

**This is an electronic reprint of the original article.  
This reprint *may differ* from the original in pagination and typographic detail.**

**Author(s):** Ryba, Tatiana V.; Aunola, Kaisa; Ronkainen, Noora J.; Selänne, Harri; Kalaja, Sami

**Title:** Urheilijoiden kaksoisuraan liittyvän tutkimuksen tämänhetkinen tilanne Suomessa

**Year:** 2016

**Version:**

**Please cite the original version:**

Ryba, T. V., Aunola, K., Ronkainen, N. J., Selänne, H., & Kalaja, S. (2016). Urheilijoiden kaksoisuraan liittyvän tutkimuksen tämänhetkinen tilanne Suomessa. *Liikunta ja tiede*, 53(2-3), 88-95.

All material supplied via JYX is protected by copyright and other intellectual property rights, and duplication or sale of all or part of any of the repository collections is not permitted, except that material may be duplicated by you for your research use or educational purposes in electronic or print form. You must obtain permission for any other use. Electronic or print copies may not be offered, whether for sale or otherwise to anyone who is not an authorised user.

# URHEILIJOIDEN KAKSOISURAAAN LIITTYVÄN TUTKIMUKSEN TÄMÄNHETKINEN TILANNE SUOMESSA

**Tatiana V. Ryba**, FT, Dosentti, Jyväskylän yliopisto/Psykologian laitos & Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus (KIHU). PL 35, 40014 Jyväskylän Yliopisto. P. +358 40 8014 850. Sähköposti: tatiana.ryba@jyu.fi (yhteyshenkilö).  
**Kaisa Aunola**, PsT, Professori, Jyväskylän yliopisto. **Noora J. Ronkainen**, LitT, Shanghai Jiao Tong University.  
**Harri Selänne**, LKT, Mehiläisen Liikuntaklinikka. **Sami Kalaja**, LitT, Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus (KIHU).

## TIIVISTELMÄ

**Ryba, T. V., Aunola, K., Ronkainen, N. J., Selänne, H. & Kalaja, S. 2016. Urheilijoiden kaksoisuraan liittyvän tutkimuksen tämänhetkinen tilanne Suomessa. Liikunta & Tiede 53 (2–3), 88–95.**

■ Urheilijan kaksoisura tarkoittaa huippu-urheilun ja opiskelun/koulutuksen yhdistämistä. Tämä helpottaa urheilijan siirtymistä urheilu-uralta työmarkkinoille. Vaikka kansainvälisen tutkimuksen mukaan useimmat huippu-urheilijat pitävät koulutusta tärkeänä, he useimmiten asettavat urheilu-uran etusijalle yrittäessään sovittaa harjoittelun ja kilpailemisen asettamat vaatimukset koulutusjärjestelmien vaatimuksiin ja rajoituksiin.

Tutkimusten mukaan monet lahjakkaat eurooppalaisurheilijat usein joko lopettavat urheilu-uransa panostaakseen koulutukseen ja sitä kautta työllistymiseen tai viivästyttävät tutkinnon hankkimista keskittyäkseen kokonaan urheiluun. Kysymys on otettu osaksi EU:n strategista agenda (Euroopan komissio 2011, 2012), ja myös Suomen hallitus on kiinnittänyt asiaan huomiota pyrkimällä edistämään eettiseen ja yhteiskuntavastuulliseen huippu-urheiluun ohjaavien menettelytapojen kehittämistä (Opetusministeriö 2010). Hiljattain käyttöön otetut eurooppalaisurheilijoiden kaksoisuraa koskevat linjaukset (2012) kannustavat vahvasti kansallisen tason tutkimukseen eri sosiokulttuurisiin konteksteihin sopivien suositusten luomiseksi.

Tässä artikkelissa luodaan katsaus suomalaisen kaksoisuratutkimukseen ja sen tuloksiin. Aluksi esitellään lyhyesti kokonaisvaltainen, kulttuurin huomioiva näkökulma urheilu-uraan. Seuraavaksi tarkastellaan näiden kansallisten tutkimusten tuloksia kansainvälistä tutkimustaustaa vasten. Lopuksi esitetään suosituksia siitä, mihin tulevan kaksoisuratutkimuksen kannattaisi keskittyä, ja kannustetaan kehittämään suomalaisen kontekstiin soveltuva kaksoisurastrategia, joka auttaisi pohjustamaan ja tukemaan lahjakkaiden urheilijoiden henkilökohtaista ja ammatillista kehitystä läpi uran.

*Asiasanat: Urheilijan kehityspolku, kaksoisura, urakehitys ja siirtymävaiheet, motivaatio*

## ABSTRACT

**Ryba, T. V., Aunola, K., Ronkainen, N. J., Selänne, H. & Kalaja, S. 2016. The current status of dual career research in Finland. Liikunta & Tiede 53 (2–3), 88–95.**

■ The dual career of athletes refers to the integrated pathways of combining elite sport and education, which consequently promotes the transition from sport into the labour market. International research provides empirical evidence to suggest that, though most high performance athletes consider education important, they tend to prioritize their athletic career as they struggle to reconcile the training and competition demands of elite sport with the requirements and restrictions in educational systems.

It has been noted, moreover, that European talented athletes tend to either drop out of sport to better prepare for future job opportunities or postpone the achievement of a degree. This issue has been included in the strategic agenda of the EU (European Commission, 2011, 2012) and also received government attention in Finland with an aim to facilitate development of social policies on ethical and socially responsible high-performance sports (see Ministry of Education, 2010). The recently adopted European Guidelines on Dual Careers of Athletes (2012) strongly encourage conducting national research to ground the guidelines in specific sociocultural contexts.

In this review, we focus on synthesizing research findings gleaned from the studies with Finnish athletes. First, the holistic and culturally situated perspective on athletic career is briefly introduced. Second, the national study findings are reviewed and discussed against the backdrop of international research. We conclude with suggestions for future career transitions research to stimulate a contextually appropriate Finnish dual career strategy, which would assist with preparing and supporting talented athletes' personal and professional development along the career span.

*Keywords: Athlete career, dual career, career development and transitions, motivation*

## JOHDANTO

Urheilijan kaksoisuralla viitataan huippu-urheilun ja opiskelun/koulutuksen yhdistämiseen. Tätä urheilijan kaksoisuraa tukevat erilaiset urheilu- ja koulutusjärjestelmän ratkaisut, joilla helpotetaan huippu-urheilun ja koulutuksen (tai urheilun ja työn) yhdistämistä. Nykyurheilijoilta odotetaan yhä enenevässä määrin paitsi toisen asteen koulutuksen ja urheilu-uran yhdistämistä, myös hakeutumista jatkokoulutukseen, joka mahdollistaa urakehityksen urheilu-uran jälkeen ja helpottaa työllistymistä (Aquilina & Henry 2010; Christensen & Sørensen 2009).

Panostaminen samanaikaisesti sekä urheiluun että koulutukseen on kuitenkin erittäin vaativaa. Niin kansainväliset kuin kansallisetkin tutkimustulokset ovat verrattain johdonmukaisesti osoittaneet, että lukioon ja korkeakouluun jatkavista huippu-urheilijoista on äärimmäisen haastavaa (joskaan ei mahdotonta) ylittää parhaaseen mahdolliseen suoritukseen kummallakin osa-alueella sekä urheilussa että opinnoissa (esim. Lämsä ym. 2014; O'Neil ym. 2013). Opiskelijaurheilijoiden mukaan opiskelu- tai urheilumenestys saavutetaan usein toisen osa-alueen kustannuksella ja menestymisen hintana on myös muihin elämänalueisiin panostamisen rajoittaminen. Urheilijat ovat kertoneet valitsevansa "helpompia" oppiaineita, jotta pystyisivät suoriutumaan urheilu-uran vaatimuksista (Henriksen ym. 2010), ja tyytyvänsä myös korkeakouluopinnoissa kurssin läpäisyyn riittävään minimisuoritukseen (Cosh & Tully 2014). Tämä rajoittaa myöhempiä opiskelumahdollisuuksia, ja näin vaikuttaa ammatilliseen urapolkuun ja valinnan mahdollisuuksiin myös muussa elämässä.

