen lienee pysynyt suunnilleen viime vuosikymmenen tasolla.

Väistämättä tulee mieleen kysymys siitä, mikä tuo urheilijoita itseään tyydyttävä koulutustaso on. Samasta vuoden 1984 tutkimuksesta voidaan nähdä, että miehillä ammatillinen peruskoulutus ja naisilla keskiasteen koulutus olivat tutkimushetkellä yleisimpiä peruskoulun jälkeisiä koulutustasoja. Verrattuna vuoteen 1972 ylioppilaiden osuus oli kasvanut, mutta korkeakoulututkinnon suorittaneiden osuus pienentynyt. (emt., 149.) Saman suuntaisen kehityksen voidaan uskoa jatkuneen myös 1990-luvulla. Ylioppilastutkinnosta on tullut yhä enemmän lähes peruskoulutukseksi laskettava tutkinto, jonka myös urheilijoista moni haluaa suorittaa. Ei ole mitenkään harvinaista suorittaa ensin lukio urheilun ohella, ja vasta sen jälkeen lykätä opiskelun jatkamista urheilun jälkeiseen aikaan. Tätä kehitystä tukevat perustetut urheilulukiot, joissa opiskelu tapahtuu pitkälti urheilun ehdoilla, sekä se tosiasia, että lukion voi nykyään suorittaa useammassa kuin kolmessa vuodessa. Toisaalta taas kilpailu korkeakoulupaikoista on vuosi vuodelta kiristynyt, eikä täysipainoinen urheilu monestikaan anna mahdollisuuksia pääsykokeisiin valmistautumiseen riittävällä tavalla. Poikkeuksena tästä ovat Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellinen tiedekunta, sekä muut liikunta-alan jatko-opinnot, joihin pyritäessä

urheilutaustasta on luonnollisesti hyötyä.

On myös huomattava, että koulutuksen laiminlyöminen ja koulunkäynnin keskeyttäminen on yleisempää miehillä kuin naisilla. Naiset eivät niin helposti uhraa koulutuksellisia tavoitteitaan urheilun takia kuin miehet. (Vuento 1987, 283.) Tosin, kuten aikaisemmin totesin, nykypäivän huippu-urheilu myös pakottaa yhä useammin tekemään valintoja ja lykkäämään opintoja hamaan tulevaisuuteen.

Vaikka kilpaurheilu vuosi vuodelta on mennyt ammattimaisempaan suuntaan, on muistettava, että moni urheilija tekee myös muita töitä urheilun ohella ainakin osa-aikaisesti. Esimerkiksi Suomessa monissa joukkuepeleissä pääsarjatasonkin urheilijat ansaitsevat pääosan tuloistaan jostain muualta kuin urheilusta. Huomattavan poikkeuksen tähän sääntöön tekee oikeastaan vain jääkiekko. Työn voidaan siis useassa tapauksessa katsoa olevan hyvin merkittävä elämäntoiminto suomalaiselle urheilijalle (Vuolle 1987b, 43).

Vuoden 1984 tutkimuksessa urheilijoiden ammatillinen tyytyväisyys oli vielä koulutuksellistakin tyytyväisyyttä yleisempää. Tutkimusajankohtana naisista lähes 70% ja miehistä 75% oli tyytyväisiä ammattiinsa. Vuoteen 1972 verrattuna tyytyväisyyden voidaan huomata jonkin verran kasvaneen. Tyytymättömiä ammattiinsa oli vain 17% naisista ja 13% miehistä. Suurta tyytyväisten määrää selittää varmasti osaltaan se, että työssä käyvistä naisista 36% ja miehistä 43% ei ollut kohdannut ollenkaan ammatinvalintaongelmia. (Vuolle 1987c, 148.) Tätä ainakin nykypäivänä osaltaan selittää se, että varsinkin joukkueurheilussa seurat usein hankkivat pelaajilleen myös urheilun ulkopuolisen "siviilityön".

Keskeistä ammattityytyväisyyden kannalta on myös se, miten hyvin urheilija pystyy ammatilliset ja urheilulliset intressinsä yhdistämään. Parhaimmillaan urheilu on apuna ammatin löytämisessä ja ammatti puolestaan antaa hyvät

mahdollisuudet urheilun harrastamiseen. (Vuolle 1987a, 14.)

Urheilun, koulunkäynnin ja opiskelun sekä mahdollisen urheilun ulkopuolisen työn onnistunut yhteensovittaminen on keskeinen tekijä huippu-urheilijan elämänsä sujumisessa. Edellä kerrotut tutkimustulokset puoltavat sitä käsitystä, että monessa tapauksessa urheilu on elämänsä sisältönä onnistuttu sopeuttamaan suhteellisen hyvin muun elämän vaatimuksiin. Tukea tälle väitteelle voidaan hakea tutkimustuloksesta, jonka mukaan 80% urheilijamiehistä ja 74% naisista on tyytyväisiä elämäänsä. Tyytymättömiä omaan elämäänsä on molempien sukupuolten keskuudessa vain 4%. (Vuolle 1987b, 43.)

5.3. Urheilijan sosiaalinen asema

Vuosikymmenien mukanaan tuoman teollisen kehityksen myötä länsimaaisessa yhteiskunnassa on ihmisten sosiaalisen aseman liikkuvuus lisääntynyt. Enää ei poika välttämättä valitse isänsä ammattia eikä peri synnyinperheensä sosiaalista asemaa loppuelämäkseen, kuten maatalousvaltaisessa yhteiskunnassa tapahtui. Sosiaalisen aseman määrittely tapahtuu yhä selkeämmin rahan ja koulutuksen määrän sekä työmarkkina-aseman avulla. Työläisperheen lapsilla on ainakin periaatteessa sama mahdollisuus koulutukseen kuin akateemisesti koulutettujen perheiden lapsilla. Käytännössä kuitenkin perheen taloudellinen asema usein vaikuttaa ratkaisevasti hankittavaan koulutukseen.

Laajeneva ammattiuurheilu on tuonut yhden aspektin lisää sosiaalisen statuksen hankkimiseen. Monessa Yhdysvaltain suurkaupungin slummissa lapsen ainoa mahdollisuus päästä elämässä eteenpäin on löytää tie urheilun ammattilaiskentille. Yleensä tällöin puhutaan ammattilaiskoripallosta. Ne, jotka pääsevät ammattilaisiksi nostavat omaa asemaansa monta pykälää. Mutta mikä vaikutus urheilijaksi ryhtymisellä on urheilijan sosiaaliseen statukseen

laajemmin ajatellen? Keskeinen kysymys onkin, miten arvostettu sosiaalinen toiminto urheilu on (Heikkala 1994, 196).

Huippu-urheilijat kokevat itse oman asemansa erottuvan muista ihmisistä. Vaikka urheilu vaatii paljon, se myös avaa monia ovia ja antaa monelle esimerkiksi ammatin urheilun parista vielä kilpailu-uran päättymisen jälkeenkin. Urheilun mukanaan tuoma julkisuus auttaa monesti myös luottamustehtäviin pääsyä yhteiskunnallisessa elämässä, kuten esimerkiksi politiikassa. Mielenkiintoista on huomata, että jossain tutkimuksissa tällainen uran aikana ja sen päättymisen jälkeen tapahtuva sosiaalinen nousu koskee nimenomaan niin sanottua amatööriurheilua. Ammattilaisurheilussa voi käydä niin, että sosiaalinen status alkaa pudota uran päättymisen jälkeen. Esimerkiksi erään tutkimuksen mukaan 70% Englannin ammattijalkapalloilijoista koki urheilurajan päättymisen jälkeen sosiaalista laskua. (Vuento 1987, 283.) Tällöin status uran kestäessä on kaikesta päättäen ollut varsin korkea, eikä uran jälkeiseen elämään ole etukäteen valmistauduttu.

Puhuttaessa uran aikaisesta sosiaalisesta statuksesta voidaan nähdäkseni löytää esimerkkejä monenlaisista tilanteista riippuen esimerkiksi lajivalinnasta ja menestyksestä. Hyvät urheilusuoritukset nostavat urheilijan sosiaalista statusta varsinkin nuorten ja muiden urheilua seuraavien ja arvostavien ryhmien keskuudessa (Heikkala 1994, 196). Suoritusten tason putoaminen saattaa jossain tapauksessa johtaa myöskin statuksen putoamiseen. Näin on varsinkin niiden urheilijoiden kohdalla, jotka eivät ole saavuttaneet arvokisavoittoja tai maailmanennätyksiä. Arvostetut voitot esimerkiksi olympiakisoissa johtavat usein paitsi sosiaalisen statuksen nousemiseen, myös sen pysymiseen pitkään korkealla, sillä menestyneet urheilijat muistetaan paljon pidempään.

Tästä voimme myöskin päätellä, että urheilija, joka vuodesta toiseen puurtaa lajiaan ammattimaisesti saavuttamatta menestystä on usein myös sosiaalisel-

ta statukseltaan aivan toisessa asemassa kuin voittoihin pystynyt urheilija. Näin varsinkin silloin, jos vähemmän menestyneen urheilijan laji ei ole yhtä lailla suuren yleisön suosiossa ja muodikas. Onkin mielestäni mahdotonta määritellä yleistä huippu-urheilijan sosiaalista statusta ja sen korkeutta, sillä vaikka huippu-urheilu työnä lieneekin keskivertoammattia arvostetumpi, jokaisen urheilijan oma status riippuu kuitenkin ensisijaisesti hänen omasta urheilijankuvastaan.

On myöskin tutkimuksessa havaittu, että kansallisen tason urheilijat sijoittuvat suomalaisessa yhteiskunnassa urheilu-uran jälkeisen ammatin suhteen korkeammalle kuin kansainvälisen tason saavuttaneet huippu-urheilijat (Laakso 1980). Keskeisin selitys tähän lienee se, että kuten olen aikaisemmin todennut, kansainvälisen tason huippu-urheilu on hyvin totaalinen elämäntapa, eikä se jätä paljonkaan mahdollisuuksia uran jälkeisen elämän rakentamiselle urheilun vielä jatkuessa (Heikkala 1994, 197). Toisaalta huippu-urheilu ei useinkaan lisääntyvästä kaupallisuudesta huolimatta ole pitkällä tähtäimellä taloudellisesti ja sosiaalisesti yhtä kannattavaa kuin siviiliuran rakentaminen.

Ihannetilanne on tietysti urheilija, joka pystyy yhdistämään korkean koulutustason ja urheilumenestyksen. Tällaisen urheilijan sosiaalinen status nousee luonnollisesti eniten. Silti paljon yleisempi on tilanne, jossa urheilijan status urheilupiireissä on korkea, mutta ammatillisesti heikko, tai päinvastoin. (emt., 196-197.)

Urheilun on monissa kulttuureissa todettu olevan sosiaalisen kohoamisen väylä (emt., 197). Silti menestyksekkäskään urheilu-ura ei takaa hyvää sosiaalista statusta uran jälkeen. Urheilun taloudellinen merkitys on kansantaloudellisesti huomattava ja kaiken aikaa kasvava, mutta vain yksittäiset urheilijat voivat ansaita huippu-urheilussa niin merkittäviä summia, ettei raha-asioita tarvitse uran jälkeen miettiä. Silti on muistettava, että urheiluun liittyy monia uramahdollisuuksia ja mielekkäitä toimia myös aktiiviuran jälkeen (emt., 201).

Viitaten kysymykseen urheilun arvostuksesta sosiaalisena toimintana, voitaneen todeta, että urheilu on monessa yhteiskunnassa arvostettua. Urheilussa tehtävä työ rinnastetaan muihin ammatteihin tasavertaisena. Silti urheilijan sosiaalisen statuksen merkittävä ja pysyvä kohoaminen on käytännössä kokonaan kiinni urheilijan oman urheilu-uran sisällöstä.

6.TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN

6.1. Aineisto

Suomalaisen huippu-urheilijan elämänuraa on tutkittu moniosaisella kartoituskella jo useamman vuoden aikana Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisessä tiedekunnassa professori Pauli Vuolteen johdolla. Kahdessa ensimmäisessä vaiheessa on keskitytty 1950 - 1970 -lukujen miespuolisiin huippu-urheilijoihin ja kolmannesta vaiheesta alkaen mukana ovat olleet myös naisurheilijat. Kolmannessa osassa haastateltiin vuonna 1984 huipulla olleita urheilijoita.

Oman tutkielmani empiirisessä osassa hyödynnän liikunnan sosiaalitieteiden laitoksen käyttöni luovuttamia huippu-urheilijan elämänuran tutkimusohjelman neljännen vaiheen teemahaastatteluja. Pauli Vuolle ja Juha Heikkala toteuttivat nämä haastattelut vuosina 1987 - 1989. Mukana oli yhteensä 105 vuosien 1956 - 1984 nais- ja mieshuippu-urheilijaa. Haastatellut urheilijat edustivat kaikkiaan 26 lajia. Valintaperusteena oli saavutettu olympiamenestys tai esiintyminen urheilutoimittajien vuoden parhaiden suomalaisurheilijoiden listan kärkikymmenikössä.

Haastattelut ovat erittäin laajoja ja ne pyrkivät kattamaan huippu-urheilijan elämänkaaren hyvinkin perusteellisesti. Haastatteluteemat kattavat huippu-urheilun ja huippu-urheilijan elämän keskeiset teema-alueet niin lapsuudesta kypsempään ikään kuin henkisestä puolesta fyysiseen. Urheilun vaikutukset yksilöön on katettu mahdollisimman laajasti. Yksityiskohtaisemmat tiedot liikuntatieteellisen tiedekunnan huippu-urheilijan elämänuran tutkimusohjelmasta ja tässä tutkielmassa käytettyjen haastattelujen teemoista sekä ongelma-alueista ovat nähtävissä liitteissä 1 ja 2.

Aineistosta on luonnollisesti kirjoitettu useampia tutkimuksia ja raportteja, koska sitä sen laajuuden vuoksi on mahdollista lähestyä lukemattoman

monista tutkimusasetelmista ja -ongelmista.

