

**LAPSUUDEN YMPÄRISTÖTEKIJÖIDEN YHTEYS URHEILUMENESTYKSEEN**  
**Tutkimus suomalaisista menestyneistä lentopalloilijoista**

Eveliina Vilponen

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma  
Liikuntatieteellinen tiedekunta  
Jyväskylän yliopisto  
Kevät 2019

## TIIVISTELMÄ

Vilponen, E. 2019. Lapsuuden ympäristötekijöiden yhteys urheilumenestykseen. Tutkimus suomalaisista menestyneistä lentopalloilijoista. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma, 83s., 2 liitettä.

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, mitkä lapsuuden ympäristötekijät ovat yhteydessä lentopalloilijoiden urheilumenestykseen. Urheilijoiden lapsuutta tarkastellaan fyysisten, sosiaalisten ja psyykkisten ympäristötekijöiden osalta. Tutkimuksessa keskitytään urheilijan lapsuusvaiheeseen, sillä se on erityisen merkittävä vaihe huippu-urheilijan polulla. Toisin sanoen lapsuus luo lähtökohdan myöhemmälle urheilumenestykselle. Lapsuuden ympäristötekijöiden tutkiminen on tärkeää, sillä tutkimustulosten avulla voidaan vaikuttaa huippu-urheilijaksi varttumisen kannalta merkityksellisiin toimintatapoihin. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää suomalaisen huippu-urheilun, erityisesti lentopallon kehittämisessä.

Tutkimuksen kohdejoukko koostuu suomalaisista menestyneistä lentopalloilijoista. Kyseiset urheilijat ovat pelanneet Mestaruusliigassa tai Suomen aikuisten maajoukkueissa. Yhteensä tutkimukseen on osallistunut 72 lentopalloilijaa, joista naisia on 40 (56 %) ja miehiä 32 (44 %). Tutkimuksen lentopalloilijoista 71 (99 %) on pelannut Mestaruusliigassa ja 31 (43 %) on edustanut Suomea aikuisten maajoukkueessa. Tutkimuksen aineisto on kerätty kyselytutkimuksella ja sitä on analysoitu kvantitatiivisen tutkimuksen menetelmin. Aineiston analysoinnissa on käytetty IBM SPSS Statistics 24 -ohjelmaa. Analysointimenetelminä on käytetty keskihajontoja, minimi- ja maksimiarvoja, prosenttijakaumia sekä keskiarvoja. Tutkimustuloksia on verrattu sukupuolen ja urheilumenestyksen osalta. Vertailu on toteutettu riippumattomien otosten t -testillä, ristiintaulukoinnilla ja khiin neliötestillä sekä yksisuuntaisella varianssianalyysillä.

Tutkimuksen keskeisimmät tulokset osoittavat, että suurin osa menestyneistä lentopalloilijoista asui lapsuutensa kaupunkimaisessa kunnassa, jossa liikuntamahdollisuudet olivat hyvät. Nuoret urheilijat harrastivat keskimäärin neljää eri urheilulajia. He aloittivat lentopallon harrastamisen seurassa keskimäärin 8 -vuotiaana ja pääalajiksi lentopallo valikoitui 13 -vuotiaana. Suurin osa urheilijoista on syntynyt toisella vuosineljänneksellä (huhti-kesäkuussa) ja ovat yleisimmin perheensä nuorimpia sisaruksia. Urheilu on ollut lentopalloilijoiden perheissä tärkeä arvo. Vanhempien tuki ja kannustus ovat myötävaikuttaneet lentopallon harrastamiseen. Harrastamisen tärkeimmät psyykkiset syyt ovat puolestaan olleet sen mielekkyys sekä lajissa pärjääminen ikätovereita peremmin. Suurin osa lentopalloilijoista koki lapsuudessaan odotuksia menestyksestä. Vastaavasti menestyspaineita he eivät kokeneet.

Avainsanat: lentopallo, huippu-urheilu, ympäristötekijät, lapsuus

## ABSTRACT

Vilponen, E. 2019. Impact of the environmental childhood factors in sporting success. Research to Finnish top-level volleyball players. Faculty of Sport Sciences, University of Jyväskylä, Master's thesis in sports pedagogy, 83pp., 2 appendices.

The purpose of this study is to find out which environmental childhood factors have an impact on the Finnish top-level volleyball players' sporting success. The athletes' childhood is scrutinised in relation to the physical, social and psychological environmental factors. The research focuses on the athletes' childhood as this phase is particularly important on the way to success. In other words, childhood creates the basis for the future sporting success. It is important to research the environmental childhood factors as the outcomes of the research may be used to enhance the activity models relevant to sporting success. The outcomes may benefit Finnish top-level sports, especially Finnish volleyball.

The target group of this study consists of Finnish top-level volleyball players. The athletes have played in the Finnish Mestaruusliiga or in one of the Finnish senior national teams. In total, 72 volleyball players participated in the study. 40 (56 %) of the participants were women and 32 (44 %) were men. 71 (99 %) of the volleyball players have played in the Finnish Mestaruusliiga and 31 (43 %) of them have played in one of the Finnish senior national teams. The data for the study was collected using a survey and it was analysed by quantitative research methods. In this context, IBM SPSS Statistics 24 –program was used to analyse the data. Moreover, the analysis methods were standard deviation, minimum and maximum values, percentage terms, and average values. The outcomes of the research were compared in relation to sex and sporting success. The comparison was conducted using the t –test, cross tabulation, chi square test and one-way analysis of variance.

The main outcomes of the research indicate that most of the top-level volleyball players lived their childhood in an urban municipality with good sporting possibilities. In average, the young athletes practiced four different sports. They started to play volleyball in a club at the age of 8 and chose volleyball as their main sport at the age of 13. Most of the athletes were born at the second quarter of the year (April-June) and are commonly the youngest sibling of their family. Sport has been an important value in the volleyball players' families. The support and encouragement of the parents have contributed to playing volleyball. On the other hand, the most noteworthy psychological factors of playing volleyball have been its meaningfulness and succeeding in it better than the peers. Most of the top-level volleyball players experienced expectations to success in their childhood. On the contrary, they did not experience pressure.

Key words: volleyball, top –level sports, childhood environment, childhood

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

1 JOHDANTO .....	1
2 AIEMPI TUTKIMUS LAPSUUDEN YMPÄRISTÖTEKIJÖIDEN YHTEYDESTÄ URHEILUMENESTYKSEEN .....	3
2.1 Fyysiset ympäristötekijät .....	3
2.1.1 Määritelmä .....	3
2.1.2 Asuinpaikka .....	3
2.1.3 Liikuntamahdollisuudet ja tavat.....	5
2.1.4 Syntymäajankohta.....	6
2.2 Sosiaaliset ympäristötekijät .....	8
2.2.1 Määritelmä .....	8
2.2.2 Vanhemmat .....	8
2.2.3 Perheen sosioekonominen asema.....	11
2.2.4 Sisarukset .....	12
2.2.5 Kaverit.....	13
2.2.6 Valmentaja .....	14
2.3 Psykkiset ympäristötekijät .....	16
2.3.1 Määritelmä .....	16
2.3.2 Ympäristön turvallisuus.....	16
2.3.3 Tuki ja kannustus .....	17
2.3.4 Harrastamisen mielekkyys.....	18
2.3.5 Ympäristön luomat odotukset ja paineet.....	19
2.4 Yhteenveto aiemmasta tutkimuksesta.....	20

3	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	22
3.1	Tutkimuksen tarkoitus .....	22
3.2	Tutkimuskysymykset .....	22
3.3	Tutkimusaineisto ja menetelmät .....	23
3.3.1	Tutkimuksen kohdejoukko.....	23
3.3.2	Aineiston hankinta .....	24
3.3.3	Aineiston analysointi .....	25
3.3.4	Tutkimuksen luotettavuus.....	26
4	TUTKIMUSTULOKSET .....	28
4.1	Fyysiset ympäristötekijät .....	28
4.1.1	Asuinpaikka .....	28
4.1.2	Liikuntamahdollisuudet ja tavat.....	29
4.1.3	Syntymäajankohta.....	32
4.2	Sosiaaliset ympäristötekijät .....	33
4.2.1	Vanhemmat .....	33
4.2.2	Perheen sosioekonominen asema.....	37
4.2.3	Sisarukset .....	39
4.2.4	Kaverit.....	41
4.2.5	Valmentaja .....	42
4.3	Psyykkiset ympäristötekijät .....	43
4.3.1	Tuki ja kannustus .....	43
4.3.2	Harrastamisen mielekkyys ja motiivit .....	43
4.3.3	Ympäristön luomat odotukset ja paineet.....	46
4.4	Avoimet vastaukset.....	47

5	POHDINTA .....	49
5.1	Fyysiset ympäristötekijät .....	49
5.1.1	Asuinpaikka .....	49
5.1.2	Liikuntamahdollisuudet ja tavat.....	50
5.1.3	Syntymääjankohta.....	53
5.2	Sosiaaliset ympäristötekijät .....	54
5.2.1	Vanhemmat .....	54
5.2.2	Perheen sosioekonominen asema.....	55
5.2.3	Sisarukset .....	57
5.2.4	Kaverit.....	58
5.2.5	Valmentaja .....	59
5.3	Psyykkiset ympäristötekijät .....	60
5.3.1	Tuki ja kannustus .....	60
5.3.2	Harrastamisen mielekkyys ja motiivit .....	60
5.3.3	Ympäristön luomat odotukset ja paineet.....	62
5.4	Pohdinnan yhteenveto .....	63
5.5	Tutkimuksen hyödyntäminen, jatkotutkimusehdotukset ja rajoitukset .....	64
	LÄHTEET.....	67
	LIITTEET	

# 1 JOHDANTO

Ihminen syntyy tiettyyn paikkaan ja aikaan. Näihin tekijöihin hän ei voi itse vaikuttaa. Yksilöstä riippumattomat lapsuuden ympäristötekijät luovat toimintaympäristön, jossa lapsi kasvaa ja kehittyy. Tämä tutkimus keskittyy lentopalloilijoiden lapsuuden elinympäristön tarkasteluun huippu-urheilijaksi kehittymisen kannalta. Se kertoo lapsuuden elinympäristön merkityksestä suhteessa liikunnan aloittamiseen, harrastamiseen ja myöhempään urheilumenestykseen. Menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuutta käsitellään fyysisestä-, sosiaalisesta- sekä psyykkisestä näkökulmasta. Tutkimuksessa keskitytään urheilijan polun lapsuusvaiheeseen, sillä lapsuuden ympäristötekijät ovat yksi merkittävä osa urheilijan kehitystä. Vaikka lapsuuden ja aikuisuuden urheilumenestyksen väliin mahtuu myös lukuisia muita tekijöitä, muodostaa lapsuus tärkeän lähtökohdan menestykselle. Lapsena urheiluseuroissa liikuntaa harrastaa suuri joukko nuoria urheilijoita. Mielenkiintoista on se, miten tästä joukosta valikoituvat ne, jotka myöhemmin urallaan menestyvät urheilussa.

Urie Bronfenbrenner (1994) on luonut laajasti käytössä olevan teorian ihmisen kehityksestä. Tämän teorian mukaan ihminen kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. Teoria jakaa ympäristön neljään eri ulottuvuuteen. Ensimmäinen ja lasta lähin ulottuvuus on mikroympäristö (esim. perhe, kaverit, naapurit). Toista ulottuvuutta kutsutaan mesoympäristöksi (esim. koulu, lajiliitot, organisaatiot), kolmatta eksoympäristöksi (esim. urheilukulttuuri, nuorisokulttuuri) ja neljättä makroympäristöksi (esim. yhteiskunta ja kulttuuri). (Aarresola ym. 2012; Bronfenbrenner 1994.) Tässä tutkielmassa keskitytään erityisesti lapsen mikroympäristöön. Lapsi on suorassa vaurovaikutuksessa tähän ulottuvuuteen, joten kyseisellä ympäristöllä on suuri merkitys lapseen. Monet asiantuntijat ovat määrittäneet, että urheilijan polun lapsuusvaihe kestää 13 –vuotiaaksi saakka (Aarresola ym. 2012). Tässä tutkielmassa käytetään lähtökohtana kyseistä rajausta tutkittaessa menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden ympäristötekijöitä.

Tämän tutkielman kirjoittaja on jo pitkään ollut kiinnostunut lapsuuden ympäristötekijöiden yhteydestä urheilumenestykseen. Pro gradu –tutkimusta edeltäneessä kandidaatin tutkielmassa

keskityttiin lapsuuden ympäristötekijöiden tutkimiseen yleisesti monien eri lajien kannalta. Nyt aihetta syvennetään ja näkökulma on suomalaisten menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden ympäristötekijöissä. Oma lentopallotausta herätti mielenkiinnon tutkia aihetta juuri lentopalloilijoiden kannalta. Kiinnostusta tutkia aihetta lentopalloilijoiden kannalta on lisännyt myös se, että vastaavaa tutkimusta ei ole aiemmin tehty Suomessa.

Tämän tutkielman teoriaosa erittelee niitä ympäristötekijöitä, jotka esiintyvät yleisesti menestyneiden urheilijoiden lapsuudessa. Teorian tuoman tiedon pohjalta tutkitaan lapsuuden ympäristötekijöiden yhteyttä urheilumenestykseen suomalaisten Mestaruusliigassa ja aikuisten maajoukkueessa pelanneiden lentopalloilijoiden näkökulmasta. Tutkimuksen tuloksia vertaillaan sukupuolen sekä urheilumenestyksen osalta. Aihetta on tärkeä tutkia lentopalloilijoiden kannalta, sillä aiempaa tutkimusta suomalaisten menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden ympäristötekijöistä ei ole tehty. Tutkimuksen pohjalta ymmärrys urheilumenestykseen yhteydessä olevista ympäristötekijöistä kasvaa. Tutkimus luo mahdollisuuden vaikuttaa tapoihin ja toimintoihin, jotka ovat yhteydessä yksilöiden urheiluuraan. Tietoa voidaan käyttää hyväksi suomalaisen huippu-urheilun, erityisesti lentopallon kehittämisessä.



## **2 AIEMPI TUTKIMUS LAPSUUDEN YMPÄRISTÖTEKIJÖIDEN YHTEYDESTÄ URHEILUMENESTYKSEEN**

### **2.1 Fyysiset ympäristötekijät**

#### **2.1.1 Määritelmä**

Ihminen on sidoksissa fyysiseen ympäristöönsä fysiologisten toimintojensa kautta. Fyysinen tila on elinehto ihmiselle jo elämän alkumetreillä. Fyysinen ympäristö on tila, jossa fyysiset puitteet ja materiaaliset tekijät vaikuttavat ihmisen kehitykseen joko edistävästi tai kehitystä estäen. Fyysiseen ympäristöön liittyvät esimerkiksi maantieteellinen sijainti ja teknisesti turvallinen ympäristö. (Harinen & Karkela 1998.)

#### **2.1.2 Asuinpaikka**

Lapsen liikuntaharrastuksiin vaikuttaa keskeisesti asuinpaikka. Perinteisesti kaupungeissa asuvat lapset osallistuvat urheiluseuran toimintaan yleisemmin kuin maaseudulla tai haja-asutusalueella asuvat. Tämä tulos on todettavissa sekä poikien että tyttöjen kohdalla. Tulos on ymmärrettävä, sillä maaseudulla on usein vähemmän urheiluseuratoimintaa ja pitkät välimatkat voivat hankaloittaa osallistumismahdollisuuksia. Erot urheiluseurojen ulkopuoliseen toimintaan osallistumisessa eivät ole yhtä selviä kaupunkien ja maaseudun sekä haja-asutusalueiden välillä. Tutkimusten mukaan maaseudulla harrastetaan enemmän organisoimatonta liikuntaa kuin kaupungeissa. Lisäksi on tutkittu, että lapset ovat fyysisesti aktiivisempia, mikäli asuinpaikan lähellä on virkistysalueita, leikkikenttiä tai muita liikuntamahdollisuuksia. Kun tutkitaan liikunnan harrastamisen kokonaismäärää tekemättä eroa sen suhteen, harrastetaanko liikuntaa urheiluseurassa vai sen organisaation ulkopuolella, kaupungeissa asuvat lapset liikkuvat enemmän. Nämä tulokset ovat olleet melko pysyviä Suomessa noin kahden vuosikymmenen ajan. (Nupponen 2008.)

Salasuon (2015) tutkimuksen mukaan tämän hetken suomalaiset huippu-urheilijat ovat kasvaneet tavallisesti kaupunkimaisilla asutusalueilla. Vuosina 1969 – 1979 maaseudulla varttui enemmän huippu-urheilijoita kuin kaupungeissa. Kehitys kääntyi nykytilanteen mukaiseksi 1980 –luvulla ja vuodesta 1980 vuoteen 1997 ero kaupungin ja maaseudun välillä on kasvanut koko ajan. Erityisen suuri ero maaseudulla ja kaupungeissa kasvaneiden huippu-urheilijoiden keskuudessa on joukkueurheilun osalta. Huomattavasti enemmän menestyneitä joukkueurheilijoita on kasvanut kaupungeissa. Tutkimuksen tuloksia analysoidessa on kuitenkin edelleen huomioitava, että suomalaiset kaupungit ovat hyvin erilaisia ja osa tutkimukseen osallistuneista urheilijoista on muuttanut jo nuorena eri paikkakuntien välillä. Vaikka urheilija olisi asunut kaupungissa, on hän saattanut asua aivan kaupungin laitamilla, jopa lähes maaseutumaisissa olosuhteissa. Tästä syystä tutkimuksessa urheilijat ovat itse saaneet määrittellä asuinpaikkansa tason. Tutkimuksessa on käytetty asuinpaikan määrittelemiseksi käsitteitä: ”kaupunkimainen” ja ”maaseutumainen”. Tämä jaottelu kuvaa tutkijan mukaan parhaiten asuinpaikan yhteyttä urheilumenestykseen. (Salasuo 2015.)

Yhdysvalloissa huippu-urheilijoille tehty tutkimus osoittaa pienten kaupunkien muodostavan sellaisen kehitysympäristön, jossa varttuu eniten menestyneitä urheilijoita (Coté 2006). Tulos näyttää ristiriitaiselta edellä käsiteltyyn Salasuon (2015) tutkimukseen verrattuna. Huomionarvoista kuitenkin on, että Yhdysvalloissa pienissä kaupungeissa asuu keskimäärin 50 000 – 100 000 asukasta. Nämä asuinympäristöt ovat Suomen kaupunkiin verrattuina isoja paikkakuntia. Tulokset Salasuon (2015) ja Cotén (2006) tutkimuksissa ovat siis samansuuntaisia. Eniten menestyneitä urheilijoita kasvaa kaupungeissa, joissa on 50 000 – 100 000 asukasta. (Coté 2006; Salasuo 2015.) Keskisuuret kaupungit luovat siis parhaimmat mahdollisuudet menestykseen urheilussa. Reesin ym. (2016) mukaan todella suurissa kaupungeissa lapsena asuminen voi urheilu-uran kannalta olla jopa rajoittava tekijä. Tällaisista 500 000 – 999 999 asukkaan kaupungeista on tehdyn tutkimuksen perusteella noussut vähemmän huippu-urheilijoita kuin pienemmistä kaupungeista. (Rees ym. 2016.)

### 2.1.3 Liikuntamahdollisuudet ja tavat

Edellisessä osiossa todetulla tavalla lapsuuden asuinpaikalla on huomattava merkitys mahdollisen myöhemmän urheilumenestyksen kannalta (Carlsson 1988). Kyseisellä asuinpaikalla ei kuitenkaan ole suoraan fyysistä yhteyttä urheilumenestykseen, vaan asuinpaikan vaikutukset tulevat esiin psyykkisinä, sosiaalisina ja struktuurisina tekijöinä. Lisäksi lapsuuden asuinpaikan kulttuuriympäristö vaikuttaa urheilumenestykseen. (Rees 2016.) Asuinpaikan merkitys nuorten urheilijoiden kehitykseen tulee esille esimerkiksi harjoitusmahdollisuuksien myötä. Puutteelliset harjoitusmahdollisuudet eivät välttämättä estä harrastamista, mutta hyvät ja lähellä olevat harjoittelumahdollisuudet voivat merkittävästi edistää urheilijan liikunnallisuutta. Kun harjoituspaikat ovat lähellä, niihin kulkeminen on huomattavasti helpompaa. Siten helposti saavutettavat liikuntapaikat edistävät lasten ja nuorten kokonaisliikuntamäärän kasvamista. (Aarresola & Konttinen 2012.)

Carlssonin (1988) tutkimuksessa haastatellut menestyneet tennispelaajat ovat kertoneet, että heillä on aina ollut mahdollisuus halutessaan päästä harjoittelemaan. Päinvastoin monet vähemmän menestyneet urheilijat ovat esittäneet, että varsinkaan spontaani harjoittelu ei usein ole ollut mahdollista (Carlsson 1988). Keskikokoisissa kaupungeissa on tavallisesti paljon mahdollisuuksia spontaanille liikunnalle. Suurkaupunki ei puolestaan välttämättä ole paras vaihtoehto nuoren urheilijan kehittymiselle, sillä niissä spontaani liikkuminen saattaa olla vaikeaa. Suurissa kaupungeissa on urheilun lisäksi paljon muita aktiviteettimahdollisuuksia, jotka kilpailevat harrastajamäärästä. Pienissä ja keskikokoisissa kaupungeissa sekä maaseudulla urheilu on harvoin yhtä strukturoitua kuin suurissa kaupungeissa. Niissä on lisäksi yleensä vähemmän kilpakumppaneita, mikä voi auttaa onnistumisen kokemusten keräämistä. Onnistumisen kokemukset puolestaan johtavat usein lisääntyneeseen motivaatioon sekä innostuksen säilymiseen. (Aarresola & Konttinen 2012.)

Lapsena harrastetun vapaamuotoisen tai spontaanin urheilun on tutkittu olevan yksi myöhempään urheilumenestykseen vaikuttava tekijä (Carlsson 1988). Suomessa menestyneet urheilijat ovat kertoneet harrastaneensa lapsena keskimäärin 21 tuntia liikuntaa viikossa. Urheiluseuroissa organisoitua liikuntaa harrastettiin vain 4 kertaa viikossa, joten menestyneet

urheilijat ovat lapsena liikkuneet paljon myös urheiluseurojen toiminnan ulkopuolella. Urheilijat arvioivat lapsuuden liikunta-aktiivisuutensa olleen suurempaa kuin ikätovereilla keskimäärin. Suomessa huippu-urheilijat ovat aloittaneet oman lajinsa harrastamisen urheiluseurassa noin 6 – 7 –vuotiaina. (Tast & Finni 2011.)

Nuorten urheilijoiden haastattelututkimuksesta käy ilmi, että 63 % vastaajista kertoo pelanneensa pihapelejä ja harrastaneensa lapsena myös muita aktiviteetteja kuin liikuntaa (Aarresola & Konttinen 2012). Se tapa, miten urheilua on harrastettu yhdessä muiden aktiviteettien kanssa, vaikuttaa myöhempään urheilumenestykseen. Mikäli oman urheilulajin ohella on ollut mahdollisuus myös muihin sosiaalisiin aktiviteetteihin, on menestyminen omassa lajissa todennäköisempää. (Carlsson 1988.) Tast ja Finni (2011) osoittavat tutkimuksessaan, että 86 % tutkimukseen osallistuneista suomalaisista menestyneistä urheilijoista harrasti lapsena 3 – 6 eri lajia. Tämä tarkoittaa, että kyseiset menestyneet urheilijat ovat harrastaneet keskimäärin 4,3 lajia lapsuudessaan. (Tast & Finni 2011.) Kun lapsi kokeilee monia eri urheilulajeja, on hänellä mahdollisuus löytää lajeista itselleen mieluisin. Monen lajin harrastamisen edut eivät näytä johtuvan yksittäisistä tekijöistä, vaan niihin liittyvät fyysiset-, motoriset-, psyykkiset sekä sosiaaliset tekijät. Monipuolinen harrastaminen lapsuudessa näyttää olevan yksi merkittävimmistä huippu-urheilijaksi kehittymisen poluista. (Aarresola ym. 2012.)

#### **2.1.4 Syntymäajankohta**

Urheilijan menestykseen voi vaikuttaa keskeisesti hänen syntymäajankohtansa. Suurempi riippuvuus syntymäajankohdan ja urheilumenestyksen välillä on miehillä kuin naisilla. Syntymäajankohdalla ei ole merkitystä, kun kilpaillaan huipulla, mutta syntymäajankohdalla voi olla huomattava vaikutus huipulle pääsemisen kannalta. (Rees ym. 2016.)

