

JOUKKUEURHEILIJOIDEN KOKEMA HENKINEN VÄKIVALTA

Heljä Jääskeläinen & Sanni Levy

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2022

TIIVISTELMÄ

Jääskeläinen, H. & Levy, S. 2021. Joukkueurheilijoiden kokema henkinen väkivalta. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, Liikuntapedagogiikan Pro- gradu tutkielma. 50 s.

Henkinen väkivalta on yhteydessä lapsen ja nuoren kehitykseen. Sillä voi myös olla pitkäaikaisia yksilön hyvinvointia heikentäviä vaikutuksia. Tässä tutkimuksessa selvitettiin joukkueurheilijoiden kokemaa henkistä väkivaltaa valmentaja–urheilija -suhteessa sekä urheilija–urheilija -suhteessa. Tutkimme mitä henkisen väkivallan muotoja urheilussa ilmenee. Toiseksi tutkimme yksittäisen muuttujan eli iän, juridisen sukupuolen, itsetunnon, seksuaalisen suuntautumisen ja kilpailutason sekä henkisen väkivallan kokemisen yhteyksien eroja valmentajan ja urheilijan sekä urheilijoiden välisissä suhteissa. Kolmanneksi selvitimme näiden viiden taustamuuttujan yhteyttä henkisen väkivallan kokemiseen molemmissa vuorovaikutussuhteissa.

Tämän tutkimuksen aineisto oli osana PRACT-hanketta, jonka tarkoituksena oli edistää yhdenvertaisuutta ja vähentää sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen syrjintää urheilussa ja koululiikunnassa. PRACT-hankkeen rahoittajana toimi Opetus- ja kulttuuriministeriö. Tämän tutkimuksen otanta oli 291 ja vastanneista 72,8 % (n= 211) oli juridiselta sukupuolelta naisia ja 27,2 % (n= 79) miehiä. Tutkimukseen osallistuneiden ikäjakauma oli 10–77 vuotta. Tutkimustulosten analysoinnissa käytettiin keskiarvoja. Lisäksi analyysimenetelminä käytettiin yksisuuntaista varianssianalyysiä, jonka avulla selvitimme, onko viiden yksittäisen muuttujan ja henkisen väkivallan kokemisen yhteyksissä eroja. Toisena analyysimenetelmänä käytettiin lineaarista regressioanalyysiä, jolla selvitettiin viiden taustamuuttujan yhteyksiä henkisen väkivallan kokemiseen valmentaja–urheilija -suhteessa ja urheilija–urheilija -suhteessa.

Keskiarvojen mukaan yleisin henkisen väkivallan muoto oli tuen ja huomion kieltäminen valmentaja–urheilija -suhteessa ja urheilija–urheilija -suhteessa. Tutkittavista muuttujista heikko itsetunto ja juridinen miessukupuoli olivat tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä henkisen väkivallan kokemiseen niin valmentaja–urheilija- kuin urheilija–urheilija -suhteessa sekä yksittäisinä muuttujina että mallin avulla tarkasteltuna.

Tämä tutkimus osoittaa, että henkistä väkivaltaa esiintyy joukkueurheilussa. Valmentajilla on suuri kasvatuksellinen rooli ja vastuu omasta toiminnasta sekä urheilijoiden toiminnasta. Valmentajien tietoisuutta lisäämällä henkisestä väkivallasta ja siihen vaikuttavista taustatekijöistä pystyttäisiin ehkäisemään henkisen väkivallan kokemuksia. Valmentaja voi omalla toiminnallaan tukea esimerkiksi urheilijan itsetuntoa.

Asiasanat: Henkinen väkivalta, ikä, juridinen sukupuoli, itsetunto, seksuaalinen suuntautuneisuus, kilpailutaso, valmentaja–urheilija -suhde, urheilija–urheilija -suhde

ABSTRACT

Jääskeläinen, H. & Levy, S. 2021. Emotional abuse experienced by team athletes in team sports. Faculty of Sport, University of Jyväskylä, Master's Thesis in Sports Pedagogy. 50's.

Emotional abuse is associated with development of children and youth. It may also have long-term effects on an individual's well-being. This study investigated the emotional abuse experienced by team sport athletes in the coach-athlete relationship and in the athlete-athlete relationship. We studied what forms of emotional abuse occur in sport. Secondly, we examined the differences in the association between the individual variables (age, legal sex, self-esteem, competitive level, and sexual orientation) and the experience of emotional abuse, in the coach-athlete and athlete-athlete relationship. Thirdly, we investigated associations between these five background variables and the experience of emotional abuse in both interactions.

The material for this study was part of the PRACT project, which aims to promote equality and reduce discrimination against gender and sexual minorities in sport and school sports. The PRACT project funded by the Ministry of Education and Culture. Our survey gained 291 respondents, of which 72.8% (n= 211) were women of the legal sex and 27.2% (n= 79) were men. The age distribution of the participants in the study ranged from 10 to 77 years of age. Averages were used to analyse the results of the study. In addition, one-way variance analysis was used as analytical methods to determine whether there are differences between five individual variables and experiencing emotional abuse. The second method of analyses was generalized linear model, which investigated associations between background variables and experience of emotional abuse in the coach-athlete relationship and the athlete-athlete relationship.

According to the averages, the most common form of emotional abuse was the denial of support and attention in the coach-athlete relationship and in the athlete-athlete relationship. Of the variables studied, statistics showed that low self-esteem and legal male gender were statistically significantly associated to the experience of emotional abuse in both coach-athlete and athlete-athlete relationships both as individual variables and when viewed using the model.

This study shows that emotional abuse occurs in team sports. Coaches have a great role and responsibility for their own and athletes' behavior. By raising coaches' awareness of emotional abuse and the background factors affecting it, it would be possible to prevent experiences of emotional abuse. For example, the coach can support the athlete's self-esteem.

Key words: Emotional abuse, age, legal sex, self-esteem, sexual orientation, level of competition, coach-athlete relationship, athlete-athlete relationship

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1. JOHDANTO.....	1
2. HENKINEN VÄKIVALTA.....	4
2.1 Henkisen väkivallan määritelmä	5
2.2 Henkisen väkivallan seuraukset.....	7
2.3 Henkiseen väkivaltaan vaikuttavat tekijät	8
2.3.1 Ikä	8
2.3.2 Itsetunto	9
2.3.3 Juridinen sukupuoli	11
2.3.4 Seksuaalivähemmistöön kuuluminen	12
2.3.5 Kilpailutaso.....	13
3. RYHMÄILMIÖT JOUKKUEURHEILUSSA	15
4. HENKINEN VÄKIVALTA JOUKKUEURHEILUSSA.....	17
4.1 Henkinen väkivalta valmentajan ja urheilijan välisessä suhteessa.....	18
4.2 Henkinen väkivalta urheilijoiden välisessä suhteessa	20
5. TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	22
5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja viitekehys.....	22
5.2 Tutkimuskysymykset.....	23
6. TUTKIMUSMENETELMÄT	24
6.1 Tutkimusjoukko ja aineiston kerääminen.....	24
6.2 Kyselylomake ja mittarit	27
6.3 Tutkimuksen validiteetti ja reliabiliteetti.....	29
6.4 Tilastolliset menetelmät.....	32
7. TULOKSET	34
8. POHDINTA.....	40

8.1 Tulosten yhteenveto.....	40
8.1.1 Henkisen väkivallan yleisyys joukkueurheilussa	40
8.1.2 Tutkittujen taustamuuttujien yhteys henkisen väkivallan kokemiseen	41
8.2 Tutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset.....	47
8.3 Jatkotutkimusehdotukset	49
LÄHTEET	51

1. JOHDANTO

Tässä pro gradu -tutkielmassa tutkimme henkisen väkivallan esiintymistä joukkueurheilussa. Lapset ja nuoret oppivat urheilussa arvoja, erilaisia normeja sekä taitoja, jotka edistävät heidän myönteistä kehitystään (Jacobs, Smits & Knoppers 2017). Parhaimmillaan urheilu tukee nuorten henkistä ja fyysistä kasvua sekä parantaa itseluottamusta, itsetuntoa ja sosiaalisia taitoja (Helsingin Sanomat 2020). Urheilutoimintaan osallistuminen edistää nuoren liikunnallisesti aktiivista elämäntapaa. Tämän lisäksi urheilun parissa nuori oppii tekemään terveyttä edistäviä valintoja ravintoon, lepoon ja liikkumiseen liittyen. (Mononen ym. 2014, 12.)

Yksi keskeinen arvo ja tavoite lasten ja nuorten liikuntaharrastuksessa on yhdenvertaisuuden edistäminen sekä poliittisella että seuratasolla (Peltola 2016, 24). Myös vuonna 2015 voimaan tulleessa liikuntalaissa muun muassa tasa-arvo, yhdenvertaisuus sekä yhteisöllisyys nähdään olevan toiminnan lähtökohtana. Liikuntalain tavoitteena on esimerkiksi tukea lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä, liikunnan ja huippu-urheilun rehellisyyttä ja eettisiä periaatteita sekä vähentää eriarvoisuutta liikunnassa. (Liikuntalaki 390/2015, 2015.)

Liikuntaharrastuksiin liittyy kuitenkin myös kielteinen puoli. Viime vuosina julkisuuteen on noussut urheiluun liittyviä tapauksia, joissa valmentaja on kohdistanut henkistä väkivaltaa urheilijoihin. Suomessa kohua on herättänyt valmentajien kyseenalainen toiminta muun muassa joukkuevoimistelussa (Saarinen 2019) sekä muodostelmaluistelussa (Saarinen 2020). Mannerheimin Lastensuojeluliiton tekemän kartoituksen mukaan, jossa selvitettiin lasten kokemuksia liikuntaharrastuksessa viihtymisessä, henkistä väkivaltaa esiintyy myös muissa urheilulajeissa (MLL 2018, 3). Henkistä väkivaltaa urheilussa on raportoitu tapahtuvan myös kansainvälisesti (Kerr, Willson & Stirling 2019; Vertommen ym. 2016). Lisäksi monet suomalaiset sekä kansainväliset tutkimukset ovat tuoneet esille, että liikuntaharrastuksissa esiintyy henkisen väkivallan lisäksi eriarvoistavia käytäntöjä, kiusaamista, väärinkäytöksiä sekä muita väkivallan muotoja (Fagerlund, Peltola, Kääriäinen, Elonen & Sariola 2014; Hakanen, Myllyniemi & Salasuo 2019, 48; MLL 2018, 3–4; Peltola 2016, 26; Stirling & Kerr 2013).

Peltolan (2016, 26) mukaan liikunta ja urheiluharrastuksessa väkivaltaa voi esiintyä sekä ohjaajan tai valmentajan että vertaisten toimesta. Mannerheimin lastensuojeluliiton (MLL 2018) tekemän tutkimuksen mukaan kiusaamista, loukkaavaa kohtelua ja häirintää esiintyy

sukupuolesta riippumatta kaikissa eri urheilulajeissa, niin yksilö- kuin joukkueurheilussa. Laine, Salasuo ja Matilainen (2016, 60) havaitsivat Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa (LIITU) -tutkimuksessaan kiusaamista ja tutkimuksen mukaan noin viidenneksen kiusaamistapauksista havaittiin tapahtuvan urheilun ja liikuntaharrastusten parissa. Koulussa tapahtuvan kiusaamisen jälkeen urheilu- ja liikuntaharrastuksissa tapahtuvaa kiusaamista ilmeni toiseksi yleisimmin. (Laine ym. 2016, 60.)

Vaikka suurimmalla osalla ohjattuun urheiluun tai liikuntaharrastukseen osallistuvalla ei ole kokemusta väkivallasta tai väärinkäytöksistä, tutkimuksen tulokset osoittavat, että henkistä väkivaltaa ilmenee (Kerr ym. 2019; Kerr, Willson & Stirling 2020; Peltola 2016, 31–32) ja siihen tulisi puuttua. Ongelmana voi olla henkistä väkivaltaa esiintyvien tilanteiden havaitseminen, sillä henkisen väkivallan kokemukset ovat yksilöllisiä ja tilanteista riippuvaisia (Iwaniec 2006, 9–10). Henkisen väkivallan kokemiseen vaikuttavat esimerkiksi monet yksilölliset tekijät (Fagerlund ym. 2014; Gervis, Rhind & Luzar 2016; Kokkonen 2018; Peltola & Kivijärvi 2017; Vertommen ym. 2016). Henkistä väkivaltaa on vaikea tunnistaa, sillä henkisen väkivaltaa voidaan pitää normaalina käyttäytymisenä ja osana urheilukulttuuria (Marttala, Immonen & Huovinen 2012; Stafford, Alexander & Fry 2015; Stirling & Kerr 2008). Tästä syystä on mahdollista, että henkistä väkivaltaa ilmenee urheilussa tutkittua enemmän.