6.2. Aineiston käyttö

Yhtenä haastatteluteemana on uran loppuminen ja siihen liittyvät asiat. Luonnollisesti juuri tätä osaa haastatteluista käytän yksityiskohtaisemmin tässä työssä. Analysoin muita lukuisista haastattelujen teemoista lähinnä tarvittavien taustatietojen saamiseksi. Tosin monin paikoin haastatteluissa myös muiden teemojen yhteydessä urheilijoiden kertomat mielipiteet liittyvät lopettamiseen.

Keskeisenä lähtökohtana on löytää aineistosta yksittäisen huippu-urheilijan näkökulma lopettamiseen. En siis laske prosentteja, enkä hae määrällisen tutkimuksen näkökulmia. Tarkoitus on selvittää urheilu-uran loppumisen vaikutuksia urheilijalle niin henkisesti kuin ulospäin näkyvällä käytännön tasolla. Etsin lopettamisen keskeisiä tuntemuksia, jotka ovat yleisiä monen urheilijan joukossa useammalla haastatellulla. Haluan siis löytää uran loppumisen mukanaan tuomia konkreettisia muutoksia huippu-urheilijan elämässä ja niiden myötä seuraavia myönteisiä ja kielteisiä tunteita.

Tulen myös tyypittelemään aineistoa erilaisten lopettajien mukaan. Erilaisilla lopettajilla tarkoitan eri tavoin aktiiviurheilun loppumiseen suhtautuvia yksilöitä. Uskon, että on olemassa perustyyppisiä, jotka selviytyvät lopettamisesta eri keinoin. Toisille muutos on helpompaa, toiset taas hakevat uutta suuntaa kauemmin.

On myös kiinnostavaa etsiä yhteyksiä lopettamissyyn ja helpon tai vaikean lopettamisen välillä. Tutkin siis erilaisten lopettamiskokemusten tunnusmerkkejä ja niiden yhteyksiä urheilijoihin ja lopettamistilanteisiin.

Näiden lähestymistapojen myötä on lopulta keskeisenä asiana löytää näkökulma siihen, onko uran loppuminen niin luhistava kokemus yksittäiselle urheilijalle kuin yleisesti uskotaan. Tarkastelen tätä haastattelujen myötä urheilijan näkökulmasta enkä sen perusteella, miltä uran loppuminen ulospäin näyttää.

7. URAN LOPPUMISEN VAIKUTUKSIA

7.1. Elämänsisältö uusiksi

Kilpaurheilijan urheilu-uran loppumisesta on totuttu lähes poikkeuksetta kuvaamaan samanlaisena prosessina kuin eläkkeelle siirtymistä jossain muussa ammatissa. Yhtäläisyyksiä on varmasti helppo löytää, mutta silti on mielestäni muistettava, että kyseessä ovat monessa suhteessa hyvin erilaiset tilanteet. Toisin kuin eläkkeelle siirtyvän ihmisen, urheilijan on useimmissa tapauksissa kannettava huolta taloudellisesta toimeentulostaan uran jälkeen. Samoin lopettava urheilija on usein biologiselta iältään suhteellisen nuori, eikä hänen siinäkään suhteessa voida odottaa jäävän pelkästään oloneuvokseksi.

Olisinkin valmis hakemaan tilanteeseen yhtäläisyyksiä nykypäivän Suomessa hyvin yleisestä työttömäksi jäämisen tilanteesta. Samoin kuin työttömän irtisanomisen jälkeen, myös urheilijan on etsittävä työpaikkaa ja toimeentuloa uransa jälkeen, vaikka edellytykset työn löytymiseen ovatkin urheilu-uran myötä saattaneet kasvaa esimerkiksi tunnettuuden ja vaikutusvaltaisten ihmissuhteiden myötä paremmiksi kuin keskivertokansalaisella. Toisaalta moni urheilija joutuu kouluttamaan itseään ja opettelemaan kokonaan uuden ammatin urheilun lopetettuaan samoin kuin moni työtön yrittää lisäkoulutuksella parantaa työnsaantimahdollisuuksiaan.

Vertailukelpoinen on useassa tapauksessa myös yksilön henkinen tilanne. Työtön kokee usein jäävänsä enemmän tai vähemmän aktiivisen yhteiskunnan ulkopuolelle. Samoin urheilija, varsinkin jos hänen koko työelämän ammattitaitonsa ja osaamisensa liittyy johonkin urheilulajiin, saattaa kokea olevansa ammatillisten ryhmien ulkopuolella ja saman tien jollain tavalla ulkopuolella toimivasta yhteiskunnasta. Harvan kohdalla tilanne lienee aivan näin totaalinen, mutta selvää on, että oma aktiivisuus on monessa tapauksessa ainoa tie ammattielämään. Suuri merkitys on luonnollisesti sillä, miten

paljon asiaa on mietitty ja järjestetty uran vielä kestäessä. Samoin urheilijan itseluottamukseen vaikuttaa luonnollisesti saavutettu tai saavuttamatta jäänyt menestys uran aikana. Jos urheilija ei ole tyytyväinen uran tuomaan tulokseen, myöskään hänen uskonsa omiin mahdollisuuksiin urheilun ulkopuolella ei ole niin vahva kuin ainakin osan tavoitteistaan saavuttaneella urheilijalla. Myös toisten ihmisten suhtautuminen menestyneeseen ex-urheilijaan on oletettavasti melko erilaista kuin suhtautuminen uransa lopettaneeseen ikuiseen lupaukseen.

Kuten aikaisemmin olen todennut, urheilu on paitsi ajankäytöllisesti, myös muuten dominoiva tekijä huippu-urheilijan elämässä. On selvää, että kun kilpaurheilu loppuu, elämänmuutos on suuri. Usein tätä elämänmuutosta on kutsuttu elämään syntyväksi tyhjiöksi. Nimitys on sikäli osuva, että uransa lopettavalle urheilijalle jää käyttöönsä urheilusta vapautuvaa aikaa ja myöskin henkistä ja fyysistä energiaa, jotka olisi pystyttävä käyttämään mielekkäästi. Jos uutta elämänsisältöä ei urheilun tilalle löydy, elämän mielekkyys ja tarkoitus saattavat kadota.

Haastatelluista urheilijoista yllättävän harvat tuntuvat kokeneen varsinaista tyhjiötä elämässään urheilun päättymisen jälkeen. Elämänsisältöä on etsitty työstä ja perheestä sekä harrastuksista, joille ei aikaisemmin ole ollut aikaa. Onkin toisaalta helppo kuvitella, että ihminen, joka on elänyt vuosikaudet urheilun ehdoilla muita elämänalueita laiminlyöden, saattaa kokea jonkinlaisen huuman, kun hän huomaa, että aikaa riittää kaikkiin niihin asioihin, jotka aikaisemmin on pitänyt jättää tuonnemmaksi. Toisaalta, mistään asiasta ei pysty nauttimaan, jos elämän perusasiat eivät ole kunnossa.

Varsinkin naisilla aikaisemmin urheiluun käytetty energia tuntuu suuntautuvan usein perheeseen. Käytännössä tämä tarkoittaa yleensä lasten hankkimista. Moni haastateltu naisurheilija tuntuu pitävän varsin luonnollisena sitä, että ensin urheillaan tietty aika ja sitten aletaan kasvattaa perhettä. Ajankäytöllisi-

sesti lasten kasvatus täyttää varmasti urheilulta vapautuvan ajan. Voisi kuitenkin kuvitella myös niin, että nykyajan naiset eivät enää niin usein näe perheen kasvattamista keskeisenä uranaan urheilun jälkeen. Kuvaan ovat astuneet työhön ja vapaa-aikaan liittyvät korvaavat toiminnot. Kehitys on siis samansuuntaista kuin muillakin aloilla. Perhekeskeisyys on vähentynyt, eikä lasten hankkiminen ole enää mikään itsestään selvä asia.

Miesten kohdalla muutos on usein ollut vielä naisia rajumpi, kun varsinaista uutta sisältöä elämään ei ole urheilun jälkeen löytynyt. Ei ole harvinaista, että miesurheilijalle on syntynyt jälkikasvuja jo uran aikana, joten perheen hankkiminen ei ole monellekaan enää uran loppuessa uusi asia. Toki suuri osa miehistäkin tuntuu pitävän uran jälkeen keskeisenä asiana sitä, että perheen kanssa olemiseen jää enemmän aikaa. Miehillä keskeisemmässä asemassa ajatuksissa näyttää kuitenkin olevan perinteisesti työ kuin perhe. Miesten vastauksissa huoli työmaailmaan sijoittumisesta uran jälkeen on selkeästi näkyvissä huolimatta siitä, että odottamattoman harva jo uransa lopettaneista haastatelluista valitsee vaikeuksia työelämässä uran jälkeen. Itse asiassa aineistosta voisi saada sellaisen käsityksen, että uransa lopettaneella huippu-urheilijalla ei yleensä ole voittamattomia vaikeuksia työelämässä sijoittumisessa. Ei ainakaan, jos koulutusta ja opiskelua ei ole kokonaan jouduttu sivuttamaan uran aikana. Lienee kuitenkin syytä muistuttaa, että haastatellut urheilijat ovat kaikki lajeissaan melko hyvin menestyneitä huippu-urheilijoita, joten heidän asemansa on siinä suhteessa hyvä.

Urheilijan talouteen uran loppuminen voi vaikuttaa kumpaan suuntaan tahansa. Menestyvä ammattuurheilija ansaitsee nykypäivänä sponsorisopimuksien avulla niin hyvin, ettei hänen tarvitse miettiä lopettamisen vaikutuksia raha-asioihin. Keskivertourheilija saattaa kuitenkin, ainakin Suomen oloissa, nostaa elintasoaan selvästi uran loppuessa, sillä hyvä siviilityö tuottaa monessa tapauksessa enemmän kuin suomalaiset urheilustipendit tai sponsorisopimukset. Aineiston urheilijoista suhteellisen harva on kokeillut varsinaista

ammattilaisuraa ainakaan menestyksellisesti, vaikka urheilu onkin ollut ammattimaista. Osittain tämän takia harva haastateltu näkee urheilua rahakkaana puuhana. Toisaalta myös monen haastatellun aktiiviurasta on sen verran aikaa, että rahan keskeisyys urheilussa on myöhemmin huomattavasti lisääntynyt.

Paitsi ajankäyttöön liittyvät asiat, uran loppumisessa ovat voimakkaasti esillä myös henkiset seikat. Urheilijan tyytyväisyys kilpailu-uraansa, huoli tulevaisuudesta ja yleensäkin henkinen valmius lopettamiseen ovat keskeisiä asioita lopettamishetkellä. Merkittävää on myös se, joutuuko urheilija lopettamaan pakon edessä, esimerkiksi loukkaantumisen jälkeen tai valmennustuen loppumisen takia, vai tekeekö hän sen omasta halustaan ja päätöksestään. Haastatelluista urheilijoista osa selvästi haikailee jonkin saavuttamatta jääneen menestyksen tai suorituksen perään, olipa kyseessä sitten arvokisamitali tai keihäänheiton maailmanennätys. Toisaalta vaikka urheilija olisikin halunnut uraltaan enemmän ja jokin asia olisi jäänyt mietityttämään, hän ei välttämättä koe lopettamista erityisen raskaana. Osa on selkeästi oppinut hyväksymään haaveiden täyttymättömyyden, tai ainakin väittää niin. Etukäteisodotuksiin nähden todella harva tuntuu katkeroituneen ja kääntäneen kokonaan selkänsä urheilulle vaikei kaikki olisikaan mennyt odotusten mukaan. Toisaalta urheilijat tuntuvat osaavan hyvin kaivaa esille uransa valoisat puolet ja hakea mielihyvänsä niistä, joten valtaosa haastatelluista todella vaikuttaa tyytyväiseltä uraansa.

Urheilijan henkisen tilan vaikutus onnistuneeseen lopettamiseen on nähdäkseni kaikkein keskeisintä. Totuista rutiineista olisi päästävä vähitellen eroon samalla kun oma voimakas kilpailuvietti olisi saatava taka-alalle. Siksi monelle tuntuu olevan tärkeää, että puuhastelu urheilun parissa jatkuu aktiiviuran jälkeenkin esimerkiksi valmentajana tai vaikkapa omien lasten kanssa. Näin elämänsisällön muuttuminen jää ainakin henkisellä tasolla vähemmän draamattiseksi, eikä usein lapsesta asti opittua päivärytmiä ja elämäntapaa

tarvitse kokonaan siirtää sivuun.

Osittain henkisistä, mutta varmasti myös fyysisistä syistä käytännössä kaikki kilpailu-uransa lopettaneet urheilijat ilmoittavat harrastavansa liikuntaa kuntoluumielessä. Pitää nimittäin muistaa, että kovan harjoittelun pikainen totaalinen lopettaminen on yhtä vaarallista kuin rankan harjoittelun nopea aloittaminen ilman riittävää peruskuntoa. Aikaisemmin jo mainitsin, miten urheilijan keho oppii vaatimaan liikuntaa ja pitämään kovaa harjoittelua luonnollisena olotilana. Ääriesimerkkinä tästä eräs kestävyysjuoksija kertoo kohdanneensa rintakipuja vähennettyään harjoittelua. Harvoin reaktiot ovat näin voimakkaita, mutta silti uransa lopettaneet urheilijat tuntuvat olevan sillä kannalla, että liikkumisen lopettaminen kilpauran loppuessa ei tule kysymykseen. Jonkinasteisen riippuvuussuhteen syntyminen liikuntaan näyttää selvältä ainakin näiden haastattelujen valossa. Riippuvuus tuntuu olevan sekä henkistä, että fyysistä.

Vaikka haastatelluista suurin osa onkin siis sitä mieltä, että elämään ei synny ylitsekäymätöntä tyhjiötä uran loppuessa, väistämättä tulee mieleen, että urheilija, jonka mielessä ovat paluuhaaveet kilparadoille saattaa joutua jonkinlaiseksi väliinputoajaksi. Jos esimerkiksi loukkaantuminen saa urheilijan tasapainottelemaan lopettamisen ja jatkamisen välillä, ollaan helposti tilanteessa, jossa sekä harjoittelu että siviilielämä kärsivät. Näyttäisikin siltä, että paluuyrityksiä tehneet tai niistä haaveilevat kokevat lopettamisen selkeästi vaikeampana kuin kerralla lopettaneet.