Tutkimukset ovat myös osoittaneet, että paineet menestyä samanaikaisesti niin opiskelussa kuin urheilussakin, etenkin jos kattavaa tukea kaksoisuralle ei ole saatavilla, voivat aiheuttaa ahdistusta ja levottomuutta, kestämatöntä stressikuormitusta, liikaharjoittelua ja loppuun palamista, sekä siirtymävaiheisiin liittyviä ongelmia eri kehitysvaiheissa. Tämä puolestaan saattaa johtaa opiskelun keskeyttämiseen tai huippu-urheilun ennenaikaiseen lopettamiseen (Baron-Thiene & Alfermann 2015; Christensen & Sørensen 2009; Stambulova ym. 2009). Eri sidosryhmien kaksoisuraan liittyvät huolenaiheet ja näkökulmat voivatkin vaihdella: siinä missä jotkut keskittyvät etenkin nuorten urheilijoiden koulutukselliseen ja ammatilliseen kehitykseen, toiset pitävät olennaisempana keskittyä menestykseen urheilu-uralla.

Stambulova ja Ryba esittelevät tuoreessa teoksessaan, *Athletes' careers across cultures* (2013), ja sitä seuranneessa katsauksessa (2014) viisi kansainvälisen urheilu-urattutkimuksen ja -ohjauksen tutkimusperinnettä, nk. kulttuurista diskurssia, eri puolilta maailmaa. Dominoivat, vaikutusvaltaisimmat diskurssit ovat pohjoisamerikkalainen, australialainen ja (länsi)eurooppalainen, kun taas nousevia diskursseja ovat aasialainen ja eteläamerikkalainen. Kulttuurinen diskurssi viittaa niihin historiallisesti rakentuneisiin tiedollisiin kokonaisuuksiin, joihin kuuluvat erilaisissa sosiaalisissa ryhmissä vallitsevat perusolettamukset, arvot ja uskomusjärjestelmät. Diskurssin käsitteen soveltaminen urheiluun ja siihen elämänvaiheeseen, josta nuoret aloittavat matkansa urheilijaksi, havainnollistaa prosessia, jossa etsitään yhteisiä merkityksiä käsitteille ja yleisille käytännöille (esimerkiksi urheilulahjakkuuksien tunnistamiselle sekä urheilijan kehityksen ja menestyksekkään urheilu-uran rakennusaineille).

Vaikka huippu-urheilijoiden urapolkuja on toistaiseksi kuvattu lähinnä lineaarisesti ja pelkistetysti, nykytutkimukset paljastavat näissä yhä enemmän kulttuurisia eroavaisuuksia (Cosh & Tully 2014; Ronkainen ym. 2016; Ryba ym. 2015a,b). Samat eroavaisuudet heijastuvat myös edellä mainituista viidestä urheilu-urien tutkimusperinteestä, joista jokainen on vuosien kuluessa käsitellyt tiettyjä tutkimuskysymyksiä omalla tavallaan. Tämä viittaa myös urheilijoiden urakäyttäytymisen ja kokemusten kontekstisidonnaisuuteen. Urheilijoiden kehitystä eri vaiheissa voivat näin ollen vaikeuttaa hyvin

erilaiset kysymykset, joista kaikki eivät suinkaan liity urheilijan kilpailutasoon vaan pikemminkin hänen sosiokulttuuriseen sijaintiinsa.

Eurooppalaisessa urheilupolitiikassa ja -tutkimuksessa keskustellaan yhä enemmän siitä, kuinka nuorten urheilijoiden kehitys, hyvinvointi ja yhtäläiset oikeudet niin koulutukseen kuin urheiluunkin voitaisiin turvata luomalla urheilijoiden kaksoisurapolkuja (Henry 2013). Kuten Stambulova ja Ryba (2013) havaitsivat (länsi)eurooppalaisessa diskurssissa keskeisiä kysymyksiä ovat muun muassa sosiaalisuus urheiluun, siirtymät urheilu-uran sisällä, urheilijan kaksoisura ja urheilijan identiteetti. Eurooppalaisessa mallissa urheiluseurat ovat perinteisesti olleet päävastuussa tavoitteellisen kilpaurheilun organisoimisessa, mutta erityisesti viimeisen vuosikymmenen aikana opiskelua ja kilpaurheilua on pyritty voimakkaasti yhdistämään useissa Euroopan maissa (Henry 2013).

Suomalainen urheilupolitiikka ja -tutkimus sijoittuvat eurooppalaiseen diskurssiin, ja valtion tukema kaksoisuramalli alkoi kokeilu-muotoisena vuonna 1986 (Lämsä ym., 2014). Vuonna 2013 Suomessa toimi 13 urheilulukkiota ja 11 urheiluammattioppilaitosta (Manninen 2014). Niiden lisäksi Suomessa on yli 60 urheilupainotteista toisen asteen oppilaitosta, joissa otetaan erityisesti huomioon opiskelevien urheilijoiden ajankäytölliset haasteet.

Siirtymä toisen asteen koulutuksesta korkeakouluun on kuitenkin ollut urheilijan uran kannalta kriittinen vaihe. Suomessa ei aiemmin ollut erillistä järjestelmää urheilun tukemiseksi korkeakouluopinnojen aikana, joten opintojen ja urheilun yhteensovittaminen jäi urheilijan vastuulle. Tilannetta pyrittiin parantamaan 2000-luvulla laajentamalla toisen asteen urheiluoppilaitosjärjestelmää urheiluakatemiaverkostoksi, joka pyrkii tukemaan urheilijoiden opiskelua aina korkea-asteelle saakka. Urheiluakatemioiden tehtävänä on helpottaa urheilijoiden siirtymistä korkeakouluun ja parantaa oppilaitosten, lajiliittojen ja urheiluseurojen vuorovaikutusta. Akatemiajärjestelmä kehittyi nopeasti ja pääsi valtiovastuun piiriin vuonna 2009, ja vuonna 2013 jo 18 akatemiaa oli avustuksen piirissä (Lämsä ym. 2014). Urheiluakatemiaverkoston kehitys kaksoisurien helpottajana on nyt erityisen ajankohtainen, sillä uusimmat lahjakkuuden kehitystä käsittelevät tutkimukset painottavat ympäristön roolia koulutuksen ja urheilun välisen tasapainon optimoijana ja sitä kautta urheilulahjakkuuden säilyttäjänä (Henriksen ym. 2010; Larsen ym. 2013).

Vaikka akatemiaverkoston kehitys on helpottanut urheilijoiden opiskelua korkea-asteella, suomalainen korkeakoulujärjestelmä on kuitenkin samaan aikaan käynyt läpi muutoksia, jotka ovat tuoneet erityisiä haasteita opiskelijaurheilijoille. Uudistuneet rahoitusmallit ovat tiukentaneet suoritettujen opintopisteiden ja tutkintojen seurantaa, ja opintotukeen vaadittavien opintopisteiden määrää on useita kertoja korotettu (Lämsä ym. 2014). Julkinen keskustelu on usein painottunut opintoaikojen lyhentämiseen ja opiskelun tehostamiseen, mikä saattaa tuoda lisäpainetta urheilijoille.

Vaikka urheilu-urien tutkimus on hyvin vakiintunut tutkimusala, urheilijan kaksoisuraa on Euroopassa tutkittu melko vähän. Siitä alettiin kiinnostua enemmän vasta EU:n julkaistua omat urheilijoiden kaksoisuraa koskevat suuntaviivansa (2012). Koska urheilu-urien rakentumista tukevissa urheilu- ja koulutusjärjestelmissä on rakenteellisia ja diskursiivisia eroja eri jäsenvaltioiden välillä (ts. urheilu-ura on myös kulttuurisesti rakentunut), EU:n suuntaviivat painottavat tarvetta kontekstin huomioon ottavalle tutkimukselle, joka vaikuttaisi kaksoisuraa koskeviin kansallisiin menettelytapoihin ja käytäntöihin sekä urheilulupauksille ja huippu-urheilijoille suunnattuihin palveluihin.

Tässä katsausartikkelissa lähestymme kaksoisuraa kolmesta näkökulmasta. Ensinnäkin tarkastelemme kaksoisurakysymystä urheilijan urakehityksen ja erilaisten siirtymävaiheiden kehyksessä. Toiseksi luomme katsauksen tähän mennessä tehtyihin kansallisiin tutkimus-

tuloksiin ja vertaamme niitä kansainvälisen kaksoisuratuokimuksen tuloksiin. Kolmanneksi päätämme katsauksen ehdottomalla joitakin sellaisia suuntalinjoja tulevalle kaksoisuratuokimukselle, joiden pohjalta voitaisiin edistää kontekstin huomioon ottavaa suomalaista kaksoisurastrategiaa. Tällainen strategia pohjustaisi ja tukisi entistä paremmin suomalaisten urheilijoiden henkilökohtaista ja ammatillista kehitystä läpi koko uran.