Henkinen väkivalta on väkivallan muoto, joka ilmenee henkilön psyykkisen hyvinvoinnin tahallisenä vahingoittamisena. Henkinen väkivalta voi ilmetä esimerkiksi toisen alistamisena, sosiaalisen kanssakäymisen rajoittamisena, eristämisenä tai kontrollointina. (Bildjuschkin ym. 2020.) Stirling ja Kerr (2008) ovat määritelleet henkistä väkivaltaa tarkemmin ja luokitelleet henkisen väkivallan muodot kolmeen eri luokkaan: fyysinen henkisen väkivallan muoto, sanallinen henkisen väkivallan muoto sekä huomion ja tuen kieltäminen. Tässä pro gradu -tutkielmassa selvitimme mitä henkisen väkivallan muotoja esiintyy valmentajan ja urheilijan välisessä suhteessa ja urheilijoiden keskinäisessä suhteessa. Tutkimuksen teoreettisena viitekehyksenä käytimme Stirlingin ja Kerrin (2008) laatimaa henkisen väkivallan jaottelua.

Tässä pro gradu -tutkielmassa tutkimme henkistä väkivaltaa joukkueurheilussa sekä valmentajan ja urheilijan välisessä suhteessa että urheilijoiden keskinäisessä suhteessa. Tutkielmassa tarkastellaan viiden eri muuttujan yhteyksiä henkisen väkivallan kokemiseen.

Viisi tarkasteltavaa muuttujaa ovat: ikä, juridinen sukupuoli, itsetunto, seksuaalinen suuntautuneisuus ja urheilun taso.

Aihe on tärkeä ja ajankohtainen, minkä vuoksi henkisen väkivallan esiintymistä urheilussa on syytä tutkia tarkemmin. Gerviksen ym. (2016) mukaan tietoisuutta lisäämällä urheilussa ja valmennuksessa ymmärrettäisiin henkisen väkivallan vaikutukset ja pystyttäisiin paremmin ehkäisemään henkistä väkivaltaa. Tietoa lisäämällä voitaisiin mahdollisesti parantaa urheilijoiden viihtyvyyttä urheilun parissa, tukea tervettä kasvua ja kehitystä sekä ehkäistä urheilijoiden ennenaikaista urheilu-uran päättymistä. Ymmärtämällä paremmin tekijöitä, jotka vaikuttavat valmentajan ja urheilijoiden käsityksiin henkisestä väkivallasta, urheilu yhteisöllä olisi paremmat valmiudet edelleen kehittää urheilutoimintaa eteenpäin. (Gervis ym. 2016.)

Tämän pro gradu -tutkielman aineisto on saatu osana dosentti Marja Kokkosen johtamaa PRACT-hanketta (PRomoting Equal ACcess and Tackling discrimination against gender and sexual minorities in sport and physical education). PRACT- hankkeen tarkoituksena oli edistää yhdenvertaisuutta ja vähentää sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen syrjintää urheilussa ja koululiikunnassa. Hanke on toteutettu vuosina 2018–2021 ja hankkeen rahoittajana on Opetus- ja kulttuuriministeriö. (JYU 2020.)

2. HENKINEN VÄKIVALTA

Henkinen väkivalta tuli tunnistetuksi ja tutkimuksen kohteeksi 1980-luvulla. Henkisen väkivallan määrittelystä, arvioinnista sekä käsittelystä tuli ongelmallista käsitteen monimutkaisuuden vuoksi. (Iwaniec 2003.) Iwaniecin (2003) mukaan käsite on aluksi määritelty vanhempien ja lasten välillä tapahtuvaksi henkiseksi väkivallaksi. Aiemmin oli epäselvää, tuliko käsitteessä painottaa tekoa eli vanhemman väkivaltaista käytöstä vai sen seurauksia eli henkisen väkivallan vaikutuksia lapsen terveyteen, kehitykseen ja hyvinvointiin. Iwaniec (2003) on esittänyt kirjallisuuden pohjalta neljä erilaista lasten pahoinpitelyn muotoa: laiminlyönti sekä fyysinen, seksuaalinen ja henkinen väkivalta. Henkistä väkivaltaa voidaan pitää näistä kaikkein vaikeimmin määriteltävänä ja tulkittavana. Se voi esiintyä osana fyysistä tai seksuaalista väkivaltaa tai laiminlyönnin yhteydessä. (Iwaniec 2003.) Henkinen väkivalta nähdään olevan kaikkien väkivallan muotojen keskiössä ja kuuluvan osaksi jokaista väkivallan muotoa (APSAC 2019, 2; Iwaniec 2003; Montjoy ym. 2016). Tästä syystä henkinen väkivalta on yleisin lasten väkivallan muodoista (APSAC 2019, 2; Glaser 2002). Sen lisäksi, että henkinen väkivalta sisältyy muihin väkivallan muotoihin, on se myös oma väkivallan muotonsa (APSAC 2019, 1; Iwaniec 2003).

Iwaniec, Larkin ja Higgins (2006) nostavat ongelmaksi rajanvedon henkisen ankaran kohtelun (eng. emotional harsh treatment) ja henkisen väkivallan (eng. emotional abuse) välille. Lisäksi on haastavaa määrittellä, kuinka suurta henkinen väkivalta voi olla, jotta sen aiheuttamat vahingot voidaan luokitella lastensuojelun toimia vaativiksi. Ongelmana on tilanteiden yleistäminen, sillä henkisen väkivallan kokemukset ovat yksilöllisiä ja tilanteista riippuvaisia. (Iwaniec ym. 2006.) Kyllönen (2018, 14) on tuonut vastaavia löydöksiä esiin kiusaamisen osalta. Yksilön henkilökohtaiset kokemukset ja näkemykset ovat vahvasti yhteydessä kiusaamisen kokemuksiin. Toiset saattavat kokea jonkin tilanteen kiusaamiseksi, toiset taas ei. (Kyllönen 2018, 14.)

Iwaniecin ym. (2006) mukaan henkisen väkivallan tutkimisen kannalta on haasteellista, että henkisen väkivallan seuraukset eivät ilmene välittömästi. Henkinen väkivalta on usein käyttäytymishäiriöiden ja emotionaalisten häiriöiden taustalla, mutta niiden syntyyn ja kehitykseen voi vaikuttaa useampi tekijä. Esimerkiksi varhaislapsuudessa koettu turvallinen ja vakaa kiintymyssuhde voi lisätä henkisen väkivallan resilienssiä eli henkistä kapasiteettia, jolloin tilannetta ei välttämättä koeta henkiseksi väkivallaksi. Jos kuitenkin myöhemmällä iällä

koetaan henkistä väkivaltaa, voi varhaislapsuuden turvallisen kiintymyssuhteen muodostama resilienssi ja sen hyödyt kadota. (Iwaniec ym. 2006.)

2.1 Henkisen väkivallan määritelmä

World Health Organization (WHO 2021) määrittelee väkivallan tahalliseksi fyysisen voiman tai vallan käytöksi tai sillä uhkaamiseksi, mikä kohdistuu toiseen henkilöön, ryhmään, yhteisöön tai henkilöön itseensä. Väkipalva voi ilmetä tekoina, uhkailuna tai pelotteluna, jotka ovat seurausta ihmisten välisistä valtasuhteista. Väkipallan luonne voi olla fyysistä, henkistä, seksuaalista tai perustarpeiden tyydyttämisen estämistä tai laiminlyöntiä (Dahlberg & Krug 2002, 6–7; WHO 2021). Kiisaamisessa esiintyy vallan epätasapaino kiisaajan ja kiisaamisen kohteen välillä ja kiisaamisessa vallankäyttö voi olla joko henkistä tai fyysistä (Salmivalli 2010). Kauppi (2011) ja Kyllönen (2018) määrittävät kiisaamisen olevan toistuvaa henkistä ja fyysistä väkipalvaa eli kiisaamisen nähdään kattavan sekä fyysisen että henkisen väkipallan muodot (Kauppi 2011, 45; Kyllönen 2018, 14).

Viime aikoina julkaistussa Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) väkipalvakäsitteiden sanastossa henkinen väkipalva on määritelty väkipallan muodoksi, joka ilmenee henkilön psyykkisen hyvinvoinnin tahallisen vahingoittamisena. Henkinen väkipalva voi ilmetä esimerkiksi toisen alistamisena, sosiaalisen kanssakäymisen rajoittamisena, eristämisenä tai kontrollointina. (Bildjuschkin ym. 2020.) American Professional Society on Abuse of Children (APSAC, 1995) on puolestaan määritelty henkisen väkipallan hoivaajan taholta tapahtuvaksi toistuvaksi käyttäytymiseksi tai äärimmäiseksi tapahtumaksi, minkä myötä lapsi kokee itsensä joko arvottomaksi, puutteelliseksi, rakastamattomaksi, ei-toivotuksi tai kokee ettei vain kykene vastaamaan toisten tarpeisiin. Määritelmän mukaan henkistä väkipalvaa tapahtuu kuudessa eri päämuodossa, joita ovat halveksiminen, terrorisointi, eristäminen, hyväksikäyttö, turmeleminen ja emotionaalinen reagoimattomuus. (APSAC 1995, 2–3.)

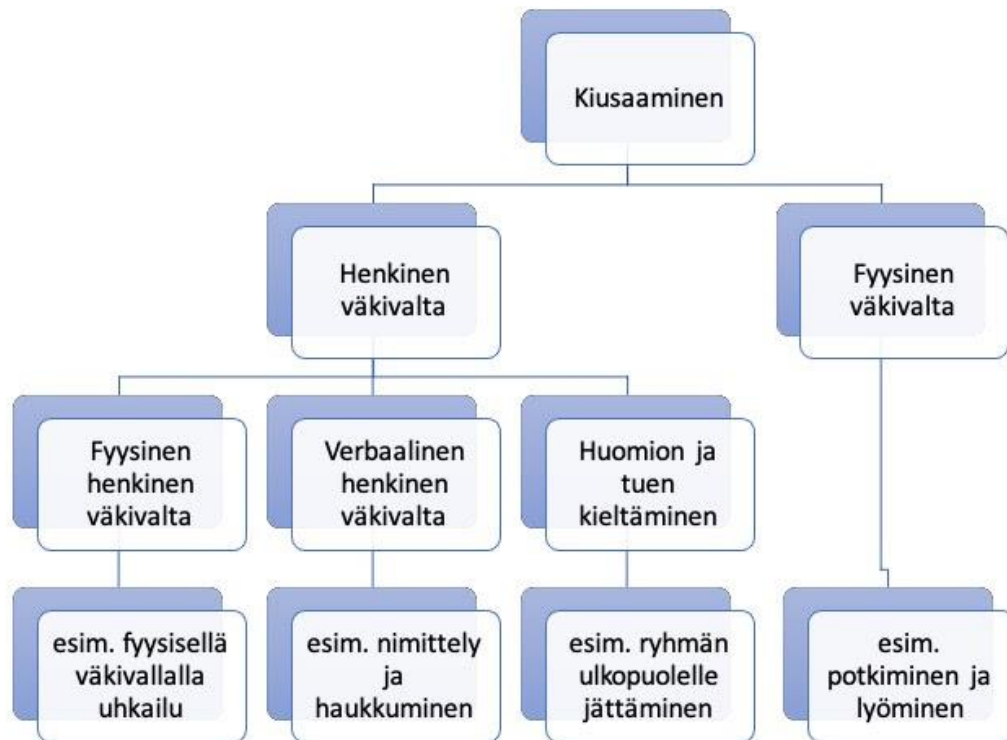
Glaserin (2002) määritelmässä korostuu valtasuhde, jossa henkinen väkipalva on määritelty lapsen ja hoitajan väliseksi suhteeksi. Suhteessa valtaa käytetään väärin ja siinä esiintyy tunnistettava sekä haitallinen vuorovaikutussuhde. Suhteessa ei kuitenkaan tapahdu haitallista fyysistä kontaktia lapseen. (Glaser 2002.) APSAC:n (2019) lapsia ja nuoria käsittelevän selvityksen mukaan henkiseen väkipalvaan syyllistyvät ovat tyypillisesti sellaisia, joihin lapsi kokee voivansa luottaa ja joista lapsi on usein riippuvainen. Tällaisia henkilöitä lapselle ovat

tyypillisesti vanhemmat, perhe, kaverit tai valmentajat. Tämän tyyppisen vuorovaikutussuhteen vuoksi henkinen väkivalta on luonteeltaan salakavala ja sitä voi olla siksi hyvin vaikea tunnistaa. (APSAC 2019, 2,10.)

Stirling ja Kerr (2008) tarkastelevat henkistä väkivaltaa ja sen määritelmää urheilun näkökulmasta käsin. Heidän mukaansa henkinen väkivalta on tarkoituksenmukaista ja toistuvaa käytöstä, jossa ei esiinny fyysistä kontaktia. Stirlingin ja Kerrin määritelmän mukaan henkinen väkivalta voidaan jakaa kolmeen eri muotoon: fyysinen henkinen väkivalta, sanallinen henkinen väkivalta sekä huomion ja tuen kieltäminen. Fyysistä henkistä väkivaltaa on esimerkiksi tavaroiden heittäminen tai seinään lyöminen valmentajan toimesta urheilijan läheisyydessä. Sanallisesti tapahtuva henkinen väkivalta ilmenee nimittelynä, pilkkaamisena, vähättelynä ja nöyryyttämisenä. Huomion sekä tuen kieltäminen esiintyy tahallisenä urheilijan huomiotta jättämisellä ja palautteen antamattomuudella. (Stirling & Kerr 2008.)