Onkin erittäin tärkeää, että urheilija pystyy perustelemaan päätöksensä, oli se sitten lopettaminen tai jatkaminen, itselleen riittävän hyvin. Henkistä tasapainoa näyttäisi olevan ymmärrettävästi vaikea saavuttaa, jos mieltä kaivertaa tehdyn ratkaisun oikeellisuus ja toisaalta tunne keskenjääneestä urasta.

7.2. Ystäväpiiri muuttuu

Yksi kaikkein keskeisimmistä asioista urheilijalle uran aikana on tavalla tai toisella urheilun kanssa tekemisissä oleva ystäväpiiri. Näin voi päätellä tutkimastani haastatteluaineistosta ja saman olen huomannut myös urheilijoiden parissa ollessani. Useimmiten ei tarvitse kovinkaan pitkään keskustella urheilun motiiveista huippu-urheilijan kanssa, kun hän muistuttaa urheilun myötä saamistaan ystäväistä.

Ystävät ja kaverit tuntuvat olevan tärkeitä kaikenikäisille urheilijoille. Aivan pienistä junioreista alkaen puhutaan urheilun tuomista kavereista, eikä näiden kaverien merkitys tunnu iän myötä vähenevän. Saman lajin tai lajiryhmän urheilijat tunnetaan yhteisiltä leireiltä ja yhteisistä harjoituksista sekä kilpailuista. Urheilun mukanaan tuomat ystävyysuhteet eivät rajoitu maan tai edes maanosan sisään. Kansainväliset tapahtumat ovat usein urheilijoiden välistä kulttuurinvaihtoa parhaimmillaan.

Toisin kuin saattaisi kuvitella, urheilun ystävyysuhteet näyttävät olevan erittäin tärkeitä myös yksilöurheilijoille, eivät pelkästään joukkuelajien harrastajille. Vaikka joukkueurheilussa suhteet muihin joukkueen jäseniin ovat luonnollisesti paljon korostetummassa asemassa ja vaikuttavat suoraan itse suoritukseen, myös lähes kaikki yksilöurheilijat muistavat mainita urheilusta saatujen ihmissuhteiden merkityksen keskeisenä asiana huippu-urheilussa. Urheilusta moni sanoo saaneensa sellaisia ystävyysuhteita eri puolilta maata ja maailmaa, jotka eivät olisi ilman urheilua mitenkään mahdollisia.

Uudet ihmissuhteet ovat myös sen vuoksi tärkeä asia urheilussa, sen kaikilla eri tasoilla, että ne ovat käytännössä kaikkien ulottuvilla, toisin kuin esimerkiksi kilpailullinen huippumenestys tai raha. Lienee tuskin kovin liioiteltua sanoa, että on paljon urheilijoita, jotka ovat saavuttaneet suurimmat menestyksensä urheilussa sosiaalisen elämän puolella, eivätkä suinkaan itse

urheilukilpailussa. Hyvin monet haastatellut urheilijat vetoavatkin juuri urheilun tuomiin ystävyyssuhteisiin, menestyksen sijasta, perustellessaan uransa mielekkyyttä. Toki on mainittava, että urheilussa on, samoin kuin muussakin elämässä, yksilöitä, joita eivät sosiaaliset suhteet kiinnosta tai ne eivät ainakaan ole heille kovin merkittäviä. On myöskin urheilijoita, jotka uskovat urheilijoiden välisten läheisten sosiaalisten suhteiden olevan haitallisia omalle menestykselleen (Hilton 1992, 76). He ovat haastattelujen perusteella kuitenkin minimaalisen pieni vähemmistö, vaikka onkin lehdistössä yleistä esimerkiksi kestävyysjuoksijoiden osalta luoda romantisoitu kuva erakon lailla elävistä yksinäisistä susista.

Urheilun totalisuus johtaa hyvin usein tilanteeseen, jossa suurin osa huippu-urheilijan ystävyyssuhteista tavalla tai toisella liittyy urheiluun. Urheilijakaverit, valmentajat, huoltajat, urheilujohtajat, fanit, toimittajat jne. ovat kaikki jollain tavalla sidoksissa samaan asiaan, huippu-urheiluun. Keskustelut pyörivät yhden asian ympärillä. Muiden asioiden parissa toimimiseen ei riitä kunnolla aikaa, niinpä ystäviäkään urheilun ulkopuolelta ei ole. Monessa tapauksessa muut ystävyyssuhteet hiipuvat taustalle tai ainakin ne jäävät hoitamatta. Perhe- ja sukulaisuussuhteita lukuun ottamatta liian usein urheilijan elämässä ei ole käytännössä kunnolla tilaa muulle kuin urheilulle.

Ei liene vaikea ymmärtää, että edellä kuvatun kaltaisessa tilanteessa elävä huippu-urheilija saattaa helposti joutua lopettaessaan sosiaaliseen tyhjiöön. Ihmisiä, joiden kanssa hän aktiiviuransa aikana saattoi viettää yhdessä yli 100 vuorokautta vuodessa leireillä ja kilpailumatkoilla, hän näkee enää vain satunnaisesti. Joukkueurheilijalla yksi elämän kaikkein keskeisimmistä sidosryhmistä, oma joukkue, jää pois. Vaikka ystävyyssuhteet eivät periaatteessa katkeakaan, elämänpiirit ovat niin erilaiset, että yhteinen aika käy todella vähiin. Voisi kuvitella, että lopettamiseen liittyy monilla jossain määrin myös yksinäisyyden tunne, varsinkin perheettömillä urheilijoilla.

Kaikesta huolimatta tuskin kukaan haastatelluista puhuu lopettamisen yhteydessä yksinäisyydestä. Monilla aineiston urheilijoista on perhe ja toisaalta monilla tuntuu olevan myös korvaavia verkostoja siviilityön tai jonkin uuden harrastuksen myötä. Onkin helppoa tehdä johtopäätös, että vaikka urheilu loppuu, harva urheilija jää yksin. Suurin osa varmasti jossain vaiheessa kaipaa ystäviään ja yhteisiä hetkiä heidän kanssaan, mutta urheilu osataan mieltää myös yhdeksi elämänvaiheeksi, joka ei kestä ikuisesti. Valmentajina, tai muuten urheilun parissa jatkavat säilyttävät mahdollisesti hyvinkin tiiviit suhteet urheiluelämään ja osa ystävyys-suhteista on muuten niin läheisiä, että ne jatkuvat aktiiviuran jälkeen samanlaisina kuin ennenkin. Tilanne on mielestäni tässä suhteessa vertailukelpoinen koulun loppumisen kanssa. Kaverit vaihtuvat osittain, mutta harva sitä jää sen enempää miettimään.

Sosiaalisten suhteiden verkosto tuntuu olevan urheilumaailmassa samanlainen kuin muussakin elämässä. Toiset ovat tekemisissä lähes kaikkien kanssa, kun taas toiset pitävät parempana omiin oloihin vetäytymistä. Uran loppuessa urheilijan sosiaalinen verkosto varmasti muuttuu, mutta kuten uran aikanakin, toiset löytävät uusia kavereita helpommin kuin toiset. Paljon riippuu tietysti omasta persoonasta ja omista preferensseistä.

7.3. Entinen julkkis

Urheilija ja julkisuus -luvussa pyrin kuvaamaan sitä merkitystä, joka huippu-urheilulla nykypäivänä on massaviihteenä ja toisaalta sitä, miten ohittamattoman suuri on tiedotusvälineiden merkitys urheilulle ja urheilijalle. Jokainen huipulla urheileva ihminen joutuu tekemisiin julkisuuden kanssa tavalla tai toisella usein jo nuoruusvuosista asti. Urheilijat oppivat pitämään julkisuutta osana ammattiaan ja julkisen esiintymisen lainalaisuudet selviävät heille jo nuorena.

Menestyneistä ja julkisuuden hyvin hallitsevista urheilijoista tulee myös helposti lausuntoautomaatteja, joilta lehdet kysyvät mielipiteitä kaikista mahdollisista asioista maailmanpolitiikasta torihintoihin. Vaikka näitä kaikkien tuntemia urheilijoita on Suomen kokoisessa maassa lukumääräisesti suhteellisen vähän, kuten julkkiksia yleensäkin, huippu-urheilijoiden voidaan katsoa olevan yksi tunnetuimmista ammattiryhmistä. Se on myös hyväksytty tosiseikka sekä urheilijoiden, toimittajien että suuren yleisön keskuudessa.

On mielenkiintoista pohtia, miltä urheilijasta tuntuu siinä vaiheessa, kun ura loppuu ja julkisuuden kiinnostus urheilijaa kohtaan vähenee usein radikaalistikin. Enää ei julkisuuteen sisälle kasvanut ex-urheilija näekään nimeään lehtien sivuilla tai televisioruudussa yhtä usein kuin ennen. Voiko julkisuudesta sivuun jääminen tuoda vieroitusoireita?

Urheilijan keskeisiin luonteenpiirteisiin kuuluu kunnianhimo, joka yhdistettynä jatkuvaan esilläoloon saa monet nauttimaan julkisuudesta. Onkin todennäköistä, että uran loppuminen on juuri julkisuuden vähenemisen myötä monelle outo tilanne. Ihminen, joka on paljon esillä, oppii hahmottamaan oman olemassaolonsa osittain tiedotusvälineiden kautta. Ei liene myöskään kovin väärin sanoa, että monissa tapauksissa narsismi näyttelee jonkinlaista roolia. Julkisuudesta tulee keskeinen osa elämää siinä kuin kilpailemisestakin.

Urheilu-uran loputtua saattaa kulua pitkiäkin aikoja ilman, että yksikään toimittaja pysäyttää kadulla, tai soittaa kysyäkseen kuulumisia. Voi olla, että yhtään tiedotusvälinettä eivät enää kiinnosta ex-urheilijan näkemykset lajinsa kehityksestä tai ylipäättään mistään asiasta. Nimeä ei näy lehdissä, eikä kukaan pyydä haastatteluja kuin korkeintaan satunnaisesti tehdäkseen jutun historiallisesta näkökulmasta. Samaan aikaan nimi häipyä myös suuren yleisön huulilta. On helppo kuvitella, miten tyhjältä tilanne voi tuntua. Mieleen saattavat hiipiä ajatukset siitä, että oman elämän huippuvuodet ovat takana siinä kuin urakin. Ja kieltämättä, jos urheilija on oppinut mittaamaan omaa

elämäänsä julkisuuden määrällä, näin varmasti onkin. Tällöin urheilijan on pystyttävä muokkaamaan arvojaan perusteellisesti löytääkseen henkisen tasapainon.

Muistaa pitää kuitenkin myös se, että monet saavat vuosien myötä julkisuudesta tarpeekseen, ja osaavat nauttia omasta rauhastaan. Näiden ihmisten kohdalla valokeilasta sivuun siirtyminen on usein helpotus. Toisaalta urheilijoiden joukossa on yllättävän monia, jotka katsovat haastattelujen ja muun julkisuuden kuuluvan urheilijan ammattiin siinä kuin harjoittelemisen tai kilpailemisenkin. He antavat haastatteluja ja esiintyvät julkisuudessa, mutta tilaisuuden tullen siirtyvät sivuun eivätkä jää kaipaamaan esilläoloa sen kummemmin.

On tietysti myös monia urheilijoita, jotka jaksavat kiinnostaa lehdistöä vielä uran jälkeenkin. Tähän voi olla syynä urheilijan poikkeuksellisen värikäs persoona tai hänen uusi, mahdollisesti myös julkinen työnsä. Useimmiten kiinnostuksen säilyminen johtuu kuitenkin huomattavasta menestyksestä uran aikana. Hyvin menestynyt urheilija, esimerkiksi olympiavoittaja, on jossain määrin kiinnostuksen kohteena ja julkkis loppuikänsä. Tilanne on siis samantyyppinen kuin vaikkapa entisillä misseillä.

Nykyään on myös hyvin yleistä, että radio, televisio ja jossain tapauksissa myös lehdet käyttävät entisiä urheilijoita asiantuntijoina ja kommentaattoreina kilpailujen aikana. Tällöin on oleellista, että urheilijalta löytyy paitsi kielellistä lahjakkuutta, myös juuri tuota moneen kertaan mainittua omaa menestystä. Mikään ei ole nimittäin urheilun seuraajan kannalta naurettavampaa kuin itsekritiikitön ex-urheilija, joka kertoo miten kilpailussa pitäisi toimia pärjätäkseen, vaikkei itse koskaan menestynytäkään. Tällaisessa tapauksessa ensimmäinen ajatus penkkiurheilijalla on kysymys miksei kommentaattori omalla urallaan tehnyt niin kuin nyt odottaa muiden tekevän ja menestynyt paremmin.

Urheilijoiden suhtautuminen julkisuuteen ja sitä kautta myös sen loppumiseen vaihtelee siis käytännössä laidasta laitaan. Haastattelumateriaalissa näkyy selkeästi se, että urheilijat eivät ainakaan itse koe julkisuuden olevan keskeisessä osassa elämässään. Yksikään haastateltavista ei myöskään edes millään tavalla vihjaa mihinkään kuuluisuuteen liittyviin vieroitusoireisiin uran loppuessa. Sen sijaan useammastakin vastauksesta on luettavissa, että julkisuus on enemmän tai vähemmän välttämätön paha, joka ei kulloinkin kyseessä olevaa urheilijaa sen kummemmin kiinnosta. Nämä urheilijat antavat ymmärtää tajuavansa julkisuuden merkityksen heidän työlleen, mutta myös sen etteivät he välitä olla julkisuudessa kuin sen verran, mikä on pakko.

Voidaan siis päätellä, ettei julkisuus ole ainakaan mikään keskeinen motivaatiotekijä huippu-urheilijoiden työssä. Paljon useammin tässä yhteydessä tulee esille esimerkiksi halu kokeilla omia rajojaan. Totta lieneekin, että julkisuuteen pääsemiseksi on helpompiakin keinoja kuin huippu-urheilu. Harvalle urheilijalle julkisuus on itseisarvo, vaikkei ainakaa kukaan haastatelluista sitä tunnu kovin vastenmielisenä pitävänkään. Näin muodoin myöskään uran loppu ei liene ylikäymätön kokemus monellekaan huippu-urheilijalle tässä suhteessa.