Nykyään sarjajärjestelmät muodostuvat monessa lajissa ikäluokkien mukaan. Urheilijat kuuluvat oman ikänsä mukaan tiettyyn ikäluokkaan. Usein ikäluokat koostuvat kahtena eri vuonna syntyneistä harrastajista. Tästä syystä samassa ikäluokassa harrastavien nuorten ikäero voi olla parhaillaan jopa 23 kuukautta. Tämä voi johtaa huomattaviin eroihin pelaajien

välillä sekä fyysisessä että kognitiivisessa kehityksessä. Ikäluokan mukaan jaetut sarjajärjestelmät suosivat alkuvuodesta syntyneitä harrastajia. Alkuvuodesta syntyneet urheilijat ovat usein muina vuodenaikoina syntyneitä harrastajia kehittyneempiä, joten heillä on suuremmat mahdollisuudet menestyä omassa ikäluokassaan. Alkuvuonna syntyneet näyttävät usein samassa ikäluokassa lahjakkaammilta, joten heidät myös useammin valitaan jo nuorena maajoukkueisiin tai harjoitusleireille. Näin vuoden alussa syntyneet lahjakkaammilta vaikuttavat urheilijat pääsevät helpommin jo nuorena ensimmäisen askeleen lähemmäksi ammattiuraa. (Delorme 2010.) Delormen (2010) tutkimus pohjautuu laajaan aineistoon. Tutkimukseen on osallistunut yhteensä 363 590 portugalilaista urheilijaa. Aineiston laajuus antaa kattavan tuloksen ja nostaa tutkimuksen luotettavuutta. Myös Aarresola ja Konttinen (2012) painottavat alkuvuonna syntyneiden suurempaa mahdollisuutta menestyä. Loppuvuodesta syntyneiden harrastajien on vaikeampi erottua aikaisempina vuodenaikoina syntyneiden urheilijoiden joukosta. Tämä voi johtaa motivaation katoamiseen, sillä onnistumisen kokemukset jäävät herkästi saavuttamatta. (Aarresola & Konttinen 2012.)

Urheilulajeissa, joissa harrastajat jakautuvat ikänsä mukaan ikäluokkiin, on siis usein alkuvuodesta syntyneiden urheilijoiden menestys todennäköisempää. Eri lajien välillä on kuitenkin eroja. Joukkuelajeissa loppuvuodesta syntyneitä urheilijoita on huomattavasti vähemmän kuin muina vuodenaikoina syntyneitä. Tämä tulos on todettavissa sekä poikien että tyttöjen kohdalla. Yksilölajeja tarkasteltaessa suurin syntymäajankohdan merkitys nousee esille yleisurheilussa ja maastohiihdossa. Näissä yksilölajeissa urheilijoiden syntymäajankohta on yleisemmin tammikuusta maaliskuuhun, eli vuoden ensimmäisen neljänneksen aikana. Taitolajeissa syntymäajankohdan hajonta vuoden ympäri on suurempaa. Tämä tulos on nähtävissä esimerkiksi telinevoimistelun harrastajien kohdalla. (Aarresola & Konttinen 2012.)

Vaikka tämänhetkinen sarjajärjestelmä näyttää suosivan alkuvuodesta syntyneitä harrastajia fyysisen kehityksen vuoksi, voi nopea fyysinen kehitys olla myös haitallista menestyksen kannalta. Alkuvuodesta syntyneille, kehittyneemmille lapsille saatetaan luoda helpommin jo varhain suuria odotuksia. Nämä odotukset voivat johtaa esimerkiksi liialliseen lajinomaiseen taitoharjoitteluun, jota ei ole hyvä aloittaa liian aikaisin. Nopeasti kehittyvillä lapsilla voi myös usein tulla ristiriitaa fyysisen ja psyykkisen kehityksen välillä. (Westergård 1990.)

## **2.2 Sosiaaliset ympäristötekijät**

### **2.2.1 Määritelmä**

Sosiaalinen ympäristö rakentuu tekijöistä, joiden kanssa ihminen on yhteydessä vuorovaikutuksen kautta. Sosiaalisen ympäristön terveyttä edistävät ja terveyttä vaarantavat tekijät siirtyvät sosiaalistumisprosessin myötä lapsen käyttäytymiseen. Sosiaalisessa ympäristössä lapsen kannalta keskeisessä asemassa ovat erityisesti vanhemmat, sisarukset sekä ystävät. (Harinen & Karkela 1988.) Piispan ym. (2013) haastattelututkimuksen mukaan myös monen huippu-urheilijan lapsuuden sosiaalisessa ympäristössä korostuu vanhempien, sisarusten ja ystävien merkitys. Haastattelututkimuksessa esiintyy kuitenkin myös poikkeuksia. Tutkimuksessa nousee esiin yksittäisiä tapauksia, joissa esimerkiksi liikunnanopettaja tai perheen ulkopuolinen sukulainen on ollut merkittävässä asemassa harrastuksen aloittamisen innostajana tai huipulle kehitymisessä. (Piispa ym. 2013.)

### **2.2.2 Vanhemmat**

”Urheilupiireissä tutun sanonnan mukaan huippu-urheilijaksi pyrkivän tärkein valinta on osata valita oikeat vanhemmat.” Näin Niemi-Nikkola (2005) kuvaa artikkelissaan vanhempien merkitystä nuoren urheilijan tiellä huipulle. (Niemi-Nikkola 2005.) Perhe on usein jopa tärkein instituutio lapsen ajattelun kehitymisessä sekä asenteiden, arvojen ja tapojen oppimisessa. Perheen tapojen kautta lapsi sosiaalistuu tiettyihin instituutioihin, joten perheellä on keskeinen asema myös lapsen urheiluun sosiaalistumisessa. Jotta kenestäkään voisi tulla urheilija, on hänen sosiaalistuttava urheilun pariin. Lapsen sosiaalisessa ympäristössä tärkeinä pidetyt arvot ja asenteet luovat pohjan myös lapsen arvomaailman kehitykselle. Jos urheilu koetaan perheessä tärkeäksi arvoksi, oppii usein myös lapsi arvostamaan sitä. Mikäli perheessä ei arvosteta urheilua, ei myöskään lapsi sosiaalistu urheilun pariin yhtä varmasti. (Salasuo 2015.)

Siekanska (2012) on tutkinut huipun saavuttaneiden urheilijoiden sekä alempien sarjatasojen urheilijoiden lapsuuden kasvu ympäristöjen eroja. Yksi merkittävä tekijä, jonka Siekanska

tuo esiin haastattelututkimuksellaan on vanhempien läsnäolo läpi koko urheilijan lapsuuden. Perheistä, joissa molemmat vanhemmat ovat olleet läsnä koko urheilijan lapsuuden, kehittyi useammin kansallisen tai kansainvälisen tason huippu-urheilijoita. (Siekanska 2012.) Myös Piispa ym. (2013) tuo haastattelututkimuksensa perusteella esiin samanlaisia tuloksia. Kyseisessä tutkimuksessa, jopa 45/51 tutkitusta suomalaisista huippu-urheilijasta tulee kodeista, joissa molemmat vanhemmat ovat olleet läsnä koko urheilijan lapsuuden. Tutkimuksessa selvisi myös, että huippu-urheilijoiden perheissä, joissa molemmat vanhemmat eivät ole olleet läsnä koko urheilijan lapsuutta, molemmat vanhemmat kuitenkin tukivat vahvasti lapsen harrastuksia. (Piispa ym. 2013.) Yksi selitys sille, miksi kahden vanhemman perheistä nousee enemmän huippu-urheilijoita on, että näissä perheissä aikataulujen sopiminen, taloustöiden jakaminen ja harjoituksiin kuljettaminen on helpompi hoitaa. (Aarresola ym. 2012.)

Laps Suomen –tutkimus (2012) osoittaa, että vanhempien urheilutausta on usein yhteydessä lapsen urheilumenestykseen. Tutkimuksen mukaan liikunnallisten vanhempien lapsista kasvaa todennäköisesti liikunnallisia. Sama pätee kilpaurheiluun sosiaalistumisessa. Kilpaurheilua harrastaneiden vanhempien lapsista varttuu todennäköisemmin kilpaurheilijoita. Kyseisessä tutkimuksessa 27 % kilpailleiden vanhempien lapsista harjoitteli 4-7 kertaa viikossa ja heistä kilpailuihin osallistui 21 %. Vastaavasti niiden vanhempien lapsista, jotka eivät ole itse kilpailleet, vain 8 % harjoitteli 4-7 kertaa viikossa ja heistä 7 % kilpailivat. (Aarresola ym. 2012; Nupponen ym. 2012.) Mikäli lapsen vanhemmat ovat siis harrastaneet kilpaurheilua, on todennäköistä, että myös lapsi menestyy urheilussa. Vaikka vanhemmat olisivat itse jo lopettaneet aktiivisen uransa, on vanhempien suhtautumisella urheiluun merkitystä myös lapsen asenteisiin urheilua kohtaan. Esimerkiksi kilpailuorientaation on katsottu periytyvän vanhemmilta lapselle. (Aarresola & Konttinen 2012.) Yleistä menestyneiden urheilijoiden perheissä on, että intohimo urheiluun ei ole periytynyt vain vanhemmilta, vaan intohimo on periytynyt jo monen sukupolven yli (Siekanska 2012).

Perheissä, joissa vanhemmat osallistuvat lapsensa urheilutoimintaan, lapsen menestyminen urheilussa on todennäköisempää. Siekanska (2012) on haastatellut 165 eritasoista urheilijaa. Urheilijat on jaettu tutkimuksessa kolmeen eri ryhmään urheilumenestyksen mukaan. Ensimmäiseen ryhmään kuuluvat urheilijat, jotka ovat osallistuneet kansainvälisen tason

kilpailuihin. Toinen ryhmä koostuu alueellisen tason urheilijoista ja kolmannella ryhmällä ei ole merkittävää urheilumenestystä. Jokainen ryhmä vastasi tutkimuksessa samoihin taustatietoja koskeviin kysymyksiin sekä perheeseen liittyviin kysymyksiin. Tutkimuksen mukaan ensimmäinen ryhmä, eli korkeimman urheilumenestyksen ryhmä kertoi vanhempiensa osallistuneen heidän urheiluharrastuksiinsa tilastollisesti merkitsevästi eniten. Vastaavasti toisen ja kolmannen ryhmän urheilijat, jotka eivät ole menestyneet urheilurallaan yhtä korkealle mainitsivat vanhempiensa osallistuneen harvemmin lapsuuden urheilutoimintaan. Vanhempien osallistumisella lapsensa urheiluharrastuksiin on siis merkittävä ero urheilijoiden menestymisen kannalta. (Siekanska 2012.)

Perheissä, joissa urheilu on tärkeä arvo, lapset ovat useammin menestyviä urheilijoita (Siekanska 2012). Urheilun arvostus näkyy perheissä puheina ja tekoina. Lapsi aistii vanhempiensa tärkeänä pitämiä asioita ja kuulee mahdollisesti erilaisia tarinoita urheilusta. Perheissä, joissa urheilu on tärkeä arvo, lapsi usein myös seuraa urheilua vanhempiensa kanssa ja urheilu on läsnä lapsen arjessa. (Aarresola & Konttinen 2012.) Menestyneiden urheilijoiden perheissä on tavallista, että vanhemmat arvostavat menestystä (Henriksen 2010).

Useat suomalaiset menestyneet huippu-urheilijat kertovat, että heidän lapsuudessaan perheissä toteutettiin säännöllistä arkirytmää. 86 % haastatelluista urheilijoista arvioivat, että heidän perheensä päivärytmi ja urheilijan oma päivärytmi ovat olleet säännöllisiä. (Tast & Finni 2011.) Lasten ja nuorten urheilijoiden viikkorytmi on tärkeää rytmittää säännölliseksi. Rytmiiin ei kuulu vain säännöllinen harjoittelu, vaan tärkeässä asemassa ovat myös ruokailujen ja nukkumaanmenoaikojen säännöllisyys. Säännöllisen elämäntavan omaksuminen lapsuudessa luo hyvän pohjan huippu-urheilijan elämäntavalle. (Kokko 2012.)

Jo lapsuudessa vanhemmat pystyvät vaikuttamaan lapsen sisäiseen motivaatioon, joka on merkittävä asia urheiluun sitoutumisessa. Kun vanhemmat opettavat lasta itsenäiseen päätöksentekoon ja sisältäohjautuvuuteen, lapsi oppii kantamaan vastuuta itsestään ja omista ratkaisuisistaan. Näin lapsi oppii myös suuntaamaan tekemisensä kohti tavoitteita ja kilpailemaan itsensä kanssa, eikä hän vertaa itseään muihin. Tällaisen sisäisen motivoitumisen oppiminen lapsena edesauttaa pitkäjänteisyyttä sekä sitoutumista. Nämä lapsuuden erilaisissa



ympäristöissä omaksuttavat tekijät ennustavat urheilumenestystä. Menestyminen ja huipulle pääsy vaativat urheilijalta terveen itsetunnon. Terveeseen itsetuntoon liittyy kyky luottaa itseensä sekä kyky vaikuttaa jämakästi. Nämä psyykkiset tekijät muovautuvat jo varhain lapsuuden sosiaalisissa ympäristöissä. Itsetunto saa perustansa jo kolmen ensimmäisen ikävuoden aikana. Lapsen itsetunto ei pääse kehittymään, mikäli lapsen minä ei eriydy ympäristöstä tai äidistä. Tämä on seurausta epätyytyttävistä ja kylmistä ihmissuhteista. (Kalliopuska 1996.)

### **2.2.3 Perheen sosioekonominen asema**

Sosioekonomisella asemalla tarkoitetaan aineellisia ulottuvuuksia ja -voimavaroja. Aineellisiin voimavaroihin kuuluvat esimerkiksi tulot, varallisuus sekä asumismuoto. Näiden sosioekonomista tasoa määrittävien aineellisten voimavarojen hankkimiseen vaaditaan tavallisesti koulutusta, ammattia tai asemaa työelämässä. Nämä sosioekonomiset tekijät ovat yhteydessä väestön terveyteen ja hyvinvointiin. Sosioekonominen asema luo myös eriarvoisuutta, joka johtaa väestön terveyseroihin. (THL 2015.)

Vanhempien sosioekonomisella asemalla on tutkittu olevan merkitystä lapsen urheilun harrastamiseen. Urheilevien lasten vanhemmilla on usein korkeampi sosioekonominen asema. He ovat usein korkeasti koulutettuja, korkeammassa ammattiryhmässä sekä hyvätuloisia. Tämä johtuu siitä, että korkeamman sosioekonomisen tason ryhmissä urheilu on arvostetussa asemassa perheessä ja näissä perheissä arvostetaan terveellisiä elämäntapoja useammin kuin alemman sosioekonomisen tason perheissä. (Aarresola ym. 2012.) Piispa ym. (2013) toteaa myös, että menestyneet urheilijat tulevat keskimäärin korkeammista sosioekonomisista taustoista kuin suomalaiset keskimäärin. Tämä johtuu siitä, että huippu-urheilijoiksi kehittyvät niiden perheiden lapset, joilla on ollut varaa lastensa urheiluharrastuksiin. (Piispa ym. 2013.) Perheen sosioekonomisella tasolla on merkitystä lapsen urheiluharrastuksissa sekä kilpaurheilussa taloudellisista ja ajallisista syistä. Vanhempien rahaa kuluu muun muassa varusteisiin, lisenseihin, kausimaksuihin ja harjoitusmatkoihin. Erityisesti länsimaissa menestyneet urheilijat varttuvat usein keskimäärin korkeamman sosioekonomisen tason perheistä. (Aarresola & Konttinen 2012.) Nykypäivänä sosioekonominen asema korostuu

enemmän kuin aiemmin, sillä harrastuksien hinnat ovat koko ajan nousussa ja lapsiköyhyys on kasvanut (Aarresola ym. 2012).

Siekanska (2012) osoittaa perheen sosioekonominen asema vaikuttavan urheilumuotoon, jota perheen lapsi harrastaa. Tutkimuksen mukaan yksilölajien urheilijoiden vanhemmillaan on korkeampi sosioekonominen status kuin joukkuelajeja harrastavien urheilijoiden vanhemmillaan. (Siekanska 2012.) Tämä tulos käy ilmi myös suomalaisen tutkimuksen pohjalta. On tavallista, että urheilevien nuorten vanhemmillaan on opisto-, korkeakoulu- tai yliopistokoulutus. Koko Suomen väestöstä 16 % on käynyt korkeakoulun. Joukkuelajeissa urheilevien suomalaisten nuorten isistä 24 % on suorittanut korkeakoulun ja äideistä 30 %. Yksilölajeja harrastavien nuorten vanhempien korkeakoulun suorittaminen on vielä hieman yleisempää kuin joukkuelajeja harrastavien nuorten vanhempien. Yksilölajeja harrastavien nuorten isistä korkeakoulun on suorittanut 28 % ja äideistä 35 %. Suomessa urheilua harrastavien nuorten vanhemmillaan on siis keskimäärin huomattavasti korkeampi koulutustaso kuin muun väestön vanhemmillaan keskimäärin. (Aarresola & Konttinen 2012.)

Vaikka vanhempien korkea sosioekonominen asema luo tutkimusten pohjalta perheen lapsille paremmat mahdollisuudet menestyä urheilussa, nousee myös alemmista sosioekonomisen aseman perheistä menestyneitä urheilijoita. Piispan ym. (2013) tutkimus osoittaa, että kaikki huipulle päässeet urheilijat eivät tule korkeamman sosioekonomisen tason perheistä. Näissä perheissä, joissa ylimääräistä rahaa ei ollut, olivat vanhemmat kuitenkin asettaneet lapsensa harrastuksen etusijalle. (Piispa 2013.)

#### **2.2.4 Sisarukset**

Sisarusten urheilun harrastamisella on tavallisesti merkitystä yksilön urheilumenestykseen. Salasuon (2015) mukaan menestyneiden urheilijoiden sisarukset ovat usein olleet tai ovat yhä aktiivisia kilpa- tai huippu-urheilijoita. Noin puolet tässä tutkimuksessa haastatelluista urheilijoista kokivat, että sisaruksilla on ollut merkittävä vaikutus heidän urheilu-uraansa. Monissa kansainvälisissä tutkimuksissa on toistuvasti esitetty yhteys huipun saavuttaneiden urheilijoiden ja heidän sisarustensa urheilun yhteydestä. Näissä tutkimuksissa on osoitettu,

että erityinen merkitys sisaruksilla on silloin, kun sisarukset ovat olleet aktiivisia nuoruudessa ja harrastaneet myöhemmällä iällä kilpa- tai huippu-urheilua. (Salasuo 2015.) Myös tutkimus norjalaisista ja yhdysvaltalaisista kilpahihtäjistä osoittaa, että kahdella kolmesta menestyneestä kilpahihtäjistä on urheilevia sisaruksia (Ronbeck & Vikander 2011).

Salasuo (2015) painottaa erityisesti vanhemman sisaruksen olevan merkittävässä asemassa urheilumenestyksen kannalta (Salasuo 2015). Myös Piispa ym. (2013) toteaa suomalaisten huippu-urheilijoiden haastattelututkimuksen pohjalta, että erityinen merkitys on vanhemmilla sisaruksilla. Vanhemmat tai samanikäiset sisarukset ovat vaikuttaneet monen huipulle päässeen urheilijan lapsuudessa urheiluinnostuksen herättäjinä ja harrastuksen aloittamisen motivoijana. Tässä haastattelututkimuksessa 65:stä haastatellusta huippu-urheilijasta 43:lla oli isosisarus. Tämä tarkoittaa, että 66 % haastatelluista huippu-urheilijoista olivat nuorempia sisaruksiinsa verrattuna. (Piispa 2013.) Vanhemmalla sisaruksella on erityinen asema roolimallina. Myös vanhemmalta sisarukselta saadulla työmoraalin esimerkillä on positiivinen vaikutus urheilijan uran kannalta. (Côté 1999.)

Monet menestyneet urheilijat painottavat myös itse sisarustensa merkitystä urheilu-urallaan. Esimerkiksi eräs portugalilainen menestynyt soutaja on korostanut sisarensa merkitystä omalla urheilu-urallaan. Urheilija kertoo, että hän muistaa edelleen ensimmäisen päivän, jolloin sisar vei hänet harjoitukseen. Soutaja painottaa myös tuen ja kannustuksen merkitystä, jota hän sai sisareltaan jokaisena päivänä, kun he menivät yhdessä harjoittelemaan. (Barreiros 2012.) Tämä urheilijan oma kokemus sisaruksen merkityksestä urheilu-uralla kuvaa ytimekkäästi sen, mitä aikaisemmin tässä kappaleessa esitetty tutkimus osoittaa. Sisarusten merkitys yksilöiden urheilu-uralla korostuu erityisesti urheilun harrastamisen alkuvaiheilla sekä tukena myöhemmin urheilijan uralla.

### **2.2.5 Kaverit**

Monet menestyneet urheilijat ovat painottaneet kaverien merkitystä jo varhaisessa vaiheessa urallaan erityisesti motivaation tukijana. Kaverit ovat tavallisesti auttaneet menestyneitä urheilijoita sitoutumaan harjoitteluun ja he ovat parantaneet harjoittelun mielekkyyttä.

(Barrerios 2012.) Kavereilla on merkitystä myös urheiluharrastuksen aloittamisen kannalta. Piispa ym. (2013) toteaa, että kavereilla saattaa olla jopa suurempi merkitys lapsen urheiluharrastuksen aloittamisen kannalta kuin sisaruksilla tai perheellä. Useat huipulle varttuneet urheilijat ovat todenneet, että he ovat aloittaneet urheilun harrastamisen lapsena kavereidensa innostamana. (Piispa 2013.) Kavereiden kanssa on leikitty pihalla, liikuttu yhdessä sekä aloitettu seurassa harrastaminen. Kaverit ovat merkittävä tekijä juuri urheilijan polun lapsuusvaiheessa, sillä heidän merkityksensä vähenee urheilijoiden kasvaessa ja siirryttäessä kohti ammattimaisempaa urheilua. (Salasuo ym. 2015.)

Ronbeck ja Vikander (2011) ovat tutkineet 350 parhaiten menestyneiden norjalaisten ja yhdysvaltalaisien hiihtäjien lapsuuden ystävyysuhteita. Tutkimuksen mukaan 60 % vastanneista kertoo, että heillä on ollut lapsena kavereita harjoituksissa. Kaksi kolmasosaa hiihtäjistä korostaa, että heidän kaverinsa ovat aina hyväksyneet hiihtäjien panostuksen harrastusta kohtaan. Yllättävää on, että tutkimukseen osallistuneiden hiihtäjien kavereista noin kolmasosa ei harrastanut hiihtoa, mutta he kuitenkin arvostivat hiihtäjän harrastusta. Suuri osa tutkimuksen osallistuneista hiihtäjistä kokee ystävien hyväksynnän merkittävänä asiana urheilu-uransa kannalta. (Ronbeck & Vikander 2011.)

## **2.2.6 Valmentaja**

Urheilumenestykseen vaikuttaa merkittävästi liikunnallisen elämäntavan omaksuminen. Keskeisessä asemassa liikunnallisen elämäntavan omaksumisessa on, että lapsen elinympäristö luo liikunnallisuuteen kannustavan ilmapiirin. Liikunnalliselle elämäntavalle luodaan pohja yhdessä perheen, valmennuksen ja muun yhteiskunnan vaikutuksesta. (Hakkarainen ym. 2009.) Valmentajan ja vanhempien on todettu olevan lapsen urheiluharrastuksissa tärkeimmät aikuiset. Lasta kehittävään valmennukseen kuuluu sekä hauskuus, että huolenpito. Parhaassa tapauksessa valmentaja toimii yhteistyössä lapsen perheen kanssa huolehtivana kasvattajana. Erityisesti lapsen kannalta valmentajan ja vanhempien yhteistyö on tärkeää. (Aarresola ym. 2012.)

Urheilumenestyksen taustalla tärkeässä asemassa on urheilevan lapsen ja valmentajan välinen suhde. Hyvän valmennussuhteen on todettu tuottavan menestyksekkäitä tuloksia urheilusuorituksissa. Välittävä suhde urheilevan lapsen ja aikuisen välillä rakentuu kuuntelusta, empaattisesta suhtautumisesta sekä hyväksymisestä. Menestystä ennustavan hyvän valmennussuhteen luomisessa ovat tärkeässä asemassa luottamus, arvostus sekä tuki. (Hämäläinen 2012.)

Valmentajan toiminta voi myös olla jopa urheilumenestystä rajoittava tekijä. Lapsen myöhempi urheilumenestys on epätodennäköistä, mikäli valmennus keskittyy jo varhaisessa vaiheessa vain menestykseen ja eriyettyihin ympäristöihin. Vastaavasti valmentajan luomat motorisia taitoja tukevat harjoitukset edesauttavat myöhempää urheilumenestystä. (Barreiros 2012.) Lapsuuden urheilun harrastamisen monipuolisuus on ollut keskeinen puheenaihe Suomessa jo vuosikymmenten ajan. Urheilun monipuolisuus on kuitenkin monesti väärin ymmärretty käsite. Monipuolisuuden käsite on ymmärretty pääasiassa taidon monipuolisuutena. Seurauksena tästä, lapselle on suositeltu useiden eri lajien harrastamista, vaikka monipuolisuutta voi olla yhtä hyvin vain yhden tai kahden lajin parissa. Lapsuuden liikunnan monipuolisuus koostuu motoristen taitojen ja elinjärjestelmien kehittämisestä. (Hakkarainen ym. 2009.)

Valmentajan rooli korostuu urheilijan uran kannalta erityisesti vasta lapsuuden jälkeen. Lapsuuden urheiluvalmennuksessa on kuitenkin tärkeässä asemassa lapsen fyysisen harjoitettavuuden tukeminen. Tämä tarkoittaa niiden tekijöiden tukemista, jotka mahdollistavat harjoittelun määrällisen lisäämisen myöhemmin lapsuusvaiheen jälkeen. Myös vammojen ja sairastelujen riskien vähäisyys liittyvät hyvään fyysiseen harjoitettavuuteen. (Mononen ym. 2014.)