Myös kiusaaminen voi olla henkisen väkivallan tapaan toisen henkilön sanallista satuttamista tai valheiden levittelyä toisesta sekä ulkopuolelle jättämistä. (Menesini & Salmivalli 2017; Olweus 2010, 11–12). Mannerheimin lastensuojeluliiton (2018, 23–24) tutkimuksen mukaan kiusaamista ja loukkaavaa kohtelua tapahtuu suorasti ja epäsuorasti. Suorasti tapahtuvaa kiusaamista on esimerkiksi sanallinen, suoraan tiettyyn henkilöön kohdistuva kiusaaminen kuten nimittely ja haukkuminen. Suorasti tapahtuvaa kiusaamista on myös fyysinen väkivalta, kuten lyöminen ja potkiminen. Epäsuorasti tapahtuva kiusaaminen ilmenee esimerkiksi ulkopuolelle jättämisenä sekä epäsuorana sanallisena käyttäytymisenä, kuten pahan puhumisenä toisen selän takana. (MLL 2018, 23–24.)

Kuva 1 selkeyttää kiusaamisen ja henkisen väkivallan käsitteitä ja sitä, mitä käsitteet pitävät sisällään ja kuinka ne linkittyvät toisiinsa. Kuvan muodostamisessa on käytetty avuksi Bildjuschkin ym. (2020), Mannerheimin lastensuojeluliiton (2018, 23–24), Stirlingin ja Kerrin (2008), ja APSAC:in (1995, 2–3) määritelmiä.



KUVA 1. Kiusaamisen ja henkisen väkivallan käsite (APSAC 1995, 2–3; Bildjuschkin ym. 2020; MLL 2018, 23–24; Stirling & Kerr 2008 pohjalta)

2.2 Henkisen väkivallan seuraukset

APSAC (2019, 2) ja Iwaniec ym. (2006) tuovat tutkimuksissaan esille lapsiin kohdistuvan henkisen väkivallan vahingollisuuden. Heidän mukaansa henkinen väkivalta vaikuttaa kielteisesti kokemuksiin itsestä, mikä saattaa johtaa heikompaan itsetuntoon (APSAC 2019, 2; Iwaniec ym. 2006). Itsetunto kuvastaa yksilön minäkäsityksen positiivisuuden määrää (Keltinkangas-Järvinen 2017, 16). Kielteisen minäkäsityksen omaavat lapset ovat alttiimpia masennukselle (APSAC 2019, 2). Iwaniecin (2006, 17) mukaan henkistä väkivaltaa kokevat lapset ovat useammin onnettomia, yksinäisiä ja eristäytyneitä. Henkisen väkivallan kohteeksi joutuminen voi saada lapsen kokemaan olonsa arvottomaksi ja uskomaan, että hän ei ole rakastettavissa oleva, haluttava tai kykeneväinen saavuttamaan mitään elämässä. Henkistä väkivaltaa kokeneiden lasten kehitys saattaa olla ongelmallista ja normaalia hitaampaa. Lisäksi he saattavat kokea jatkuvaa stressiä, ahdistusta ja epävarmuutta. Heidän sosiaaliset ystävyysuhteensa voivat olla heikkoja ja kiintymyssuhteensa ensisijaiseen hoivaajaan epävakaita tai varovaisia. (Iwaniec 2006, 17.) APSAC-kirjoitus (2019, 2) tukee Iwaniecin (2006, 17) näkemystä sosiaalisten suhteiden ja tuen vahingoittumisesta.

2.3 Henkiseen väkivaltaan vaikuttavat tekijät

Kiusaamiseen liittyy oleellisesti epätasaväkisyys kiusaajan ja kiusatuksi tulleen välillä. Epätasaväkisyys voi perustua esimerkiksi fyysiseen voimaan, ikään, asemaan ryhmässä tai joihinkin muihin ominaisuuksiin. Usein kiusaamistilanteet liittyvät ryhmäilmiöihin eli yksilön asemaan ja toimintaan ryhmässä. (Kyllönen 2018, 22.) Vertommenin ym. (2016) tutkimuksessa eri vähemmistöihin, kuten sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin ja etniseen vähemmistöön kuuluvat sekä kansainvälisellä tasolla urheilevat kokevat eniten henkistä, fyysistä ja seksuaalista väkivaltaa. Zacheus ja Saarinen (2019, 106) tuovat esille, että eri vähemmistöihin kuuluvista selvästi yli puolet (70 %) oli kokenut harrastusten parissa epäasiallista kohtelua, mikä ilmeni ulkopuolelle jättämisenä, vähättelynä tai aliarvostamisena. Heidän mukaansa myös ulkonäöltään poikkeavat kokevat muita enemmän nimittelyä ja pilkkaamista (Zacheus & Saarinen 2019, 106). Henkisen väkivallan taustalla voi olla monenlaisia syitä ja tekijöitä (Iwaniec ym. 2006, 26; Vertommen ym. 2016; Zacheus & Saarinen 2019, 106). Iwaniec kumppaneineen (2006) kuitenkin totesi, että lapsuudesta ei ole löytynyt selkeitä henkiselle väkivallalle altistavia tekijöitä.

Tässä tutkielmassa keskitymme tarkastelemaan iän, itsetunnon, juridisen sukupuolen, seksuaalisen suuntautuneisuuden sekä kilpailutason yhteyksiä henkiseen väkivallan kokemiseen.

2.3.1 Ikä

Fagerlundin ym. (2014, 122) lapsiuhritutkimuksessa tarkasteltiin nuorten henkisen väkivallan yleisyyttä urheilun ja harrastusten parissa. Aikuisiin verrattuna lapset ja nuoret kokevat henkistä väkivaltaa enemmän. (Fagerlund ym. 2014, 122.) Myös lasten ja nuorten välillä on eroja ja henkinen väkivalta näyttäisi lisääntyvän lasten ja nuorten keskuudessa iän myötä. Ohjattuun harrastustoimintaan osallistuneiden kuudesluokkalaisten keskuudessa valmentajan toimesta tapahtuvaa henkistä väkivaltaa oli kokenut 16 %. Vastaavasti yhdeksäsluokkalaisista henkistä väkivaltaa oli kohdannut lähes 30 %. (Fagerlund ym. 2014, 92.) Henkistä väkivaltaa koettiin pilkkaamisena, nimittelynä, huutamisena ja uhkailuna. Näistä eniten ilmeni kiroilua tai vihaista huutamista. Ohjaajan taholta kiroilua tai vihaista huutamista oli kohdannut kuudesluokkalaisista 13 % ja yhdeksäsluokkalaisista 26 %. (Fagerlund ym. 2014, 93.)

Kivijärven, Myllyjärven ja Peltolan (2015, 3) mukaan nuoruudessa tapahtuva syrjintä ja väkivalta on siihen ikään kuuluvaa lasten ja nuorten keskinäistä välienselvittelyä ja suhteiden muodostumista. Nurmi ym. (2014, 145) mukaan nuoruusiässä tapahtuu paljon muutoksia, jotka vaikuttavat yksilön toimintaan. Näitä ovat muun muassa fysiologiset muutokset, ajattelutaitojen kehittyminen ja sosiaalisen ympäristön laajeneminen. Myös sosiaaliskulttuurinen ympäristö muuttuu ja ikätoverien merkitys korostuu. (Nurmi ym. 2014, 145–146.) Varhaisnuoruudessa muutokset voivat olla hyvin nopeita aiheuttaen nuorella esimerkiksi mielialojen, käyttäytymisen ja ihmissuhteiden ailahtelua. Tunteet voivat vaihdella nopeasti ja pieniltä vaikuttavat tapahtumat sekä muutokset voivat kuohuttaa mieltä. Keskinuoruudessa nuori osaa hallita impulssejaan jo paremmin. Myös abstrakti ajattelu kehittyy, jolloin nuori pystyy tarkastelemaan ja suunnittelemaan toimintaansa sekä tunne-elämäänsä paremmin. (Marttunen, Huurre, Strandholm & Viialainen 2013, 8–9.)

Nuoruudessa yksilön minäkuva muuttuu abstraktimmaksi oman itsensä määrittelyksi ja minäkuva tulee vähemmän riippuvaiseksi toisilta saatavasta palautteesta. Nuorten minäkuvaa määrittävät esimerkiksi ikätoverien hyväksyntä, koulu ja urheilumenestys sekä toisilta saatava ulkonäköön liittyvä palaute. Myös stressaavat elämäntapahtumat vaikuttavat nuoren minäkuvan kehittymiseen. Minäkuva taas vaikuttaa siihen, miten yksilö toimii tai käyttäytyy erilaisissa haastavissa ja vaikeissa tilanteissa. (Nurmi ym. 2014, 160.) Nuoret ovat psyykkisesti haavoittuvassa iässä, minkä vuoksi he tarvitsevat mahdollisimman paljon sosiaalista tukea kehittyäkseen (Uchôa ym. 2019). Nuoruudessa sosiaaliset suhteet ja erityisesti kaverisuhteiden merkitys kasvaa ja heiltä haetaan enemmän hyväksyntää (Ata, Ludden & Lally 2007; Laine 2005, 174–175; Nurmi ym. 2014, 160; Uchôa ym. 2019). Tästä syystä on tärkeä tutkia vaikuttaako nuorten ikä tai muut eri ikäryhmissä tapahtuvat muutokset henkisen väkivallan kokemiseen.

2.3.2 Itsetunto

Keltinkangas-Järvisen (2017, 16) mukaan itsetunto on tärkeä yksilön toiminnan ja hyvinvoinnin selittäjä. Rosenberg (1965a) määrittelee itsetunnon yksilön kokonaisvaltaiseksi suhtautumiseksi itseään kohtaan. Itsetunto on kykyä luottaa itseensä, arvostaa itseään ja pitää itsestään omista tiedostetuista heikkouksistaan huolimatta. (Keltinkangas-Järvisen 2017, 16–17; Rosenberg 1965a). Hyvä itsetunto kuvaa kykyä arvostaa itsensä lisäksi myös muita ihmisiä sekä kykyä nähdä elämänsä tärkeänä ja arvokkaana. Hyvän itsetunnon avulla yksilö pystyy

sietämään epäonnistumisia ja pettymyksiä. (Keltinkangas-Järvinen 2017, 17–19; Laine 2005, 102).

Laine (2005, 22–24) on määritellyt itsetunnon yksilön minäkäsityksen osaksi. Minäkäsitys voidaan pitää kokonaisuutena sisältäen itsetunnon ja minäkuvan. Minäkäsityksellä tarkoitetaan yksilön näkemystä itsestään ja ominaisuuksistaan. (Laine 2005, 22–24.) Keltinkangas-Järvisen (2017, 18–20) mukaan hyvän itsetunnon omaavan minäkuva on totuudenmukainen ja minäkäsityksessä on enemmän myönteisiä kuin kielteisiä ominaisuuksia. Keltinkangas-Järvinen kuvailee itsetuntoa kokonaisuudeksi, jossa itseluottamus vaihtelee eri elämäalueilla. Tämä kuvastaa sitä, että jokaisen ihmisen itsetunto on jossain hyvä ja jossain huonompi. (Keltinkangas-Järvinen 2017, 18–20.) Ojanen (1994, 41) on jakanut itsetunnon kolmeen eri osatekijään, joita ovat itsearvostus, itsetuntemus ja minätietoisuus. Itsearvostus kuvaa sitä, miten yksilö arvostaa itseään. Itsetuntemus puolestaan sitä, miten hyvin yksilö tuntee omat vahvuutensa sekä heikkoutensa. Minätietoisuus kuvastaa itsensä välitöntä havaitsemista. (Ojanen 1994, 41.)

Ihmisen itsetunto kehittyy lapsuudesta aikuisuuteen. Itsetunnon kehittyminen on pitkä tapahtuma sisältäen monia eri vaiheita. Itsetunto rakentuu ihmisen kokemuksista, joita hän saa ympäristöstä ja muista ihmisistä. Lapsuudessa varhainen vuorovaikutus ja vanhempien rooli muun muassa siinä millaisena vanhemmat pitävät lastaan tai mitä he odottavat häneltä, vaikuttavat lapsen itsetunnon kehittymiseen. Myöhemminä vuosina koulu, kaverit ja harrastukset toimivat yhdessä vanhempien ja kodin kanssa tärkeänä lapsen itsetunnon rakentajana. (Keltinkangas-Järvinen 2017, 153–156.) Bumin ja Jeonin (2016) tutkimuksessa vanhemmilta, vertaisilta ja opettajilta saadun sosiaalisen tuen havaittiin olevan yhteydessä parempaan itsetuntoon.

Nuoruuden aikana tapahtuu fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia muutoksia nuoren identiteetissä (Rosenberg 1965a). Nuoruutta voidaan pitää itsetunnon ja sen muotoutumisen kannalta merkittävänä ikävaiheena, jolloin itsetunnon muotoutumiseen vaikuttavat murrosikä ja kypsyminen myötä tapahtuvat muutokset (Donnellan ym. 2012; Robins, Trzesniewski, Tracy, Gosling & Potter 2002; Rosenberg 1965a). Nuoruudessa tapahtuvien muutosten myötä itsetunto voi olla murrosikäisellä nuorella hyvin haavoittuva ja vaihteleva etenkin murrosiän alussa (Keltinkangas-Järvinen 2017, 156). Donnellan ym. (2012) tutkimuksen perusteella itsetunto on nuoruudessa epävakampi, mutta iän myötä muotoutuu vähitellen vakaammaksi.

