

NAPPISUORITUS VAI PÄÄNAHKA?

**ERÄÄN MUODOSTELMALUISTELUJOUKKUEEN TAVOITEORIENTAATIO-
JA MOTIVAATIOILMASTOPROFIILI**

Janiina Hertto

Liikuntapedagogiikan

pro gradu –tutkielma

Kevät 2006

Liikuntatieteiden laitos

Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Hertto, J. 2006. Nappisuoritus vai päänahka? Erään muodostelmaluistelujoukkueen tavoiteorientaatio- ja motivaatioilmastoprofiili. Liikuntapedagogiikan pro gradu –tutkielma. Jyväskylän yliopisto. 108 s.

Tutkimuksen tarkoituksena oli analysoida tavoiteorientaatioteorian toimivuutta muodostelmaluistelujoukkueen kuvailemisessa. Lisäksi tutkittiin joukkueen valmentajan kykyä arvioida luistelijoidensa tavoiteorientaatioita, sekä sitä, ottaako hän luistelijoidensa psykologisia ominaisuuksia huomioon valmennuksessaan. Käytännössä pyrittiin selvittämään joukkueen luistelijoiden tavoiteorientaatiot heidän itsensä kokemana sekä valmentajan näkemänä ja niiden välinen yhteys. Lisäksi selvitettiin luistelijoiden ja valmentajan kokemat motivaatioilmastot ja tehtiin havaintoja todellisesta, vallitsevasta motivaatioilmastosta. Motivaatioilmastoja pyrittiin vertailemaan sekä toisiinsa että luistelijoiden kohdalla heidän tavoiteorientaatioihinsa.

Tutkimuksen kohdejoukkona oli suomalainen juniorimuodostelmaluistelujoukkue ja heidän valmentajansa. Luistelijoina oli 20, joista 19 oli tyttöjä ja yksi poika. Luistelijoiden keski-ikä oli noin 16 vuotta. Valmentaja oli 21-vuotias. Luisteluharrastusvuosia joukkueen jäsenillä oli takanaan seitsemästä 16 vuoteen, joista kohdejoukkueessa oli luisteltu yhdestä yhdeksään vuotta. Valmentaja valmensi toista vuottaan. Joukkue harjoitteli keskimäärin kymmenen tuntia viikossa.

Tutkimusaineisto kerättiin kevään 2003 aikana. Tutkimusmenetelminä käytettiin kyselylomakkeita, haastatteluja ja videointia. Aineisto- ja menetelmätriangulaatioon päädyttiin tutkimuksen tapausluonteisuuden vuoksi. Kyselylomakkeet sisälsivät tavoiteorientaatiota mittaavan Perception on Success Questionnaire –mittarin (POSQ) ja motivaatioilmastoa mittaavan Perceived Motivation Climate in Sport Questionnaire –mittarin kolmosversion (PMCSQ-3), jotka muokattiin lajiin ja tarkoitukseen sopiviksi. Haastattelut olivat teemahaastatteluja, joiden aihepiirit pohjautuivat taustateoriaan ja kyselymittareiden ulottuvuuksiin. Videolle tallennettiin kuvaa ja ääntä viisistä eri jääharjoituksista. Mittareiden luotettavuutta tarkasteltiin Cronbachin alfa –kertoimen avulla. Tuloksien analysoinnissa käytettiin keskiarvoja, keskihajontoja, korrelaatiokertoimia ja t-testiä. Haastattelut purettiin teemoittain. Vastauksia verrattiin haastateltujen kesken sekä peilattiin heidän kyselyvastauksiinsa ja taustateoriaan. Videoaineistoa analysoitiin motivaatioilmaston tunnuspiirteiden ja -kyselyn ulottuvuuksien suunnassa, jonka jälkeen sen antia vertailtiin haastatteluvastauksiin.

Joukkue osoittautui voimakkaasti tehtäväsuuntautuneeksi ja melko alhaisesti kilpailusuuntautuneeksi. Jokainen luistelija oli voimakkaammin tehtävä- kuin kilpailuorientoitunut, mutta luistelijoiden välillä oli selkeitä eroja kilpailusuuntautuneisuudessa. Joukkueen tavoiteorientaatioprofiili oli aikaisempiin tutkimuksiin verrattuna joukkueurheilijoille tyypillinen ja vaikutti käytettävissä oleviin resursseihin nähdessä heille sopivalta. Valmentajan arvioimat luistelijoiden tavoiteorientaatiot eivät kohdanneet luistelijoiden itsearvioitujen tavoiteorientaatioiden kanssa. Joukkueetasolla valmentajan arvio oli oikeansuuntainen, mutta määrältään suurempi. Yksilötasolla arviot olivat hyvin epätarkkoja. Joukkue koki motivaatioilmaston myös melko voimakkaasti tehtäväsuuntautuneeksi ja melko alhaisesti kilpailusuuntautuneeksi. Motivaatioilmaston kokemisessa oli luistelijoiden välillä vähemmän eroja. Ne ilmenivät lähinnä koetun kilpailuilmaston tasossa. Nimenomaan kilpailusuuntautuneisuudessa oli yhteys luistelijan tavoiteorientaation ja koetun motivaatioilmaston välillä. Tämän vuorovaikutuksen suuntaa ei voitu tämän tutkimuksen perusteella luotettavasti todeta, mutta asiaa voitiin pohtia. Valmentaja koki motivaatioilmaston samansuuntaisesti kuin joukkue. Joukkueen ja valmentajan kokema motivaatioilmasto vaikutti vastaavan todellista vallitsevaa motivaatioilmastoa hyvin.

Tutkimus osoitti, että tavoiteorientaatioteoria sopii muodostelmaluistelujoukkueen kuvailemiseen. Tutkimuksen perusteella vaikutti, että valmentaja yritti ottaa huomioon joukkueen psyykkisiä ominaisuuksia. Osa keinoista olivat valmentajan ilmeisesti tiedostamatta motivaatioilmastoon positiivisesti vaikuttavia. Jotkut keinoista olisivat onnistuakseen tarvinneet tietoa kohteena olevien luistelijoiden tavoiteorientaatioista. Tämä tutkimus ja sen johtopäätöksissä esitetyt menettelytavat voisivat olla valmentajalle apuna hänen opettellessaan tuntemaan luistelijansa entistä paremmin ja kehittäessään joukkueensa psyykkistä ilmapiiriä.

Avainsanat: muodostelmaluistelu, motivaatio, tavoiteorientaatio, valmentaja, motivaatioilmasto

TIIVISTELMÄ

SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	5
2 MUODOSTELMALUISTELU	7
2.1 Lajin synty ja historiaa	7
2.2 Muodostelmaluistelu tänään.....	7
2.3 Lajin vaatimuksia luistelijalle ja valmentajalle	8
3 MOTIVAATIO.....	10
3.1 Motivaatio urheilussa	10
3.2 Motivaatioprosessi.....	11
4 TAVOITEORIENTAATIOTEORIA	14
4.1 Käsitys kyvykkyydestä.....	15
4.2 Tavoiteorientaatio.....	16
4.2.1 Tehtäväorientaatio	17
4.2.2 Kilpailuorientaatio	17
4.3 Tavoiteorientaatioiden ortogonaalisuus	18
4.4 Tavoiteorientaatio urheilussa	20
4.4.1 Valmentajan mahdollisuuksista arvioida valmennettaviaan	25
4.5 Tavoiteorientaatioon yhteydessä olevia taustatekijöitä.....	26
5 MOTIVAATIOILMASTO	29
6 TUTKIMUSONGELMAT	34
7 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	35
7.1 Tutkimuksen kohdejoukko	35
7.2 Tutkimusaineiston keruu	37
7.3 Tutkimuksessa käytetyt mittarit	39
7.3.1 Tavoiteorientaatiomittari	39
7.3.2 Motivaatioilmastomittari	39
7.3.3 Luistelijan tavoiteorientaatio valmentajan näkemänä –mittari	41
7.4 Muu tutkimusaineisto	42
7.5 Tutkimusaineiston analysointi.....	42
8 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS.....	44
8.1 Tavoiteorientaatiomittarin reliabiliteetti ja validiteetti	44
8.2 Motivaatioilmastomittarin reliabiliteetti ja validiteetti	45
8.3 Muun aineiston luotettavuus.....	46
9 TUTKIMUSTULOKSIA.....	47

9.1 Joukkueen luistelijoiden tavoiteorientaatiot ja valmentajan tavoiteorientaatio oman luistelu-uransa aikana	47
9.2 Joukkueen luistelijoiden tavoiteorientaatiot valmentajan näkemänä, sekä niiden yhteys luistelijoiden tavoiteorientaatioihin	49
9.3 Luistelijoiden koettu motivaatioilmasto ja sen yhteys heidän tavoiteorientaatioihinsa	53
9.3.1 Vallitseva motivaatioilmasto luistelijoiden kokemana.....	53
9.3.2 Luistelijoiden kokeman motivaatioilmaston yhteys heidän tavoiteorientaatioihinsa	56
9.4 Vallitseva motivaatioilmasto valmentajan kokemana ja sen yhteys luistelijoiden kokemaan motivaatioilmastoon sekä havaittuun todellisuuteen	58
10 POHDINTA.....	64
10.1 Joukkueen tavoiteorientaatioprofiili.....	64
10.2 Valmentajan arvio joukkueensa tavoiteorientaatiosta ja sen vertailu luistelijoiden kokemiin tavoiteorientaatioihin.....	67
10.3 Joukkueen kokema motivaatioilmasto ja sen yhteys luistelijoiden tavoiteorientaatioihin.....	69
10.4 Valmentajan ja joukkueen kokemien motivaatioilmastojen sekä todellisen motivaatioilmaston vertailua	72
10.5 Johtopäätöksiä	77
10.6 Tutkimusmenetelmien arviointia.....	78
10.7 Jatkotutkimusehdotuksia	80
LÄHTEET	82
LIITTEET	89

1 JOHDANTO

Muodostelmaluistelu on nopeasti suurta suosiota saavuttanut liikuntaharrastusmuoto, jonka kilpasarjoissa suomalaiset ovat maailman huipulla. Maamme seurajoukkueiden valmennus on laadukasta. Valmentajat ovat ammattitaitoisia: he taitavat niin tekniikan, koreografian kuin fyysisen valmennuksenkin. Psykkisellä tai psykologisella saralla valmennuksessa on puutteita ja siksi käytetään usein ulkopuolista apua. Kaikilla seuroilla ja joukkueilla ei kuitenkaan ole resursseja ulkopuolisiin asiantuntijoihin. Kaiken lisäksi apu on usein projektiluontoista. Valmentajilla olisi varmasti edellytyksiä itse panostaa myös tähän osaluokkaan. Tämä tutkimus tarjoaa jonkinlaisia keinoja, joita valmentaja voisi käyttää oppiakseen tuntemaan luistelijansa paremmin ja mahdollisesti kehittää joukkueensa psyykkistä ilmapiiriä.

Tavoiteorientaatioteoria on yksi eniten käytetyistä teorioista urheilun motivaatiotutkimuksessa. Tämän teorian pohjalta on tehty runsaasti tutkimuksia myös kilpaurheilun parissa. (Roberts 2001.) Taitoluistelun tai muodostelmaluistelun yhteydessä sitä ei ole tutkittu lainkaan. Tässä tutkimuksessa oli tarkoituksena analysoida teorian toimivuutta joukkuelajissa, jossa erilaisista yksilöistä tulisi koostua mahdollisimman kiinteä ja yhtenäinen ryhmä. Tarkoitus oli määrittellä ja kuvailla yksi muodostelmaluistelujoukkue tavoiteorientaatioteorian perusteella. Tarkoituksena oli myös kartoittaa valmentajan kykyä arvioida valmennettaviaan ja sitä, ottaako hän yksilöiden tai joukkueen tavoiteorientaation jotenkin huomioon. Onnistunut motivointi ja tarkoituksenmukaisen, pitkäjänteistä työtä ja onnistumista tukevan motivaatioilmaston luominen vaatii tietoa ja ymmärrystä siitä, miten joukkue on tavoitteisiinsa orientoitunut.

Tutkimus on tapaustutkimus, jossa määrällisin ja osittain laadullisin menetelmin selvitettiin joukkueen luistelijoiden tavoiteorientaatiota sekä sitä, minkälaisena joukkueen valmentajana näkee luistelijoidensa tavoiteorientaatiot. Lisäksi tutkimuksessa analysoitiin näiden välistä yhteyttä. Sen lisäksi sekä luisteliijoilta että valmentajalta mitattiin motivaatioilmaston taso. Motivaatioilmastojen yhteyksiä verrattiin toisiinsa, havaittuun vallitsevaan motivaatioilmastoon ja luistelijoiden kohdalla heidän tavoiteorientaatioihinsa.

Tutkimuksen tapausluonteisuuden vuoksi sen tulokset eivät ole suoraan yleistettävissä. Eri tasolla kilpailevan joukkueen tulokset olisivat voineet olla hyvinkin erilaisia. Eniten tutkimus antaa tutkimuskohteena olleelle joukkueelle ja etenkin sen valmentajalle. Se osoittaa myös, että näkyvä toiminta ei välttämättä kulje käsi kädessä henkilökohtaisten ajatusten ja tavoitteiden kanssa, ja että joukkueellisessa luistelijoita voi olla suuria eroja teknisen taidon lisäksi myös heidän psykologisissa ominaisuuksissaan.

2 MUODOSTELMALUISTELU

Muodostelmaluistelu on taitoluistelun joukkuemuoto. Se on joukkuelaji, jossa yksilöt sulautuvat yhtenäiseksi ryhmäksi. Se sisältää elementtejä eri taitoluistelulajeista, kuten kuvio-, vapaa- ja pariluistelusta sekä jäätanssista. Luistelevan ryhmän päämääränä on mahdollisimman samanaikainen ja yhtenäinen liike ja askellus, puhdaslinjaiset kuviot sekä musiikkiin eläytyminen ja esiintyminen. (Suomen Taitoluisteluliitto 2006.)

2.1 Lajin synty ja historiaa

Laji on syntynyt 1950-luvulla USA:ssa virinneestä ideasta yhdistää cheerleader-toiminta ja taitoluistelu. Organisoituneet ryhmät harjoittelivat esiintyäkseen erilaisissa jäätapahtumissa ja -karnevaaleissa sekä jääkiekko-otteluiden erätauoilla. Kilpailumuodoksi muodostelmaluistelu kehittyi 1970-luvulla, jolloin siitä tuli yksi ottelumuoto Pohjois-Amerikan yliopistojen välisissä urheilukilpailuissa. Laji levisi muualle maailmaan 1980-luvun alussa: Japaniin, Australiaan, Eurooppaan ja Skandinaviaan. Suomeen laji tuli ensin ryhmäkuviointi -nimellä. Ensimmäiset SM-kilpailut pidettiin vuonna 1991. Samana vuonna muodostelmaluistelu hyväksyttiin kilpailulajiksi Kansainvälisen Luisteluliiton ISU:n alaisuuteen, jonka jälkeen alkoi lajin huima kehitys. Muodostelmaluistelun ensimmäiset viralliset MM-kilpailut järjestettiin vuonna 2000 Minneapolisissa, Yhdysvalloissa. (Jääskeläinen 1995, 11; Suomen Taitoluisteluliitto 2006.)

2.2 Muodostelmaluistelu tänään

Muodostelmaluistelu on Suomessa erittäin suosittu taitoluisteluharrastus. Maassamme on tänä päivänä yli sata eri sarjoissa kilpailevaa, reilun parinkymmenen luistelijan joukkuetta, minkä lisäksi lajia harrastetaan kilpailematta niin nuorten kuin aikuistenkin harrasteryhmissä. Suomen Taitoluisteluliiton alaisia virallisia kilpailuja järjestetään neljässä sarjassa: minorit, noviisit, juniorit ja seniorit, joiden jako perustuu ikäryhmiin. Myös muun muassa aikuisjoukkueille ja koululaisryhmille on omat kilpailunsa. (Suomen Taitoluisteluliitto 2006.)

Virallisella kilpailutasolla Suomi on maailman johtavia muodostelmaluistelumaita Kanadan, Ruotsin ja Yhdysvaltojen lisäksi. Senioreille järjestettävissä maailmanmestaruuskilpailuissa maamme on aina edustanut 1-2 parasta seurajoukkuetta. Tähän mennessä kaikkina vuosina on sijoitettu mitaleille ja maailmanmestaruuksia on kolme. Keväällä 2006 saavutettiin kulta ja pronssi. (Suomen Taitoluisteliitto 2006.) Myös nuoremmissa sarjoissa Suomi on kansainvälisesti kärkimaita. Junioritasolla kauden kilpailuihin kuuluu kansallisella tasolla kahdet valintakilpailut, joista 12 parasta joukkuetta pääsevät SM-kilpailuihin. Sen lisäksi joukkueilla on mahdollisuus kilpailla kansainvälisesti. Kärkipään joukkueet saavat paikkoja ISU:n alaisiin kilpailuihin ja muille on tarjolla erilaisia kansainvälisiä kutsukilpailuja. Kilpailukausi kestää pisimmillään noin marraskuusta maaliskuuhun.

Muodostelmaluistelun harjoittelu on monipuolista. Moninaisen jääharjoittelun lisäksi joukkueilla on usein erilaista oheisharjoittelua: kilpailuohjelmien niin sanottua kuivaharjoittelua, fyysisen kunnan harjoittamista, erilaista tanssia ja ilmaisuharjoitusta sekä muuta lajia tukevaa liikuntaa. Harjoittelun määrä riippuu joukkueen iästä, tasosta ja resursseista. Sitä voi olla muutamasta päivästä viikossa päivittäiseen tai parikin kertaa päivässä tapahtuvaan harjoitteluun.

2.3 Lajin vaatimuksia luistelijalle ja valmentajalle

Muodostelmaluistelu kehittää ja vaatii monia fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia ominaisuuksia. Niin kunto-, taito- kuin tiedollisiakin tekijöitä harjoitettaessa tulisi ottaa huomioon joukkueen lisäksi luistelijoiden yksilöllisyys. Myös sosiaalisia taitoja voidaan oppia. Muodostelmaluistelussa on läsnä jatkuva ja monipuolinen vuorovaikutus. Luisteliijoilta vaaditaan vastuuntuntoisuutta, avuliaisuutta, epäitsekkyyttä ja yhteistyökykyä. Joukkueen jäsenten tulee sopeuttaa oma taitotasonsa toisten osaamiseen ja asettaa joukkueen menestyminen ja onnistuminen oman menestymisen edelle. (Jääskeläinen 1995, 65-73.)

Muodostelmaluisteluvallmentajalta vaaditaan monipuolisia ominaisuuksia. Riittävän lajitietouden ja luistelutaidon lisäksi valmentajalla tulisi olla ryhmän hallinta- ja organisointikykyä ja kasvattajan taitoja. Hyvät kommunikointitaidot ovat tarpeen jatkuvassa vuorovaikutuksessa. Valmentajan pitää tulla toimeen varsin suuren ja erilaisista yksilöistä koostuvan joukon kanssa. Voidakseen monien tehtäviensä joukossa harjoittaa joukkuetta, laatia sille tavoitteita, valita ohjelmien kokoonpanot, antaa palautetta ja ylläpitää joukkuehenkeä tulee valmentajan tunkea luistelijansa. (Jääskeläinen 1995, 79-80.) Joukkueen yksilöiden fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset ominaisuudet tulisi tunkea mahdollisimman tarkasti, jotta valmennus olisi mahdollisimman tarkoituksenmukaista ja joukkueen toiminta laadukasta ja kaikille antoisaa.

Edellä mainittujen sosiaalisten ominaisuuksien lisäksi muodostelmaluistelijoilta vaaditaan muitakin henkisiä ominaisuuksia, kuten pitkäjänteisyyttä ja halua sitoutua, joita tarvitaan etenkin pitkän harjoittelukauden aikana. Oleellinen osa luistelijan psyykettä on hänen motivaationsa laatu. Mitkä ovat ylipäättään syyt hänen harrastamiselleen ja mitä hän urheilemisellaan tavoittelee. Kilpaurheilusta puhuttaessa ei voida sivuuttaa yksilön niin sanottuja kilpailuhermoja – paineensietokykyä, stressin ja tunteiden hallintaa. Harjoittelusta ja etenkin kilpailuista suoriutumiseksi ja niiden laadun takaamiseksi valmentajan olisi hyvä tyypittää luistelijansa myös psyykkisiltä ominaisuuksiltaan, jotta hän voisi ohjata valmennettaviaan parhain päin joukkueen hyväksi.

3 MOTIVAATIO

Motivaatio ohjaa ihmisen käyttäytymistä. Se antaa toiminnalle tarkoituksen ja se auttaa muita ymmärtämään käyttäytymistä. Motivaatio koostuu motiiveista eli tarpeista, toiveista tai haluista, jotka saavat aikaan tavoitteellista toimintaa. Käyttäytymistä voi ohjata useampikin motiivi samanaikaisesti, ja motiivit voivat olla tiedostettuja tai tiedostamattomia. Motiivit ovat tekijöitä, jotka säätelevät mihin toiminta kohdistuu, kuinka kauan ja kuinka voimakkaasti. Tämä käsitetään motivaationa. (Hämäläinen, Fredriksson & Ihanus 1993, 6-7.) Motivaatio siis selittää toiminnan vaikuttimia eli syitä ihmisen käyttäytymiselle (Sarlin 1995, 43; Kuusinen 1991).

Motivaatioteoriat ovat perustuneet erilaisiin käsityksiin ihmisestä. Kuusinen (1991) ja Roberts (2001) esittelevät muun muassa biologisen näkökulman, jonka mukaan ihmisen käyttäytymistä ohjaa lajityypillisten perustarpeiden tyydyttäminen. Humanistisen psykologian näkökulmasta toiminnan motivaatio syntyy ihmisen kokeman arvostuksen ja itsensä toteuttamisen tarpeista (Hämäläinen ym. 1993, 8; Roberts 2001.) Tämän päivän motivaatioteoriat nojaavat kuitenkin edistyneempään käsitykseen ihmisestä aktiivisena osallistujana päätöksenteossa ja toiminnan suunnittelussa. Päätöksiin ja käyttäytymisen suunnitteluun vaikuttavat niin tilanne kuin yksilölliset motivaation lähteet. (Roberts 1993; 2001.)

Motivaatioteoriat perustuvat käsitykseen ihmisen luonteesta ja tekijöistä, jotka antavat impulssin ihmisen käyttäytymiselle (Roberts 1992). Motivaatioteorioiden ydinkysymys on miksi. Tutkittaessa motivaatiota ja sen vaikutusta käyttäytymiseen tulee käyttäytymisestä tutkia sen eri puolia, joita ovat toiminnan energisyys, suuntautuneisuus ja säädeltävyys. (Roberts 1993; 2001.)

3.1 Motivaatio urheilussa

Madsen (1970, 247) tutki jo monta kymmentä vuotta sitten motiivijärjestelmiä eli joukkoa motiiveja, jotka usein vaikuttavat yhdessä esimerkiksi jonkun toiminnan kuten harrastusten

taustalla. Urheiluharrastukseen vaikuttaa suurimmalta osin toimintamotiivi eli motivaation laji, joka motivoi toimintaan sen itsensä vuoksi. Voidaan siis puhua liikunnan tarpeesta, joka motivoi ihmisen harrastamaan urheilua. (Madsen 1970, 228-229.) Joukkueurheilijaan vaikuttaa usein myös kontaktimotiivi, joka on ryhmän muodostamisen ja ylipäättään sosiaalisen käyttäytymisen taustavoima. Tämä motiivi saa joukkueurheilijan käyttäytymään ryhmän kirjoitettujen sekä kirjoittamattomien normien mukaisesti, jotta hän myös pysyisi ryhmässä. (Madsen 1970, 197.)

Tavoitteellisemman urheiluharrastuksen ja kilpaurheilun taustalla vaikuttaa hallitsevasti myös suoritusmotivaatio. Voidaan puhua myös suoriutumisen tai pätemisen tarpeesta. Tällainen tarve motivoi pätemään sellaisissa suorituksissa, joita toiset ihmiset arvostavat, ihailevat tai joihin he suhtautuvat muulla tavoin positiivisesti. (Madsen 1970, 200.) Dweckin (1986) ja Nichollsin (1984b) mukaan kaikessa suorituksiin perustuvassa toiminnassa kuten urheilussa pääasiallinen motiivi toiminnalle on viime kädessä kyvykkyyden tai pätevyyden kokeminen. Kilpailutilanne on omiaan aiheuttamaan suoritusmotivaation. Kilpailu voi olla kilpailua joko toisten tai itsensä kanssa, ja kilpailla voi tekemällä hienoja suorituksia tai voittamalla mainetta ja kunniaa. (Madsen 1970, 200.)

Hyvä esimerkki moninaisista syistä urheiluharrastuksen taustalla on Bakkerin, De Koningin, Van Ingen Schenaun ja De Grootin (1993) tutkimus, jossa he selvittivät hollantilaisten huippupikaluiistelijoiden motiiveja harrastamiseensa. Tutkimuksen mukaan luistelijoiden motiivit olivat jaettavissa seuraavien yläkäsitteiden alle: itse luistelu toisin sanoen toiminta, sosiaaliset mahdollisuudet, osaaminen ja taitavuus sekä sosiaalinen huomio. Taustalla on niin toiminta-, kontakti- kuin suoritusmotivaatiotakin.

3.2 Motivaatioprosessi

Moni urheilukontekstissa tehtävä motivaatiotutkimus on jo pitkään käyttänyt tutkimuksissaan sosiaalis-kognitiivista lähestymistapaa (Duda & Whitehead 1998; Roberts 2001). Sen mukaan urheilun suorituskäyttäytymisessä ja saavutuksissa on kyse fyysiseen suoritukseen liitetyn henkilökohtaisen tai sosiaalisesti arvioidun tavoitteen saavuttamisesta (Roberts 2001). Näin ollen suoritus on määriteltävissä subjektiivisesti. Onnistuminen tai

epäonnistuminen tavoitteen saavuttamisessa perustuu yksilön omaan näkemykseen suorituksensa lopputuloksesta. (Maehr & Nicholls 1980.)

Sosiaalis-kognitiivisesta näkökulmasta motivaatio nähdään tiedollisena prosessina, jossa yksilön motivoituminen riippuu siitä, minkälaiseksi hän arvioi kyvykkyytensä urheilusuoritusilanteessa ja kuinka merkityksellinen tämä suoritusilanne hänelle on (Roberts 2001). Robertsin (2001) mukaan tämän psykologisen prosessin määritelmään liittyy kolme tekijää. Ensinnäkin motivaatioprosessit heijastavat yksilöiden ominaisuuksia ja heidän ajatuksiaan. Ymmärtääkseen urheilun motivaatiota täytyy tietää miten urheilija ajattelee. Ympäristölläkin on vaikutusta motivaatioon ainoastaan yksilön ajatusten kautta. Motivaatio on siis prosessi, joka on aina lähtöisin ihmisestä itsestään.

Toiseksi motivaatioprosessit ovat myös yleensä enemmän tulevaisuuteen kuin menneeseen tai nykyiseen suuntautuneita. Ne auttavat urheilijaa ennakoimaan ja valmistautumaan tuleviin, hänelle tärkeisiin koitoksiin ja niiden seurauksiin. Prosessit muodostavat näin pohjan päätöksille, kuinka paljon urheilija on valmis käyttämään resurssejaan tavoitteensa saavuttamiseksi. Motivaatio siis potkii urheilijaa eteenpäin saavuttaakseen halutun tavoitteen tai lopputuloksen. (Roberts 2001.)

Robertsin (2001) mukaan kolmas tekijä motivaatioprosesseissa on, että prosessit ovat arvioivia. Arviointi voi perustua joko itsearviointiin tai asianmukaisiin kriteereihin. Joka tapauksessa motivaatio sisältää urheilijan arvion siitä, tuleeko hänen vähentää vai lisätä ponnistelujaan tavoitteen saavuttamiseksi. Tulee kuitenkin muistaa, että suorituksen lopputulos tai tavoite ovat subjektiivisesti määriteltyjä. Mitä onnistuminen on yhdelle, ei se välttämättä ole sitä toiselle. (Maehr & Nicholls 1980.) Ymmärtääksemme suorituskäyttäytymistä meidän tulee siis ottaa huomioon käyttäytymisen funktio ja merkitys urheilijalle (Roberts 2001).

Suorituskäyttäytymiselle on ominaista energisyys, suuntautuneisuus ja säädeltävyys. Ford (1992, Robertsin 2001 mukaan) on esittänyt, että psykologiset tekijät, jotka yllyttävät, suuntaavat ja säätelevät suoritusponnisteluja, ovat juuri henkilökohtaisesti tai sosiaalisesti arvioidut tavoitteet, yksilölliset uskomukset ja emotionaalinen kiinnostus. Toiminnalle asetetut yksilölliset tavoitteet ovat nimenomaan niitä, jotka antavat merkityksen

suoritusponnistelulle ja yllykkeen toimintaan. Tavoitteet voivat osaksi määräytyä suoritusilanteesta tai esimerkiksi valmentajan ohjeista, mutta ne ovat motivaatioprosessin kannalta hyödyllisiä vain, jos yksilö itse omaksuu ja hyväksyy ne.

Yksilön uskomukset suuntaavat ja säätelevät vallitsevaa suorituskäyttäytymistä. Urheilijan uskomukset saattavat perustua hänen omaan käsitykseensä kyvystään saavuttaa asetettu tavoite tai hänen arvioonsa ympäristön antamasta tuesta tavoitteen saavuttelussa. Yksilön uskomukset voivat joko panna alulle, pitää yllä, lisää tai estää suoritustoimintaa. Kolmas tekijä, emotionaalinen kiinnostus tai innostus toimii lähinnä toiminnan energian tai arvioinnin lähteenä. (Roberts 2001.)

4 TAVOITEORIENTAATIOTEORIA

Useat teorit pyrkivät sosiaalis-kognitiivisesta näkökulmasta kuvaamaan ja selittämään motivoitunutta käyttäytymistä. Tavoiteorientaatioteoria on käyttökelpoinen teoria selittämään urheilun suorituskäyttäytymistä. Siitä onkin tullut vuodesta 1992 suosittu motivaatioteoria urheilussa ja liikuntakasvatuksessa. (Roberts 2001.) Vuonna 1998 Duda ja Whitehead (1998) olivat listanneet jo 135 1990-luvulla julkaistua tutkimusta, joiden perustana on ollut tavoiteorientaatioteoria.

Tavoitteet ovat hyvin merkittävä motivaatiotekijä suoritustoiminnassa kuten urheilussa. Tavoiteorientaatioteorian tausta-ajatuksena on, että suoritustavoitteet määräävät sen, millaista itse suorituskäyttäytyminen on. Tavoiteorientaatiomalli on kehitetty alun perin luokkahuonekontekstissa tehtyjen useiden tutkimusten pohjalta (mm. Ames 1984; 1992; Ames & Archer 1988; Dweck 1986; Dweck & Leggett 1988; Maehr & Nicholls 1980; Nicholls 1984a; 1984b; 1989, 96-103). Tutkimusten avulla on osoitettu monia erilaisia tavoitteita suorituskäyttäytymiselle. Tutkimusten mukaan eri tavoin ilmenevä käyttäytyminen ei välttämättä johdu korkeasta tai alhaisesta motivaatiosta. Erilainen käyttäytyminen ilmentää juuri erilaisia käsityksiä, joita yksilöillä on suoritustilanteeseen sopivista tavoitteista. Näin ollen yksilön panostus suoritukseen, esimerkiksi yrityksen määrä ja kesto, on riippuvainen yksilön suoritukselle asettamistaan tavoitteista.