## Huippu-urheilijan urakehitys ja siirtymät

Urheilu-ura on kehitysprosessi, johon kuuluu erilaisia vaiheita ja siirtymiä. Nämä vaiheet ja siirtymät ovat rakentuneet kilpaurheilun toimintamallien pohjalta ja voivat liittyä eri kilpailutasoihin, kuten paikalliseen, alueelliseen, kansalliseen tai kansainväliseen tasoon. Useimmat junioriurheilijat alkavat kilpailla suunnilleen kahdeksanvuotiaana ja pääsevät huipulle noin kymmenen vuoden harjoittelun jälkeen (Blomqvist ym. 2015; Coté ym. 2007). Kehityspsykologinen, holistinen näkökulma urheilijan urakehitykseen (Wylleman & Lavallee 2004; Wylleman ym. 2013) valaisee osuvasti tätä kehitystä sijoittamalla kaksoisuran käsitteen urheilijan elämäntaakkaan. Wyllemanin ja Lavalleen (2004) kehittämää mallia on vastikään päivitetty kuvaamaan urheilijan kehityksen rinnakkaista, vuorovaikutteista ja limittäistä luonnetta viidellä eri elämäntaakassa: urheilu-uralla, psykologisella, psykososiaalisella, akateemisella/ammatillisella ja taloudellisella (Wylleman ym. 2013). Olemme sovittaneet yllä mainitun mallin Suomen kontekstiin (ks. kuva 1).

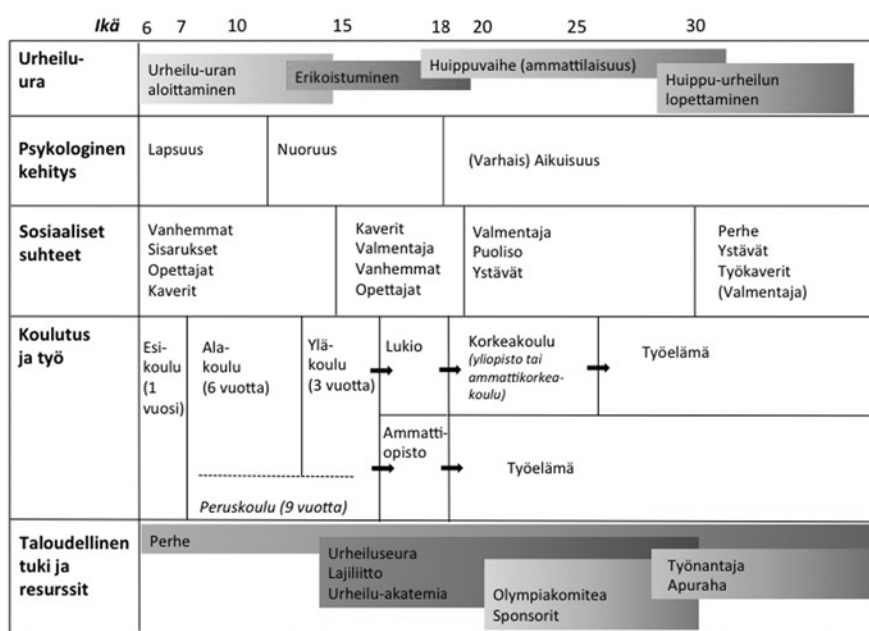
Tämän mallin (kuva 1.) ylin taso edustaa huippu-urheilijan urheilu-urakehitystä ja rinnastuu Cotén malliin urheilijan urasta (Coté ym. 2003, 2007). Huippu-urheilijan uran kehitysvaiheita ovat (a) *aloitusvaihe*, jossa urheileva lapsi/nuori perehdytetään organisoidun kilpaurheilun maailmaan (noin 6–7-vuotiaasta lähtien), (b) *erikoistumisvaihe*, jossa urheilijan lahjakkuus tunnustetaan ja harjoittelu ja kilpailu muuttuu intensiivisemmäksi (noin 12–13-vuotiaasta lähtien), (c) *huippu-urheilu-uravaihe*, jossa urheilija kilpailee ylimmällä mahdollisella tasolla (noin 18–19-vuotiaasta lähtien) ja voi lajista riippuen siirtyä myös (puoli)ammattilaisuralle ja (d) *huippu-urheilun lopettamisvaihe*, jossa urheilija luopuu kilpailemisesta ammattilais- ja mestaruussarjoissa (noin 30-vuotiaasta lähtien).

Huippu-urheilijat siirtyvät säännönmukaisesti vaiheesta toiseen, mutta siirtymäikä voi vaihdella lajikohtaisesti. Eri lajeissa myös kehitetään hyvin eri-ikäisenä, ja lajivalinta vaikuttaa olennaisesti siihen, milloin ja miten urheiluharrastus muuttuu kilpaurheiluksi ja urheilija sitoutuu tavoitteelliseen harjoitteluun sekä muihin urheilu-uran edellyttämiin aktiviteetteihin (Aarresola & Konttinen 2012; Coté ym. 2003; Wylleman ym. 2013).

Toinen taso kuvaa urheilijan psykologista kehitystä, jonka vaiheet ovat lapsuus, nuoruus ja (varhais)aikuisuus. Kolmas taso puolestaan kuvaa urheilijan kehitykselle keskeisissä sosiaalisissa suhteissa tapahtuvia muutoksia, ts. taso kuvastaa kuinka urheilijalle tärkeiden ihmisten – vanhempien, valmentajan, ikätoverien tai elämäntaakkaan – vaikutus urheilijan elämään painottuu eri siirtymissä tai kehitysvaiheissa eri tavoin (ks. katsaus sosiaalisesti motivoituneisiin vaikutteisiin urheilu-uran eri vaiheissa: Keegan ym. 2014). Mallin neljännellä tasolla tarkastellaan urheilijan kehitystä opinnoissa ja työelämässä. Tähän tasoon kuuluvat siirtymät peruskouluun, toisen asteen koulutukseen (lukio tai ammatillinen koulutus) ja korkeasteen koulutukseen (ammattikorkeakoulu tai yliopisto).

Useimmissa maissa kaikille pakollinen peruskoulu jatkuu 15–16 vuoden ikään asti, mikä urheilijan näkökulmasta tarkoittaa koulunkäynnin ja urheilun merkittävää päällekkäistymistä vaiheessa, jossa urheiluharjoittelu ja kilpaileminen muuttuvat aiempaa intensiivisemmiksi. Suomessa siirrytään tyypillisesti työelämään joko heti toisen asteen ammatillisen koulutuksen (ammatillinen urapolku) tai vasta korkeakoulutuksen (akateeminen polku) jälkeen (Gröhn & Riihivuori 2008). Tutkimusten mukaan pitkälle ammattilaisuraneiden lajin huippulupaukset lopettavat opiskelun ja allekirjoittavat ammattilaisopimuksen pian toisen asteen koulutuksen jälkeen; esimerkiksi jalkapallossa ammattilaisuus alkaa yleensä 18-vuotiaana ja tenniksessä jo 16-vuotiaana tai aiemmin (Henry 2013).

Suomessa urheilijat ovat useimmiten puoliammattilaisia (eli opiskelevat tai käyvät vähintään osa-aikaisesti töissä), mikä tarjoaa useita vaihtoehtoisia polkuja huippu-urheilun ja akateemisen tai ammatillisen kehityksen tai työn yhdistämiseen varhaisaikaisuudessa. Lisäksi tietyissä lajeissa, kuten yleisurheilussa ja uinnissa, vain harvat pystyvät hankkimaan elantonsa urheilemalla, ja näissä lajeissa korkeasteen opiskelu ja urheilu on usein sovittettu yhteen (Henry 2013). Mal-



KUVA 1. Suomalainen versio huippu-urheilijan uramallista.

lin viimeinen taso, taloudellisen kehityksen taso, viittaa urheilu-uran aikana saadun materiaalsen tuen lähteisiin. Koska siirtymät mallin eri tasoilla ovat usein rinnakkaisia, ne vaikuttavat urheilu-uran lisäksi merkittävästi myös muihin elämänalueisiin kuten koulutukseen ja omalle alalle työllistymiseen (Wylleman ym. 2013). Jokaista vaihetta leimaa joukko vaatimuksia, joista urheilijan on selviydyttävä siirtymässään vaiheesta toiseen, mikäli hän mieli jatkaa urheilu-uraansa tai sopeutua urheilun jälkeiseen työuraan (Stambulova ym. 2009).