Koti, koulu ja kaverisuhteet ovat tärkeitä minäkäsitykseen vaikuttavia kasvuympäristötekijöitä ja sosiaaliset kokemukset sekä vuorovaikutus määräävät yksilön minäkäsitystä ja itsetuntoa (Laine 2005, 41). Myönteinen itsetunto lisää yksilön sosiaalista herkkyyttä ja osaamista sosiaalisissa suhteissa. Sosiaalista herkkyyttä sekä hyvät sosiaaliset taidot omaavat ihmiset näyttäisivät olevan taas yleisesti ottaen suosittuja kaveripiireissä. (Laine 2005, 44.) Sosiaaliset taidot edellyttävät kykyä havaita toisten tunteita, aikomuksia tai ajatuksia sekä kykyä arvioida ja havainnoida omaa toimintaansa ja sen seurauksia. Sosiaaliset taidot kuvaavat valmiuksia, joiden avulla yksilö ratkaisee arkitilanteissa syntyviä ongelmia ja saavuttaa henkilökohtaisia päämääriä sosiaalisissa tilanteissa. (Nurmi ym. 2014, 61–62.) Iwaniec ym. (2006) on havainnut, että heikommat vuorovaikutustaidot sekä kyvyttömyys puolustaa itseään näyttäisivät heijastavan heikompaa itsetuntoa.

Lapsuudessa koetun henkisen väkivallan on todettu olevan yhteydessä heikompaan itsetuntoon myöhemmällä iällä (Mwakanyamale & Yizhen 2019; Liu ym. 2018). Myös Xiangin, Wangin ja Guanin (2018) tutkimuksessa havaittiin samankaltaisia tuloksia. Tutkimuksessa tarkasteltiin lapsuudessa koetun kaltoinkohtelun ja myöhemmällä iällä koetun kateuden tunteiden välisiä yhteyksiä. Kaltoinkohtelun nähtiin vaikuttavan kateuteen epäsuorasti itsetunnon kautta. (Xiang ym. 2018.)

Heikko itsetunto voi olla seurausta henkisen väkivallan kokemisesta (APSAC 2019; Iwaniec ym. 2006). Lisäksi kiusaamisen välillä on havaittu olevan yhteyttä (Egan & Perry 1998; Laine 2005, 221). Laineen (2005, 221) mukaan kiusatuksi joutumiselle altistavia tekijöitä voivat olla alhaisempi itsearvostus, itseluottamus sekä sosiaaliset taidot, jotka kuuluvat osaksi itsetuntoa. Eganin ja Perryn (1998) havaintojen mukaan heikko itsetunto ja kiusaamisen uhriksi joutuminen muodostavat niin sanotun noidankehän, mutta epäselväksi jää onko heikko itsetunto kiusaamisen syy vai sen seuraus. He havaitsivat tutkimuksessaan, että kiusatuksi joutuneilla on heikompi itsetunto, mutta myös heikko itsetunto voi johtaa kiusatuksi tulemiseen (Egan & Perry 1998).

2.3.3 Juridinen sukupuoli

Aiemmissä tutkimuksissa on havaittu olevan eroja sukupuolten välillä henkisen väkivallan kokemisessa. Tutkimusten tuloksia tarkasteltaessa eroavaisuuksia ilmenee siinä, koetaanko henkistä väkivaltaa enemmän naisten vai miesten keskuudessa. (Ellsberg 2006; Fagerlund ym.

2014, 52; Kerr ym. 2019; MLL 2018, 23.) Ellsberg (2006) sekä Kerr ym. (2019, 12–13) ovat havainneet naisten kokevan enemmän henkistä väkivaltaa miehiin verrattuna. Kokkosen (2019) mukaan kansainväliset tutkimukset ovat osoittaneet naisten kokevan myös miehiä enemmän häirintää urheilu- ja liikuntasektorilla. Fagerlundin ym. (2014, 93) tutkimuksessa, jossa väkivallan eri muotojen ilmenemistä tarkasteltiin lasten ja nuorten keskuudessa, pojat kokivat väkivallan muodoista henkistä väkivaltaa enemmän kuin tytöt. Myös Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL 2018, 23) raportin mukaan, jossa tarkastelun kohteena oli kiusaaminen ja loukkaava kohtelu, pojat kokivat tyttöjä enemmän kiusaamista ja loukkaavaa kohtelua liikuntaharrastuksen parissa.

Mannerheimin lastensuojeluliiton (2018, 4) tekemän kartoituksen mukaan tyttöjen ja poikien kokema loukkaava kohtelu ilmenee eri tavoin. Tyttöjen kokema loukkaava kohtelu on usein epäsuoraa, kuten porukasta ulkopuolelle jättämistä sekä huomiotta jättämistä. Pojilla loukkaava kohtelu ja kiusaaminen on suoraa ja ilmenee useammin sanallisesti, kuten nimittelynä, haukkumisena ja uhkailuna. (MLL 2018, 3–4, 23–24.) Fagerlundin ym. (2014, 93) tutkimuksen mukaan pojat kokevat harrastuksissa tyttöjä enemmän henkistä väkivaltaa valmentajan taholta, kun taas tytöt kokevat sitä enemmän vertaisiltaan. Peltola ja Kivijärvi (2017) yhtyvät Fagerlundin ym. (2014, 93) löydöksiin.

Vaikka tutkimustulokset ovat keskenään ristiriitaisia, myöskin tutkimusasetelmat eroavat toisistaan. Osassa tutkimuksista on tutkittu henkistä väkivaltaa (Ellsberg 2006; Kerr ym. 2019), osassa sukupuoli- tai seksuaalivähemmistöön kuulumisen vaikutuksia (Kokkonen 2019) ja osassa taas kiusaamista sekä loukkaavaa kohtelua (MLL 2018). Peltola (2016, 32–34) on kuitenkin raportoinut poikien kokevan liikuntaharrastusten parissa kaikkia väärinkäytöksiä ja väkivallan muotoja useammin kuin tytöt. Saatujen tulosten mukaan henkistä väkivaltaa koki pojista 30 % ja tytöistä 18 % (Peltola 2016, 32–34).

2.3.4 Seksuaalivähemmistöön kuuluminen

Aiemmat tutkimukset osoittavat, että seksuaalivähemmistöihin kohdistuu muita enemmän syrjintää, kiusaamista ja vihamielisyyttä (Coulter, Herrick, Friedman & Stall 2016; UNESCO 2016). Myös sellaisilla nuorilla, jotka poikkeavat “tavallisesta”, on suurempi todennäköisyys joutua kiusaamisen, syrjinnän tai muun epäasiallisen käytöksen kohteeksi (Zacheus & Saarinen 2019, 104). Peltolan (2016, 26) tutkimustulokset osoittivat kuudes- ja yhdeksäsluokkalaisten

seksuaalivähemmistöihin kuuluvien nuorten kokevan muita enemmän sekä henkistä, fyysistä että seksuaalista väkivaltaa.

Urheilun parissa tulokset ovat täysin vastaavanlaisia (Anderson & Bullingham 2015; Kokkonen 2018; Kokkonen 2012; Symons, O’Sullivan & Polman 2017). Vertommen ym. (2016) havaitsivat, että sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvat kokevat selvästi yleisemmin henkistä väkivaltaa. Henkistä väkivaltaa koettiin väkiväkivallan muodoista kaikista yleisimmin (Vertommen ym. 2016). Tyypillisesti urheilussa ja liikuntaharrastuksissa seksuaalivähemmistöihin kohdistuva syrjintä ilmenee joko valmentajan tai joukkueovereiden taholta seksuaalissävyytteisinä kommentteina, huomautuksina tai vitseinä. Tämän lisäksi seksuaalivähemmistöihin kohdistuu vähätteleviä ja halveksuvia katseita sekä ilmeitä ja eleitä. (Anderson & Bullingham 2015; Kokkonen 2012, 33–34.) Seksuaalinen väkivalta sisältää sanallista väkivaltaa ja väheksyviä katseita, jotka ovat myös henkistä väkivaltaa (APSAC 2019, 2–3).

Kokkosen (2018) Tutkimuksessa havaittiin seksuaalivähemmistöön kuulumisen lisäävän riskiä häirinnän kohteeksi joutumiselle. Kokkosen (2018) mukaan seksuaaliseen vähemmistöön kuuluvat miehet kokevat naisia enemmän henkistä pahoinvointia ja häirintää joukkueessa tai liikuntaryhmässä. Häirinnän katsotaan kuuluvaksi taas yhdeksi henkistä väkivallan muodoksi. He kokevat erityisesti sanallista häirintää ja vähättelyä sekä sanatonta häirintää, kuten loukkaavia katseita, jotka ovat usein seksuaalissävyytteisiä. Homoseksuaaleja väheksytään sanallisesti muita seksuaalivähemmistöjä selkeästi enemmän. (Kokkonen 2018.) Symonsin ym. (2017) tutkimuksen löydökset ovat vastaavia. Heidän mukaansa seksuaalivähemmistöihin kuuluvat kokevat joukkueurheilussa muita enemmän sanallista häirintää. Lisäksi seksuaalissävyytteistä sanallista häirintää koetaan sellaisissa tilanteissa, joissa naispuolinen homoseksuaali harrastaa miesenemmistöistä urheilulajia tai kun miespuolisen homoseksuaalin suoritus ei ole valmentajasta tarpeeksi hyvä. (Symons ym. 2017.)

2.3.5 Kilpailutaso

Useissa kansainvälisissä artikkeleissa on raportoitu kilpailutason vaikuttavan henkisen väkivallan kokemisen yleisyyteen. Kansallisella tai kansainvälisellä tasolla kilpailevien lasten ja nuorten nähdään olevan erityisen alttiita valmentajien aiheuttamalle henkiselle väkivallalle.

(Gervis & Dunn 2004; Gervis ym. 2016; Stirling & Kerr 2013; Vertommen ym. 2016; Willinck & McCabe 2021.) Gerviksen ym. (2016) tutkimuksen mukaan urheilijan kilpailutaso ja suorituskky vaikuttavat merkittävsti henkisen väkivallan kokemiseen. Valmentajien kurinalaista valmennustyyliä ja henkisen väkivallan käyttöä on perusteltu sillä, että urheilijat suoriutuisivat urheilussa paremmin ja siten mahdollisuudet urheilukilpailuissa menestymiselle paranisivat (Gervis ym. 2016; Jacobs ym. 2017; Owusu-Sekyere & Gervis 2014; Stirling & Kerr 2013).

Vertommenin ym. (2016) retrospektiivisessä tutkimuksessa tarkasteltiin henkisen väkivallan esiintymistä urheilussa. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että kansainvälisellä tasolla urheilevat kokevat henkistä, fyysistä ja seksuaalista väkivaltaa enemmän kuin muut tutkimukseen osallistuvat ryhmät. Väkivallan muodoista henkistä väkivaltaa koettiin yleisimmin. (Vertommen ym. 2016.) Kyllösen (2018, 20) katsauksessa tarkasteltiin kiusaamisen ja häirinnän yleisyyttä urheilussa. Häirinnän sekä kiusaamisen kohteeksi joutuminen yleistyy kilpailutason vaativuuden kasvaessa. Tutkimuksessa kiusaamisen ja häirinnän yleistymistä kilpailutason kasvaessa voisi selittää valmentajan ja urheilijan välisen suhteen muuttuminen, jolloin valmennussuhteet syventyvät, lähentyvät ja muuttuvat kahdenkeskeisimmiksi. (Kyllönen 2018, 20.)

Huippu-urheilijoiden on vaikeampi kyseenalaistaa valmentajien tai vertaisten toimintaa erityisesti silloin, kun urheilija kokee valtasuhteissa tai iässä suurta eroa. Urheilu ja siinä menestyminen on huippu-urheilijoille hyvin tärkeää, mikä voi lisätä heidän haavoittuvuuttaan lajin parissa ja tällöin valmentajan vaikutusvalta urheilijaan kasvaa. Valmentajan vaikutusvalta ei ole yhteydessä ainoastaan urheilijan suoritukseen, vaan myös hänen itsevarmuuteensa, minäkuvaan ja ystävyyssuhteisiin. Huippu-urheilijan ystävapiiri saattaa olla rajoittunut, mikä voi vaikuttaa siihen, että urheilija ei kyseenalaista tietynyylistä toimintaa harjoituksissa. Lisäksi heikko itsetunto ja rajoittunut ystävapiiri saattavat altistaa urheilijaa henkisen väkivallan kohteeksi joutumiselle. (Cense & Brackenridge 2001.)

3. RYHMÄILMIÖT JOUKKUEURHEILUSSA

Tutkimuksessamme käsittelemme henkisen väkivallan esiintymistä valmentaja–urheilija -suhteessa sekä urheilija–urheilija -suhteessa. Ymmärtääksemme henkisen väkivallan esiintymistä joukkueurheilijoiden välisessä suhteessa meidän on tarkasteltava ryhmäilmiötä ja joukkueen toimintaa.