## **2.3 Psyykkiset ympäristötekijät**

### **2.3.1 Määritelmä**

Psyykkinen ympäristö rakentuu ihmisen havainto ja kokemusympäristöstä. Keskeisessä asemassa psyykkisessä ympäristössä on perusturvallisuus. Psyykkisellä ympäristöllä on myös merkitystä lapsen fyysisen kehityksen kannalta. (Harinen & Karkela 1988.) Lapsuuden psyykkiset ympäristötekijät ovat usein yhteydessä sosiaaliseen ympäristöön. Ne psyykkisen ympäristön tekijät, jotka edistävät lapsen urheilumenestystä nousevat tavallisesti esiin vanhemmilta, valmentajilta sekä kilpatovereilta. (Kalliopuska 1996.)

### **2.3.2 Ympäristön turvallisuus**

Perusturvallisuus on keskeinen osa psyykkistä ympäristöä ja se rakentuu jo lapsuudessa varhaisessa vaiheessa. Perusturvallisuuden kokemuksen on tutkittu vaikuttavan yksilön terveyttä edistävään tai sitä vaarantavaan käyttäytymiseen. (Harinen & Karkela 1988.) Turvallinen ympäristö edesauttaa lapsen vapaata liikkumista yksin ympäristössä. Turvallisessa ympäristössä lapsi voi liikkua vapaammin esimerkiksi ilman aikuisen valvontaa. Tällainen turvallinen ympäristö voidaan yleisesti liittää pienempiin kaupunkeihin kuin suurkaupunkeihin. Pienemmät kaupungit mahdollistavat usein lapsen itsenäisen liikkumisen ja psyykkisen turvallisuuden. Kun lapsella on mahdollisuus pelata ja leikkiä vapaasti ympäristössä, mahdollistuvat myös monipuoliset leikit ja organisoimattomat liikuntamuodot. Näiden lapsuuden turvallisen ympäristön mahdollistamien liikuntamuotojen on tutkittu lisäävän urheilumenestystä myöhemmin. (MacDonald ym. 2009.)

Lasten vapaan ja itsenäisen liikkumisen mahdollistavia tekijöitä tulee korostaa. Lapsen omaehtoisen liikunnan katsotaan olevan yhteydessä urheilun mielekkyyteen. Mielekkyys taas johtaa motivaation säilymiseen urheilua kohtaan sekä ennustaa myöhempään urheilullista menestystä. (Aarresola ym. 2012.)

### 2.3.3 Tuki ja kannustus

Yksi merkittävin huippu-urheilijoiden lapsuusvaihetta yhdistävä tekijä on vanhemmilta saatu henkinen tuki ja kannustus. Tuki ja kannustus nousevat esiin huippu-urheilijoiden haastattelututkimuksessa tärkeäksi yksittäiseksi tekijäksi, joka on riippumaton muusta ympäristöstä. Kodin tuki ja kannustus näkyvät käytännössä perheissä liikunnalliseen elämäntapaan kannustamisena sekä lapsen vapautena itse valita mieluisat lajit, joita harrastaa. Kun vanhemmat antavat lapselle itselleen mahdollisuuden valita mieluisat liikuntalajit, mahdollistavat vanhemmat monipuolisen liikuntataustan muodostumisen. Silloin lapsen omaksi lajiksi valikoituu ajan myötä se laji, josta lapsi eniten pitää. Tässä haastattelututkimuksessa monet huippu-urheilijat toteavat, että mikäli heitä olisi lapsena pakotettu urheilemaan tai painostettu menestymään, he eivät olisi omasta mielestään tällä hetkellä huipulla. Urheilu olisi ollut haastateltavien mielestä liian aikaisin liian vakavaa. (Piispa 2013.) Piispan (2013) laadullinen tutkimus on todella kattava elämäntapa- ja haastattelusta koostuva tutkimus. Yhteensä tutkimukseen osallistui 90 suomalaista urheilijaa. Tutkimukseen valikoidut urheilijat ovat aktiivisia huippu-urheilijoita sekä aikaisessa vaiheessa uransa lopettaneita urheilijoita. Lopettaneiden sekä huipun saavuttaneiden urheilijoiden haastattelujen vertaaminen on hyvin valittu menetelmä tuomaan tietoa huippu-urheilijaksi kehittymisestä. Menetelmä tuo tietoa siitä, mitkä tekijät ovat edesauttaneet urheilumenestystä ja vastaavasti johtaneet aikaiseen harrastamisen lopettamiseen.

Myös Siekanska (2012) on tutkinut tuen ja kannustuksen yhteyttä myöhempään urheilumenestykseen. Tässä tutkimuksessa nousee myös esiin vanhempien merkitys. Lapsen urheilu-uran tukeminen johtaa tutkimuksen mukaan lapsen suurempaan mahdollisuuteen menestyä urheilijana. Tutkimuksessa selviää myös, että vanhempien oma urheilumenestys lisää vanhempien motivaatiota tukea oman lapsensa urheilu-uraa. Niissä perheissä, joissa lapsi on ollut merkittävässä asemassa ja häntä on arvostettu, on lapsella useammin edellytyksiä menestyä kansallisella tasolla. (Siekanska 2012.) Perheen henkinen rooli on siis usein ratkaiseva asia nuoren urheilijan kehittyessä huippu-urheilijaksi. Lähes poikkeuksetta menestyneet urheilijat ovat saaneet perheeltään henkistä tukea ja kannustusta. (Mononen ym. 2014.)

### 2.3.4 Harrastamisen mielekkyys

Lapsuudessa koetun harrastamisen mielekkyuden on todettu olevan tärkeä tekijä myöhemmällä uralla. Monet suomalaiset asiantuntijat korostavat mielekkyuden merkitystä lapsuusvaiheessa. Mikäli lapselle on luotu mahdollisuus harrastaa mielekkäässä ympäristössä, on hänellä selvästi suuremmat edellytykset menestyä urheilussa myöhemmin urallaan. Harrastamisen mielekkyys ja innostus urheiluun syntyvät tavallisesti, kun lapsi kokee autonomiaa, yhteenkuuluvuutta sekä pätevyyden tunteita. Myös motivaatioilmaston tehtäväsuuntautuneisuus on tärkeässä asemassa mielekkyuden kokemuksessa. (Aarresola ym. 2012.) Monet menestyneet huippu-urheilijat ovat korostaneet lapsuuden urheilun ja liikkumisen mielekkyuden merkitystä omalla urallaan (Tast & Finni 2011).

Myöhemmin huippu-urheilijan uran saavuttaneiden urheilijoiden lapsuuden innostus muuttuu intohimoksi urheilua kohtaan. Mikäli lapsuuden elinympäristö mahdollistaa mielekkyuden kokemukset urheiluharrastuksissa, mahdollistuu lapsen innostus ja halu kehittyä. Innostuksen ja kehittymisen halun on todettu olevan tekijä, joka mahdollistaa kehityksen huippu-urheilijaksi. (Mononen ym. 2014.)

Harrastamisen mielekkyys kehittää nuoren urheilijan sisäistä motivaatiota harrastamista kohtaan (Barreiros 2012). Sisäisellä motivaatiolla tarkoitetaan motivaatiota, joka ei perustu ulkoisiin palkkioihin tai pakotteisiin. Sisäisen motivaation omaavalla henkilöllä on oma halu ja innostus harrastamiseen. Tämä näkyy ilona ja myönteisinä kokemuksina harrastuksessa. Sisäinen motivaatio voi myös kannustaa nuorta urheilijaa harjoittelemaan vastoinkäymisistä huolimatta. Mitä suurempi on urheilijan sisäisen motivaation määrä harjoittelua kohtaan, sitä enemmän hän panostaa harjoitteluun ja tekee valintoja, jotka edistävät liikuntaharrastusta. Ympäristö, jossa nuori kokee pätevyyttä, autonomiaa ja yhteenkuuluvuuden tunteita, edistää sisäisen motivaation kehittymistä. Vastaavasti nuoren motivaatio saattaa suuntautua ulkoiseksi, mikäli nuori ei pysty kokemaan autonomiaa, pätevyyttä tai yhteenkuuluvuutta ympäristössään. (Jaakkola ym. 2013.)



Urheiluharrastuksen mielekkyys tulee esiin lapsuudessa esimerkiksi monipuolisten harrastusmahdollisuuksien kautta. Varhainen erikoistuminen tiettyyn lajiin tuo helposti mukanaan terveysriskejä, lihastapasaino-ongelmia, yksipuolista kuormitusta, mielekkyyden hiipumista ja jopa drop-out ilmiötä. Tästä johtuen asiantuntijat suosittelivat monipuolista liikuntaa sekä vapaa-ajalla että seuran mukana. Näin lapsen urheilullinen toiminta on mielekästä. (Hakkarainen ym. 2009.) Myös suomalaisten huippu-urheilijoiden lapsuusvaiheita tutkiessa nousee esiin useiden lajien harrastamisen psyykinen merkitys. Harjoittelu on näin monipuolisempaa ja usein mielekkäämpää. Monen lajin harrastamisella näyttää olevan myös kilapilullisesti positiivinen vaikutus. Kun lapsi harrastaa eri lajeja, tulee hänelle myös kokemuksia erilaisista kilpailuympäristöistä. Näillä kokemuksilla on positiivinen yhteys myöhempään menestyksen urheilu-uralla. (Aarresola ym. 2012.)

### **2.3.5 Ympäristön luomat odotukset ja paineet**

Urheilevaan lapseen kohdistuvat erittäin korkeat ja toisaalta erittäin vähäiset odotukset johtavat tavallisesti lapsen innostuksen hiipumiseen urheilua kohtaan. Vastaavasti kohtalaiset odotukset lapsen urheilumenestyksestä innostavat lasta urheilemaan. (Barreiros 2012.) Lapsen urheilumenestyksen kannalta on tärkeää, että lapsen epäonnistumiset hyväksytään ja hänen onnistumisistaan iloitaan (Kalliopuska 1996). Ympäristön odotusten asettamisessa ovat keskeisessä asemassa lapsen vanhemmat sekä valmentajat (Barreiros 2012). Henriksenin (2010) tutkimus osoittaa, että menestyneiden urheilijoiden vanhemmat ovat usein itse valmiita työskentelemään ahkerasti ja he arvostavat parhaansa yrittämistä (Henriksen 2010).

Barreiros (2012) on saanut haastattelututkimusten pohjalta tuloksia, jotka osoittavat koetun painostuksen olevan yhteydessä urheilumenestykseen. Menestyneet urheilijat kertovat tutkimuksessa, etteivät he ole kokeneet painostusta esimerkiksi vanhempiansa taholta. Usein menestyneiden urheilijoiden vanhemmat ovat arvostaneet lapsensa kehitystä ja antaneet hänelle vastuuta päätöksenteosta. Päinvastoin urheilijat, jotka eivät ole menestyneet aikuisena urheilu-urallaan, ovat tavallisesti kokeneet painostuksen tunteita. Painostus voi kohdistua lapseen eri tahoilta. Urheileva lapsi voi kokea painostuksen tunteita esimerkiksi vanhemmiltaan tai valmentajiltaan. (Barreiros 2012.) Myös Henriksenin (2010) toteaa Carlsonin

(1988) tutkimukseen nojaten, että painostuksella on merkittävä yhteys urheilumenestykseen. Tutkimuksessa verrataan maajoukkueen urheilijoita sekä urheilijoita, jotka eivät ole saavuttaneet maajoukkuepaikkaa. Maajoukkueen urheilijat ovat kokeneet tutkimuksen mukaan usein vähemmän suorituspaineita kuin alemman tason saavuttaneet urheilijat. Tutkimus osoittaa, että erityisesti lapsuuden urheiluharrastuksissa ilmenevät menestyspainet johtavat huonompaan urheilumenestykseen myös aikuisena. (Henriksen 2012; Carlson 1988.)

Vanhemman toiminnasta oman lapsensa valmentajana on löydettävissä negatiivisia seurauksia lapsen urheilu-uralle. Vanhemman toimiminen valmentajana voi helposti johtaa siihen, että lapsen vapaa-aika ja harjoittelu eivät pysy erillään. Vanhemman toimiminen valmentajana luo helposti painostavan ilmapiirin, myös vapaa-aikana. Lapselle saatetaan luoda liikaa odotuksia ja konfliktit kotona ovat yleisiä. Kyseisissä tilanteissa lapsen urheilu-ura voi vaarantua ja ajaa lapsen uupumukseen. Myös valmentajan toiminta voi olla negatiivista lapsen kehityksen kannalta. Valmentaja voi vaikuttaa toiminnallaan paljon lapsen harjoitteluun ja tulevaan urheilumenestykseen aikuisena. Heikommin menestyneet urheilijat ovat kertoneet haastattelututkimuksissa kokeneensa nuorena painostusta valmentajansa taholta. Painostus on ollut esimerkiksi harjoittelemaan painostamista tai painostamista kilpailemaan loukkaantuneena. Valmentajan painostus voi johtaa tavallisesti motivaation laskuun ja vähempään harjoitukseen osallistumiseen. (Barreiros 2012.) Barreiros (2012) on tutkinut urheilijoita monipuolisilla menetelmillä. Hän on valinnut tutkimukseen urheilijoita useasta eri lajista. Tutkimukseen valitut urheilijat ovat lentopallon, jalkapallon, käsipallon, uinnin, judon ja soudun harrastajia.

#### **2.4 Yhteenveto aiemmasta tutkimuksesta**

Lapsuuden elinympäristö voidaan jakaa fyysiseen-, psyykkiseen- sekä sosiaaliseen ympäristöön. Ympäristön eri ulottuvuudet ovat läheisesti yhteydessä toisiinsa ja ne toimivat keskinäisessä vuorovaikutuksessa. Monet aiemmat tutkimukset osoittavat lapsuuden ympäristötekijöiden olevan yhteydessä urheilumenestykseen. Fyysinen ympäristö nousee esiin erityisesti urheilumenestystä ennustavana ympäristönä asuinpaikkaan liittyvien sosiaalisten, struktuuristen, psyykkisten sekä kulttuuristen tekijöiden vaikutuksesta (Rees

2016). Sosiaalisen ympäristön kannalta merkittävässä asemassa ovat urheilijan lapsuusvaiheessa vanhemmat, ystävät sekä sisarukset (Piispa ym. 2013). Näiden lapselle tärkeiden henkilöiden muodostamassa ympäristössä lapsi sosiaalistuu tiettyihin tapoihin ja instituutioihin, esimerkiksi urheilun pariin (Salasuo 2015). Lapsuuden psyykkiset ympäristötekijät ovat tavallisesti yhteydessä lapsen sosiaaliseen ympäristöön (Kalliopuska 1996). Vanhempien tuki- ja kannustus ovat tutkimuksen mukaan yksi tärkeimmistä psyykkisen ympäristön tekijöistä, joilla on yhteys urheilumenestykseen (Piispa 2013). Myös psyykkisen ympäristön mahdollistama urheilun harrastamisen mielekkyys luo pohjan huippu-urheilijaksi kehittymiselle (Aarresola ym. 2012).

Kaikki teoriaosan lähteinä käytetyt aineistot osoittavat yhteyksiä menestyneiden urheilijoiden lapsuuden elinympäristöjen välillä. Nämä tekijät luovat yhdessä lapsuuden elinympäristön mallin, joka ennustaa urheilumenestystä. Jo kauan aikaa on kuitenkin tiedostettu se tosiasia, että huippu-urheilijaksi voi kehittyä eri tavoin (Hakkarainen ym. 2009). Tästä johtuen tutkimuksessa ei oteta kantaa siihen, mikä on yksittäinen paras tapa kehittyä huippu-urheilijaksi. Tutkielmassa keskitytään erittelemään niitä yleisiä tekijöitä, jotka yhdistävät huippu-urheilijoiden lapsuusvaiheita.

Teoriaosan tuloksia analysoidessa on otettava huomioon, että kaikki lähteinä käytetyt materiaalit ovat peräisin kehittyneistä maista. Suurin osa lähteistä on Pohjoismaista tai Yhdysvalloista. Tämän tutkimuksen teoriaosa kertoo siis vain kehittyneiden maiden lapsuuden ympäristötekijöiden yhteydestä urheilumenestykseen, joten tuloksia ei voi soveltaa kaikkia maita koskevaksi totuudeksi. Tämä rajaus on tehty, sillä tutkimusta menestyneiden urheilijoiden lapsuudesta on saatavilla eniten kehittyneistä maista. Kyseinen rajaus myös mahdollistaa aiemman kirjallisuuden vertailun suomalaisten menestyneiden lentopalloilijoiden tutkimuksen kanssa. Aiemmat tutkimukset kuvaavat menestyneiden urheilijoiden lapsuuden elinympäristöjä kattavasti monien eri lajien näkökulmasta. Kuitenkaan aiempaa tutkimusta ei ole juurikaan saatavilla menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden ympäristötekijöistä. Seuraavissa kappaleissa tullaan käsittelemään aiempien tutkimusten tuoman teorian pohjalta lapsuuden ympäristötekijöiden yhteyttä urheilumenestykseen suomalaisten menestyneiden lentopalloilijoiden näkökulmasta.

### **3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS**

#### **3.1 Tutkimuksen tarkoitus**

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, millaisissa elinympäristöissä suomalaiset menestyneet lentopalloilijat ovat eläneet lapsuutensa. Tässä tutkimuksessa lapsuus on määritetty kestämään 13 –vuotiaaksi. Lapsuuden elinympäristöstä tutkitaan sen fyysisiä-, sosiaalisia- sekä psyykkisiä ympäristötekijöitä. Fyysisistä ympäristötekijöistä tutkitaan syntymääjankohtaa, lapsuuden liikuntatapoja, lapsuuden asuinpaikkaa sekä asuinpaikan liikuntamahdollisuuksia. Sosiaalisesta ympäristöstä tutkitaan vanhempia, perheen sosioekonomista asemaa, sisaruksia, kavereita sekä valmentajia. Psyykkisestä ympäristöstä tutkitaan harrastamisen mielekkyyttä, koettua tukea ja kannustusta sekä ympäristön luomia odotuksia ja paineita. Näiden eri näkökulmien avulla on tarkoituksena luoda malli, joka kuvaa suomalaisten menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuutta. Tutkimuksen tuloksia verrataan urheilumenestyksen mukaan. Tässä tutkimuksessa urheilumenestys on jaettu niin, että aikuisten maajoukkueessa pelanneita lentopalloilijoita verrataan vain Mestaruusliigassa pelanneisiin lentopalloilijoihin. Tutkimuksen tuloksia verrataan myös miesten ja naisten välillä.

#### **3.2 Tutkimuskysymykset**

1. Mitkä ovat ne lapsuuden ympäristötekijät, jotka ovat yhteydessä urheilumenestykseen?
  - 1.1 Millaisia ovat menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden fyysiset ympäristötekijät?
  - 1.2 Millaisia ovat menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden sosiaaliset ympäristötekijät?
  - 1.3 Millaisia ovat menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden psyykkiset ympäristötekijät?

2. Miten lapsuuden ympäristötekijät eroavat Mestaruusliigassa ja aikuisten maajoukkueessa pelanneiden urheilijoiden välillä?

3. Miten lapsuuden ympäristötekijät eroavat sukupuolten välillä?

### **3.3 Tutkimusaineisto ja menetelmät**

#### **3.3.1 Tutkimuksen kohdejoukko**

Tutkimuksen kohdejoukko koostuu suomalaisista menestyneistä lentopalloilijoista. Kyseiset urheilijat ovat pelanneet Mestaruusliigassa tai Suomen aikuisten maajoukkueissa. Osa lentopalloilijoista on pelannut myös ammattilaisena ulkomailla. Tutkimukseen on osallistunut yhteensä 72 lentopalloilijaa, joista naisia on 40 (56 %) ja miehiä 32 (44 %). Tutkimuksen lentopalloilijoista 71 (99 %) on pelannut Mestaruusliigassa, 31 (43 %) on edustanut Suomen aikuisten maajoukkueessa ja 16 (22 %) urheilijaa on pelannut ammattilaisena ulkomailla. Suurin osa lentopalloilijoista on siis pelannut monissa eri sarjoissa. Tässä tutkimuksessa tullaan vertaamaan vain Mestaruusliigassa pelanneita urheilijoita aikuisten maajoukkueessa pelanneisiin urheilijoihin. Vain Mestaruusliigassa pelanneita urheilijoita on siis 41 (57 %) ja suomen aikuisten maajoukkueessa pelanneita urheilijoita 31 (43 %). Tutkimuksen kohdejoukolla on keskimäärin 160 pelattua ottelua Mestaruusliigassa, 53 pelattua ottelua Suomen aikuisten maajoukkueessa ja 85 ottelua ammattilaisena ulkomaalaisissa seuroissa. Urheilijat ovat syntyneet vuosien 1980 ja 2000 välillä eli tutkimushetkellä urheilijat ovat olleet 17-38 –vuotiaita. Tutkimuksen kohdejoukon keskiarvo on 22 vuotta.

Tutkimukseen osallistui kokonaisuudessaan 72 lentopalloilijaa, mutta kaikki urheilijat eivät ole vastanneet kyselylomakkeen jokaiseen kysymykseen. Kyselylomakkeen täyttämiseen ei vaadittu vastauksia kaikkiin kysymyksiin, vaan lomakkeen pystyi lähettämään, vaikka osa kysymyksistä jäit täyttämättä. Tästä johtuen eri kysymysten kohdilla voi vastausten kokonaismäärä (n) vaihdella.

### 3.3.2 Aineiston hankinta

Tutkimusaineiston hankinta on aloitettu syksyllä 2017 tutkimuksen sopivan kyselylomakkeen luonnilla. Kyselylomake on luotu tämän tutkimuksen teorian pohjalta. Lomakkeen suunnittelussa on käytetty apuna myös Puustisen ja Vikstenin (2016) sekä Turpeisen (2012) pro gradu –tutkimusten kyselylomakkeita. Turpeinen tutki pro gradu -tutkimuksessaan nuorten suomalaisten urheilijoiden tausta- ja ympäristötekijöitä (Turpeinen 2012). Puustinen ja Viksten tutki puolestaan vuonna 2016 suomalaisten jalkapalloilijoiden urapolkuja ja motivaatiotekijöitä (Puustinen & Viksten 2016). Kyselylomake luotiin Webropol 3.0 –ohjelmalla. Tämä tapa on valittu, sillä ohjelman kautta tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden oli helppo vastata kyselyyn. Ohjelman kautta kyselylomaketta oli vaivatonta lähettää ympäri Suomen sekä myös ulkomaille ammattilaisena pelaaville urheilijoille.

Kun kyselylomake valmistui, testattiin sen toimivuutta muutamilla testivastauksilla. Kaksi urheilijaa täytti kyselyn. Näiden testivastausten avulla oli mahdollista selvittää, oliko kyselyssä epäselviä kohtia. Testivastaajien antamien palautteiden jälkeen kyselyyn tehtiin viimeiset muokkaukset. Testivastauksissa huomattiin, että isot kysymykset eivät auenneet, mikäli vastaaja täytti kyselyn kännykällä. Tästä johtuen isoja kysymyksiä muokattiin pienemmiksi ja kyselyyn oli tämän jälkeen mahdollista vasta kännykällä, tabletilla tai tietokoneella. Testivastausten tekeminen mahdollisti myös mittaamaan ajan, kuinka kauan kyselylomakkeen täyttämiseen menee. Kyselylomakkeen täyttämiseen kului vastaajalta noin 10-15 minuuttia. Tämä aika kirjattiin kyselylomakkeen saatetekstiin, jotta tutkimukseen osallistuvat urheilijat osasivat varata riittävän ajan kyselyyn vastaamiseen. Viimeisten muokkauksien jälkeen kyselylomake valmistui lähetettäväksi.

Aineiston kerääminen aloitettiin 2017 joulukuussa. Tarkoituksena oli saada tutkimukseen osallistumaan mahdollisimman paljon lentopalloilijoita ympäri Suomen. Tavoitteena oli myös kerätä vastauksia tasaisesti sekä miehiltä että naisilta. Tutkimukseen pyrittiin saamaan eri tasoisia osallistujia, jotka ovat pelanneet Mestaruusliigassa tai aikuisten maajoukkueessa. Kysely tutkimukseen osallistumisesta lähetettiin Mestaruusliigan joukkueiden organisaatioihin tai suoraan pelaajille. Pelaajille välitettiin linkki, jonka kautta vastaaminen

nettikyselyyn onnistui. Aineiston kerääminen lopetettiin tammikuun lopussa 2018. Yhteensä aineiston keräämiseen käytettiin kaksi kuukautta aikaa.