Tarkasteltaessa huippu-urheilua elinkaarinäkökulmasta voidaan urheilun ja koulutuksen menestyksestä yhdistämistä pitää keskeisenä huolenaiheena eritoten nuoruusvuosina. Juuri nuoruudessa, 16–18-vuoden iässä, urheilijat ovat joko siirtymässä tai jo siirtyneet juniorisarjoista aikuisten sarjoihin, ja tämä erittäin haastava siirtymä tunnetaan korkeasta keskeyttämisasteestaan. On esimerkiksi arvioitu, että alle prosentti Englannin juniorijalkapalloilijoista siirtyy aikuisten kilpailusarjoihin (Morris ym. 2015). Aiemmassa 14–18-vuotiaita belgialaisia yleisurheilijoita käsittelevässä tutkimuksessaan Vanden Auweele ym. (2004) totesivat, että vain 17 prosenttia kansallisen tason juniorimestareista siirtyi kilpailemaan aikuisten kansallisiin sarjoihin, 31 prosentin kehitys pysähtyi ja he vaihtoivat kilpailemisen vapaa-ajan urheiluun, 28 prosentilla suoritusten taso muuttui epätaiseksi ja 24 prosenttia lopetti urheilun kokonaan.

Huippuvaiheeseen (ammattilaisuuteen) jatkavat urheilijat käyttivät huippu-urheilu-uran luomiseen huomattavan määrän aikaa ja vaivaa ammatillisen uran luomisen kustannuksella. Brownin ym. (2000) tutkimuksessa yliopistoissa opiskelevat urheilijat raportoivat käyttävänsä viikossa 20–30 tuntia tai jopa enemmän urheiluun. Myös tuoreessa suomalaisessa tutkimuksessa havaittiin, että 16-vuotiaat urheilijanuoret kuudesta suomalaisesta urheilulukiosta käyttävät keskimäärin 25 tuntia viikossa harjoitteluun ja muihin urheiluun liittyviin aktiviteetteihin kuten fysioterapiaan, hierontaan ja henkiseen valmentautumiseen (Ryba ym. 2016).

Junioreista aikuisten sarjoihin siirtymisen on todettu olevan hyvin stressaavaa, koska urheilijan on sopeuduttava niin kasvaviin harjoitusvaatimuksiin kuin huippu-urheilun asettamiin uusiin psykologisiin ja psykososiaalisiin vaatimuksiinkin. Amatöörien mestaruussarjaan siirtyvät kanadalaisjäähkiekkoilijat kertoivat haastattelututkimuksessa siirtymävaikeuksista sekä jällä että sen ulkopuolella (Bruner ym. 2008). Eniten ongelmia aiheuttivat kilpailustressi ja siirtymän mukanaan tuomat muutokset psykososiaalisessa tuessa. O’Neil ym. (2013) havaitsivat, että myös Australian parhaat nuorisourheilijat kokivat hyvin vaikeaksi vastaamisen sekä urheilun että opiskelun asettamiin roolivaatimuksiin. Heillä esiintyi niin fyysisiä kuin sosiaalisiakin ongelmia, kuten harjoittelun aiheuttamaa uupumusta ja särkyjä sekä ajan puutetta ja taloudellisia vaikeuksia, ja he kertoivat joutuneensa tekemään henkilökohtaisia uhrauksia. Myös Pummellin ym. (2008) haastattelemat englantilaisratsastajat kertoivat tehneensä uhrauksia niin opiskelussa kuin sosiaalisessa elämässään valmistellessaan siirtymää aluetason kilpailuihin.

Tutkimuksissa on myös havaittu, että opiskelevat huippu-urheilijat ovat usein riippuvaisia psykososiaalisesta ympäristöstään, joka vaikuttaa ratkaisevasti siihen, pystyvätkö he menestyksekkäästi yhdistämään opiskelun ja urheilu-uran vaatimukset: urheilijoiden mukaan opiskelupaikan, valmentajan ja vanhempien tarjoama tiedollinen, taloudellinen, logistinen ja emotionaalinen tuki vaikuttaa merkittävästi menestymisen mahdollisuuksiin niin opiskelussa kuin urheilusakin (Bruner ym. 2008; Larsen ym. 2013).

On myös osoitettu, että sellaisten henkilökohtaisten kykyjen ja taitojen kehittäminen, jotka edesauttavat suoriutumista kummallakin osa-alueella, on keskeinen merkitys sille, kuinka urheilijat selviytyvät siirtymävaiheista niin urheilu-uralla kuin muussakin elämässään (Baron-Thiene & Alfermann 2015). Jos siis halutaan, että lahjakkaat nuoret urheilijat valitsevat kaksoisurapolun ja hyödyntävät täysimääräisesti kykyjään niin urheilussa kuin koulutuksessakin, on tärkeää

ymmärtää niitä dynaamisia psykososiaalisia prosesseja, jotka vaikuttavat urheilijoiden kehityseroihin erilaisissa sosiokulttuurisissa konteksteissa. Vain siten nuorille urheilijoille voidaan tarjota oikeanlaista tukea ja auttaa heitä säilyttämään tasapaino huippu-urheilu-uran kannalta tärkeinä nuoruusvuosina.

## Suomalainen kaksoisurattutkimus

Suomalaisen kaksoisurattutkimuksen tilanteen selvittämiseksi suoritimme systemaattisen kirjallisuuskatsauksen (Fink 2005). Tutkimuskysymyksemme oli: mitkä tekijät tutkimuksen mukaan vaikuttavat menestyksekkään kaksoisurapolun luomiseen Suomessa? Etsimme kirjallisuutta käyttämällä seuraavia tietokantoja: ScienceDirect, Google Scholar ja JYKDOK (Jyväskylän yliopiston tietokanta). Hakuksina olivat erilaisina yhdistelminä ”dual career”, ”Finnish”, ”Finland”, ”kaksoisura” ja ”urheilu-ura”.

Etsimme julkaisuja myös tutkimalla jo löytämiemme artikkelien lähdeluettelot. Jotta artikkeli hyväksyttiin katsaukseen, sen tuli täyttää seuraavat kriteerit: (1) kyseessä on akateeminen julkaisu, (2) julkaisun aiheena on urheilijan ura ja se koskee opiskelun ja urheilun yhdistämistä, (3) julkaisu raportoi empiirisen tutkimuksen tuloksia, (4) ainakin osa tutkimuksen osallistujista on suomalaisia urheilijoita tai urheilun parissa toimijoita (esimerkiksi valmentajia tai urheilijoiden opinto-ohjaajia) ja (5) artikkeli on kirjoitettu suomeksi tai englanniksi. Löysimme 20 julkaisua jotka täyttivät hakukriteerit, joista 15 oli opinnäytetöitä, kolme kansainvälisiä tutkimusartikkeleita ja kaksi muita julkaisuja. Koska suomalaista tutkimusta aiheesta löytyi näin vähän, sisällytimme myös opinnäytetyöt tähän systemaattiseen katsaukseen.

Suomalaisurheilijan kaksoisuraa tutki ensimmäisenä Pauli Vuolle, joka 1970-luvulla teki laajan tutkimuksen huippu-urheilijoiden elämän tasapainosta, päivittäisrutiineista, koulutuksesta ja urheilu-uran muodostamista haasteista (Vuolle 1977, 1978). Tulosten mukaan näyttäisi siltä, että 1950-luvun lopulta 1970-luvun alkuun huippu-urheilijat kilpailivat puhtaasti amatööripohjalta työn ja opiskelun ohessa. Kyseisenä ajanjaksona tutkittavat siirtyivät koulusta työelämään keskimäärin 18,5-vuotiaana ja aloittivat päämäärätietoisena harjoittelun keskimäärin 17,4-vuotiaana. Aktiivinen urheilu-ura ja koulutus ajoittuivat siis vain hetkellisesti päällekkäin, ja urheilijat olivat suhteellisen hyvin koulutettuja muuhun väestöön nähden. Vuonna 2000 Vuolle teki uuden tutkimuksen ammattijäähkiekkoilijoiden urheilu-urista (Vuolle 2001).

Tutkimusten välillä urheilujärjestelmä oli kokenut suuria muutoksia: kilpailu oli kiristynyt ja urheilu ammattimaistunut, ja kilpaurheiluun ja päämäärätietoiseen harjoitteluun siirryttiin nuorempina. Tutkiessaan jääkiekkoammattilaisia Vuolle havaitsi, että lähes puolet tutkimukseen osallistuneista jääkiekkoilijoista koki urheilun vaikuttavan haitallisesti koulutukseen, ja yli neljäsosa oli tyytymätön omaan koulutukseensa. Kuitenkin 86–91 prosenttia pelaajista oli tyytyväisiä urheilu-uran jälkeiseen työuraansa, ja Vuolteen mukaan jotkut pelaajista pystyivät myös paikkaamaan koulutuksen puutetta pelivuotina hankituilla verkostoilla (Vuolle 2001).