Maehrin ja Nichollsin (1980) mukaan suorituskäyttäytymisen ymmärtäminen tavoiteorientaation näkökulmasta vaatii sen, että onnistuminen ja epäonnistuminen ymmärretään psykologisina tiloina, jotka perustuvat yksilön omiin tulkintoihin suorituspönnisteluidensa tehokkuudesta. Yleisesti, jos lopputulos heijastaa haluttuja ominaisuuksia itsessä, kuten kovaa yrittämistä tai korkeaa kyvykkyyttä, nähdään se onnistumisena. Jos taas lopputulos heijastaa ei-haluttuja ominaisuuksia, kuten laiskuutta tai heikkoa kyvykkyyttä, suhtaudutaan siihen epäonnistumisena. Onnistuminen, epäonnistuminen ja saavutukset tulee suhteuttaa toiminnalle asetettuihin tavoitteisiin. Jopa urheilukilpailuissa, joissa yleisesti voittaminen ja häviäminen ovat keskeisiä asioita, eivät osallistujat kuitenkaan aina

pidä voittamista ja häviämistä synonyymeinä onnistumiselle ja epäonnistumiselle (Roberts 2001).

4.1 Käsitys kyvykkyydestä

Tavoiteorientaatioteorian mukaan suoritustoiminnan keskeisenä tavoitteena on kyvykkyyden osoittaminen. Kyvykkyys tai pätevyys voidaan kuitenkin määritellä useammalla kuin yhdellä tavalla. (Roberts 2001.) Nichollsin (1984a) mukaan suoritussympäristössä esiintyy kahta erilaista käsitystä kyvykkyydestä ja suorituskäyttäytymiseen vaikuttaa, kumman käsityksen urheilija on omaksunut. Eriytymättömän käsityksen kyvykkyydestään omaava urheilija ei tee tai valitsee olla tekemättä eroa kyvyn ja yrittämisen välille. Tällainen urheilija kokee pätevyyden ja yrittämisen kulkevan käsi kädessä siten, että mitä enemmän yrittää, sitä enemmän oppii ja kyky kasvaa. Eriytyneen käsityksen kyvykkyydestään omaava urheilija taas erottelee kyvyn ja yrittämisen. Hän mieltää kyvykkyyden ihmisen ominaisuudeksi ja pätevyyden syntyvän toisten päihittämisestä. Korkea kyvykkyys saavutetaan päihittämällä muut heihin nähden yhtä kovalla tai jopa vähemmällä yrittämisellä. Kyvykästä on myös suoriutua yhtä hyvin kuin muut mutta vähemmällä yrittämisellä. (Nicholls 1984a; 1989, 87-88.)

Nichollsin (1984a; 1989, 85) tutkimuksien mukaan pienet lapset omaavat yleensä eriytymättömän käsityksen kyvykkyydestään. Kahteentoista ikävuoteen mennessä he kuitenkin oppivat erottamaan onnen, tehtävien vaikeusasteen ja yrittämisen vaikutuksen kyvykkyydestä ja eriytynyt pätevyyskäsitys on näin mahdollista omaksua. Automaattisesti sitä ei kuitenkaan omaksuta.

Urheilijan omaksuma käsitys kyvykkyydestä vaikuttaa siis hänen uskomukseensa siitä miten suorituksessa voi onnistua. Kyvykkyyden käsitys luo siis kriteerit sille, miten onnistuminen arvioidaan. Nicholls (1989, 87) määrittelee eriytymättömän kyvykkyydekäsityksen ohjaaman suorituskäyttäytymisen ”tehtäväsidonnaiseksi” (task involvement) ja eriytyneen käsityksen ohjaaman suorituskäyttäytymisen ”minäsidonnaiseksi” (ego involvement). Kun suorituskäyttäytyminen on tehtäväsidonnaista, on toiminnan tavoitteena taidon parantaminen, kehittyminen tai oppiminen ja kyvykkyys pyritään osoittamaan

itselle. Onnistumisena nähdään suoritusten parantuminen tai uuden taidon oppiminen. Minäsidonnaisessa suorituskäyttäytymisessä toiminnan tavoitteena on osoittaa pätevyyttä suhteessa toisiin tai päihittää kilpakumppanit. Kyvykkyys pyritään osoittamaan siis muille. Onnistumisena koetaan toisten suoritusten ylittäminen etenkin vähemmällä yrittämisellä. (Nicholls 1984a; 1989, 87-88.)

4.2 Tavoiteorientaatio

Se, käyttäytyykö urheilija suorituksissaan tehtävä- vai minäsidonnaisesti, riippuu sekä hänen luontaisesta taipumuksestaan että tilanteellisista tekijöistä (Nicholls 1989, 95). Luontaisella taipumuksella tarkoitetaan juuri yksilön omaa tavoiteorientaatiota, jonka myötä hän on taipuvainen käyttäytymään tietyllä tavalla. Tutkimusten avulla on tunnistettu kaksi suoritusilanteissa hallitsevaa tavoiteorientaatiota, joita jo vakiintuneesti kutsutaan tehtävä- ja minä- tai kilpailuorientaatioiksi. Nämä määräävät, miten menestys koetaan ja pätevyys arvioidaan eri suoritusilanteissa. Tehtäväorientoitunut henkilö on taipuvainen tehtäväsidonnaiseen suorituskäyttäytymiseen ja itsevertailuun, kun taas kilpailuorientoitunut henkilö on taipuvainen minäsidonnaiseen toimintaan ja sosiaaliseen vertailuun. (Nicholls 1984a; 1989, 98-100; Roberts 1984; 2001.)

Termit tehtävä- ja kilpailuorientaatio ovat englannin kielessä vaihdelleet näkökulmista ja tutkimusmenetelmistä riippuen. On puhuttu muun muassa sellaisista kuin mastery ja ability goals (Ames 1984), mastery ja competitive orientations (Roberts 1992), sekä goal ja win orientations (Huddleston & Garvin 1995), käsitteiden kuitenkin tarkoittaessa pitkälle samoja asioita. Robertsin (2001) mukaan tänä päivänä käytäntöön on kuitenkin vakiintunut Nichollsin (1989, 95) käyttämät termit task ja ego orientations etenkin urheiluun liittyvässä tavoiteorientaatiotutkimuksessa. Suomen kielessä minä- ja kilpailuorientaatiolla tarkoitetaan samaa. Edellinen viittaa lähinnä englannin ego-sanaan, mutta itse käytän tässä tutkimuksessa sanaa kilpailuorientaatio, joka on mielestäni kuvaavampi termi.

4.2.1 Tehtäväorientaatio

Tehtäväorientoituneelle henkilölle on siis tärkeintä henkilökohtainen kehittyminen ja oppiminen. Hän keskittyy enemmän yrittämiseen ja oppimisprosessiin sen sijaan, että vertailisi suoritustaan muiden suorituksiin. Tehtäväorientoitunut yksilö valitsee haastaviakin tehtäviä ja on kova tekemään töitä saavuttaakseen asetetut tavoitteet. Hän on pitkäjänteinen toiminnassaan, jaksaa yrittää kovasti lannistumatta mahdollisista vastoinkäymisistä. Virheet hän näkee osana oppimista. Tehtäväorientoituneen henkilön kohdalla koettu kyvykkyyden taso ei ole oleellinen asia motivaation kannalta, koska hän tavoittelee omien sisäisten mittapuiden pohjalle rakennettuja tavoitteita eikä normatiivisia tuloksia. (Duda 1992; 1993; Nicholls 1984a; Roberts 1984; 1992.)

Nicholls (Duda & Nicholls 1992; Nicholls 1989, 98) esittää kollegojensa kanssa tehtyjen koulumaailmaan sijoittuneiden tutkimuksiensa perusteella, että tehtäväorientoituneet oppilaat uskovat, että koulussa pärjäävät sellaiset yksilöt, jotka ovat kovia tekemään töitä ja yrittämään, työskentelevät yhteistoiminnallisesti ja auttavat toisiaan, ovat kiinnostuneita tehtävistään sekä yrittävät pelkän muistamisen sijasta ymmärtää asioita. Mitä enemmän oppilas halusi oppia ja ymmärtää, sitä enemmän hän koki koulussa menestymisen olevan juuri näistä kiinni. Myös Amesin ja Archerin (1988) luokkahuonetutkimuksen mukaan tehtäväorientoituneet oppilaat uskoivat koulussa menestymisen perustuvan yrittämiseen. Tehtäväsuuntautuneiden oppilaiden todettiin myös käyttävän tehokkaampia oppimistrategioita, suosivan haastavia tehtäviä ja omaavan positiivisemmän asenteen omaa luokkaansa kohtaan.

4.2.2 Kilpailuorientaatio

Kilpailusuuntautunut henkilö keskittyy lähinnä kilpailulliseen tuotokseen. Hän haluaa olla pätevämpi kuin muut. Kyvykkyyden tunne on siis yhteydessä suorituksen tai sen vaatiman panostuksen sosiaaliseen vertailuun. Näin ollen kilpailusuuntautunut yksilö on tyytyväinen suoritukseensa, jos hän voittaa toiset tai saavuttaa tuloksen helpommalla kuin muut. Hyväkään suoritus ei tyydytä, jos hän sijoittuu sillä huonommin kuin muut. Oleellista on

joka tapauksessa saavutettujen tulosten vertailu vaikka sitten tiettyihin normi- tai standardiarvoihin. (Duda 1992; 1993; Roberts 1992.)

Henkilön ollessa kilpailusuuntautunut hänen koetulla kyvykkyydellään on merkitystä. Hän uskoo, että menestyminen on kiinni omasta pätevydestä, eikä niinkään yrittämisen määrästä. Kyvykkyys tulee myös osoittaa suhteessa muihin. Kilpailusuuntautuneisuus yhdessä alhaiseksi koetun kyvykkyyden kanssa on omiaan lisäämään riskiä alisuoriutua suoritusilanteissa. Kilpailusuuntautunut henkilö, joka on epävarma pätevydestään, saattaa kokonaan välttää lievästikin haastavia tehtäviä tai valita joko liian helppoja tai erittäin vaikeita tehtäviä varmistaakseen onnistumisensa tai syyn epäonnistumiselle. Toistuvat epäonnistumiset, toisin sanoen muille häviäminen vähentää yrityshalua, jopa sellaiselta, joka on kuitenkin uskonut olevansa joskus pätevämpi kuin muut. Mielenkiinto suorittamiseen heikentyy ja seurauksena saattaa olla toiminnan lopettaminen. Korkean koetun kyvykkyyden omaavalla kilpailusuuntautuneella yksilöllä tilanne on toinen. Hän on motivoitunut ja valmis haasteellisiinkin tehtäviin päästääkseen osoittamaan osaamistaan. Käsitys omasta pätevydestä saattaa kuitenkin joutua lujille mahdollisen epäonnistumisen kohdatessa. (Duda 1992; 1993; Nicholls 1984a; 1989, 109; Roberts 1984.)

Nicholls (Duda & Nicholls 1992; Nicholls 1989, 98) on todennut luokkahuone-tutkimuksissaan myös, että kilpailuorientoituneet oppilaat uskoivat koulussa menestymisen olevan kiinni muiden voittamisesta sekä ylivertaisesta pätevydestä ja älykkyydestä. Heidän mielestään pärjäämiseen vaikutti myös tieto, kuinka vaikuttaa oikeisiin ihmisiin ja näennäinen opettajastaan pitäminen. Ames ja Archer (1988) toteavat tutkimuksessaan vastaavasti, että kilpailusuuntautuneet oppilaat kiinnittivät huomiota lähinnä kyvykkyhteensä. Epäonnistumisetkin he selittivät vain osaamisen puutteena.

4.3 Tavoiteorientaatioiden ortogonaalisuus

Tavoiteorientaatioiden ortogonaalisuudella tarkoitetaan sitä, etteivät orientaatiot ole toisiaan poissulkevia tekijöitä. Käytännössä jokaisessa yksilössä esiintyy molempia orientaatioita, koska ne ovat riippumattomia, itsenäisiä tekijöitä. Tämä tarkoittaa sitä, että yksilö voi olla voimakkaasti tai alhaisesti suuntautunut toisessa tai molemmissa

orientaatioissa samaan aikaan. (Nicholls 1984a; Roberts 1984.) Fox, Goudas, Biddle, Duda ja Armstrong (1994) esittävät tutkimuksessaan, että motivaation ymmärtämisen kannalta olisi tärkeää ottaa huomioon yksilön orientaatioprofiili, eli millainen yhdistelmä hänellä tehtävä- ja kilpailuorientaatioiden suhteen on.

Robertsin, Treasuren ja Kavussanun (1996) tekemässä tutkimuksessa selvitettiin miten eräiden kilpaurheilua harrastavien opiskelijoiden eri orientaatioprofiilit ovat yhteydessä urheiluun liittyvään tyytyväisyyteen sekä oletettuihin onnistumisen syihin. Tulosten mukaan voimakkaan tehtäväorientaation omaavat selittivät alhaisen tehtäväorientaation omaavia enemmän onnistumisen olevan seurausta kovasta yrittämisestä. Voimakkaan kilpailuorientaation omaavat selittivät sitä vastoin onnistumisen kyvykkyydellä useammin kuin alhaisen kilpailuorientaation omaavat henkilöt. Voimakkaasti tehtävä- ja alhaisesti kilpailuorientoituneet henkilöt olivat tyytyväisempiä kuin kaverinsa, jotka olivat alhaisesti tehtäväorientoituneita. Mielenkiintoinen oli huomio, jonka mukaan tässä tietyssä tutkimuksessa voimakkaasti molemmissa suuntauksissa orientoituneet opiskelijat näyttivät omaavan samanlaisen suhtautumistavan kuin voimakkaasti tehtävä- mutta alhaisesti kilpailuorientoituneet opiskelijat. Roberts (2001) toteaa myös erään tutkimuksensa mukaan, että jopa olympiatasoisten, oletettavasti voimakkaasti kilpailuorientoituneiden urheilijoiden on todettu suoriutuvan paremmin, kun orientaatioprofiilia pehmentää myös voimakas tehtäväorientaatio. Duda (2001) esittää, että yksilön orientaatioiden suhde olisi kiinni hänen kilpailutasostaan. Tämän mukaan suurin osa huippu-urheilijoista olisi voimakkaasti orientoitunut sekä kilpailu- että tehtäväsuuntautuneisuudessa enemmän kuin alhaisesti orientoitunut molemmissa, tai toisessa voimakkaasti ja toisessa alhaisesti.

Robertsin (2001) mukaan on esitetty, että oppimisprosessin kannalta olisi arvokasta olla voimakkaasti orientoitunut molemmissa suuntauksissa. Tällöin urheilijalle tarjoutuu monipuolisesti mahdollisuuksia arvioida kyvykkyyttään. Duda (1988) on todennut tutkimuksessaan, että henkilö, jolla on voimakas kumpikin orientaatio, voi kokea onnistumista kahdella tavalla. Tällaisella henkilöllä on myös useita syitä jatkaa harrastustaan pitkään. Seuraavassa kappaleessa tarkastellaan vielä tarkemmin aikaisempien tutkimusten pohjalta tavoiteorientaatioprofiilien yhteyksiä urheilussa esiintyvään suorituskäyttäytymiseen.

4.4 Tavoiteorientaatio urheilussa

Roberts ja Ommundsen (1996) antavat tutkimuksensa myötä tukea näkemykselle kyvykkyyksäytyksen ja tavoitesuuntautuneisuuden yhteydestä. Heidän tutkimuskohteena olleiden huippu-joukkueurheilijoiden joukossa tehtäväsuuntautuneisuus oli yhteydessä kehittymiskeskeiseen käsitykseen ja kilpailusuuntautuneisuus suoriutumiskeskeiseen käsitykseen kyvykkyydestä.

Useiden eri urheilumaailmaan sijoittuneiden tavoiteorientaatiotutkimusten myötä on todettu, että yksilön tavoiteorientaatio on yhteydessä hänen kyvykkyyksäytyksensä lisäksi tietynlaisiin käsityksiin muun muassa onnistumisen tai menestymisen syistä, urheilun merkityksestä, sopivasta suoritusstrategiasta, osallistumiseen motivoivista tekijöistä, sekä siitä, mikä urheilussa tuottaa iloa ja mielenkiintoa. (Duda & Whitehead 1998; Roberts 2001.)

Useissa eri ikäryhmille ja eri tasoille urheilijoille sekä koululaisille tai opiskelijoille tehdyissä tutkimuksissa (mm. Duda, Fox, Biddle & Armstrong 1992; Duda & Nicholls 1992; Duda & White 1992; Hom, Duda & Miller 1993; Roberts ym. 1996) on yhdenmukaisesti osoitettu, että tehtäväorientaatiolla on yhteys uskomukseen, jonka mukaan kova työnteko ja yrittäminen, sekä yhteistoiminnallisuus johtavat menestymiseen urheilussa. Kilpailuorientaatiolla on yhteys näkemykseen, jonka mukaan menestys saavutetaan muita paremmalla kyvykkyydellä tai petollisella menettelyllä, kuten huijaamalla tai valmentajaa miellyttämällä. Näkemys, että kyvykkyys johtaa menestymiseen, voi olla vahingollista huolimatta koetun kyvykkyyden tasosta. Vähäisen koetun kyvykkyyden omaava urheilija saattaa turhautua ja jopa lopettaa. Korkean koetun kyvykkyyden omaavalla urheilijalla näkemys voi johtaa omahyväisyyteen. Perinnöllisyyteensä ei voi vaikuttaa, mutta lahjattomillakin yksilöillä on avain menestykseen, jos he uskovat sen perustuvan yrittämiseen ja yhteistyöhön. Tämä näkemys on ratkaiseva myös lahjakkaille nuorille, sillä sitkeä harjoittelu on oleellista kehittymiselle etenkin oppimisen alkuvaiheissa. (Roberts 2001.)

Myös esimerkiksi huippu-kilpahiittäjien keskuudessa tehdyssä Dudan ja Whiten (1992) tutkimuksessa saatiin edellä mainittua tukevia tuloksia. Tutkimuksen mukaan

tehtäväorientoituneet huippuhihtäjät uskoivat, että menestyminen on kovan työn tulosta, mutta myös seurausta tavallista paremmasta kyvykkyydestä sekä suoriutumisvarmojen tehtävien valinnasta. Kilpailuorientoituneet huippuhihtäjät uskoivat myös, että korkea kyvykkyys ja oikein valitut tehtävät johtavat menestymiseen epäasiallisten keinojen ja ulkoisten tekijöiden, kuten oikeiden välineiden lisäksi. (Duda & White 1992.) Tutkimuksen tulokset antaisivat täten vahvistuksen sille, että huipputasolla kilpailevilla tehtäväorientoituneilla urheilijoilla olisi myös korkea kilpailuorientaatio. Kyseinen tutkimus ei kuitenkaan ota huomioon urheilijoiden kokonaisorientaatioprofiilia.

Nicholls (1989, 102) totesi jo aikoinaan luokkahuonetutkimustensa perusteella, että yksilöiden erilaiset motivaatio-orientaatiot eivät heijastu vain erilaisina haluina ja tavoitteina, vaan ne antavat leimansa jopa yksilön maailmankatsomukseen. Yhtä lailla monien urheilun parissa tehtyjen tutkimusten (mm. Duda 1989; Duda & Nicholls 1992; Roberts & Ommundsen 1996; Roberts ym. 1996) perusteella on todettu luokkahuonetutkimuksia vastaavasti yhteys yksilön tavoiteorientaation ja hänen urheilulle antamansa merkityksen välillä. Tutkimusten mukaan tehtäväorientoituneet urheilijat näkevät urheilun tarkoituksena olevan itsetunnon vahvistamisen, hyväksi kansalaiseksi kasvamisen, sekä osaamisen ja yhteistyötaitojen edistämisen. Urheilulla on heidän mielestään merkityksensä myös liikunnallisesti aktiivisen elämäntavan omaksumisessa. Hallitsevasti tehtäväsuuntautuneet urheilijat näkevät taitoihin ja oppimiseen keskittymisen itsetarkoituksena, sekä painottavat urheilun sosialisoivaa arvoa. Etenkin tehtäväorientoituneet joukkueurheilijat arvostivat myös urheillessa opittavaa sosiaalista vastuullisuutta ja halukkuutta yhteisten sääntöjen noudattamiseen (Roberts & Ommundsen 1996). Kilpailuorientoituneet urheilijat taas kokevat merkityksellisiksi urheilemisella saavutettavissa olevia ulkoisia asioita, kuten sosiaalisen statuksen, suosituksi tuleminen ja paremmuuden. He näkevät, että urheilun tehtävä on luoda kilpailullisuutta. Voimakkaasti kilpailusuuntautuneet yksilöt näkevät itsekeskeisesti urheilulla olevan merkitystä oman hyödyn tavoittelemisessa.

Nieminen, Varstala ja Manninen (2001) saivat myös samansuuntaisia tuloksia tutkiessaan suomalaisten tanssin opiskelijoiden tavoiteorientaatioita ja niiden yhteyttä heidän käsityksiinsä tanssin merkityksestä. Tutkimuksen mukaan tehtäväorientoituneet tanssijat näkivät tanssimisen olevan väline fyysiseen aktiivisuuteen ja hyvän olon saavuttamiseen. Tanssin tehtävänä on tehdä heistä henkisesti vahvoja ja opettaa asettamaan korkeampia

tavoitteita. Kilpailuorientoituneet tanssijat näkivät taas tanssilla olevan merkityksensä tietyn statuksen saavuttamisessa ja kilpailullisuuden kokemisella, mutta myös luovuttamisen välttämässä. Tanssijat olivat pitkälle tehtäväorientoituneita, mutta joidenkin kohdalla ilmeni myös jonkin verran kilpailusuuntautuneisuutta.

Kuten aiemmin on todettu, yksilön tavoiteorientaatio on yhteydessä hänen näkemykseensä siitä, mikä johtaa menestymiseen urheilussa. Matkan varrella, niin kilpailuissa kuin harjoituksissakin käytetyt suoritusstrategiat heijastavat yksilön näkemystä menestyksen avaimista (Roberts 2001). Tutkimusten (Roberts & Ommundsen 1996; Roberts & Treasure 1995) mukaan, urheilijan tavoiteorientaatio on näin ollen myös yhteydessä hänen näkemykseensä siitä, millä suoritusstrategialla päästään haluttuun tulokseen. Oppimista ja yrittämistä painottava tehtäväorientoitunut urheilija sitoutuu voimakkaasti harjoitteluun ja tavoittelee harjoituksissa valmentajan hyväksyntää, joka tukee hänen periksi antamattomuuttaan. Kilpailuorientoitunut urheilija saattaa taas vältellä harjoituksia tai tylsistyä niissä. Jälkimmäinen keskittyy lähinnä kilpailuihin ja niiden voittamiseen. Harjoittelemisen hyöty nähdään myös eri tavalla riippuen tavoiteorientaatiosta. Kilpailuorientoituneet yksilöt näkevät harjoitukset yhtenä tilaisuutena osoittaa kyvykkyyttään suhteessa muihin, kun tehtäväorientoituneet näkevät ne tilaisuutena kehittää taitojaan ja edistää ryhmäkoheesiota.

Erityisesti Robertsin ja Ommundsenin (1996) joukkueurheilijoiden kesken tehdyn tutkimuksen mukaan tehtäväorientoituneet urheilijat olivat harjoittelutilanteissa sinnikkäämpiä ja käyttivät hyväkseen valmentajalta saamiaan neuvoja. Tutkijat toteavatkin, että kaikkien edellä mainittujen tulosten pohjalta näyttäisi tehtäväsuuntautuneisuudella olevan positiivista motivationaalista vaikutusta joukkueurheiluun. Roberts (2001) esittää lisäksi, että tutkimuksissa on löydetty yhteys kilpailusuuntautuneisuuden ja erilaisten sopimattomien suoritusstrategioiden käytön, kuten aggressiivisen käyttäytymisen välillä. Tällöin korkeasti kilpailuorientoitunut yksilö on saattanut omaksua asenteen “voitto hinnalla millä hyvänsä”. Tämä tukee aiemmin todettua voimakkaasti kilpailu-suuntautuneiden urheilijoiden näkemystä siitä, että muun muassa kavala käyttäytyminen ja epäsovivat menetelmät johtavat menestymiseen.

Yksilön tavoiteorientaation perusteella on mahdollista tehdä päätelmiä myös hänen motiiveistaan osallistua urheilutoimintaan (Roberts 2001). Esimerkiksi White ja Duda (1994) ovat tutkineet tätä yhteyttä. Tutkijat totesivat tehtäväorientaation olevan yhteydessä sisäisiin osallistumismotiiveihin, kuten taitojen oppimiseen ja kunnon kohentamiseen, sekä yhteistoimintamotiiveihin, kuten mahdollisuuteen olla osa joukkuetta. Toisaalta taas kilpailuorientaatio oli yhteydessä ulkoisiin osallistumismotiiveihin kuten huomion ja statuksen saavuttamiseen. Voimakkaasti kilpailusuuntautuneet urheilijat eivät myöskään nähneet joukkueeseen kuulumista tärkeäksi syyksi urheilutoimintaan osallistumiselle. Myös Roberts ja Ommundsen (1996) toteavat tutkimuksessaan, että tehtäväsuuntautuneisuus näyttäisi edistävän urheilijoiden sisäistä motivoitumista ja kilpailusuuntautuneisuus näyttäisi johtavan ulkoiseen motivaatioon.

Scanlan, Stein ja Ravizza (1989) ovat tutkineet taitoluistelijoiden motiiveja harrastukselleen. Tutkimus ei ota huomioon luistelijoiden tavoiteorientaatioita vaan se keskittyy lähinnä selvittämään, mikä yksinluistelussa tuottaa nautintoa tai iloa. Luistelijoiden vastaukset olivat jaettavissa seuraaviin kategorioihin: sosiaaliset mahdollisuudet ja elämäkokemukset, osaaminen ja taitavuus, sosiaalinen huomio, sekä itse luistelu, toiminta.

Tavoiteorientaatioiden on todettu olevan yhteydessä myös urheilun tuottamiin tunteisiin. Etenkin tehtäväsuuntautuneisuuden on todettu olevan yhteydessä esimerkiksi urheilun aikana koettuun iloon ja tyytyväisyyteen. Kilpailusuuntautuneiden urheilijoiden kohdalla tulokset ovat olleet samanlaisia silloin, kun urheilija on kokenut kyvykkyytensä korkeaksi. (Roberts 2001.) Foxin ym. (1994) lasten tavoiteorientaatioprofiileja selvittäneen tutkimuksen mukaan voimakkaasti tehtäväorientoituneet lapset, riippumatta kilpailuorientaation määrästä, nauttivat enemmän urheilemisestä kuin voimakkaasti kilpailuorientoituneet lapset, joilla oli samalla alhainen tehtäväorientaatio. Kilpailuorientoituneen yksilön kokema ilo riippuu näin ollen hänen koetun kyvykkyyden tasonsa lisäksi hänen tehtäväsuuntautuneisuuden määrästä. Roberts (2001) huomauttaa tehtäväsuuntautuneisuuden ja urheilemisen ilon yhteyden olevan tärkeä asia myös harrastamisen jatkuvuuden kannalta. Dudakin (1988) on todennut, että voimakkaammin tehtäväsuuntautuneet yksilöt olivat jatkaneet harrastustaan kauemmin ja sen lisäksi harjoittaneet lajiaan myös omalla ajallaan.

Urheilu tuottaa myös tyytyväisyyttä eri tavoin yksilöiden tavoiteorientaatiosta riippuen. Tehtäväorientoituneet urheilijat saavat tyydytystä taidon hallitsemisen ja suoriutumisen tunteesta, kun kilpailuorientoituneet urheilijat ovat tunnetusti tyytyväisiä onnistuessaan normatiivisen mittapuun mukaan tai onnistuessaan miellyttämään valmentajaansa. (Roberts 2001; Roberts & Ommundsen 1996.) Robertsin ja Ommundsenin (1996) tutkimuksessa kilpailusuuntautuneisuus oli yllättäen yhteydessä myös yleiseen tyytyväisyyteen joukkueurheilussa. Tutkijat selittivät tätä yhteyttä muun muassa sillä, että tutkimuksen kohdejoukkona olivat nimenomaan huippu-urheilijat, joiden tavoitteena on usein voitto ja tyytyväisyys on syntynyt tämän tavoitteen saavuttamisesta. Joka tapauksessa kyseisen tutkimuksen kilpailuorientoituneiden urheilijoiden tyytyväisyys perustui sellaisiin onnistumisen kokemuksiin, joissa menestys oli tullut helposti tai ilman sen enempää yrittämistä. Näiden urheilijoiden kohdalla tyytyväisyys saattaisikin sitten olla uhattuna heidän kohdatessaan takaiskuja, epäonnistumista tai vahvempia vastustajia.

Tavoiteorientaatiolla on todettu olevan jonkin verran yhteyttä myös urheilijan ahdistuneisuuteen. Lähinnä ahdistuneisuus liittyy kilpailuorientaatioon siten, että kilpailusuuntautunut urheilija saattaa kärsiä ahdistuksesta, koska hän on huolissaan muihin verrattavan suorituksensa puolesta. Tehtäväsuuntautuneisuus ei näyttäisi johtavan yhtäläiseen stressiin, koska paino on omassa suorituksessa eikä yksilön itsetunto ole uhattuna. (Roberts 2001.) Roberts (2001) muistuttaa kuitenkin, että yksilön kokemalla kyvykkyyden tasolla on myös osansa yksilön ahdistuneisuuden määrässä. Näin ollen tehtäväsuuntautuneisuus ja korkeaksi koettu kyvykkyys ovat molemmat vartenotettavia tekijöitä urheilussa esiintyvän ahdistuneisuuden vähentämiseksi.

Joukkueessa mahdollisen ilmiön, “social loafingin”, eli yksilön tietoisesta alisuoriutumisen kykyihinsä nähden, on Swainin (1996) tutkimuksen mukaan todettu olevan riski lähinnä voimakkaasti ja hallitsevasti kilpailuorientoituneiden joukkueurheilijoiden kohdalla, etenkin jos joukkueen toiminnassa ei yksilöllisiä suorituksia erotella. Sitä vastoin voimakkaasti tehtäväorientoituneiden, etenkin samalla alhaisesti kilpailuorientoituneiden joukkueurheilijoiden odotetaan yrittävän yhtä kovasti huolimatta siitä, onko oma suoritus joukkueen toiminnasta tunnistettavissa vai ei.

Nicholls (1992) summaa tutkimustensa perusteella, että hallitsevasti tehtävä-orientoituneissa urheilujoukkueissa saatetaan muita enemmän arvostaa toistaan auttamista ja uskoa hyvän joukkuehengen johtavan osaltaan menestymiseen. Tällaisella joukkueella olisi myös oletettavasti parempi sosiaalinen ryhmäkoheesio kuin hallitsevasti kilpailuorientoituneella joukkueella. Tehtäväsuuntautuneen joukkueen voidaan olettaa myös kokevan toimintansa luontaisesti tyydyttäväksi, eikä kilpailemisestakaan oteta paineita. Roberts (2001) toteaaakin useiden urheilupsykologien päätyneen näiden erilaisten tutkimustulosten perusteella näkemykseen, että urheilijan on helpompi hallita motivaatiotaan tehtäväorientaation turvin. Tehtäväorientaatiolla on siis selvästi positiivisia motivationaalisia vaikutuksia urheilemiseen.