Tutkimusaineisto on kerätty kvantitatiivisen tutkimusmenetelmän mukaan. Kyselytutkimus koostuu 44 kysymyksestä. Lomakkeen kysymykset ovat pääasiassa strukturoituja. Näiden lisäksi on käytetty muutamia avoimia kysymyksiä. Kyselylomakkeen alussa on vastaajien perustietoja koskevat kysymykset. Perustiedoissa on kysytty esimerkiksi vastaajien sukupuolta, ikää ja urheilumenestystä. Perustietoja käsitteleviä kysymyksiä ovat lomakkeen 1-4 kysymykset. Tämän jälkeen kyselylomake on rakennettu niin, että kysymykset on jaettu kolmeen eri teemaan. Nämä ovat fyysiset-, sosiaaliset- ja psyykkiset lapsuuden ympäristötekijät. Fyysisiä ympäristötekijöitä käsitteleviä kysymyksiä ovat lomakkeen kysymykset 5-15. Nämä kysymykset käsittelevät esimerkiksi lapsuuden asuinpaikkaa, syntymäajankohtaa ja lapsuuden liikunta-aktiivisuutta. Sosiaalista ympäristöä käsittelevät kysymykset ovat lomakkeen kysymykset 16-32. Nämä kysymykset käsittelevät esimerkiksi vanhempia, sisarusia ja kavereita. Psyykkistä ympäristöä koskevat kysymykset ovat kysymykset 33-43. Nämä kysymykset käsittelevät puolestaan koettua tukea ja kannustusta sekä menestyspaineita ja odotuksia. Lomakkeen lopussa, viimeisenä kysymyksenä on avoin kysymys. Tähän kysymykseen vastaajilla oli mahdollisuus kertoa, mikäli mieleen jäi jokin aihe tai kysymys, jota ei kysytty varsinaisessa kyselylomakkeessa. Kokonaisuudessaan kyselylomake on nähtävissä tämän tutkimuksen lopussa liitteenä (LIITE 2).

### **3.3.3 Aineiston analysointi**

Tutkimuksen aineiston analysointiin on käytetty IBM SPSS Statistics 24 -ohjelmaa. Tilastollisessa analysoinnissa on käytetty keskihajontoja, keskiarvoja, prosenttijakaumia sekä minimi- ja maksimiarvoja. Tutkimuksessa tuloksia on verrattu sukupuolen sekä urheilumenestyksen välillä. Näitä eri ryhmien välisiä vertailuja on toteutettu riippumattomien otosten t -testillä, ristiintaulukoinnilla ja khiin neliötestillä sekä varianssianalyysillä. Tässä tutkimuksessa on käytetty tilastollisen merkittävyyden rajana arvoa  $p = 0.05$ . Eri ryhmien välisissä vertailuissa on tutkittu, eroavatko ryhmät toisistaan tilastollisesti merkitsevästi. Kun

tutkimuksessa kerrotaan tuloksen olevan tilastollisesti merkitsevä, on p –arvo pienempi kuin 0.05.

Tutkimuksen lopussa olevalla avoimella kysymyksellä kerättyjä vastauksia analysoitiin laadullisen tutkimuksen keinoin. Vastauksia analysoitiin sisällön erittelyn menetelmin. Vastauksista kerättiin tutkimuksen kannalta keskeiset teemat ja näiden teemojen sisältöä kuvattiin sanallisesti.

### **3.3.4 Tutkimuksen luotettavuus**

Tutkimuksen luotettavuutta mittaa reliabiliteetti ja validiteetti. Reliabiliteetti kuvaa tulosten tarkkuutta ja toistettavuutta. Reliabiliteetti mittaa myös tulosten sattumanvaraisuutta. Tulokset eivät saisi olla sattumanvaraisia, vaan eri tutkijoiden tulisi saada sama tulos samaa mittaria käyttäessä. Validiteetti kuvaa puolestaan mittarin pätevyyttä. Validiteetti kertoo, mittaako tutkimus sitä, mitä on tarkoitus selvittää. (Heikkilä. 2014.)

Tutkimuksen luotettavuutta lisää se, että tutkimusjoukko on melko heterogeeninen. Tutkimukseen on saatu mukaan lentopalloilijoita laajasti ympäri Suomen. Myös naisten ja miesten osallistuminen tutkimukseen on ollut tasaista. Tutkittavat lentopalloilijat ovat pelanneet eri sarjoissa. Tutkimukseen on osallistunut lentopalloilijoita, jotka pelaavat Mestaruusliigassa, ammattilaisena ulkomailla tai aikuisten maajoukkueessa. Tutkimuksen luotettavuutta olisi voinut vielä lisätä ottamalla tutkimukseen mukaan lentopalloilijoita Suomen alemmilta sarjatasoilta. Näin tutkimusjoukko olisi ollut entistä laajempi. Toisaalta aineisto rajattiin tässä tutkimuksessa vain menestyneisiin lentopalloilijoihin, mutta alempien sarjatasojen pelaajien vertaaminen menestyneempiin lentopalloilijoihin voisi olla hyvä aihe jatkotutkimukselle.

Tämän tutkimuksen kyselylomakkeen luonnissa on käytetty apuna Puustisen ja Vikstenin (2016) sekä Turpeisen (2012) pro gradu –tutkimuksia. Kyseisissä tutkimuksissa kyselylomakkeiden on arvioitu mittaavan hyvin oleellisia asioita. Tästä johtuen aiempia tutkimuksia käytettiin apuna tässä tutkimuksessa. Tutkimuksen lopullisen kyselylomakkeen



luotettavuutta ei ole varsinaisesti testattu. Tämä tutkimus kuitenkin vastaa hyvin tutkimustyön alussa laadittuihin tutkimuskysymyksiin. Tutkimuksen avulla on löydetty ne tilastollisesti merkitsevät ympäristötekijät, jotka ovat yhteydessä urheilumenestykseen. Tulosten vertailu sukupuolen ja urheilumenestyksen tason mukaan onnistui jokaisella ympäristön alueella. Tutkimus siis mittaa olennaisia asioita, joten tutkimuksen validiteetin voidaan olettaa olevan hyvä.

Tutkimuksen luotettavuuteen liittyy keskeisesti myös tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden määrä. Tähän tutkimukseen osallistui 72 lentopalloilijaa. Tämä määrä on vielä hieman pieni kvantitatiivisessa tutkimuksessa. Mikäli tutkittavia henkilöitä olisi saatu mukaan enemmän, olisivat tutkimuksen tulokset entistä luotettavampia. Osallistujamäärän rajallisuus näkyy tässä tutkimuksessa siinä, että muutamissa Khiin neliötesteissä ehtojen täytyminen oli tapausten osalta vain tyydyttävää. Mikäli tutkimukseen olisi saatu enemmän osallistujia, olisi ehdot ja tilastollinen vahvuus todennäköisesti parantuneet. Suuremmalla osallistujamäärällä myös tilastollisesti merkitseviä tuloksia olisi voinut ilmentyä enemmän.

Menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuutta on tutkittava retrospektiivisestä näkökulmasta. Tämä tarkoittaa sitä, että lentopalloilijoiden lapsuutta tutkittaessa on siirryttävä ajassa taaksepäin. Luotettavuuteen voi vaikuttaa erityisesti se, muistavatko haastateltavat aikuiset huippu-urheilijat lapsuudessa tapahtuneet asiat todenmukaisesti. Mahdolliset virheelliset lapsuuden muistot voivat vääristää tutkimuksen tuloksia. Tämä asia tiedostettiin kuitenkin jo kyselylomaketta tehdessä. Tästä johtuen kysymykset pyrittiin muotoilemaan niin, että tutkittavat asiat olisivat mahdollisimman helposti muisteltavissa.

## 4 TUTKIMUSTULOKSET

### 4.1 Fyysiset ympäristötekijät

#### 4.1.1 Asuinpaikka

Lapsuuden asuinpaikat on jaettu tässä tutkimuksessa Tilastokeskuksen luokituksen mukaan. Kunnat on jaettu kolmeen eri luokkaan: kaupunkimaiset kunnat, taajaan asutut kunnat sekä maaseutumaiset kunnat. Luokitus perustuu Suomen kuntien kaupunkimaisuuden kuvaukseen. Kunnat jaetaan kyseisiin luokkiin taajamaväestön osuuden sekä suurimman taajaman asukasluvun perusteella. Tätä kuntien jakoa on käytetty jo vuodesta 1989, mutta luokitus päivitetään vuosittain. Tässä tutkimuksessa käytetty luokitus on vuodelta 2018. (Tilastokeskus 2018.)

Tulokset osoittavat, että suurin osa tutkimukseen osallistuneista lentopalloilijoista asui lapsuudessaan kaupunkimaisessa kunnassa. Vastaajista 30 (42 %) asui kaupunkimaisessa kunnassa, 24 (34 %) taajaan asutussa kunnassa ja 17 (24 %) maaseutumaisessa kunnassa. Kun verrataan miehiä ja naisia huomataan, että sukupuolella ei ole juurikaan vaikutusta tähän tulokseen. Verrattaessa aikuisten maajoukkueessa pelanneita lentopalloilijoita Mestaruusliigassa pelanneisiin lentopalloilijoihin huomataan, että kummassakin ryhmässä suurin osa urheilijoista asui lapsena kaupunkimaisessa kunnassa. Suurin ero näiden ryhmien välillä on siinä, että aikuisten maajoukkueessa pelanneista lentopalloilijoista vain 5 (16 %) asui lapsuutensa maaseutumaisessa kunnassa, kun Mestaruusliigassa pelanneista lentopalloilijoista näitä on 12 (30 %). Mikään ryhmien välinen ero ei ole tilastollisesti merkitsevä. (Taulukko 1)

TAULUKKO 1. Lentopalloilijoiden lapsuuden asuinpaikat urheilumenestyksen mukaan.

	Mestaruusliiga (N 40)	Aikuisten maajoukkue (N 31)
Kaupunkimaiset kunnat	16 (40,0 %)	14 (45,2 %)
Taajaan asutut kunnat	12 (30,0 %)	12 (38,7 %)
Maaseutumaiset kunnat	12 (30,0 %)	5 (16,1 %)

$\chi^2=1,9$   $df=2$   $p=0,386$

#### 4.1.2 Liikuntamahdollisuudet ja tavat

Tutkimukseen osallistuneiden urheilijoiden lapsuudessa oli keskimäärin hyvät liikuntamahdollisuudet. 51 (71 %) urheilijaa kertoi, että lapsuuden asuinpaikassa oli hyvät tai erittäin hyvät liikuntamahdollisuudet. Verrattaessa tätä tulosta urheilumenestyksen tai sukupuolen välillä huomataan, että vertailut eivät tuo suuria eroja ryhmien välille. Tutkimukseen osallistuneet urheilijat ovat todella yksimielisiä siitä, että heidän lapsuuden asuinpaikassaan oli hyvät liikuntamahdollisuudet.

Tulokset osoittavat, että menestyneiden lentopalloilijoiden ensimmäinen lentopalloseura oli usein samalla paikkakunnalla, kun lentopalloilijan lapsuuden asuinpaikka. 63 (88 %) lentopalloilijaa kertoi, että ensimmäinen lentopalloseura oli lapsuuden asuinpaikkakunnan kanssa samassa kunnassa. Vastaavasti vain 9 (13 %) lentopalloilijaa kertoi, että ensimmäinen lentopalloseura oli eri paikkakunnalla kuin lapsuuden asuinpaikka. Verrattaessa paikkakuntia, joissa lentopalloilijoiden ensimmäiset lentopalloseurat toimivat huomataan, että suurin osa näistä seuroista toimi kaupunkimaisissa kunnissa. Vastaavasti maaseutumaisissa kunnissa on ollut vähiten lentopalloilijoiden kasvattajaseuroja. Urheilumenestyksen mukaan verrattaessa huomataan, että aikuisten maajoukkueessa pelanneiden lentopalloilijoiden ensimmäinen lentopalloseura oli vain Mestaruusliigassa pelanneita lentopalloilijoita useammin kaupunkimaisissa kunnissa. Tämä tulos ei osoittautunut tilastollisesti merkitseväksi. Huomioitavaa kuitenkin on, että maajoukkueessa pelanneista urheilijoista vain 3 (10 %) kertoi ensimmäisen lentopallojoukkueen olleen maaseutumaisessa kunnassa. (Taulukko 2)

TAULUKKO 2. Lentopalloilijoiden ensimmäisen lentopallojoukkueen sijainti urheilumenestyksen mukaan.

	Mestaruusliiga (n= 41)	Aikuisten maajoukkue (n= 31)
Kaupunkimaiset kunnat	17 (43,6 %)	16 (51,6 %)
Taajaan asutut kunnat	12 (30,8 %)	12 (38,7 %)
Maaseutumaiset kunnat	10 (25,6 %)	3 (9,7 %)

$\chi^2=2,9$  df=2 p=0.232

Ennen alakouluikää organisoimatonta liikuntaa oli tutkimukseen osallistuneilla urheilijoilla keskimäärin 79 % ja alakouluikäisenä 54 % kaikesta harrastetusta liikunnasta. Vain Mestaruusliigassa pelanneet lentopalloilijat ovat harrastaneet organisoimatonta liikuntaa ennen alakouluikää hieman enemmän kuin aikuisten maajoukkueessa pelanneet urheilijat. Alakouluikäisenä vain Mestaruusliigassa pelanneet urheilijat ja aikuisten maajoukkueessa pelanneet urheilijat ovat harrastaneet organisoimatonta liikuntaa lähes saman verran. Nämä erot ryhmien välillä eivät osoittautuneet tilastollisesti merkitseviksi. (Taulukko 3)

TAULUKKO 3. Organisoimattoman liikunnan määrä urheilumenestyksen mukaan.

	Mestaruusliiga		Aikuisten maajoukkue		T-arvo	P-arvo
	ka	kh	ka	kh		
Ennen alakoulua	82,2 %	20,00	74,3 %	21,84	-1,533	0,130
Alakouluikäisenä	53,1 %	15,27	56,1 %	14,70	0,810	0,421

Naiset ovat harrastaneet hieman miehiä enemmän organisoimatonta liikuntaa ennen alakouluikää. Tarkasteltaessa organisoimattoman liikunnan määrää alakouluikäisenä huomataan, että miehet ovat harrastaneet enemmän organisoimatonta liikuntaa kuin naiset. Tuloksista ei kuitenkaan löydy tilastollista merkitsevyyttä. (Taulukko 4)

TAULUKKO 4. Organisoimattoman liikunnan määrä sukupuolen mukaan.

	Mies		Nainen		T-arvo	P-arvo
	ka	kh	ka	kh		
Ennen alakoulua	77,5 %	24,00	79,9 %	18,36	-0,463	0,645
Alakouluikäisenä	56,4 %	18,75	52,7 %	10,90	0,983	0,331

Lentopalloilijat ovat harrastaneet liikuntaa ohjatusti ennen alakouluikää keskimäärin kerran viikossa ja alakouluikäisenä neljä kertaa viikossa. Vain Mestaruusliigassa pelanneet urheilijat ovat harrastaneet liikuntaa ohjatusti ennen alakouluikää keskimäärin kerran viikossa ja alakouluikäisenä neljä kertaa viikossa. Vastaavasti aikuisten maajoukkueessa pelanneet urheilijat ovat harrastaneet liikuntaa ohjatusti ennen alakouluikää kaksi kertaa viikossa ja alakouluikäisenä neljä kertaa viikossa. Nämä erot ryhmien välillä eivät osoittautuneet tilastollisesti merkitseviksi.

Kun katsotaan liikunnan kokonaismäärää, tutkimukseen osallistuneet lentopalloilijat ovat harrastaneet suhteessa enemmän liikuntaa kuin ikätoverinsa. 66 (92 %) lentopalloilijoista arvioi, että he ovat harrastaneet lapsuudessaan enemmän urheilua kuin ikätoverinsa. Vastaavasti lentopalloilijoita, jotka kertoivat harrastaneensa saman verran tai vähemmän urheilua kuin ikätoverinsa, on tässä tutkimuksessa vain 6 (8 %). Sukupuolen ja urheilumenestyksen vertailuissa ei ole tässä kysymyksessä merkittävää eroa.

Tutkimukseen osallistuneet lentopalloilijat ovat harrastaneet lapsuudessaan keskimäärin neljää lajia. Tulokset osoittavat, että miesten ja naisten välillä on tilastollisesti merkitsevä ero siinä, kuinka monta urheilulajia he ovat lapsuudessaan harrastaneet. Miehet ovat harrastaneet lapsuudessaan keskimäärin neljää- ja naiset kolmea eri urheilulajia. Vertailu vain Mestaruusliigassa ja aikuisten maajoukkueessa pelanneiden lentopalloilijoiden välillä ei osoita eroja lapsuuden urheiluharrastusten määrissä. Lentopallon harrastaminen seurassa on aloitettu keskimäärin 8 –vuotiaana. Aikuisten maajoukkueessa pelanneet lentopalloilijat aloittivat lentopallon harrastamisen seurassa keskimäärin 7 –vuotiaana ja Mestaruusliigassa pelanneet urheilijat aloittivat lentopallon harrastamisen keskimäärin 8 –vuotiaana. Tulos on

lähellä tilastollisesti merkitsevää, mutta ei kuitenkaan osoittautunut merkitseväksi. Sukupuolen mukaan verrattuna ei löydy eroja lentopallon harrastamisen aloitusiässä. Sekä naiset että miehet ovat aloittaneet lentopallon harrastamisen seurassa keskimäärin 8 – vuotiaana. Pääalajiksi lentopallo valikoitui tutkimukseen osallistuneilla urheilijoilla keskimäärin 13 –vuotiaana. Verrattaessa pääalajin valitsemisen ikää huomataan, että sukupuolten välillä on tilastollisesti merkitsevä ero. Naiset ovat valinneet lentopallon pääalajikseen selvästi miehiä aikaisemmin. Lentopallo valikoitui naisten pääalajiksi keskimäärin 12 –vuotiaana. Vastaavasti miehillä lentopallo valikoitui pääalajiksi keskimäärin vasta 14 – vuotiaana. (Taulukko 5)

TAULUKKO 5. Lentopalloilijoiden lapsuuden urheiluharrastusten määrä, lentopallon harrastamisen aloitus seurassa sekä lentopallon valikoituminen pääalajiksi sukupuolen mukaan.

	Mies		Nainen		T-arvo	P-arvo
	ka	kh	ka	kh		
Urheiluharrastusten määrä	4,22	1,98	3,34	1,56	2,114	0,038
Lentopallon aloitus seurassa	8,06	3,01	7,80	2,53	0,401	0,689
Lentopallo valittu pääalajiksi	14,06	1,84	12,24	2,36	3,528	0,001

#### 4.1.3 Syntymäajankohta

Urheilijoiden syntymäajankohdat on luokiteltu neljään eri luokkaan syntymäkuukauden mukaan. Luokassa 1 ovat tammi-maaliskuussa syntyneet urheilijat, luokassa 2 huhtikesäkuussa syntyneet urheilijat, luokassa 3 heinä-syyskuussa syntyneet urheilijat ja luokassa 4 loka-joulukuussa syntyneet urheilijat.

Tarkasteltaessa lentopalloilijoiden syntymäajankohtia huomataan, että suurin osa urheilijoista on syntynyt vuoden toisen neljänneksen aikana. Vastaavasti pienin osa urheilijoista on syntynyt vuoden viimeisen neljänneksen aikana. Vuoden ensimmäisellä neljänneksen aikana on syntynyt 18 (25 %) urheilijaa, toisen neljänneksen aikana on syntynyt 24 (33 %) urheilijaa,

kolmannen neljänneksen aikana on syntynyt 21 (13 %) urheilijaa ja vuoden viimeisenä neljänneksenä 9 (13 %) urheilijaa. Sukupuolten välinen vertailu ei tuo juurikaan eroja tähän tulokseen. Verrattaessa aikuisten maajoukkueessa pelanneita lentopalloilijoita vain Mestaruusliigassa pelanneisiin lentopalloilijoihin huomataan pieniä eroja syntymäkuukausien välillä. Aikuisten maajoukkueessa pelanneista lentopalloilijoista suurin osa on syntynyt kolmantena vuosineljänneksenä heinä-syyskuussa. Vastaavasti vain Mestaruusliigassa pelanneista lentopalloilijoista suurin osa on syntynyt toisena vuosineljänneksenä huhti-kesäkuussa. Nämä tulokset eivät kuitenkaan ole tilastollisesti merkitseviä. (Taulukko 6)

TAULUKKO 6. Lentopalloilijoiden syntymäkuukaudet urheilumenestyksen mukaan.

	Mestaruusliiga (n= 41)	Aikuisten maajoukkue (n= 31)
1. Tammi-maaliskuu	12 (29,3 %)	6 (19,4 %)
2. Huhti-kesäkuu	16 (39,0 %)	8 (25,8 %)
3. Heinä-syyskuu	8 (19,5 %)	13 (41,9 %)
4. Loka-joulukuu	5 (12,2 %)	4 (12,9 %)

$\chi^2=4,7$  df=3 p=0.198

## 4.2 Sosiaaliset ympäristötekijät

### 4.2.1 Vanhemmat

Tulokset osoittavat, että menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden perheissä urheilu on ollut tärkeä arvo. 57 (79 %) lentopalloilijaa kertoi, että heidän perheessään urheilu on ollut tärkeä tai erittäin tärkeä arvo. Tulokset osoittavat, että aikuisten maajoukkueessa pelanneet lentopalloilijat kokevat lapsuuden perheessään urheilun olleen useammin tärkeämpi arvo, kun vain Mestaruusliigassa pelanneet urheilijat. Tämä tulos on lähellä tilastollisesti merkitsevää, mutta ei kuitenkaan osoittautunut merkitseväksi (p= 0,077). Sukupuolten välillä verrattuna ei löydy tässä kysymyksessä suuria eroja.

Menestyneiden lentopalloilijoiden vanhemmat ovat olleet lähes poikkeuksetta läsnä koko urheilijan lapsuuden. 68 (94 %) urheilijaa kertoi, että heidän vanhempansa olivat läsnä urheilijan lapsuudessa. Tutkimukseen osallistuneiden urheilijoiden lapsuudessa myös vanhempien eroaminen on ollut harvinaista. 67 (93 %) urheilijaa kertoi, että heidän vanhempansa eivät ole eronneet urheilijan lapsuudessa. Nämä tulokset eivät eroa, kun verrataan tuloksia sukupuolen tai urheilumenestyksen mukaan.

Tarkasteltaessa vanhempien osallistumista lentopalloilijan lapsuuden harrastuksiin huomataan, että vanhemmat osallistuivat urheilutoimintaan erittäin paljon. 53 (73 %) lentopalloilijaa kertoi, että vanhemmat osallistuivat lapsuuden harrastuksiin erittäin paljon. Nämä tulokset eivät juurikaan eroa, kun niitä verrataan sukupuolen tai urheilumenestyksen kannalta. Myös vanhempien rahallinen tukeminen on ollut merkittävää. 57 (79 %) lentopalloilijaa kertoi, että vanhemmat tukivat lapsuuden harrastamista myös rahallisesti erittäin paljon. Kun puhutaan lapsuuden urheiluharrastuksen rahallisesta tukemisesta, yksikään vastaaja ei vastannut, että vanhemmat olisivat tukeneet urheiluharrastusta rahallisesti vähän tai erittäin vähän. Tulokset osoittavat, että naiset arvioivat vanhempien rahallisen tukemisen tilastollisesti merkitsevästi isommaksi kuin miehet. (Taulukko 7) Urheilumenestyksen välillä ei ole suuria eroja vanhempien rahallisessa tukemisessä.

TAULUKKO 7. Lentopalloilijoiden vanhempien osallistuminen lapsen urheiluharrastuksen tukemiseen rahallisesti sukupuolen mukaan.

	Mies (n= 32)	Nainen (n= 40)
Vanhemmat tukeneet melko paljon	1 (3,1 %)	1 (1,4 %)
Vanhemmat tukeneet paljon	10 (31,3 %)	3 (7,5 %)
Vanhemmat tukeneet erittäin paljon	21 (65,6 %)	36 (90,0 %)

$\chi^2=6,9$   $df=2$   $p=0.032$

Suurin osa tutkimuksen lentopalloilijoista kertoi, että heidän perheessään on toteutettu säännöllistä arkirytmää. 58 (81 %) urheilijaa arvioi, että lapsuuden perheen arkirytmä oli säännöllistä tai erittäin säännöllistä. Naiset kertoivat hieman miehiä useammin, että heidän



lapsuuden perheessään toteutettiin säännöllistä arkirytmää erittäin paljon. Vastaavasti yksikään nainen ei vastannut, että lapsuuden perheessä ei noudatettu säännöllistä arkirytmää. Nämä tulokset ovat lähellä tilastollisesti merkitsevää, mutta eivät kuitenkaan osoittautuneet merkitseviksi. (Taulukko 8)

TAULUKKO 8. Lentopalloilijoiden lapsuuden arkirytmän säännöllisyys sukupuolen mukaan.

	Mies (n= 32)	Nainen (n= 40)
Vähän säännöllinen arkirytmä	4 (12,5 %)	0 (0,0 %)
Säännöllinen arkirytmä	4 (12,5 %)	6 (15,0 %)
Erittäin säännöllinen arkirytmä	24 (75,0 %)	34 (85,0 %)

$\chi^2=5,3$  df=2 p= 0.071

65 (90 %) tutkimukseen osallistuneista urheilijoista kertoi, että vanhemmilla on ollut merkitystä lentopallon harrastamisen aloittamisessa. Sukupuolesta riippumatta tutkimukseen osallistuneet urheilijat kokivat vanhempien olleen merkittävä tekijä harrastamisen aloittamisessa. Verrattaessa vanhempien merkitystä urheilumenestyksen mukaan huomataan, että aikuisten maajoukkueessa pelanneet lentopalloilijat kokivat vanhempien olleen tärkeä tekijä lentopalloharrastuksen aloittamisessa hieman useammin kuin vain Mestaruusliigassa pelanneet lentopalloilijat. Jopa 30 (97 %) aikuisten maajoukkueessa pelanneista lentopalloilijoista ja 35 (85 %) vain Mestaruusliigassa pelanneista lentopalloilijoista kokivat vanhempien vaikuttaneen lentopallon harrastamisen aloittamiseen.