Urheilijan kaksoisuraan keskittynyt suomalaistutkimus koostuu lähinnä opinnäytetöistä, joita on tehty niin psykologian, sosiologian, kasvatustieteiden kuin liikuntakasvatuksenkin alalla. Suurin osa tutkimuksista keskittyy korkeakouluopiskelijoiden kaksoisuraan (Airas 2014; Gröhn & Riihivuori 2008; Hämäläinen 2011; Kokko 2006; Jokinen 2008; Manninen 2014; Söyring 2004), mutta myös toisen asteen kaksoisuraa on tutkittu (Leivo 1999; Pakkala 2011; Turpeinen 2012). Suomi on myös ollut mukana tutkimuksissa, joissa on verrattu kaksoisuran käytäntöjä ja urheilijoiden kokemuksia eri maissa (Aquilina 2013; Metsä-Tokila 2001; Ryba ym. 2015a, b; Yrjölä 2011).

Lukiolaisurheilijoiden kaksoisuraan keskittyneet tutkimukset ovat osoittaneet, että nuoret urheilijat ovat pääosin tyytyväisiä kak-

soisuraansa ja urheiluakatemioiden toimintaan (Leivo 1999; Pahkala 2011; Turpeinen 2012). Sekä Kouvolassa että Joensuussa nuoret urheilijat kokivat akatemiavalmennuksen tason hyväksi, urheilun ei koettu haittaavan opiskelua, ja nuoret eivät odottaneet urheilu-uran pidentävän opiskeluaikaa lukiossa (Pahkala 2011; Turpeinen 2012). Myös Leivo (1999) totesi, että urheilulukiolaiset menestyivät koulussa hyvin ja kokivat urheilulukion helpottaneen koulun ja harjoittelun yhdistämistä.

Korkeakouluopiskelijoiden kaksoisuraan keskittyvät tutkimukset ovat kuitenkin osoittaneet, että opintojen ja urheilun yhdistäminen vaikeutuu, kun siirrytään yliopistoihin ja ammattikorkeakouluihin. Opiskelijaurheilijat etenevät korkeakouluopinnoissaan kansallisia suosituksia hitaammin (Airas 2014; Lämsä ym. 2014), ja myös urheilijat itse kokevat urheilun hidastavan opintoja (Gröhn & Riihivuori 2008; Pekkala 2003). Seitsemässä urheiluakatemiassa järjestetty kyselytutkimus osoitti, että korkeakouluissa opiskelevien akatemiaurheilijoiden opinnot etenivät keskimäärin 46,7 opintopisteen lukuvuosivauhdilla (Lämsä ym. 2014). Tutkimuksessa havaittiin, että urheilijan taso vaikutti opintojen edistymiseen, sillä alueellisen tason urheilijat etenivät opinnoissaan selvästi nopeammin (48,5 opintopistettä lukuvuodessa) kuin olympiatuokiuurheilijat (37 opintopistettä lukuvuodessa). Tutkimuksessa todettiin, että vaikka urheilijat jäivät selvästi suositellusta 60 opintopisteen vuosivauhdista, he kuitenkin suorittivat opintoja samassa tai jopa hieman nopeammassa tahdissa kuin muut opiskelijat.

Myös Airas (2014) totesi, että Joensuun ja Pohjois-Savon korkeakouluissa opiskelevista akatemiaurheilijoista vain 22,6 prosenttia suoritti tutkintorakenteessa suositellut 60 opintopistettä tai enemmän, ja naisurheilijat suorittivat opintoja hieman nopeammin kuin miesurheilijat. Näin ollen jopa 77,4 prosentilla akatemiaurheilijoista opiskelu venyi suositeltua viiden vuoden tavoiteaikaa pidemmäksi. Siksi monet opiskelijaurheilijat olivatkin huolissaan opintotukikauden riittämättömyydestä ja opintotuen edellyttämien opintopisteiden kerryttämisestä (Pekkala 2003). Lisäksi Gröhnin ja Riihivuoren (2008) mukaan kolmasosa heidän kyselytutkimuksensa vastaajista koki, ettei urheiluakatemia ollut lainkaan auttanut opintojen ja urheilun yhdistämisessä. Siitä huolimatta jopa 80 prosenttia urheilijoista oli tyytyväisiä opintomenestykseensä, ja 59 prosenttia oli sitä mieltä, että opintojen ja urheilun yhdistäminen oli onnistunut hyvin tai kiitettävästi (Gröhn & Riihivuori 2008).

Kansallisissa laadullisissa tutkimuksissa Jokinen (2008), Manninen (2014), Hämäläinen (2011) ja Oksanen (2004) selvittivät urheilijoiden kaksoisuriiin liittyviä jokapäiväisiä haasteita ja ongelmia kolmannen asteen koulutuksessa. Jokinen (2008) haastatteli Jyväskylän yliopistossa opiskelevia kansainvälisen tason urheilijoita ja havaitsi neljä keskeistä haastetta: (1) pakollista läsnäoloa vaativat kurssit, (2) opintojen ja kilpailukauden yhdistäminen, (3) KELAn opintotukeen vaadittavien opintoviikkojen keräämisen vaikeus ja tukikauden loppuminen sekä (4) työkokemuksen hankkimisen mahdollisuus opiskeluaikana. Vaikeuksista huolimatta kaikki haastateltavat olivat kohtuullisen tyytyväisiä tilanteeseensa. Manninen (2014) puolestaan havaitsi haastatellessaan valmentajia, oppilaitosten työntekijöitä, urheiluakateman koordinaattoria ja joko yliopistossa opiskelevia tai sieltä juuri valmistuneita urheilijoita, että instituutioiden tuki kaksoisuralle oli parantunut ja sen arvioitiin olevan hyvällä tasolla. Kaikki haastateltavat painottivat koulutuksen tärkeyttä. Kaksoisuraurheilijoiden haasteiksi tunnistettiin (1) opiskelumuodulien joustamattomuus, (2) kommunikaation puute oppilaitoksen ja urheiluympäristön välillä sekä (3) ylikuormitus opintojen ja kilpailukauden sattuessa päällekkäin. Mestaruussarjan joukkueurheilijoiden harjoitusajat osuivat usein päällekkäin luentojen ja kurssien kanssa, kun taas yksilöurheilijat pystyivät joustavammin järjestämään päivittäisen harjoittelunsa. Yksilöurheilijat kokivat sen sijaan, että pitkät ulkomaiset harjoitusleirit oli toisinaan haastavaa sovittaa yhteen

opintojen kanssa. Hämäläinen (2011) haastatteli akatemiaurheilijoita Joensuussa ja totesi, etteivät urheilijat onnistuneet aina vaikeuksitta yhdistämään urheilua ja opiskelua. Opintojen alkuvaiheessa he toisinaan jättivät aamuharjoituksia väliin luentojen vuoksi, mutta lähestyttäessä opintojen loppuvaihetta urheilu asetettiin etusijalle. Kaikki urheilijat olisivat kertomansa mukaan tarvinneet enemmän tukea opintojen suunnittelussa, mutta eivät kokeneet ansaitsevansa erityiskohtelua urheilu-uransa vuoksi.

Toisaalta Oksanen (2004) ei haastatellessaan Jyväskylän yliopistossa opiskelevia yksilöurheilijoita havainnut kaksoisuraa tekevillä urheilijoilla minkäänlaisia erityishaasteita lukuun ottamatta kaikille yliopisto-opiskelijoille yhteisiä ongelmia eli rahan, ajan ja soveltuvan työkokemuksen puutetta. Oksanen haastateltavat olivat pääosin tyytyväisiä tilanteeseensa, vaikka toisinaan joutuivatkin tinkimään joko levosta, ruokavaliosta tai valmennuksesta. Myös Kokon (2006) tutkimukseen osallistuneet urheilijat olivat pääasiassa sitä mieltä, että menestyminen sekä urheilussa että opinnoissa oli mahdollista, mutta vaati urheilijalta kurinalaisuutta ja ahkeruutta.

Maiden välisissä vertailututkimuksissa onnistuneen kaksoisuran esteeksi mainitaan useimmiten ajanpuute. Metsä-Tokila (2001) tutki nuorten urheilijoiden mahdollisuuksia huippu-urheilun ja koulutuksen yhdistämiseen kahdeksassa maassa (Suomi, Ruotsi, Belgia, Iso-Britannia, Yhdysvallat, Kenia, Kiina ja Venäjä). Hän havaitsi, että kiristyvä kilpailu loi monille nuorille huipuille paineita omistautua ainoastaan urheilulle, ja monet lahjakkaat urheilijat maasta riippumatta keskeyttivätkin koulunsa saadakseen lisää aikaa harjoitteluun. Tulosten pohjalta hän teki sen johtopäätöksen, että urheilun ja koulutuksen yhdistäminen ilman erikoisjärjestelyjä on erittäin haastavaa. Hän kuitenkin katsoi Suomen urheilujärjestelmän kehittyvän koko ajan kannustavammaksi ja urheilulukioiden täyttävän tehtävänsä hyvin. Myös Yrjölän (2011) yhdeksän EU-maata käsittävässä eurooppalaistutkimuksessa suomalaisurheilijat kertoivat, etteivät oppilaitokset tukeneet kaksoisuraa tarpeeksi, ja 40 prosenttia suomalaisista opiskelijaurheilijoista totesi keskeyttävänsä opiskelun, jos urheilu-ura estäisi tenttien läpäisemisen.