Toki pitää huomioida myös se, että haastattelujen tekemisestä on jo kuitenkin kulunut sen verran aikaa, että julkisuuden merkitys huippu-urheilijoiden elämässä on ehtinyt korostua. Moni haastatelluista myös edustaa vanhemman polven urheilijoita, jotka saivat olla todella rauhassa tiedotusvälineiltä nykyurheilijoihin verrattuna. He eivät joutuneet opettelemaan julkista roolia, kuten nykyään tapahtuu eikä myöskään sponsoroinnin merkitys ollut lähelläkään nykyisiä mittasuhteita.

8. ERILAISIA LOPETTAJIA

8.1. Tulin, näin ja voitin

Vaikka urheilijat, kuten kaikki ihmiset, suhtautuvat elämän murrostilanteisiin, jollainen urheilu-uran loppuminenkin eittämättä on, hyvin eri tavoin, on mielestäni löydettävissä yhteisiä piirteitä eri lopettajien kesken. Näiden piirteiden avulla on myös mahdollista suorittaa karkea jako viiteen eri lopettajaryhmään joiden edustajista ja heidän mielipiteistään löytyy myös haastatteluaineistosta esimerkkejä. Hyvin voimakkaasti on kuitenkin painotettava sitä, että äärimmäisen harvoin tosielämästä löytyy sellaisenaan puhdasta esimerkkiä mistään näistä ryhmistä. Suurin osa lopettavista urheilijoista omaa piirteitä vähintään kahdesta malliryhmästä, monet useammastakin.

Ensimmäinen ryhmistä on suhteellisen pieni ja sen edustajat ovat harvinaisia jo senkin takia, että vain harva urheilija pystyy urallaan voittoihin ja vielä harvempi pystyy niihin ilman aikaa vieviä vastoinkäymisiä. Tätä tulin, näin ja voitin -ryhmäksi kutsumaani joukkoa voidaan pitää monessa suhteessa lopettajien ihannetapauksena. Heille lopettaminen ei ole ongelma. Enemmänkin se on siirtymävaihe elämäntavasta toiseen.

Eli kuten eräs urheilija toteaa:

"Sen jälkeen, kun minua ei enää edustustehtävissä tarvita, minä harrastan sitä liikuntaa omaksi ilokseni. Jos jonakin kauniina päivänä huomaan, että tämä ei oikein mua enää kiinnostakaan niin mä voin sitten ruveta tekeen jotakin muuta."

Tämän ryhmän urheilijat ovat yleensä edenneet urallaan nousujohteisesti kohti maailman huippua ja myöskin saavuttaneet arvokisavoittonsa ilman monen vuoden yrittämistä ja toistuvia takaiskuja. Monet heistä ovat myös pystyneet opiskelemaan jonkin verran uransa aikana tai ainakin hankkimaan

itselleen opiskelupaikan, jonka he ottavat vastaan urheilu-uran päätyttyä. Tyypillisenä luonteenpiirteenä tämän ryhmän edustajilla on suunnitelmallisuus. He miettivät uransa ja myös sen lopettamisen etukäteen ja sitten toteuttavat suunnitelmansa vain pienin, kulloisenkin tilanteen edellyttämin muutoksin. Elämää ei missään tapauksessa suunnitella pelkän urheilun varaan.

Tulin, näin ja voitin -ryhmän urheilijat usein lopettavat melko nuorina. He ovat saaneet urheilusta sen mitä ovat halunneet, eivätkä näe mitään järkeä tehdä samaa vuodesta toiseen uudestaan, koska uusia kokemuksia ei ainakaan laajassa mittakaavassa ole urheilijan elämällä tarjottavana. Kokemuksien ja saavutuksien myötä kiihkein palo urheilun tekemisestä on sammunut ja uran jatkaminen tuntuisi fyysisesti ja henkisesti hyvin raskaalta vanhan toistolta. Lopettamista helpottaa usein myös se, että urheilun jälkeinen elämä on etukäteen mietitty, eikä tekemisen puutetta tai muuta tyhjiötä tule. Tämän ryhmän urheilijat menestyvät myös elämän muilla aloilla lähes poikkeuksetta, sillä menestyksenkäs urheilu-ura on opettanut heille toimivan ja eteenpäin vievän tavan hoitaa asioita ja antanut vahvan itseluottamuksen.

"Mulle tuli urheilun lopettamisen jälkeen erinäistä opiskelua ja uusia haasteita työpaikan suhteen ja sitten muutama vuosi sen jälkeen tuli kaksi lasta perheeseen. Eli hyvin paljon satsasin energiaa koulutukseen, työhön ja perheeseen. En kokenut missään vaiheessa, pitäisi pyöritellä sormiaan ja miettiä mitä tehdä."

Kuten todettua, tämän ryhmän edustajia on vähän. Osasyynä tähän on se, että monelle on käytännössä mahdotonta lopettaa huipulla. Vaikka se ajatuksen tasolla tuntuisikin hyvältä, käytännössä ura yleensä venyy vaikka menestys alkaisikin hiipua. Kunnianhimoisen urheilijan on vaikea vastustaa kilpailullisia haasteita, vaikka ne eivät sinänsä mitään uutta tarjoaisikaan. Hyvin tätä urheilijan luonteeseen usein kuuluvaa ajattelumallia kuvaa eräs haastateltavista sanoessaan, että hän jatkaa uraansa päästäkseen vielä kerran mukaan maailmanmestaruuskisoihin ja saadakseen puoli tusinaa osanottoa täyteen. Eli käytännössä aina jostain löytyy syy, jolla voi motivoida itsensä jatkamaan,

jos sitä haluaa.

Ensimmäisenä mieleen tuleva urheilija, joka lähinnä vastaa tämän ryhmän perustyyppiä on ex-hiihtäjä, maailmanmestari ja olympiavoittaja Marjo Matikainen-Kallström, joka nykyään toimii europarlamentaarikkona Brysselissä ja kansainvälisen hiihtoliiton tehtävissä. Koulutukseltaan hän on diplomi-insinööri, eli korkeakoulututkinto on myös takataskussa. Kilpauransa hän lopetti vähän yli kaksikymppisenä saatuaan urheilusta sen mitä halusi. Silti hänkin ehti jatkaa uraansa yhden vuoden alunperin suunniteltua kauemmin edustaakseen Suomea omissa hiihdon maailmanmestaruuskisoissamme Lahdessa 1989. Urheilijana hän edusti harvinaista ajattelutapaa, sillä hän ei nähnyt mitään syytä yrittää uusia olympiavoittoa. Hän katsoi, että kertaalleen voittaminen riittää ja todistaa hänelle itselleen kaiken sen, minkä hän haluaakin. Silti urheiluelämästä ei hänkään ole kokonaan halunnut irrottautua, vaan jatkaa hiihtourheilun luottamustehtävissä.

Tulin, näin ja voitin -ryhmä on pieni varmasti myös sen vuoksi, että nykyinen kilpaurheilujärjestelmä sitoo menestyvät urheilijat tiiviisti urheilun piiriin. Seurat eivät halua menettää huippujaan sen enempää kuin kansalliset liitot edustusurheilijoitaan. Huipulla lopettaminen vaatii siis myös varsin erikoista luonnetta, sillä kukapa haluaisi lopettaa kiinnostavaa ja menestyksellistä harrastusta. Toisaalta, jokainen haluaa tehdä sitä, missä on hyvä, eikä siinä sellaisenaan ole mitään väärää. Tämä ryhmän kutsuminen ihanneryhmäksi perustuukin ennen kaikkea siihen, että tämän ryhmän urheilijoille myös lopettaminen onnistuu. Heidän ei ole pakko yrittää väkisin jatkaa, elleivät he itse halua.

8.2. Kilpaurheilun parissa jatkavat

Vaikka urheilu tavalla tai toisella, ainakin penkkiurheiluna, tuntuu kuuluvan

jokaisen huippu-urheilijan elämään vielä lopettamisen jälkeenkin, on myös suuri joukko urheilijoita, joiden suhde kilpaurheiluun säilyy erittäin tiiviinä oman uran loppumisen jälkeenkin. Moni jatkaa urheilun parissa valmentajana tai jossain muussa tehtävässä.

On helppo ajatella, että jatkaminen urheilun parissa saattaa helpottaa oman urheilu-uran lopettamista. Kilpailujen ja harjoitusten tunnelma, urheilumaailman sisäpiirit ja tutut ihmiset säilyvät monesti mukana elämän kuvioissa. Osalle taas omat lapset tuovat hyvän syyn jatkaa mukana urheilussa. Kyseessä on siis tavallaan pehmeä lasku pois aktiiviuralta. Työ- tai harrastusympäristö säilyy ennallaan, vaikka toimenkuva muuttuukin.

Oma lukumääräisesti suuri joukkonsa ovat niin sanotut jäähdyttelijät, jotka jatkavat uraansa hieman keskivertokuntoilijaa korkeammalla tasolla, mutta kuitenkin aikaisempaan uraansa verrattuna harrastuspohjalta. Näitä jäähdyttelijöitä löytyy lähes kaikista lajeista, esimerkiksi moni mestaruussarjatason palloilija ei lopeta uraansa kertarysäyksellä, vaan siirtyy ensin alemmalle sarjatasolle, jolle vielä omat fyysiset kyvyt riittävät. Eritasoisia kilpailuja riittää jokaisessa lajissa. Jäähdyttely tapahtuu elämän muiden asioiden ehdoilla, toisin kuin huippu-uran aikana. Aikaa käytetään vähemmän, mutta kilpailuvietti tulee tyydytettyä ja kehokin tottuu fyysisesti vähemmän rasittavaan elämänrytmiin. Jäähdyttely on erotettava jatkossa käsiteltävästä uran väkinäisestä pitkittämisestä. Jäähdyttelijälle urheilu on harrastus. Paitsi lopettelemassa olevalle huippu-urheilijalle, jäähdyttely saattaa olla henkisesti hyödyllistä myös jollekin tulevaisuuden toivolle, joka pääsee kisaamaan entisen esikuvansa kanssa tai häntä vastaan.

"Huippu-urheilijana joo ura loppu oikeastaan jo Lahteen, mutta se on harrastuspohjalla ja sillai, että voi olla niinkun harrastuspohjalla, kun tuntee noi urheilijat hyvin. Siinä piirissä on helppo liikkua ja miellyttävää olla."

Paitsi ex-urheilijalle, myös urheiluelämälle on hyötyä siitä, että entiset aktiivit pysyvät urheilutoiminnassa mukana. Näin urheilijoiden urallaan keräämä kokemus ja tietotaito saadaan valmennuksen ja kilpailutoiminnan käyttöön. Moni on sitä mieltä, että esimerkiksi valmennuksessa vanhoja menestyjiä olisi kuunneltava yhä enemmän, sillä menestyksen keinot tuntuvat säilyneen hyvin samoina yli vuosien. Toisaalta vanhempien metodien tuloksellisuutta nykyurheilussa myös epäillään.

Tehtäviä, joihin ex-urheilijat useimmiten sijoittuvat ovat valmentajien, urheilutoimittajien ja eritasoisten urheilujohtajien työt. Uran aikana ei useinkaan pystytä hankkimaan näihin tehtäviin riittävää koulutusta, joten liian usein urheilija joutuu opettelemaan työnsä kantapäähän kautta. Toisaalta juuri urheiluun liittyvissä ammateissa omasta aktiiviurasta lienee luonnollisesti työnsaantivaiheessa eniten hyötyä.

Valitettavasti välillä urheilumaailmassa tunnutaan unohtavan, että huippu-urheilija on harvoin pätevä valmentaja ilman asiaankuuluvaa koulutusta. Asia, joka tuntuu itsestäänselvältä, mutta ei sitä aina ole. Haastatteluaineistosta on rivien välistä luettavissa urheiluun pesiytynyt, tiukassa oleva ajatusmalli, jonka mukaan valmentajan johdolla harjoitteleva urheilija oppii myös itse valmentamaan. Ajatus on yhtä absurdi, kuin jos ajateltaisiin, että jokainen, jolla on työssään esimies, vähitellen pätevoityy itse johtajaksi. Näin ei tietenkään ole. Kokenut urheilija oppii tuntemaan harjoittelun ja kilpailemisen lainalaisuudet, samoin kuin oman lajinsa salat, mutta tietojen siirtäminen toiselle ihmiselle on kokonaan eri asia samoin kuin valmentajalle välttämättömän psykologisen silmän harjaantuminen ja ihmistuntemus. Vertailukohtaa voidaan etsiä opettajan työstä. Lähes jokainen lienee kouluaikana törmännyt opettajaan, joka osaa ja tietää itse valtavasti, mutta opettaminen, johtaminen ja motivointi eivät onnistu alkuunkaan.

Viime vuosina onkin näyttänyt käyvän yhä selvemmäksi, että valmennuksesta

tulee yhä enemmän erikoisammatti, jossa onnistuminen vaatii paitsi koulutusta, myös kokemusta valmentamisesta. Omasta urasta saattaa olla hyötyä valmentajalle samalla tavoin kuin esimerkiksi synnynnäisestä johtajan karismasta, mutta urheilijatausta ei taatusti tee kenestäkään valmentajaa. Täsmälleen sama pätee myös toimittajan ja urheilujohtajan tehtäviin. Urheilija voi olla erinomaisen hyvä urheiluun liittyvissä tehtävissä, mutta se ei ole mikään itsestäänselvyys. Ei vaikka ex-urheilijan ehkä onkin keskimääräistä helpompi päästä sisälle urheiluelämän eri alueille.

Ylimpiä urheilujohtajia valittaessa vaaditaan yleensä varsin laaja koulutustaus-ta, joten oma ura ei sinänsä ole niihin riittävä ansio, kuten on joissain alemman tason johtotehtävissä esimerkiksi seurojen sisällä. Näyttää myös vahvasti siltä, että urheilujohtaminen on hyvin pitkälti miesten heiniä. Naisia on liikuntajohtajina suhteellisen vähän ja kansainväliset liikuntasuhteet tuntuvatkin olevan keski-ikäisten hyvinkoulutettujen urheilijamiesten hallinnassa (Lanki & Lämsä 1994, 40). Toisaalta myös ammattipoliitikkojen määrä urheilujohtajien keskuudessa näyttäisi ainakin Suomessa olevan kasvussa.