4.4.1 Valmentajan mahdollisuuksista arvioida valmennettaviaan

Aikaisempia tutkimuksia valmentajan mahdollisuuksista arvioida valmennettaviensa psykologisia ominaisuuksia ei ole kovin useita. Huddlestonin ja Garvinin (1995) mukaan olisi tärkeää, että valmentajat kykenisivät tarkastikin arvioimaan urheilijoidensa psykologisia mielentiloja ja ominaisuuksia. Esimerkiksi valmentajan onnistuminen urheilijansa motivoinnissa on osaksi kiinni siitä, kuinka tarkasti hän osaa arvioida urheilijansa motivaatio-orientaatiota.

Eri tutkimuksissa on saatu ristiriitaisia tuloksia valmentajien arviointikyvystä. Sekä Hansonin ja Gouldin (1988) että Martensin, Rivkinin ja Burtonin (1980) tutkimukset tutkivat muun muassa valmentajien kykyä arvioida valmennettaviensa piirre- ja/tai tilanneahdistuneisuutta. Molempien tutkimuksien mukaan valmentajat olivat tässä heikkoja tai epätarkkoja. Huddleston ja Garvin (1995) tutkivat valmentajien taitoa arvioida muun muassa urheilijoidensa tavoiteorientaatioita. Tuloksena oli, että valmentajien arviot olivat tarkkoja ja samanlaisia urheilijoiden omien arvioiden kanssa. Tutkijat epäilivät itse yllättävän tuloksensa johtuvan siitä, että tavoiteorientaatio ilmeni urheilijan suorituskäyttäytymisessä selvemmin kuin hänen ahdistuneisuutensa ja olisi näin ollen helpommin havaittavissa. Tutkimuksissa pohdittiin yleisesti, että tuloksiin saattoi myös vaikuttaa valmentajien ikään sekä arvioitavien urheilijoiden määrään ja tuttuuteen liittyviä tekijöitä (Hanson & Gould 1988; Huddleston & Garvin 1995; Martens ym. 1980).

Martens ym. (1980) antavat myös vinkkejä siihen, miten valmentajat voisivat parantaa urheilijoidensa psykologisten ominaisuuksien tuntemusta. Tutkijoiden mielestä ylipäätään tuntemisen tärkeyden ymmärtäminen esimerkiksi koulutuksen avulla lisää tätä tuntemusta. Käytännössä myös kommunikoinnin lisääminen ja asianmukaisten testien täyttttäminen urheilijoilla voisi olla avuksi.

4.5 Tavoiteorientaatioon yhteydessä olevia taustatekijöitä

Tavoiteorientaatio kehittyy jo lapsena vuorovaikutuksessa sosiaalisen ympäristön kanssa. Näin ollen lapsen vanhemmat ovat ensisijaisia tavoiteorientaatioon sosiaalistajia. (Ames 1992; Nicholls 1989, 15-17.) Yksilön oletetaan ikään kuin altistuvan toiseen tai molempiin tavoitesuuntauksiin ja käyttäytyvän sitten kyseessä olevan orientaation ohjaamana. Tavoiteorientaatioita ei nähdä kuitenkaan suoranaisesti luonteenpiirteinä, vaan eräänlaisina kognitiivisina skeemoina, jotka muokkautuvat sen mukaan, miten yksilö käsittelee informaatiota, joka liittyy hänen suoriutumiseensa jossain tehtävässä. (Roberts 2001.) Esimerkiksi juuri vanhempien kommentit lapsen suorituksista saattavat muokata käsityksiä. Ames (1992) kertoo esimerkkinä, kuinka lapsen palatessa viikoittaisesta jalkapallo-ottelusta ja vanhempien kysellessä pelin voittajaa saa lapsi selkeän viestin siitä, mikä oli tärkeintä. Nichollsin (1989, 15-17) mukaan tällaisen voittamisen ja toisten päihittämisen painottamisen jatkaminen synnyttää lapselle selkeän kuvan siitä, mikä on oleellista menestymisen saavuttamisessa, ja näin ollen lapsesta saattaa ajan kuluessa tulla kilpailusuuntautunut. Sitä vastoin lapsista, joita on kannustettu taitojen oppimiseen ja kovaan yrittämiseen, tulee enemmän tehtäväsuuntautuneita.

Dudan ja Whiteheadin (1998) kokoamien tutkimusten mukaan tavoiteorientaatiot ovat ajan kuluessa melko pysyviä. Kysymys onkin siitä, kuinka yksilö orientoituu tiettyyn suoritukseen, eli oletetut kognitiiviset skeemat ovat spesifejä eri tehtäville. Yleistäen voisi todeta, että me ikään kuin opimme orientoitumaan tietyllä tavalla tiettyyn tehtävään ja näin ollen voimme siis orientoitua tehtäväsuuntaisesti yhdessä ja kilpailusuuntaisesti toisessa tehtävässä. Mahdollinen muutos tapahtuu lähinnä merkityksessä, jonka yksilö tehtävästä suoriutumiseen antaa. (Roberts 2001.) Näkemys, että tavoiteorientaatiot ovat

ortogonaalisia, tukee tätä ajatusta. Roberts (2001) esittää myös, että kokeneet urheilijat kykenisivät käyttämään tätä tietoisesti hyväkseen ja vaihtaa tahdonmukaisesti tai -vastaisesti orientaatiotaan tilanteen ja lajin vaatimusten mukaisesti. Näin ollen urheilija voisi esimerkiksi orientoitua voimakkaammin kilpailusuuntautuneesti itse kilpailuissa ja tehtäväsuuntautuneesti harjoittelun aikana. Tai vaihdellen orientaatiotaan jopa kilpailun sisällä suorituksen aikana, jos esimerkiksi lopputulos näyttäisi jo selvältä. Roberts (2001) muistuttaa kuitenkin, että tällainen kyky on vankan kokemuksen tulosta. Lyhyesti todettuna meillä siis on taipumus tietynlaiseen yleiseen tavoiteorientaatioon tai -profiiliin, mutta tilanteesta ja tehtävästä riippuen voimme vaikuttaa orientaatiomalliimme.

Muita merkittäviä tavoiteorientaatioon sosiaalistajia myöhemmin lapsen elämässä ovat muun muassa koulu, ystäväpiiri ja erilaiset harrastusryhmät. Etenkin urheilevien nuorten kohdalla voi valmentajalla tai liikunnanopettajalla olla merkittävä vaikutus nuoren tavoiteorientaation kehittymisessä. Tämä liittyy ohjaajien osin luomaan ilmapiiriin, jossa harjoittelu tai liikunta tapahtuu. (Duda 1992; 1996; White, Kavussanu & Guest 1998.) Tähän ilmiöön palataan tarkemmin myöhemmin.

Sukupuolten välillä on myös todettu olevan eroa tavoiteorientaatioissa. Useiden erilaisten ja eri-ikäisten kohdejoukkojen kanssa, sekä erilaisin mittarein tehtyjen tutkimusten (Duda 1988; 1989; Duda ym. 1992; Gill & Dzewaltowski 1988; White ym. 1998) mukaan miesten on todettu olevan voimakkaammin kilpailusuuntautuneita kuin naisten. White kollegoineen (1998) selittää eron juuri sosiaalistumisen avulla. He olettavat, että miehet saisivat matkan varrella vahvistusta suoriutumiselleen enemmän kilpailu- kuin tehtäväsuuntautuneesta näkökulmasta. Dudan (1989) tutkimuksen mukaan ero näkyi myös siten, että naiset olivat miehiä voimakkaammin tehtäväsuuntautuneita. Hän toteaaakin, että tämän pohjalta nais- ja miesurheilijat saattavat erota siinä, miten he käsittävät kyvykkyytensä tason ja miten he käsittelevät onnistumis- ja epäonnistumiskokemuksensa. Tutkimuksessa (Duda 1989) naiset ja miehet erosivat nimenomaan siinä, minkä merkityksen he antoivat urheilulle. Merkitykset erosivat eri tavoiteorientaatioiden linjassa.

Sukupuolen lisäksi ikä on eräs tekijä, joka saattaa aiheuttaa eroja tavoiteorientaatioissa. Roberts ja Treasure (1995) viittaavat artikkelissaan Robertsin kollegansa kanssa tekemään tutkimukseen, jossa nämä tutkivat kahden eri-ikäisen lapsiryhmän (9-10 ja 13-14 vuotta)

käsityksiä menestymisen syistä. Tuloksena oli, että vanhemmat lapset olivat käsityksissään nuorempia enemmän kilpailusuuntautuneita. Myös tässä tutkimuksessa pojat olivat tyttöjä voimakkaammin kilpailuorientoituneita. Eli ainakin lapsuudesta nuoruuteen kasvun myötä kilpailusuuntautuneisuuden voidaan olettaa voimistuvan. Roberts ja Treasure (1995) huomauttavatkin, että tällaisella kilpailusuuntautuneisuuden voimistumisella saattaa olla merkittäviä negatiivisia vaikutuksia 12 vuoden ikäisiin lapsiin etenkin, jos yksilöillä on herännyt epäilyksiä kyvykkyytensä suhteen. Roberts summaa tämän ilmiön ja aiemmin esitetyn eriytyneen kyvykkyyksikäsityksen omaksumisen yhdeksi mahdolliseksi syyksi kilpaurheilusta luopumisen (ns. drop-out) yleisyydelle nuoruusiässä. (Roberts & Treasure 1995.)

5 MOTIVAATIOILMASTO

Sosiaalinen ympäristö ilmentää omaa motivaatio-orientaatiotaan sen mukaan minkälaisia tavoiteorientaatioita ympäristöön kuuluvilla ihmisillä on. Tätä ympäristön orientaatiota kutsutaan motivaatioilmastoksi. Motivaatioilmasto eli tilannesidonnainen toiminnan tavoiteorientaatio, kuten Ames (1992) sitä määrittelee, voi myös olla tehtävä- tai kilpailusuuntautunut. Itsevertailua ja yrittämistä painottava motivaatioilmasto on tehtäväsuuntautunut, kun taas palkitseminen menestymisestä suhteessa toisiin ja epäonnistumisten näkeminen kielteisinä asioina ilmentävät kilpailuilmastoa (Ames 1992).

Tämä tietty motivaatioilmasto, jonka muodostavat esimerkiksi vanhemmat, opettaja, valmentaja tai jopa joukkueoverit, voi myös vaikuttaa yksilön tavoiteorientaation kehittymiseen. Oppimisprosessiin, yksilölliseen kehittymiseen ja yritteliäisyyteen keskittyvä motivaatioilmasto vahvistaa yksilön tehtäväorientaatiota. Motivaatioilmasto, jota luonnehtii yleisön läsnäolo, yksilöiden välinen kilpailu ja/tai muiden arvioivat lausunnot, on omiaan voimistamaan yksilön kilpailuorientaatiota. (Ames 1992.) Jälkimmäinen ilmaston luonnehdinta sopii monen urheilulajin kilpailutilanteeseen kuten esimerkiksi taitoluistelukilpailuihin.

Ames (1992) selvittää, kuinka esimerkiksi urheilukontekstissa valmentajan tavoitteet antavat leimansa sille, miten hän käytännössä suunnittelee harjoitukset, ryhmittelee joukon, jakaa huomiota, arvioi suorituksia tai minkälaisia luonteenominaisuuksia hän pitää sopivina. Motivaatioilmastosta on siis mahdollista erottaa tiettyjä tunnuspiirteitä, jotka voidaan jaotella joko tehtävä- tai kilpailusuuntaisiksi. Liukkonen (1998, 19-20) esittelee neljä erilaista motivaatioilmaston tunnuspiirteiden jaottelutapaa. Ne antavat yhdessä melkoisen kattavan kuvan motivaatioilmaston piirteistä, mutta erilaisilla näkökulmillaan kertovat myös siitä, että yhtä yleisesti hyväksyttyä tapaa ei ole. Taulukossa 1 on Liukkosen (1998, 20) muokkaama yhteenveto tärkeimmistä ulottuvuuksista, joita urheilun motivaatioilmastosta on mahdollista tunnistaa.

TAULUKKO 1. Tunnuspiirteitä urheilussa vallitsevalle tehtävä- ja kilpailusuuntautuneelle motivaatioilmastolle (Liukkonen 1998, 20)

Tehtäväsuuntautunut ilmasto	Kilpailusuuntautunut ilmasto
Arviointi keskittyy edistymiseen	Arviointi keskittyy normatiivisiin kriteereihin
Valmentajan orientaatio oppimisessa	Valmentajan orientaatio suorituksissa
Urheilijan orientaatio oppimisessa	Urheilijan orientaatio kilpailukyvyssä
Virheet osa oppimista	Virheitä ei suvaita
Jokaisella yksilöllä tärkeä rooli	Eriarvoista huomiointia
Ryhmittely yhteistoiminnallisin periaattein	Ryhmittely kilpailullisin periaattein
Yrittämistä arvostetaan ja siitä palkitaan	Lopputulos ratkaisee
Urheilijoita rohkaistaan esittämään ehdotuksia	Valmennus autoritääristä
Useita yrityksiä sallitaan	Vain yksi yritys sallittu

Newton ja Duda (1993) kehittivät kyselymittarin, Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire (PMCSQ-2), jolla voidaan tutkia koettua motivaatioilmastoa urheilukontekstissa. Mittari sisältää tehtäväilmastoon liittyen sellaiset osiot, jotka liittyvät yhteistoiminnallisuuteen, urheilijoiden merkityksellisyyteen ja taidoissaan edistymiseen. Kilpailuilmastoa mittaavat osiot liittyvät virheistä rankaisemiseen, eriarvoiseen huomiointiin ja joukkueen sisäiseen kilpailuun. Newtonin ja Dudan (1993) kategorisoinnille on ominaista urheiluyhteyden lisäksi kahden suuntauksen näkeminen ortogonaalisina, ei toisiaan poissulkevinä. Duda (vielä julkaisematon) on myöhemmin kehittänyt kyselyä vielä lisää ja lisännyt tehtäväilmastoon yhden ulottuvuuden 'yrittämisen vahvistaminen'.

Motivaatioilmasto voi vaihdella erilaisissa toiminnallisissa tilanteissa, ja olla yhdenmukainen tai vastakkainen yksilön yleiselle tavoiteorientaatiolle. Yksilöllisesti koetun

motivaatioilmaston ja yksilön tavoiteorientaation välinen yhteys ei ole kuitenkaan täysin selvinnyt tutkijoille. Roberts (2001) yhteenvedon mukaan voidaan joka tapauksessa ajatella, että yksilön tavoiteorientaatio ja hänen kokemansa motivaatioilmasto ovat jonkinlaisessa vuorovaikutuksessa keskenään ja vaikuttavat näin yhdessä suorituskäyttäytymiseen. Ristiriitaisia oletuksia on siitä, minkä suuntainen yhteys on. Värittääkö yksilön oma tavoiteorientaatio sitä kuvaa ja käsitystä, joka hänellä tietystä motivaatioilmastosta on, vai hillitseekö tietty motivaatioilmasto yksilön tavoiteorientaatiota ja sen jälkeen muokkaa hänen suuntautuneisuuttaan tilanteeseen sopivaksi? Roberts (2001) mukaan tänä päivänä jälkimmäinen näkökulma on ollut vallalla, mutta hän edelleen muistuttaa mahdollisuudesta, että yksilön tavoiteorientaatio altistaakin tämän tarkkailemaan tiettyjä ympäristön vihjeitä ja tulkitsemaan motivaatioilmastoa orientaationsa mukaisesti. Näin ollen voidaan kuvitella, että sama motivaatioilmasto olisi mahdollista kokea eri tavoin eri yksilöiden kesken. Esimerkiksi Liukkonen (1998, 75) suomalaisten jalkapallonuorten keskuudessa toteutetussa tutkimuksessa saatiin muun muassa tulos, jonka mukaan valmennuksen motivaatioilmastolla ei ollut vaikutusta pelaajien tavoiteorientaatioihin. Sitä vastoin tutkimuksen mukaan pelaajien tavoiteorientaatio sääтели sitä, minkälaisena he kokivat jalkapallovalmennuksen motivaatioilmaston. Joukkueiden sisällä oli myös suurta hajontaa sen suhteen, millaiseksi eri pelaajat kokivat vallitsevan motivaatioilmaston (Liukkonen 1998, 61).

Motivaatioilmastoa, kuten tavoiteorientaatioitakin, on tutkittu sekä koulu- että urheilumaailmassa. Sekä Ames ja Archer (1988) että Treasure (2001) saivat luokkahuone- ja liikuntatuntitutkimuksissaan samansuuntaisia tuloksia siitä, että oppilaat, jotka kokivat motivaatioilmaston voimakkaammin tehtäväsuuntautuneeksi, ilmaisivat olevansa myös tyytyväisiä ja omaavansa positiivisen asenteen luokkaansa kohtaan, kokevansa kyvykkyytensä korkeaksi ja uskovansa, että yrittämisellä ja taidolla saavutetaan menestymistä. Sitä vastoin oppilaat, jotka kokivat motivaatioilmaston voimakkaammin kilpailusuuntautuneeksi, näkivät kyvyn olevan ainoa tekijä menestymisessä, asennoituvat negatiivisesti luokkaansa kohtaan ja kokivat tylsyyttä.

Monet luokkahuoneen tunnuspiirteet ovat havaittavissa myös organisoidun urheilun puolella, missä aikuinen määrittelee ja säätelee muun muassa auktoriteetti- ja tunnustusasetelmia (Ames 1992). Näin ollen ei ole yllättävää, että urheilukontekstissa

tehtyjen motivaatioilmastotutkimusten tulokset ovat johdonmukaisia koulututkimusten kanssa. Esimerkiksi Ommundsen ja Roberts (1999) tutkivat norjalaisia joukkueurheilijoita sekä heidän kokemansa motivaatioilmaston ja erilaisten motivaatiotekijöiden välisiä yhteyksiä. Tuloksena oli, että voimakkaammin motivaatioilmaston tehtäväsuuntaiseksi kokeneet urheilijat antoivat myös suopeampia vastauksia liittyen suoritusstrategioihin, uskomuksiin urheilun merkityksestä ja kyvykkyyden käsityksestä. Käytännössä nämä urheilijat eivät vältelleet harjoituksia ja näkivät urheilulla olevan merkityksensä sosiaalisten taitojen kehittäjänä sekä kyvykkyyden kehittämiskelpoisena asiana. Ommundsen ja Roberts (1999) tekivät saman huomion kuin Treasure (2001) omassa tutkimuksessaan, että koetun tehtäväilmaston taso oli oleellinen ja erotteleva tekijä suhteessa muihin motivaatiotekijöihin, eikä niinkään koetun kilpailuilmaston määrä. Voimakkaasti motivaatioilmaston tehtäväsuuntautuneeksi kokeneet urheilijat näkivät asiat edellä mainituin tavoin riippumatta siitä, kokivatko he ilmaston samalla myös voimakkaasti vai alhaisesti kilpailusuuntautuneeksi.

Tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston on todettu olevan yhteydessä myös sellaisiin positiivisiin motivationaalisiin tekijöihin kuten viihtyvyyteen ja sisäiseen motivaatioon. Samaisissa tutkimuksissa kilpailuilmaston on todettu olevan yhteydessä negatiivisiin tuntemuksiin, kuten jännittämiseen eikä lainkaan esimerkiksi sisäiseen motivaatioon. (Liukkonen 1998; Newton & Duda 1999; Seifriz, Duda & Chi 1992.) Nuorilla eri joukkuelajien harrastajilla motivaatioilmaston kokeminen tehtäväsuuntautuneeksi oli yhteydessä tyytyväisyyteen joukkueen jäsenyydestä. Havainnot olivat päinvastaisia kilpailusuuntautuneissa joukkueissa. (Walling, Duda & Chi 1993.)

Tehtäväsuuntautuneella motivaatioilmastolla on siis useiden tutkimusten (Biddle 2001; Duda & Whitehead 1998) mukaan todettu olevan vahvuuksia kilpailusuuntautuneeseen ilmastoon verrattuna. Roberts (2001) toteaa monien valmentajien uskovan, että urheilijan tulee olla kilpailuorientoitunut saavuttaakseen kilpailullista menestystä. Hän myös spekuloi kollegansa kanssa sillä, kuinka huippu-urheilutasolla valmennusjohdon painotus lienee voittamisessa ja paremmuuden osoittamisessa muihin joukkueisiin nähden (Roberts & Ommundsen 1996). Tutkimusten perusteella tehtäväilmaston painottamisella voidaan kuitenkin lieventää kilpailusuuntautuneisuuden aiheuttamia, mahdollisesti haitallisia vaikutuksia. Voimakkaasti kilpailuorientoituneen urheilijan riskinä on motivaation

häviäminen esimerkiksi kilpailutason vaihdosta, loukkaantumisesta tai ikääntymisestä seuraavan kyvykkyyden alentumisen johdosta. Tällöin viimeistään toiminnan jatkamisen kannalta yksilön tehtäväorientaation voimistuminen olisi suotavaa jopa huipputasolla ja yksi keino sen vahvistamiseen on ilmapiirin muokkaaminen tehtäväsuuntautuneemmaksi. (Roberts 2001.) Tilannekohtainen motivaatioilmasto on muokattavissa sen tunnuspiirteitä tietoisesti manipuloimalla, kun taas yksilön koettuun kyvykkyyteen ja tavoiteorientaatioon syvinä kognitiivisina rakenteina on vaikeampi vaikuttaa (Liukkonen 1998, 70).

6 TUTKIMUSONGELMAT

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää erään muodostelmaluistelujoukkueen ja heidän valmentajansa tavoiteorientaatio, koettu ja vallitseva motivaatioilmasto sekä valmentajan kyky arvioida valmennettaviaan vastaamalla seuraaviin tarkennettuihin tutkimusongelmiin:

1. Millainen on joukkueen luistelijoiden ja heidän valmentajansa tavoiteorientaatio?
2. Minkälaiset ovat luistelijoiden tavoiteorientaatiot valmentajan näkemänä?
3. Minkälaiseksi luistelijat kokevat vallitsevan motivaatioilmaston?
4. Minkälaiseksi valmentaja kokee vallitsevan motivaatioilmaston?
5. Millainen on havainnoitu vallitseva motivaatioilmasto?

Vastausten perusteella voidaan myös ottaa kantaa tavoiteorientaatioteorian toimivuuteen muodostelmaluistelussa sekä joukkueen valmentajan toimintaan psyykkisen ilmapiirin säätelijänä.

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tutkimus on tapaustutkimus, jossa kohteena on tietyssä ympäristössä tapahtuva ja tietyn yksittäisen kohteen, joukkueen käytännön toiminta ja psykologinen orientaatio. Tutkimuksessa käytettiin sekä kvantitatiivisia (kyselylomakkeet) että kvalitatiivisia (videointi, haastattelut) tutkimusmenetelmiä. Aineistotriangulaatioon päädyttiin, koska operationalisoituihin tutkimusongelmiin ei olisi saatu vastausta ainoastaan esimerkiksi kvantitatiivisia menetelmiä käyttäen. Aineiston tilastollinen käsittely ei tällöin olisi ollut joka kohdassa mahdollista pienen kohdejoukon vuoksi. Näin ollen tutkimusongelmiin sisältyvien valmentajan ja luistelijoiden välisten yhteyksien selvittämiseksi oli aineistoa syvennettävä laadullisin menetelmin.

7.1 Tutkimuksen kohdejoukko

Tutkimuksen kohdejoukkona oli eräs suomalainen, junioritason muodostelmaluistelujoukkue ja heidän vastuuvallmentajansa. Joukkue on viime vuodet taistellut paikasta SM-loppukilpailuihin välillä sinne päästen ja välillä ei. Kaudella 2001-2002 joukkue ei saavuttanut SM-kilpailupaikkaa, mutta kaudella 2002-2003 tavoite täyttyi. Tuloksena kauden viimeisestä kilpailusta oli 11. sija kahdestatoista osallistuneesta joukkueesta.

Kohdejoukon valintaan vaikuttivat ensinnäkin käytännön syyt. Tutkija asui samalla paikkakunnalla, missä joukkue harjoitteli. Sen lisäksi suurin osa joukkueen luisteliijoista ja heidän valmentajansa olivat tutkijalle tuttuja, mikä oletettavasti paransi joukkueen yhteistyöhalukkuutta ja aineiston keruuta. Joukkue oli toisaalta myös tutkimusaiheen kannalta mielenkiintoinen kansallisen tasonsa vuoksi ja siksi, että se on yksittäisten luistelijoidensa taitoeroihin perustuen melko heterogeeninen joukkue. Mielenkiintoa lisäsi myös se, että joukkueen valmentaja oli melko nuori ja valmentanut joukkuettaan vasta suhteellisen lyhyen ajan.

Joukkue koostui 20 luistelijasta, joista 19 oli tyttöjä ja yksi poika. Joukkueen ikäjakauma oli leveä; keski-ikä oli tutkimushetkellä 16,2 vuotta nuorimman ollessa 13-vuotias ja

vanhimman 19 vuotta. Valmentaja oli 21-vuotias. Luistelijat olivat kaikki harrastaneet taitoluistelua ikäänsä nähden pitkään. Suurin osa luisteliijoista oli harrastanut taitoluistelua 8-11 vuotta. Kokeneimmilla luisteliijoilla oli jopa 16 vuoden kokemus. Kukaan ei ollut luistellut vähempää kuin seitsemän ja puoli vuotta. Muodostelmaluistelukokemusta joukkueella oli hyvin hajanaisesti. Keskiarvo joukkueen muodostelmaluistelukokemukselle oli 5,5 vuotta. Eräs luisteliija oli siirtynyt yksinluistelusta muodostelmaan vasta äskettäin takanaan suunnilleen neljäosakausi, kun taas kokenein kolmikko oli luistellut muodostelmaa jo yhdeksän vuotta. Nykyisessä joukkueessa luisteltujen vuosien hajonta oli myös suuri (0-9 vuotta). Joukkue oli näin ollen hyvin heterogeeninen myös iän ja muodostelmakokemuksen suhteen, vaikka kaikki olivat kokeneita luisteliijoita.

Joukkueen valmentaja on itse harrastanut muodostelmaluistelua aikoinaan kymmenen vuoden ajan. Luistelun lopetettuaan hän siirtyi valmentajaksi. Tutkimushetkellä hänen valmennuskokemuksensa koostui niistä parista kaudesta, jotka hän oli toiminut tutkimuksen kohdejoukkueen valmentajana.

Joukkueen tavoitteita kaudelle 2002-2003 oli nautinto, positiivinen asenne; taistelu, "tsemppi" ja harjoittelutehokkuus; poissaolojen minimointi, terveys sekä yritys olla monipuolinen ja urheilullinen joukkue. Joukkue tavoitteli myös jatkuvaa kehittymistä joukkueena, hyviä kisasuorituksia ja esiintymistä sekä itsevarmuutta olemalla ylpeitä omasta jutustaan. Nämä tavoitteet oli kirjattu kauden alussa syksyllä isolle paperille, joka oli asetettu joukkueen pukukopin seinälle kaikkien nähtäväksi. Tavoitteet oli allekirjoittanut paperiin jokainen joukkueen luisteliija kuin myös valmentaja. Lista päättyi seuraavasti: "Tehdään parhaamme, tsempten & taistellen - ollaan ylpeitä siitä & hymyillään. Hopeafinaali on ihan jees, porras ylöspäin... SM-paikka lotto-voitto → pitkäjänteinen tavoite."

Joukkueen harjoittelu koostui jääharjoitusten lisäksi lajioheisista, fyysisestä kuntoharjoittelusta ja tanssista, sekä psyykkisestä valmennuksesta. Keskimääräinen harjoittelumäärä oli viisi kertaa viikossa, pari erilaista harjoitusta päivässä.

7.2 Tutkimusaineiston keruu

Tutkimusaineiston kerääminen aloitettiin kyselylomakkeilla. Tutkija kävi ensin tammikuun 13. päivänä vuonna 2003 kohdejoukkueen harjoituksissa esittelemässä itsensä ja kertomassa yleisluontoisesti tutkimuksestaan. Ennen käyntiä tutkija oli keskustellut asiasta joukkueen valmentajan kanssa, joka oli jo antanut omasta puolestaan suostumuksensa joukkueen ja itsensä käyttämisestä tutkimuksen kohdejoukkona. Tutkija painotti luistelijaille aineiston käsittelyn luottamuksellisuutta ja jakoi heille kotiin vietävät, asiaa koskevat tiedotteet (liite 1). Näin tutkimuksesta informoitiin myös luistelijoiden huoltajia sekä annettiin heille mahdollisuus kysymysten esittämiseen ja lapsensa tutkimukseen osallistumisen eväämiseen. Yhtään kieltä ei tullut.

Varsinainen kyselylomakkeiden täyttö suoritettiin 20. tammikuuta 2003. Ajankohta asetettiin selkeästi kilpailujen välille, jotta joukkueen voitiin olettaa olevan mahdollisimman normaalissa arkiharjoittelutunnelmassa. Sekä luistelijat että valmentaja täyttivät omalta kohdaltaan tavoiteorientaatio- ja motivaatioilmastokyselyt (liitteet 2-4). Instruktiossa kerrottiin lyhyesti lomakkeen sisällöstä ja annettiin ohjeita sen täyttämiseen. Vastausten luottamuksellista käsittelyä painotettiin vielä kerran. Aikaa lomakkeiden täyttämiseen kului luisteliijoilta 10-20 minuuttia. Ainoa erään luistelijan esittämä tarkentava kysymys koski lomakkeen alussa ollutta taustakysymystä, jossa tiedusteltiin nykyisessä joukkueessa luisteltujen vuosien määrää. Yksi luistelijasta oli poissa tilaisuudesta sairauden vuoksi, joten hän täytti lomakkeen myöhemmin harjoituksiin palattuaan valmentajan "valvonnan" alla.

Lomakkeiden täyttämisen jälkeen annettiin valmentajalle Luistelijan tavoiteorientaatio valmentajan näkemänä -kyselylomake ja ohjeet sen täyttämiseksi (liitteet 5 ja 6). Valmentaja täytti lomakkeet kolmen päivän aikana ja käytti kerrallaan viiden luistelijan lomakkeen täyttämisen aikaa noin viisi minuuttia.

Tutkimusaineistoa täydennettiin seuraavaksi joukkueen jääharjoitusten videoimisella ja haastatteluilla. Myös tästä informoitiin luistelijoiden huoltajia kotiin välitetyllä tiedotteella (liite 7), jossa pyydettiin lupa lapsen mahdolliseen haastatteluun. Yhtään kieltävää vastausta ei tullut.

Joukkueen harjoitusten videointi suoritettiin helmikuussa 2003, viikoilla seitsemän ja kahdeksan. Joukkueen kauden viimeiset ja tärkeimmät kilpailut olivat viikon yhdeksän lopussa, joten valmentajan toivomuksesta kisaviikko rauhoitettiin kuvaamiselta. Videolle tallentui yhteensä viidet jääharjoitukset, kahdesta eri jäähallista, kerrallaan 20 minuutista puoleentoista tuntiin. Ensimmäiset kolme kuvauskertaa painottuivat valmentajan toiminnan seuraamiseen, kun taas viimeiset kaksi kertaa keskittyivät joukkueen sekä siinä vaiheessa jo haastateltavaksi valittujen luistelijoiden kuvaamiseen.

Ennen haastatteluja tutkija koodasi kyselylomakkeiden vastaukset tietokoneelle SPSS for Windows -ohjelmaa käyttäen. Valmentajan lisäksi oli tarkoitus haastatella tutkimuksen luotettavuuden ja mielenkiinnon vuoksi sellaisia luistelijoita, joiden kyselyvastaukset mahdollisesti jollain tavoin poikkesivat muiden vastauksista tai sijoittuivat selvästi ääripäihin. Haastateltaviksi luistelijoina valittiin kyselylomakkeiden analysoinnista saatujen tulosten pohjalta viisi luistelijaa, joista neljä oli tyttöjä ja yksi poika.