Ryhmä muodostuu kahdesta tai useammasta toisiinsa vuorovaikutuksessa olevasta yksilöstä, joilla on yhteiset tavoitteet ja päämäärät. Tavoitteiden ja päämäärien saavuttaminen vaatii ryhmän jäsenten välistä yhteistyötä ja näin ollen ryhmäläiset ovat riippuvaisia toisistaan. Yksilön toiminta vaikuttaa siis koko ryhmän toimintaan. (Carron & Eys 2012, 12–14; Lintunen & Rovio 2009, 21–22.) Tyypillisesti ihmiset kuuluvat samanaikaisesti useaan eri ryhmään, kuten harrastusryhmään, kaverijoukkoon ja koululuokkaan (Laine 2005, 186; Lintunen & Rovio 2009, 21–22). Liikuntaryhmä ja joukkue koostuvat tavallisesti noin kymmenestä tai sitä useammasta jäsenestä. Ryhmän jäsenten määrästä huolimatta ryhmiä koskee samanlaiset lainalaisuudet. (Lintunen & Rovio 2009, 21–22.) Ryhmillä ja joukkueilla on paljon yhteistä ja näiden ominaispiirteet ovat hyvin samankaltaiset. Kuitenkin joukkueen ja ryhmän määritelmät eroavat toisistaan. Joukkue on aina tietyntyyppinen ryhmä, mutta taas ryhmää ei voida määritellä aina joukkueeksi. Joukkueelle ominaisia piirteitä ovat sitoutuneisuus, yhteiset toimintatavat sekä keskittyminen joukkueen yhteiseen tehtävään tai tavoitteeseen. Joukkue voidaan siis määritellä miksi tahansa ryhmäksi, jonka on toimittava yhdessä saavuttaakseen yhteiset tavoitteet. (Carron & Eys 2012, 13; Lintunen & Rovio 2009, 21–22.)

Ryhmäilmiöissä vaikuttaa osallistujien yksilöllinen toiminta, ympäristövaikutukset ja ryhmädynamiikka sekä niiden yhteisvaikutus (Jauhiainen & Eskola 1994, 13). Ryhmässä muodostuviin rooleihin liittyy sekä myönteisiä että kielteisiä näkökulmia. Ryhmään kuuluvilla jäsenillä on tavanomaisesti selkeä tehtävä- tai roolijako ryhmässä. Selkeät roolit jäsentävät ryhmän toimintaa sekä selkeyttävät jokaisen ryhmäläisen toimintaan kohdistuvia odotuksia. Toisaalta roolit voivat haitata ryhmän suoritusta ja usein ryhmäläistä kohtaan kohdistuvat odotukset pysyvät aina samanlaisina. (Rovio & Saaranen-Kauppinen 2009, 68–69.) Ajan myötä ryhmiin alkaa muodostua yhteisiä käyttäytymispiirteitä tai tapoja, joiden myötä ryhmään muodostuu ryhmän sisäiset normit, roolit sekä tunne- ja valtasuhteet. (Laine 2005, 186; Lintunen & Rovio 2009, 16–17; Rovio & Saaranen-Kauppinen 2009, 68.) Valtasuhteet voivat johtaa hierarkian muodostumiseen ryhmän jäsenten välille (Lintunen & Rovio 2009, 68). Jos

ryhmän jäsen ei noudata ryhmän normeja, ovat ryhmäläiset valmiita rankaisemaan ryhmän jäsentä joko sanallisoin tai ei sanallisoin keinoin (Laine 2005, 187). Nämä ryhmäilmiöt ohjaavat ja suuntaavat ryhmän toimintaa. (Lintunen & Rovio 2009, 16–17.)

Yleensä kiusaamisella tavoitellaan valtaa ja asemaa ryhmässä, siten kiusaamistilanteet liittyvät ryhmään kuuluvien yksilöiden välisiin sosiaalisiin suhteisiin. Harrastuksissa kiusaamista tapahtuu yleensä joukkueovereiden toimesta. Erityisesti urheilussa kiusaamista tapahtuu usein ryhmäpainotteisesti eli kyse on joukkueessa valitsevasta ryhmäilmiöstä eikä kyse ole niinkään yhden ihmisen toiminnasta. Kiusaamisen kohteeksi joutuneilla on nähty olevan huonommat välit joukkueovereihin tai kanssaurheilijoihin. Yhtenä kiusaamisen syynä pidetään urheilun kilpailullista luonnetta. Useissa urheilulajeissa ilmenee tilanteita, joissa urheilijat kilpailevat toisiaan vastaan hyvin aggressiivisesti. Kiusaamisen taustalla voi olla myös kateus joukkueoverin taidoista, jolloin lahjakkaita tai kyvykkäitä urheilijoita kiusataan heidän parempien taitojensa takia. (Kyllönen 2018, 22.)

Turvallinen ryhmä tukee yksilön itsetuntoa. Ryhmän turvallisuus rakentuu ryhmän jäsenten välisestä luottamuksesta, avoimuudesta, hyväksynnästä, tuen antamisesta sekä sitoutumisesta ryhmään. (Aalto 2000, 15–17.) Valmentaja on merkittävässä asemassa urheilijoiden henkisen hyvinvoinnin ja joukkueen toimivuuden kannalta, sillä urheilijan ja valmentajien välinen suhde vaikuttaa joukkueen ryhmäytymiseen (Jowett & Nezlek 2012; Olympiou, Jowett & Duda 2008) sekä urheilijoiden kokemaan motivaatioon ja tyytyväisyyteen (Jowett 2007, 73).

4. HENKINEN VÄKIVALTA JOUKKUEURHEILUSSA

Stirling ja Kerr ovat tutkineet urheilijoiden kokemaa henkistä väkivaltaa urheilun kentällä. (Kerr, Stirling & Bandealy 2016; Kerr ym. 2020; Stirling & Kerr 2014; Stirling & Kerr 2013; Stirling & Kerr 2008). Henkisessä väkivallassa merkittävässä asemassa oleva henkilö käyttää omaa asemaansa hyväkseen vahingoittaakseen toista (Stirling & Kerr 2008). Crooks ja Wolfe (2007, 639–684) määrittävät kahden henkilön välisen merkittävän suhteen sellaiseksi, jossa toisella on suuri vaikutus toisen yksilön turvallisuuteen, luottamukseen sekä tarpeiden täyttymiseen. Henkisen väkivallan muotoja ovat fyysinen ja sanallinen käyttäytyminen sekä huomion ja tuen kieltäminen. (Kerr ym. 2016; Stirling & Kerr 2008). Tällaiset käytösmallit saattavat halveksia, terrorisoida ja kieltää emotionaalista reagoitokykyä, mikä voi johtaa yksilön affektiivisen, kognitiivisen tai fyysisen hyvinvoinnin heikkenemiseen (Stirling & Kerr 2008).

Evansin, Adlerin, MacDonaldin, ja Côtén (2016) mukaan urheilussa esiintyy kiusaamista, vaikkakin vähemmän kuin koulussa. Kiusaamista tapahtuu sekä valmentaja–urheilija -suhteessa että vertaissuhteissa (Evans ym. 2016). Mannerheimin lastensuojeluliiton (2018) tutkimustulokset tukevat Evansin ym. (2016) tutkimustuloksia. Mannerheimin ja lastensuojeluliiton (2018) tekemässä tutkimuksessa selvitettiin erityisesti kiusaamista ja sen yleisyyttä liikuntaharrastuksissa. Tutkimuksen mukaan lasten ja nuorten liikuntaharrastuksissa loukkaavaa kohtelua tai kiusaamista on satunnaisesti kokenut 13 % ja jatkuvasti sitä on kokenut 5 %. Lapsista ja nuorista neljännes koki, että liikuntaryhmässä täytyy käyttäytyä tietyllä tavalla kiusatuksi joutumisen välttämiseksi. Tutkimuksen mukaan urheiluharrastuksessa noin joka kahdeksas lapsi tai nuori koki ulkopuolelle jättämistä toisten urheilijoiden osalta. (MLL 2018, 3–4.)

Suomen urheilun eettinen keskus (SUEK) (Kyllönen 2020), Peltola (2016) ja Fagerlund ym. (2014, 91–98) ovat tarkastelleet henkistä väkivaltaa ja sen ilmenemisen muotoja urheilussa. SUEK:n (Kyllönen 2020) selvityksessä kohderyhmänä olivat valmentajat sekä yli 16- vuotiaat pikaluistelun, rullaluistelun ja Roller Derbyn urheilijat. Selvityksessä henkistä väkivaltaa ilmeni yleisimmin vähättelynä sekä taitoihin tai ulkonäköön liittyvänä arvosteluna. Näiden lisäksi haukkuminen, nimittely ja pilkkaaminen olivat yleisiä sanallista henkisen väkivallan keinoja. (Kyllönen 2020, 13.) Hakanen ym. (2019) yhtyy Kyllösen (2020, 13) esittämiin tuloksiin. Hakasen ym. (2019, 49–51) mukaan urheiluseuroissa harrastavat lapset ja nuoret

kokevat eniten vähättelyä, aliarviointia ja ulkopuolelle jättämistä. Myös pilkkaamista ja nimittelyä esiintyi suhteellisen paljon.

Fagerlundin ym. (2014, 94–97) ja Peltolan (2016, 31) ja mukaan henkisen väkivallan muodoista sanallinen henkinen väkivalta kuten kiroilu ja huutaminen on yleisempää liikuntaharrastuksissa kuin muissa harrastuksissa. Lapsista ja nuorista 22 % oli kokenut liikuntaharrastuksissa kiroilemista tai vihaista huutamista. Pilkkaamista ja nimittelyä oli kokenut joka kymmenes. (Peltola 2016, 31). Fagerlundin ym. (2014, 97) mukaan järjestötoiminnassa ja muissa harrastuksissa koettu henkinen väkivalta ohjaajan taholta oli 10 %. Kaikissa kolmessa tutkimuksessa sanallinen henkinen väkivalta nousi keskeiseksi henkisen väkivallan muodoksi (Fagerlund ym. 2014, 93; Kyllönen 2020, 13; Peltola 2016, 29–31).

Aiemmat tutkimukset (Evans ym. 2016; Fagerlund ym. 2014, 92; MLL 2018; Peltola 2016, 29–31) osoittavat urheilussa esiintyvän henkistä väkivaltaa. Kuitenkin urheilun piireihin on muodostunut tietynlainen vaikenemisen kulttuuri, sillä henkiseen väkivaltaan ei aina uskalleta puuttua. Syynä tähän on pelko puuttumisesta aiheutuvista seurauksista. Urheilija voi kokea pelkoa mahdollisista rangaistuksista tai siitä, että ei tule kuulluksi. (Kavanagh, Brown & Jones 2017; Stirling & Kerr 2014.)

4.1 Henkinen väkivalta valmentajan ja urheilijan välisessä suhteessa

Valmentaja on keskeisessä roolissa lasten ja nuorten elämässä. Valmentajan tehtävänä on opettaa lajitaitoja ja tukea urheilijoiden kehittymistä. Lajiosaamisen lisäksi valmennuksessa korostuu urheilijoiden kasvatuksellinen rooli. (Hämäläinen 2014, 62.) Valmentajat toimivat esimerkkinä lapsille ja nuorille urheilijoille ja ohjaavat millaiset toimintatavat ovat hyväksyttäviä (Peltola 2016, 42). Valmentaja voi toiminnallaan tukea urheilijan hyvinvointia, kasvua ihmisenä sekä itsensä kehittämisen taitoja. Ihmisenä kasvulla tarkoitetaan kokonaisvaltaista kehittymistä, kuten elämän arvojen löytämistä, ihmissuhdetaitojen kehittymistä ja itsensä arvostamisen oppimista. Urheilija kasvaa niin fyysisesti, psyykkisesti kuin sosiaalisesti. Valmentaja voi toiminnallaan tukea urheilijan ryhmään kuulumisen tunnetta. Kuulumisen tunteella valmentaja saa urheilijan kokemaan itsensä osaksi urheiluyhteisöä, joukkuetta, seuraa ja lajia. Urheilija kokee voimakasta kuulumisuuden ja ylpeyden tunnetta ollessaan osana näitä ryhmiä. (Hämäläinen 2014, 62.) Toisaalta valmentaja voi käyttää valta-

asemaansa väärin ja valmentajan toiminta voi olla urheilijoille haitallista (Jowett & Nezelek 2012).

Stirling ja Kerrin (2008) mukaan urheilijat kokevat henkistä väkivaltaa valmentajan ja urheilijan välisessä suhteessa. Tutkimuksessa tarkasteltiin sitä, miten henkisen väkivallan eri muodot esiintyvät valmentajan käyttäytymisessä. Henkisen väkivallan muodoista fyysinen henkinen väkivalta esiintyi tavaroiden heittäminen tai lyömisenä urheilijaa kohti tai urheilijan läheisyydessä. Urheilijan riittämätön suoritus oli usein taustalla valmentajan tällaiseen käytökseen. Sanallinen henkinen väkivalta esiintyy urheilussa huutamisena, haukkumisena, nöyryyttämisenä, epäasiallisina kommentteina tai urheilijan halveksimisena. Urheilijoiden mukaan valmentajien huutaminen oli yleistä. Huomion ja tuen kieltäminen esiintyi tahallisenä urheilijan huomiotta jättämisellä ja palautteen antamattomuudella. Valmentajat saattoivat poistaa urheilijoita harjoituksista tai evätä harjoituksiin osallistumisen. Urheilijat kokivat syynä tähän olevan heidän suorituksensa virheellisyys. (Stirling & Kerr 2008.)