Haastatelluista urheilijoista kukaan ei mainitse suoraan urheilujohtamista mahdollisena uran jälkeisen tulevaisuuden toimenkuvanaan. Onkin varmasti niin, että niihin tehtäviin enemmän ajaututaan esimerkiksi ihmissuhteiden kautta kuin varsinaisesti pyritään. Käytännössä on varmasti hyväksi urheilulle, jos mahdollisimman monella johtotasolla on mukana ihmisiä, joilla on käytännön kokemusta itse urheilusta ja urheilijan arkipäivästä. Urheilijoilla tuntuu nimittäin liian usein olevan se käsitys urheilujohtajista, etteivät he tunne ruohonjuuritason, eli itse suoritustason oloja ja tilannetta.

Muutamalla jo lopettaneella on kokemusta vaikuttamisesta oman poliittisen uran kautta, mutta asiaa ei tunnuta sen kummemmin mieltävän urheilujohtamiseksi.

"Se oli semmonen oikein mukava pehmeä lasku, että mä tiesin urheilusta laskeutua pois ja laskeutumista edesauttoi osittain tää politiikka... Käyn kyllä aina silloin tällöin, kun pyydetään, seurojen tilaisuuksissa puhumassa. Eduskuntatyössä, poliittisessa työssä on päällimmäisenä muita alueita."

Myöskään urheilutoimittajan urasta kukaan ei puhu, mutta toisin on valmentamisen laita. Asiaa tiedusteltaessa suurin osa urheilijoista sanoo miettineensä valmentamista aktiiviuran jälkeen ja lähes yhtä moni pitää sitä mahdollisena valintana. Osalle valmentamisen motiivit löytyvät perheen sisältä, kun omat lapset tarvitsevat ohjausta harrastuksissaan. Junioreiden parissa, esimerkiksi juuri oman lapsen joukkueessa tai seurassa tuntuu olevan muutenkin, ainakin urheilijoiden näkemyksen mukaan, helpompi kokeilla omia valmentajan lahjojaan ja hankkia valmennuskokemusta.

Valmentaminen tunnutaan mieltävän ennen kaikkea keinoksi pysytellä urheilun parissa oman uran jälkeen, ei niinkään kutsumustyöksi, kuten urheileminen. Näin on siis nimenomaan ex-urheilijoiden piirissä. Haastatelluille urheilusta on muodostunut niin rakas asia, että sen hylkääminen kokonaan tuntuu usein mahdottomalta. Samoin moni tuntuu ajattelevan, että monen vuoden työ menee loppuelämän osalta hukkaan, jos omia kokemuksia ja tietoja ei pääse jakamaan jonkun aktiiviurheilijan kanssa. Moni haluaa ilmeisen vilpittömästi auttaa nuorempia urheilijoita ja estää heitä tekemästä samoja virheitä, joita he mahdollisesti itse ovat tehneet.

Myös ajankäytöllisesti valmentaminen tai muu urheilun parissa jatkaminen auttaa ex-urheilijaa, sillä omasta urheilemisesta vapautuvat ajat, eli usein illat ja viikonloput, täyttyvät edelleen urheilusta. Näin vuorokausirytmisi saattaa säilyä hyvinkin samana kuin aikaisemmin, eikä mitään tyhjiötä pääse syntymään. Moni kuitenkin tuntee sisällään samoin kuin eräs pesäpalloilija, joka toteaa, että kun vuosikymmenien ajan, pienestä lapsesta asti on lähtenyt kentälle käytännössä joka päivä, ei sieltä osaa oikein poissakaan olla. Niille, joille aktiivuran lopettaminen tuntuu vaikealta, eivätkä tulevien vuosien

suuntaviivat näytä selviltä, urheiluelämässä jatkaminen on varmasti hyvä ratkaisu. Ei liene kovin väärin sanoa, että monelle lopettaneelle tai lopettavalle urheilijalle valmentaminen tai omien lasten urheiluharrastuksessa mukana oleminen on parasta mahdollista terapiaa.

8.3. Loukkaantumiseen lopettavat

Urheilua ulkopuolelta seuraavat pitävät usein kaikkein hankalimpana lopettamistilanteena sellaista, jossa loukkaantuminen tai pysyvä vammautuminen katkaisee uran kerralla lopullisesti. Lieneekin totta, että mahdollisesti silmänräpäyksessä tapahtuva loukkaantuminen, joka katkaisee urheilijan uran paljon suunniteltua aikaisemmin, mahdollisesti jo hyvinkin nuorena, on yksi vaikeimmista ja raskaimmista uran loppumistavoista. Puhumattakaan tilanteesta, jossa loukkaantumisesta lisäksi jää pysyvä vamma tai invaliditeetti, joka vaikuttaa koko loppuelämään.

Kuten aikaisemmin todettiin, urheilija tottuu uransa aikana loukkaantumisiin ja oppii pitämään niitä urheiluun kuuluvina. Suurin osa loukkaantumisista on sellaisia, että ne eivät jää pysyvästi haittaamaan uraa, vaikka varsinkin kokeneemmilla urheilijoilla tuntuu olevan kolotusta joka puolella, kun vanhemmat urheiluvammat muistuttavat itsestään. Haastatteluaineistosta on helpposti huomattavissa, miten yleinen ja luonnollinen puheenaihe loukkaantumiset urheilijalle on. Helppo on myös huomata, että vain marginaalinen osa urheilijoista selviää urastaan ilman vammoja tai edes niin, ettei aamulla herätessä mikään vanha vamma vaivaa.

Loukkaantuminen voi lopettaa uran kahdella tavalla. Joko niin, että kaikki todellakin tapahtuu hetkessä, esimerkiksi selän vioittuessa tai niin, että useat erilaiset tai yhä uudelleen toistuvat samat vammat pakottavat urheilijan luopumaan, kun täysipainoiseen suoritukseen ei enää ole mahdollisuuksia.

Monesti sanotaan, että urheilijan henkilökohtainen kipukynnys ratkaisee kaiken, mutta se on vain osatotuus. Jos vammautuminen estää pysyvästi esimerkiksi käden kunnollisen liikkuvuuden ei keihään heittäminen onnistu, oliipa kipukynnys miten korkealla tahansa.

Eräs keihäänheittäjä kertoo varsin kuvaavasti:

"Se meni Turussa, mä tunsin sen heti. Aivan mitättömässä tilanteessa, ihan verryttelyvaiheessa meni polvikierukka. Mä tempasin voimakkaasti, silloin mä tiesin, että jaha, nyt loppu sitten keihäänheitto. Pikkusen aikaa löi kyllä tyhjää, pari minuuttia sätkäytti. Niin kun aavistin, että se on nyt tässä."

Vaikka voisi kuvitella, että vähitellen paheneva vamma antaa urheilijalle mahdollisuuden henkisesti valmistautua uran päättymiseen, ei tilanne välttämättä ole sen helpompi kuin nopeasti loukkaantuvallakaan. Jokainen aktiiviurheilija nimittäin uskoo pystyvänsä kunnolliseen suoritukseen vammasta huolimatta, koska hän on pysynyt kilpailuissa mukana. Uran jatkaminen on yleensä merkki myös vamman paranemisodotuksista. Näin ollen lopettaminen on poissa ajatuksista uran jatkuessa ja tulee eteen muiden asioiden takaa. Aktiiviurheilija valmistautuu aina suoritukseen, harvoin lopettamiseen. Toisin on tietysti edellä mainittujen jäähdyttelijöiden laita, mutta heillä harvoin on suuria vammoja, eivätkä he yleensä jatka uraansa huipputasolla.

"Kun sitten loukkaannuin, niin se toi takapakkia ja sitä aatteli, että nyt täytyy tosiaan lopettaa, kun kävi tällai. Sitten aattelin, että no täytyy nyt vielä jollain lailla käydä lenkillä, mut se pikkuhiljaa rupes niinkun jäämään sitten. Siinä tuli kaikennäköistä muuta ja mä rupesin laskemaan tuolle perhe-elämälle suuren arvon. Ehkä se tavallaan helpotti se loukkaantuminen sitä lopettamista ja luopumista siitä uralta."

On muistettava, että urheilijan loukkaantumiseen ja vammautumiseen liittyvät urheilussa koettavien vaikeuksien lisäksi myös kaikki samat ongelmat kuin muillakin ihmisillä elämän vakavissa kriisitilanteissa eli vaikkapa halvaantumisessa tai läheisen kuollessa. Urheilija käy pahasti vammautuessaan läpi

kaikki psyykkisen kriisin eri vaiheet alkusokkeineen ja surutöineen (Koskela & Sarpola 1994). Monesti tilannetta pahentaa se, että urheilijalle liikkuminen on suurempi osa elämää kuin tavalliselle ihmiselle, pahimmassa tapauksessa se on ollut koko elämä. Urheilu-uran päättyminen saattaa viedä keskeisimmän sisällön huippu-urheilijan elämästä. Henkisten ongelmien lisäksi tulevat tietysti taloudelliset ja muut käytännön asiat. Kuolemantapauksissa huolet siirtyvät tietysti läheisille.

Olen omakohtaisesti joutunut kerran todistamaan huippu-urheilijan uran väkivaltaista katkeamista, kun tsekkiläinen jääkiekkoilija Jaroslav Otevrel loukkaantui SM-liigan ottelussa Porissa 11.2.1995. Törmättyään pää edellä toiseen pelaajaan hän halvaantui välittömästi kaulasta alaspäin, eikä tähän päivään mennessä ole tapahtunut merkittävää paranemista. Koko tilanne ja myös Otevrelin ura olivat ohi arviolta noin puolessa sekunnissa. On helppo pitää tällaista tilannetta pahimpana mahdollisena uran loppuna. On totta, että vastaavia tilanteita tapahtuu eri elämän aloilla jatkuvasti paljon, mutta tämä tosiseikka ei tee yhdestäkään yksittäistapauksesta helpompaa tapahtuman uhrille.

Loukkaantumisen aiheuttamien taloudellisten ongelmien helpottamiseksi on pyritty luomaan erilaisia kollektiivisia järjestelmiä. Tämä asia on parhaiten hoidettu puhtaassa ammattilaisurheilussa. Esimerkiksi jääkiekon suurimmassa ammattilaisliigassa NHL:ssä urheilija saa pelaajayhdistyksen ja liigan kautta tuntuvan eläkkeen, jos hän luokkaantuu pysyvästi pelikyvyttömäksi. Vähemmän ammattimaisessa urheilussa loukkaantunut urheilija on enemmän tyhjän päällä ja monesti esimerkiksi liikuntakyvyn palauttavaan kuntoutukseen tarvittavat rahat on kerättävä hyväntekeväisyydellä. Juuri loukkaantumistapauksissa monesti esitetty ajatus huippu-urheilun urheilijaeläkkeestä tuntuu helpoimmin perusteltavalta ja eniten harkinnan arvoiselta.

En tiedä, haluavatko urheilijat pitää loukkaantumisen tuoman uran loppumisen

henkiset seuraukset pääsääntöisesti omana tietonaan, vai ovatko he oppineet todella hyvin elämään tapahtuneen kanssa, sillä kukaan aineiston urheilijoista ei puhu haastatteluissa pettymyksestä tai katkeruudesta kovinkaan paljon. Aika helpottaa varmasti osaltaan, mutta silti tuntuu yllättävältä, että uran loppumiseen johtavasta loukkaantumisesta sanotaan selvityn parin minuutin miettimisellä tai muuten suhteellisen helposti. Tällaisessa tilanteessa lopettaminen lienee ollut muutenkin jo ajatuksissa ja loukkaantuminen vain antaa asialle lopullisen sysäyksen. Urheilijat ovat myös selkeästi oppineet, ettei vammojen valittamisella saavuteta juuri mitään, joten myös itse tapahtumahetken tunnot pidetään mieluummin omana tietona.

Haastatteluaineiston perusteella ei voi mitenkään väittää, että uransa fyysisten vammojen takia lopettaneet olisivat katkeria elämälle tai urheilulle. Loukkaantumiset tuntuvat kuitenkin varsin laajasti antavan syytä jossitteluun oman uran suhteen. Useimmiten toistuva ajatus loukkaantumisesta lieneekin epäilyksiä siitä, että jotain olisi mahdollisesti ollut vielä saavutettavissa. Moni kyllä näyttää sisimmässään tietävän, ettei näin ollut, mutta miettii asiaa silti.

Voisi myös jossain tapauksissa ajatella kyynisesti niin, että lopettamista empineelle urheilijalle loukkaantuminen, kunhan se ei ole koko loppuelämää haittaava, on antanut hyvä syy lopettamiseen. Loukkaantuminen on helpoimmin perusteltava lopettamissyyn lehdistölle, faneille ja urheilujohtajille. Vammautumiseen lopettavaa urheilijaa harvoin kukaan tulee pyytämään edustustehtäviin.

Kaiken kaikkiaan lienee kuitenkin itsestään selvää, että uran loppuminen loukkaantumiseen ei ole missään suhteessa hyvä asia. Eri lopettamistilanteista loukkaantumiseen lopettaminen on yksi vaikeimmista jo senkin takia, että loukkaantuminen tuo mukanaan aina omat fyysiset ja psyykkiset lisäongelmansa tavallisten lopettamismurheiden lisäksi. Kaikkein hankalin on tietysti tilanne silloin, kun vamma vaikuttaa elämisen laatuun koko loppuelämän.

Tällöin urheilijan on löydettävä uusi näkökulma elämään selvitäkseen eteenpäin. Jos taas vamman voi jättää taakseen samalla kun ura päättyy, urheilijat näyttävät selviävän fyysisistä syistä johtuvasta lopettamistilanteesta kohtuullisin henkisin vaurioin.

8.4. Lopettamista jatkuvasti lykkäävät ja paluuta yrittävät

Kun Johannes Virolainen vielä vanhoilla päivillään asettui eduskuntavaaliehdokkaaksi, lehtien kolumnistit olivat valmiita muistuttamaan häntä siitä, että hän oli itse aikanaan peräänkuuluttanut Urho Kekkoselta taitoa luopua. Sanottiin, että nyt Johannes itse osoittaa, miten mahdottomia hän UKK:lta vaati.