Valmentajan haastattelu suoritettiin myös viikolla kahdeksan, 20. helmikuuta. Luistelijoiden haastattelut päätettiin kuitenkin tehdä kisaviikolla, joka oli heidän hiihtolomaviikkonsa. Luistelijoiden haastattelut suoritettiin kolmena eri päivänä. Tutkija halusi välttää haastateltavien liiallista vaivaamista, ja siksi haastattelut ajoitettiin harjoitusten yhteyteen. Haastattelupaikkana toimi jäähallin erilaiset pukukoppi- ja toimistotilat. Jokainen haastattelu tallennettiin kasetille. Yhden luistelijan kohdalla nauhoitus ei ollut onnistunut, jolloin tutkija kirjasi vastaukset paperille tuoreeltaan omasta muististaan. Luistelijoiden haastattelut kestivät noin puolisen tuntia ja valmentajan haastattelu reilun tunnin.

SM-kilpailujen jälkeen suoritettiin vielä täydentävä puhelinhaastattelu samojen haastateltavien kanssa. Lisähaastatteluun päädyttiin kilpailun mielenkiintoisen lopputuloksen vuoksi. Tutkimuksen kohdejoukkueen taakse jäänyt joukkue oli vähintään samantasoinen kuin kohdejoukkue, mutta ei tällä kertaa onnistunut suorituksessaan. Tutkija halusi kuulla haastateltavien mielipiteet omista suorituksista ja syystä, miksi he saavuttivat yhden ”päänahan” ja miltä se tuntui.

7.3 Tutkimuksessa käytetyt mittarit

Joukkueen luistelijoiden ja valmentajan tavoiteorientaatioiden, sekä heidän kokemansa motivaatioilmaston selvittämiseksi käytettiin kyselylomaketta, joka sisälsi Robertsian, Treasuren ja Balaguen (1998) tavoiteorientaatiomittarin (Perception on Success Questionnaire; POSQ) lasten version ja Dudan (liite 8) motivaatioilmastomittarin (Perceived Motivation Climate in Sport Questionnaire-3; PMCSQ-3). Jälkimmäinen mittari on kehitetty Newtonin ja Dudan (1993) samaisen mittarin aiemmasta versiosta (PMCSQ-2). Myös valmentajan olettamien luistelijoiden tavoiteorientaatioiden selvittämiseksi käytettiin POSQ -mittaria. Kyselylomakkeen alussa kysyttiin lisäksi taustakysymyksiä, joilla selvitettiin vastaajan ikä ja luisteluharrastus- tai valmennuskokemus.

7.3.1 Tavoiteorientaatiomittari

Tavoiteorientaatiomittarista (POSQ) käytettiin Liukkosen (1998) lanseeraamaa suomenkielistä versiota, jota ei tarvinnut muokata lajisopivaksi muuten kuin muuttamalla aloituslause: ”Kun **luistelen**, tunnen itseni onnistuneimmaksi...” (liite 2). Valmentajan mittari oli muuten sama, mutta hänen tuli muistella aikaa, jolloin hän vielä itse harrasti luistelua. Mittari sisälsi 12 osiota. Niistä kuusi, osiot 1, 2, 5, 6, 9, ja 12 mittasivat kilpailuorientaatiota ja toiset kuusi, osiot 3, 4, 7, 8, 10 ja 11 mittasivat tehtäväorientaatiota. Vastaukset annettiin Likertin 5 –luokkaisen asteikon mukaan (1 = täysin eri mieltä ... 5 = täysin samaa mieltä).

7.3.2 Motivaatioilmastomittari

Motivaatioilmastomittarista (PMCSQ-3) käytettiin lajiin sopivaksi muokattua versiota, jossa osa suomennuksista perustui mittarin eri versioiden aikaisempaan kotimaiseen käyttöön (Jaakkola & Sepponen 1997; Liukkonen 1998) ja osa suomennoksista oli uusia, tätä tutkimusta varten tehtyjä (liite 4). Mittari jakautui seitsemään ulottuvuuteen (taulukko 2): yhteis-toiminnallisuus (cooperative learning), urheilijan merkittävyys (important role), edistyminen (improvement), yrittämisen vahvistaminen (effort reinforcement), virheistä

rankaiseminen (punishment for mistakes), eriarvoinen huomiointi (unequal recognition) ja joukkueen sisäinen kilpailu (intra-team rivalry). Näistä ensimmäiset neljä ulottuvuutta mittasivat tehtäväilmastoa ja jälkimmäiset kolme kilpailuilmastoa. Yrittämisen vahvistaminen –ulottuvuus oli kokonaan uusi ulottuvuus verrattuna mittarin aiempiin versioihin. Se sisälsi kuitenkin sekä vanhoja, aiemmissä versioissa esiintyneitä osioita että uusia osioita kuten muutkin ulottuvuudet. Osiot on eritelty tarkemmin liitteessä 9. Osioita muokattiin ja suomennettiin lajin hengessä, siihen paremmin soveltuviksi, mutta asiayhteytensä kuitenkin säilyttäen. Tästä syystä alkuperäisestä englanninkielisestä mittarista jätettiin yksi kysymys (osio 37) kokonaan pois ja kaksi muuta (osiot 26 ja 38) yhdistettiin yhdeksi (osio 36) suomenkielisessä versiossa. Ensimmäistä kertaa tässä tutkimuksessa suomeksi käännettyjä osioita olivat osiot 21, 22, 23, 26, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34 ja 36. Nämä täysin uudet käännökset syntyivät tutkijan, projektiseminaariryhmän ja tutkielman ohjaajien yhteistyössä. Motivaatioilmastomittarissa vastattiin samalla asteikolla kuin tavoiteorientaatiomittarissa (1 = täysin eri mieltä ... 5 = täysin samaa mieltä). Luistelijoiden ja valmentajan kyselylomakkeet sisälsivät täysin samanlaiset motivaatioilmastomittarit.

TAULUKKO 2. Motivaatioilmastomittarin (PMCSQ-3) osioiden jakautuminen eri ulottuvuuksiin

Ulottuvuudet	Osiot	Yhteensä
TEHTÄVÄILMASTO		20
Yhteistoiminnallisuus	1, 10, 16, 24, 29	5
Urheilijan merkitsevyys	4, 12, 17, 25, 30	5
Edistyminen	6, 8, 18, 26, 33	5
Yrittämisen vahvistaminen	7, 13, 21, 22, 32	5
KILPAILUILMASTO		16
Virheistä rankaiseminen	2, 11, 19, 23, 28, 35	6
Eriarvoinen huomiointi	3, 9, 15, 27, 34	5
Joukkueen sisäinen kilpailu	5, 14, 20, 31, 36	5
	Yhteensä	36

7.3.3 Luistelijan tavoiteorientaatio valmentajan näkemänä –mittari

Valmentaja täytti myös kyselylomakkeen, joka sisälsi jokaista luistelijaa kohden yhden POSQ –mittarin. Mittari oli muuten samanlainen kuin kappaleessa 7.3.1 on esitelty, mutta alkulauseena oli ”Kun [luistelijan nimi] luistelee, uskon hänen tuntevan itsensä onnistuneimmaksi - -”. Valmentajan tuli siis täyttää mittari jokaisen luistelijan kohdalta. Lomakkeen mukana valmentajalle annettiin täyttöohje, jossa häntä kehoitettiin muun muassa täyttämään mittarit neljässä osassa, tarpeeksi pitkän ajan välein ja tiukasti aina vuorossa olevaan henkilöön keskittyen. Kyselylomakkeen palautuksen yhteydessä valmentaja palautti lyhyen raportin siitä, milloin ja kuinka nopeasti hän oli kenenkin kohdalta mittarit täyttänyt. Luistelijoiden nimet oli laitettu täysin satunnaiseen järjestykseen.

7.4 Muu tutkimusaineisto

Haastatteluiden tarkoituksena oli syventää, selventää ja varmistaa kyselylomakkeilla saatuja vastauksia antaen kuitenkin samalla tilaisuuden uusien tai kyselyvastauksista poikkeavien näkökantojen esiintuloon. Sen lisäksi niiden avulla oli tarkoitus selvittää laadullisin menetelmin tutkimusongelmissa esitettyjä valmentajan ja luistelijoiden välisiä yhteyksiä tutkituissa asioissa. Valmentajan ja luistelijoiden haastattelurunkojen kysymykset suunniteltiin ja valittiin kirjallisuuskatsauksessa esitettyjen teorioiden pohjalta sekä kyselylomakkeiden ulottuvuuksien ja kysymysten suunnassa, tosin käytännönläheisemmiksi muokaten (liite 10). Voidaankin siis puhua eräänlaisesta teemahaastattelusta. Teemahaastattelussa haastattelun aihepiirit ovat tiedossa, mutta kysymysten muodoissa ja järjestyksessä voidaan hyvinkin joustaa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 195). Haastateltavat saivat vastata kysymyksiin avoimesti ja suullisesti. Haastatteluissa pyrittiin mahdollisimman vapaaseen jutusteluun rungon johdattelmana. Haastattelija kannusti myös lisävastauksiin tekemällä jatkokysymyksiä haastateltujen vastauksista.

Videoinnin tarkoituksena oli kuvata ja tallentaa valmentajan ja luistelijoiden tavoiteorientaatioiden ja harjoittelun motivaatioilmaston ilmenemistä käytännössä. Kuvaaminen rajoitettiin jääharjoitteluun, joka on tyypillisin muodostelmaluistelun harjoittelumuoto. Kuvaus tapahtui tavallisella videokameralla jäähallin kaukalon laidalta, luistelijoiden tasalta. Kuvaajana toimi tutkija itse. Valmentajan puhe nauhoitettiin myös, koska hänen käyttäytymisensä ja toimintansa on oleellista motivaatioilmaston kannalta. Kuvatut harjoitukset sisälsivät suurimmaksi osaksi kilpailuohjelmien harjoittelua. Lisäksi niissä muun muassa suunniteltiin ja harjoiteltiin kilpailujen alkuverryttely ja hiottiin ohjelmien askeleita.

7.5 Tutkimusaineiston analysointi

Mittareiden luotettavuutta tarkasteltiin Cronbachin alfa-kertoimen avulla. Mittarit on todettu toimiviksi aiemmissa tutkimuksissa (Liukkonen ja Leskinen 1999; Newton, Duda ja Yin 2000; Roberts ym. 1998). Tosin motivaatioilmastomittarista tässä tutkimuksessa käytetty uudistettu versio tarvitsisi vielä lopullisen pätevyytensä tarkastelemiseksi

lisätutkimusta ja laajemman tutkimusjoukon. Mittareiden toimivuutta selvitetään tarkemmin tutkimuksen luotettavuus –kappaleessa.

Kohdejoukkoa kuvailtiin tilastollisilla tunnusluvuilla, keskiarvoilla ja keskihajonnoilla. Muuttujien välisiä yhteyksiä tutkittiin korrelaatiokertoimilla. Valmentajan ja luistelijoiden välisten näkemysten eroja analysoitiin t-testin ja korrelaatiokertoimien avulla sekä laadullisin menetelmin silloin, kun kriteerit tilastolliseen käsittelyyn eivät täytyneet. Erojen merkitsevyyttä tarkasteltaessa käytettiin kolmea merkitsevyytstasoa: $p < .05$ melkein merkitsevä, $p < .01$ merkitsevä ja $p < .001$ erittäin merkitsevä.

Kaikki haastattelut litteroitiin. Luistelijoiden haastatteluvastaukset kerättiin yhteen kysymyskohtaisesti (liite 10). Tavoiteorientaatiota koskevien kysymysten vastauksia analysoitiin ja verrattiin luistelijoiden kesken heidän omiin kyselylomakearvoihinsa sekä kirjallisuuskatsauksessa esitettyihin aikaisempien tutkimusten tuloksiin. Motivaatioilmastoa koskevien kysymysten vastauksia verrattiin sekä toisiinsa että vastaajien kyselylomakearvoihin. Sen lisäksi, että valmentajan motivaatioilmastoa koskevan haastattelun vastauksista raportoitiin oleellimmat, verrattiin niitä osin myös hänen kyselylomakearvoihinsa sekä luistelijoiden motivaatioilmastoa koskeviin vastauksiin.

Video antoi kuvaa todellisuudesta eli siitä, miltä vallitseva motivaatioilmasto näytti ulkopuolisin silmin. Videomateriaali purettiin ensin Liukkosen (1998) motivaatioilmaston tunnuspiirteitä kuvaavan taulukon (ks. kpl 5) ja motivaatioilmastomittarin ulottuvuuksien pohjalta sen mukaan, mitä piirteitä harjoitustilanteissa esiintyi, kumman ilmastotyypin suunnassa ja kuinka paljon (liite 11). Sen jälkeen aineistoa raportoitiin ja verrattiin saatuihin haastatteluvastauksiin, etenkin valmentajan koettua motivaatioilmastoa koskeviin vastauksiin.

8 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS

Tutkimuksen luotettavuutta arvioitiin reliabiliteetin ja validiteetin avulla. Tutkimuksen reliabiliudella tarkoitetaan tutkimustulosten toistettavuutta. Se tarkoittaa siis mittauksen tai tutkimuksen satunnaisvirheettömyyttä. (Hirsjärvi ym. 2000, 213.) Mittareiden reliabiliteettia tarkasteltiin sisäisen yhdenmukaisuuden avulla. Analysoinnissa käytettiin Cronbachin alfa -kerrointa.

Validiteetti kertoo tutkimuksen pätevydestä. Validiudella tarkoitetaan mittarin kykyä mitata juuri sitä, mitä on ollut tarkoituskin mitata. (Hirsjärvi ym. 2000, 213.) Mittarien validiteettia arvioitiin sekä sisäisen että ulkoisen validiuden näkökulmasta.

8.1 Tavoiteorientaatiomittarin reliabiliteetti ja validiteetti

Tavoiteorientaatiomittarissa kilpailuorientaatiota mittasivat seuraavat osiot:

Kun luistelen, tunnen itseni onnistuneimmaksi silloin, kun

1. Voitan toiset
2. Olen paras
5. Pärjään paremmin kuin toiset
6. Näytän toisille olevani paras
9. Pärjään sellaisessa asiassa, mitä toiset eivät osaa
12. Olen selvästi toisia parempi

Cronbachin alfa -kerroin osioille oli .91, joten ne mittasivat johdonmukaisesti samaa asiaa. Minkään osion poistaminen ei olisi nostanut kerrointa.

Tehtäväorientaatiota mittasivat seuraavat osiot:

Kun luistelen, tunnen itseni onnistuneimmaksi silloin, kun

3. Yritän kovasti
4. Huomaan todella kehittyväni

7. Voitan vaikeudet
8. Onnistun sellaisessa, mitä en ole aikaisemmin osannut
10. Teen kaiken parhaan kykyni mukaan
11. Saavutan itselleni asettamani tavoitteen

Cronbachin alfa -kerroin osioille oli .76, joten ne mittasivat johdonmukaisesti samaa asiaa. Minkään osion poistaminen ei olisi parantanut kerrointa. Tavoiteorientaatiomittarin sisäistä yhdenmukaisuutta voitiin pitää riittävänä jatkoanalyysien kannalta, koska Cronbachin alfa -kertoimet olivat korkeita ($> .70$) molemmissa ulottuvuuksissa. POSQ –mittari on niin ulkomailla kuin Suomessakin todettu validiksi mittaamaan tavoite-orientaatioita urheilukontekstissa (Liukkonen ja Leskinen 1999; Roberts ym. 1998). Mittarin ulkoista validiteettiä vaalittiin selkeällä instruktiolla ja järjestämällä vastaus-olosuhteet mahdollisimman normaaleiksi.

8.2 Motivaatioilmastomittarin reliabiliteetti ja validiteetti

Motivaatioilmastomittarista laskettiin Cronbachin alfa -kertoimet ensin jokaiselle ulottuvuudelle erikseen (liite 9). Suurin osa ulottuvuuksista oli sisäisesti yhdenmukaisia, mutta sekä tehtävääilmastoa kuvaava ulottuvuus yrittämisen vahvistaminen että kilpailuilmaston virheistä rankaiseminen –ulottuvuus saivat heikot kertoimet, vaikka niistä olisi jättänyt joitain osioita pois.

Toisaalta laskettaessa Cronbachin alfa -kertoimet erikseen vain tehtävä- ja kilpailuilmaston ulottuvuuksien kesken saatiin kertoimiksi tehtävääilmaston ulottuvuuksille (20 osiota) .84 ja kilpailuilmaston ulottuvuuksille (16 osiota) .82. Näin ollen motivaatioilmastosuuntauksien sisällä ulottuvuudet näyttäisivät mittaavan johdonmukaisesti samaa asiaa. Tältä pohjalta katsottuna myös motivaatioilmastomittarin sisäinen yhdenmukaisuus oli riittävä jatkoanalyysien kannalta. Se riitti myös tutkijalle, koska tutkimuksen ongelmiin ei kuulunut kyseessä olevan mittarin kehittäminen.

Newtonin, Dudan ja Yinin (2000) tutkimuksen mukaan PMCSQ-2 versio motivaatioilmastomittarista on todettu validiksi. Tässä tutkimuksessa käytettyä uudempaa versiota ei

ole vielä julkaistu ja validiuden tutkimiseksi tulisi olla paljon suurempi tutkimuskohdejoukko. PMCSQ-3 versiota voidaan kyllä pitää validina suurimmilta osin, sisältyhän sen osioista kaksi kolmasosaa aiempaan versioon. Jäljelle jäävä osa vaatisi lisäanalysointia. Ulkoista validiteettia vaalittiin mittaustilanteessa samoin kuin tavoiteorientaatiomittarin kohdalla, mutta mittareiden antamien tulosten yleistettävyyttä voidaan pitää enintään suuntaa antavana. Kyseessä kun on tiettyä tapausta koskeva tutkimus, jolloin tuloksia ei voi suoraan laajentaa koskemaan kaikkia suomalaisia muodostelmaluistelujoukkueita.

8.3 Muun aineiston luotettavuus

Haastattelu- ja videomateriaali kerättiin aineiston syventämiseksi ja tutkimuksen luotettavuuden lisäämiseksi. Ne mahdollistivat vertailun kyselymittareissa ja haastattelussa annettujen vastausten ja/tai käytännössä ilmenevän käyttäytymisen (video) välillä. Lisäksi tutkimusongelmiin ei voitu vastata pelkän määrällisen materiaalin avulla johtuen pienestä kohdejoukosta.

Haastatteluissa tutkija uskoo saaneensa rehellisiä ja luotettavia vastauksia. Tutkija perustelee tämän molemminpuolisella tuttuudella ja luottamuksella sekä haastateltavien innokkuudella, kiinnostuksella ja positiivisella suhtautumisella. Haastateltavat näyttivät myös ymmärtävänsä kysymykset oikein.

Videolle talletettu kuva on sinänsä luotettavaa. Siihen, vaikuttiko tutkijan ja kameran läsnäolo jotenkin harjoitukseen ja valmentajan tai joukkueen käyttäytymiseen, jokainen haastateltu vastasi kieltävästi. Osa oli epäillyt sen vaikutusta omaan toimintaan, mutta unohtanut asian pian. Joku unohti nimenomaan siksi, ettei valmentajan toiminnassa näkynyt muutosta. Valmentaja vakuutti, ettei toiminut eri lailla kuin muutenkaan, eikä muuttanut tuntisuunnitelmiaan kuvauksen vuoksi: ”Jos mä yrittäisin tehdä niiku erilailta ni kyl sä sen heti näkisit ja tietäisit ja tuntisit koska sä oot nii paljo meit nähny.” Valmentaja kertoi kuvaamisen saaneen hänet korkeintaan jälkeenpäin reflektoimaan omaa toimintaansa.

9 TUTKIMUSTULOKSIA

9.1 Joukkueen luistelijoiden tavoiteorientaatiot ja valmentajan tavoiteorientaatio oman luistelu-uransa aikana

Joukkueen luistelijoiden keskiarvo tehtäväsuuntautuneisuudelle oli 4,30, joka on melko korkea. Keskihajonta oli 0,45. Luistelijoiden tehtäväsuuntautuneisuuden keskiarvoista pienin oli 3,50 ja suurin 5,00. Joukkueen keskiarvo kilpailusuuntautuneisuudelle oli 2,18. Kilpailusuuntautuneisuudessa keskihajonta oli suurempi (0,77) ja yksittäiset ääriarvot olivat 1,00 ja 3,83.

Valmentaja koki olleensa voimakkaasti tehtäväsuuntautunut (4,50) oman luistelu-uransa aikana. Hän koki itsensä myös jonkin verran kilpailusuuntautuneeksi (3,33). Vaikka arvot ovat suuremmat kuin joukkueella tutkimushetkellä, eroa ei voi tilastollisesti varmistaa johtuen ”otoksien” erisuuruudesta.

Haastatteluun valittujen luistelijoiden tavoiteorientaatiot poikkesivat joukkueen keskiarvoihin nähden toisen tai molempien orientaatioiden suhteen paljon. Haastatellut olivat kaikki yleisesti ottaen melko voimakkaasti tehtäväorientoituneita, mutta kilpailusuuntautuneisuudessa osa oli joukkueeseen nähden voimakkaasti orientoituneita (3,7 ja 3,8), osa alhaisesti orientoituneita (1,0) ja osa siltä väliltä.

Haastatteluissa esitettyyn kysymykseen onnistumisen tunteen perusteista kaikki vastasivat muun muassa hyvän tai virheettömän ohjelman suorituksen. Voimakkaasti kilpailusuuntautunut luistelijä lisäsi vastaukseensa myös, että ”silloin ku tulee voitto niin hyvä fiiliskin”. Kysyttäessä käsityksiä syistä, jotka johtavat huippujoukkueiden menestymiseen, keskimääräisesti tai alhaisesti kilpailusuuntautuneet haastateltavat painottivat kovan harjoittelun merkitystä. Voimakkaasti kilpailusuuntautuneet haastateltavat uskoivat syinä olevan esimerkiksi luistelijoiden kyvykkyyden ja itsevarmuuden sekä parempien puitteiden niin rahan kuin harjoitusolosuhteiden suhteen.

Vastauksissaan liittyen urheiluharrastuksensa merkitykseen useimmat mainitsivat, että harrastuksensa myötä oppii sietämään ja tulemaan toimeen erilaisten ihmisten kanssa. Oppimisella ylipäätään oli suuri merkitys; yksi haastateltavista mainitsi taitoihin liittyvän uuden oppimisen ja toinen arjen ajankäytön kehittymisen. Harrastuksen socialisoiva arvo näkyi myös vastauksessa, että sen mukana saa kavereita. Yksi mainitsi liikunta-harrastuksella olevan merkityksensä myös kunnon ylläpitämisessä.

Kysyttäessä muita tekijöitä, jotka motivoivat harrastamaan nimenomaan muodostelmaluistelua, vastauksissa mainittiin uuden oppimisen ja kavereiden lisäksi itse luistelu: vauhti, toiminta ja tekeminen. Yksi korosti mahdollisuutta luistella joukkueena: ”Se ei jännitä niin paljoo ku ei tarvii yksin luistella.” Toinen totesi yksinkertaisesti: ”No sitä on jotenki vaan aina luistellu.” Voimakkaasti kilpailusuuntautuneet haastateltavat mainitsivat motiiveiksi myös osaamisen, kyvykkyyden tunteen ja sen, että pääsee aina kisoihin näyttämään muille harjoittelun tuloksen.

Haastateltavilta kysyttiin myös harrastuksen tuottamista tunteista, kuten mikä tuottaa muodostelmaluistelussa esimerkiksi iloa ja mikä mahdollisesti aiheuttaa ahdistusta. Yhteishenki ja yhteinen ”hyvä fiilis” niin harjoituksissa, pukukopeissa, kisoissa ja esiintymisissä kuin kisa-hotelleissakin olivat suurimmalle osalle ilon lähteitä. Yksi mainitsi myös itse luistelun: ”Saa tehä liukuja ja kaaria.” Nimenomaan ahdistusta ei harrastuksen koettu aiheuttavan, mutta murhetta saa toisinaan aikaan oma tai joukkueen väsymys ja rankat harjoitukset. Yhtä harmittaa luistelijoiden eritasoinen sitoutuminen, toista kisoissa kaatuminen tai ideoiden huomiotta jättäminen.

Kysyttäessä suoraan haastateltavan kilpailuhenkisyydestä voimakkaasti kilpailusuuntautuneet luistelijat olettivat olevansa kilpailuhenkisiä ja pitivät kilpailemisesta. Alhaisesti kilpailusuuntautuneet sanoivat pitävänsä kilpailuista, mutta lähinnä niissä esiintymisestä ja hotelliin majoittumisesta.

SM-kilpailujen jälkeen tehtyjen puhelinhaastattelujen perusteella kaikki haastateltavat olivat tyytyväisiä sekä sijoitukseen (11/12) että suorituksiin. Haastateltavista voimakkaammin kilpailusuuntautuneet olivat iloisia siitä, ettei joukkue ollut ainakaan viimeinen. Lopputulos oli osalle kilpailuorientaation voimakkuudesta riippumatta yllätys.

”Päänahan” saavuttaminen oli yhden, yleisellä tasolla keskimääräisesti molemmissa tavoiteorientaatioissa suuntautuneen luistelijan mielestä selkeästi ansaittu voitto, koska taakse jäänyt joukkue ”hapuili enemmän kuin me”. Muiden mielestä kahden kauppa oli jo nyt kova kisa: ”Enää mielipiteestä kiinni.” Yksi epäili, ettei toisen joukkueen kaatumisella olisi ollut merkitystä.

9.2 Joukkueen luistelijoiden tavoiteorientaatiot valmentajan näkemänä, sekä niiden yhteys luistelijoiden tavoiteorientaatioihin

Valmentajan arvioitua yksittäisten luistelijoiden tavoiteorientaatioita, tuli joukkueen keskiarvoksi tehtäväsuuntautuneisuudessa 4,68 ja kilpailusuuntautuneisuudessa 2,78. Valmentajan antamat arvot hajasivat vähemmän kuin joukkueen antamat arvot. Valmentajan näkemän tehtäväsuuntautuneisuuden keskihajonta oli 0,22 ja luisteliijoille annettujen keskiarvojen vaihteluväli 4,17-5,00. Kilpailusuuntautuneisuuden keskihajonta oli 0,61 ja arvojen vaihteluväli 1,83-3,83.

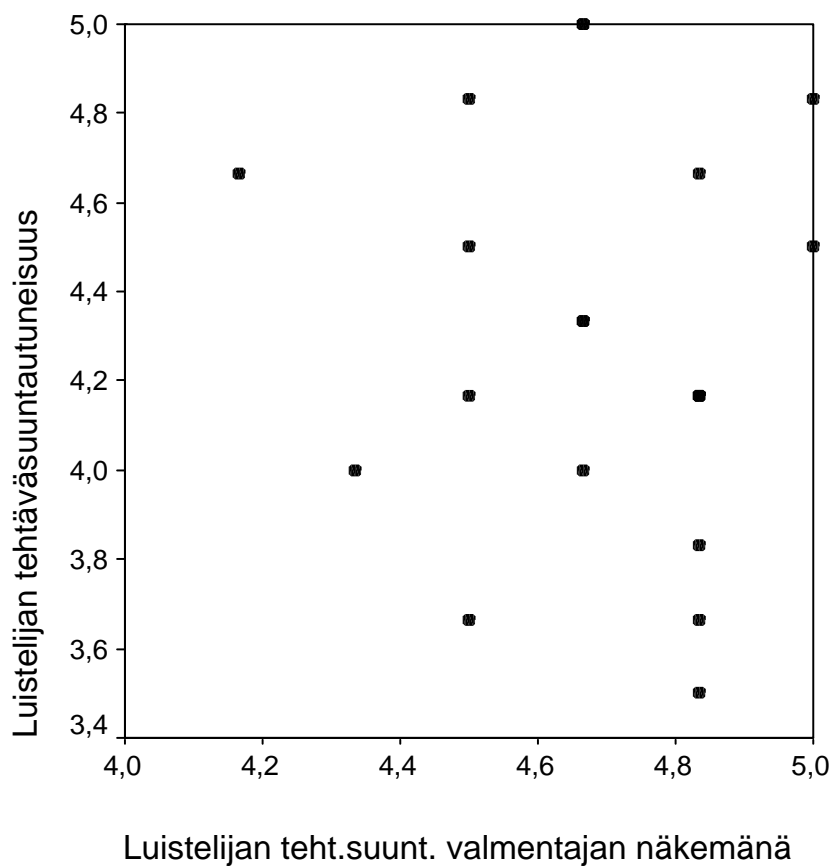
Valmentajan näkemien tavoiteorientaatioiden ja luistelijoiden tavoiteorientaatioiden keskiarvojen eron tilastollista merkitsevyyttä mitattiin t-testillä. Tehtäväsuuntautuneisuuden suhteen ero oli tilastollisessa mielessä merkitsevä ($p < .01$) eli valmentaja oletti luistelijoiden olevan voimakkaammin tehtäväorientoituneita kuin mitä luistelijat itse kokivat (taulukko 3). Kilpailusuuntautuneisuudessa keskiarvojen ero oli tilastollisessa mielessä melkein merkitsevä ($p < .05$), joten valmentajan voidaan katsoa nähneen luistelijansa myös jonkun verran voimakkaammin kilpailuorientoituneiksi kuin mitä he itse arvioivat (taulukko 3).

TAULUKKO 3. Joukkueen (n=20) tavoiteorientaatio luistelijoiden kokemana ja valmentajan näkemänä (t-testi, suunnattu)

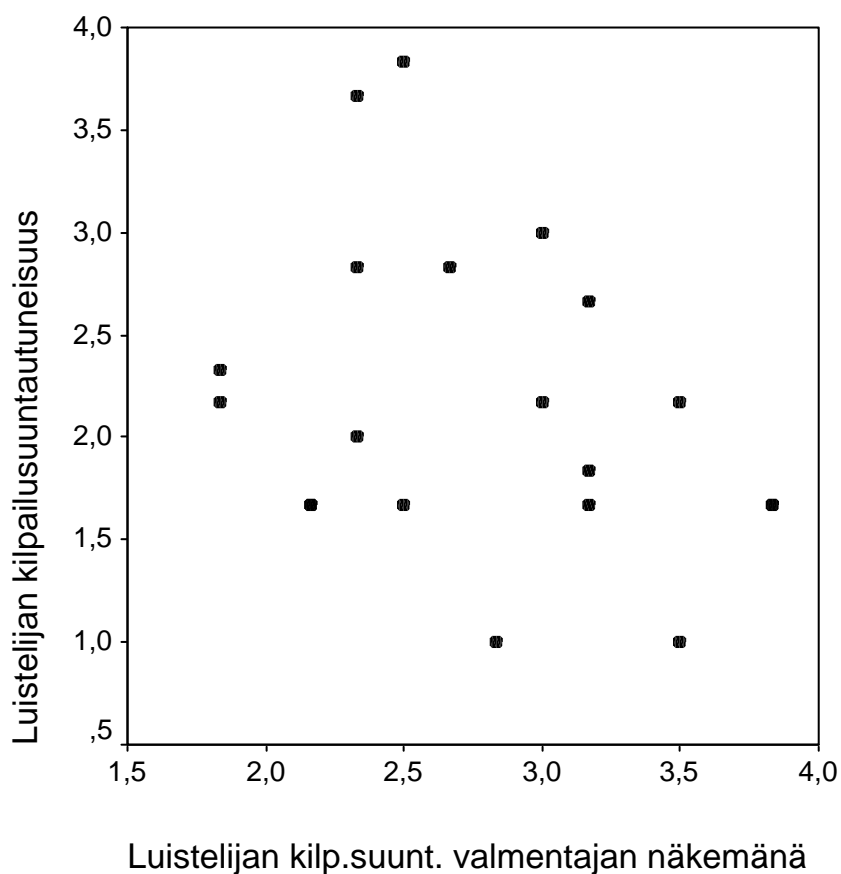
Tavoiteorientaatio	Arvioija	Tavoiteorientaatiomittarin		t-testi	
		ka	kh	t-arvo	p-arvo
Tehtäväorientaatio	Luistelijat	4,30	0,45	-3,34	0,0015**
	Valmentaja	4,68	0,22		
Kilpailuorientaatio	Luistelijat	2,18	0,77	-2,43	0,0125*
	Valmentaja	2,78	0,61		

** = $p < .01$, * = $p < .05$

Vertailtaessa tuloksia yksittäisten luistelijoiden tasolla hajosivat valmentajan näkemykset ja luistelijoiden näkemykset toisistaan selvästi (kuviot 1 ja 2). Tilastollisessa mielessä näkemysten välille ei löytynyt merkitsevää lineaarista yhteyttä.