Tarkasteltaessa lentopalloilijoiden vanhempien urheilutaustaa voidaan todeta, että suurin osa vanhemmista on harrastanut urheilua. Lentopalloilijoiden äideistä 44 (61 %) on harrastanut urheilua. Verrattaessa tätä tulosta sukupuolten mukaan huomataan, että naisten äidit ovat harrastaneet miesten äitejä hieman useammin urheilua. Tulos ei kuitenkaan ole tilastollisesti merkitsevä. Urheilumenestyksen mukaan verrattuna ei löydy eroja tässä tuloksessa. Lentopalloa urheilijoiden äideistä on harrastanut 25 (35 %) ja muuta urheilua kuin lentopalloa

äideistä on harrastanut 29 (40 %). Sukupuolen ja urheilumenestyksen mukainen vertailu ei tuo suuria eroja ryhmien välille näissä tuloksissa. (Taulukko 9)

Lentopalloilijoiden isistä 63 (88 %) on harrastanut urheilua. Miesten isät ovat harrastaneet hieman naisten isiä useammin urheilua. Vastaavasti aikuisten maajoukkueessa pelanneiden lentopalloilijoiden isät ovat harrastaneet useammin urheilua kuin vain Mestaruusliigassa pelanneiden urheilijoiden isät. Erot näissä tuloksissa ovat pieniä ja tästä johtuen tulokset eivät ole tilastollisesti merkitseviä. Lentopalloa isistä on harrastanut 41 (57 %). Urheilumenestyksen mukainen vertailu ei tuo suuria eroja tähän tulokseen. Vastaavasti sukupuolten välisessä vertailussa huomataan, että erot sukupuolten välillä ovat tilastollisesti merkitseviä. Miesten isät ovat harrastaneet huomattavasti naisten isiä useammin lentopalloa. Muuta urheilua kuin lentopalloa urheilijoiden isistä on harrastanut 31 (43 %). Tämän tuloksen vertailu sukupuolen tai urheilumenestyksen välillä ei tuo eroja ryhmien välille. (Taulukko 9)

TAULUKKO 9. Lentopalloilijoiden vanhempien urheiluharrastukset sukupuolen ja urheilumenestyksen mukaan.

	Mies (n= 32)	Nainen (n= 40)	P-arvo	Mestaruusliiga (n= 41)	Aikuisten maajoukkue (n= 31)	P-arvo
<b>Äiti</b>						
Ei harrastanut urheilua	14 (43,8 %)	14 (35,0 %)	0,456	16 (39,0 %)	12 (38,7 %)	0,979
Harrastanut lentopalloa	10 (31,3 %)	15 (37,5 %)	0,586	15 (36,6 %)	10 (32,3 %)	0,707
Harrastanut muuta urheilua	13 (40,6 %)	16 (40,0 %)	0,958	16 (39,0 %)	13 (41,9 %)	0,806
<b>Isä</b>						
Ei harrastanut urheilua	2 (6,3 %)	7 (17,5 %)	0,156	6 (14,6 %)	3 (9,7 %)	0,536
Harrastanut lentopalloa	24 (75,0 %)	17 (42,5 %)	0,005	21 (51,2 %)	20 (64,5 %)	0,266
Harrastanut muuta urheilua	13 (40,6 %)	18 (45,0 %)	0,714	17 (41,5 %)	14 (45,2 %)	0,758

#### 4.2.2 Perheen sosioekonominen asema

Tulokset osoittavat, että tutkimukseen osallistuneet menestyneet lentopalloilijat arvioivat perheensä sosioekonomisen aseman olleen urheilijan lapsuudessa keskimäärin suomalaisen keskitason luokkaa. 40 (56 %) lentopalloilijaa kertoi, että perheen sosioekonominen asema oli lapsuudessa Suomen keskitasolla. Keskitasoa korkeampi sosioekonominen asema on ollut 25 (35 %) lentopalloilijan perheessä. Vastaavasti vain 7 (10 %) urheilijaa kertoi, että heidän perheen sosioekonominen asema oli keskitasoa matalampi.

Verrattaessa lentopalloilijoiden lapsuuden perheen sosioekonomista asemaa sukupuolten välillä huomataan, että miehet ovat eläneet naisia useammin lapsuutensa keskitasoa matalamman sosioekonomisen aseman perheissä. Tämä tulos on tilastollisesti merkitsevä. Vastaavasti vertailu urheilumenestyksen välillä ei tuo merkittäviä eroja ryhmien välille. (Taulukko 10)

TAULUKKO 10. Lapsuuden perheen sosioekonominen asema sukupuolen mukaan.

	Mies (n= 32)	Nainen (n= 40)
Matala sosioekonominen asema	5 (15,6 %)	2 (5,0 %)
Keskitason sosioekonominen asema	21 (65,6 %)	19 (47,5 %)
Korkea sosioekonominen asema	6 (18,8 %)	19 (47,5 %)

$\chi^2=7,3$  df=2 p=0.025

Suurin osa menestyneiden lentopalloilijoiden äideistä on kouluttautunut opistossa tai ammattikorkeakoulussa. Tulokset osoittavat, että tutkimukseen osallistuneiden mieslentopalloilijoiden äidit ovat naislentopalloilijoiden äitejä useammin korkeasti koulutettuja. Lentopalloilijoiden isät ovat tässä tutkimuksessa selvästi äitejä alemmin koulutettuja. Suurin osa menestyneiden urheilijoiden isistä on käynyt lukion tai ammatillisen koulutuksen. Verrattaessa sukupuolten välillä lentopalloilijoiden isän koulutustasoa huomataan, että miesten isät ovat matalammin kouluttautuneet kuin naisten isät. Urheilumenestyksen mukaan verratessa huomataan, että aikuisten maajoukkueessa pelanneiden urheilijoiden äidit ovat korkeammin koulutettuja kuin vain Mestaruusliigassa pelanneiden lentopalloilijoiden äidit. Saman suuntainen tulos löytyy, kun tarkastellaan isän koulutustasoa. Vain Mestaruusliigassa pelanneiden lentopalloilijoiden isät ovat alemmin koulutettuja kuin aikuisten maajoukkueessa pelanneiden lentopalloilijoiden isät. Nämä tulokset eivät kuitenkaan ole tilastollisesti merkitseviä. (Taulukko 11)

TAULUKKO 11. Lentopalloilijoiden vanhempien koulutustaso sukupuolen mukaan.

Koulutustaso	Mies (n= 32)	Nainen (n= 40)	Mestaruusliiga (n= 41)	Aikuisten maajoukkue (n= 31)
<b>Äiti</b>				
Peruskoulu	1 (3,1 %)	1 (2,5 %)	2 (4,9 %)	0 (0,0 %)
Lukio/ammattillinen koulutus	4 (12,5 %)	15 (37,5 %)	12 (29,3 %)	7 (22,6 %)
Opisto/ammattikorkeakoulu	17 (53,1 %)	16 (40,0 %)	18 (43,9 %)	15 (48,4 %)
Yliopisto	10 (31,3 %)	8 (20,0 %)	9 (22,0 %)	9 (29,0 %)
<b>Isä</b>				
Peruskoulu	6 (18,8 %)	4 (10,0 %)	6 (14,6 %)	4 (12,9 %)
Lukio/ammattillinen koulutus	16 (50,0 %)	19 (47,5 %)	21 (51,2 %)	14 (45,2 %)
Opisto/ammattikorkeakoulu	7 (21,9 %)	10 (25,5 %)	9 (22,0 %)	8 (25,8 %)
Yliopisto	3 (9,4 %)	7 (17,5 %)	5 (12,2 %)	5 (16,1 %)

#### 4.2.3 Sisarukset

Suurin osa tämän tutkimuksen urheilijoista, eli 29 (40 %) lentopalloilijaa on perheessä nuorin sisarus. 21 (29 %) urheilijaa kertoi olevansa perheen vanhin sisarus ja 16 (22 %) urheilijaa on perheessään keskimmäisiin kuuluva lapsi. Vain 6 (8 %) urheilijaa kertoi olevansa perheensä ainut lapsi. Tulokset osoittavat, että miehet ovat naisia useammin perheen ainut lapsi tai sisarusparven keskimmäisiin kuuluva lapsi. Naiset ovat puolestaan miehiä useammin perheen nuorin- tai vanhin lapsi. Urheilumenestyksen mukaan verrattuna huomataan, että aikuisten maajoukkueessa pelanneet urheilijat ovat perheessään useammin ainut- tai nuorin lapsi, kun vain Mestaruusliigassa pelanneet urheilijat. Vastaavasti vain Mestaruusliigassa pelanneet lentopalloilijat ovat useammin sisarusparven keskimmäisiin kuuluva lapsi. Tulokset osoittavat, että vanhimpia lapsia on prosentuaalisesti yhtä paljon sekä aikuisten maajoukkueessa sekä vain Mestaruusliigassa pelanneissa lentopalloilijoissa. Näistä tuloksista ei kuitenkaan löydy tilastollista merkitsevyyttä. (Taulukko 12)

TAULUKKO 12. Lentopalloilijoiden asema sisarusparvessa sukupuolen ( $\chi^2=4,8$  df=3 p=0,182) ja urheilumenestyksen ( $\chi^2=3,1$  df=3 p= 0,371) mukaan.

	Mestaruusliiga (n= 41)	Aikuisten maajoukkue (n= 31)	Mies (n=32)	Nainen (n=40)
Ainut lapsi	3 (7,3 %)	3 (9,7 %)	4 (12,5 %)	2 (5,0 %)
Nuorin	14 (34,1 %)	15 (48,4 %)	11 (34,4 %)	18 (45,0 %)
Keskimmäisiin kuuluva	12 (29,3 %)	4 (12,9 %)	10 (31,3 %)	6 (15,0 %)
Vanhin	12 (29,3 %)	9 (29,0 %)	7 (21,9 %)	14 (35,0 %)

33 (46 %) lentopalloilijaa kertoi, että sisaruksilla on ollut merkitystä lentopallon aloittamisessa ja 39 (54 %) lentopalloilijaa kertoi, ettei koe sisarusien vaikuttaneen lentopallon harrastamisen aloittamiseen. Verrattaessa sisarusten merkitystä lentopallon harrastamisen aloittamiseen sukupuolten mukaan huomataan, että miehet kokivat sisarusten merkityksen tärkeämpänä kuin naiset. 19 (59 %) mieslentopalloilijaa kertoi, että sisaruksilla on ollut merkitystä lentopallon harrastamisen aloittamiseen. Vastaavasti naisista vain 14 (35 %) kertoi, että sisaruksilla on ollut merkitystä lentopallon harrastamisen aloittamisessa. Tämä sukupuolten välinen vertailu osoittautui tilastollisesti merkitseväksi. (Taulukko 13) Urheilumenestyksen mukainen vertailu ei puolestaan tuonut eroja tässä tuloksessa ryhmien välille.

TAULUKKO 13. Sisarusten merkitys lentopallon harrastamisen aloittamisessa sukupuolen mukaan.

	Mies (n= 32)	Nainen (n= 40)
Ei ole ollut merkitystä	13 (40,6 %)	26 (65,0 %)
On ollut merkitystä	19 (59,4 %)	14 (35,0 %)

p= 0,040

Tutkittaessa menestyneiden lentopalloilijoiden sisarusten urheiluharrastuksia huomataan, että suurin osa lentopalloilijoiden sisaruksista on harrastanut urheilua. 63 (88 %) lentopalloilijaa kertoi, että ainakin yksi hänen sisaruksistaan on harrastanut urheilua. Vastaavasti vain 3 (4 %) lentopalloilijaa kertoi, että heidän sisaruksistaan kukaan ei ole harrastanut urheilua. 6 lentopalloilijaa oli perheessään ainut lapsi, joten he eivät ole vastanneet tähän kysymykseen. Tämä tulos ei tuo eroja sukupuolen tai urheilumenestyksen välillä verrattaessa.

Tulokset osoittavat, että menestyneiden lentopalloilijoiden sisarukset ovat harrastaneet usein lentopalloa. 51 (71 %) lentopalloilijaa kertoi, että ainakin yksi heidän sisaruksistaan on pelannut lentopalloa. Sukupuolten välillä verrattaessa huomataan, että miesten sisarukset ovat pelanneet naisia useammin lentopalloa. Tämä tulos on tilastollisesti merkitsevä. Verrattaessa tutkimukseen osallistuneiden lentopalloilijoiden sisarusten lentopallon harrastamista huomataan, että aikuisten maajoukkueessa pelanneiden lentopalloilijoiden sisarukset ovat harrastaneet vain Mestaruusliigassa pelanneiden lentopalloilijoiden sisaruksia hieman useammin lentopalloa. Tämä tulos ei kuitenkaan ole tilastollisesti merkitsevä. (Taulukko 14)

TAULUKKO 14. Sukupuolen ja urheilumenestyksen mukainen vertailu sisarusten lentopallon harrastamisesta.

	Mestaruusliiga (n=32)	Aikuisten maajoukkue (n=40)	Mies (n= 32)	Nainen (n= 40)
Ei vastausta/ei sisaruksia	3 (7,3 %)	3 (9,7 %)	4 (12,5 %)	2 (5,0 %)
Ei harrastanut lentopalloa	10 (24,4 %)	5 (16,1 %)	2 (6,3 %)	13 (32,5 %)
On harrastanut lentopalloa	28 (68,3 %)	23 (74,2 %)	26 (81,3 %)	25 (62,5 %)
	$\chi^2=0,8$ df=2 p=0,676		$\chi^2=0,8$ df=2 p=0,019	

#### 4.2.4 Kaverit

43 (60 %) tutkimukseen osallistuneista urheilijoista kertoi, että kavereilla on ollut merkitystä lentopalloharrastuksen aloittamisessa. Vastaavasti 29 (40 %) lentopalloilijaa ei kokenut kavereiden vaikuttaneen harrastamisen aloittamiseen. Miehet kertoivat hieman naisia

useammin, että kavereilla on ollut merkitystä lentopallon harrastamisen aloittamiseen. Verrattaessa tuloksia urheilumenestyksen mukaan huomataan, että vain Mestaruusliigassa pelanneet lentopalloilijat kokivat kavereiden vaikuttaneen harrastamisen aloittamiseen useammin kuin aikuisten maajoukkueessa pelanneet lentopalloilijat. Nämä erot osoittautuivat kuitenkin todella pieniksi ja tulokset eivät ole tilastollisesti merkitseviä.

#### 4.2.5 Valmentaja

Tutkimukseen osallistuneilla urheilijoilla oli keskimäärin kolme eri valmentajaa lapsuuden lentopalloharrastuksissaan. Tulokset osoittavat, että miehillä on ollut keskimäärin lapsuudessaan kolme eri valmentajaa ja naisilla neljä. Vain Mestaruusliigassa pelanneilla urheilijoilla oli lapsuudessaan keskimäärin 3 eri valmentajaa ja aikuisten maajoukkueessa pelanneilla lentopalloilijoilla keskimäärin 4 eri valmentajaa. Nämä tulokset eivät kuitenkaan ole tilastollisesti merkitseviä. (Taulukko 15)

TAULUKKO 15. Valmentajien lukumäärä sukupuolen ja urheilumenestyksen mukaan.

	ka	kh	T-arvo	P-arvo	min	max
Mies	3,15	1,50			1	8
Nainen	3,58	1,76	-1,09	0,280	1	10
Mestaruusliiga	3,23	1,50			1	8
Aikuisten maajoukkue	3,60	1,84	0,94	0,351	1	10

31 (43 %) lentopalloilijaa kertoi, että vanhempi on toiminut joukkueen valmentajana urheilijan lapsuuden lentopalloharrastuksessa. Vastaavasti 41 (57 %) urheilijaa kertoi, että oma vanhempi ei ole toiminut joukkueen valmentajana. Tulokset osoittavat, että aikuisten maajoukkueessa pelanneiden urheilijoiden vanhemmat ovat toimineet lapsensa valmentajina vain Mestaruusliigassa pelanneita lentopalloilijoita useammin. Tämä tulos ei kuitenkaan osoittautunut tilastollisesti merkitseväksi. Sukupuolten välillä verrattuna huomataan, että miesten vanhemmat ovat toimineet lapsensa valmentajana hieman naisia useammin.



### 4.3 Psyykkiset ympäristötekijät

#### 4.3.1 Tuki ja kannustus

Vanhemmilta saatu tuki ja kannustus lentopalloharrastuksessa on ollut menestyneillä lentopalloilijoilla yleistä. Keskiarvoltaan urheilijat ovat saaneet tukea harrastukseensa erittäin paljon. Jopa 62 (86 %) lentopalloilijaa kertoi, että he ovat saaneet erittäin paljon tukea vanhemmiltaan lapsuuden lentopalloharrastuksessaan. Naiset kokivat saaneensa miehiä useammin tukea ja kannustusta vanhemmiltaan lapsuuden lentopalloharrastuksessa. Urheilumenestyksen mukaan verrattaessa ei juurikaan löydy eroja vanhempien tuen määrässä Mestaruusliigassa ja aikuisten maajoukkueessa pelanneiden urheilijoiden välillä. Nämä tulokset eivät osoittautuneet tilastollisesti merkitseviksi. Huomionarvoista kuitenkin on, että lähes poikkeuksetta menestyneet lentopalloilijat ovat kokeneet saaneensa vanhemmiltaan tukea ja kannustusta lentopalloharrastuksessaan. (Taulukko 16)

TAULUKKO 16. Vanhempien tuki ja kannustus lapsuuden lentopalloharrastuksessa sukupuolen mukaan.

	Mies (n= 32)	Nainen (n= 40)
Erittäin vähän tukea ja kannustusta	2 (6,3 %)	0 (0,0 %)
Kohtalainen tuki ja kannustus	1 (3,1 %)	1 (1,4 %)
Erittäin suuri tuki ja kannustus	29 (90,6 %)	39 (97,5 %)

$\chi^2=2,6$  df=2 p=0,271

#### 4.3.2 Harrastamisen mielekkyys ja motiivit

Urheilijoilta kysyttiin lapsuuden lentopallon harrastamisen mielekkyyttä ja motiiveja väittämien avulla. Lentopalloilijoita pyydettiin arvioimaan viisiportaisilla asteikoilla väitteitä koskien lapsuuden lentopalloharrastusta. Väitteitä oli viisi ja vastaajan oli mahdollista vastata, onko hän väitteen kanssa eri mieltä, samaa mieltä vai jotain tältä väliltä. Vastaajan oli myös mahdollista jättää vastaamatta väitteisiin.

Tulokset osoittavat, että tutkimukseen osallistuneet urheilijat ovat yleisesti harrastaneet lentopalloa, koska harrastaminen on ollut mielekästä. 70 (97 %) lentopalloilijaa oli samaa mieltä tai lähes samaa mieltä siitä, että harrastamisen mielekkyys on vaikuttanut harrastamiseen. Verrattaessa tätä tulosta sukupuolen tai urheilumenestyksen mukaan huomataan, että merkittäviä eroja ei löydy. Lentopalloilijat olivat myös todella yksimielisiä siitä, että lentopallon harrastamiseen on liittynyt vahvasti halu kehittyä lajissa. 61 (85 %) urheilijaa oli samaa mieltä tai lähes samaa mieltä siitä, että halu kehittyä on ollut syy lajin harrastamiseen. Tässäkään tuloksessa ei ole suuria eroja verrattaessa sitä sukupuolen tai urheilumenestyksen mukaan.

Urheilijoita pyydettiin arvioimaan, onko lentopallon harrastamiseen lapsuudessa vaikuttanut pärjääminen ikätovereita paremmin. Tulokset osoittavat, että menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden lentopalloharrastukseen on vaikuttanut pärjääminen muita ikätovereita paremmin. Sukupuolten välinen vertailu ei tuo suuria eroja tämän tuloksen kannalta. Verrattaessa tuloksia vain Mestaruusliigassa pelanneiden ja aikuisten maajoukkueessa pelanneiden lentopalloilijoiden välillä huomataan, että ryhmien välillä on tilastollisesti merkitsevä ero. Verrattaessa Mestaruusliigassa ja aikuisten maajoukkueessa pelanneita lentopalloilijoita huomataan, että suurempi osa aikuisten maajoukkueessa pelanneista lentopalloilijoista kertoi lapsuudessa ikätovereita paremman pärjäämisen vaikuttaneen harrastamiseen. (Taulukko 17)

TAULUKKO 17. Lentopallon harrastamiseen on vaikuttanut pärjääminen ikätovereita paremmin.

	Mestaruusliiga (n= 41)	Aikuisten maajoukkue (n= 31)
Eri mieltää	3 (7,3 %)	2 (6,5 %)
Jokseenkin eri mieltä	6 (14,6 %)	2 (6,5 %)
Ei samaa eikä eri mieltä	5 (12,2 %)	10 (32,3 %)
Jokseenkin samaa mieltä	21 (51,2 %)	6 (19,4 %)
Samaa mieltä	6 (14,6 %)	11 (35,5 %)

$\chi^2=12,5$   $df=4$   $p=0,014$

Neljäs lentopalloilijoille esitetyistä väitteistä koski harrastamisen pakollisuutta. Suurin osa vastaajista oli eri mieltä siitä, että lentopallon harrastaminen lapsuudessa olisi ollut jostain syystä pakollista. 61 (85 %) lentopalloilijaa kertoi, että on täysin tai lähes eri mieltä siitä, että lentopallon harrastaminen olisi ollut pakollista. Vastaavasti väitteen kanssa samaa mieltä tai lähes samaa mieltä oli vain 5 (7 %) lentopalloilijaa. Urheilumenestyksen mukaan verrattuna huomataan, että vertailu ei tuo juurikaan eroja tässä tuloksessa ryhmien välille. Sukupuolten välillä huomataan ero siinä, että naiset kertoivat miehiä useammin olleen eri mieltä väitteen kanssa. Tulos ei kuitenkaan osoittaudu tilastollisesti merkitseväksi. (Taulukko 18)

TAULUKKO 18. Lentopallon harrastaminen ollut jostain syystä pakollista.

	Mies (n= 31)	Nainen (n= 40)
Eri mieltää	18 (58,1 %)	30 (75,0 %)
Jokseenkin eri mieltä	7 (22,6 %)	6 (15,0 %)
Ei samaa eikä eri mieltä	4 (12,9 %)	1 (2,5 %)
Jokseenkin samaa mieltä	0 (0,0 %)	3 (7,5 %)
Samaa mieltä	2 (6,5 %)	0 (0,0 %)

$\chi^2=8,9$  df=4 p=0,064

Viides väite koski palkkioiden tavoittelua lapsuuden lentopalloharrastuksessa. Lentopalloilijat olivat lähes poikkeuksetta sitä mieltä, että lentopallon harrastamisen motiivina ei ole ollut palkkioiden saavuttaminen. 53 lentopalloilijaa kertoi olevansa eri mieltä siitä, että lentopallon harrastamiseen olisi lapsuudessa vaikuttanut palkkioiden tavoittelu. Vastaavasti samaa mieltä tai lähes samaa mieltä väitteen kanssa oli vain 7 lentopalloilijaa. Tämä tulos ei tuo merkittäviä eroja sukupuolen tai urheilumenestyksen välisissä vertailuissa.

### 4.3.3 Ympäristön luomat odotukset ja paineet

Suurin osa urheilijoista kertoi, että heidän lapsuuden urheilumenestykseen on kohdistettu odotuksia. 53 (74 %) lentopalloilijaa kertoi, että on kokenut odotuksia urheilumenestyksestä. Vastaavasti vain 19 (26 %) lentopalloilijaa kertoi, ettei heiltä ole odotettu menestystä urheilussa. Verrattaessa näitä tuloksia sukupuolen tai urheilumenestyksen välillä huomataan, että merkittäviä eroja ei vertailujen välillä löydy.

Suurimmat odotusten asettajat olivat lentopalloilijoiden lapsuudessa valmentajat sekä vanhemmat. Lentopalloilijoista 49 (68 %) kertoi, että valmentaja on odottanut menestystä. Sukupuolten välinen vertailu ei tuo juurikaan eroja tähän tulokseen. Verrattaessa tulosta urheilumenestyksen mukaan huomataan, että vain Mestaruusliigassa pelanneet lentopalloilijat ovat kokeneet valmentajan asettaneen useammin odotuksia menestymisestä kuin aikuisten maajoukkueessa pelanneet lentopalloilijat. 44 (61 %) lentopalloilijaa kertoi vanhempien asettaneen odotuksia urheilumenestyksestä. Sukupuolten välinen vertailu ei tuo eroja tässä tuloksessa. Vastaavasti urheilumenestyksen mukaan verrattuna huomataan, että vain Mestaruusliigassa pelanneet lentopalloilijat ovat kokeneet vanhempien asettaneen useammin odotuksia menestyksestä kuin aikuisten maajoukkueessa pelanneet lentopalloilijat. Urheilijat eivät ole juurikaan kokeneet kavereiden tai seuran muiden toimijoiden asettaneet odotuksia menestyksestä. (Taulukko 19)

TAULUKKO 19. Valmentajan ja vanhempien asettamat odotukset urheilumenestyksen mukaan.