Tuo luopumisen taito on kyky huomata milloin on paras hetki tehdä ratkaisuja oman elämänsä suhteen ja antaa mahdottomalle tavoitteelle periksi. Luopumisen osaaminen on kunnioitettava ominaisuus, josta on hyötyä jokaiselle ihmiselle, erityisesti urheilijalle. Varsin monelta tämä ominaisuus kuitenkin puuttuu.

Tämä nyt käsiteltävänä oleva ryhmä pitää sisällään sen urheilijatyypin, joka suuren yleisön edustajille yleensä tulee ensimmäisenä mieleen, kun puhutaan lopettamisen vaikeuksista. Jotkut näistä urheilijoista haluaisivat lopettaa, mutta eivät jostain syystä osaa tai voi. Jotkut "lopettavat" vähän väliä. Osa taas ei mietikään lopettamista, vaikka ura on ajat sitten kääntynyt laskuun. Kyse on vaikeista asioista, jotka eivät useinkaan ole missään suhteessa yksioikoisia. Monessa tapauksessa on äärimmäisen vaikea ainakaan ulkopuolisen ottaa kantaa siihen, onko uran jatkamisessa mitään mieltä. Kyseessä tuntuvat olevan veteen piirretyt rajaviivat.

Usein jatkamisen motivaatiot ovat pelkästään urheilijan mielessään luomia ja riippuvat hänen tuntemuksistaan.

"Silloin -82 tein semmosen päätöksen, että nyt mä vielä panostan tämän kauden, koska -83 oli Venezuelassa MM-kisat. Että mä yritän vielä. Oishan se kiva saada puolitusinaa osanottoa (MM-kisoihin) ainakin täyteen, kun mä oon viidesti ollut. Mä tein niinkun sen päätöksen, että jos en mahdu joukkueeseen, niin ok, viisi kertaa riittää. Innostusta ja motivaatiota kumminkin on..."

On myös muistettava, ettei come backin tekemisessä sinänsä ole mitään erikoista tai epäilyttävää. Sen voi tehdä monessa tilanteessa ja monesta erisyystä, joista suuri osa on täysin ymmärrettäviä. Kukapa meistä esimerkiksi osaisi ajatella mitään negatiivista hiihtäjä Marja-Liisa Kirvesniemen paluusta kilparadoille vauvaloman jälkeen. Hänhän saavutti vielä äitinäkin menestystä enemmän kuin moni osaa edes kuvitella.

Naisilla äitiysloma onkin yksi yleisimmistä tauon syistä, sillä hyvin moni haluaa jatkaa uransa vielä synnytettyään. On myös monia esimerkkejä siitä, miten loukkaantumiseen uransa kerran lopettaneet tulevat toisiin aatoksiin vammojen parannuttua. Vaikeammilla urheiluvammoilla on vain valitettavasti tapana uusiutua, joten huippu-urheiluun ei todellakaan päde kuntourheilun lihaskipulääkkeenä pidetty ohje "sillä vaiva lähtee, millä se on tullutkin." Päinvastoin, jos vamma on niin hankala, että se on kerran johtanut lopettamispäätökseen, se tuskin toisellakaan kertaa antaa mahdollisuutta täysipainoiseen harjoitteluun ja kilpailumiseen. Aineiston urheilijoista moni kertoo vammoista, jotka ovat vaivanneet syntymisestään lähtien.

Valitettavan usein nykyurheilussa joudutaan tekemään paluu dopingista kärkehtämisen ja kilpailukiellon jälkeen. Menestykseen johtaneita paluusuorituksia kärynneiltä urheilijoilta, ilman uutta kärkehtämistä, on nähty, mutta useampi tuntuu kuitenkin kadottaneen suoritustasonsa, mikä yleensä johtaa uuteen käryyn tai noloon lopettamiseen.

Syy, miksi tämä ryhmä mielletään epäonnistuneiden lopettajien ryhmäksi ja

miksi termi come back jo sinällään usein herättää kielteisiä assosiaatioita, on kuitenkin se joukko urheilijoita, jotka eivät pääse eteenpäin vuosienkaan yrittämisellä, tai joiden paluuyrityksen tai -yrityksien toivottomuus on alusta asti jopa jokaisen ulkopuolisen nähtävissä. Yleensä kyse on urheilijoista, joilla ei ole mitään odotettavaa uran loppumisen jälkeen, eivätkä he myöskään osaa mitään muuta työtä kuin urheilun. Kaavaan kuuluu myöskin jollain tavalla epätydyttävä ura, joka ei ole antanut urheilijalle sitä, mitä hän on halunnut, tai sitten hän haluaa aina vain toistaa menestyksensä. Epäonnistuneet paluuyritykset seuraavat toisiaan ja lopulta on jäljellä vain kehäraakki, joka ei osaa edelleenkään muuta kuin urheilla ja silläkin alalla hänen arvostuksensa ja pr-arvonsa on kovasti laskenut, suoritustasosta puhumattakaan. Tällaisesta tilanteesta urheilijan pelastaa vain realismi ja tosiasioiden tunnustaminen yhdistettynä luopumisen taitoon.

Urheilijan keskeisiin luonteenpiirteisiin kuuluu peräänantamattomuus ja siksi luopuminen on usein urheilijalle hyvin vaikeaa. Koko ajan puhutaan, miten menestyäkseen pitää olla sitkeä ja rohkea. Kuinka siis voidaan erottaa toisistaan luopuminen ja luovuttaminen, joista jälkimmäinen on tässä tapauksessa lähinnä pelkuruuden synonyymi ja ensimmäinen eteenpäin johtavaa viisautta? Oikeaa vastausta tuskin on löydettävissä, koska kyseessä on hyvin yksilökohtainen asia. Siinä missä toisen katto tulee vastaan hyvin nopeasti, toisen menestys saattaa vaatia paljon aikaa ja vuosien työtä. Ainut tie on itsetuntemus. Pitää tietää milloin kannattaa jatkaa ja milloin jatkaminen tai palaaminen on itsensä ja muiden pettämistä.

Moni edes jossain määrin menestynyt urheilija saattaa kokea myös sosiaalisen asemansa laskua uran loputtua. Jos omat taidot liittyvät pelkästään urheiluun, ei useinkaan ole kovin kunnioitettua asemaa muilla työelämän alueilla odotettavissa. Mieleen saattaakin tulla yrittää paluuta ja löytää tie takaisin siihen ympäristöön, jossa oma osaaminen on arvostettua ja jossa kukaan ei kiistä urheilijan asemaa. Tällöinhän ei kyseessä ole ongelman

ratkaisu, vaan sen siirtäminen ajallisesti eteenpäin.

Suurella osalla urheilijoista come back ainakin jossain vaiheessa käy mielessä, mutta hyvin moni kokee sen turhaksi tai suorastaan mahdottomaksi. Valtaosa urheilijoista tuntuu katsovan, että monivuotinen ura, joka suurimmalla osalla huippu-urheilijoista on takanaan, on ehtinyt antaa kaiken mahdollisen. Silti haastateltuihin mahtuu myös paluun tehneitä urheilijoita. Näistä tuskin kukaan katsoo saavuttaneensa mitään tärkeää lopettamispäätöksensä pyörtämisellä. Monelle tärkeintä come backissä onkin lopulta huomata, että lopettamispäätös on oikea.

"Mulle vaan jäi huono maku tästä hommasta ja kipinä. Oli semmonen voimakas halu urheilla. Mä tein itelleni selväksi, että kun mulla kerta on työn myötä hyvät valmentautumismahdollisuudet, niin katotaan nyt vielä kerran onko rahkeissa varaa. Tietenkin voimakkaana syynä siihen oli nää MM-kisat."

Juoksuvalmentajat tietävät, että juoksija tehdään seitsemässä vuodessa. Silti moni yrittää turhaan paljon pidempään niin juoksussa kuin muissakin lajeissa. Tilanteen välttämiseksi tullaan jälleen siihen, että urheilu-uran jälkeen olisi jotain urheilun korvaavaa löydettävä tilalle. Silloin lopettaminen on helpompaa, eikä synny tyhjiötä, jonka täyttämiseksi yritetään paluuta.

Huippu-urheilu on tasapainottelua tahdon ja luovuttamisen välillä. Hankalaksi tilanne käy silloin, kun tahto ei vie urheilijaa eteenpäin. Epätoivoinen taistelu on osattava lopettaa ajoissa, sillä muuten jatkuva turha yrittäminen saattaa haitata koko loppuelämää. Koko elämää ei saisi uhrata taisteluun tuulimyllyjä vastaan.

8.5. Katkeroituneet

Urheilu-ura, kuten työura yleensäkin voi mennä pieleen monella tavalla ja

monesta syystä. Urheilija joutuu noita syitä miettimään lopettaessaan, jos hän toteaa, että oma urheilu-ura ei ole ollut toivotun kaltainen. Tilanne muuttuu henkisesti entistä raskaammaksi jos päädytään johtopäätökseen, jonka mukaan ulkopuoliset tahot, eli esimerkiksi urheilujohtajat, ovat pilanneet uran. Näinhän asian ei tarvitse todellisuudessa olla, katkeruuteen riittää, että urheilijasta tuntuu siltä.

Vaikka kaiken alleen peittävä katkeruus on urheilijoiden keskuudessa harvinainen tunne, täytyy muistaa, että jotain tämän ryhmän ajattelusta löytyy lähes jokaisen urheilijan päästä. Haastatelluista urheilijoista monella tuntuu olevan jotain hampaankolossa urheilujohtajia kohtaan. Harvoin asia puetaan suoraan sanoiksi, mutta ei tarvitse olla kovinkaan hyvä rivien välistä lukija, jotta asiantilan huomaa. "Herrojen" tekemisistä puhutaan usein irrationaalisina ja arvaamattomina.

Ymmärrettävästi katkeruuden valtaan joutuminen on yksi pahimmista tilanteista uran loppuessa. Katkeruus on vahva tunne. Se peittää alleen muut tunteet, samalla tavoin kuin viha ja rakkaus. Katkeruus vie voimat ja tekee ihmisestä henkisesti väsyneen. Olotilaa voidaan kuvata henkiseksi vammautumiseksi uran loppuessa.

Syyt katkeruuteen ovat aina henkilökohtaisia. Tunteen takana voi olla kyseenalaisia putoamisia pois edustustehtävistä tai valmennusmäärärahojen leikkauksia yhtä hyvin kuin urheilujohtajien tai valmentajien suorittamaa urheilijan arvostelua. Yhteistä on vain se, että urheilija katsoo jonkun ulkopuolisen ihmisen tai yhteisön heikentäneen merkittävästi hänen mahdollisuuksiinsa uralla tai suorastaan pilanneen ne. Urheilijan mieltä synkentää monesti vielä se, että kulloinkin kyseessä oleva ulkopuolinen taho yleensä katsoo menettelleensä oikein ja muihin urheilijoihin nähden tasapuolisesti. Eli jos esimerkiksi valmennustuki on lakkautettu, siihen löytyvät tuen peruuttajien mielestä selvät syyt.

Totaalinen katkeruus omaa uraa ja urheiluelämää kohtaan on siis onneksi perin harvinaista, vaikka monelle tuntuukin jääneen jotain pientä hampaankoloon, jollei muuta, niin omaa menestymättömyyttä kohtaan. Silti tästäkin aineistosta löytyy yksi puhdas esimerkki urheilijasta, joka on katkera käytännössä koko urheilua kohtaan. Jo uransa aikana hän on tuntenut olevansa vihattu ja henkisesti potkittu yksilö. Hänet on omastaan mielestään haluttu pois edustusjoukkueesta, vaikka hän onkin urallaan menestynyt. Urheilujohdon kanssa sukset ovat menneet täysin ristiin.

Tämä pitkän, noin neljännesvuosisadan, kestäneen uran tehnyt hiihtäjä toteaaakin, että

"Kyllä mä vielä yritin roikkua ja hiihtää, pitkä ura se oli. Ei mulla mitään erityistä syytä ollut siihen lopettamiseen. Ikäkään ei ollut siinä esteenä, nythän nää hiihtää vielä 37-vuotiaana, mutta minä jollain tavalla olin vihattu, vihattu olin. Liian kova tahto, siitä se johtu."

Uran päätyttyä urheilija on eristäytynyt urheiluelämästä kokonaan. Myöskään muuten häntä tuskin voi kutsua sosiaaliseksi. Alkoholiongelmat ovat kiusanneet ja elämä on hänen mielestään käytännössä ohí. Millään ei tunnu olevan enää mitään merkitystä. Hänen puheensa ja mielipiteensä ovat synkkyydessään masentavia ja jossain määrin pelottavia.

"Kun ei oo oikein mittää tärkeetä, kun on liian paljon uurastanu. Tyhjä on tyhjä. Ei oo niin kuin elämällä mitään merkitystä, kun kaikki on kokenna. Mitään ei oo tavoitetta enää elämässä jos puhutaan rehellisesti. Ei oo sitä motivaatiota. Ei oo mitään, kaikki on saavutettu. Se on loppu."

Mieleen tulee väistämättä kysymys, miten tähän tilanteeseen on tultu. Onko menestyneellä urheilijalla niin heikko itsetunto, että uraan kuuluvat normaalit vastoinkäymiset ovat tehneet hänestä katkeran. Vai onko todellakin niin, että joku on halunnut hänet sivuun ja onnistunut ajan myötä aikeissaan. Vastausta on vaikea tietää, mutta inhimillisessä toiminnassa ihmisten välillä kaikki on

mahdollista. Tuntuu kuitenkin siltä, että urheilijan poikkeuksellinen persoona on vaikeuttanut yhteistyötä muiden tahojen kanssa ja vähitellen on tultu tilanteeseen, jossa ymmärtäjät ovat urheilujohdosta loppuneet.