Tutkimusten mukaan osa valmentajista käyttää henkistä väkivaltaa tarkoituksenmukaisesti ajatellen sen toimivan tehokkaana valmennusmenetelmänä. (Gervis ym. 2016; Montjoy ym. 2016; Stefaniuk & Bridel 2018; Stirling & Kerr 2014; Stirling & Kerr 2013.) Henkisestä väkivallasta seuranneita haitallisia kokemuksia on perusteltu urheiluun kuuluvina käytänteinä sekä urheilijoiden kehittymisenä (Gervis ym. 2016; Stirling & Kerr 2013). Stirlingin ja Kerrin (2013) mukaan osa valmentajista uskoo tällaisen käytöksen tekevän urheilijoista henkisesti vahvempia ja siten kestävästi paremmin kilpailuissa sekä harjoituksissa esiintyviä paineita. Lisäksi osa urheilijoista koki, että oma menestyminen tuntui suuremmalta silloin, kun he olivat kokeneet henkistä väkivaltaa valmentajan taholta. Heidän mukaansa motivaatio tehdä parhaansa parani valmentajan käytöksen seurauksena rangaistuksen pelon vuoksi. Kuitenkin samassa tutkimuksessa tuotiin esille, että osalla urheilijoista valmentajan käytös heikensi harjoitusmotivaatiota, urheilun iloa, keskittymistä ja kehittymistä (Stirling & Kerr 2013.) Stirling ja Kerr (2014) mukaan myös mediassa suhtaudutaan hyväksyvästi autoritäärisen valmennustyyliin. Autoritäärisen valmennustyylin ajatellaan motivoivan urheilijoita (Stirling & Kerr 2014).

Valmentajan henkinen väkivallan käyttö tulisi kyseenalaistaa (Gervis & Dunn 2004; Stirling & Kerr 2013), sillä väkivaltakokemukset ovat lapsille ja nuorille hyvin vahingollisia (Peltola 2016, 42). Tämän kaltaisen valmennustyylin on havaittu olevan mahdollinen uhka urheilijan

fyysiselle ja psyykkiselle hyvinvoinnille (Gervis & Dunn 2004; Stirling & Kerr 2013). Stirling ja Kerrin (2013) mukaan henkisen väkivallan kokemukset vaikuttivat urheilijoiden mielialan laskuun, itsetunnon heikentymiseen, huonompaan kehonkuvaan sekä ahdistuneisuuden lisääntymiseen. Kyllösen (2020, 13) selvityksessä henkisen väkivallan psyykkiset vaikutukset olivat samankaltaisia. Vaikutukset näkyivät heikentyneenä itsetuntona, ärtymyksenä sekä ahdistuneisuutena.

Kerrin ym. (2020) tutkimuksessa selvitettiin valmennuksesta seuranneita henkisen väkivallan pitkäaikaisia vaikutuksia eliittitason naisurheilijoiden keskuudessa. Kerrin ym. (2020) tutkimus osoittaa, että henkisen väkivallan kokemisesta aiheutuvat seuraukset voivat olla hyvin pitkäaikaisia ja voivat näkyä vielä pitkälle urheilu-uran päätyttyä. Tutkimustulosten mukaan urheilu-uran aikana henkisen väkivallan seuraukset ilmenivät heikentyneenä itseluottamuksena, hermostuneisuutena, pelkona, ahdistuksena ja masentuneisuutena. Joillekin urheilijoista henkisen väkivallan kokeminen saattoi johtaa syömishäiriöihin tai itsetuhoisiin ajatuksiin ja näiden myötä psykologisen hoidon tarpeeseen. (Kerr ym. 2020.) Lisäksi henkisen väkivallan kokemusten seurauksena yksilön kehittyminen voi olla ongelmallista ja normaalia hitaampaa. Myös sosiaaliset suhteet saattavat jäädä normaalia heikommiksi ja epävakammiksi. (Iwaniec 2006, 17.) Henkistä väkivaltaa kokeneet ovat usein yksinäisempiä ja helpommin masennukseen altistuvia (APSAC 2019, 2; Iwaniec 2006, 17).

Kerrin ym. (2020) tutkimuksessa urheilu-uran aikana urheilijat ajattelivat valmentajien henkisen väkivallan olevan vain osa heidän yleisiä valmennuskäytäntöjään. Myöhemmin urheilu-uran päätyttyä urheilijat ymmärsivät valmentajien väärinkäytöksen ja heihin kohdistuneen henkisen väkivallan. Henkisen väkivallan käyttö valmentamisessa on epäeettistä ja viime aikoina urheilijoiden suojelutoimenpiteet ovat saaneet kannatusta. (Kerr ym. 2020.) Stirling ja Kerr (2013) ovat sitä mieltä, että optimaalinen suorituskyky ja pitkäaikainen hyvinvointi sekä urheilijoiden itsevarmuus saavutetaan helpommin silloin, kun valmennuksessa ei käytetä henkistä väkivaltaa.

4.2 Henkinen väkivalta urheilijoiden välisessä suhteessa

Joukkueurheilulla nähdään olevan tärkeä rooli kasvatuksellisesta näkökulmasta kehittämällä muun muassa lasten ja nuorten sosiaalisia taitoja. Lisäksi joukkueurheilu ja joukkueeseen kuuluminen tukee lasten ja nuorten psyykkistä kasvua ja kehitystä, lisäten esimerkiksi nuoren itsearvostusta.

(Honkonen & Suoranta 1999, 23.) Urheilussa valmentajan vastuulla on luoda joukkueeseen yhteisöllinen ilmapiiri, jossa jokainen urheilija kokee kuuluvansa osaksi joukkuetta. Yksilölajeissa valmentaja voi keskittyä yhteen urheilijaan ja antaa hänelle tarvittavan huomion. Joukkueurheilussa urheilijat tarvitsevat valmentajalta tukea ja palautetta, mutta myös joukkuelaisilta saatu huomio, apu ja luottamus koetaan tärkeäksi. (Bebetsos, Filippou & Bebetsos 2017.) Myös vertaispalautteen on todettu olevan yhteydessä itsetuntoon. Tyttöillä vertaispalautteen yhteys itsetuntoon on suurempi kuin pojilla. Negatiivinen vertaispalaute heikentää erityisesti tyttöjen itsetuntoa. (O'Brien & Bierman 1988.) McPhersonin ym. (2017) katsaus osoitti, että kiusaamista ilmenee urheilijoiden keskuudessa. Kiusatuksi tuleminen koettiin yhdeksi suurimmista urheilun tai harrastusten haittapuolista (McPherson ym. 2017).

Vaikka tiedetään, että urheilussa ilmenee kiusaamista ja henkistä väkivaltaa, urheilijoiden välistä henkistä väkivaltaa on tutkittu vasta varsin vähän (Berg & Kokkonen 2016, 14). Kuitenkin esimerkiksi SUEK:n (Kyllösen 2020, 15) selvityksen mukaan henkistä väkivaltaa koettiin sekä urheilijoiden, valmentajien että liiton toimihenkilöiden taholta, mutta eniten sitä koettiin joukkue- tai seurakaverin taholta. Hakanen ym. (2019) yhtyy Kyllösen (2020, 15) löydöksiin. Urheiluseuroissa harrastavista 15–29-vuotiaista nuorista lähes 40 % koki epäasiallista kohtelua vertaisiltaan. Tämä oli kaksinkertainen määrä verrattuna valmentajilta tai ohjaajilta koettuun epäasialliseen kohteluun. (Hakanen ym. 2019, 50.) McPherson ym. (2015) tutkimuksen mukaan reilu 60 % oli kokenut henkistä väkivaltaa vertaisiltaan. Urheilussa kilpailuasetelma saattaa olla altistava tekijä vertaisten aiheuttamalle kiusaamiselle ja henkiselle väkivallalle (Nery, Neto, Rosado & Smith 2017).

5. TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

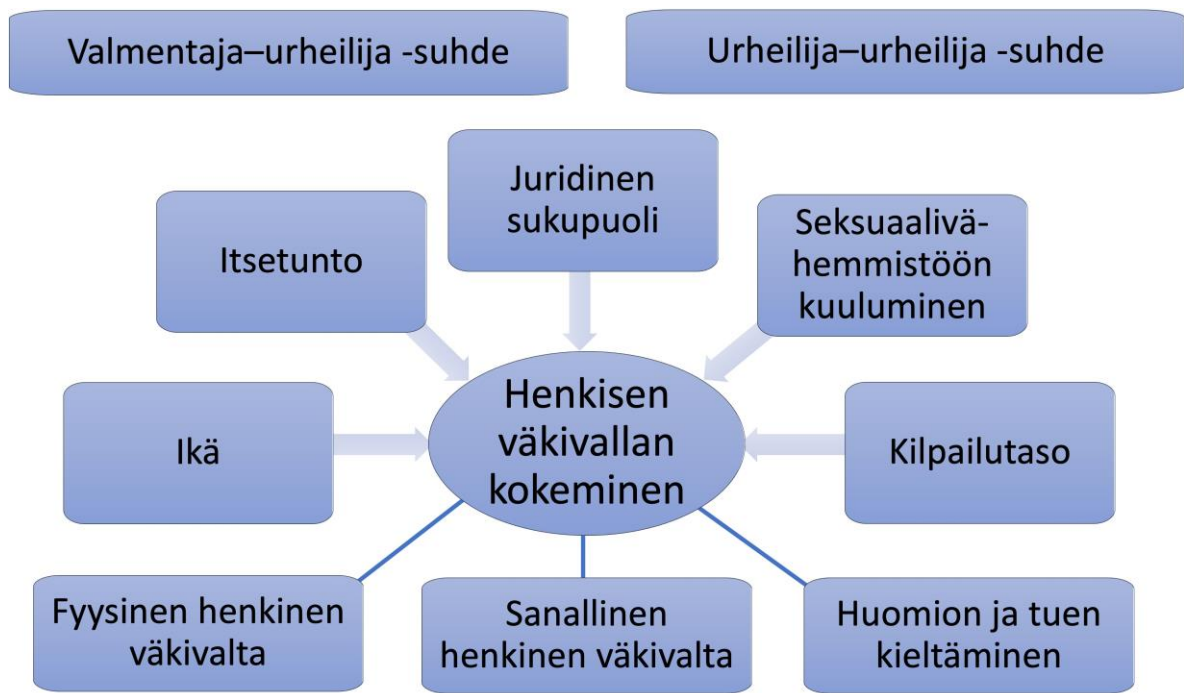
Tässä luvussa avataan lukijalle tutkimuksen tarkoitus, sekä rajataan tutkimuksen viitekehys havainnollistavan kuvan avulla (Kuva 2). Lisäksi esittelemme tutkimuskysymykset.

5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja viitekehys

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää henkisen väkivallan esiintymistä joukkueurheilussa. Tutkimuksessa selvitimme, millaisia henkisen väkivallan muotoja esiintyy joukkueurheilussa valmentaja–urheilija -suhteessa ja urheilija–urheilija -suhteessa. Keskiarvoista nähdään, mitä henkisen väkivallan muotoa koetaan yleisimmin. Selvitimme, onko yksittäisten taustamuuttujien (iän, itsetunnon, juridisen sukupuolen, kilpailutason ja seksuaalisen suuntautumisen) sekä henkisen väkivallan kokemisen yhteyksissä eroja valmentaja–urheilija- ja urheilija–urheilija -suhteessa. Lisäksi selvitimme ovatko ikä, itsetunto, juridinen sukupuoli, kilpailutaso ja seksuaalinen suuntautuminen yhteydessä henkisen väkivallan kokemiseen valmentaja–urheilija- ja urheilija–urheilija -suhteessa, kun muuttujia tutkittiin mallin avulla.

Henkistä väkivaltaa tarkasteltiin urheilijoiden kokemusten näkökulmasta. Tarkoituksena oli selvittää, kokeeko urheilija henkistä väkivaltaa valmentajalta tai joukkuekavereiden taholta. Henkisen väkivallan muodoissa jaottelu tapahtui pääasiassa Stirlingin ja Kerrin (2008) edellä esitetyn jaottelun mukaan, joita olivat fyysisen ja sanallisen henkinen väkivalta sekä huomion ja tuen kieltäminen.