Yhteenvedon voidaan todeta suomalaisen kaksoisuratutkimuksen keskittyneen haasteisiin, joita opiskelevat urheilijat kohtaavat siirtymässä kahteen suoriutumista edellyttävään ympäristöön: huippu-urheiluun ja yliopistoon. Kilpailuvia näkemyksiä on kaksi: joidenkin tutkimusten mukaan molemmat urat ovat saavutettavissa ja jopa täydentävät toisiaan etenkin, jos niitä tuetaan riittävästi (Manninen 2014; Oksanen 2004; Turpeinen 2012). Toiset tutkimukset kuitenkin pitävät urheilun ja opiskelun yhdistämisestä vaikeana (Metsä-Tokila 2001; Pekkala 2003; Yrjölä 2011). Kaksoisuraan epäilemättä sisältyy ristiriita: (a) huippu-urheilijalta vaaditaan sitoutumista raskaaseen harjoitus- ja kilpailuakatauluun, johon kuuluu paljon matkustamista, mediaesiintymisiä ja palautumisjaksoja, kun taas (b) opiskelijan on sitouduttava täysimääräiseen opinto-ohjelmaan, jossa tutkinnon saavuttaminen edellyttää osallistumista luennoille ja kursseille, harjoitteluihin ja opintoryhmiin.

Vaikka kaikki urheilijat mainitsevat ajanpuutteen aiheuttavan eriten vaikeuksia kaksoisurapolun tavoittelussa, yliopistoissa opiskelevat urheilijat kokevat lisäksi, ettei korkeakoulujärjestelmä tue heidän urheilu-uransa eikä tarjota järjestelmällistä suunnitelmaa urheilun ja ammatillisen kehityksen yhteensovittamiseksi (Jokinen 2008; Yrjölä 2011). Yhtenevästi kansainvälisten tutkimustulosten kanssa myös suomalaiset huippu-urheilijat kertovat, että heidän on vaikea pysyä mukana opinnoissa kilpailukauden aikana, hankkia työllistymisen kannalta välttämätöntä työkokemusta ja selvittää taloudellisista haasteista. Monien suomalaisurheilijoiden vahva urheilijaidentiteetti saa heidät pitämään urheilukehitystä kouluttautumista tärkeämpänä (Gröhn & Riihivuori 2008; Pekkala 2003; Yrjölä 2011).

## Suuntalinjoja tulevalle tutkimukselle

Aiempi kaksoisurattutkimus Suomessa on kuvannut monipuolisesti niitä haasteita, joita urheilijat kohtaavat yrittäessään yhdistää urheilun ja koulutuksen. Toistaiseksi suomalainen kaksoisurattutkimus on kuitenkin pitkälti toteutettu oppinäytteinä, ja valitettavasti näiden selvitysten teoreettinen pohja on melko hatara. Koska kansainvälisen vertaisarvioinnin läpikäynnistä tutkimusta aiheesta ei Suomessa juurikaan ole (poikkeuksena Aquilina 2013; Ryba ym. 2015a), on alan lisätutkimukselle selvä tarve ennen pitkälle menevien johtopäätösten tekemistä. Koska aiempi tutkimus on keskittynyt lähinnä kuvaamaan urheilijoiden kokemuksia kaksoisuran haasteista, on tutkimuslinjaa syytä kehittää kohti niiden siirtymäprosessien tutkimusta, jotka tuottavat urheilijoiden välisiä eroja urheilun ja koulutuksellisten päämäärien yhteensovittamisessa. Tutkimusten osoittaessa yksilöllisten ja lajikohtaisten piirteiden lisäksi myös kulttuuri- ja ympäristötekijöiden vaikuttavan keskeisellä tavalla kaksoisurakehitykseen, kannustamme soveltamaan tulevissa tutkimuksissa kehityspsykologista näkökulmaa, joka huomioi kulttuurin ja näkee psykologiset prosessit sosiokulttuuriseen ontogeneettiseen historiallisuuteen kietoutuneina (Bruner 1994; Sameroff 2009). Brunerin (1994) mukaan nuorten urheilijoiden sosialisatiokokemukset limittyvät kulttuuriin luontaisesti kuuluviin jokapäiväisiin käytäntöihin ja tarjoavat nuorille merkityksiä "tietämisen, ponnistelun, tuntemisen ja toimimisen tavoille suhteessa itseen ja muihin" (Bruner 1994, 52).

Tärkeää on nähdä, että yksilölliset kokemukset, oppiminen ja motivaatio kehittyvät vuorovaikutteisesti, ja tässä transaktionaalisessa prosessissa keskeiset kehitysympäristöt kuten perhe, koulu ja urheilu eivät yksin muokkaa urheilijan kehityskulkua, vaan yksilön ominaisuudet ja toiminta vastavuoroisesti vaikuttavat kehitysympäristöihin ja tätä kautta edelleen myöhempään kehityskulkuun (Sameroff 2009). Stambulovan ja Ryban (2014) kulttuuriin urheilu-uradiskursseihin perustuen kannustamme tulevan tutkimuksen asemoimista pohjois-eurooppalaiseen diskurssiin.

Pohjoismaainen yhteiskuntamalli avaa mahdollisuuksia urheilun ja koulutuksen yhdistämiselle ja myös asettaa korkeita odotuksia nuorille kehittää koulutuksellisia ja ammatillisia valmiuksia urheilun rinnalla. Nämä kulttuuriset arvot ja itsestään selvyysinä otetut odotukset kouluttautumiselle näkyvät myös nuoria urheilijoita ja heidän vanhempiaan koskevassa tutkimuksessamme, jossa urheilijanuorilla ja heidän vanhemmillaan havaittiin korkeat odotukset nuorten urheilijoiden kouluttautumiselle – 68 prosenttia nuorista ja 71 prosenttia vanhemmista odotti nuorten saavuttavan maisterin tutkinnon tulevaisuudessa (Ryba ym. 2016). Onkin tärkeää huomioida, kuinka sosiokulttuuriset tekijät merkittäväällä tavalla vaikuttavat urheilijoiden kehitykseen muokaten heidän ura- ja elämänpolkujaan.

Sosiokulttuurisen näkökulman lisäksi on tärkeää lähestyä urheilijoiden kaksoisuraa myös yksilölliset kehityspolut huomioivasta, psykologisesta näkökulmasta. Psykologisesta näkökulmasta tarkasteltuna tärkeitä tutkimuksellisia kysymyksiä ovat (a) kuinka motivoitua nuoria urheilijoita kaksoisuraan, (b) kuinka ylläpitää urheilijoiden motivaatiota ja psykologista hyvinvointia kaksoisuran aikana, kun niin opintojen kuin urheilunkin vaatimukset vähitellen kasvavat, ja (c) kuinka ottaa joustavasti huomioon yksilölliset erot kehityskuluisa ja kehityksen riski- ja suojaavissa tekijöissä.

Motivaatiotutkimus on osoittanut, että korkea sisäinen motivaatio eli sitoutuminen toimintaan toiminnan itsensä ja tämän tuottaman nautinnon vuoksi, on tärkeä positiivisten päämäärien saavuttamisen edellytys niin urheilussa kuin koulutuksessakin (Gillet ym. 2012) ja olennainen psykisen hyvinvoinnin elementti (Deci & Ryan 2000). Ulkoisen motivaation eli osallistumisen tiettyyn toimintaan välineellistä syistä (esimerkiksi palkkion tai maineen toivossa, rangaistuksen pelossa tai opettajien/vanhempien/valmentajien painostuksesta) puolestaan tiedetään heikentävän hyvinvointia. Motivaatioon liittyvät

ongelmat ovat myös yksi suurimmista opiskelun keskeyttämisen riskitekijöistä. Tutkimuksissa on esimerkiksi havaittu, että opintonsa keskeyttäneillä opiskelijoilla on tyypillisesti vähemmän sisäistä opiskelumotivaatiota kuin opintojaan jatkavilla ja tämä näkyy myös niiden opiskelijoiden kohdalla, joiden opintomenestys on keskimääräistä heikompi (Alivernini & Lucidi 2011; Gillet ym. 2012).