KUVIO 1. Luistelijoiden ja valmentajan näkemän tehtäväsuuntautuneisuuden yhteys (korrelaatio)



KUVIO 2. Luistelijoiden ja valmentajan näkemän kilpailusuuntautuneisuuden yhteys (korrelaatio)

Haastattelussa valmentajalta kysyttiin muun muassa, kuinka hyvin hän olettaa tuntevansa luistelijansa. Tähän valmentaja vastasi tuntevansa ”osan ihmisistä aika hyvin ja osan ihmisistä en vielä hirveen hyvin”. Ison ryhmän kanssa valmentaja käy kahdenkeskistä keskustelua harjoituspäiväkirjojen avulla. Kysyttäessä osaako valmentaja arvioida, mistä joku luisteliijoista esimerkiksi motivoituu, uskoi hän tietävänsä kaikkien kohdalla mistä narusta vetää. Valmentaja oli sitä mieltä, että nähdessään miten yksilö toimii urheilijana ja luistelijana, tietää hän myös melko hyvin miten yksilöä voi motivoida. Henkilökohtaisesti luistelijaa ei sitä varten välttämättä tarvitse tuntea. Käytännön esimerkkinä valmentajalta kysyttiin luistelijoiden suhtautumisesta onnistumiseen. Osaisiko hän nimetä luisteliijoita, joille kilpailun sijoitus määrittelee onnistumisen ja merkitsee ylipäättään enemmän kuin hyvä suoritus tai päinvastoin. Osa valmentajan mainitsemista luisteliijoista määritteli

itsensä tavoiteorientaatiomittarin perusteella eri tavalla kuin valmentaja, osa jopa täysin vastakkaisesti. Pari mainittua nimeä osui myös kohdalleen.

9.3 Luistelijoiden koettu motivaatioilmasto ja sen yhteys heidän tavoiteorientaatioihinsa

9.3.1 Vallitseva motivaatioilmasto luistelijoiden kokemana

Joukkueen luistelijat kokivat vallitsevan motivaatioilmaston melko voimakkaasti tehtäväsuuntautuneeksi (3,80) ja melko alhaisesti kilpailusuuntautuneeksi (2,00). Keskihajonnat arvoille olivat 0,36 ja 0,49. Tehtäväsuuntautunutta ilmasto mittaavista ulottuvuuksista korkeimman keskiarvon sai yrittämisen vahvistaminen –ulottuvuus (4,00). Kilpailusuuntautunutta ilmasto mittaavista ulottuvuuksista korkeimman keskiarvon sai eriarvoinen huomiointi –ulottuvuus (2,24), mutta myös tehtäväsuuntautunut ulottuvuus jokaisen yksilön tärkeydestä (urheilijan merkitsevyys) sai korkean keskiarvon 3,86 (taulukko 4).

TAULUKKO 4. Luistelijoiden kokema motivaatioilmasto (n=20)

Ulottuvuudet	Keskiarvo	Keskihajonta
Koettu tehtäväilmasto	3,80	0,36
Yhteistoiminnallisuus	3,59	0,53
Urheilijan merkitsevyys	3,86	0,59
Edistyminen	3,74	0,47
Yrittämisen vahvistaminen	4,01	0,34
Koettu kilpailuilmasto	2,00	0,49
Virheistä rankaiseminen	2,07	0,39
Eriarvoinen huomiointi	2,24	0,80
Joukkueen sisäinen kilpailu	1,70	0,56

Myös haastateltujen luistelijoiden joukossa kaikki kokivat tehtäväilmaston yleisesti ottaen vähintään melko voimakkaaksi ja kilpailuilmaston tehtäväilmastoa alhaisemmaksi. Joukkueen keskiarvoihin nähden haastatellut luistelijat kokivat lähinnä kilpailuilmaston selvemmin poikkeavasti suuntaan tai toiseen. Motivaatioilmastoon liittyviin kysymyksiin annetut suulliset vastaukset eivät olleet yhtä selkeästi kyselymittarin antamien tulosten suuntaisia kuin tavoiteorientaatioiden kohdalla. Haastateltujen vastaukset olivat osaan kysymyksistä samanlaisia huolimatta eroista koetussa motivaatioilmastossa. Osa luistelijoiden suullisista vastauksista oli linjassa heidän kyselymittarin mukaisen koetun ilmaston kanssa, osa oli päinvastoin.

Selvitettäessä kokeeko haastateltavat, että joukkueen sisällä olisi jonkinlaista kilpailua luistelijoiden kesken vastasivat nämä negatiivisesti kautta linjan. Kukaan ei kokenut, että valmentajan huomiosta kilpailtaisiin. Ohjelmapaikkojen suhteen vastaukset olivat myös samansuuntaisia, niistä ei uskottu olevan kilpailua. Tekniikkaharjoituksesta käytettiin esimerkkinä askelharjoittelua ja kysyttiin oliko tällaisen harjoituksen aikana koettu olevan kilpailua. Varsinaisesti kilpailua ei koettu olevan, mutta osa myönsi, että toisten suorituksia tulee tarkkailtua: ”Aina tulee seurattua niitä joilla on hyvä askeltekniikka et miten ne pitäis tehdä.” Joukkueeseen nähden voimakkaasti ilmaston kilpailusuuntautuneeksi kokeneet saivat seuraamisesta kannustusta tai harmitusta: ”Jos [joku] tekee hirveen hyvin ja hirveen hienosti niin - - kyllä minunkin sitte pitäis tehdä paremmin” ja ”Jos joku ei tee [niin kuin on sovittu] että harmittaa.”

Joukkueen luistelijat kokivat yleisesti, että joukkueessa nähdään jokaisen luistelijan olevan tärkeä. Haastateltuja luistelijointa pyydettiin arvioimaan, tulisiko esimerkiksi vammautuneen joukkueen jäsenen lähteä mukaan kilpailuihin vai ei, vaikka hän ei missään tapauksessa voisi luistella. Haastatellut vastasivat myös kaikki tähän kysymykseen puoltavasti koetun tehtäväilmaston tasosta riippumatta. Vammautuneen luistelijan mukaan lähtö nähtiin selviönä: ”Halutaan mukaan”, ”Kyllä se kuitenkin kuuluu siihen joukkueeseen.” Vammautuneelle oltiin valmiita antamaan tiettyjä tehtäviä, kuten kannustaminen, huoltaminen ja asioiden hoitaminen.

Yhtä lailla koko joukkue koki voimakkaasti koko kilpailuilmaston keskiarvoon nähden, että joukkueen luistelijat saavat eriarvoista huomiota. Kyseisen ulottuvuuden keskihajonta

oli suuri ja suurempi kuin muissa ulottuvuuksissa. Haastatelluilta luistelijoilta kysyttiin arvioita siitä, suhtaudutaanko joukkueessa tasavertaisesti poissaoloihin ja koetaanko valmentajan palautteen olevan tasavertaista. Myös haastateltujen joukossa näkemykset hajosivat paljon. Henkilökohtaisen, kyselymittariin pohjautuvan koetun motivaatioilmaston tasolla ei ollut näennäistä yhteyttä suullisiin vastauksiin. Kaikkien haastateltujen mukaan joukkuetta ylipäättään ärsyttää ja harmittaa pitkät poissaolot ja se, että ohjelmia joudutaan tekemään vajaalla kokoonpanolla. Osa koki, että suhtautuminen on samanlaista, oli poissa kuka tahansa. Osa taas koki, että toisille sairaille sallitaan lepo ja toisille ei. Yksi totesi joukkueessa olevan eri tavalla itseään esiintuovia ihmisiä, ja koki, että vähän hiljaisempien ihmisten ”annetaan niinku helpommin olla [pois]”.

Valmentajan palautteen tasavertaisuudesta kysyttäessä yhdellä haastatelluista ei ollut asiasta näkemystä ollenkaan. Yhden mukaan ”joskus tuntuu et joku saa enemmän moitteita”. Suurin osa koki, että palautetta tulee ylipäättään ansaitusti. Osa näistä vastasi palautetta tulevan toisille enemmän ja toisille vähemmän: ”Ei varmaan noi ihan niiku parhaat aina [saa] nii paljoo”, toiset kokivat sitä tulevan silti tasapuolisesti.

Virheistä rankaiseminen –ulottuvuudesta joukkue oli eniten yksimielinen. Sen ei koettu olevan kovinkaan voimakkaasti osa vallitsevaa motivaatioilmastoa. Haastateltavien kanssa keskusteltiin suhtautumisesta mokaamiseen, kaatumiseen tai väärin tekemiseen. Jokainen myönsi, että omat virheet harmittavat. Haastateltavat kertoivat, että virheen jälkeen saatetaan lohduttaa tai olla sanomatta mitään. Omassa suhtautumisessa muiden virheisiin oli pieniä eroja. Alhaiseksi joukkueen kilpailuilmaston kokeneet haastateltavat näkivät, ettei virheille mitään voi, vaikka joukkueen puolesta harmittaisikin. ”Ei kukaan oo sen takii mitään huonompi tai mitään.” Eräs ilmaston voimakkaammin kilpailusuuntautuneeksi kokenut sanoi toisten virheiden harmittavan, jos ohjelma on helppo itselle tai kaatuneen luistelijan paluu riviin kestää kovin kauan.

Yrittämisen vahvistaminen –ulottuvuuden hengessä tehtyyn kysymykseen joukkueelle asetetusta kisatavoitteesta saatiin haastateltavilta osaksi melko samanlaisia vastauksia. Jokainen näki joukkueen tavoittelevan onnistuneita tai hyviä suorituksia. Yksi lisäsi vielä tehtäväilmaston hengessä, että yritettäisiin tehdä vielä paremmin kuin aiemmissa kilpailuissa. Haastateltavista he, jotka kokivat motivaatioilmaston myös voimakkaammin

kilpailusuuntautuneeksi, mainitsivat suoritusten lisäksi joukkueella olevan tavoitteena lähteä haastamaan edellisten kisojen tuloksissa lähimpänä olleita joukkueita. Mainittiin myös, että ”lähetään hakee että ei nyt viimesiä että vaikka toiseks viimesiä sitte” ja ”että lähetään näyttää että - - kuinka kovaa ollaan harjoteltu”.

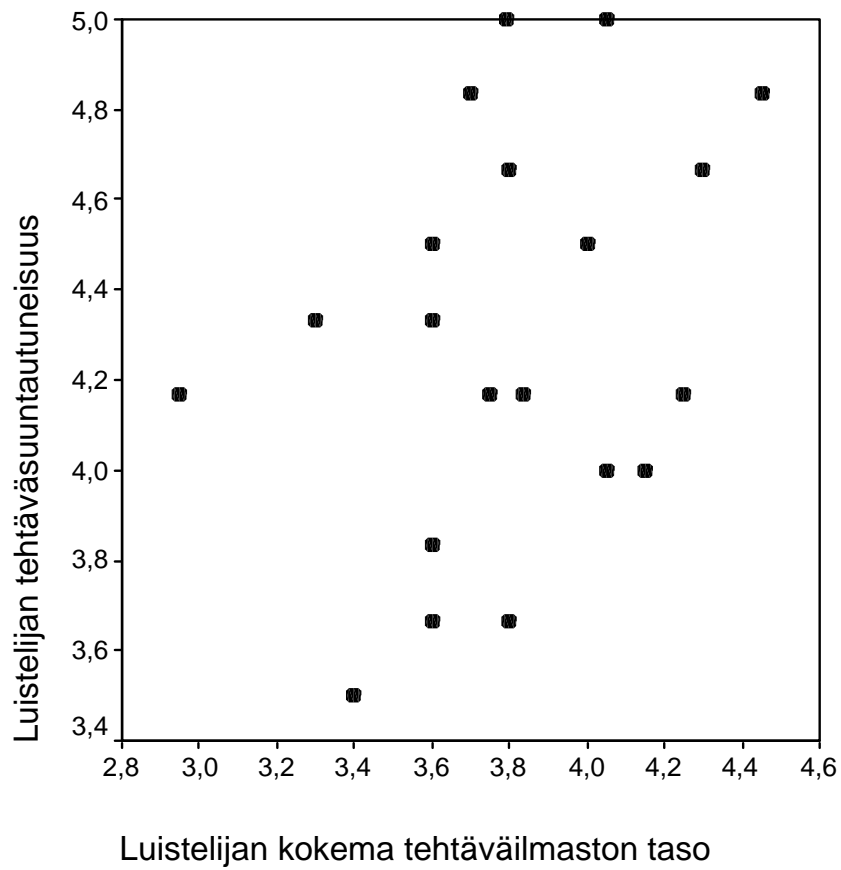
9.3.2 Luistelijoiden kokeman motivaatioilmaston yhteys heidän tavoiteorientaatioihinsa

Luistelijoiden kokeman motivaatioilmaston ja heidän tavoiteorientaatioidensa yhteyttä tutkittiin Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimen avulla. Koetun tehtäväilmaston ja luistelijoiden tehtäväorientaation välillä oli heikko yhteys ($r=.34$), mutta se ei ollut tilastollisesti merkitsevä. Koetun kilpailuilmaston ja luistelijoiden kilpailuorientaation välillä oli kohtalainen, melkein voimakas positiivinen yhteys ($r=.66$), joka oli myös tilastollisesti merkitsevä (taulukko 5, kuvat 3 ja 4).

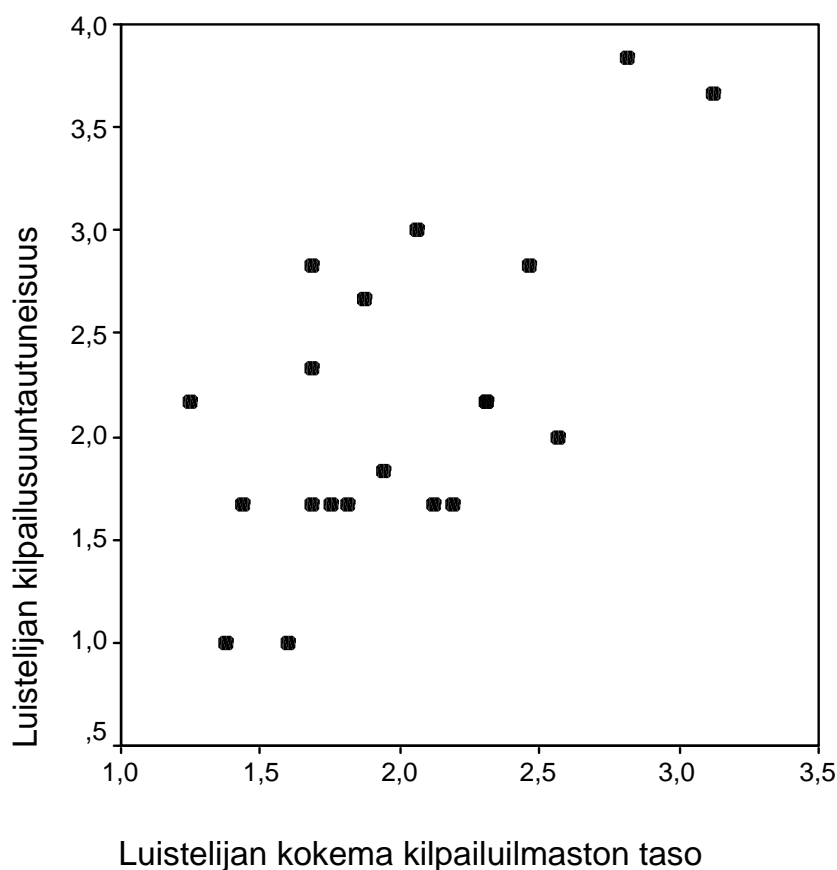
TAULUKKO 5. Koetun motivaatioilmaston ja luistelijoiden tavoiteorientaatioiden väliset yhteydet (Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokerroin, suuntaamaton)

		Luistelijoiden tehtäväorientaatio	Luistelijoiden kilpailuorientaatio
Koettu tehtäväilmasto	r	0,34	0,14
	p-arvo	0,15	0,56
	N	20	20
Koettu kilpailuilmasto	r	0,37	0,66**
	p-arvo	0,11	0,002
	N	20	20

** = $p < .01$



KUVIO 3. Luistelijoiden tehtäväsuuntautuneisuuden ja koetun tehtävämaston tason yhteys (korrelaatio)



KUVIO 4. Luistelijoiden kilpailusuuntautuneisuuden ja koetun kilpailuilmaston tason yhteys (korrelaatio)

9.4 Vallitseva motivaatioilmasto valmentajan kokemana ja sen yhteys luistelijoiden kokemaan motivaatioilmastoon sekä havaittuun todellisuuteen

Joukkueen valmentaja koki vallitsevan motivaatioilmaston melko voimakkaasti tehtäväsuuntautuneeksi (4,10) ja melko alhaisesti kilpailusuuntautuneeksi (2,06). Tasot olivat näennäisesti hyvin samanlaisia kuin luisteliijoilla, etenkin koetun kilpailuilmaston taso (3,80 ja 2,00). Tilastollisessa mielessä mahdollista eroa ei kuitenkaan voitu mitata johtuen kahden vertailtavan ryhmän erisuuruudesta.

Valmentaja vastasi myös koettua motivaatioilmastoa kartoittaviin haastattelukysymyksiin. Kysyttäessä suhtautumisesta luistelijoiden poissaoloihin valmentaja myönsi suhtautuvansa

niihin eri tavalla riippuen luistelijasta. Hän myös uskoi koko joukkueen tekevän niin. Periaatteessa joukkueessa on ”säännöt et vaan ollaan pois jos on kipee tai joku häät tai hautajaiset tyyliin.” Mutta joidenkin kohdalla valmentaja joutuu vasten tahtoaan joustamaan. Esimerkiksi toisille poissaolot työn takia ovat harrastamisen elinehto. Valmentaja selitti olevansa pattitilanteessa, koska luisteliijoita on liian vähän. Heistä on pidettävä kiinni, vaikka sitten kompromisseilla.

Valmentaja itse uskoi antavansa palautetta tasapuolisesti. Kohdehenkilöä enemmän palautteen antoon vaikuttaa tämän mieliala tai vireystila. Valmentaja sanoi tällöin hiukan miettivänsä miten sanansa valitsee. Hän myönsi kuitenkin, että luistelijoiden tasoeroista johtuen, rakentavaa tai korjaavaa palautetta tulee annettua toisille enemmän. Luisteliijoilta saadun palautteen avulla valmentaja on oppinut myös kannustamaan heikompia. Tasapuolisuuden hän koki haasteeksi.

Tietynlainen eriarvoinen huomio näkyy myös videolla. Valmentajan antama huomio perustuu moniin erilaisiin syihin. Joukkueen kapteenia valmentaja kuuntelee enemmän kuin muita. Joukkueen uusimman luistelijan kanssa valmentajan tulee keskusteltua enemmän kuin muiden kanssa, lähinnä kannustavasti, koska luistelijalla ei vielä ole paikkaa ohjelmassa. Todella monia eri nimiä kuitenkin kuuluu, kun valmentaja antaa palautetta esimerkiksi askelharjoituksen aikana.

Haastatelluilta luisteliijoilta kysyttiin myös, mistä he ovat saaneet palautetta harjoituksissa. Jokainen mainitsi saaneensa korjaavaa palautetta. Pari sanoi saaneensa myös kannustusta ja palkitsevaa palautetta. Valmentajan mukaan hän antaa harjoituksissa palautetta myös onnistumisista ja kehittymisestä, sekä ”erityisesti siitä kun mä nään et ne tekee töitä - - hiki virtaa ja siel on tekemisen meininki ja se asenne on kunnossa”. Hän kertoi arvostavansa urheilullisuutta ja sitoutumista, tärkeämpää on lopulta miten tehdään kuin mitä tehdään.

Videoiden perusteella valmentaja painotti palautteessaan edistymistä ja oppimista, vaikka hänen orientaationsa olikin suorituksissa. Hän kommentoi muun muassa, että ”meni paremmin kuin edellinen [ohjelma]” ja ”huomasitteko että oli enemmän vauhtia”. Toisinaan harjoitusmenetelmänä käytettiin paritarkkailua. Siinä puolet joukkueesta tekee vuorollaan yksin tai yhdessä ohjelman osia ja askeleita, ja jokaista luistelijaa seuraa laidan

vierellä sovittu pari, joka antaa lopuksi palautteen toiminnasta. Valmentajan sanoin: ”Jotta pari oppii.” Videoiden perusteella harjoitukset olivat suurimmaksi osaksi suoritusten tekemistä, kilpailuohjelmia joko kokonaisina tai pätkissä. Silloin tällöin valmentaja arvioi suorituksen normatiivisin kriteerein, tässä tapauksessa antaen ohjelmasta ja siinä tapahtuneiden vähennysten pohjalta tuomaripisteet. Luistelijoiden orientaatio vaikutti olevan myös vahvasti oppimisessa ja kehittämisessä. He esittivät melko paljon kysymyksiä ja tarkennuksia selvittääkseen ohjelmien kohtia itselleen ja muille. Kisoissa pärjääminen ei näyttänyt olevan päällimmäisenä mielessä.

Valmentaja koki kyselylomakkeen perusteella tehtäväilmaston edistyminen –ulottuvuuden eli kehittymisen painottamisen voimakkaaksi tässä joukkueessa (ka 4,20). Luistelijoiden keskiarvo ulottuvuudelle oli pienempi. Yrittämisen vahvistaminen –ulottuvuus, jonka myös luistelijat kokivat voimakkaaksi, sai häneltä vielä korkeamman keskiarvon 4,80. Harjoittelutilanteessa useat yritykset olivatkin sallittuja, se näkyy myös videolla. Videoitujen harjoitusten aikana valmentaja pisti ainoastaan kerran luistelijat suorittamaan toisen ohjelman niin, että sillä kertaa sitä ei toistettaisi. Tavoitteena oli puhdas suoritus.

Yrittämisen vahvistaminen –ulottuvuuden hengessä kysyttiin myös valmentajalta joukkueen kisatavoitteesta. Hän sanoi painottavansa onnistuneita suorituksia ja parhaimpansa yrittämistä. Hän toivoi, että joukkue voisi nauttia tekemisistään. Yhtä lailla hän, kuten osa haastatelluista luistelijoistakin, mainitsi päänahan saalistamisen ja tehdyn työn osoittamisen: ”Pienten osatavoitteiden toteutuminen ni mä uskon että se vie sitten siihen hyvään lopputulokseen toivottavasti myös hyvään loppusijoitukseen!” Valmentaja uskoi myös, että joukkueella olisi tiettyjä pitkäaikaisia ”saalistuskohteita”. Samalla hän toivoi ja uskoi, että joukkue olisi tyytyväinen puhtaisiin suorituksiin sijoituksesta huolimatta, kunhan se on ollut oikeudenmukainen. Kauden tavoite oli kuitenkin jo saavutettu (SM-kisapaikka).

Valmentaja oli henkilökohtaisesti yhtä mieltä haastateltujen luistelijoiden kanssa siitä, että vammautunut luistelijä lähtisi ehdottomasti mukaan kisoihin, vaikka ei voisikaan luistella. Valmentaja perusteli vastaustaan joukkuehengellä. Porukka, joka on koko kauden tehnyt yhteistyötä, tulisi olla yhdessä myös kisoissa. Valmentaja oletti myös, että joukkue olisi samaa mieltä. Hän esitti, että luistelijat kokevat tarvitsevansa toisiaan, yksilö joukkuetta ja

päinvastoin, sekä puhui välittämisestä ja kiintymyksestä ryhmään. Jokaisella yksilöllä on sinänsä tärkeä rooli.

Kyselymittarin mukaan valmentajakaan ei usko, että joukkueessa olisi sisäistä kilpailua ainakaan kovin paljoa. Ulottuvuuden keskiarvo oli hänellä 2,00. Haastattelussa valmentajalta kysyttiin, kokeeko hän, että hänen huomiostaan kilpailtaisiin. Valmentaja kertoi, että ”on joskus tullu semmosii kommentteja et miks sä huomioit jotain enemmän kuin toista ja sillee että oo enemmän tasapuolisempi”. Haastatellut luistelijat kokivat, ettei huomiosta ole kilpailua. Valmentaja myönsi uskovansa, että esimerkiksi ohjelmapaikoista olisi koko ajan vähän pientä kilpailua. Tai ainakin hän yrittää sitä luoda esimerkiksi asettamalla ohjelman paikoille vaihtelupareja. Hän kertoi tavoittelevansa lähinnä sellaista tervettä kilpailua, joka olisi omiaan lisäämään luistelijoiden tsemppiä ja yritystä ja omien mittapuiden mukaan kehittymistä. Haastatelluista luisteliijoista osa myönsi tällaista kokevansa askelharjoittelun aikana. Valmentaja oletti, että jollain luistelijalla saattaa olla halu olla parempi kuin joku toinen, mutta ei uskonut sellaisia olevan tässä joukkueessa kovin montaa. Hyvät ystävät saattavat kisalla keskenään. Valmentaja kertoi myös esimerkin kahden luistelijan vaihtelupaikasta. Hän toivoi, että parista heikompi olisi sisuuntunut ja lähtenyt kamppailemaan ohjelmapaikasta, mutta toisin kävi ja heikompi luovutti.

Valmentajalta kysyttiin myös, miten hän ratkaisee tilanteen, jossa hänellä on kaksi taidollisesti tasavahvaa luistelijaa tarjolla samalle ohjelmapaikalle? Ensimmäiset kriteerit olisivat ahkerampi harjoittelu ja asenne, kummalla on vähemmän poissaoloja ja kummalla enemmän taistelutahtoa. Kisahermot jäävät viimeiseksi tekijäksi, etenkin kisasta ja sen panoksesta riippuen.

Virheistä rankaiseminen –ulottuvuuden pohjalta valmentajalta tiedusteltiin hänen suhtautumistaan luistelijoiden tekemiin virheisiin tai mokiin. Selvät tekniset virheet käsitellään ja korjataan, mutta ajatuksen esimerkiksi kisoissa kaatumisesta tai irtiotosta valmentaja kuittasi käden heilautuksella. Hän korkeintaan lohduttaa, jos moka tekijää harmittaa kovasti. ”Niist ei tehä isoo juttuu koska silloin ei jää semmosta fiilistä että et jännittäaks sitä kaatumista - - se on sallittua siel kisoissa ja sitä tapahtuu ja kun se on sallittua - - ni loppujen lopuks sitä ei tapahdukaan.”

Harjoituksissa oli videoiden perusteella täysin ”sallittua” tehdä virheitä. Valmentaja puuttui moneen kohtaan, jotka sitten korjattiin. Virheet olivat osa oppimista ja kehittymistä. Valmentaja ei reagoinut virheisiin kertaakaan negatiivisesti. Onnistuneiden korjausten jälkeen joukkueesta välittyi onnistumisen tunne ja into.

Valmentaja uskoi joukkueen suhtautuvan mokiin kuten haastatellut luistelijat vastasivat; toisia harmittaa enemmän, toisia ei haittaa laisinkaan. Valmentaja ei koe sitä ongelmaksi. Asiasta on puhuttu joukkueen kesken suoraan ja valmentajan mukaan se osa joukkuetta, joka ottaa homman vähän enemmän tosissaan, on sanonut, että on todella harmissaan mokista niin itselleen kuin muillekin. Sitä ei pidä kuitenkaan ottaa henkilökohtaisesti.

Videoiden pohjalta valmennus vaikutti lopulta melko autoritääriseltä. Tai ainakin viimeinen sana oli aina valmentajalla ja hän vaikutti pitävänsä narut melko tiukasti käsissään. Luistelijoina ei liiemmin rohkaistu tekemään varsinaisia ehdotuksia, mutta niitä kuunneltiin kuitenkin jonkin verran ja toisinaan niitä toteutettiin. Kerran valmentaja sanoi suoraan, että nyt ei kommentteja. Valmentaja kyseli kuitenkin usein suorituksen jälkeen, miltä se tuntui. Hän pisti luistelijat itse ajattelemaan myös esittämällä kysymyksiä liittyen aiempiin keskusteluihin, huomioihin ja teknisiin asioihin. Yhteistoiminnallisin valmennusmetodi oli aiemmin kuvailtu paritarkkailuharjoitus. Haastattelussa valmentaja kuvaili, kuinka hän haluaa ”valmentaa niitä myös niiku isompia kenttiä varten”.

Yhteistoiminnallisuus –ulottuvuuden hengessä kyseltiin sekä luistelijoiden että valmentajan haastatteluissa joukkueen reagoitua vaikeissa harjoitustilanteissa. Esimerkkinä käytettiin tilannetta, että jouduttaisiin harjoittelemaan vajaalla joukkueella tai joukkue olisi fyysisesti kovin väsynyt. Minkälainen olisi tällöin joukkueen henki ja asenne, entä tuleeko niihin muutoksia ja kenen toimesta? Haastateltujen luistelijoiden vastaukset hajosivat täysin. Yksi oli sitä mieltä, että harjoitukset sujuvat yhtä hyvin kuin ennenkin, tulee vaan lisää tsemppiä. Yksi oletti, että joukkue ei tekisi ihan niin täysillä, mutta fiilis olisi sama kuin ennenkin. Osa oli sitä mieltä, että hyvä fiilis purkautuu ja valitusta kuulee enemmän. Joku näki, että tällainen tilanne ärsyttää joukkuetta ja silloin jokainen keskittyy lähinnä omaan suoriutumiseen ja yrittämiseen. Viime mainitulla tavalla asian näki myös valmentaja. Hän koki, etteivät luistelijat kovasti toisiaan rupea kannustamaan, mutta

yrittävät itse kyllä parhaansa, vaikka narinaa syntyykin. Valmentaja kertoi yrittävänsä tällaisissa tilanteissa vetää harjoitukset niin, että niistä olisi mahdollisimman paljon hyötyä kaikesta huolimatta. Hän pyrkii itse kannustamaan joukkuettaan ja muistuttamaan, että ennenkin on vaikeissa tilanteissa saatu onnistumisia aikaan. Haastatellut luistelijat myönsivät, että yleensä valmentaja, joskus myös kapteeni yrittävät ilmapiiriä parantaa ja kannustaa.

10 POHDINTA

Yksi tutkimukseni tarkoituksista oli analysoida tavoiteorientaatioteorian toimivuutta muodostelmaluistelun kaltaisessa kilpaurheilulajissa. Teorian ja siihen perustuvien mittareiden avulla saatiin tutkittavana olleesta joukkueesta ja sen motivaatio-orientaatioista monipuolinen ja kattava kuva.