Tässä pro gradu -tutkielmassa tutkimme edellä mainittujen viiden muuttujan yhteyttä henkisen väkivallan kokemiseen, kuten kuva 2 havainnollistaa. Henkinen väkivalta jaetaan Stirlingin ja Kerrin (2008) mukaan kolmeen eri muotoon: fyysisen ja sanalliseen henkiseen väkivaltaan sekä huomion ja tuen kieltämiseen. Tässä pro gradu -tutkielmassa selvitämme mitä väkivallan muotoja esiintyy valmentaja–urheilija- sekä urheilija–urheilija -suhteissa. Valmentaja–urheilija -suhde ja urheilija–urheilija -suhde toimivat eri tavoin, kuten luvuissa 4.1 ja 4.2 käy ilmi. Tästä syystä koemme tärkeäksi tarkastella valmentaja–urheilija-suhdetta ja urheilija–urheilija -suhdetta erikseen. Näin saamme esiin eroavaisuudet ja yhtäläisyydet henkisen väkivallan kokemiseen ja henkisen väkivallan eri muotoihin liittyen.



KUVA 2. Tutkimuksen viitekehys.

5.2 Tutkimuskysymykset

1. Millä tavalla henkistä väkivaltaa esiintyy joukkueurheilussa?
 - 1.1 Minkälaisia henkisen väkivallan muotoja esiintyy valmentajan urheilijan välisessä suhteessa?
 - 1.2 Minkälaisia henkisen väkivallan muotoja esiintyy urheilijoiden keskinäisissä suhteissa?
2. Onko yksittäisten taustamuuttujien (ikä, juridinen sukupuoli, itsetunto, seksuaalinen suuntautuminen ja kilpailutaso) sekä henkisen väkivallan kokemisen yhteyksissä eroja valmentaja–urheilija- ja urheilija–urheilija -suhteissa?
3. Ovatko ikä, juridinen sukupuoli, itsetunto ja seksuaalinen suuntautuminen sekä kilpailutaso yhteydessä henkisen väkivallan kokemiseen valmentaja–urheilija- ja urheilija–urheilija -suhteissa?

6. TUTKIMUSMENETELMÄT

Tässä luvussa käymme läpi pro gradu -tutkielman tutkimusjoukon, aineiston saannin osana PRACT-hanketta, mittarit, tutkimuksen validiteetin ja reliabiliteetin sekä tilastolliset analyysimenetelmät.

6.1 Tutkimusjoukko ja aineiston kerääminen

Tämä aineisto on saatu osana dosentti Marja Kokkosen PRACT-hanketta (<https://www.jyu.fi/sport/fi/tutkimus/hankkeet/preact>), jossa on tarkoituksena edistää yhdenvertaisuutta ja vähentää sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen syrjintää urheilussa ja koululiikunnassa. PRACT-hankkeessa selvitetään valmentajien, urheilijoiden sekä liikunnan harrastajien kokemaa ja havaitsemaa syrjintää eri liikuntaympäristöissä. Tutkimuksessa painotetaan sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien ihmisten näkökulmaa. Hanke alkoi elokuussa 2018 ja päättyi maaliskuussa 2021. PRACT-hankkeen rahoittajana oli Opetus- ja kulttuuriministeriö. (JYU 2020.)

Aineisto kerättiin digitaalisella kyselylomakkeella, johon vastasi 811 henkilöä, joista juridisesti naisia oli 520 ja miehiä 283. Tähän pro gradu -tutkielman osa-aineistoon on valittu PRACT-hankkeen kyselylomakkeesta joukkueurheilun kontekstissa henkistä väkivaltaa koskevat osuudet, mikä rajasi vastausten määrän 291 vastanneeseen.

Taulukossa 1 on esitetty valikoitujen joukkueurheilijoiden taustatiedot eli ikäjakauma, seksuaalinen suuntautuneisuus, kilpailutaso, juridinen sukupuoli ja sukupuolivähemmistöön kuuluminen. Tutkimuksessa muuttujat luokiteltiin taulukossa 1 näkyviin ryhmiin. Osa-aineistoon vastanneista 72,8 % (n=211) oli naisia ja 27,2 % (n=79) miehiä. Tutkimukseen osallistuneiden ikäjakauma oli 10 ja 77 ikävuoden välillä. Tutkimukseen osallistuneiden ikäjaottelu tapahtui seuraavasti: 10–18-vuotiaat, 19–25-vuotiaat, 26–35-vuotiaat ja 36–77-vuotiaat. Ikäjaottelu tapahtui ihmisen kehitysvaiheet huomioiden: varhais- ja keskinuoruus, myöhäisnuoruus sekä aikuisuus (Nurmi ym. 2014, 145–146). Tilastollisen luotettavuuden vuoksi ryhmät jaettiin tarpeeksi suuriin ja tasaisiin ryhmiin. Kyselyyn vastanneiden kilpailutason jaoimme kyselylomakkeen mukaisesti kansainvälisen tason kilpaurheilijoihin, kansallisen tason kilpaurheilijoihin, alue tai piiritason kilpaurheilijoihin sekä harrastajiin. Kyselylomakkeessa harrastajien tasoja oli kolme (vaihtoehdot 4–6), joten nämä kolme

muodostavat harrastajien ryhmän. Kyselylomakkeessa seksuaalista suuntautuneisuutta selvitettiin kuuden eri vaihtoehdon kautta. Taustatietojen pohjalta huomasimme, että suuri osa vastanneista kuului seksuaalivähemmistöön, minkä vuoksi tutkielmassamme seksuaalivähemmistöön kuulumisen oli yksi tutkittavista muuttujista. Päädyimme luokittelemaan seksuaalisen suuntautuneisuuden kahteen ryhmään: täysin heteroseksuaali tai muu (vaihtoehdot 2–6). Tällöin ryhmien koot jakautuivat tarpeeksi suuriin ryhmiin ja siten tilastollinen luotettavuus parani. Kuten taulukko 1 osoittaa, suurin osa vastanneista ei kuulunut sukupuolivähemmistöön, minkä vuoksi meidän pro gradu -tutkielmassa emme huomioineet sukupuolivähemmistöjen yhteyttä tulosten analysoinnissa.

TAULUKKO 1. Vastanneiden ikäjakauma, seksuaalinen suuntautuneisuus, kilpailutaso, juridinen sukupuoli ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvat.

Osallistuneiden taustatiedot:	n	%
Ikä:		
10–18-vuotiaat	89	30,6
19–25-vuotiaat	77	26,5
26–35-vuotiaat	75	25,8
36–77-vuotiaat	50	17,1
Yhteensä	291	100 %
Seksuaalinen suuntautuneisuus:		
Hetero	195	67,2
Jokin muu	95	32,8
Yhteensä	290	100 %
Kilpailutaso:		
Kansainvälisen tason kilpaurheilija	46	15,8
Kansallisen tason kilpaurheilija	88	30,2
Alue- tai piiritason kilpailija	86	29,6
Harrastajat	71	24,4
Yhteensä	291	100 %
Juridinen sukupuoli:		
Nainen	211	72,8
Mies	79	27,2
Yhteensä	290	100 %
Sukupuolivähemmistöön kuuluminen:		
Ei kuulu	267	93,4
Kuuluu	19	6,6
Yhteensä	286	100 %

Kyselylomakkeessa Rosenbergin (1965b) itsetuntomittarin kymmenestä väittämästä viisi: ”Olen taipuvainen pitämään itseäni epäonnistujana”, ”Mielestäni minulla ei ole paljoakaan ylpeilemisen aihetta”, ”Toivoisin, että minulla olisi enemmän itsekunnioitusta”, ”Tunnen itseni joskus todella hyödyttömäksi” ja ”Joskus ajattelen, etten kelpaa mihinkään” käännettiin positiivisiksi väittämiksi, jotta ne olisivat muiden itsetuntoa mittaavien väittämien kanssa samansuuntaisia. Itsetunnosta luotiin summamuuttuja. Itsetunto jaoteltiin kolmeen eri luokkaan: heikko, keskiverto ja vahva itsetunto, kuten taulukosta 2 nähdään. Luokittelussa huomioitiin, että ryhmäkoot olivat keskenään mahdollisimman samankokoiset.

TAULUKKO 2. Itsetunnon jaottelu kolmeen ryhmään ja jaottelun vaihteluvälit.

Itsetunto:	n	%
Heikko (10–31)	94	32,4
Keskiverto (31–39)	94	32,4
Vahva (40–50)	102	35,2
Yhteensä	290	100 %

Liitteestä 1 nähdään kyselyyn vastanneiden itsetunnon keskiarvo, mikä on 35,56. Koska itsetunnon väittämiä oli kymmenen ja vastausasteikko oli välillä 1–5, summamuuttujan mahdollinen vaihteluväli on 10–50. Itsetunnon jaottelussa käytetyt vaihteluvälit näkyvät taulukossa kaksi. Liitteestä 1 nähdään itsetunto-summamuuttujan noudattavan normaalijakaumaa.

6.2 Kyselylomake ja mittarit

Tutkimuslomakkeella kerättiin tutkimukseen osallistuneiden tausta- ja liikuntaharrastuksen tiedot. Itsetuntoa tutkittiin kyselylomakkeen ”Tunne-elämän voimavaroja ja hyvinvointia” -osiossa Rosenbergin itsetuntomittarin (RES=Rosenberg Self-Esteem Scale) avulla (Rosenberg 1965b). Väittämiin vastattiin Likertin 5-portaisen asteikon mukaan: ”1 = täysin eri mieltä; 2 = jonkin verran eri mieltä; 3 = siltä väliltä; 4 = jonkin verran samaa mieltä; 5 = täysin samaa mieltä”. Itsetuntoa selvitettiin kyselylomakkeen ”Tunne-elämän voimavarat ja hyvinvointi” -osuudessa. Henkistä väkivaltaa ja sen eri ilmenemismuotoja tarkasteltiin kyselylomakkeessa kohdassa ”Järjestäytynyt liikkuminen urheiluseurassa: kilpaurheilu tai kuntoliikunta”.

Kyselylomakkeessa henkistä väkivaltaa valmentaja–urheilija -suhteessa selvitettiin seitsemän väittämän avulla. Väittämissä selvitettiin, kuinka usein valmentaja tai ohjaaja oli viimeisen vuoden aikana toiminut tietyllä tavalla. Henkistä väkivaltaa tarkasteltiin urheilija–urheilija -suhteessa yhdeksän väittämän avulla, jotka osittain erosivat valmentaja–urheilija -suhdetta koskevista väittämistä. Vastausasteikko väittämille oli sama. Kyselylomakkeessa esiintyneet henkistä väkivaltaa koskevat väittämät valmentaja–urheilija -suhteessa sekä urheilija–urheilija -suhteessa jaoteltiin Stirlingin ja Kerrin (2008) tutkimuksen pohjalta kolmeen ryhmään: sanallinen henkinen väkivalta, fyysinen henkinen väkivalta sekä huomion ja tuen kieltäminen. Koska kaikki kyselylomakkeen väittämät eivät kuuluneet näihin ryhmiin, lisäsimme neljännen (muut) ryhmän.

Valmentaja–urheilija -suhteessa esiintyvistä väittämistä sanallisen henkisen väkivallan ryhmään kuuluivat väittämät: ”Nimitellyt tai haukkunut sinua halventavasti ja seksuaalisesti värittyneesti?”, ”Sanonut sinun pilaavan harrastamasi urheilulajin maineen?” tai ”Sanonut sinun pilaavan hänen maineensa?”. Yksikään väittämistä ei kuulunut fyysisen henkisen väkivallan ryhmään. Huomion ja tuen kieltämisen ryhmään kuului väittämä ”Evännyt sinulta mahdollisuuden osallistua tasavertaisesti harjoituksiin tai kilpailuihin (esim. antanut vähemmän peliaikaa, jättänyt sinut kokonaan joukkueen ulkopuolelle)?“. Neljänteen muut-ryhmään kuuluivat väittämät: ”Luonut sinuun väheksyviä ja halveksuvia katseita?”, ”Pitänyt sinua uhkana joukkueesi tai ryhmäsi urheilulliselle menestykselle tai kehittymiselle?” ja ”Pitänyt sinua jonkinlaisena uhkana joukkueovereillesi tai muille kanssasi liikuntaa harrastaville?”.

Sama jaottelu tehtiin urheilija–urheilija -suhteen väittämille. Väittämät, jotka olivat samoja kuin valmentaja–urheilija -suhteessa kuuluivat samoihin ryhmiin. Muiden väittämien jaottelu tapahtui seuraavasti. Sanalliseen henkiseen väkivaltaan luokiteltiin väittämä: ”Homotelleet sinua (riippumatta seksuaalisesta suuntautuneisuudestasi)?“. Huomion ja tuen kieltämiseen luokiteltiin väittämät: ”Jättäneet sinut ulkopuoliseksi (esim. liikunnan ulkopuolella tapahtuvasta toiminnasta)?” ja ”Vältelleet seuraasi pukuhuoneessa, suihkutiloissa yms.?“. Muut-ryhmään luokiteltiin: ”Pitäneet sinua jonkinlaisena henkilökohtaisena uhkana?”, ”Sanoneet sinun pilaavan joukkueenne maineen?”. Fyysisen henkisen väkivallan ryhmään ei kuulunut yksikään väittämä. Väittämien yleisyyden keskiarvoja tarkastelemalla selvitettiin mitä henkisen väkivallan muotoja esiintyi eniten valmentaja–urheilija- ja urheilija–urheilija -suhteessa.