Kannustavan ja motivoivan ympäristön on huomattu kasvattavan nuorten urheilijoiden määrää ja urheilun tuottamaa mielihyvää. Yhä useampi tutkimus korostaa valmentajien, vanhempien, sisarusten ja ikätovereiden vaikutusta urheilijoiden motivaation laatuun niin urheilussa kuin sen ulkopuolellakin ja heidän päätöksensä joko jatkaa tai olla jatkamatta urheilu-uraansa (Keegan ym. 2014; Vallerrand 2007). Valmentajien ja vanhempien johtamistyyli, tapa reagoida urheilijan tunteisiin sekä käytösmallit, jotka motivoivat hyvään suoritukseen, vaikuttavat siihen, millainen motivaatio urheilijoille kehittyy. Toistaiseksi tutkimus on suurelta osin keskittynyt motivaatioon itsemääräytyvyyden näkökulmasta. Vanhempien ja valmentajien on todettu vaikuttavan urheilijoiden motivaatioon lähinnä sen kautta, missä määrin he tukevat tai latistavat nuoren kokemusta pätevyyydestä, autonomiasta ja yhteenkuuluvuudesta.

Tästä näkökulmasta onkin kiinnostava kysymys, missä määrin sosiaalinen ympäristö (vanhemmat, valmentajat, opettajat jne.) eri kehitysvaiheissa tukee nuorten urheilijoiden sisäistä motivaatiota *niin* urheiluun kuin koulutukseenkin esimerkiksi tarjoamalla heille valinnan ja osallistumisen mahdollisuuksia urheilu-uraa ja toisaalta ammatillista ja koulutusuraa koskevassa päätöksentekoprosessissa. Tutkimustuloksista voi selvästi päätellä, että ulkoinen paine joko urheiluun, koulutukseen tai molempiin ei todennäköisesti ainakaan edistä kaksoisuran luomista (katsaus aiheeseen: Gillet et al., 2012), koska se heikentää luontaista motivaatiota sitoutua kyseiseen toimintaan.

Voidaan myös kysyä, missä määrin laajempi suomalainen sosiokulttuurinen konteksti tai kontekstit (esim. yhteiskunnalliset rakenteet, koulutukseen liittyvät poliittiset päätökset, kulttuurinen ilmasto ja sosiaaliset odotukset) tarjoavat nuorille urheilijoille mahdollisuuksia oman kiinnostuksen mukaisen koulutus- ja urapolun joustavaan valitsemiseen, tai missä määrin mahdolliset polut rajoittuvat vain yhteen tai kahteen ulkopuolelta annettuun vaihtoehtoon. Esimerkiksi monet koulutusvaatimukset ja standardit ovat sosiaalisten ja institutionaalisten lähteiden kuten koulujen opetussuunnitelmien määrittämiä, ja koulutusjärjestelmät ja taloustilanne vaikuttavat mahdollisuuksien kirjoon.

Tärkeä kysymys myös on, kuinka ylläpitää urheilijoiden motivaatiota ja psyykkistä hyvinvointia kaksoisuran eri vaiheissa. Esimerkiksi kun paineita luovat niin urheilu kuin koulutuskin, loppuunpalamisriskin voidaan olettaa kasvavan. Motivaatiopsykologian näkökulmasta jouston ja vaihtoehtojen tarjoamisen niin koulutuspolkujen valinnassa kuin koulutuspolkujen sisälläkin (esim. vaihtoehtoiset suoritustavat, mahdollisuus pidennettyyn opiskeluaikatauluun jne.) voidaan katsoa yhtenä tekijänä edistävän kaksoisuran onnistumista urheilijan hyvinvointia uhraamatta.

Mietittäessä mahdollisuuksia nuorten urheilijoiden kaksoisuran tukemiseen, on otettava huomioon yksilölliset erot kehityspoluissa ja kehitystä suojaavissa tai uhkaavissa tekijöissä. Joku urheilija voi hyötyä määrätynlaisesta vanhempien tuesta tai esimerkiksi opinto-ohjelman joustavuudesta toisen hyötessä muunlaisesta tuesta (esimerkiksi selkeämmästä opintorakenteesta ja suunnitellusta lukujärjestyksestä). Kaksoisuran riskitekijät ja sitä suojaavat tekijät voivat erota toisistaan myös sukupuolten, urheilulajien tai koulutusasteiden välillä. Tulevan tutkimuksen haasteena onkin tunnistaa yksilöllisiä eroja niin kehityspoluissa kuin kehitystä optimaalisesti tukevilla ympäristöissä.

Metodologisesta näkökulmasta tarkasteltuna on tarvetta pitkittäistutkimuksille, joissa tarkastellaan urheilijan kehityksen aikana tapah-

tuvia laadullisia muutoksia ja lisätään ymmärrystä kaksoisurapolkujen heterogeisuuden taustalla vaikuttaviin tekijöihin. On tärkeää selvittää taustalla olevat tekijät, jotka ennakoivat opiskelijaurheilijoiden sitoutumattomuutta joko urheiluun tai opiskeluun eri kehitysvaiheissa tai todennäköisyyttä tiettyjen toimintojen väheksyntään.