10.1 Joukkueen tavoiteorientaatioprofiili

Joukkueen luistelijat ovat tutkimuksen mukaan keskimäärin voimakkaasti tehtäväsuuntautuneita ja melko alhaisesti kilpailusuuntautuneita. Voimakkaalla tehtäväsuuntautuneisuudella on aikaisempien tutkimusten (Roberts & Ommundsen 1996; Roberts & Treasure 1995) mukaan positiivista motivationaalista vaikutusta joukkueurheiluun. Etenkin muodostelmaluistelussa, jossa esimerkiksi harjoittelun määrä verrattuna kilpailujen määrään on huomattava, on tästä hyötyä, koska voimakkaasti tehtävä-orientoituneet luistelijat ovat sinnikkäämpiä harjoittelijoita ja näkevät harjoitukset tilaisuutena kehittää taitojaan ja edistää ryhmäkoheesiota. Tutkittavana olleen joukkueen kohdalla tämä on erityisen tärkeää myös sen vuoksi, että joukkueen teknisellä taitotasolla ei ainakaan vielä yllätä kilpailujen korkeimmille sijoille.

Luistelijoiden yksilötason orientaatioprofiileja ei tässä tutkimuksessa otettu kokonaisuudessaan huomioon, koska kaikki luistelijat olivat vähintään melko voimakkaasti tehtäväsuuntautuneita. Kilpailusuuntautuneisuudessa oli enemmän eroa hyvin alhaisesti orientoituneista melko voimakkaasti kilpailuorientoituneisiin luistelijoihin. Tämä otettiin huomioon valittaessa haastateltavia luistelijoina siten, että heidän orientaatioprofiilinsa edustivat erilaisia tyyppisiä. Haastateltavien määrä kattoi neljäosan joukkueesta.

Luistelijoiden haastatteluvastaukset olivat pitkälle linjassa heidän kyselymittariin perustuvien tavoiteorientaatioidensa kanssa. Haastatellut luistelijat vastasivat moniin kysymyksiin keskenään hyvin samansuuntaisesti, mutta osaan kysymyksistä nimenomaan

myös voimakkaan kilpailuorientaation omaavat luistelijat vastasivat tai lisäsivät jotain, joka oli tyypillistä heidän orientaatiolleen. Esimerkiksi keskusteltaessa onnistumisen tunteista kaikki mainitsivat tehtäväorientaation suunnassa suorituksen tason olevan se, joka määrittelee onnistumisen. Ainoastaan voimakkaammin kilpailusuuntautunut luistelija lisäsi, että myös voiton myötä hän kokee onnistuneensa. Haastateltavien käsitykset menestymiseen johtavista syistä tukivat myös aiemmissa tutkimuksissa (mm. Duda & Nicholls 1992; Duda & White 1992; Roberts ym. 1996) saatuja tuloksia. Hallitsevammin tehtäväsuuntautuneet luistelijat painottivat kovan harjoittelun ja yrittämisen merkitystä, kun taas voimakkaammin kilpailuorientoituneet luistelijat näkivät, että korkeampi kyvykkyys ja ulkoiset tekijät kuten raha ja paremmat harjoitteluolosuhteet vievät menestykseen. Tutkittavana olleen joukkueen kannalta on hyvä, että näillä voimakkaammin kilpailuorientoituneilla luisteliijoilla on orientaatioprofiilissaan myös voimakas tehtäväsuuntautuneisuus, koska kyseessä oleva joukkue on kyvyiltään kovin heterogeeninen eivätkä heikkojen taloudellisten resurssien luomat olosuhteetkaan yllä samalle tasolle kuin monen muun joukkueen kohdalla. Voitto on tässä vaiheessa mahdollista saavuttaa lähinnä lähimmistä kilpakumppaneista, mestaruuteen ei ole asiaa. Kova työnteko ja harjoittelu ovat keinoja, joilla asiaa voi yrittää muuttaa.

Haastateltavien vastaukset liittyen urheiluharrastuksensa merkitykseen ja sen tuottamiin tunteisiin olivat hyvin samansuuntaisia ja tehtäväorientoituneille tyypillisiä riippumatta henkilön kilpailusuuntautuneisuuden määrästä. Aikaisempia tutkimustuloksia (Duda 1989; Roberts & Ommundsen 1996; Roberts ym. 1996) tukien kaikki haastatellut luistelijat painottivat harrastuksensa sosiaalista ja opettavaista arvoa. Tämä tukee myös Roberts ym. (1996) tutkimuksessaan tekemää havaintoa, jonka mukaan voimakkaasti molemmissa suuntauksissa orientoituneet urheilijat näyttäisivät omaavan tiettyihin tekijöihin liittyen samanlaisen suhtautumistavan kuin voimakkaasti tehtävä- mutta alhaisesti kilpailu- orientoituneet urheilijat.

Haastateltujen luistelijoiden vastauksista päätellen heidän harrastuksensa tuottaa heille kaikille usein iloa ja useimmiten myös tyytyväisyyttä. Roberts ym. (2001) mukaan tämä on yhteydessä juuri tehtäväsuuntautuneisuuteen. Saman tutkimuksen mukaan kilpailusuuntautuneiden urheilijoiden kohdalla tulokset ovat olleet samanlaisia silloin, kun urheilija on kokenut kyvykkyytensä korkeaksi. Tässä tutkimuksessa kohdejoukolta ei

mitattu heidän koettua kyvykkyyttään, mutta koska tunnen luistelijat ja heidän kykynsä, uskoisin, että voimakkaammin kilpailuorientoituneiden haastateltujen luistelijoiden kohdalla kyse on juuri tästä. Roberts (2001) mukaan kilpaharrastuksen mahdollisesti aiheuttama ahdistus on yleensä yhteydessä kilpailuorientaatioon ja ahdistuksen kokeminen riippuu koetun kyvykkyyden tasosta. Haastatelluista luisteliijoista kukaan ei kokenut harrastuksen aiheuttavan ahdistusta. Tutkimusten (Duda 1988; Roberts 2001) mukaan tehtäväsuuntautuneisuus ja urheilun ilo ovat tärkeitä tekijöitä harrastamisen jatkuvuuden kannalta. Tutkittavan joukkueen kannalta tämä on oleellista, koska lajin harrastajien määrä on rajallinen ja etenkin kyseessä olevalla paikkakunnalla jopa liian pieni.

Tutkimukseen osallistuneelle joukkueelle ja joukkueen voimakkaammin kilpailusuuntautuneille luisteliijoille on etua samanaikaisesta voimakkaasta tehtäväsuuntautuneisuudesta myös siksi, että näin ollen kaikki kokevat toisensa ja yhteishengen tärkeiksi. Tutkitusti (White & Duda 1994) voimakkaasti kilpailuorientoituneet urheilijat eivät välttämättä näe joukkueeseen kuulumista syyksi toimintaan osallistumiselle. Eli vaikka voimakkaammin kilpailusuuntautuneet haastateltavat mainitsivat lajinsa harrastamisen motiiveiksi muun muassa huomion saavuttamisen, tarkoitti se tässä tapauksessa ennen kaikkea sitä, että on kiva näyttää kisoissa yhdessä mitä on saatu aikaan.

Joukkueen tavoiteorientaatioprofiili oli tyypillisyydessään sille melko sopiva. Kilpailusuuntautuneisuuden voimakkuus on helppo ymmärtää, onhan kyseessä kilpaurheilulaji. Se, että sen määrä vaihtelee suuresti luistelijoiden kesken, saattaa olla osaksi selitettävissä yksilön kilpailuhenkisyydellä ja kilpailemiseen liittyvillä tavoitteilla. Kilpailuhenkisyyteen liittyvät vastaukset tulivat haastatelluilta luisteliijoilta melko tarkasti henkilön kilpailuorientaation voimakkuuden suunnassa. Yhtä lailla kilpailuista pidettiin joko itse kilpailemisen vuoksi tai jonkun muun sen mukana tulevan hyödyn, kuten esiintymisen tai matkailukokemuksen takia. Toisaalta Niemisen ym. (2001) tutkimuksessa saatiin suomalaisten tanssin opiskelijoiden keskuudessa samanlainen tulos; tanssijat olivat selvästi tehtäväorientoituneita, mutta osa oli lisäksi jonkin verran myös kilpailusuuntautuneita. Koska kyse ei kuitenkaan ollut säännöllisesti kilpailevista urheilijoista, voi olla mahdollista, että kyseessä oleva tavoiteorientaatioprofiili olisi tyypillinen esteettisen lajin harrastajille.

Toisaalta Duda (2001) esittää, että yksilön orientaatioiden tasot olisivat yhteydessä hänen kilpailutasoonsa. Suurin osa huippu-urheilijoista on hänen mukaansa suuntautunut voimakkaasti molemmissa orientaatioissa. Herää kysymys, kumpi on syy ja kumpi seuraus. Jos tutkittavassa joukkueessa kaikilla luistelijoilla olisi suhteellisen voimakkaat molemmat tavoiteorientaatiot, kilpailisivatko he korkeammista sijoituksista?

Tutkittavan joukkueen valmentajan tavoiteorientaatio oli omana luisteluaikanaan ollut molemmissa suuntauksissa näennäisesti voimakkaampi kuin tutkittavan joukkueen keskimäärin. Tilastollista vertailua ei ollut mahdollista tehdä, mutta tiedossa on, että valmentajan oma joukkue taisteli aikoinaan SM-tason kärkipaikoista. Valmentajan haastattelussa kysyttiin muun muassa, kokiko hän tavoitteidensa muuttuneen sitten oman luisteluaikansa ja suhteessa nykyiseen joukkueeseen. Hän myönsi, ettei nykyään aseta samalla tavoin enää sijatavoitteita kuin ennen. Hän on joutunut monipuolistamaan ja pienentämään tavoitteita. Mukaan on tullut myös itse luistelusta nauttimiseen liittyviä tavoitteita, kuin myös yleiseen kasvatukseen liittyviä tavoitteita. Osa tästä selittyy selvästi roolin vaihdoksella luistelijasta valmentajaksi, mutta hänen on täytynyt huomioida myös joukkueen tason erilaisuus. Mielenkiintoista olisi ollut huomata kysyä valmentajalta, kokeeko hän omanneensa luisteluaikanaan erilaisen vai samanlaisen tavoiteorientaation kuin valmentamansa joukkue tutkimuksen aikana.

10.2 Valmentajan arvio joukkueensa tavoiteorientaatiosta ja sen vertailu luistelijoiden kokemiin tavoiteorientaatioihin

Joukkueen valmentajan arviointikyky osoittautui yhtä ristiriitaiseksi kuin valmentajilla aiemmissakin tutkimuksissa (Hanson & Gould 1988; Huddleston & Garvin 1995; Martens ym. 1980). Ristiriitaisuutta ilmenee sekä tämän tutkimuksen sisällä että sen tuloksissa verrattuna Huddlestonin ja Garvinin (1995) tutkimukseen.

Koko joukkueen tasolla valmentaja arvioi joukkueen tavoiteorientaation samansuuntaiseksi kuin luistelijat itse, tosin voimakkaammaksi molemmissa suuntauksissa. Vaikka kilpailusuuntautuneisuuden kohdalla ero oli tilastollisesti melkein merkitsevä, oli sen p-arvo (0,0125) niin lähellä merkitsevän rajaa (0,01), että eron voidaan

katsoa olevan jossain määrin todellinen. Tulos poikkeaa Huddlestonin ja Garvinin tutkimuksen (1995) tuloksesta, jossa valmentajien arviot valmennettaviensa tavoiteorientaatioista olivat tarkkoja ja samanlaisia urheilijoiden omien arvioiden kanssa. Vaikka Huddlestonin ja Garvinin tutkimuksessa (1995) arvioitavia urheilijoita oli yli kahdeksankymmentä, olivat valmentajat tehneet näiden kanssa yhteistyötä jo neljän vuoden ajan. Tutkijat toteavatkin yhteenvedossaan tuloksen kertovan siitä, että valmentajat tunsivat urheilijansa riittävän hyvin. Lisäksi yliopistotason päävalmentajien voidaan olettaa kartuttaneen jo jonkun verran ikää ja valmennuskokemusta, vaikka näistä ei tutkimuksessa ole mainintaa. Tämän tutkimuksen kohdejoukkueen valmentaja oli tutkimushetkellä 21-vuotias ja hänen valmennuskokemuksensa koostui vajaasta kahdesta kaudesta, jotka hän on tehnyt yhteistyötä kyseessä olevan joukkueen kanssa. Ikä ja kokemus lisännevät kykyä arvioida valmennettavia heidän kanssaan vietetyn ajan määrän lisäksi.

Siihen, miksi valmentaja näki joukkueensa tavoiteorientaatiot nimenomaan voimakkaammiksi kuin luistelijat itse, ei tämän tutkimuksen perusteella pysty luotettavasti vastaamaan. Huddlestonin ja Garvinin (1995) tutkimuksessa tutkijat esittivät, että esimerkiksi valmentajan oma kilpailullisuus vaikuttaisi hänen arvioihinsa koskien valmennettaviensa kilpailullisuutta, mutta tätä ei pystytty toteamaan, koska ominaisuutta ei valmentajista tutkittu. Tämän tutkimuksen kohdejoukkueen valmentajan tavoiteorientaatiot ovat omana luisteluaikanaan olleet voimakkaampia kuin hänen luistelijoidensa tutkimushetkellä. Lisäksi haastattelussaan valmentaja myönsi, että henkilökohtaisesti hän uskoo joukkueensa voivan kilpailuissa sijoittua korkeammallekin, mutta ei uskalla asettaa sitä julkisesti joukkueen tavoitteeksi. Valmentajan vallitsevaa tavoiteorientaatiota ei kuitenkaan mitattu, jolloin ei voi arvioida sitä, vaikuttaako valmentajan oma tavoiteorientaatio hänen arvioihinsa luistelijoidensa orientaatiosta.

Vertailtaessa yksilöittäin valmentajan arvioituja ja luistelijoiden koettuja orientaatioita keskenään näkemykset olivat jopa täysin vastakkaisia. Kappaleessa 9.2 esiteltyjen kuvien 1 ja 2 perusteella voidaan todeta, että useimpien luistelijoiden kohdalla näkemykset eivät kohtaa; valmentajan arviot luistelijoidensa tavoiteorientaatioista ovat erilaisia kuin heidän omansa. Kilpailusuuntatuneisuudessa näyttäisi olevan osan kohdalla jopa niin, että mitä voimakkaammin kilpailuorientoituneeksi valmentaja on tietyn

luistelijan arvioinut, sitä alhaisemmin luistelijä itse on kokenut olevansa kilpailusuuntautunut ja päinvastoin. Tutkimuksen aineiston perusteella joukkueessa luisteltujen vuosien määrällä tai luistelijan iällä ei vaikuttanut olevan merkitystä valmentajan arvion tarkkuuden kanssa.

Haastattelussa valmentaja myönsi tuntevansa osan luisteliijoista paremmin kuin toiset. Hän uskoi kuitenkin tietävänsä jokaisen luistelijan käyttäytymisen ja toiminnan perusteella, mikä tätä motivoi. Valmentaja koki, ettei sitä varten tarvitse luistelijaa välttämättä henkilökohtaisesti niin hyvin tuntea. Teorian mukaan yksilön toiminnan motiivit, sille asetetut tavoitteet nimenomaan määräävät, millaista käyttäytyminen on. Yksi syy sille, miksi valmentajan arviot kuitenkin erosivat luistelijoiden koetusta tavoiteorientaatiosta, voisi olla esimerkiksi luistelijoiden määrä. Jokaisen yksilön toimintatapojen tunteminen ottaa aikansa, ehkä kauemmin kuin pari kautta. Lisäksi joukkuekilpaurheilu on pitkälle valmentajalähtöistä ja auktoriteettista harjoittelua, jossa yksilöt eivät usein tule käytännössä esiin. Luistelijoiden toiminnan arviointi on tulkinnanvaraista. Tutkimuksen kohdejoukkueen valmentaja yrittää päästä luistelijoidensa ajatuksista kiinni myös harjoituspäiväkirjojen avulla. Niissä käydyissä keskusteluissa voisi kartoittaa myös luistelijan tavoiteorientaatiota. Eri asia on vielä kilpailutilanteet ja niissä esiintyvä suorituskäyttäytyminen. Tavoiteorientaatiot ovat osaksi tilannesidonnaisia, eikä yksilön harjoittelutilanteessa osoittama orientaatio välttämättä kerro vielä kaikkea. Huddlestonin ja Garvinin tutkimuksessa (1995) näkemyksiä ei vertailtu yksilötasolla.

10.3 Joukkueen kokema motivaatioilmasto ja sen yhteys luistelijoiden tavoiteorientaatioihin

Joukkue koki motivaatioilmastonsa yleisesti melko voimakkaasti tehtäväsuuntautuneeksi ja melko alhaisesti kilpailusuuntautuneeksi. Yksittäisten luistelijoiden kokemukset eivät kyselymittarin hajontojen perusteella poikenneet toisistaan erityisen suuresti yhtä ulottuvuutta lukuun ottamatta. Myös haastateltujen luistelijoiden vastaukset olivat osittain samanlaisia, vaikka heidän kokemansa motivaatioilmastot kyselymittarin perusteella näennäisesti jonkun verran poikkesivatkin toisistaan, tosin selvemmin vain kilpailuilmaston suhteen.

Aikaisempien tutkimusten (Ommundsen & Roberts 1999; Treasure 2001) mukaan voimakkaasti motivaatioilmaston tehtäväsuuntautuneeksi kokevat urheilijat saattavat nähdä asioita tehtäväsuuntautuneesti riippumatta siitä, kokevatko he ilmaston samalla voimakkaasti vai alhaisesti kilpailusuuntautuneeksi. Tämän tutkimuksen tehtäväilmaston hengessä tehtiin haastattelukysymyksiin, jotka koskivat luistelijan merkittävyyttä ja yrittämisen vahvistamista, kaikki haastatellut vastasivat kokevansa, että joukkueessa ajatellaan jokaisen luistelijan olevan tärkeä osa sitä ja että sekä harjoituksissa että kilpailuissa painotetaan parhaansa yrittämistä ja sitä kautta suoritusten onnistumista. Tosin kysymykseen kilpailulle asetetusta tavoitteesta motivaatioilmaston voimakkaammin kilpailusuuntautuneeksi kokeneet haastateltavat lisäsivät sijoitukseen liittyviä tavoitteita. Yhtä lailla kilpailuilmaston hengessä esitettiin kysymyksiin koskien mahdollista joukkueen sisäistä kilpailua kaikki haastateltavat olivat sitä mieltä, että heidän joukkueessaan ei tällaista ole. Kuitenkin ilmaston voimakkaammin kilpailusuuntautuneeksi kokeneet haastateltavat lisäsivät jälleen ajatuksiaan, jotka liittyivät itsensä vertailuun muihin ja negatiivisiin tunteisiin toisten tehdessä virheitä. Kyselyn perusteella joukkueetasolla ei koettu kovin voimakkaasti, että tehdyistä virheistä jollain tavalla rangaistaisiin, joten tunteita ei ilmeisesti kuitenkaan ilmaista.

Kyselylomakkeen perusteella joukkueen luistelijoiden näkemykset erosivat eniten kysymyksissä, jotka koskivat eriarvoisen huomion jakamista. Ne hajosivat myös haastateltujen joukossa, joilta asiaa selvitettiin näkemyksillä poissaoloihin suhtautumisesta ja valmentajan palautteen tasavertaisuudesta. Haastatteluissa annetut vastaukset eivät kuitenkaan olleet selkeästi linjassa vastaajan kyselyyn perustuvan koetun motivaatioilmaston tason kanssa. Tämä kertonee jollain tavalla siitä, että vastauksiin tulee sitä enemmän henkilökohtaista näkökulmaa, mitä enemmän kysymykset vastaajaa koskettavat ja mitä käytännönläheisempiä ne ovat, kuten haastattelukysymykset olivat verrattuna kyselylomakkeen asiaa käsitteleviin kysymyksiin. Poissaolot ovat kohdejoukkueen koetinkivi luistelijoiden vähyyden vuoksi ja kuuma, tunteita herättävä aihe, joka on valmentajallekin vaikea käsitellä. Valmentajan palautteelta ylipäättään harva välttyy, joten siitä on jokaisella omakohtaista kokemusta niin hyvässä kuin pahassa. Näin ollen vaikka haastattelussa pyrittiin katsomaan asioita tiukasti koko joukkueen näkökulmasta, ei henkilökohtaisen mielipiteen julkituloa aina voitu välttää. Jos luistelijalla ei itse ole joutunut

olemaan poissa, ei hän välttämättä ole kiinnittänyt edes huomiota asiaan suhtautumiseen ja sen tasavertaisuuteen. Toisaalta joukkueen luistelijat eivät lähtökohtaisesti ole täysin tasavertaisia luistelullisista tasoeroista johtuen. Lisäksi muutamalla on selkeä annettu rooli joukkueen kapteenina tai varakapteenina, joka asettaa heidät ainakin toisinaan tietyllä tavalla eri asemaan kuin muut. Eriarvoinen huomiointi voidaan siis nähdä, kokea ja ymmärtää eri tavoin. Kaikki kyselyssä asiaa koskevat kysymykset eivät myöskään mahdollistaneet ajatusta edellä esiin tulleesta ”luonnollisesta” erilaisesta huomiosta.

Tutkittaessa luistelijoiden henkilökohtaisten tavoiteorientaatioiden ja heidän kokemansa motivaatioilmaston yhteyttä tulokset tulivat, että jonkinlainen yhteys on olemassa. Etenkin kilpailusuuntautuneisuuden kohdalla testi osoitti, että luistelijat, jotka kokivat joukkueen motivaatioilmaston muita voimakkaammin kilpailusuuntautuneeksi olivat myös itse tavoiteorientaatiossaan muita voimakkaammin kilpailuorientoituneita. Tehtäväsuuntautuneisuuden kohdalla yhdenmukaisuus oli heikompi ja tilastollisesti epäpätevä. Kuviota 3 kappaleessa 9.3.2 tarkasteltaessa jää kuitenkin epäily siitä, olisiko asia voinut olla toisin, jos kohdejoukko olisi ollut kooltaan suurempi?

Yhteyksien suuntaa ei tutkittu, joten luistelijan kilpailuorientaation ja hänen kokemansa kilpailuilmaston vuorovaikutuksen suuntaa ei voida suoraan todeta. Vaikuttaako luistelijan voimakas kilpailuorientaatio siihen, että hän kokee motivaatioilmaston myös voimakkaasti kilpailusuuntautuneeksi, vai onko joukkueen motivaatioilmastossa kilpailusuuntautuneita piirteitä, joilla se muokkaa luistelijoiden suuntautuneisuutta tilanteeseen sopiviksi? Luistelijoiden haastattelujen perusteella asiaa voi hieman spekuloida. Koetun tehtäväilmaston voimakkuus näyttäisi saavan vahvistusta haastatteluvastauksista, mutta yksilöiden tehtäväorientaatioiden ja heidän kokemansa tehtäväilmaston välisen suhteen suunnasta ne eivät anna vihjeitä. Sitä vastoin se, että suhteellisen voimakkaasti tehtäväsuuntaisena koettu motivaatioilmasto ei hillitse joidenkin luistelijoiden todeksi osoitettua voimakasta kilpailusuuntautuneisuutta, saattaisi kertoa siitä, että luistelijat tulkitsisivatkin motivaatioilmastoa tavoiteorientaationsa mukaisesti eikä päinvastoin. Tällöin tulos vastaisi Liukkosen (1998, 61) tutkimuksessaan saamaa tulosta, jonka mukaan valmennuksen motivaatioilmastolla ei ollut vaikutusta suomalaisten jalkapallojunioreiden tavoiteorientaatioihin, vaan pelaajien orientaatio sääтели sitä, minkälaisena he kokivat vallitsevan motivaatioilmaston.

Vaikka tämän tutkimuksen kohdejoukkueen luistelijat kokivat vallitsevan motivaatioilmaston suhteellisen yhteneväisesti, kertonevat etenkin voimakkaasti kilpailuorientoituneiden haastateltujen luistelijoiden lisäkommentit monessa kohdassa myös siitä, että omalle orientaatiolle olisi tässä toimintaympäristössä tilaa. Tutkimusten (Roberts 2001) mukaan tehtäväilmaston painottamisen avulla on mahdollista lieventää kilpailusuuntautuneisuuden aiheuttamia mahdollisia haittavaikutuksia. Tämä voidaan nähdä myös tutkittavassa joukkueessa. Haastatellut, voimakkaasti kilpailusuuntautuneet luistelijat olivat motivoituneita ja pitkäjänteisiä harjoittelijoita joukkueen kilpailutasosta huolimatta, kokivat viihtyvänsä harrastuksensa ja joukkueensa parissa sekä pystyivät nauttimaan myös onnistuneista suorituksista orientaatiostaan huolimatta.

10.4 Valmentajan ja joukkueen kokemien motivaatioilmastojen sekä todellisen motivaatioilmaston vertailua

Urheilujoukkueen toiminta- ja tilannesidonnaisen motivaatioilmaston muodostavat joukkueoverit ja joukkueen valmentaja yhdessä (Duda 1992; 1996). Kyselymittarin mukaan tässä tutkimuksessa joukkueen valmentaja koki vallitsevan motivaatioilmaston hyvin samansuuntaiseksi kuin joukkueen luistelijat keskimäärin. Mahdollista näkemyseroa ei voitu tilastollisesti osoittaa, mutta valmentajan haastattelun perusteella hänen ja joukkueen kokemukset vaikuttavat suurimmilta osin samanlaisilta. Esimerkiksi pohdittaessa yksittäisen luistelijan merkitystä joukkueelle valmentaja selitti haastateltujen luistelijoiden mukaisesti jokaista tarvittavan. Valmentaja perusteli tätä joukkuehenkeen ja ryhmäkoheesioon liittyvillä tekijöillä. Nicholls (1992) on esittänyt oletuksen, jonka mukaan hallitsevasti tehtäväorientoituneissa joukkueissa olisi parempi sosiaalinen ryhmäkoheesio kuin hallitsevasti kilpailusuuntautuneilla joukkueilla.

Todellista motivaatioilmastoa pyrittiin selvittämään videoitujen harjoitustilanteiden avulla ja niistä poimittuja todellisia motivaatioilmaston piirteitä verrattiin koettuihin ilmastoihin. Tähän tutkimukseen kerättyjen joukkueen harjoitusten ja niissä esiintyvien motivaatioilmaston piirteiden perusteella näyttäisi siltä, että joukkueen ja valmentajan pitkälle samankaltaisiksi koetut ilmastot olisivat hyvin lähellä todellista vallitsevaa

motivaatioilmastoa. Esimerkiksi tehtäväsuuntautunut ilmaston yrittämisen vahvistaminen – ulottuvuus, joka koettiin sekä joukkueen että etenkin valmentajan puolesta voimakkaaksi, näkyi myös harjoituksissa siten, että suorituksia ja yrityksiä sallittiin ylipäättään useita ja hyvästä yrittämisestä saatettiin antaa palautetta. Ainoastaan kerran toteutettiin kilpailuilmaston piirteen mukaisesti toisella kilpailuohjelmalla kertayritys, jolla haettiin lähestyvissä kilpailuissa odotettavissa olevaa tilannetta. Tämä kuvaa omalla tavallaan motivaatioilmaston tilannesidonnaista luonnetta.

Motivaatioilmaston tilannesidonnaisuus tuli ilmi myös valmentajan suhtautumisessa luistelijoiden tekemiin virheisiin. Valmentajan haastattelun mukaan virheet ovat sinänsä sallittuja, mutta ne jos mahdollista käsitellään ja korjataan, toisin sanoen, niistä otetaan tehtäväsuuntautuneelle ilmastolle tyypillisesti opiksi. Tämä näkyi jälleen selvästi myös harjoituksissa, joissa valmentajan reagointi virheisiin oli neutraalia. Ohjelmat kehittyivät virheiden korjaamisen kautta. Kilpailutilanteessa virheiden merkitys on täysin erilainen. Epäonnistunutta kohtaa ohjelmassa ei pysty myöhemmin enää paikkaamaan, joten virheet vaikuttavat sekä suoritukseen että mahdollisesti kilpailussa sijoittumiseen. Valmentaja myöntää asian, mutta ei suoraan. Hän koki, että virheet on parempi sivuuttaa pää pystyssä ja korkeintaan tekijää lohduttaen, jotta niistä ei tule hermoiltavaa asiaa. Esimerkiksi jos kaatumista ei jännitetä, ei sitä myöskään niin usein kisoissa tapahdu. Näin asian näki valmentaja, joka tiedostetusti omalla tavallaan motivaatioilmaston tehtäväsuuntaista piirrettä vahvistamalla vähentää tilannesidonnaisen kilpailuilmaston piirteen vaikutusta. Valmentaja oli myös tietoinen siitä, että luistelijat kokevat virheiden sattumisen eri tavoin. Asiasta on puhuttu yhteisesti joukkueen kanssa, joten sekin saattaa vaikuttaa siihen, ettei joukkueessa yleisesti kovin voimakkaasti koeta, että virheistä rangaistaisiin.

Edistymisen ja kehittymisen painottamisen voidaan katsoa perustuvan tavallaan yrittämisen vahvistamiseen ja virheistä oppimiseen. Joukkueen valmentaja koki tämän ulottuvuuden joukkueessa voimakkaammaksi kuin luistelijat. Valmentaja on saattanut ajatella asiaa juuri edellä mainittujen toimiensa kautta, kun taas luistelijat ovat saattaneet kaivata henkilökohtaisempaa edistymisen seurantaa. Kyselylomakkeen kysymyksissä on saattanut olla tulkinnan varaa.

Kyselymittarin mukaan yhteistoiminnallisuus –ulottuvuus sai tehtävällmästön ulottuvuuksista heikoimman keskiarvon sekä joukkueen että valmentajan näkemänä. Tämä kuului myös haastatteluissa ja näkyi harjoituksissa. Valmennuksen autoritäärisyys on yksi kilpailusuuntautuneen motivaatioilmaston tunnuspiirteitä (Liukkonen 1998, 20). Toisaalta valmennettavana on iso porukka ja jos monen luistelijan ehdotuksia kuunnellaan joka välissä, ei itse toiminnalle jää tarpeeksi aikaa. Lisäksi asiaan vaikuttavat kauden ajankohta ja loppukilpailujen läheisyys, jolloin toiminnan tulee olla mahdollisimman tehokasta ja tavoitteellista. Kilpailukauden jälkeen esimerkiksi hiottaessa perustaitoja tai aloitettaessa uusien ohjelmien tekoa, asetelma saattaisi olla toinen. Toisaalta taas valmentaja tiedostaen tai tiedostamattaan näyttäisi yrittävän pehmentää autoritäärisyyttä pitämällä jonkin verran vuorovaikutusta yllä esimerkiksi kyselemällä tuntemuksia. Jotkut asiat on parempi tehdä luistelijoiden paremmaksi kokemalla tavalla, jotta ohjelmaa olisi luontevaa luistella. Omaan ajatteluun kannustaminen ja paritarkkailutehtävät tekevät autoritäärisyydestä myös tietyllä tavalla kasvattavaa, joka taas sopii valmentajan henkilökohtaiseen tavoitteeseen kehittää luisteliijoitaan niin urheilijoina kuin ihmisinäkin. Tämä saattaa olla hyvin tärkeää juuri kohdejoukkueen luistelijoiden kannalta, koska vaikka joukkue ei koskaan saavuttaisi luistelullisesti kansallista huippua, kasvavat luistelijat paljon ihmisinä. Tällöin he ovat ainakin henkisesti vahvoilla jatkamaan halutessaan esimerkiksi jossain toisessa joukkueessa.