	Mestaruusliiga (n= 41)	Aikuisten maajoukkue (n= 31)	P-arvo
<b>Valmentaja</b>			
Ei ole asettanut odotuksia	10 (24,4 %)	13 (41,9 %)	0,117
On asettanut odotuksia	31 (75,6 %)	18 (58,1 %)	0,117
<b>Vanhemmat</b>			
Ei ole asettanut odotuksia	12 ( 29,3 %)	16 (51,6 %)	0,055
On asettanut odotuksia	29 (70,7 %)	15 (48,4 %)	0,055

Suurin osa tutkimukseen osallistuneista urheilijoista, ei kokenut lapsuudessaan painostusta menestyä urheilussa. Jopa 52 (72 %) lentopalloilijaa kertoi, ettei ole kokenut painostuksen tunteita. Vastaavasti vain 18 (25 %) tutkimukseen osallistunutta lentopalloilijaa kertoi kokeneensa painostusta menestyä. Suurimmat menestyspainoiden asettajat ovat olleet omat vanhemmat sekä valmentajat. 13 (18 %) urheilijaa kertoi, että valmentaja on asettanut paineita menestyä ja 14 (19 %) urheilijaa on kokenut menestyspaineita omilta vanhemmiltaan. Lentopalloilijat olivat melko yksimielisiä siitä, että he eivät ole kokeneet menestyspaineita lapsuuden urheiluharrastuksissa. Tästä johtuen sukupuolten tai urheilumenestyksen välinen vertailu ei tuo juurikaan eroja ryhmien välille.

#### **4.4 Avoimet vastaukset**

Kyselylomakkeen lopussa vastaajilla oli mahdollisuus kertoa, mikäli tutkimuksessa jäi kysymättä jotain vastaajan mielestä oleellista. Avoimeen vastauskenttään tuli yhteensä kymmenen vastausta.

Avoimissa vastauksissa korostui erityisesti sosiaalisen ympäristön merkitys menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuudessa. Vastauksissa korostettiin juniorivalmentajien taitoja ja pätevyyttä sekä tämän merkitystä innostukseen ja harrastamisen mielekkyyteen. Eräs lentopalloilija osoitti kasvattajaseuran kannustavan omiin valintoihin urheilijana ja kertoi, että junioriajan valmentajien kanssa pidetään edelleen yhteyttä. Valmentajan lisäksi avoimissa vastauksissa korostettiin perheen merkitystä lentopalloilijoiden uralla. Kuten aiemmin tässä tutkimuksessa osoitettiin, perheen merkitys huippu-urheilijaksi kehittyemisessä on tutkittu olevan suuri. Menestyneet lentopalloilijat korostivat vanhemmilta saadun tuen ja kannustuksen, vanhempien urheilullisen esikuvan ja rahallisen tuen olevan keskeisiä tekijöitä menestyneeksi urheilijaksi kasvamisessa.

Avoimissa vastauksissa tuli esiin myös asioita, joita ei otettu tässä tutkimuksessa huomioon. Vastauksissa pohdittiin koululiikunnan merkitystä urheilijaksi kehittyemisessä. Koululiikunnan huomioiminen on mielenkiintoinen näkökulma, mutta tämä tutkimus rajautui vain lasta lähinnä olevaan mikroympäristöön. Koulu kuuluu puolestaan mikroympäristön jälkeen lasta

seuraavaksi lähimpään ympäristöön, eli mesoympäristöön (Bonfenbrenner 1994). Tästä syystä koulun merkitystä ei huomioitu tässä tutkimuksessa. Vastauksissa tuli esiin myös fyysiset ominaisuudet, jotka ovat edesauttaneet lentopallon harrastamisen valintaa. Eräs urheilija korosti pituuden merkitystä lajin valinnassa. Urheilija kertoi, että ikätovereita suurempi pituus vaikutti lentopallon harrastamisen aloittamiseen ja toisaalta vaikeutti muiden lajien, kuten jalkapallon harrastamista.

## **5 POHDINTA**

Tämä tutkimuksessa tutkittiin menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden elinympäristöjä. Tarkoituksena oli luoda käsitys siitä, millaisissa elinympäristöissä suomalaiset Mestaruusliigassa ja aikuisten maajoukkueessa pelanneet lentopalloilijat ovat kasvaneet. Menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden elinympäristöistä tutkittiin ympäristön fyysisiä-, sosiaalisia- ja psyykkisiä ympäristötekijöitä. Fyysisestä elinympäristöstä tutkittiin lapsuuden asuinpaikkaa, liikuntamahdollisuuksia ja -tapoja sekä syntymajankohtaa. Sosiaalista ympäristöä tutkittaessa keskityttiin vanhempiin ja perheeseen, kavereihin, sisaruksiin sekä valmentajiin. Psyykkisestä ympäristöstä tutkittiin koettua tukea ja kannustusta, harrastamisen mielekkyyttä ja motiiveja sekä ympäristön luomia odotuksia ja paineita. Tutkimuksessa tarkasteltiin koko tutkimukseen osallistunutta lentopalloilijoiden joukkoa, mutta tuloksia verrattiin myös sukupuolen ja urheilumenestyksen osalta.

### **5.1 Fyysiset ympäristötekijät**

#### **5.1.1 Asuinpaikka**

Tässä tutkimuksessa Suomen kunnat jaettiin kolmeen eri ryhmään kokonsa perusteella. Ryhmät ovat: kaupunkimaiset kunnat, taajaan asutut kunnat ja maaseutumaiset kunnat. Luokitus perustui Tilastokeskuksen tekemään luokitukseen (Tilastokeskus). Tämän tutkimuksen tulokset osoittivat, että suurin osa lentopalloilijoista asui lapsuutensa kaupunkimaisessa kunnassa. Sukupuolten välinen vertailu ei tuonut eroja tässä tuloksessa. Myöskään urheilumenestyksen mukainen vertailu ei tuonut suuria eroja vain Mestaruusliigassa pelanneiden ja aikuisten maajoukkueessa pelanneiden lentopalloilijoiden välille. Huomattavaa kuitenkin oli, että aikuisten maajoukkueessa on vähemmän maaseutumaisissa kunnissa asuneita urheilijoita, kun Mestaruusliigassa pelanneissa.

Aikaisemmat tutkimukset osoittavat samansuuntaisia tuloksia menestyneiden urheilijoiden lapsuuden asuinpaikoista. Salasuo (2015) mukaan suurin osa suomalaisista menestyneistä urheilijoista on asunut lapsuudessaan kaupunkimaisilla asuinalueilla. Salasuo toteaa myös,

että erityisesti joukkueurheilijat ovat usein syntyneet kaupunkimaisissa kunnissa. (Salasuo 2015.) Myös Yhdysvalloissa tehdyt tutkimukset osoittavat Suomen tasolla kaupunkimaisten kuntien olevan tyypillisesti menestyneiden urheilijoiden kasvuympäristö (Coté 2006.) Tässä tutkimuksessa saadut tulokset ovat siis samanlaisia kuin aikaisempien tutkimusten tulokset. Suurin osa menestyneistä urheilijoista on kasvanut kaupunkimaisissa kunnissa sekä Suomessa, että ulkomailla tehdyissä tutkimuksissa. Se, miksi suurempi osa menestyneistä urheilijoista on syntynyt kaupunkimaisissa kunnissa, selittyy pitkälti kaupunkien ja maaseudun välisillä eroilla alueen liikuntamahdollisuuksissa ja tavoissa. Seuraavassa kappaleessa eritellään näitä menestykseen johtaneita liikuntamahdollisuuksia ja tapoja.

### **5.1.2 Liikuntamahdollisuudet ja tavat**

Tämä tutkimus osoitti, että suurella osalla menestyneistä lentopalloilijoista oli lapsuudessaan hyvät liikuntamahdollisuudet. Urheilumenestyksen tai sukupuolten välinen vertailu ei tuo eroa tulokseen. Menestyneet lentopalloilijat olivat todella yksimielisiä siitä, että heidän lapsuudessaan liikuntamahdollisuudet olivat hyvät. Nämä tulokset ovat samansuuntaisia aiempien tutkimusten tulosten kanssa. Carlsson (1988) on tutkinut menestyneitä tennispelaajia. Carlssonin tutkimuksen mukaan menestyneillä tennispelaajilla on aina halutessaan ollut mahdollisuus päästä harjoittelemaan. Vastaavasti monet huonommin menestyneet pelaajat eivät ole aina halutessaan päässeet harjoittelemaan. (Carlsson 1988.) Myös Aarresola ja Konttinen (2012) osoittavat, että puutteelliset harjoitusmahdollisuudet eivät välttämättä estä harrastamista, mutta hyvät ja lähellä olevat harjoituspaikat voivat merkittävästi edistää urheilijan liikunnallisuutta (Aarresola & Konttinen 2012).

Tast ja Finni (2011) tutkivat, että lapsena harrastettu vapaamuotoinen ja spontaani liikunta on yksi myöhempää urheilumenestystä ennustava tekijä. Suomalaiset menestyneet urheilijat ovat näiden tutkimusten mukaan harrastaneet paljon liikuntaa lapsuudessaan myös urheiluseurojen ulkopuolella. (Tast & Finni 2011.) Tämä tutkimus osoitti samanlaisia tuloksia suomalaisista menestyneistä lentopalloilijoista. Tutkimukseen osallistuneiden lentopalloilijoiden lapsuuden liikuntaharrastuksista on ollut organisoimatonta liikuntaa ennen alakouluikää 79 % ja alakouluikäisenä 54 %. Nämä tulokset osoittavat, että menestyneet lentopalloilijat ovat



harrastaneet paljon organisoimatonta liikuntaa lapsuudessaan. Tässä tutkimuksessa verrattiin organisoimattoman liikunnan määrää vain Mestaruusliigassa ja aikuisten maajoukkueessa pelanneiden urheilijoiden välillä. Tulosten mukaan Mestaruusliigassa pelanneet urheilijat ovat harrastaneet enemmän organisoimatonta liikuntaa ennen alakouluikää. Aikuisten maajoukkueessa pelanneet lentopalloilijat ovat kuitenkin harrastaneet Mestaruusliigassa pelanneita lentopalloilijoita enemmän organisoimatonta liikuntaa alakouluikäisenä. Tuloksista voi siis päätellä, että paremmin menestyneet lentopalloilijat ovat harrastaneet lapsena vanhemmaksi enemmän organisoimatonta liikuntaa. Vastaavasti heikommin menestyneet urheilijat ovat vähentäneet organisoimattoman liikunnan määrää aikaisemmin.

Suurin osa tähän tutkimukseen osallistuneista lentopalloilijoista aloitti lentopallon harrastamisen omalla lapsuuden asuinpaikkakunnallaan. Vain 9 (13 %) tutkimukseen osallistuneista lentopalloilijoista kertoi ensimmäisen lentopallojoukkueen olleen eri paikkakunnalla kuin oma asuinpaikka. Voidaan siis todeta, että lentopallojoukkueen sijainti samalla paikkakunnalla on yksi merkittävä ympäristötekijä lentopalloilijoiden lapsuudessa. Suurin osa menestyneistä lentopalloilijoista asui lapsuutensa kaupunkimaisessa kunnassa. Vastaavasti suurimman osa ensimmäinen lentopallojoukkue harjoitteli kaupunkimaisessa kunnassa. Urheilumenestyksen mukaan verrattuna huomataan, että aikuisten maajoukkueessa pelanneilla lentopalloilijoilla ensimmäinen lentopallojoukkue oli kaupunkimaisessa kunnassa useammin kuin vain Mestaruusliigaa pelanneilla urheilijoilla. Tämä tulos ei kuitenkaan osoittautunut tilastollisesti merkitseväksi. Yksi selitys sille, miksi paremmin menestyneiden lentopalloilijoiden kasvattajaseurat ovat olleet kaupunkimaisissa kunnissa, voi olla valmennuksen taso. Kaupunkimaisilla kunnilla voi olla paremmat resurssit ja enemmän toimijoita seuran toiminnan toteuttamisessa. Näin valmennus ja seuran toiminta voivat edistää lentopalloilijoiden kehitystä paremmin jo lapsena. Kaupunkimaisissa kunnissa myös toimii yleensä enemmän seuroja, joten harrastamisen aloittaminen on siellä yksinkertaisesti helpompaa.

Tulokset osoittivat, että tässä tutkimuksessa lentopalloilijat kokivat lapsuuden liikunta-aktiivisuuden olleen ikätovereita suurempaa. Tämä tulos ei eronnut sukupuolen tai urheilumenestyksen mukaan verrattaessa. Tutkimukseen osallistuneet lentopalloilijat olivat olleet todella yksimielisiä siitä, että heidän lapsuuden liikunta-aktiivisuutensa on ollut

ikätovereita suurempaa. Tast ja Finni (2011) ovat saneet täysin saman tuloksen aikaisemmissa tutkimuksissa. He osoittavat, että tutkimuksessa mukana olleet urheilijat ovat harrastaneet lapsuudessaan ikätovereitaan enemmän urheilua. (Tast & Finni 2011.)

Menestyneet lentopalloilijat ovat harrastaneet lapsuudessaan keskimäärin neljää eri urheilulajia. Tämä tulos tukee aiempien tutkimusten tuloksia. Tast & Finni (2011) ovat tutkineet suomalaisia menestyneitä urheilijoita ja he toteavat tutkimusten pohjalta, että nämä urheilijat ovat harrastaneet keskimäärin 4 lajia lapsuudessaan (Tast & Finni 2011). Myös Aarresola (2012) on todennut, että monipuolinen urheilun harrastaminen lapsuudessa näyttää olevan yksi merkittävimmistä huippu-urheilijaksi kehittymisen poluista (Aarresola ym. 2012). Verrattaessa lapsuuden liikuntaharrastusten määrää, huomattiin tässä tutkimuksessa, että mieslentopalloilijat ovat harrastaneet lapsuudessaan neljää eri lajia ja naislentopalloilijat kolmea. Sukupuolten välistä eroa voidaan selittää sillä, että perinteisesti urheilu on ymmärretty enemmän poikien harrastukseksi. Tyttöillä saattoi olla lapsuudessaan poikia enemmän muita kuin urheiluharrastuksia.

Tämä tutkimus osoitti, että menestyneet lentopalloilijat aloittivat lentopallon harrastamisen seurassa keskimäärin 8 -vuotiaana. Aikuisten maajoukkueessa pelanneet lentopalloilijat aloittivat seurassa harrastamisen hieman Mestaruusliigassa pelanneita lentopalloilijoita aikaisemmin. Aikuisten maajoukkueessa pelanneet lentopalloilijat aloittivat harrastamisen keskimäärin 7 -vuotiaana ja vain Mestaruusliigassa pelanneet urheilijat keskimäärin 8 -vuotiaana.

Päälajiksi lentopallo valikoitui tutkimukseen osallistuneilla lentopalloilijoilla keskimäärin 13 -vuotiaana. Naislentopalloilijat valitsivat lentopallon päälajiksi keskimäärin 12 -vuotiaana ja mieslentopalloilijat keskimäärin 14 -vuotiaana. Tämän tuloksen taustalla voivat olla selittävänä tekijänä kehityserot. Naisten murrosikä ja fyysinen kehitys alkavat yleensä miehiä aikaisemmin, joten tämä voi olla selittävä tekijä myös päälajin valinnassa.

### 5.1.3 Syntymääjankohta

Aiemmat tutkimukset osoittavat, että syntymääjankohdalla näyttäisi olevan merkitystä urheilumenestykseen. Nämä tutkimukset korostavat, että iso osa menestyneistä urheilijoista on syntynyt vuoden alkupuolella. (Rees ym. 2016; Delorme 2010; Aarresola & Konttinen 2012.) Myös tässä tutkimuksessa havaittiin, että menestyneet lentopalloilijat ovat syntyneet useammin vuoden alkupuolella kuin loppupuolella. Eniten lentopalloilijoita on syntynyt toisella vuosineljänneksellä (huhti-kesäkuussa) ja vastaavasti vähiten vuoden viimeisellä vuosineljänneksellä (loka-joulukuussa). Tässä tutkimuksessa ei havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja syntymääjankohdissa naisten ja miesten välillä. Tulos on hieman ristiriitainen aiempiin tutkimuksiin verrattuna, sillä Rees ym. (2016) osoittaa syntymääjankohdan ja urheilumenestyksen riippuvuuden olevan suurempi miehillä kuin naisilla.

Delorme (2010) selittää aiemmassa tutkimuksessa menestyneiden urheilijoiden syntymistä alkuvuonna sillä, että sarjajärjestelmät muodostuvat monissa lajeissa ikäluokkien mukaan. Samassa ikäluokassa on harrastajia, joilla voi olla jopa 23 kuukautta ikäeroa. Tämä järjestelmä johtaa huomattaviin eroihin pelaajien välillä. Alkuvuonna syntyneet urheilijat näyttävät usein omassa ikäluokassaan lahjakkaammilta ja tämän vuoksi heidät valitaan jo aiemmin maajoukkueisiin tai harjoitusleireille. Näin alkuvuodesta syntyneet urheilijat pääsevät jo nuorena lähemmäksi ammattiuraa. (Delorme 2012.) Myös lentopallossa käytetään tätä ikäluokkiin perustuvaa sarjajärjestelmää. Sarjajärjestelmä selittää varmasti myös tämän tutkimuksen tulosta. Alkuvuodesta syntyneet lentopalloilijat ovat olleet jo lapsena harrastuksessaan ikätovereitaan näkyvämpiä. Näin lentopalloilijoiden menestys on voinut saada alkunsa jo lapsuuden urheiluharrastuksesta.

## 5.2 Sosiaaliset ympäristötekijät

### 5.2.1 Vanhemmat

Menestyneiden lentopalloilijoiden vanhemmat ovat olleet lähes poikkeuksetta läsnä koko urheilijan lapsuuden. Lentopalloilijoista 94 % kertoi, että heidän vanhempansa olivat läsnä koko urheilijan lapsuuden. Myös vanhempien eroaminen on ollut todella harvinaista tämän tutkimuksen menestyneiden lentopalloilijoiden perheissä. 93 % lentopalloilijoista kertoi, että heidän vanhempansa eivät ole eronneet urheilijan lapsuuden aikana. Verrattaessa tuloksia sukupuolen tai urheilumenestyksen välillä huomataan, että vastaajat olivat todella yksimielisiä ja suuria eroja ei löytynyt. Nämä tulokset tukevat aiempien tutkimusten tuloksia. Siekanska (2012) totesi tutkimuksessaan, että molempien vanhempien läsnäolo urheilijan lapsuudessa näyttäisi ennustavan urheilijan myöhempää urheilumenestystä (Siekanska 2012). Myös Piispa (2013) osoitti samanlaisia tuloksia haastattelututkimuksessaan. Piispan (2012) tutkimuksessa jopa 45/51 tutkimukseen osallistuneista urheilijoista kertoo, että heidän perheessään molemmat vanhemmat ovat olleet läsnä koko urheilijan lapsuuden. (Piispa ym. 2013.) Aarresola (2012) kertoo selityksen sille, miksi kahden vanhemman perheistä nousee enemmän urheilijoita olevan se, että näissä perheissä aikataulujen sopiminen, taloustöiden jakaminen ja harjoituksiin kuljettaminen on yksinkertaisesti helpompaa hoitaa (Aarresola ym. 2012).

Tässä tutkimuksessa menestyneet lentopalloilijat kokivat, että heidän vanhempansa ovat osallistuneet lapsuuden urheilutoimintaan erittäin paljon. Tulokset osoittavat, että lentopalloilijat kokivat myös vanhempien rahallisen tukemisen olleen merkittävää. Yksikään vastaaja ei kertonut, että vanhemmat olisivat tukeneet menestyneen lentopalloilijan lapsuuden urheiluharrastusta erittäin vähän. Huomattavaa on, että naiset arvioivat vanhempien rahallisen tukemisen tilastollisesti merkitsevästi suuremmaksi kuin miehet. Urheilumenestyksen mukaan vertailtuna ei löytynyt merkittäviä eroja vanhempien rahallisessa tukemisessa. Nämä tulokset tukevat aiempien tutkimusten tuloksia. Siekanska (2012) on osoittanut, että vanhempien osallistuminen lapsensa urheiluharrastuksiin on suorassa yhteydessä lapsen myöhempään urheilumenestykseen (Siekanska 2012).

Kuten aikaisemmista tutkimuksista (Siekanska 2012; Aarresola & Konttinen 2012) voidaan olettaa ja kuten tämä tutkimus osoitti, on urheilun arvostus lapsuuden perheessä tärkeässä roolissa menestyneeksi lentopalloilijaksi kehittymisessä. Tässä tutkimuksessa 57 (79 %) lentopalloilijaa kertoi, että heidän lapsuuden perheessään urheilu oli tärkeä arvo. Verrattaessa tätä tulosta urheilumenestyksen mukaan huomataan, että aikuisten maajoukkueessa pelanneet urheilijat kokivat useammin lapsuuden perheessään urheilun olleen tärkeä arvo, kuin vain Mestaruusliigassa pelanneet lentopalloilijat. Tulos oli lähellä tilastollisesti merkitsevää, mutta ei kuitenkaan tavoita merkitsevyyttä. Tästä tuloksesta voidaan kuitenkin todeta, että lapsuuden perheen urheilun arvostus näyttäisi vaikuttavan myös myöhemmän urheilumenestyksen tasoon. Korkeammalla tasolla pelanneet lentopalloilijat kokivat lapsuuden perheensä urheilun arvostuksen merkittävämmäksi kuin matalammalla tasolla pelanneet lentopalloilijat.

Aikaisemmat tutkimukset (Tast & Finni 2011; Kokko 2012) osoittavat, että yksi urheilumenestystä ennustava tekijä on lapsuudessa toteutettu säännöllinen arkirytm. Myös tämä tutkimus antoi viitteitä siitä, että säännöllisellä arkirytmillä näyttäisi olevan yhteys myöhempään urheilumenestykseen. 58 (81 %) menestynyttä lentopalloilijaa kertoi, että heidän lapsuudessaan toteutettiin säännöllistä arkirytmia. Naiset kertoivat hieman miehiä useammin, että heidän perheissään toteutettiin säännöllistä arkirytmia. Kuten Kokko (2012) osoittaa, selittyy säännöllisen arkirytmien yhteys urheilumenestyksen pääasiassa sillä, että lapsena opittu arkirytm jatkuu todennäköisesti läpi elämän. Huippu-urheilijan arki on usein todella säännöllistä, joten säännöllisen elämäntavan omaksuminen jo lapsena auttaa sopeutumaan menestyvän urheilijan arkeen.

## **5.2.2 Perheen sosioekonominen asema**

Aiemmat tutkimukset osoittavat menestyneille urheilijoille olevan tyypillistä se, että he tulevat usein keskitasoa korkeammista sosioekonomisen tason perheistä (Aarresola ym. 2012; Piispa ym. 2013; Aarresola & Konttinen 2012). Näiden tutkimusten pohjalta saattoi olettaa, että menestyneet lentopalloilijat tulevat korkeista sosioekonomisen tason perheistä. Ennakkoletuksista poiketen tämä tutkimus osoitti, että menestyneet lentopalloilijat tulevat

keskimäärin keskitasoisista sosioekonomisen aseman perheistä. Tulosta voi selittää se, että lentopallossa varuste- ja harrastusmaksut ovat monia muita lajeja pienemmät. Lentopallo on siis suhteellisen halpa laji harrastaa ja tästä syystä lajissa menestyneet urheilijat voivat tulla eri sosioekonomisen tason perheistä. Toisaalta aiemmat tutkimukset osoittavat myös, että yksilölajien harrastajien vanhemmilla on usein korkeampi sosioekonominen asema kuin joukkuelajeja harrastavien urheilijoiden vanhemmilla (Siekanska 2012). Tästä näkökulmasta tarkasteltaessa tämän tutkimuksen tulos on osittain samansuuntainen kuin aiempien tutkimusten tulokset.

Verrattaessa lapsuuden perheen sosioekonomista asemaa sukupuolen välillä huomataan, että naislentopalloilijat tulevat mieslentopalloilijoita korkeammista sosioekonomisen aseman perheistä. Tämä tulos on tilastollisesti merkitsevä. Aikaisemmin tässä tutkimuksessa huomattiin, että miehet ovat kertoneet myös vanhempien tukeneen lapsuuden urheiluharrastuksia rahallisesti vähemmän kuin naiset. Miesten vanhempien alhaisempi sosioekonominen asema ja lapsen urheiluharrastuksen vähäisempi tukeminen voivat liittyä keskeisesti toisiinsa. Se, miksi lentopallossa miesten perheiden sosioekonominen asema on matalampi kuin naisten, voi johtua monista eri syistä. Yksi selitys tälle tulokselle voi olla, että miehille on naisia yleisempää harrastaa kalliita urheilulajeja, kuten jääkiekkoa. Varakkaiden poikien vanhemmilla voi olla paremmat mahdollisuudet kustantaa jääkiekon kaltaisia kalliita harrastuksia. Vastaavasti lentopallo on moneen muuhun lajiin verrattuna halpa harrastus. Tästä syystä lentopallon pariin on varmasti valikoitunut harrastajia, jotka tulevat matalammista sosioekonomisen aseman perheistä.

Menestyneiden lentopalloilijoiden äidit ovat usein korkeammin koulutettuja kuin isät. Suurin osa lentopalloilijoiden äideistä on suorittanut opiston tai ammattikorkeakoulun. Vastaavasti isät ovat suorittaneet useimmiten lukion tai ammatillisen koulutuksen. Verrattaessa vanhempien koulutustasoa urheilumenestyksen mukaan huomataan, että aikuisten maajoukkueessa pelanneiden lentopalloilijoiden vanhemmat ovat korkeammin koulutettuja, kun vain Mestaruusliigassa pelanneiden urheilijoiden vanhemmat.