#### LÄHTEET

- Aaresola, O. & Konttinen, N.** 2012. Nuori Urheilija – tutkimus: 14–15-vuotiaiden joukkueurheilijoiden harjoittelu, urheilupolut ja mikroympäristö. KIHUn julkaisusarja 30.
- Aquilina, D. & Henry, I.** 2010. Elite athletes and university in Europe: A review of policy and practice in higher education in the European Union Member States. *International Journal of Sport Policy* 1, 25–47.
- Aquilina, D.** 2013. A study of the relationship between elite athletes' educational development and sporting performance. *The International Journal of the History of Sport* 30 (4), 374–392.
- Airas, L.** 2014. Urheilijan kaksoisura: Urheilu-uran yhdistäminen korkeakouluopintoihin. Itä-Suomen yliopisto. Kasvatustieteen ja psykologian laitos. Kandidaatin tutkielma.
- Alivernini, F. & Lucidi, F.** 2011. Relationship between social context, self-efficacy, motivation, academic achievement, and intention to drop out of High school: A longitudinal study. *Journal of Educational Research* 104 (4), 241–252.
- Baron-Thiene, A. & Alfermann, D.** 2015. Personal characteristics as predictors for dual career dropout versus continuation – A prospective study of adolescent athletes from German elite sport schools. *Psychology of Sport and Exercise* 21, 42–49.
- Blomqvist, M., Mononen, K., Konttinen, N., Koski, P., & Kokko, S.** 2015. Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa: S. Kokko & R. Hämylä (toim.). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2014, 73–82.
- Brown, C., Glatzetter-Fender, C., & Shelton, M.** 2000. Psychosocial identity and career control in college student-athletes. *Journal of Vocational Behavior* 56, 53–62.
- Bruner, J. S.** 1994. The "remembered" self. Teoksessa: U. Neisser & R. Fivush (toim.). *The remembering self: Construction and accuracy in the self-narrative*. New York: Cambridge University Press, 41–54.
- Bruner, M. W., Munroe-Chandler, K. J. & Spink, K. S.** 2008. Entry into elite sport: A preliminary investigation into the transition experiences of rookie athletes. *Journal of Applied Sport Psychology* 20 (2), 236–252.
- Christensen, M. K. & Sørensen, J. K.** 2009. Sport or school? Dreams and dilemmas for talented young Danish football players. *European Physical Education Review* 15 (1), 115–133.
- Cosh, S. & Tully, P. J.** 2014. "All I have to do is pass": A discursive analysis of student athletes' talk about prioritising sport to the detriment of education to overcome stressors encountered in combining elite sport and tertiary education. *Psychology of Sport and Exercise* 15 (2), 180–189.
- Côté, J., Baker, J. & Abemathy, B.** 2003. From play to practice: a developmental framework for the acquisition of expertise in team sport. Teoksessa: J. Starkes & K.A. Ericsson (toim.). *Expert performance in sports: advances in research on sport expertise*. Champaign, IL: Human Kinetics, 89–113.
- Côté, J., Baker, J. & Abemathy, B.** 2007. Practice and play in the development of sport expertise. Teoksessa: G. Tenenbaum & R. Eklund (toim.) *Handbook of Sport Psychology*. Hoboken: Wiley, 184–202.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M.** 2000. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry* 11, 227–268.
- European commission.** 2011. *Developing the European dimension in sport*. Directorate-General Education and Culture. Brussels.
- EU Expert Group.** 2012. *EU guidelines on dual careers of athletes recommended policy actions in support of dual careers in high-performance sport*. Brussels.
- Fink, Arlene.** 2005. *Conducting research literature reviews: From the internet to the paper*. Thousand Oaks: Sage.
- Gillet, N., Berjot, S. Vallerand, R.J. & Amoura, S.** 2012. The role of autonomy support and motivation in the prediction of interest and dropout intentions in sport and education settings. *Basic and Applied Social Psychology* 34 (3), 278–286.
- Gröhn, T. & Riihivuori, T.** 2008. Urheiluakatemioiden osana suomalaista huippu-urheilujärjestelmää – urheilun ja opiskelun yhdistäminen korkeasteella. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Henriksen, K., Stambulova, N. & Roessler, K. K.** 2010. Holistic approach to athletic talent development environments: a successful sailing milieu. *Psychology of Sport and Exercise* 11 (3), 212–222.
- Hämäläinen, K.** 2011. Huippu-urheilun ja ammattikorkeakouluopiskelun yhdistäminen. Itä-Suomen yliopisto. Kasvatustieteen ja psykologian laitos. Kandidaatin tutkielma.
- Jokinen, A.** 2008. Urheilijoiden kokemuksia yliopisto-opiskelun ja huippu-urheilun yhdistämisestä. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Keegan, R. J. Spray, C. M. Harwood, C. G. & Lavalley, D. E.** 2014. A qualitative synthesis of research into social motivational influences across the athletic career span. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health* 6 (4), 537–567.
- Kokko, M.** 2006. Kurssikirjat treenikassissa – Ohjauksesta apua urheilija-opiskelijan opintopolulle korkea-asteelle Turussa? Turun yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Pro gradu -tutkielma.
- Larsen, C. H., Alfermann, D. Henriksen, K. & Christensen, M. K.** 2013. Successful talent development in soccer: the characteristics of the environment. *Sport, Exercise, and Performance Psychology* 2 (3), 190–206.
- Leivo, J.** 1999. Urheilulukiolaisen koulutus-, ammatti- ja urheilu-uran yhteensovittaminen. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Lämsä, J., Korhonen, A., Nenonen, J., Manninen, T., Puhakka, A. & Kainulainen, J.** 2014. Kuinka hitaita urheilijat ovat? KIHUn julkaisusarja 47.
- Manninen, T.** 2014. Urheilun ja opiskelun yhdistäminen nuoren urheilijan elämässä urheiluakatemiaympäristössä: "Urheilijoilla on valmiudet hoitaa koulu asiallisesti. Se on enemmän asenteesta kiinni, että kiinnostaako ja jaksaa!" Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Pro gradu -tutkielma.
- Metsä-Tokila, T.** 2001. Koulussa ja kentällä. Vertaileva tutkimus huipulle tähtäävän urheilun ja koulutuksen yhdistämisestä. Turun yliopisto. Koulutus sosiologian tutkimuskeskuksen raportti 55.
- Morris, R., Tod, D. & Oliver, E.** (Heinäkuu, 2015). Longitudinal examination of the junior-to-senior professional football transition in the English Premier League. Esitelmä konferenssissa European Congress of Sport Psychology (FEPSAC). Bern, Sveitsi.
- Oksanen, V.** 2004. Korkeakouluopiskelu ja huippu-urheilu. Haastattelututkimus Jyväskylän yliopistossa opiskelevista yleisurheilijoista. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan sosiolittieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.
- O'Neill, M. Allen, B. & Calder, A.M.** 2013. Pressures to perform: An interview study of Australian high performance school-age athletes' perceptions of balancing their school and sporting lives. *Performance Enhancement & Health* 2 (3), 87–93.
- Pahkala, T.** 2011. Opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis- ja opiskeluolosuhteista Kouvolan urheiluakatemiassa. Haaga-helia ammattikorkeakoulu. Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Pekkala, M.** 2003. Huippu-urheilu ja opiskelu: Olympiakomitean valmennustuorheilijoiden kokemuksia huippu-urheilun ja opiskelun yhdistämisestä vuonna 2003. Turun yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Pro gradu -tutkielma.
- Pelletier, L. G. Fortier, M. S. Vallerand, R. J. & Briere, N. M.** 2001. Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: a prospective study. *Motivation and Emotion* 25 (4), 279–306.



- Pummell, B. Harwood, C. & Lavallee, D.** 2008. Jumping to the next level: A qualitative examination of within-career transition in adolescent event riders. *Psychology of Sport and Exercise* 9 (4), 427–447.
- Ronkainen, N. J., Watkins, I. & Ryba, T.V.** 2016. What can gender tell us about the pre-retirement experiences of elite distance runners in Finland? : A thematic narrative analysis. *Psychology of Sport and Exercise* 22, 37–45.
- Ryba, T.V., Stambulova, N. B., Ronkainen, N. J., Bundgaard, J. & Selänne, H.** 2015a. Dual career pathways of transnational athletes. *Psychology of Sport and Exercise* 21, 125–134.
- Ryba, T.V. Ronkainen, N. J. & Selänne, H.** 2015b. Elite athletic career as a context for life design. *Journal of Vocational Behavior* 88, 47–55.
- Ryba, T.V., Aunola, K., Kalaja, S., Selänne, H., Ronkainen, N. J., & Nurmi, J-E.** 2016. A new perspective on adolescent athletes' transition into upper secondary school: A longitudinal mixed methods study protocol. *Cogent Psychology* (Open Access) 3. <http://dx.doi.org/10.1080/23311908.2016.1142412>
- Sameroff, A.** 2009. The transactional model. Teoksessa: A. Sameroff (toim) *The transactional model of development: How children and contexts shape each other*. Washington, DC: American Psychological Association, 3–21.
- Sanoista teoiksi. Huippu-urheilutyöryhmän ajatuksia suomalaisen huippu-urheilun kehittämiseksi. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2010:13.** Helsinki: Opetusministeriö.
- Stambulova, N. Alfermann, D. Statler, T. & Côté, J.** 2009. ISSP position stand: Career development and transitions of athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology* 7 (4), 395–412.
- Stambulova, N. B. & Ryba, T.V.** 2013. (toim.) *Athletes' careers across cultures*. London: Routledge.
- Stambulova, N. B. & Ryba, T.V.** 2014. A critical review of career research and assistance through the cultural lens: Towards cultural praxis of athletes' careers. *International Review of Sport and Exercise Psychology* 7 (1), 1–17.
- Söyring, R.** 2004. Hyvää elämää urheilu-uran jälkeenkin. Huippu-urheilijoiden ura- ja opinto-ohjausklinikan tuloksellisuus ja kehittämistarpeet. Case Vellamoakatemia. Tampereen yliopisto. Ammattikasvatuksen tutkimus- ja koulutuskeskus. Lisensiaatintutkimus.
- Turpeinen, K.** 2012. Aamuvalmennuksesta oppitunnille. Joensuun Yhteiskoulun lukio ja Joensuun Urheiluakatemia opiskelun ja urheilun yhdistäjänä. Itä-Suomen yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja kauppatieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma.
- Vallerand, R. J.** 2007. A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation for sport and physical activity. Teoksessa: M.S. Hagger & N. L. D. Chatzisarantis (toim.) *Self determination theory in exercise and sport*. Champaign, IL: Human Kinetics, 255–279.
- Vanden Auweele, Y. De Martelaer, K. Rzewnicki, R. De Knop, P. & Wylleman, P.** 2004. Parents and coaches: A help or harm? Affective outcomes for children in sport. Teoksessa: Y. Vanden Auweele (toim.) *Ethics in youth sport*. Leuven, Belgium: Lannoocampus.
- Vuolle, P.** 1977. Urheilu elämänsäiltönä. Menestyneiden urheilijoiden elämänsä-ura kilpailuvuosina. Jyväskylän Yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Väitöskirja.
- Vuolle, P.** 1978. Sport as life content of successful Finnish amateur athletes. *International Review for the Sociology of Sport* 13 (3), 5–29.
- Vuolle, P.** 2001. Jääkiekkoliigan elämäntaival - Liigapelaajan elämäntutkimus. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan kehittämiskeskus 3/2001.
- Wylleman, P. & Lavallee, D.** 2004. A developmental perspective on transitions faced by athletes. Teoksessa M. Weiss (toim.) *Developmental sport and exercise psychology*. Morgantown, WV: FIT, 507–527.
- Wylleman, P. Reints, A. & De Knop, P.** 2013. A developmental and holistic perspective on athletic career development. Teoksessa: P. Sotiariadou & V. De Bosscher (toim.) *Managing high performance sport*. New York: Routledge, 159–182.
- Yrjölä, K.** 2011. DUAL CAREER – Huippu-urheilun ja koulutuksen yhdistämisen vaikeudet sekä hyvät käytännöt talviurheilussa. Rovaniemen ammattikorkeakoulu. Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.