Haastatteluissa yhteistoiminnallisuutta selvitettiin tiedustelemalla joukkueen reagointia vaikeissa harjoitustilanteissa. Haastateltujen luistelijoiden vastaukset hajosivat melko paljon entistä paremmasta tsemppaamisesta huonontuneeseen fiilikseen ja itsenäiseen keskittymiseen. Osa vastauksista lipsahti taas enemmän omaa toimintaa kuvaavaksi kuin koko joukkueen reagointia arvioiviksi. Ne, jotka osasivat katsoa asiaa joukkueen näkökulmasta, totesivat samoin kuin joukkueen valmentaja; tunnelma heikkenee, mutta jokainen yrittää silti parhaansa. Tämä vaatii taas sen, että jokainen keskittyy omaan tekemiseensä, eikä toisia liikaa kannusteta. Molemmat osapuolet myönsivät, että ilmapiirin parantaminen ja kannustaminen jää useimmiten valmentajan harteille. Liekö tähän syynä valmentajajohtoisuuteen tottuminen? Yhteistoiminnallisuutta vahvistamalla saattaisi vaikeisiinkin tilanteisiin löytyä uusia ratkaisijoita.

Joukkueen sisäistä kilpailua pohdittaessa valmentaja ei uskonut kyselymittarin perusteella sitä olevan kovin paljoo, tosin näennäisesti hiukan enemmän kuin mitä joukkue koki. Haastattelun käytännönläheisempien kysymysten valossa valmentaja ounasteli, että ohjelman luistelupaikoista olisi pientä kilpailua. Valmentaja yrittää itse sitä luoda tavoitteenaan saada luistelijat sisuuntumaan ja yrittämään yhä enemmän, jotta he kehittyisivät - omien mittapuiden mukaan tosin, eikä toisiinsa verrattuna. Näyttäisi siltä, että tämä on vielä valmentajan toiveajattelua, koska esimerkkitapauksessa kävi päinvastoin. Voisiko olla, että tällainen asetelma tuottaisi tulosta vain voimakkaasti kilpailusuuntautuneiden luistelijoiden kohdalla? Esimerkissä luovuttanut luistelija oli joukkueen keskiarvoa alhaisemmin kilpailuorientoitunut. Entä tuoko valmentaja tilanteessa ilmi sen, ettei tarkoitus ole kilpailla suoranaisesti toista vastaan vaan ottaa hänestä mallia? Loppujen lopuksi valintatilanteessa kuitenkin vertaillaan luistelijoina toisiinsa. Tasavahvojen ja yhtä ahkerien luistelijoiden vertailussa kisahermot ratkaisevat. Ehkä luistelijat kokevat, ettei kisailuun ole tarvetta. Valmentaja tekee lopulta päätökset tiettyjen kriteerien mukaan. Valmentajan hakemaa niin sanottua tervettä kilpailua kertoi kokevansa pari haastateltua luistelijaa yksin suoritettavan askelharjoittelun aikana. Nämä luistelijat olivat voimakkaasti kilpailuorientoituneita. Hekään eivät kuitenkaan myöntäneet ohjelmapaikoista olevan kilpailua. Tosin heidän kohdallaan siihen ei myöskään liene tarvetta korkeasta kyvykkyydestä johtuen. Tässä joukkueessa yrittämiseen ja itsensä kehittämiseen ei näyttäisi kannattavan kannustaa kilpailua luomalla.

Valmentajan haastattelu ja harjoitusten havainnointi selkeytti eriarvoiseen huomiointiin liittyviä piirteitä, jotka joukkueen luistelijat kokivat hyvin eri tavoin. Lähtökohtaisesti joukkue koki eriarvoisen huomioonvoimakkaimmaksi kilpailuilmaston ulottuvuuksista. Valmentajan mukaan hän joutuu suhtautumaan poissaoloihin eri tavoin riippuen ihmisestä. Syyt olivat tosin sellaisia, joita haastatellut luistelijat eivät osanneet mainita kuten työsyys. Valmentaja myönsi joutuvansa tekemään kompromisseja vastoin tahtoaan. Ehkä täysin johdonmukaista linjaa ei ole vielä muodostunut ja se saa luistelijat kokemaan asian henkilökohtaisesti epämääräisenä. Tilanne saattaisi olla aivan toinen ja kriteerit yhdenmukaisemmat, jos luistelijoina olisi joukkueessa ylipäättään enemmän ja tällöin myös täysi kokoonpano useammin harjoituksissa paikalla.

Eriarvoinen huomiointi näkyi myös harjoituksissa. Se on useimmiten perusteltua esimerkiksi nimenomaan kapteenin rooliin liittyen ja uuden luistelijan joukkueeseen sopeuttamisella. Myös palautetta annettiin syystä, kuten suurin osa haastatelluista luisteliijoistakin koki. Palautteen tasapuolisuudesta luistelijat olivat montaa mieltä ja sen koki valmentajakin haasteeksi. Hän myöntää siihen vaikuttavan tasoerot, mutta myös luistelijan mielialan, jota luistelijat eivät tulleet ajatelleeksi. Eli vaikka eriarvoinen huomiointi on sinänsä kilpailusuuntautunut piirre, toteutuu se tässä joukkueessa pitkälti perusteltuna ja esimerkiksi palautteenannon muodossa se on kuitenkin tehtäväilmaston suuntaisesti oppimiseen ja kehittymiseen keskittyvää, kannustavaa ja onnistumisesta palkitsevaa. Tämä ilmenee niin molempien osapuolten haastatteluissa kuin harjoituksissakin. Oppimisen rinnalla valmentajan huomio oli tiukasti kilpailuilmaston mukaisesti suorituksissa, mutta ne ovat niitä, jotka kilpailuissa arvostellaan. Voimakkaalla tehtäväilmaston piirteiden painottamisella valmentaja siis tiedostamattaan myös pehmentää tiettyjä välttämättömiä kilpailuilmaston piirteitä. Tällöin myös luistelijoiden orientaatio pysyy ja näytti pysyvän oppimisessa, mikä taas on omiaan vahvistamaan tehtäväsuuntautunutta ilmasto.

Vaikuttaa siltä, että valmentajan orientaatio vaikuttaisi lopulta enemmän tai ainakin vahvemmin joukkuetta ympäröivään motivaatioilmastoon, kuin kanssaluistelijoiden tavoiteorientaatiot. Tätä ajatusta tukee autoritäärinen asetelma harjoittelussa. Valmentajan välittämä motivaatioilmasto on voimakkaasti tehtäväsuuntautunut ja tilanteen mukaan jonkin verran myös kilpailusuuntautuneesti painottunut. Joukkueen luistelijat ovat yleisesti voimakkaammin tehtäväsuuntautuneita ja kokevat motivaatioilmaston voimakkaammin tehtäväsuuntautuneeksi. Koska kuitenkin luistelijoiden tehtäväorientaatioille ja heidän kokemalleen tehtäväilmastolle ei saatu yhteyttä ja muut edellä esiin tulleet seikat huomioon ottaen, voisi olettaa, että lopulta tässä joukkueessa yksilöt tulkitsevat vallitsevaa motivaatioilmastoa oman tavoiteorientaationsa mukaisesti. Selkeä pieni esimerkki tästä on asetetut kilpailutavoitteet. Valmentajan kanta oli selvä, tavoitteena oli sekä onnistuneet suoritukset, että päänahan metsästys. Haastatellut luistelijat vastasivat kysymykseen tavoiteorientaatioprofiilinsa mukaisesti joko edellisen tai molemmat.

10.5 Johtopäätöksiä

Tutkimus osoittaa, että tavoiteorientaatioteorian avulla pystyy kuvailemaan muodostelmaluistelujoukkueen melko tarkasti. Tutkimuksen kohdejoukkueen valmentaja pyrkii parhaansa mukaan ottamaan yksilöt huomioon joukkueen ohella, mutta motivationaalisesti ja tavoiteorientaatioteorian näkökulmasta valmentaja ei vaikuttaisi kovin tarkalta. Tämä tutkimus ja käytetyt menetelmät ovat yksi keino valmentajan lisää tietämystään joukkueensa tavoiteorientaatioista. Lisäksi jo nyt käytetyt päiväkirja-keskustelut voisivat olla tarkempia ja reflektioivampia. Myös kahdenkeskiset kehityskeskustelut ja jatkossa samanhenkisten luistelijoiden kesken pienryhmissä toteutetut keskusteluhetket voisivat olla tarpeen joukkueen tavoiteorientaation tarkentamisessa ja päivittämisessä.

Tämän tutkimuksen perusteella valmentaja näyttäisi yrittävän vaikuttaa joukkueensa psyykkiseen ilmapiiriin omilla keinoillaan. Osa keinoista toimii hyvin, varsinkin tilannesidonnan kilpailuilmaston vaikutuksen pehmentäjinä. Osa ei näytä toimivan yhtä hyvin johtuen esimerkiksi kohteena olevan yksilön omasta tavoiteorientaatiosta. Ylipäätään tämä tutkimus viittaisi vahvemmin siihen suuntaan, että ryhmän toiminnassa vallitseva motivaatioilmasto koettaisiin ryhmään kuuluvien henkilöiden tavoiteorientaatioiden suunnassa, jolloin orientaatiot tulisi ottaa huomioon yksilöön vaikuttaessa. Toisaalta näyttäisi siltä, että kyseessä olevan lajin pariin hakeutuu tietyn tyyppisiä, suunnilleen samalla tavoin orientoituneita luistelijaita, joiden mahdolliset erot ilmenevät lähinnä kilpailusuuntautuneisuudessa. Tähän liittyy nimenomaan valmentajan vaikutusmahdollisuus motivaatioilmastoon vaikuttamisen kautta. Tehtäväilmastoa tietoisesti painottamalla valmentaja ei ainakaan tule vahvistaneeksi ilmaston kilpailusuuntautuneita piirteitä, jolloin voimakkaammin kilpailusuuntautuneet luistelijatkaan eivät saa vastakaikua mahdollisesti yhteistoimintaa vahingoittavalle orientaatiolleen.

Pitää muistaa, että tämä tutkimus koskee ainoastaan yhtä yksittäistä muodostelmaluistelujoukkuetta. Näitä tuloksia ei tältä pohjalta voi yleistää kuvaamaan esimerkiksi suomalaista muodostelmajoukkuetta. Tulokset ja päätelmät kuvaavat tiettyä joukkuetta, sen valmentajaa ja heidän toimintaansa.

10.6 Tutkimusmenetelmien arviointia

Tutkimuksessa käytetyt kvantitatiiviset ja kvalitatiiviset tutkimusmenetelmät täydensivät hyvin toisiaan. Aineistotriangulaation avulla tutkimuskohteesta saatiin kattavampi, monipuolisempi ja luotettavampi kuva kuin mitä esimerkiksi pelkillä määrällisillä menetelmillä olisi saatu. Osaan tutkimusongelmista laadullisten menetelmien käyttö määrällisten rinnalla oli välttämätöntä.

Tutkimuksessa käytetyistä mittareista tavoiteorientaatiomittari (POSQ) osoittautui luotettavaksi ja päteväksi. Huddlestonin ja Garvinin tutkimuksessa (1995) käytettiin The Sport Orientation Questionnaire (SOQ) –mittaria selvittäessä muun muassa urheilijoiden tavoiteorientaatioita ja valmentajien arvioita niistä. Tähän tutkimukseen oli kuitenkin perusteltua valita POSQ, koska se on todettu pätevämmäksi mittaamaan tässä tutkimuksessa tavoiteltuja asioita ja siitä oli olemassa sopiva suomenkielinen versio (Duda & Whitehead 1998). Koska samoja ilmiöitä mittaavissa tutkimuksissa on käytetty kuitenkin eri mittareita, on niiden tulosten vertailuun suhtauduttava tietyllä varauksella. Mittarin aloituslause (”kun luistelen...”) viittaa pelkästään jäällä tapahtuvaan toimintaan, mutta siellä tapahtuu suurin osa luistelijoiden suorituskäyttäytymisestä. Haastatteluissa oli mahdollista laajentaa näkökulmaa.

Motivaatioilmastomittarin versio PMCSQ-3, josta tässä tutkimuksessa käytettiin suomeksi ja lajiin sopivaksi muokattua versiota, osoittautui asetettujen luotettavuuskriteerien myötä toimivaksi ja riittävän päteväksi. Haastatteluvastausten osittainen ristiriitaisuus motivaatioilmastomittarin tuloksiin nähden selittynee pitkälle sillä, että haastattelukysymykset olivat selvemmin lajikohtaisia ja käytännönläheisempiä, yksiselitteisempiä ja enemmän tiettyihin tilanteisiin kohdistettuja, vaikka ne oli suunniteltu mittarin ulottuvuuksien linjassa. Mittariin perustuvat luistelijoiden ja valmentajan kokemat motivaatioilmastot olivat kuitenkin tutkimustulosten mukaan melko yhtenevät todellisen vallitsevan motivaatioilmaston kanssa. Tämä lisää käytetyn mittariversion luotettavuutta tässä tutkimuksessa.

Jatkotutkimuksia ajatellen mittarin tarkempi analysointi sen ulottuvuuksien tasolla on tarpeen. Sen toimivuus tulisi tutkia suuremman kohdejoukon kanssa, jolloin muun muassa osioiden ja ulottuvuuksien sisäisen yhdenmukaisuuden tarkastelu olisi mahdollista. Samoin

kysymysten kääntäminen englannista suomeksi sisältää aina riskin siitä, pysyykö niiden sisältämä merkitys samana. Mittarin esikokeilu ennen seuraavaa tutkimusta olisi suotavaa. Sillä saataisiin palautetta mittarin toimivuudesta; ovatko käännökset onnistuneita, tai pitäisikö heikkoja osioita jättää pois? Motivaatioilmastomittarin esikokeilu olisi ollut hyvä tehdä jo ennen tätä tutkimusta, mutta aineiston keruun aikataulu ei tällä kertaa sitä mahdollistanut.

Kaiken kaikkiaan motivaatioilmastomittari toimi suhteellisen hyvin muodostelmaluistelun ja tämän tietyn ryhmän parissa, mutta on selvää, ettei mittari kata monipuolisen ja esteettisen urheilulajin kaikkia puolia ja ominaisuuksia. Jatkossa mittaria valittaessa tai muokattaessa tämänkin voisi ottaa huomioon.

Haastattelujen antiin saattoivat vaikuttaa seuraavat asiat. Haastattelupaikat olivat karuja ja niissä oli jonkin verran häiriötä. Lisäksi nauhuri petti yhdellä kerralla. Aikataulun kiireellisyys, viiden haastattelun tekeminen kolmen päivän sisällä, johti haastattelijan lievään tympääntymiseen ja liukuhihnamaisuuteen osassa haastatteluista. Tämä oli vaarana etenkin silloin, kun vastaukset olivat lyhyitä tai vaisuja. Ensimmäisen haastateltavan luistelijan kohdalla tutkija tosin puhui itse turhankin paljon. Koska luistelijat olivat tutkijalle vanhoja tuttuja, meni haastattelu joskus hiukan jutustelun puolelle. Toisaalta tämä saattoi keventää tunnelmaa, jolla saattoi taas olla positiivisia vaikutuksia niin luottamuksen kuin haastattelun anninkin suhteen. Tutkimuksen toistettavuutta tai sovellettavuutta ajatellen haastattelukysymyksiä kannattaisi muokata ja tarkentaa pohdintakappaleessa esiin tulleiden huomioiden mukaan.

Videomateriaalin suhteen voi pohtia, jäikö jotain oleellista kuvaamatta, olisiko pitänyt kuvata vielä enemmän, kuvattiinko väriä kohteita ja niin edelleen. Videokalustoa oli myös hankala käyttää, joka johti siihen, että osa kerroista on tallentunut melko pieninä pätkinä. Toisaalta kuvattujen tuntien sisällöt vastasivat aika pitkälle toisiaan, joten vähemmästäkin määrästä saatiin jotain irti. Harjoitusten sisällöissä tulee tosin ottaa huomioon kauden ajankohta ja lähestyneet kauden tärkeimmät kilpailut. Toisena hetkenä kauden aikana, esimerkiksi sen alussa tai lopussa, harjoittelu saattaisi olla hyvin eri näköistä. Materiaalin purku Liukkosen (1998) listaamia motivaatioilmaston tunnuspiirteitä havainnoimalla ja laskemalla osoittautui toimivaksi ja antoisaksi menetelmäksi. Tutkija

kokee lopulta saaneensa kvalitatiivisesta aineistostaan enemmän irti kuin mitä uskoi saavansa.

10.7 Jatkotutkimusehdotuksia

Olisi hyvin mielenkiintoista kohdistaa tutkimus koskemaan useampia muodostelma-luistelujoukkueita. Esimerkiksi kotimaisten juniorijoukkueiden kirjo on hyvin monipuolinen ja taitotasoltaan leveästi jakaantunut. Samaan tutkimukseen olisi hyvä sisällyttää eritasoisia ja eri puolilta maata tulevia joukkueita ja vertailla niitä keskenään. Tuloksena saattaisi olla tarkempi kuva tyypillisestä suomalaisesta muodostelma-joukkueesta, mutta ainakin saisi selville, onko jopa maailman tasolla mitattuna kotimaisten huippujoukkueiden ja sarjan häntäpään joukkueiden välillä oleellista eroa tavoite-orientaatioissa tai motivaatioilmastoissa. Onko heikommilla joukkueilla tällä saralla jotain tehtävissä lisää tai eri tavoin kehittymisen kannalta? Vaatiiko huippujoukkue kaksikymmentä sekä voimakkaasti tehtäväsuuntautunutta että voimakkaasti kilpailu-suuntautunutta luistelijaa?

Yhtä lailla tavoiteorientaation ja motivaatioilmaston vuorovaikutuksen suuntaa tulisi tutkia lisää saman lajin ja useamman joukkueen parissa. Motivaatioilmastoa manipuloimalla saattaisi olla mahdollisuuksia vaikuttaa luistelijoiden tavoiteorientaatioihin. Tulisiko motivaatioilmaston tällöin olla myös voimakkaammin kilpailusuuntautunut varsinkin jos huippujoukkue vaatii voimakkaat orientaatiot molemmissa tavoiteorientaatioissa kaikilla joukkueen luisteliijoilla?

Useampia joukkueita ja heidän valmentajiaan vertailtaessa voisi saada selvennystä myös siihen, mitkä tekijät auttavat valmentajaa tuntemaan joukkueensa paremmin ja millä keinoin. Lisäksi valmentajilta tulisi selvittää heidän sen hetkinen henkilökohtainen tavoiteorientaationsa, jolloin voitaisiin tutkia myös sen mahdolliset yhteydet heidän arvioihinsa joukkueensa tavoiteorientaatiosta sekä heidän kokemiinsa motivaatio-ilmastoihin.

Tämän tutkimuksen kohteena ollutta joukkuetta voisi tutkia jatkossa esimerkiksi interventiotutkimuksen muodossa, jossa valmentaja selkeästi ja tiedostetusti yrittäisi manipuloida tai vahvistaa vallitsevaa motivaatioilmastoa ja ajan kuluessa selvitettäisiin sen vaikutukset. Jos tietty motivaatioilmasto vaikuttaakin joukkueen tavoiteorientaatioon vasta pidemmän ajan kuluttua?

Mielenkiintoista voisi myös olla vertailla eri esteettisten lajien edustajien tavoiteorientaatioprofiileja. Niin taitoluistelussa ja tanssissa kuin voimistelussa ja kilpa-aerobicissakin suoritus sisältää teknisyyden lisäksi ilmaisullisen puolen huolimatta siitä, onko kyseessä kilpailutilanne vai ei. Näin ollen tavoiteorientaatioprofiileissa kiinnostaisi mahdollisen samankaltaisuuden lisäksi kilpailuorientaation luonne; voisiko esittävän lajin edustajan kilpailu(/minä)suuntautuneisuudessa korostua nimenomaan esiintymisen ja näyttämisen tarve muille, eikä niinkään muiden päihittäminen?

LÄHTEET

- Ames, C. 1984. Competitive, cooperative and individualistic goal structures: a cognitive-motivational analysis. Teoksessa R. E. Ames & C. Ames (toim.) Research on motivation in education: student motivation. Orlando: Academic Press, 177-207.
- Ames, C. 1992. Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. Teoksessa G. C. Roberts (toim.) Motivation in sport and exercise. Champaign, IL: Human Kinetics, 161-176.
- Ames, C. & Archer, J. 1988. Achievement goals in the classroom: student's learning strategies and motivation processes. Journal of Educational Psychology 80, 260-267.
- Biddle, S. J. H. 2001. Enhancing motivation in physical education. Teoksessa G. C. Roberts (toim.) Advances in motivation in sport and exercise. Champaign, IL: Human Kinetics, 101-127.
- Duda, J. L. 1988. The relationship between goal perspectives, persistence and behavioural intensity among male and female recreational sport participants. Leisure Sciences 10, 95-106.
- Duda, J. L. 1989. Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes. Journal of Sport & Exercise Psychology 11, 318-335.
- Duda, J. L. 1992. Motivation in sport settings: a goal perspective approach. Teoksessa G. C. Roberts (toim.) Motivation in sport and exercise. Champaign, IL: Human Kinetics, 57-92.

- Duda, J. L. 1993. Goals: a social-cognitive approach to the study of achievement motivation in sport. Teoksessa R. N. Singer, M. Murphey & L. K. Tennant (toim.) Handbook of research on sport psychology. New York, NY: Macmillan, 421-436.
- Duda, J. L. 1996. Maximizing motivation in sport and physical education among children and adolescents: the case for greater task involvement. *Quest* 48, 290-302.
- Duda, J. L. Vielä julkaisematon. Perceived motivational climate in sport questionnaire: version 3.
- Duda, J. L., Fox, K. R., Biddle, S. J. H. & Armstrong, N. 1992. Children's achievement goals and beliefs about success in sport. *British Journal of Educational Psychology* 62, 313-323.
- Duda, J. L. & Nicholls, J. G. 1992. Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology* 84, 290-299.
- Duda, J. L. & White, S. A. 1992. Goal orientations and beliefs about the causes of sport success among elite skiers. *The Sport Psychologist* 6, 334-343.
- Duda, J. L. & Whitehead, J. 1998. Measurement of goal perspectives in the physical domain. Teoksessa J. L. Duda (toim.) *Advances in sport and exercise psychology measurement*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, 21-48.
- Dweck, C. S. 1986. Motivational processes affecting learning. *American Psychologist* 41, 1040-1048.
- Dweck, C. S. & Leggett, E. L. 1988. A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review* 95, 256-273.

- Fox, K., Goudas, M., Biddle, S., Duda, J. & Armstrong, N. 1994. Children's task and ego goal profiles in sport. *British Journal of Educational Psychology* 64, 253-261.
- Gill, D. L. & Dzewaltowski, D. A. 1988. Competitive orientations among intercolliate athletes: is winning the only thing? *The Sport Psychologist* 2, 212-221.
- Hanson, T. W. & Gould, D. 1988. Factors affecting the ability of coaches to estimate their athletes' trait and state anxiety levels. *The Sport Psychologist* 2, 298-313.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2000. Tutki ja kirjoita. 6., uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.
- Hom, H. L. Jr., Duda, J. L. & Miller, A. 1993. Correlates of goal orientations among young athletes. *Pediatric Exercise Science* 5, 168-176.
- Huddleston, S. & Garvin, G. W. 1995. Self-evaluation compared to coaches' evaluation of athletes' competitive orientation. *Journal of Sport Behaviour* 18, 209-214.
- Hämäläinen, H., Fredriksson, J. & Ihanus, J. 1993. Lukion psykologia 4. 1.-2. painos. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Jaakkola, T. & Sepponen, K. 1997. Tavoiteorientaation ja motivaatioilmaston yhteydet sisäiseen motivaatioon koululiikunnassa. Liikuntapedagogiikan pro gradu tutkielma. Jyväskylän yliopisto.
- Jääskeläinen, A. 1995. Muodostelmaluistelu. Opas ohjaajille ja opettajille. Espoo: Ed Sport.
- Kuusinen, K. 1991. Motivaatio. Teoksessa J. Kuusinen (toim.) *Kasvatuspsykologia*. Porvoo: WSOY, 175-199.

- Liukkonen, J. 1998. Enjoyment in youth sports: a goal perspectives approach. Jyväskylä: LIKES.
- Liukkonen, J & Leskinen, E. 1999. The reliability and validity of scores from the children's version of the perception of success questionnaire. *Educational and Psychological Measurement* 59, 651-664.
- Madsen, K B. 1970. Yleinen psykologia. Suom. E. Pilvinen. Helsinki: Weilin+Göös
- Maehr, M. L. & Nicholls, J. G. 1980. Culture and achievement motivation: a second look. Teoksessa N. Warren (toim.) *Studies in cross-cultural psychology* 2. London: Academic Press, 221-268.
- Martens, R., Rivkin, F. & Burton, D. 1980. Who predicts anxiety better: coaches or athletes? *Psychology of Motor Behaviour and Sport*, 84-90.
- Newton, M. & Duda, J. L. 1993. The perceived motivational climate in sport questionnaire 2. Construct and predictive validity. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 15 (suppl.), S59.
- Newton, M. & Duda, J. L. 1999. The interaction of motivational climate, dispositional goal orientations, and perceived ability in predicting indices of motivation. *International Journal of Sport Psychology* 30, 63-82.
- Newton, M., Duda, J. L. & Yin, Z. 2000. Examination of the psychometric properties of the perceived motivational climate in sport questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of Sport Sciences* 18, 275-290.
- Nicholls, J. G. 1984a. Achievement motivation: conceptions of ability, subjective experience, task choice and performance. *Psychological Review* 91, 328-346.

- Nicholls, J. G. 1984b. Conceptions of ability and achievement motivation. Teoksessa R. E. Ames & C. Ames (toim.) Research on motivation in education: student motivation. Orlando: Academic Press, 39-73.
- Nicholls, J. G. 1989. The competitive ethos and democratic education. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Nicholls, J. G. 1992. The general and the specific in the development and expression of achievement motivation. Teoksessa G. C. Roberts (toim.) Motivation in sport and exercise. Champaign, IL: Human Kinetics, 31-56.
- Nieminen, P., Varstala, V. & Manninen, M. 2001. Goal orientation and perceived purposes of dance among Finnish dance students: a pilot study. Research in Dance Education 2, 175-193.
- Ommundsen, Y. & Roberts, G. C. 1999. Effect of motivational climate profiles on motivational indices in team sport. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports 9, 389-397.
- Roberts, G. C. 1982. Achievement motivation in sport. Teoksessa R. L. Terjung (toim.) Exercise and sport sciences reviews 10. Philadelphia: Franklin Institute, 236-269.
- Roberts, G. C. 1984. Achievement motivation in children's sport. Teoksessa J. G. Nicholls (toim.) Advances in motivation and achievement. Vol. 3. The development of achievement motivation. Greenwich, CT: JAI Press, 251-281.
- Roberts, G. C. 1992. Motivation in sport and exercise: conceptual constraints and convergence. Teoksessa G. C. Roberts (toim.) Motivation in sport and exercise. Champaign, IL: Human Kinetics, 3-29.

- Roberts, G. C. 1993. Motivation in sport: understanding and enhancing the motivation and achievement of children. Teoksessa R. N. Singer, M. Murphey & L. K. Tennant (toim.) Handbook of research on sport psychology. New York: Macmillan, 405-420.
- Roberts, G. C. 2001. Understanding the dynamics of motivation in physical activity: the influence of achievement goals on motivational processes. Teoksessa G. C. Roberts (toim.) Advances in motivation in sport and exercise. Champaign, IL: Human Kinetics, 1-50.
- Roberts, G. C. & Ommundsen, Y. 1996. Effect of goal orientation on achievement beliefs, cognition and strategies in team sport. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports 6, 46-56.
- Roberts, G. C. & Treasure, D. C. 1995. Achievement goals, motivational climate and achievement strategies and behaviors in sport. International Journal of Sport Psychology 26, 64-80.
- Roberts, G. C., Treasure, D. C. & Balague, G. 1998. Achievement goals in sport: the development and validation of the perception of success questionnaire. Journal of Sport Sciences 16, 337-347.
- Roberts, G. C., Treasure, D. C. & Kavussanu, M. 1996. Orthogonality of achievement goals and its relationship to beliefs about success and satisfaction in sport. The Sport Psychologist 10, 398-408.
- Sarlin, E. 1995. Minäkokemuksen merkitys liikuntamotivaatiotekijänä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Scanlan, T. K., Stein, G. L. & Ravizza, K. 1989. An in-depth study of former elite figure skaters: II. Sources of enjoyment. Journal of Sport & Exercise Psychology 11, 65-83.

- Seifriz, J. J., Duda, J. L. & Chi, L. 1992. The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 14, 375-391.
- Suomen Taitoluisteluliitto. Ei päiväystä. Muodostelmaluistelu. Saatavilla www-muodossa: <<http://www.stll.fi/taitoluistelu/muodostelmaluistelu>>.8.1.2006.
- Treasure, D .C. 2001. Enhancing young people's motivation in youth sport: an achievement goal approach. Teoksessa G. C. Roberts (toim.) *Advances in motivation in sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics, 79-100.
- Walling, M. D., Duda, J. L. & Chi, L. 1993. The perceived motivational climate in sport questionnaire: construct and predictive validity. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 15, 172-183.
- White, S. A. & Duda, J. L. 1994. The relationship of gender, level of sport involvement and participation motivation to task and ego orientation. *International Journal of Sport Psychology* 25, 4-18.
- White, S. A., Kavussanu, M. & Guest, S. M. 1998. Goal orientations and perceptions of the motivational climate created by significant others. *European Journal of Physical Education* 3, 212-228.

LIITTEET

Liite 1.

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

LIIKUNTA-
KASVATUKSEN
LAITOS

13.01.2003

Arvoisa kotiväki

Teen liikunnanopettajan opintoihini liittyvää Pro gradu -tutkielmaa Jyväskylän yliopiston liikunta- ja terveystieteiden tiedekunnassa. Tutkimuksellani pyrin kartoittamaan muodostelmaluistelujoukkueen motivaatioprofiilia. Kohdejoukoksi olen valinnut jyvaskyläläisen Team Yellow joukkueen. Kerään tutkimusaineistoni kyselylomakkeilla, joihin toivon jokaisen joukkueen luistelijan sekä heidän valmentajansa vastaavan. Vastauksia käsittelem luottamuksellisesti.

Jos teillä on kysyttävää tämän asian tiimoilta, tai ette jostain syystä halua tyttärenne/poikanne osallistuvan tutkimukseen, voisitteko ystävällisesti soittaa minulle numeroon 050-5549 452.

Kysely suoritetaan maanantaina 20.01.2003 klo 18-19.

Yhteistyöterveisin,

Janiina Junnila, liik. yo

Pipsa Nieminen, lehtori,
tutkimuksen ohjaaja

Liite 2.

Luistelijan tavoiteorientaatio -kysely

Nimi: _____

Syntymäaika: ____ pv ____ kk ____ v

Vastaa seuraaviin kysymyksiin puolen vuoden tarkkuudella:

Kuinka monta vuotta olet harrastanut taitoluistelua urheiluseurassa: _____ vuotta

Kuinka monta vuotta olet harrastanut muodostelmaluistelua: _____ vuotta

Kuinka monta vuotta olet luistellut nykyisessä joukkueessasi: _____ vuotta

Seuraavassa sinulle esitetään kysymyksiä, joihin ei ole olemassa oikeita tai väriä vastauksia.

Ympyröi numero, joka parhaiten vastaa omaa käsitystäsi.