Aarresola ja Konttinen (2012) osoittavat tutkimuksessaan, että urheilevien lasten vanhemmilla on muita suomalaisia useammin suoritettuna korkeakoulututkinto. Koko Suomen väestöstä 16 % on suorittanut korkeakoulun. Joukkuelajien urheilijoiden isistä 24 % on suorittanut korkeakoulun ja äideistä 30 %. Nämä Aarresolan ja Konttisen (2012) tutkimuksessa löydetty tulokset eroavat, kun niitä verrataan menestyneiden lentopalloilijoiden vanhempien koulutustasoon. Tämä tutkimus osoittaa, että menestyneiden lentopalloilijoiden isistä 38 % ja äideistä 71 % on käynyt korkeakoulun. Nämä tulokset ovat huomattavasti suuremmat, kun mitä Aarresola ja Konttinen ovat osoittaneet omassa tutkimuksessaan. Lentopalloilijoiden vanhemmat ovat huomattavasti korkeammin koulutettuja, kuin Konttinen ja Aarresola kertovat joukkuelajien vanhempien yleisesti olevan. Toisaalta Aarresolan ja Konttisen tutkimuksessa on tutkittu kaikkia lajien harrastajia menestyksen tasosta riippumatta. Tässä lentopalloilijoita koskevassa tutkimuksessa kaikki urheilijat ovat menestyneitä. Tämä vaikuttaa varmasti siihen, että tulokset eroavat näin paljon toisistaan. Tämän tuloksen pohjalta voidaan siis päätellä, että paremmin menestyneiden urheilijoiden vanhemmat ovat korkeammin koulutettuja, kun heikommin menestyneiden urheilijoiden vanhemmat.

### **5.2.3 Sisarukset**

Suurin osa tähän tutkimukseen osallistuneista lentopalloilijoista on perheessään nuorin sisarus. Mielenkiintoista on se, että tutkimuksessa vain 6 lentopalloilijaa kertoi olevansa perheensä ainut lapsi. Sukupuolen tai urheilumenestyksen välinen vertailu ei tuo ryhmien välille merkittäviä eroja. Nämä tulokset ovat osittain selitettävissä aiempien tutkimusten (Salasuo 2015; Piispa 2013; Côté 1999) tulosten pohjalta. Piispan (2013) mukaan vanhemmat tai saman ikäiset sisarukset ovat usein herättäneet nuorempien sisarusten urheiluininnostusta ja motivoineet harrastamisen aloittamisessa. Côté (1999) puolestaan painottaa vanhempien sisarusten olevan myös roolimalleja nuoremmille sisaruksille. Vanhemmat sisarukset toimivat usein työmoraaalin esimerkkinä ja näin heillä on positiivinen vaikutus menestymisen kannalta.

Aiemmat tutkimukset (Barreiros 2012; Piispa 2013; Salasuo 2015) osoittavat, että sisaruksilla on merkitystä menestyneiden urheilijoiden uralla, erityisesti harrastamisen aloittamisessa. Salasuon (2015) tutkimuksessa todettiin, että noin puolet tutkimukseen osallistuneista

urheilijoista koki sisarusten vaikuttaneen merkittävästi heidän urheilu-uraansa. Aiempien tutkimusten osoittamien tulosten pohjalta, tässä tutkimuksessa oli oletuksena, että iso osa lentopalloilijoista kokee sisarusten vaikuttaneen lentopallon harrastamisen aloittamiseen. Tulos jäi kuitenkin hieman oletettua pienemmäksi, sillä vain alle puolet (46 %) tutkimukseen osallistuneista lentopalloilijoista kertoi sisarusten olleen merkittävä tekijä lentopallon harrastamisen aloittamisessa. Aiemmissä tutkimuksissa ei ole löydetty eroja sukupuolten välillä siinä, kuinka tärkeäksi urheilijat kokevat sisarusten merkityksen harrastamisen aloittamisessa. Tässä lentopalloilijoita koskevassa tutkimuksessa miehet kuitenkin kokivat tilastollisesti merkitsevästi naisia useammin sisarusten vaikuttaneen lentopallon harrastamisen aloittamiseen.

Tämän tutkimuksen tulokset osoittivat, että suurimmalla osalla (88 %) menestyneistä lentopalloilijoista on ainakin yksi urheilua harrastanut sisarus. Myös lentopallon harrastaminen on ollut yleistä tämän tutkimuksen menestyneiden lentopalloilijoiden sisaruksilla. 71 % tämän tutkimuksen lentopalloilijoista kertoi, että ainakin yksi heidän sisaruksistaan on harrastanut lentopalloa. Tuloksista huomataan, että mieslentopalloilijoiden sisarukset ovat harrastaneet naislentopalloilijoiden sisaruksia tilastollisesti merkitsevästi useammin lentopalloa. Aiemmissä tutkimuksissa on saatu samanlaisia tuloksia huipun saavuttaneiden urheilijoiden ja heidän sisarusten urheilun yhteydestä. Salasuo (2015) osoittaa menestyneille urheilijoille olevan tavallista, että heidän sisaruksensa ovat harrastaneet urheilua. Myös Ronbeck ja Vikander (2011) ovat osoittaneet menestyneiden urheilijoiden sisarusten urheiluharrastusten olleen yleisiä. Tässä hiihtäjiä koskevassa tutkimuksessa todettiin, että kahdella kolmesta menestyneestä kilpahiihtäjästä oli urheilevia sisaruksia. Tämä hiihtäjien sisaruksista tutkittu tulos on hieman pienempi kuin tulos menestyneiden lentopalloilijoiden sisarusten urheiluharrastuksista.

#### **5.2.4 Kaverit**

Hieman yli puolet (60 %) tutkimukseen osallistuneista lentopalloilijoista kertoi kavereilla olleen merkitystä lentopallon harrastamisen aloittamisessa. Tässä tuloksessa ei löytynyt suuria eroja verrattaessa sitä sukupuolen tai urheilumenestyksen välillä. Myös aiemmissa



tutkimuksissa on havaittu samanlaisia tuloksia ja näiden tutkimusten pohjalta on myös mahdollista selittää kavereiden merkitystä. Barreiros (2012) selittää kavereiden merkitystä menestyneiden urheilijoiden uralla sillä, että kaverit ovat usein auttaneet urheilijoita sitoutumaan harjoitteluun sekä parantaneet harjoittelun mielekkyyttä. Myös Salasuo (2015) painottaa kavereiden merkitystä juuri urheilijoiden lapsuusvaiheessa. Lapsena kavereiden kanssa leikitään pihalla, liikutaan yhdessä ja aloitettu harrastaminen seurassa. Myöhemmin urheilijan uralla kavereiden merkitys harrastamisessa vähenee.

### **5.2.5 Valmentaja**

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että menestyneillä lentopalloilijoilla on ollut lapsuudessaan keskimääri kolme eri valmentajaa. Tämän tuloksen vertailu sukupuolen tai urheilumenestyksen välillä ei tuo merkittäviä eroja. Aikaisemmat tutkimukset osoittavat, että urheilumenestyksen taustalla on usein hyvä valmennussuhde. Hyvässä valmennussuhteessa keskeisiä tekijöitä ovat muun muassa luottamus, arvostus sekä tuki. (Hämäläinen 2012.) Tämä voi olla yksi selittävä tekijä sille, miksi menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuudessa on ollut keskimäärin kolme eri valmentajaa. Vain muutaman valmentajan kanssa toimiminen on luonut hyvän valmennussuhteen ja tämä on puolestaan tuonut menestystä. Vain muutaman valmentajan kanssa toimiminen lapsuudessa kertoo myös valmennussuhteiden pitkäjänteisyydestä. Pitkä valmennussuhde on puolestaan usein edellytys luottamuksen ja arvostuksen muodostumiselle. Mikäli valmentajia olisi urheilijan lapsuudessa monia, jäisi varmasti myös valmennussuhde ja sen myötä urheilumenestys heikommalle tasolle.

Aiemmat tutkimukset osoittavat, että valmentajan rooli korostuu urheilijan menestyksen kannalta erityisesti vasta urheilijan lapsuusvaiheen jälkeen. Lapsuuden valmennuksessa on tutkittu lähinnä fyysisen harjoitettavuuden tukemisen olevan keskeisessä asemassa. (Mononen ym. 2014). Tästä syystä valmennuksen tarkempi tutkiminen ei ollut tässä tutkimuksessa keskeisimmässä asemassa.

### **5.3 Psyykkiset ympäristötekijät**

#### **5.3.1 Tuki ja kannustus**

Tutkimukseen osallistuneet menestyneet lentopalloilijat ovat kokeneet saavansa vanhemmiltaan tukea ja kannustusta usein lentopalloharrastuksissaan. Jopa 62 (86 %) tähän tutkimukseen osallistunutta lentopalloilijaa kertoi, että he ovat saaneet lapsuuden lentopalloharrastuksissaan erittäin paljon tukea vanhemmiltaan. Tulokset osoittivat myös, että naiset ovat kokeneet saaneensa vanhemmiltaan useammin tukea ja kannustusta kuin miehet. Aiemmissa tutkimuksissa Piispa (2013) on korostanut vanhempien tuen ja kannustuksen merkitystä urheilijoiden lapsuudessa. On tutkittu, että vanhemmilta saatu tuki ja kannustus ovat yksi muista lapsuuden ympäristötekijöistä riippumaton osa-alue, joka ennustaa myöhempää urheilumenestystä. Vanhemmilta saatu tuki ja kannustus näkyvät käytännössä perheissä esimerkiksi liikunnalliseen elämäntapaan kannustamisena sekä lapsen vapautena valita harrastamansa mieluisat lajit. (Piispa 2013.)

Tämä menestyneitä lentopalloilijoita koskeva tutkimus sekä aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet yhdenmukaisia tuloksia siitä, että vanhemmilta saatu tuki ja kannustus ovat yleisiä menestyneiden urheilijoiden lapsuudessa. Aiemmissa tutkimuksissa ei kuitenkaan ole löydetty eroja sukupuolten välillä samoin kuin tässä lentopalloilijoita koskevassa tutkimuksessa. Sukupuolten välinen ero on aiempiin tutkimuksiin verrattuna uusi tulos. Tämän tutkimuksen esille tuomaa sukupuolten välistä eroa on kuitenkin tarkasteltava kriittisesti, sillä tulos ei osoittautunut tilastollisesti merkitseväksi.

#### **5.3.2 Harrastamisen mielekkyys ja motiivit**

70 (97 %) tähän tutkimukseen osallistuneista lentopalloilijoista kertoi, että on harrastanut lentopalloa lapsena, koska harrastaminen on ollut mielekästä. Lentopalloilijat olivat todella yksimielisiä tässä tuloksessa, eikä eroja löydy sukupuolen tai urheilumenestyksen välillä verrattaessa. Myös aiemmat tutkimukset (Aarresola ym. 2012; Mononen ym. 2014; Tast & Finni 2011) osoittavat yhteyksiä lapsuuden harrastamisen mielekkyyden ja myöhemmän

urheilumenestyksen välillä. Nämä tutkimukset osoittavat, että lapsuuden harrastamisen mielekkyys edesauttaa menestystä myöhemmin urheilu-uralla.

Monosen ym. (2014) mukaan ympäristö, jossa lapsen on mielekästä harrastaa, luo pohjan innostukselle sekä halulle kehittyä. Innostuksen ja kehittymishalun on puolestaan tutkittu olevan tekijöitä, jotka vaikuttavat positiivisesti huippu-urheilijaksi kehittymiseen. Myös tässä lentopalloilijoita koskevassa tutkimuksessa havaittiin, että suurin osa menestyneistä lentopalloilijoista on harrastanut lentopalloa, koska on halunnut kehittyä lajissa. 85 % lentopalloilijoista kertoi, että halu kehittyä on ollut syy lajin harrastamiseen lapsuudessa. Kun tarkastellaan aiempia tutkimuksia (Aarresola ym. 2012; Mononen ym. 2014; Tast & Finni 2011) sekä tätä lentopalloilijoita koskevaa tutkimusta voidaan todeta, että mielekäs harrastusympäristö sekä siitä mahdollistuva lapsen halu kehittyä ovat yksittäisiä tekijöitä, joka vaikuttaa huippu-urheilijaksi kehittymiseen.

Tulokset osoittivat, että yksi motiivi tutkimukseen osallistuneiden urheilijoiden lentopallon harrastamiseen lapsuudessa oli pärjääminen ikätovereita paremmin. 44 lentopalloilijaa kertoi, että lapsuuden lentopallon harrastamiseen on vaikuttanut pärjääminen ikätovereita paremmin ja vastaavasti vain 13 urheilijaa on ollut eri mieltä siitä, että ikätovereita perempi pärjääminen olisi vaikuttanut lentopallon harrastamiseen. Urheilumenestyksen taso vaikuttaa tähän tulokseen niin, että aikuisten maajoukkueessa pelanneet lentopalloilijat kokivat ikätovereitaan paremman menestyksen merkittävämmäksi, kun vain Mestaruusliigassa pelanneet lentopalloilijat. Tämä tulos, jossa suurin osa menestyneistä lentopalloilijoista kertoi ikätovereita paremman pärjäämisen vaikuttaneen harrastamiseen, on mielenkiintoinen. Sen mukaan minäsuuntautunut koettu pätevyys jo lapsuuden lentopalloharrastuksessa vaikuttaa myöhempään urheilumenestykseen merkittävästi. On havaittu, että suoritustilanteissa voi tuntea pätevyyttä ja onnistumisia kahdella eri tavalla, tehtävä- tai minäsuuntautuneisuudella. Tehtäväorientaatiolla tarkoitetaan pätevyyden kokemusten syntymistä yrittämisen ja oman kehittymisen myötä. Vastaavasti minäsuuntautunut henkilö kokee pätevyyden kokemuksia vertaamalla itseään muihin ja pärjäämällä paremmin kuin muut. (Liukkonen & Jaakkola 2013.) Tämän tutkimuksen tulokset siis osoittavat, että minäsuuntautunut tavoiteorientaatio näyttäisi olevan menestyneillä lentopalloilijoilla yleinen. Tämän tuloksen pohjalta voidaankin

siis todeta, että minäsuuntautuneella tavoiteorientaatiolla näyttäisi olevan merkitystä urheilumenestystä ennustavana tekijänä suomalaisilla lentopalloilijoilla.

### **5.3.3 Ympäristön luomat odotukset ja paineet**

Suurin osa (74 %) tutkimukseen osallistuneista lentopalloilijoista kertoi, että heiltä on odotettu menestystä jo lapsuuden urheiluharrastuksissa. Odotusten asettaminen jo lapsuuden urheiluharrastuksissa näyttää olevan tämän sekä aikaisempien tutkimusten mukaan yksi myöhempää urheilumenestystä ennustava tekijä. Kalliopuskan (1996) mukaan lapseen kohdistuvat erittäin suuret tai erittäin vähäiset odotukset voivat vaikuttaa negatiivisesti lapsen urheilumenestykseen. Vastaavasti kohtalaiset odotukset menestyksestä todennäköisesti innostavat lasta urheilemaan. Barreiros (2012) on tutkinut, että erityisessä asemassa odotusten asettajana ovat nuoren urheilijan vanhemmat sekä valmentaja. Tämä tulos havaittiin myös tässä tutkimuksessa menestyneiden lentopalloilijoiden kohdalla. Merkittävimmät odotusten asettajat ovat olleet menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuudessa valmentajat sekä vanhemmat.

Aiemmat tutkimukset (Barreiros 2012; Carlson 1988; Henriksen 2010) osoittavat, että lapsuuden menestyspaineilla on negatiivinen vaikutus myöhempään urheilumenestykseen. Näissä tutkimuksissa havaittiin, että menestyneet urheilijat eivät ole kokeneet juurikaan menestyspaineita lapsuuden urheiluharrastuksissa. Vastaavasti urheilijat, jotka eivät ole menestyneet aikuisena urheilu-urallaan, ovat tavallisesti kokeneet painostuksen tunteita lapsuuden urheiluharrastuksissa. Tämä suomalaisia menestyneitä lentopalloilijoita koskeva tutkimus osoittaa samanlaisia tuloksia aiempien tutkimusten kanssa. Jopa 72 % tutkimukseen osallistuneista lentopalloilijoista kertoi, ettei ole kokenut lapsuudessaan painostusta menestyä urheilussa. Lentopalloilijat olivat erittäin yksimielisiä siitä, etteivät he ole kokeneet menestyspaineita lapsuudessaan. Tästä johtuen tulos ei juurikaan eroa sukupuolen tai urheilumenestyksen välillä verrattaessa.

## 5.4 Pohdinnan yhteenveto

Tutkimuksen keskeisimmät tulokset osoittivat, että suurin osa menestyneistä lentopalloilijoista on asunut lapsuutensa kaupunkimaisessa kunnassa. Lentopalloilijat olivat hyvin yksimielisiä siitä, että heillä on ollut lapsuudessaan hyvät liikuntamahdollisuudet. Menestyneiden lentopalloilijoiden ensimmäinen lentopalloseura on yleensä ollut samassa kunnassa kuin lentopalloilijan lapsuuden asuinpaikka. Vain yhdeksän urheilijaa kertoi sen olevan eri paikkakunnalla. Tulokset osoittivat myös, että lentopalloilijat ovat harrastaneet lapsena ikätovereitaan enemmän liikuntaa. Lentopalloilijat ovat harrastaneet lapsuudessaan keskimäärin neljää eri lajia. Lentopallon harrastaminen on aloitettu seurassa keskimäärin 8 – vuotiaana ja päälaajiksi lentopallo on valikoitunut 13 –vuotiaana. Syntymäajankohtaa tarkasteltaessa huomattiin, että tutkimukseen osallistuneet lentopalloilijat ovat syntyneet yleisemmin vuoden toisella vuosineljänneksellä eli huhti-kesäkuussa.

Urheilu on ollut menestyneiden lentopalloilijoiden perheissä tärkeä arvo. Maajoukkueessa pelanneiden lentopalloilijoiden perheissä urheilua on arvostettu vain Mestaruusliigassa pelanneiden lentopalloilijoiden perheitä enemmän. Menestyneiden lentopalloilijoiden vanhemmat ovat olleet lähes poikkeuksetta läsnä urheilijoiden lapsuudessa. Vain viiden tutkimukseen osallistuneen urheilijan vanhemmat ovat eronneet urheilijan lapsuuden aikana. Vanhemmilla on ollut myös merkitystä lentopallon harrastamisen aloittamisessa. 90 % lentopalloilijoista kertoi, että vanhemmilla on ollut vaikutusta lentopallon harrastamisen aloittamiseen. Lentopalloilijat arvioivat perheensä sosioekonomisen aseman olevan keskimäärin suomalaisten sosioekonomisen tason keskiluokkaa. Tutkimukseen osallistuneet lentopalloilijat ovat perheissään yleisimmin nuorin sisarus. Lapsuuden lentopalloharrastuksissa tutkimukseen osallistuneilla lentopalloilijoilla on ollut keskimäärin kolme eri valmentajaa.

Vanhempien tuki ja kannustus on ollut yleistä menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden lentopalloharrastuksissa. Lentopalloa on harrastettu, koska sen harrastaminen koettiin mielekkääksi. Menestyneet urheilijat kertoivat myös, että lentopallon harrastamiseen lapsuudessa vaikutti keskeisesti pärjääminen ikätovereita paremmin. Suurin osa lentopalloilijoista kertoi, että heiltä on odotettu menestystä lentopalloharrastuksessa. Suurimmat odotusten asettajat ovat olleet vanhemmat sekä valmentajat. Vastaavasti menestyspainetta lentopalloilijat eivät kokeneet lapsuuden lentopalloharrastuksissa.

Monet tämän menestyneitä lentopalloilijoita koskevan tutkimuksen tuloksista ovat hyvin samansuuntaisia teoriaosassa esiteltyjen aiempien, eri lajeja käsittelevien tutkimusten kanssa. Yksi selitys sille, että tulokset ovat samanlaisia eri lajeissa menestyneiden urheilijoiden välillä voi olla Suomessa ihmisten tasa-arvoinen asema. Yhteiskunnalliset erot ovat Suomessa melko pieniä ihmisten välisen, hyvän tasa-arvon vuoksi.

## **5.5 Tutkimuksen hyödyntäminen, jatkotutkimusehdotukset ja rajoitukset**

Aiempaa tutkimusta suomalaisten lentopalloilijoiden lapsuuden ympäristötekijöistä ei ole saatavilla. Tästä johtuen tämä tutkimus tuo merkittävää, uutta tietoa menestyneeksi lentopalloilijaksi kehittymisestä. Tutkimusta on mahdollista hyödyntää suomalaisen lentopallon kehittämisessä liittojen-, seurojen- sekä yksittäisten urheilijoiden tasolla.

Tutkimuksen tuloksia voi myös pohtia liikuntakasvatuksen näkökulmasta. Lapsuuden ympäristötekijöiden tutkiminen lisää yleistä ymmärrystä ympäristön merkityksestä lapsen kehitykseen. Opettajien on hyvä ymmärtää esimerkiksi perhetaustojen tai asuinpaikan merkityksen yhteys lapsen kehitykseen, sillä kouluissa oppilaat tulevat erilaisista kasvu-ympäristöistä. Tämä näkyy esimerkiksi eri oppilaiden suhtautumisessa liikuntaan. Toiset oppilaat ovat sosiaalistuneet jo lapsuudessaan liikunnan pariin, kun toisilla oppilailla ei välttämättä ole mitään kokemuksia liikunnasta. Tämä tutkimus tuo siis uusia näkökulmia myös liikuntatieteelliseen tieteenalan keskusteluun.

Tutkimuksen tulosten luotettavuutta rajoittaa hieman se, että tutkimukseen osallistui yhteensä 72 lentopalloilijaa. Tämä määrä on vielä hieman pieni kvantitatiiviseen tutkimukseen. Suuremmalla osallistujamäärällä tuloksiin olisi mahdollista saada lisää luotettavuutta. Tämä näkyy tässä tutkimuksessa siinä, että muutamissa Khiin neliötesteissä ehtojen täytyminen oli tapausten osalta vain tyydyttävää. Mikäli tutkittavia olisi saatu lisää, olisi tilastollinen vahvuus todennäköisesti vain kasvanut. Myös tilastollisesti merkitsevien tulosten määrä olisi saattanut lisääntyä, mikäli tutkimusjoukko olisi ollut suurempi. Vaikka tutkimuksen luotettavuutta voi rajoittaa tutkittavien määrä, on tutkimuksessa kuitenkin onnistuttu tavoittamaan iso osa Suomen menestyneimmistä lentopalloilijoista. Tutkimukseen osallistui jopa 31 aikuisten maajoukkueessa pelannutta lentopalloilijaa ja 41 Mestaruusliigassa pelannutta lentopalloilijaa. Tutkimukseen onnistuttiin siis saamaan iso joukko suomalaisia korkeimmalle menestyneitä lentopalloilijoita, joten tutkimuksen tulokset kuvaavat luotettavasti menestyneimpien suomalaisten lentopalloilijoiden lapsuuden ympäristötekijöitä.

Tässä tutkimuksessa on keskitytty vain menestyneiden lentopalloilijoiden tutkimiseen, sillä tuloksia on verrattu Mestaruusliigassa ja aikuisten maajoukkueessa pelanneiden urheilijoiden välillä. Jatkossa mielenkiintoinen tutkimusasetelma voisi olla selvästi ammattilaisten lentopalloilijoiden ja harrastelijoiden tutkiminen. Tulokset voisivat olla erilaisia selvästi eri tasoisten ryhmien välillä, kuin Mestaruusliigan ja maajoukkueen urheilijoiden välillä. Tällainen tutkimus mahdollistaisi paremmin myös niiden ympäristötekijöiden kartoittamisen, jotka ovat mahdollisesti esteenä huippu-urheilijaksi kehittämisessä.

Tätä tutkimusta voisi myös laajentaa tai jatkaa tutkimalla menestyneiden lentopalloilijoiden lapsuuden elinympäristöjä laajemmasta näkökulmasta. Nyt tässä tutkimuksessa keskityttiin vain urheilijoiden lapsuuden mikroympäristöön (esim. perhe, kaverit, naapurit), joka on lasta lähinnä oleva ympäristö. Tutkimusta olisi mielenkiintoista laajentaa koskemaan menestyneiden lentopalloilijoiden mesoympäristöä (esim. koulu, lajiliitot, organisaatiot), eksoympäristöä (esim. urheilukulttuuri, nuorisokulttuuri) tai jopa makroympäristöä (esim. yhteiskunta ja kulttuuri). (Aarresola ym. 2012; Bonfenbrenner 1994)

Tutkimuksen avoimissa vastauksissa lentopalloilijat olivat kertoneet asioita, joita tässä tutkimuksessa ei tarkemmin käsitelty. Avoimessa kentässä pohdittiin muun muassa koulun merkitystä huippu-urheilijaksi kehittymisen kannalta. Vastauksissa tuli esiin myös fyysisten ominaisuuksien, kuten pituuden merkitys menestyneeksi lentopalloilijaksi kehittämisessä. Lentopalloilijoiden vastauksissa oli myös idea tutkia sitä, miten tässä tutkimuksessa käsitellyt asiat ovat muuttuneet urheilu-uran aikana lapsuudesta tähän päivään. Nämä lentopalloilijoiden mainitsemat asiat, joita ei tässä tutkimuksessa käsitelty, voisivat olla mielenkiintoisia aiheita jatkotutkimuksiin. Urheilijoiden mainitsemat uudet näkökulmat toisivat lisää mielenkiintoista tietoa menestyneeksi lentopalloilijaksi kehittämisestä.