Jos urheilija joutuu lopettamaan uransa vastoin omaa tahtoaan, esimerkiksi joukkueurheilussa pudottuaan joukkueesta tai yksilölajissa jäätyään sivuun valmennusringistä, on suuri vaara, että hän kokee tulleen väärin kohdelluksi. Ei ole oikein vaatia, että kukaan valmentaja tai johtaja ottaisi ryhmäänsä urheilijaa, jonka taitoihin hän ei täysin luota. Siksi olisikin tärkeää, että urheilija pystyisi ymmärtämään tehtyjen ratkaisujen syyt. Jos näin ei tapahdu, hän ei pysty siirtymään elämässä tai edes urheilussa eteenpäin, vaan jää miettimään ja murehtimaan tapahtunutta liian pitkäksi aikaa.

Katkeruus mennyttä urheilu-uraa ja urheiluelämää kohtaan estää lopettaneen urheilijan elämän kulkemisen eteenpäin luonnollisella tavalla. Elämä on menneen miettimistä ja murehtimista, ei tulevaisuuteen suuntautumista. Energia kuluu väärin asioihin. Tämän vuoksi on ehdottoman tärkeää, että tilanne saadaan purettua tavalla tai toisella. Vaikka kyseessä ovat voimakkaasti yksilölliset ja luonteeseen liittyvät asiat, ei kaikki voi olla yksin urheilijan vastuulla. Muiden urheilijan kanssa toimivien ihmisten on ymmärrettävä myös tehtyjen ratkaisujen merkitys urheilijalle.

9. LOPUKSI

Aktiiviuran loppuminen on huippu-urheilijan elämässä kiistatta suuri mullistus. Useassa tapauksessa voidaan myös puhua ainakin lievästä kriisistä. Oleellista on myös se, että uran loppuminen koskettaa kaikki huippu-urheilijoita ennemmin tai myöhemmin, kukaan ei voi jatkaa huipulla ikuisesti. Kyseessä on siis koko kilpaurheilun kentän kattava asia.

Huippu-urheilijan ura on yksi kaikkein totaalisimmista ja vaativimmista työurista. Ammattimaisesti urheilevan on mietittävä käytännössä kaikkia elämän valintoja urheilun näkökulmasta. Koulutus ja ihmissuhteet järjestetään usein urheilun ehdoilla. Ajankäyttö lepoa myöten on oltava sopusoinnussa urheilun kanssa. Uralle valmistautuminen alkaa lapsuuden kodista ja harrastuksista muuttuen ammattimaiseksi yleensä jo reilusti ennen kahtakymmentä ikävuotta. Vaativuudestaan huolimatta urheilijan ammatti on vain poikkeustapauksissa eläkevirka, eli tuloksia on saatava aikaan ennen kuin ikä alkaa vaikuttaa fyysisiin suorituksiin.

Urheilun totalisuus vaikuttaa luonnollisesti elämäntapoihin samoin kuin elämän sisältöön. Menestys on keskeinen tekijä huipulla urheilevalle. Sen voi sanoa vaikuttavan ainakin välillisesti lähes kaikkeen kilpaurheilussa. Tämä nostaa tietysti menestymispaineita. Monesti kova vaatimustaso tuo myös urheilijan eteen valintatilanteen kiellettyjen ja hyväksytyjen keinojen välillä. Jokaisen urheilijan on ratkaistava suhteensa dopingiin samoin kuin alkoholiin ja mietittävä valintojensa seuraukset.

Urheilun muuttuminen yhä selkeämmin viihdeteollisuudeksi on tuonut massamedian osaksi huippu-urheilijan elämää. Tämä on johtanut siihen, että yhä useammin urheilijat opettelevat esiintymistä tiedotusvälineissä ja hankkivat siten itselleen tietyn roolin julkisuutta varten. Julkisuus tuo mukanaan valmentautumisessa tarvittavia tukimarkkoja, joten yhä harvemmin menestystä edes

voi tulla ilman julkisten edustustehtävien hoitamista.

Tässä tutkielmassa tutkitut huippu-urheilijat antavat kuvan elämän muuttumisesta aktiiviuran loppuessa. Elämänsisältö, ystäväpiiri ja julkisuusarvo ovat monella suuren muutoksen kourissa, kun kilpaurasta luovutaan. Perhe, mahdollinen siviiliammatti tai muut urheilun ulkopuoliset tekijät pehmentävät mullistusta monen kohdalla, mutta silti elämäntapa on yleensä uudelleenorganisoidava. Näin siitä huolimatta, että käytännössä kukaan ei hylkää liikkuamista ja urheilua kokonaan.

Jokaisella on omat keinonsa sopeutua muutokseen, ja toisilta se luonnollisesti käy helpommin kuin toisilta. Osa on valmis jättämään huippu-urheilun vain muutaman vuoden jälkeen, osa taas hapuilee lopettamisen ja paluuyritysten välillä vuosikaudet. Toiset joutuvat luopumaan pakon edessä esimerkiksi loukkaannuttuaan.

Ei voida nähdä suoraa yhteyttä minkään lopettamissyyn ja lopettamisen helppouden tai vaikeuden välillä. Myöskään ikä tai harrastettu laji eivät ole selittäviä tekijöitä lopettamiskokemuksia vertailtaessa. Olleellista on mielekkään tekemisen löytäminen urheilu-uran jälkeen ja edes jonkinasteinen tyytyväisyys omaan uraan. Kukaan urheilijoista ei liene sataprosenttisen tyytyväinen omiin saavutuksiinsa tai urheilun sidosryhmiin ja johtohenkilöihin, mutta pettymys on vain poikkeustapauksissa huomattavan suurta. Monille myös jatkaminen urheilun parissa jollain muulla tavalla on oiva henkireikä uran jälkeen.

Vastoin yleistä käsitystä oman uran katkeroittamien ex-urheilijoiden joukko näyttäisi olevan marginaalisen pieni. Vaikka jotain on monella jäänytampaankoloon, vain harvalla tunne on niin suuri, että se vaikuttaa jokapäiväiseen elämään. Yleensä tällöin päällimmäisenä on tunne urheilujohtajien ja toisten urheilijoiden epäreilusta käyttäytymisestä. Arvokisajoukkueista sivuun

jääminen on keskeisin katkeruuden syy.

Varsin miellyttävää on kuitenkin todeta, että katkeruutta ei juurikaan esiinny. Samoin lopettamisen mukanaan tuomaa tyhjiötä ei kovinkaan moni urheilija myönnä syntyneen. Nekin, jotka puhuvat aukosta elämässä kilpaurheilun loputtua tuntuvat löytäneen usein jotain sen täytteeksi. Kaikkein oleellisinta on löytää urheilusta vapautuvalle ajalle ja energialle mielekäs käyttökohde.

LÄHTEET:

- Aaltonen, K.** 1993. Liikunta ja urheilu suomalaisten harrastuksina. Teoksessa Liikkanen, M. & Pääkkönen H. (toim.), Arjen kulttuuria, vapaa-aika ja kulttuuriharrastukset vuosina 1981 ja 1991. Tilastokeskus, Kulttuuri ja viestintä 1993: 2. Helsinki: Painatuskeskus.
- Blomberg, H.** 1984. Nainen urheilutoimittajana. Liikuntasuunnittelun laitoksen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.
- Heikkala, J.** 1992. Yhteistä urheilijoiden uralla: Tahto voittaa. Liikunta ja tiede 6 / 1992.
- Heikkala, J.** 1994. Urheilijan ura ja sen sosiaaliset ulottuvuudet. Teoksessa Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu, tieteellinen katsaus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 90. Jyväskylä: Kopi-Jyvä.
- Heinilä, K.** 1973. Yleisön markkinat huippu-urheilussa. Teoksessa Heinilä, K. & Wuolio, J. (toim.), Huippu-urheilu & yhteiskunta. Jyväskylä: Jyväskylän kesä / Urheilukongressi.
- Heinilä, K.** 1974. Urheilu - ihminen - yhteiskunta. Jyväskylä: Gummerus.
- Heinilä, K.** 1976. Urheilun sosiologia. Teoksessa Rantala, R. & Siukonen, M. (toim.), Urheilutieto 2. Jyväskylä: Scandia Kirjat.
- Heinilä, K.** 1982. The Totalization Process in International Sport. Toward a Theory of Totalization of Competition in Top-Level Sport. Liikuntasuunnittelun laitoksen tutkimuksia, numero 23. Jyväskylän yliopisto.
- Heinilä, K.** 1986. Koripallo penkkiurheiluna. Liikuntasuunnittelun laitoksen tutkimuksia, numero 35. Jyväskylän yliopisto.
- Heinilä, K.** 1987. Urheilija ja julkisuus. Liikunta ja tiede 3 / 1987
- Heinilä, K.** 1994. Urheilu viihteenä. Teoksessa Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu, tieteellinen katsaus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 90. Jyväskylä: Kopi-Jyvä.
- Hemanus, P.** 1973. Urheilu tiedotusvälineissä: Viihdyttävä ja vaikuttaja. Teoksessa Heinilä, K. & Wuolio, J. (toim.), Huippu-urheilu & yhteiskunta. Jyväskylä: Jyväskylän kesä / Urheilukongressi.
- Hemanus, P.** 1983. Urheilujournalismi ja huippu-urheilu: Heijastussuhde vai symbioosi? Teoksessa Vuolle, P. (toim.), Liikuntaviestintä. Liikuntasuunnittelun laitoksen opetusmonisteita, numero 9. Jyväskylän yliopisto.

-
- Hemanus, P.** 1997a. Nyt tarvitaan konstruktionismia: Vakavin dopingkeskustelu aloittamatta. *Liikunta ja tiede* 3 / 1997.
- Hemanus, P.** 1997b. Doping, hyvä vihollinen, yhteiskuntatieteilijän puheenvuoro. Jyväskylän yliopiston kirjaston julkaisusyksikkö.
- Hilton C.** 1992. Ayrton Senna, vauhdin mestari. Suomentanut J. Sirola. Helsinki: Kirjayhtymä
- Huovinen, V.** 1994. Onkohan liikunta terveellistä? Teoksessa Pyykkönen, T. (toim.), *Lihan ihmemaassa*. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu numero 138. Helsinki.
- Järvinen, H.** 1993. Suomalaisten urheilutoimittajien työ-, liikunta- ja urheilukäsityksiä. Liikunnan sosiaalitieteiden laitoksen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.
- Järvinen, H.** 1994. Liikunnan ja urheilun joukkotiedotus. Teoksessa Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu, tieteellinen katsaus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisu ja 90. Jyväskylä: Kopi-Jyvä.
- Kannas, L. & Vuolle, P.** 1987. Huippu-urheilijoiden alkoholinkäyttö - myytti vai todellisuutta. *Liikunta ja tiede* 2 / 1987.
- Kempas, M.** 1992. Huippu-urheilun muutos. Teoksessa Olin, K. & Itkonen, H. & Ranto, E. (toim.), *Liikunnan muutos, murros vai kaaos*. Helsinki: Kaivopuiston Kirjapaino.
- Kinnunen, E.** 1994. Hyppely saa jäädä, päätti Ringa. Kymmenettä leikkausta ei tarvita. Kiekonheitto kiinnostaa piirittämällä. Perheenlisäystä ei vielä tulossa. *Keskisuomalainen* 11.11.1994.
- Klinga, V.** 1995. Lillehammerin olympialaiset Suomen televisiossa. Liikunnan sosiaalitieteiden pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.
- Koskela, M. & Sarpola, J.** 1994. Vakavasti vammautuneen urheilijan selviytyminen. Loppuyön pro-seminaari. Oulun ammattikorkeakoulu. (Painamaton lähde)
- Laakso, L.** 1980. Social Mobility of Finnish Elite-Athletes of Different Achievement Level. *International Review of Sport Sociology* 1 / 1980 vol. 15.
- Lanki, T. & Lämsä J.** 1994. Nainen liikuntajohtajana on edelleen harvinainen. Ex-urheilijamiehet hallitsevat kansainvälisiä suhteita. *Liikunta ja tiede* 1 / 1994.
- Leino, E.** 1984. Martti Vainion tuskien taival; raportti juoksijasta, syyttömistä ja syyllisistä. Juva: WSOY.

-
- Lindholm, V. & Knuuttila, P.** 1996. Suomalaisten olympiaurheilijoiden suhtautuminen dopingiin ja sen testaukseen. Liikunnan sosiaalitieteiden laitoksen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.
- Nevalainen, T.** 1997. Yhdysvaltain mestaruuskisoista jälleen mediasirkus. Kilpailukieltoon määrätyt urheilijat aikovat juosta. Helsingin Sanomat 11.6.1997.
- Nieminen, T.** 1997. Urheilun televisiorahat voivat mennä täydelliseen uusjakoon, saksalaisen alioikeuden mukaan tv-oikeuksien myynti kuuluu kilpailun järjestäjälle. Keski-suomalainen 3.7.1997.
- Nykänen, A. & Lautsi, V.** 1997. Doping. Helsingin Sanomien kuukausiliite, tammikuu 1997.
- Palonen, K.** 1992. Urheiluselostuksen poliittinen luenta. Teoksessa Sironen, E. & Tiihonen, A & Veijola, S. (toim.), Urheilukirja. Tampere: Vastapaino.
- Partanen, K. & Paukku, P.** 1977. Nainen liikuntatiedottajana. Teoksessa Heinilä, K. (toim.), Nainen suomalaisessa liikuntakulttuurissa. Liikuntasuunnittelun laitoksen tutkimuksia, numero 15. Jyväskylän yliopisto.
- Paukku, P.** 1983. Urheilutoimittajan ammattikuva. Teoksessa Vuolle, P. (toim.), Liikuntaviestintä. Liikuntasuunnittelun laitoksen opetusmonisteita, numero 9. Jyväskylän yliopisto.
- Peltokallio P.** 1982. Tyypilliset urheiluvammat. Jyväskylä: Gummerus.
- Perämäki, H.** 1994. Liikunta elämäntapana. Tarkastelussa budolajien harrastajat. Sosiologian laitoksen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.
- Rautio, E.** 1983. Urheilutoimittajan rooli eilen, tänään ja huomenna. Teoksessa Vuolle, P. (toim.), Liikuntaviestintä. Liikuntasuunnittelun laitoksen opetusmonisteita, numero 9. Jyväskylän yliopisto.
- Roos, J.P.** 1988. Elämäntavasta elämäkertaan - Elämäntapaa etsimässä 2. Jyväskylä: Gummerus.
- Roos, J.P.** 1989. Liikunta ja elämäntapa. Nautintoa vai itsekuria. Nykykulttuurin tutkimusyksikön julkaisuja 14. Jyväskylän yliopisto.
- Ropo, R.** 1994. Tapa elää ja tapa leikkiä. Keski-suomalainen 11.11.1994.
- Ruuskanen, E.** 1992. Urheilija Arto Bryggare: Joskus urheilija jää endorfiinikoukkuun. Liikunta ja tiede 4 / 1992.