KUN LUISTELEN, TUNNEN ITSENI ONNISTUNEIMMAKSI SILLOIN KUN:

1 = Täysin eri mieltä ... 5 = Täysin samaa mieltä

1. Voitan toiset	1	2	3	4	5
2. Olen paras	1	2	3	4	5
3. Yritän kovasti	1	2	3	4	5
4. Huomaan todella kehittyväni	1	2	3	4	5
5. Pärjään paremmin kuin toiset	1	2	3	4	5
6. Näytän toisille olevani paras	1	2	3	4	5
7. Voitan vaikeudet	1	2	3	4	5
8. Onnistun sellaisessa, mitä en ole aikaisemmin osannut	1	2	3	4	5
9. Pärjään sellaisessa asiassa, mitä toiset eivät osaa	1	2	3	4	5
10. Teen kaiken parhaan kykyini mukaan	1	2	3	4	5
11. Saavutan itselleni asettamani tavoitteen	1	2	3	4	5
12. Olen selvästi toisia parempi	1	2	3	4	5

Liite 3.

Valmentajan tavoiteorientaatio –kysely

Syntymäaika: _____ pv _____ kk _____ v

Vastaa seuraaviin kahteen kysymykseen puolen vuoden tarkkuudella:

Kuinka monta vuotta olet toiminut muodostelmaluistelupalmentajana: _____ vuotta

Kuinka monta vuotta olet valmentanut nykyistä joukkuettasi: _____ vuotta

Milloin lopetit oman taitoluisteluharrastuksesi: _____ v

Kuinka monta vuotta harrastit muodostelmaluistelua: _____ vuotta

Seuraavassa sinulle esitetään kysymyksiä, joihin ei ole olemassa oikeita tai väärä vastauksia. Ympyröi numero, joka parhaiten vastaa omaa käsitystäsi.

Muistele aikaa, jolloin itse vielä luistelit.

KUN LUISTELIN, TUNSIN ITSENI ONNISTUNEIMMAKSI SILLOIN KUN:

	1 = Täysin eri mieltä ... 5 = Täysin samaa mieltä				
1. Voitetaan toiset	1	2	3	4	5
2. Ollaan parhaita	1	2	3	4	5
3. Yritetään kovasti	1	2	3	4	5
4. Tapahtuu todella kehittymistä	1	2	3	4	5
5. Pärjätään paremmin kuin toiset	1	2	3	4	5
6. Näytetään toisille olevamme parhaita	1	2	3	4	5
7. Voitetaan vaikeudet	1	2	3	4	5
8. Onnistutaan sellaisessa, mitä ei olla aikaisemmin osattu	1	2	3	4	5
9. Pärjätään sellaisessa asiassa, mitä toiset eivät osaa	1	2	3	4	5
10. Tehdään kaikki parhaan kyvyn mukaan	1	2	3	4	5
11. Saavutetaan itselle asetettu tavoite	1	2	3	4	5
12. Ollaan selvästi toisia parempia	1	2	3	4	5

Liite 4.

Luistelijan ja valmentajan motivaatioilmasto -kysely

Seuraavassa sinulle esitetään kysymyksiä koskien joukkueesi yleistä ilmapiiriä. Tässäkään ei ole olemassa oikeita tai vääriä vastauksia. Ympyröi kunkin väittämän perästä numero, joka parhaiten vastaa **sinun näkemystäsi** joukkueessasi vallitsevasta ilmapiiristä. Varo ajattelemasta, minkälaisen ilmapiirin pitäisi olla.

1 = Täysin eri mieltä ... 5 = Täysin samaa mieltä

MUODOSTELMALUISTELUJOUKKUEESSAMME:

1. luistelijat auttavat toisiaan oppimaan	1	2	3	4	5
2. valmentaja haukkuu luistelijoita, jotka tekevät virheitä	1	2	3	4	5
3. valmentaja suosii joitakin luistelijoita toisten kustannuksella	1	2	3	4	5
4. jokainen luistelija osallistuu tärkeällä tavalla joukkueen toimintaan	1	2	3	4	5
5. muut puhuvat pahaa sellaisesta luistelijasta, joka pärjää muita paremmin	1	2	3	4	5
6. luistelijat tuntevat onnistuneensa, kun he kehittyvät taidoissaan	1	2	3	4	5
7. valmentaja kannustaa luistelijoita yrittämään aina parhaansa	1	2	3	4	5
8. valmentaja huolehtii, että luistelijat kehittyvät taidoissa, joissa he eivät ole hyviä	1	2	3	4	5
9. valmentaja huomioi eniten parhaita luistelijoita	1	2	3	4	5
10. luistelijat auttavat toisiaan tulemaan paremmiksi luistelijoiksi	1	2	3	4	5
11. luistelijoita rangaistaan heidän tekemistään virheistä	1	2	3	4	5
12. jokainen luistelija tuntee, että hänellä on tärkeä rooli joukkueen jäsenenä	1	2	3	4	5
13. kova yrittäminen palkitaan	1	2	3	4	5

1 = Täysin eri mieltä ... 5 = Täysin samaa mieltä

MUODOSTELMALUISTELUJOUKKUEESSAMME:

14. valmentaja kannustaa luistelijoita olemaan parempia kuin joukkuetoverinsa	1	2	3	4	5
15. valmentaja suosii joitain luistelijoita enemmän kuin toisia	1	2	3	4	5
16. luistelijat "puhaltavat yhteen hiileen"	1	2	3	4	5
17. valmentaja pitää jokaista luistelijaa tärkeänä joukkueen onnistumisen kannalta	1	2	3	4	5
18. jokaisessa harjoituksessa ja kilpailussa painotetaan kehittymistä	1	2	3	4	5
19. luistelijat joutuvat varaluistelijoiksi tehtyään virheitä	1	2	3	4	5
20. valmentaja kehuu luistelijoita vain silloin, kun nämä ovat parempia kuin joukkuetoverinsa	1	2	3	4	5
21. valmentaja painottaa enemmän yrittämistä kuin lopputulosta	1	2	3	4	5
22. valmentaja on tyytyväinen silloin, kun luistelijat yrittävät kovasti	1	2	3	4	5
23. valmentaja ei näe virheitä luonnollisena osana oppimista	1	2	3	4	5
24. valmentaja kannustaa luistelijoita auttamaan toisiaan oppimaan	1	2	3	4	5
25. jokainen luistelija taitotasosta riippumatta tuntee olevansa tärkeä joukkueelle	1	2	3	4	5
26. jokaisen luistelijan kehittymistä seurataan tarkasti	1	2	3	4	5
27. vain parhaat luistelijat saavat valmentajalta huomiota	1	2	3	4	5
28. virheet huomioidaan ja korjataan harjoituksen aikana	1	2	3	4	5
29. luistelijat kannustavat ja motivoivat toisiaan	1	2	3	4	5
30. valmentaja saa luistelijat tuntemaan itsensä tarpeellisiksi	1	2	3	4	5
31. luistelijoita palkitaan joukkuetovereita paremmasta luistelusta	1	2	3	4	5
32. valmentaja kannustaa kovaan yrittämiseen ja huomauttaa yrittämisen puutteesta	1	2	3	4	5
33. valmentaja antaa selvät ohjeet, kuinka luistelijat voivat kehittää taitojaan	1	2	3	4	5

1 = Täysin eri mieltä ... 5 = Täysin samaa mieltä

MUODOSTELMALUISTELUJOUKKUEESSAMME:

34. "tähtiluistelijoiden" tekosia katsotaan usein sormien läpi	1	2	3	4	5
35. luistelijat pelkäävät tekevänsä virheitä odotettavissa olevien seurauksien vuoksi	1	2	3	4	5
36. luistelijat taktikoivat kilpaillessaan ohjelmapaikoista	1	2	3	4	5

KIITOS VAIVANNÄÖSTÄSI!

Liite 5.

Luistelijan tavoiteorientaatio valmentajan näkemänä –kyselyn TÄYTTÖOHJE

Kysely sisältää neljä nidottua nippua, joissa jokaisessa nipussa on viiden henkilön kohdalta täytettävä lomake.

- 1) Täytä yksi nippu kerrallaan, mieluiten eri päivinä. Jos täytät kaksi nippua samana päivänä, tee toinen aamulla ja toinen illalla.
- 2) Jokaisessa lomakkeessa on luistelijan nimi, jota sinun tulisi keskittyneesti ajatella koko lomakkeen täytön ajan. Keskittymistä voi auttaa, että luet jokaista kysymystä ennen aloituslauseen ”Kun Liisa luistelee, uskon hänen...”. Ota joukkueen valokuva avukseksi, jos keskittyminen tuntuu vaikealta.
- 3) Älä kuitenkaan jää miettimään vastauksia pitkäksi aikaa, vaan vastaa ensimmäisen tunteesi pohjalta. Pidä henkilön kuva mielessäsi koko ajan.
- 4) Jos viiden lomakkeen täyttäminen kerralla tuntuu vaikealta, voit vähentää kerta-annosta.
- 5) Palauta tämä ohje lomakkeiden mukana ja kirjaa tähän alle ”täyttöpäiväkirja” (päivä, kellonaika, nipun numero oikeasta yläkulmasta ja kuinka kauan suunnilleen meni aikaa)

KIITOS VAIVANNÄÖSTÄSI!

28.1	19.30	n.1	n. 5min.
29.1	11.10	n.2	-11-
30.1	11.20	n.3	n. 5min
30.1	11.25	n.4	-11-

Liite 6.

Luistelijan tavoiteorientaatio valmentajan näkemänä

Seuraavassa sinulle esitetään kysymyksiä, joihin ei ole olemassa oikeita tai väärä vastauksia.

Ympyröi numero, joka parhaiten vastaa omaa käsitystäsi.

KUN _____ LUISTELEE, USKON HÄNEN TUNTEVAN ITSENSÄ

ONNISTUNEIMMAKSI SILLOIN KUN:

	1 = Täysin eri mieltä ... 5 = Täysin samaa mieltä				
1. Hän voittaa toiset	1	2	3	4	5
2. Hän on paras	1	2	3	4	5
3. Hän yrittää kovasti	1	2	3	4	5
4. Hän huomaa todella kehittyvänsä	1	2	3	4	5
5. Hän pärjää paremmin kuin toiset	1	2	3	4	5
6. Hän näyttää toisille olevansa paras	1	2	3	4	5
7. Hän voittaa vaikeudet	1	2	3	4	5
8. Hän onnistuu sellaisessa, mitä ei ole aikaisemmin osannut	1	2	3	4	5
9. Hän pärjää sellaisessa asiassa, mitä toiset eivät osaa	1	2	3	4	5
10. Hän tekee kaiken parhaan kykynsä mukaan	1	2	3	4	5
11. Hän saavuttaa itselleen asettamansa tavoitteen	1	2	3	4	5
12. Hän on selvästi toisia parempi	1	2	3	4	5

Liite 7.

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

 LIIKUNTA-
KASVATUKSEN
LAITOS


10.02.2003

Hyvät luistelijat ja arvoisa kotiväki

Pro gradu -tutkielmani tutkimusaineisto kaipaa lisäsyvyyttä. Näin ollen tulen näinä kahtena viikkona kuvaamaan Team Yellow:n harjoituksia, ja mahdollisesti haastattelemaan muutamaa luistelijaa. Video-materiaalista tehtävät havainnot keskittyvät lähinnä joukkueen valmentajan toimintaan. Kaikkea aineistoa käsittelen edelleen luottamuksellisesti.

Jos teillä on kysyttävää tämän asian tiimoilta, voitte soittaa minulle numeroon 050-5549 452.

Yhteistyöterveisin,

Janina Junnila, liik. yo

Pipsa Nieminen, lehtori,
tutkimuksen ohjaaja

Pyydän, että luisteliija ystävällisesti palauttaisi alla olevan osan valmentajalleen seuraavissa harjoituksissa.

----- leikkaa tästä

Nimi: _____

Tarpeen mukaan minua saa / ei saa haastatella (rasti ruutuun).

Huoltajan allekirjoitus: _____

Postiosoite:	Puhelin:
PL-36	(014) 260 1211
40351 Jyväskylä	Toimisto:
Käyntiosoite:	(014) 260 2100
Seminaarinmäki	(014) 260 2102
L-rakennus	Teletax:
	(014) 260 2101

Liite 8.

**PERCEIVED MOTIVATIONAL CLIMATE IN SPORT
QUESTIONNAIRE:
VERSION 3**

**Joan L. Duda, Ph.D.
Purdue University**

Please respond to the following statements carefully and honestly. These statements describe what it is like on different sport teams. Think about what the environment is like ON YOUR TEAM IN GENERAL and then indicate how much you agree or disagree with what is stated. Remember there are no wrong or right answers. Respond in terms of what you feel your team atmosphere is like. DO NOT ANSWER in terms of how you would like your team atmosphere to be.

On this <sport> team:

1. players help each other learn. (CL)
2. the coach yells at players for messing up. (PM)
3. the coach has his/her favorite. (UR)
4. each player feels they contribute in some important way. (IR)
5. players are "psyched" when they do better than their teammates in a game. (ITR)
6. players feel successful when they improve. (I)
7. the coach emphasizes always trying your best. (ER)
8. the coach makes sure players improve on skills they're not good at. (I)
9. the coach gives most of his/her attention to the "stars". (UR)
10. players help each other to get better and excel. (CL)
11. players are punished when they make a mistake. (PM)
12. each player feels they have an important role. (IR)
13. trying hard is rewarded. (ER)
14. the coach encourages players to outplay their own teammates. (ITR)
15. the coach favors some players more than others. (UR)
16. the players really "work together" as a team. (CL)
17. the coach believes that all players are crucial to the success of the team. (IR)
18. the focus is to improve each game/practice. (I)
19. players are taken out of the competition for mistakes. (PM)
20. the coach praises players only when they outplay teammates. (ITR)
21. the coach emphasizes effort more than outcome. (ER)
22. the coach is satisfied as long as the players try hard. (ER)
23. the coach doesn't give the players a chance to learn from

YMPYRÖIDYT OSIDT TÄYSIN UUSIA TÄSSÄ YHTÄIN VERSIOSSA.

- their mistakes. (PM)
24. the coach encourages players to help each other learn. (CL)
25. players at all skill levels think they have an important role. (IR)
26. players are concerned with out-performing their teammates. (ITR)
27. (26) the level of improvement is monitored and recorded. (I)
28. (27) only the top players are "noticed" by the coach. (UR)
29. (28) mistakes are recorded and "worked off" during practice. (PM)
30. (29) players encourage and motivate each other. (CL)
31. (30) the coach makes the players feel needed/wanted. (IR)
32. (31) players are rewarded for doing better than teammates. (ITR)
33. (32) the coach reinforces extra effort and points out when he/she sees a lack of effort. (ER)
34. (33) the coach gives clear instruction on how the players can improve. (I)
38. (34) the coach lets the "stars" get away with things. (UR)
36. (35) due to the expected consequences, players are afraid to make mistakes. (PM)
- ~~37. only the players with the best "stats" are praised. (UR)~~
- (38) (36) players use tactics during competition/practice to hinder their teammate's performance. (ITR)
- 4HD.
with 261 → "36"

PMCSQ-3: TENTATIVE SUBSCALES

CL Cooperative Learning:

1. players help each other learn.
10. players help each other to get better and excel.
16. the players really "work together" as a team.
24. the coach encourages players to help each other learn.
29. players encourage and motivate each other.

PM Punishment for Mistakes:

2. the coach yells at players for messing up.
11. players are punished when they make a mistake.
19. players are taken out of the competition for mistakes.
23. the coach doesn't give the players a chance to learn from their mistakes.
29. mistakes are recorded and "worked off" during practice.
35. due to the expected consequences, players are afraid to make mistakes.

UR Unequal Recognition:

3. the coach has his/her favorite.
7. the coach gives most of his/her attention to the "stars".
15. the coach favors some players more than others.
27. only the top players are "noticed" by the coach.
- ~~only the players with the best "stats" are praised.~~
34. the coach lets the "stars" get away with things.

IR *Important Role:*

- 7. each player feels they contribute in some important way.
- 12. each player feels they have an important role.
- 17. the coach believes that all of us are crucial to the success of the team.
- 25. players at all skill levels think they have an important role.
- 30. the coach makes us all feel needed/wanted.

ITR *Intra-Team Rivalry:*

- 5. players are "psyched" when they do better than their teammates.
- 14. the coach encourages players to outplay their own teammates.
- 20. the coach only praises players when they outplay teammates.
- players are concerned with out-performing their teammates.
- 36. YHD. 31. players are rewarded for out-performing teammates.
- players use tactics during competition/practice to hinder their teammate's performance.

I *Improvement:*

- 6. players feel successful when they improve.
- 8. the coach makes sure players improve on skills they're not good at.
- 18. the focus is to improve each game/practice.
- 33. the coach gives clear instruction on how the players can improve.
- 26. the level of improvement is monitored and recorded.

ER *Effort Reinforcement:*

- 7. the coach emphasizes always trying your best.
- 13. trying hard is rewarded.
- 21. the coach emphasizes effort more than outcome.
- 22. the coach is satisfied as long as we try hard.
- 32. the coach reinforces extra effort and points out when he/she sees lack of effort.

Liite 9.

Motivaatioilmastomittarin (PMCSQ-3) ulottuvuudet ja osiot sekä ulottuvuuksien Cronbachin alfa - kertoimet

TEHTÄVÄILMASTON ULOTTUVUUDET

Yhteistoiminnallisuus -ulottuvuutta mitattiin seuraavilla osioilla:

Muodostelmaluistelujoukkueessamme

1. Luistelijat auttavat toisiaan oppimaan
10. Luistelijat auttavat toisiaan tulemaan paremmiksi luistelijoiksi
16. Luistelijat ”puhaltavat yhteen hiileen” toimiessaan joukkueena
24. Valmentaja kannustaa luistelijoita auttamaan toisiaan oppimaan
29. Luistelijat kannustavat ja motivoivat toisiaan

Cronbachin alfa -kerroin osioille oli .74. Jättämällä osio 10 pois kerroin nousi .75:een, mutta joka tapauksessa osioiden voidaan katsoa mittaavan johdonmukaisesti samaa asiaa. Osioista numero 29 oli täysin uusi.

TAULUKKO L1. Tehtäväilmaston yhteistoiminnallisuutta mittaavien osioiden sisäinen yhdenmukaisuus, Cronbachin alfa -kerroin

Osio	Alfa, jos osio poistetaan
1.	.64
10.	.75
16.	.68
24.	.71
29.	.68
n=19	Alfa .74

Urheilijan merkittävyys -ulottuvuutta mitattiin seuraavilla osioilla:

Muodostelmaluistelujoukkueessamme

4. Jokainen luistelija osallistuu tärkeällä tavalla joukkueen toimintaan
12. Jokainen luistelija tuntee, että hänellä on tärkeä rooli joukkueen jäsenenä
17. Valmentaja pitää jokaista luistelijaa tärkeänä joukkueen onnistumisen kannalta
25. Jokainen luistelija taitotasosta riippumatta tuntee olevansa tärkeä joukkueelle
30. Valmentaja saa luistelijat tuntemaan itsensä tarpeellisiksi

Cronbachin alfa -kerroin osioille oli .75, eikä minkään osion poistaminen nostanut kerrointa. Niiden voidaan todeta mittaavan johdonmukaisesti samaa asiaa. Osio numero 30 oli kokonaan uusi.

TAULUKKO L2. Tehtävämaston urheilijan merkitsevyyttä mittaavien osioiden sisäinen yhdenmukaisuus, Cronbachin alfa -kerroin

Osio	Alfa, jos osio poistetaan
4.	.75
12.	.74
17.	.67
25.	.71
30.	.64
n=21	Alfa .75

Edistymistä mitattiin seuraavilla osioilla:

Muodostelmaluistelujoukkueessamme

- 6. Luistelijat tuntevat onnistuneensa, kun he kehittyvät taidoissaan
- 8. Valmentaja huolehtii, että luistelijat kehittyvät taidoissa, joissa he eivät ole hyviä
- 18. Jokaisessa harjoituksessa ja kilpailussa painotetaan kehittymistä
- 26. Jokaisen luistelijan kehittymistä seurataan tarkasti
- 33. Valmentaja antaa selvät ohjeet, kuinka luistelijat voivat kehittää taitojaan

Cronbachin alfa -kerroin osioille oli .62, mutta osion 18 poistamalla kerroin nousi .66:een. Silti osioiden voidaan katsoa mittaavan johdonmukaisesti samaa asiaa, joskin yleisesti alle .70 olevaa Cronbachin alfaa pidetään alhaisena. Sekä osio 26 että 33 olivat täysin uusia.

TAULUKKO L3. Tehtävämaston edistymistä mittaavien osioiden sisäinen yhdenmukaisuus, Cronbachin alfa -kerroin

Osio	Alfa, jos osio poistetaan
6.	.52
8.	.48
18.	.66
26.	.56
33.	.60
n=20	Alfa .62

Yrittämisen vahvistamista mittaivat seuraavat osiot:

Muodostelmaluistelujoukkueessamme

- 7. Valmentaja kannustaa luistelijoita yrittämään aina parhaansa
- 13. Kova yrittäminen palkitaan
- 21. Valmentaja painottaa enemmän yrittämistä kuin lopputulosta
- 22. Valmentaja on tyytyväinen silloin, kun luistelijat yrittävät kovasti
- 32. Valmentaja kannustaa kovaan yrittämiseen ja huomauttaa yrittämisen puutteesta

Cronbachin alfa -kerroin osioille oli .34. Jättämällä osio 7 pois kerroin nousi .52:een, mutta jäädessä edelleen melko alhaiseksi. Osioiden voisi todeta kuitenkin mittaavan johdonmukaisesti samaa asiaa. Ulottuvuus sinänsä oli kokonaan uusi ja osioista numerot 21, 22 ja 32 olivat täysin uusia. Osiot 7 ja 13 ovat olleet mittarin aiemmassa versiossa, mutta eri ulottuvuuksien alla.

TAULUKKO L4. Tehtäväilmaston yrittämisen vahvistamista mittaavien osioiden sisäinen yhdenmukaisuus, Cronbachin alfa -kerroin

Osio	Alfa, jos osio poistetaan
7.	.52
13.	.34
21.	.23
22.	.11
32.	.13
n=21	Alfa .34

KILPAILUILMASTON ULOTTUVUUDET

Virheistä rankaisemista mitattiin seuraavilla osioilla:

Muodostelmaluistelujoukkueessamme

- 2. Valmentaja haukkuu luistelijoita, jotka tekevät virheitä
- 11. Luistelijoita rangaistaan heidän tekemistään virheitä
- 19. Luistelijat joutuvat varaluistelijoiksi tehtyään virheitä
- 23. Valmentaja ei näe virheitä luonnollisena osana oppimista
- 28. Virheet huomioidaan ja korjataan harjoituksen aikana
- 35. Luistelijat pelkäävät tekevänsä virheitä varaluistelijaksi joutumisen uhan vuoksi

Cronbachin alfa -kerroin osioille oli .34. Osion 28 poisjättäminen nosti kerrointa .41:een ja osion 35 poisjättäminen .42:een. Osion 28 voi todeta olevan hengeltään positiivinen muihin osioihin verrattuna. Osiot 23, 28 ja 35 ovat kaikki uusia, tosin 35 vain osin.

TAULUKKO L5. Kilpailuilmaston virheistä rankaisemista mittaavien osioiden sisäinen yhdenmukaisuus, Cronbachin alfa -kerroin

Osio	Alfa, jos osio poistetaan
2.	.26
11.	.38
19.	-.09
23.	.20
28.	.41
35.	.42
n=20	Alfa .34

Eriarvoinen huomiointi -ulottuvuutta mitattiin seuraavilla osioilla:

Muodostelmaluistelujoukkueessamme

3. Valmentaja suosii joitakin luistelijoita toisten kustannuksella

9. Valmentaja huomioi eniten parhaita luistelijoita

15. Valmentaja suosii joitain luistelijoita enemmän kuin toisia

27. Vain parhaat luistelijat saavat valmentajalta huomiota

34. Valmentaja päästää "tähtiluistelijat" helpommalla kuin muut

Cronbachin alfa -kerroin osioille oli .77. Osion 3 pois jättämällä kerroin nousi .79:ään ja osion 34 pois jättämällä jopa .82:een. Joka tapauksessa kaikki kertoimet ovat sen verran korkeita, että osioiden voidaan todeta mittaavan johdonmukaisesti samaa asiaa. Ainoastaan osio numero 34 oli täysin uusi.

TAULUKKO L6. Kilpailuilmaston eriarvoista huomiointia mittaavien osioiden sisäinen yhdenmukaisuus, Cronbachin alfa -kerroin

Osio	Alfa, jos osio poistetaan
3.	.79
9.	.69
15.	.63
27.	.70
34.	.82
n=20	Alfa .77

Joukkueen sisäistä kilpailua mittasivat seuraavat osiot:

Muodostelmaluistelujoukkueessamme

- 5. Muut puhuvat pahaa sellaisesta luistelijasta, joka pärjää muita paremmin
- 14. Valmentaja kannustaa luisteliijoita olemaan parempia kuin joukkueoverinsa
- 20. Valmentaja kehuu luisteliijoita vain silloin, kun nämä ovat parempia kuin joukkueoverinsa
- 31. Luisteliijoita palkitaan joukkueovereita paremmasta luistelusta
- 36. Luistelijat pyrkivät kaikin keinoin päihittämään joukkuekaverinsa kilpaillessaan ohjelmapaikoista

Cronbachin alfa -kerroin osioille oli .60, mutta jättämällä osio 5 pois, nousi se .73:een. Osion 5 voisi nähdäkin mittaavan vähän eri asiaa, kiusaamista kilpailun sijaan, muiden osioiden ollessa johdonmukaisempia. Osiot 31 ja 36 olivat kokonaan uusia tässä mittarin versiossa.

TAULUKKO L7. Kilpailuilmaston joukkueen sisäistä kilpailua mittaavien osioiden sisäinen yhdenmukaisuus, Cronbachin alfa -kerroin

Osio	Alfa, jos osio poistetaan
5.	.73
14.	.52
20.	.50
31.	.38
36.	.51
n=21	Alfa .60

Lile 10.

LUSTELUUN FAVORIORENTAATIOASTITTELU

HLQ	Omitustamien turheen peruste	A	B	C	D	E
OHJELMAKOKOON	ohjelmakokoon hyvä laatu kukaan	hyvä laatu, kukaan ei ole huono, hyvä laatu	ohjelmakokoon hyvä	ohjelmakokoon hyvä (suhde)	ohjelmakokoon hyvä (suhde)	ohjelmakokoon hyvä (suhde)
KILPAILUKILPAILU	no vahan	Ukkain kukaan onra jitu	Uusi kukaan kukaan...	huono ei ole	huono ei ole	huono ei ole
KILPAILUN MAJAT	rankkolla, mut ei onra, voisi olla, ei onra, ja ei onra, mikä ei onra	sojovasti	sojovasti	sojovasti	sojovasti	sojovasti
OSALLISTUMISEN MOTIVOIVA	uuden osallistumisen vakuutus - luku, kukaan	Ukkain kukaan kurti ja kukaan kukaan	Ukkain kukaan kukaan	Ukkain kukaan kukaan	Ukkain kukaan kukaan	Ukkain kukaan kukaan
HÄIRÄKÄITÄMISEN MAJAT	uuden osallistumisen vakuutus - luku, kukaan	Ukkain kukaan kurti ja kukaan kukaan	Ukkain kukaan kukaan	Ukkain kukaan kukaan	Ukkain kukaan kukaan	Ukkain kukaan kukaan
HILJAPUOLUKUNNEN	hiljapuolet kukaan, kukaan	hiljapuolet kukaan, kukaan	hiljapuolet kukaan, kukaan	hiljapuolet kukaan, kukaan	hiljapuolet kukaan, kukaan	hiljapuolet kukaan, kukaan
MIKÄ TUOKAA	ilme ilme, ilme, kukaan	ilme ilme, ilme, kukaan	ilme ilme, ilme, kukaan	ilme ilme, ilme, kukaan	ilme ilme, ilme, kukaan	ilme ilme, ilme, kukaan
MIELIKITTOA	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan
MURTEITA	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan
AIHDUSTA	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan	mielikitto, ilme, kukaan

VALMENTAJAN MOTIVAATIOASTITTELU	
POIKASOJON	poikasojon, kukaan ei ole huono, hyvä laatu
SUHTEIDEN	suhde, kukaan ei ole huono, hyvä laatu
PAIKKUNEN	paikka, kukaan ei ole huono, hyvä laatu
VALMENTAJAN MOTIVAATIOASTITTELU	valmentajan motivaatio, kukaan ei ole huono, hyvä laatu

POIKKUNEN KATSEVAT	
POIKKUNEN KATSEVAT	poikkunen katsevat, kukaan ei ole huono, hyvä laatu
POIKKUNEN KATSEVAT	poikkunen katsevat, kukaan ei ole huono, hyvä laatu
POIKKUNEN KATSEVAT	poikkunen katsevat, kukaan ei ole huono, hyvä laatu
POIKKUNEN KATSEVAT	poikkunen katsevat, kukaan ei ole huono, hyvä laatu

LUOSTELUJEN MOTIVAATIOILMASTYÖKÄYTTÖ

Polttareiden suhtautuminen...

Väimän palautteen...

Oma palautteenant...

Keskustelu...

Keskustelu...

oma...

”ammattien” merkitys...

”Joukkueen sis. kilpailu...

teonik hari...

vain, huomio...

Mokasinseen suhtautum...

muut...

Itse...

Henki ja aseminen...

Kuka kannattaa...

toisin sanottuna se on...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

ei olekaan...

Liite 10.

Yhteenvedo videomateriaalista tehdyistä havainnoista koskien vallitsevaa, todellista motivaatioilmastoa. Taulukko on tutkijan muokkaama. Lähteenä on käytetty Liukkosen (1998) motivaatioilmastoa kuvaavien tunnuspiirteiden taulukkoa sekä tutkimuksessa käytetyn motivaatioilmastomittarin (PMCSQ-3) ulottuvuuksia.

	TEHTÄVÄILMASTO (TI)	KILPAILUILMASTO (KI)	HUOMIOITA
VALMEN- TAJAN ANTAMA PALAUTE	Edistymisestä: 29 havaintoa Oppimisesta: 35 Yrittämisestä: 15	Normatiivisin kriteerein (vähennyksistä): 12 havaintoa Suorituksesta: 2 Lopputuloksesta: -	TI: "Meni paremmin kuin edellinen", "oli enemmän vauhtia" KI: arvio tuomaripistein, useimmiten lyhytohjelmalle Vaikea tosin eritellä, usein sekä että TI: "jotta pari oppii"
VIRHEI- SIIN SUHTAU- TUMINEN	Osa oppimista: 24	Ei suvaita: -	
LUISTELI- JOIDEN ORIENTAATIO	Oppimisessa/ kehittämisessä: 20	Kilpailukyvyssä: -	TI: luistelijoiden esittämiä kysymyksiä/ tarkennuksia, useimmiten saman luistelijan esittäminä
VALMEN- TAJALTA TULEVA HUOMIO	Samanaarvoista: 2 Ryhmittely yhteistoiminnallisin periaattein: 9	Eriarvoista: 3 Ryhmittely kilpailullisin periaattein: 2	Useita eri nimiä kuuluu, syystä KI: perusteltuja (kohteena kapteeni tai uusin luistelijat) TI: pariharjoitteet, oman rivin harjoitteet KI: kisakokoonpanon luisteluttaminen
YRITTÄ- MISEEN SUHTAU- TUMINEN	Useita yrityksiä sallitaan: useita kymmeniä!	Vain yksi yritys sallittu: 1	Ainoastaan kerran toisen ohjelman kertayritys "keskity, tavoitteena puhdas ohjelma"
YHTEIS- TOIMIN- NALLI- SUUS	Valmennus yhteistyötä: 14	Valmennus autoritääristä: ...jatkuvasti...	Usein luistelijalähtöistä: "Mikä auttaa käänteissä?" ja kasvattavaa TI: luistelijoiden ehdotuksia, yhteistä ongelmien selvittelyä, "miltä tuntui?"