## LÄHTEET

- Aarresola, O., Jaakkola, T., Kalaja, S., Konttinen, N., Kokko, S. & Sipari, T. 2012. Asiantuntijatyö urheilijan polun lapsuusvaiheen määrittelemiseksi tutkimustiedon pohjalta. Viitattu 19.12.2016. <http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiIsIjIwMTMvMTEvMjUvMTdfMTJfMTNfNjI1X0xhcHN1dXN2YWloZWVuX21fcml0dGVseW5fYXNpYW50dW50aWphdHlfcml0bV9uX3JhcG9ydHRpXzIwMTJfRkl0QUxfLnBkZiJdXQ/Lapsuusvaiheen%20määrittelyn%20asiantuntijatyöryhmän%20raportti%202012%20FINAL!.pdf>
- Aarresola, O. & Konttinen, N. 2012. Nuori urheilija –tutkimus: 14 – 15-vuotiaiden yksilöurheilijoiden harjoittelu, urheilupolut ja mikroympäristö. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU. Jyväskylä.
- Aarresola, O. & Konttinen, N. 2012. Nuori urheilija –tutkimus: 14 – 15-vuotiaiden joukkueurheilijoiden harjoittelu, urheilupolut ja mikroympäristö. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU. Jyväskylä.
- Aarresola, O. & Konttinen, N. 2012. Vanhemmat moni-ilmeinen vaikuttaja kilpaurheiluun sosiaalistumisessa. *Liikunta & Tiede* 49 (6), 29 – 30.
- Barreiros, A. N. 2012. To be(come) or not to be(come) an expert: A qualitative study of athlete development in sport. Teoksessa A. N. Barreiros. 2012. *Becoming an expert in sport: exploring the journey of Portuguese national team athletes*. Porto.
- Bronfenbrenner, U. 1994. *Ecological Models of Human Development*. In *International Encyclopedia of Education*, Vol. 3, 2<sup>nd</sup> Ed. Oxford: Elsevier. Reprinted in: Gauvain, M. & Cole, M. (Eds.), *Readings on the development of children*, 2<sup>nd</sup> Ed. (1993, pp. 37-43). NY: Freeman.
- Carlsson, R. 1988. The socialization of elite tennis players in Sweden: an analysis of the player's backgrounds and development. *Sociology of Sport Journal* 5 (3), 241-256.
- Côté, J. 1999. The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist* 13 (4), 395 – 417.
- Coté, J., Macdonald, D. J., Baker, J. & Abernethy, B. 2006. When “where” is more important than “when”: birthplace and birthdate effects on the achievement of sporting expertise. *Journal of Sports Sciences* 24 (10), 1065 – 1073.

- Delorme, N., Boiché, J. & Raspaud, M. 2010. Relative Age and dropout in French male soccer. *Journal of Sports Sciences*, Tylor & Francis: SSH Journals. 28 (7), pp. 717 – 722.
- Hakkarainen, H., Jaakkola, T., Kalaja, S., Lämsä, J., Nikander, A. & Riski, J. 2009. Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen perusteet. VK-Kustannus Oy. Lahti. 139 – 159.
- Harinen, U. & Karkela, E. 1988. Minä kasvan: Kasvuikäisen fyysinen kehitys ja sen tukeminen. Kirjayhtymä Oy. Vaasa.
- Heikkilä, T. 2014. Tilastollinen tutkimus. Edita Publishing Oy. Porvoo.
- Henriksen, K. 2010. The Ecology of Talent Development in Sport. A Multiple Case Study of Successful Athletic Talent Development Environments in Scandinavia. University of Southern Denmark.
- Hämäläinen, K. 2012 Valmentajan merkitys ja rooli. Teoksessa Aarresola, O., Jaakkola, T., Kalaja, S., Konttinen, N., Kokko, S. & Sipari, T. 2012 Asiantuntijatyö urheilijan polun lapsuusvaiheen määrittelemiseksi tutkimustiedon pohjalta. Viitattu 20.2.2017. <http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiIsIjIwMTMvMTEvMjUvMTdfMTJfMTNfNjI1X0xhcHN1dXN2YWloZWVuX21fcml0dGVseW5fYXNpYW50dW50aWphdHlfclobV9uX3JhcG9ydHRpXzIwMTJfRklOQUxfLnBkZiJdXQ/Lapsuusvaiheen%20määrittelyn%20asiantuntijatyöryhmän%20raportti%202012%20FINAL!.pdf>
- Kalliopuska, M., Nykänen, H. & Miettinen, P. 1996. Voittoon, huipulle!. Vantaa.
- Kokko, S. 2012 Urheilullinen elämäntapa ja -rytmi. Teoksessa Aarresola, O., Jaakkola, T., Kalaja, S., Konttinen, N., Kokko, S. & Sipari, T. 2012 Asiantuntijatyö urheilijan polun lapsuusvaiheen määrittelemiseksi tutkimustiedon pohjalta. Viitattu 18.2.2017. <http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiIsIjIwMTMvMTEvMjUvMTdfMTJfMTNfNjI1X0xhcHN1dXN2YWloZWVuX21fcml0dGVseW5fYXNpYW50dW50aWphdHlfclobV9uX3JhcG9ydHRpXzIwMTJfRklOQUxfLnBkZiJdXQ/Lapsuusvaiheen%20määrittelyn%20asiantuntijatyöryhmän%20raportti%202012%20FINAL!.pdf>
- Liukkonen, J. & Jaakkola, T. 2013. Liikuntamotivaatio elinikäisen liikuntaharrastuksen edellytyksenä. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. Liikuntapedagogiikka. PS-kustannus.
- MacDonald, D. J., King, J., Cote, J. & Abernethy, B. 2009. Birthplace effects on the development of female athletic talent. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 12, 234 – 237.

- Mononen, K., Aarresola, O., Sarkkinen, P., Finni, J., Kalaja, S., Härkönen, A. & Pirttimäki, M. 2014. Tavoitteena nuoren urheilijan hyvä päivä. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU. Jyväskylän yliopisto. VALO ry. Suomen Olympiakomitea. Viitattu 3.1.2017. [http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiIsLjIwMTQvMDgvMjUvMTBfMTBfMTVfMTE2X1ZhbGludGF2YWloZV93d3cucGRmI1d/Valintavaihe\\_www.pdf](http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiIsLjIwMTQvMDgvMjUvMTBfMTBfMTVfMTE2X1ZhbGludGF2YWloZV93d3cucGRmI1d/Valintavaihe_www.pdf)
- Niemi-Nikkola, K. 2005. Nuoren urheilijan tie huipulle – lahjakkuutta ja valintoja. *Liikunta ja Tiede* 42 (5), 26-27.
- Nupponen, H., Halme, T., Parkkisenniemi, S., Pehkonen, M. & Tammelin, T. 2010. LAPS SUOMEN –tutkimus: 3-12 –vuotiaiden lasten liikunta aktiivisuus. Yhteenveto vuosien 2001-2003 menetelmistä ja tuloksista. *Likes. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja*.
- Nupponen, H., Laakso, L. & Telama, R. 2008. Nuorten liikuntaharrastus edelleen riippuvainen asuinpaikasta. *Liikunta ja tiede* 45; 4, 8-11.
- Piispa, M. & Huhta, H. 2013. Epätavallisia elämänkulkuja. Huippu-urheilijat ja –taiteilijat 2000-luvun Suomessa.
- Puustinen, H. & Viksten, S. 2016. Suomalaisten jalkapalloilijoiden urapolut ja motivaatiotekijät. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu –tutkielma. Viitattu 5.3.2018. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/50121/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201606062892.pdf?sequence=1>
- Rees, T., Hardy, L., Güllich, A., Abernethy, B., Côté, J., Woodman, T., Montgomery, H., Laing, S. & Warr, C. 2016. The great British medalists project: A review of current knowledge on the development of the world’s best sporting talent. *Sports Med* 46:1041 – 1058.
- Ronbeck, N-F. & Vikander, N.O. 2011. The role of peers: Siblings and friends in the recruitment and development of athletes. *Acta Kinesiologiae Universitatis Tartuensis*. Finnmark University College & North Troendelag University College. Norway.
- Siekanska, M. 2012. Athletes’ perception of parental support and its influence on sports accomplishments – a retrospective study. *Human movement* 13 (4):380-387.
- Tast, L & Finni, J. 2011. Suomalaisten huippu-urheilijoiden polkuja. Huippu-urheilun muutosryhmän urheilijahaastattelujen analyysimateriaali. Teoksessa *Asiantuntijatyö urheilijan polun lapsuusvaiheen määrittelymiseksi tutkimustiedon pohjalta*. 17 – 18.

Viitattu 20.2.2017. <http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiIsIjIwMTMvMTEvMjUvMTdfMTJfMTNfNjI1X0xhcHN1dXN2YWloZWVuX21fcm10dGVseW5fYXNpYW50dW50aWphdHlfcnl0bV9uX3JhcG9ydHRpXzIwMTJfRklOQUxfLnBkZiJdXQ/Lapsuusvaiheen%20määrittelyn%20asiantuntijatyöryhmän%20raportti%202012%20FINA!.pdf>

THL. 2015. Hyvinvointi- ja terveyserot. Eriarvoisuus. Viitattu 17.2.2017  
<https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus>

Tilastokeskus. 2018. Kunnat 2018. Kuntaryhmitys 2018. Viitattu 23.3.2018  
[http://www.stat.fi/meta/luokitukset/kunta/001-2018/kunta\\_kr.html](http://www.stat.fi/meta/luokitukset/kunta/001-2018/kunta_kr.html)

Turpeinen, H. 2012. Kohti huippu-urheilijan uraa. Tutkimus nuorten urheilijoiden sosiaalisista, fyysisistä ja psyykkisistä taustatekijöistä sekä heidän uraan vaikuttaneista ympäristötekijöistä. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu – tutkielma. Viitattu 24.5.2018  
<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/37663/URN:NBN:fi:jyu-201204021504.pdf?sequence=1>

Westergård, J. 1990. Lapsen kehitys ja urheilu. Teoksessa J. Westergård & H. Itkonen (toim). Lapsi ja nuori urheiluseurassa. Turku: Työväen urheiluliitto.

## LIITTEET

### LIITE 1. Saate

Arvoisa lentopalloilija!

Tämä tutkimus kerää tietoa suomalaisten lentopalloilijoiden lapsuuden elinympäristöistä. Tarkoituksena on kerätä tietoa siitä, miten lapsuuden elinympäristö on yhteydessä urheilumenestykseen.

Kaikki kyselyyn vastaamasi tiedot ovat luottamuksellisia ja niitä käytetään vain Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisen tiedekunnan pro gradu –tutkimukseen. Tutkimuksessa tietoja käsitellään anonymisti niin, ettei vastaajien henkilöllisyys tule esiin. Täyttämällä lomakkeen sallit tietojen käytön Jyväskylän yliopistossa tapahtuvaan tutkimustyöhön.

Huomaathan, että kysely on tehtävä kerralla loppuun asti. Varaathan siis hetken aikaa vastaamiseen. Kyselyyn vastaaminen vie noin 10-15 minuuttia.

Ystävällisin terveisin,  
Eveliina Vilponen  
evalvilp@student.jyu.fi

## LIITE 2. Kyselylomake

### PERUSTIEDOT

1. Syntymäajankohta (pp.kk.vvvv) \_ \_ . \_ \_ . \_ \_ \_ \_ \_

2. Syntymäpaikka \_\_\_\_\_

3. Sukupuoli

Mies ( )

Nainen ( )

4. Valitse mitä seuraavista joukkueista olet edustanut. Merkitse myös kuinka monta ottelua keskimäärin sinulla on kyseisellä tasolla.

( ) Mestaruusliiga \_\_\_\_\_

( ) Aikuisten maajoukkue \_\_\_\_\_

( ) Ammattilaisjoukkue ulkomailla \_\_\_\_\_

### FYYSINEN YMPÄRISTÖ

5. Lapsuuden asuinpaikka? (Jos monia, mainitse se jossa olet asunut pisimpään 0-13 –  
vuotiaana)

\_\_\_\_\_

**6. Asuitko edellisessä kysymyksessä mainitsemissasi kunnassa:**

- Keskustassa
- Taajamassa
- Lähiössä
- Haja-asutusalueella

**7. Paikkakunta, jossa harjoitteli ensimmäinen lentopallojoukkueesi?**

\_\_\_\_\_

**8. Kuinka monta urheilulajia olet harrastanut lapsuudessasi?**

\_\_\_\_\_

**9. Arvioi, kuinka monta kertaa olet harrastanut liikuntaa lapsena VIIKOSSA OHJATUSTI. (esim. Joukkueharjoitukset ja valmentajan tekemät yksilölliset harjoitusohjelmat)**

Ennen alakouluikää (0-6v) \_\_\_\_\_  
Alakouluikäisenä (7-13v) \_\_\_\_\_

**10. Arvioi, kuinka monta prosenttia lapsuuden liikunnastasi on ollut organisoimatonta liikuntaa ENNEN ALAKOULUIKÄÄ. (Organisoimaton liikunta tarkoittaa ohjatun seuratoiminnan ulkopuolista, omalla ajalla tapahtuvaa liikuntaa.)**

0 % \_\_\_\_\_ 100 %

**11. Arvioi, kuinka monta prosenttia lapsuuden liikunnastasi on ollut organisoimatonta liikuntaa ALAKOULUIKÄISENÄ.** (Organisoimaton liikunta tarkoittaa ohjatun seuratoiminnan ulkopuolista, omalla ajalla tapahtuvaa liikuntaa.)

0 % \_\_\_\_\_ 100 %

**12. Minkä ikäisenä olet aloittanut lentopallon harrastamisen seurassa?**

\_\_\_\_\_

**13. Onko lapsuuden lähiympäristössä ollut joku muu (kuin lähin urheiluhalli) lentopalloharjoitteluun sopiva alue, missä kävit harjoittelemassa?**

- Ei  
 Kyllä

**14. Onko omasta mielestäsi lapsuuden asuinpaikassasi ollut hyvät liikuntamahdollisuudet ja onko harjoittelupaikoille meneminen ollut aina halutessasi mahdollista?**

Huonot harjoittelumahdollisuudet	1	2	3	4	5	Erittäin hyvät harjoittelumahdollisuudet
-------------------------------------	---	---	---	---	---	---

- En tiedä



**15. Jos vertaat lapsuuden liikunta-aktiivisuuttasi muihin saman ikäisiin lapsiin (0-13v), oletko harrastanut mielestäsi liikuntaa:**

Vähemmän kuin ikätoverit      1      2      3      4      5      Enemmän kuin ikätoverit

En tiedä

### **SOSIAALINEN YMPÄRISTÖ**

**16. Onko urheilu ollut tärkeä arvo perheessäsi lapsuutesi aikana (0-13v)?**

Vähän tärkeä    1      2      3      4      5      Erittäin tärkeä

Ei ollenkaan tärkeä

**17. Ovatko vanhempasi eronneet lapsuutesi aikana (0-13v)?**

Kyllä

Ei

**18. Ovatko molemmat vanhempasi olleet läsnä koko lapsuutesi (0-13v)?**

Kyllä

Ei

**19. Mitä urheilua äitisi on harrastanut? Kirjoita myös tekstikenttään, millä tasolla äitisi on harrastanut urheilua (harrastetasolla, paikallisella huipputasolla, kansallisella tasolla, kansainvälisellä tasolla)**

Ei ole harrastanut urheilua

Harrastanut muuta urheilua kuin lentopalloa \_\_\_\_\_

Harrastanut lentopalloa \_\_\_\_\_

**20. Mitä urheilua isäsi on harrastanut? Kirjoita myös tekstikenttään, millä tasolla isäsi on harrastanut urheilua (harrastetasolla, paikallisella huipputasolla, kansallisella tasolla, kansainvälisellä tasolla)**

Ei ole harrastanut urheilua

Harrastanut muuta urheilua kuin lentopalloa \_\_\_\_\_

Harrastanut lentopalloa \_\_\_\_\_

**21. Ovatko vanhempasi osallistuneet urheilutoimintaasi lapsuudessasi? (esimerkiksi harrastuksien kuljettaminen, harjoitusten seuraaminen, yhteinen urheilullinen harrastaminen)**

Erittäin vähän 1      2      3      4      5      Erittäin paljon

Ei ollenkaan

**22. Ovatko vanhempasi osallistuneet urheiluharrastukseksi tekemiseen rahallisesti?**

Erittäin vähän      1      2      3      4      5      Erittäin paljon

Ei ollenkaan

**23. Arvioi perheesi sosioekonominen asema (tulot, varallisuus, asumismuoto) lapsuutesi (0-13v) aikana.**

Matala sosioekonominen Asema      1      2      3      4      5      Korkea sosioekonominen asema

En tiedä

**24. Mikä on äitisi koulutustaso?**

- Peruskoulu
- Lukio/Ammatillinen koulutus
- Opisto/Ammattikorkeakoulu
- Yliopisto

**25. Mikä on isäsi koulutustaso?**

- Peruskoulu
- Lukio/Ammatillinen koulutus
- Opisto/Ammattikorkeakoulu
- Yliopisto

**26. Onko vanhempasi toiminut joukkueesi valmentajana?**

- Kyllä
- Ei

**27. Onko lapsuuden perheessäsi toteutettu säännöllistä arkirytmää? (ruokailujen, nukkumaanmenoaikojen ym. Säännöllisyys)**

Erittäin vähän      1      2      3      4      5      Erittäin paljon

Ei ollenkaan

**28. Mikä on asemasi sisarusparvessa?**

- Ainut lapsi
- Nuorin
- Keskimmäisiin kuuluva
- Vanhin

**29. Mitä urheilua sisaruksesi on harrastanut? Kirjoita myös tekstikenttään, millä tasolla sisaruksesi on harrastanut urheilua (harrastetasolla, paikallisella huipputasolla, kansallisella tasolla, kansainvälisellä tasolla) (kysymykset 29, 30 ja 31)**

SISARUS 1

- Ei ole harrastanut urheilua
- Harrastanut muuta urheilua kuin lentopalloa \_\_\_\_\_
- Harrastanut lentopalloa \_\_\_\_\_

**30. Mitä urheilua sisaruksesi on harrastanut? Kirjoita myös tekstikenttään, millä tasolla sisaruksesi on harrastanut urheilua (harrastetasolla, paikallisella huipputasolla, kansallisella tasolla, kansainvälisellä tasolla) (kysymykset 29, 30 ja 31)**

SISARUS 2 (mikäli sinulla on vain yksi sisarus, älä vasta tähän kysymykseen)

- Ei ole harrastanut urheilua
- Harrastanut muuta urheilua kuin lentopalloa \_\_\_\_\_
- Harrastanut lentopalloa \_\_\_\_\_

**31. Mikäli sinulla on enemmän kuin kaksi sisarusta, täytä tähän tekstikenttään tiedot myös heidän urheilutaustastaan. Mitä urheilua sisaruksesi ovat harrastaneet ja millä tasolla? (harrastetasolla, paikallisella huipputasolla, kansallisella tasolla, kansainvälisellä tasolla)**

---

---

---

---

**32. Kuinka monta valmentajaa sinulla on ollut lentopallossa lapsuutesi aikana (0-13v)?**

---

### **PSYKKINEN YMPÄRISTÖ**

**33. Alla on lueteltu tekijöitä, joilla on saattanut olla merkitystä lentopallon harrastamisen aloittamiseen/kipinän syttymiseen. Valitse ne tekijät, joilla on ollut merkitystä sinun kohdallasi. Vastaa myös tekstikenttään yhdellä numerolla 1-5, Kuinka suuri merkitys tekijällä on ollut sinun kohdallasi.**

**(1= erittäin vähän vaikutusta, 2= vähän vaikutusta, 3= kohtalainen vaikutus, 4= suuri vaikutus, 5= erittäin suuri vaikutus)**

- ( ) Omat vanhemmat \_\_\_\_\_
- ( ) Sisarukset \_\_\_\_\_
- ( ) Muu sukulainen \_\_\_\_\_
- ( ) Kotipaikkakunnan urheiluperinteet \_\_\_\_\_
- ( ) Hyvä menestys urheilussa \_\_\_\_\_
- ( ) Huippu-urheilija esikuva/ihanne \_\_\_\_\_
- ( ) Kaverit \_\_\_\_\_
- ( ) Oma kiinnostus lentopalloa kohtaan \_\_\_\_\_
- ( ) Urheilupaikkojen läheisyys \_\_\_\_\_
- ( ) Joku muu, mikä? \_\_\_\_\_

**34. Alla on lueteltu tekijöitä, joilla on voinut olla merkitystä lentopallon valikoitumiseen pääalajiksi. Valitse tekijät, joilla on ollut merkitystä sinun kohdallasi pääalajin valikoitumisessa. Vastaa tekstikenttään yhdellä numerolla 1-5, Kuinka suuri merkitys kyseisellä tekijällä on ollut sinulle.**

**(1= erittäin vähän vaikutusta, 2= vähän vaikutusta, 3= kohtalainen vaikutus, 4= suuri vaikutus, 5= erittäin suuri vaikutus)**

- ( ) Omat vanhemmat \_\_\_\_\_
- ( ) Sisarukset \_\_\_\_\_
- ( ) Muu sukulainen \_\_\_\_\_
- ( ) Kotipaikkakunnan urheiluperinteet \_\_\_\_\_
- ( ) Hyvä menestys urheilussa \_\_\_\_\_
- ( ) Huippu-urheiluja esikuva/ihanne \_\_\_\_\_
- ( ) Kaverit \_\_\_\_\_
- ( ) Oma kiinnostus lentopalloa kohtaan \_\_\_\_\_
- ( ) Urheilupaikkojen läheisyys \_\_\_\_\_
- ( ) Joku muu, mikä? \_\_\_\_\_

**35. Minkä ikäisenä lentopallo on valikoitunut pääalajiksesi?**

\_\_\_\_\_

**36. Koetko, että olet saanut tukea ja kannustusta vanhemmiltasi lantopalloharrastuksessasi (0-13v)?**

Erittäin vähän      1      2      3      4      5      Erittäin paljon

( ) En ollenkaan

**37. Miten koet sinun/urheilumenestykseesi kohdistuneet odotukset lapsuudessasi (0-13v)? Alla on lueteltu henkilöitä, jotka ovat voineet kohdistua odotuksiaan sinun. Valitse ne henkilöt, jotka koet merkityksellisiksi omalla kohdallasi. Kirjoita myös tekstikenttään, Kuinka suuri merkitys kyseisellä henkilöllä on ollut odotusten asettajana (1-5).**

**1= erittäin vähäiset odotukset menestyksestä, 2= vähäiset odotukset menestyksestä, 3= kohtalaiset odotukset menestyksestä, 4= suuret odotukset menestyksestä, 5= todella suuret odotukset menestyksestä**

Ei odotuksia urheilumenestyksestä

Valmentaja

Vanhemmat

Kaverit

Seuran toimijat

Joku muu henkilö, kuka?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**38. Oletko kokenut lapsena (0-13v) painostusta menestyä urheilussa? Alla on lueteltu tekijöitä, joilla on voinut olla merkitystä painostuksen tunteen luojina. Valitse ne tekijät, jotka koet merkityksellisiksi omalla kohdallasi. Vastaa myös tekstikenttään, Kuinka suuri merkitys kyseisellä henkilöllä on ollut menestyspaineiden asettajana (1-5).**

**1= erittäin lievä painostus menestyä, 2= lievä painostus menestyä, 3= kohtalainen painostus menestyä, 4= suuri painostus menestyä, 5= todella suuri painostus menestyä**

Ei menestyspaineita

Valmentaja

Vanhemmat

Kaverit

Seuran toimijat

Joku muu henkilö, kuka?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Vastaa seuraaviin väitteisiin pohtien omaa motivaatiotasi lapsuudessa (0-13) lentopallon liittyvässä harrastuksessa? (Valitse kuvaavin vaihtoehto 1-5)**

**39. Lentopallon harrastamiseen on vaikuttanut se, että olen kokenut pärjääväni siinä ikätovereitani paremmin**

Eri mieltä    1       2       3       4       5       Samaa mieltä

( ) En tiedä

**40. Harrastaminen on ollut minulle jostain syystä pakollista**

Eri mieltä    1       2       3       4       5       Samaa mieltä

( ) En tiedä

**41. Olen harrastanut lentopalloa palkkioiden/menestyksen tavoittelun vuoksi**

Eri mieltä    1       2       3       4       5       Samaa mieltä

( ) En tiedä

**42. Olen harrastanut lentopalloa, koska olen halunnut kehittyä lajissa**

Eri mieltä    1       2       3       4       5       Samaa mieltä

( ) En tiedä

**43. Olen harrastanut lentopalloa, koska harrastaminen on ollut minulle mielekästä**

Eri mieltä    1       2       3       4       5       Samaa mieltä

( ) En tiedä



## **JÄIKÖ JOTAIN KYSYMÄTTÄ?**

**44. Tässä kohdassa voit kertoa vapaasti, mikäli mieleesi jäi jokin aiheeseen liittyvä ajatus, joka jäi tässä kyselyssä kysymättä.**

---

---

---

---

**Kiitos vastauksesta!  
Kiittäen, Eveliina Vilponen**