-
- Räisänen, K.** 1994. Pehmeä lasku elämään tuottaa ongelmia Suomen mäkimiehille. Amerikkalainen urheilulehti esittelee värikkäästi Nykäsen ja kumppanien uran ylä- ja alamäet. Helsingin Sanomat 8.2.1994.
- Selin, S.** 1973. Huippu-urheilu - oopiumia kansalle? Teoksessa Heinilä, K. & Wuolio, J. (toim.), Huippu-urheilu & yhteiskunta. Jyväskylä: Jyväskylän kesä / Urheilukongressi.
- Sievinen, J. & Melart, K.** 1996. Janin tarina. Juva: WSOY.
- Sänkiaho, R.** 1973. Liikuntakulttuuri ja yleisö. Teoksessa Heinilä, K. & Wuolio, J. (toim.), Huippu-urheilu & yhteiskunta. Jyväskylä: Jyväskylän kesä / Urheilukongressi.
- Talonen, T. & Silander, E.** 1997. Elämäni pelikentät; Timo Nummelin muistelee. Turku: Hansaprint.
- Vainikka, M.** 1983. Televisio urheilun ja liikunnan joukkotiedottajana. Teoksessa Vuolle, P. (toim.), Liikuntaviestintä. Liikuntasuunnittelun laitoksen opetusmonisteita, numero 9. Jyväskylän yliopisto.
- Vuento, S.** 1987. Onko elämää urheilu-uran jälkeen? Liikunta ja tiede 6-7 / 1987.
- Vuolle, P.** 1977a. Suomalaisen huippu-urheilijan elämänura. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 17. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden Edistämissäätiön Tutkimuskeskus.
- Vuolle, P.** 1977b. Urheilu elämänsisältönä; Menestyneiden urheilijoiden elämänura kilpailuvuosina. Studies in sport, physical education and Health 10. Jyväskylän yliopisto.
- Vuolle, P.** 1982. Doping-tutkimus. Teoksessa Siukonen, M. (toim.), Doping, raportti lääkeaineiden väärinkäytöstä urheilussa. Jyväskylä: Scandia Kirjat.
- Vuolle, P.** 1983. Urheilu ja liikunta joukkotiedotusvälineissä. Teoksessa Vuolle, P. (toim.), Liikuntaviestintä. Liikuntasuunnittelun laitoksen opetusmonisteita, numero 9. Jyväskylän yliopisto.
- Vuolle, P.** 1987a. Elämänura mielenkiintoinen tutkimuskohde: Huippu-urheilijan taustat avautuvat. Valmennus ja kuntoilu 1 / 1987.
- Vuolle, P.** 1987b. Sopeutuminen sujunut hyvin: Urheilijat ovat tyytyväisiä elämäänsä. Valmennus ja kuntoilu 2 / 1987.
- Vuolle, P.** 1987c. Huippu-urheilijan koulutus ja ammattiura. Liikunta ja tiede 3 / 1987.
- Vuolle, P.** 1997. Luottamus ja kunnioitus. Liikunta ja tiede 3 / 1997.
-

- Vuolle, P. & Alen, M. & Heikkinen, E.** 1982. Suomalaisten suhtautuminen hormonien käyttöön urheilussa. Teoksessa Alen, M. & Hakonen, S. & Koivumäki, K. & Warsell, L. (toim.), Doping-symposium Jyväskylässä 17. - 18.5.1982. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Westergård, J.** 1993. Urheiluseuran kasvatusvastuu. Teoksessa Itkonen, H. & Nevala, A. (toim.), Urheiluseura, juuret - tukka tulessa. Liikunnan sosiaalitieteiden laitoksen tutkimuksia, numero 58. Jyväskylän yliopisto.

HUIPPU-URHEILIJAN ELÄMÄNURAN TUTKIMUSOHJELMA

- I Vuonna 1956 huipulla olleiden miesurheilijoiden elämänura
 Kansainvälinen tutkimus hiihtäjistä, jalkapalloilijoista, yleisurheilijoista ja pesäpalloilijoista. Tutkimus toteutettiin postikyselynä v. 1969. Toteuttamisesta vastasivat Heinilä ja Vuolle.
- II Vuosina 1956, 1960, 1964, 1968 ja 1972 huipulla olleiden miesurheilijoiden elämänura. "Urheilu elämänsisältönä" (Vuolle,
 Edellistä syventävä kansallinen analyysi, jossa oli mukana ko. vuosilta:
 1. Olympiakisoihin osallistuneet urheilijat
 2. Kaikkien tutkimukseen valittujen 21 lajin Suomen mestarit
 3. A-maajoukkueen jäsenet jalkapallossa sekä Itä-Länsi pelaajat pesäpallossa
 Tutkimukseen osallistui 451 urheilijaa, joista 182 kilpaili tutkimushetkellä aktiivisesti ja 269 oli tuolloin päättänyt urheilu-uransa.
 Tutkimus toteutettiin postikyselynä kahdessa osassa: v. 1972 ja 1975 (ajankäyttöselvitys)
- III Vuonna 1984 huipulla olleiden urheilijoiden elämänkaari (Vuolle)
 Mukana sekä nais- että miesurheilijat. Urheilijoiden valinnan kriteerit samat kuin edellisessä selvityksessä. Keskeinen tavoite oli selvittää naisurheilijoiden elämänuraa sekä verrata miespuolisia urheilijoita vuoden 1956-1972 aineistossa mukana olleisiin urheilijoihin, erityisesti vuoden 1972 aktiiveihin. Tutkimuksessa selvitettiin myös urheilijoiden alkoholin ja muiden korvikkeiden, tupakan ja nuuskan käyttöä. Tämän tutkimusosan toteuttamisesta vastasivat Kannas ja Vuolle.
 Tutkimukseen osallistui 312 urheilijaa; 109 naista ja 203 miestä.
 Tutkimus toteutettiin postikyselynä.
- IV Huippu-urheilijan elämänhistoria/teemahaastattelu (Vuolle, Heikkala)
 Mukana 105 vuosien 1956-1984 mies- ja naishuippu-urheilijaa 26 lajista. Urheilijoiden valinnan kriteerinä oli olympiamenestys tai esiintyminen "Vuoden parhaat" listalla kymmenen parhaan joukossa.
 Tutkimustoteutetaan vuosina 1987-1989. Tällä hetkellä haastattelut on koottu elämänhistoriatiedot noin 80 urheilijasta.
 Tutkimusta on täydennetty analysoimalla huippu-urheilijoista kirjoitetut yleisökirjat

X Urheilijoidemme elämänuraa selvitettiin ensimmäisen kerran v. 1960-luvun alussa Työterveyslaitoksella, jossa tutkittiin v. 1940-1949 nyrkkeilijöiden ja painijoiden menestymistä yhteiskunnassa

Pauli Vuolle

MENESTYNEIDEN URHEILIJOIDEN ELÄMÄNURA- TUTKIMUKSEN KESKEISET
ONGELMA-ALUEET

1. URHEILIJAN ELÄMÄNURA TUTKIMUKSEN KOHTEENA MEILLÄ JA MUUALLA
2. URHEILIJAN SOSIAALINEN TAUSTA (SOSIAALISTUMISYMPÄRISTÖ)
 - lapsuudenkodin sosiaalinen ja taloudellinen asema
 - urheilu-uran viriäminen
 - asuinpaikka ja -ympäristö elämänkaaren eri vaiheissa
 - perhesuhteet
3. URHEILUN DOMINANSSI ELI HALLITSEVUUS
 - urheilun ja muiden keskeisten elämäntoimintojen sijoittuminen elämänkaarelle
 - ajankäyttö urheiluun ja muihin elämäntoimintoihin
4. URHEILU_URAN KEHITYS
 - urheilu-uran alkuvaiheet
 - tie huipulle
 - huippukausi
 - huippukauden jälkeinen aika
 - urheilu-uran lopettaminen
5. URHEILUN VAIKUTUKSET KESKEISILLE ELÄMÄNALUEILLE
 - vaikutukset koulutukseen
 - vaikutukset ammattiin
 - vaikutukset perhe-elämään, seurusteluun, vapaa-aikaan jne.
6. URHEILIJOIDEN ALKOHOLINKÄYTTÖ, TUPAKOINTI, NUUSKAAMINEN
7. TULOSTEN MERKITYS URHEILIJAN ELÄMÄNOLOSUhteita KEHITETTÄESSÄ

HUIPPU-URHEILIJAN ELÄMÄNHISTORIA/TEEMAHAASTATTELU

Lapsuuden sosiaalinen ympäristö

- Miten tulit mukaan urheiluun (laji, mahdoll. vaikutt. henkilö jne)
- Miten monipuolista liik.harrastuksesi oli alkuvaiheessa
- Harrastivatko vanhempasi/sisaresi urheilua
- Miten perheenjäsenesi suht. autuivat sinun u-harrastukseesi
- Oliko sinulla idoleja tai esikuvia
- Milloin tapahtui selvä lajin valinta
- Miten ohjauksesta tai valmentautumisesi oli alkuvaiheessa järjestä

Urheilu-uran alkuvaiheet ja kohti huippua

- Minkäikäisenä aloitit systemaattisen määrätietoisen harjoittelun ja valmentautumisen - kerro millaista se oli.
- Muistatko milloin asetit ensimmäiset selvät urheilulliset tavoitteet itsellesi ja mitä ne olivat
- Mitkä tekijät vaikuttivat urheilu-urasi alkuaikoina ratkaisevimmi kehittymiseesi urheilijana

Huippuvuosi

- Mikä oli huippuvuotesi ja huippusaavutuksesi
- Millaista oli olla huipulla

Huippuvuodesta uran päättymiseen

- Miten kauan urheilu-urasi kesti huippuvuoden jälkeen
- Miksi päätit lopettaa aktiivisen kilpailu-urasi
- Miten elämäsi muuttui (muuttuiko elämäsi...) u-urasi jälkeen
- Yrititkö jossakin vaiheessa tehdä "come back"iä

Suhteet valmentajiin, u-johtoon, kilpailutovereihin

- Millaiset olivat urasi eri vaiheissa suhteesi valmentajiisi, urheilujohtoon, urheilutovereihisi (miten nykyään - tapaanko esim. entisiä u-tovereitasi)

Urheilutavoitteiden saavuttaminen

- Katsotko saavuttaneesi sen, mitä olet urheilusta "etsinyt"
- Kertoisitko nykyisestä urheilu- ja muista harrastuksistasi

Urheilun vaikutukset elämän eri alueille

- Miten olet kokenut valmentautumisesi ja kilpailemisesi vaikuttaneen elämän muille alueille - lapsuudenkodin elämään, omaan perhe-elämään, seurusteluusi (sukupuolielämääsi), ystävyys-suhteisiisi, muihin harrastuksiisi.
- Entä vaikutukset koulunkäyntiin, opiskeluun, ammattiin valmistautumiseen ja itse ammattiin
- Mitä urheilu on sinulle taloudellisesti merkinnyt
- Koitko jollakin alueella tehneesi erityisen paljon uhrauksia urheilvuoksi (millä, millaisia)

- Onko urheilu avannut sinulle joitakin väyliä elämässä, portteja, joita ehkä muuten et olisi voinut tavoittaa (sosiaalista kohoamista koskeva kysymys) tai ehkä sulkenut joitakin ovia ja mahdollisuuksia (sosiaalista laskua koskeva kysymys)

Kasvatus

- Millainen oli lapsuudenkotisi (as.paikka, vanhemmat, taloudell. perust.)
- Minkälaiset kasvatusperiaatteet vanhemmillasi oli - miten suhtautuit niihin
- Minkälaiset kasvatusperiaatteet sinulla itselläsi on (tai olisi, jos sinulla olisi jälikasvua)

Politiikka, uskonto

- Miten suhtaudut politiikkaan (voisitko esim. kuvitella itsellesi poliitikon uraa)
- Miten lapsuudenkodissasi suhtauduttiin politiikkaan
- Mikä on suhteesi uskontoon
- Miten lapsuudenkodissasi suhtauduttiin uskon asioihin

Maailemankuva

- Mitkä asiat (saavutukset) kuvaavat mielestäsi elämässä menestymistä sekä hyvää ja laadukasta elämää
- Mikä tai mitkä niistä ovat sinulle erityisen tavoiteltavia (oletko saavuttanut niitä)
- Onko elämäsi perusarvoissa tai asioissa tapahtunut joitakin selviä muutoksia elämäsi aikana
- Onko elämässäsi ollut joitakin merkittäviä tapahtumia, jotka ovat voimakkaasti muuttaneet tai vaikuttaneet elämäsi kulkuun.

Minäkuva

- Miten kuvaisit itseäsi ihmisenä
- Mitkä ominaisuutesi ovat sellaisia, että arvelet niiden erityisesti vaikuttaneen menestymiseesi urheilussa
- Oletko havainnut itsessäsi joitakin piirteitä, joista haluaisit päästä irti
- Mitä julkisuus on sinulle merkinnyt tai merkitsee edelleen

Terveys

- Miten arvioit oman terveytesi ja kuntosi tällä hetkellä
- Oletko kärsinyt urheilun aiheuttamista sairastumisista tai loukkautumisista - missä urasi ja elämäsi vaiheissa
- Onko urheilu vaikuttanut ravintotottumuksiisi
- Miten suhtaudut nykyisen tai entisen urheilijan alkoholinkäyttöön ja tupakointiin
- Entä suhteesi dopingiin tai muihin urheilusuoritusta parantaviin keinokeinoisiin keinoihin

Urheiluideologia

- Mikä on käsityksesi tämän päivän huippu-urheilusta ja sen tulevaisuudesta (yleensä sekä lajissa, jota sinä edustat)
- Mitkä ovat aikamme urheilun paljon puhutut ongelmat - miten itse suhtaudut niihin
- Missä on aikamme urheilun voima