Tässä tutkielmassa PRACT-projektin kyselylomakkeen osa toimi mittarina. Mittarin tarkoituksena oli tuottaa tietoa tutkittavalta alueelta ja havainnoida ilmiötä mahdollisimman objektiivisesti. Taustatieto kerättiin laatuero- eli nominaaliasteikolla. Tässä tutkimuksessa juridinen sukupuoli ja seksuaalivähemmistöt olivat nominaaliasteikollisia. Järjestysasteikolla mitattiin määrällisiä asioita. Tutkielmassamme kilpailutasoa mitattiin järjestysasteikolla. Välimatka-asteikolla saatiin tietoa arvojen välisistä eroista. (Metsämuuronen 2011, 67–70.) Tässä tutkimuksessa käytettiin välimatka-asteikkoa iän ja itsetunnon mittaamiseen. Lisäksi itsetunnossa käytettiin Likert-asteikkoa itsetunnon määrittämisessä. Mittarissa käytettiin valmista Rosenbergin itsetunnomittaria.

6.3 Tutkimuksen validiteetti ja reliabiliteetti

Tutkimuksen luotettavuutta kuvataan validiteetin ja reliabiliteetin avulla (Metsämuuronen 2011, 74). Validiteetti kuvaa luotettavuutta, millä tarkoitetaan sitä, että antaaako tutkimus vastauksia siihen, mitä ollaan tutkimassa. Validiteetti jaetaan sisäiseen ja ulkoiseen validiteettiin. Ulkoisella validiteetilla tarkoitetaan, onko tutkimus yleistettävissä ja jos on niin mille ryhmille. Tällöin on tärkeä pohtia tutkimusasetelmaa ja otantaa. Näiden avulla pyritään rajaamaan mahdollisimman monta luotettavuuden uhkaa tutkimuksen ulkopuolelle. Sisäisellä validiteetilla tarkoitetaan tutkimuksen omaa luotettavuutta, sisällön, käsitteen ja kriteereiden osalta. (Metsämuuronen 2011, 65, 74–75.) Kokonaisuudessaan validiteetti kertoo kuinka hyvin ajatuskokonaisuus ja teorian käsitteet on saatu siirrettyä kyselylomakkeeseen (Vilka 2015, 194). Validiteettia pystytään parantamaan hyvällä tutkimusasetelmalla, oikealla käsitteen muodostuksella, teorian johtamisella ja sopivalla otannalla. (Metsämuuronen 2011, 74–75.) Tutkimuksemme validiteettia vahvistaa suuri otanta ($n=291$), jossa on laajasti edustettuna tutkitut muuttajat. Tutkimukseen osallistujat jakautuvat eri ikäryhmiin, kilpailutasoon (Taulukko 1) ja koetun itsetunnon eri tasoihin (Taulukko 2). Myös juridisen sukupuolen ja seksuaalisen suuntautuneisuuden erot ovat huomioitu (Taulukko 1). Useamman muuttujien tarkastelu vahvistaa tutkimuksemme ulkoista validiteettia. Tämän tutkimuksen käsitteitä ja sisältöä on pyritty tarkastelemaan mahdollisimman kattavasti ja monipuolisesti, mikä tukee sisäistä validiteettia.

Reliabiliteetti kuvaa tutkimuksen toistettavuutta ja luotettavuutta. Tarkoittaen sitä, että tutkimuksen mittari on reliaabeli, jos samaa ilmiötä tutkitaan useamman kerran samalla mittarilla ja tuloksista saadaan melko samanlaisia. Tässä tutkimuksessa on käytetty Rosenbergin itsetuntomittaria ja valmiin mittarin käyttö tuo lisää luotettavuutta tutkimukseen (Metsämuuronen 2011, 67). Tutkimuksen reliabiliteettia voidaan mitata Cronbachin alfan avulla, kuten tässä pro gradu -tutkielmassa tehdään. Cronbachin alfa kertoo tutkittavien muuttujien välisestä korrelaatiosta. Mitä lähempänä arvoa 1 luku on, sitä luotettavampi ja yhtenäisempi mittarin katsotaan olevan. Cronbachin alfan raja-arvoksi ajatellaan 0,7. (Metsämuuronen 2011, 74–79, 145–150.) Valmiin ja aiemmin testatun mittarin käyttö toi lisää luotettavuutta tähän tutkimukseen (Metsämuuronen 2011, 67). Tutkimuksemme esiintyvät Cronbachin alfan arvot ovat korkeat, mikä kertoo tutkimuksemme mittarin yhtenäisyydestä ja luotettavuudesta.

Taulukosta 3 nähdään itsetuntomittarin väittämien reliabiliteetti ja itsetunnosta tehdyn summamuuttujan sisäinen konsistenssi. Koska Cronbachin alfan arvot olivat korkeat ja lähellä toisiaan jokaisessa väittämässä, käytimme kaikkia väittämiä mittarissa. Itsetuntomittarin alfa on 0,889 ja on estimaatti eli paras mahdollinen arvo mittarin sisäiselle konsistenssille.

TAULUKKO 3. Itsetunto mittarin ja summamuuttujan reliabiliteetti.

	α
Itsetunto	0,89
Mielestäni olen ihmisenä ainakin yhtä arvokas kuin muut.	0,88
Mielestäni minulla on useita hyviä ominaisuuksia.	0,88
Olen taipuvainen pitämään itseäni epäonnistujana.	0,88
Kykenen tekemään asioita yhtä hyvin kuin useimmat muutkin ihmiset.	0,88
Mielestäni minulla ei ole paljoakaan ylpeilemisen aihetta.	0,89
Asennoidun itseeni myönteisesti.	0,87
Olen itseeni suurin piirtein tyytyväinen.	0,87
Toivoisin, että minulla olisi enemmän itsekunnioitusta.	0,88
Tunnen itseni joskus todella hyödyttömäksi.	0,87
Joskus ajattelen, etten kelpaa mihinkään.	0,87

Taulukosta 4 nähdään henkisen väkivallan väittämien reliabiliteetti eli luotettavuus valmentaja–urheilija -suhteessa, sekä niistä muodostetun summamuuttujan reliabiliteetti. Väittämien reliabiliteetit olivat korkeat ja lähellä toisiaan, mistä syystä pidimme kaikki väittämät mukana summamuuttujaa muodostaessa. Valmentaja–urheilija -suhteessa esiintyvän henkisen väkivallan summamuuttujan reliabiliteetti on 0,907.

TAULUKKO 4. Valmentaja–urheilija -suhteessa esiintyvän henkisen väkivallan väittämien reliabiliteetit.

	α
Valmentaja–urheilija -suhteessa esiintyvän henkisen väkivallan väittämien reliabiliteetit	0,907
Nimitellyt tai haukkunut sinua halventavasti ja seksuaalisesti värittyneesti?	0,889
Luonut sinuun väheksyviä ja halveksuvia katseita?	0,902
Evännyt sinulta mahdollisuuden osallistua tasavertaisesti harjoituksiin tai kilpailuihin (esim. antanut vähemmän peliaikaa, jättänyt sinut kokonaan joukkueen ulkopuolelle)?	0,904
Pitänyt sinua uhkana joukkueesi tai ryhmäsi urheilulliselle menestykselle tai kehittymiselle?	0,881
Pitänyt sinua jonkinlaisena uhkana joukkueovereillesi tai muille kanssasi liikuntaa harrastaville?	0,891
Sanonut sinun pilaavan harrastamasi urheilulajin maineen?	0,893
Sanonut sinun pilaavan hänen maineensa?	0,890

Taulukosta 5 nähdään henkisen väkivallan väittämien reliabiliteetit urheilija–urheilija -suhteessa, sekä niistä muodostetun summamuuttujan reliabiliteetti. Väittämien reliabiliteetit olivat korkeat ja lähellä toisiaan, mistä syystä pidimme kaikki muuttajat mukana summamuuttujaa muodostaessa. Urheilija–urheilija -suhteessa esiintyvän henkisen väkivallan summamuuttujan reliabiliteetti on 0,920.

TAULUKKO 5. Urheilija–urheilija -suhteessa esiintyvän henkisen väkivallan väittämien reliabiliteetit.

	α
Urheilija–urheilija -suhteessa esiintyvän henkisen väkivallan väittämien reliabiliteetit	0,920
Nimitelleet tai haukkuneet sinua halventavasti ja seksuaalisesti värityneesti?	0,908
Luoneet sinuun väheksyviä ja halveksuvia katseita?	0,910
Homotelleet sinua (riippumatta seksuaalisesta suuntautuneisuudestasi)?	0,923
Jättäneet sinut ulkopuoliseksi (esim. liikunnan ulkopuolella tapahtuvasta toiminnasta)?	0,914
Pitäneet sinua uhkana joukkueesi tai ryhmäsi urheilulliselle menestykselle tai kehittymiselle?	0,908
Pitäneet sinua jonkinlaisena henkilökohtaisena uhkana?	0,914
Sanoneet sinun pilaavan harrastamasi urheilulajin maineen?	0,907
Sanoneet sinun pilaavan joukkueenne maineen?	0,906
Vältelleet seuraasi pukuhuoneessa, suihkutiloissa yms.?	0,909

6.4 Tilastolliset menetelmät

Tutkimuksen aineisto analysoitiin IBM SPSS Statistics 26 -ohjelmalla. Henkisen väkivallan yhteyksien eroja iän, juridisen sukupuolen, itsetunnon, seksuaalisen suuntautuneisuuden ja kilpailutason välillä tutkittiin valmentaja–urheilija -suhteessa ja urheilija–urheilija -suhteessa yksisuuntaisella varianssianalyysillä. Koska ikä, itsetunto ja kilpailutaso jaettiin useampaan ryhmään, niissä käytettiin Post Hoc Multiple Comparisonsin Bonferroni ja Tamhanen T2 testiä. Post hoc -testi kertoo poikkeavatko muuttujien keskiarvot tilastollisesti merkitsevästi toisistaan ja siten saamme selvitettyä ryhmien väliset merkitsevyydet (Metsämuuronen 2006, 207; Nummenmaa 2009, 194). Juridinen sukupuoli ja seksuaalinen suuntautuneisuus jaettiin vain kahteen ryhmään, minkä vuoksi Bonferroni tai Tamhanen T2 testiä ei käytetty. Kun muuttujia tutkittiin yksittäin, ei muiden muuttujien vaikutusta huomioida. Tästä syystä yksittäisten muuttujien tuloksien tarkastelu on tehtävä varauksella. Tilastollisen merkitsevyyden raja-arvoina pidetään: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$.

Viiden muuttujan mallin yhteyttä henkisen väkivallan ilmenemiseen tarkasteltiin yleistetyn lineaarisen regressioanalyysin avulla (*Generalized linear model*). Viidestä selitettävästä muuttujasta eli iästä, itsetunnosta, kilpailutasosta, sukupuolesta sekä seksuaalisesta suuntautumisesta muodostettiin yhteinen malli. Waldin khiin neliö -testi kertoi, mitkä selittävät muuttujat olivat tilastollisesti merkitseviä henkisen väkivallan kokemisen kannalta. Samaa testiä käytettiin henkisen väkivallan selvittämiseksi valmentaja–urheilija- ja urheilija–urheilija -suhteessa. Tarkastelimme miten yksilölliset tekijät eli ikä, juridinen sukupuoli, itsetunto ja seksuaalinen suuntautuminen sekä kilpailutaso selittävät henkisen väkivallan ilmenemistä joukkueurheilussa. Mallien selitysaste laskettiin Stata -ohjelmalla (Stata 16.1). Mallissa neutralisoituu muiden muuttujien paitsi tarkasteltavan muuttujan vaikutus. Tällöin nähdään selvitettävän muuttujan yhteys henkisen väkivallan kokemiseen totuudenmukaisemmin.

7. TULOKSET

Taulukossa 6 esitetään keskiarvon perusteella yleisin henkisen väkivallan muoto valmentaja–urheilija -suhteessa. Väittämien esiintyvyydessä ei ole suuria eroja, mutta suurin keskiarvo (ka=1,42) on väittämällä: “Evännyt sinulta mahdollisuuden osallistua tasavertaisesti harjoituksiin tai kilpailuihin (esim. antanut vähemmän peliaikaa, jättänyt sinut kokonaan joukkueen ulkopuolelle)?” Hyödyntämämme Stirlingin ja Kerrin (2008) henkisen väkivallan muotojen jaottelusta tämä kuuluu huomion ja tuen kieltämiseen. Toiseksi yleisin väittämä (ka=1,40) on “Luonut sinuun väheksyviä ja halveksuvia katseita.” Kolmanneksi yleisin väittämä (ka=1,22) on: “Pitänyt sinua uhkana joukkueesi tai ryhmäsi urheilulliselle menestykselle tai kehittämiselle?”. Nämä kuuluvat jaottelussamme muut-ryhmään.

TAULUKKO 6. Henkinen väkivalta valmentaja–urheilija -suhteessa.

	ka	kh	n
Henkinen väkivalta valmentaja–urheilija -suhteessa	8,51	3,99	278
Nimiteltyt tai haukkunut sinua halventavasti ja seksuaalisesti värittyneesti?	1,12	0,55	278
Luonut sinuun väheksyviä ja halveksuvia katseita?	1,40	0,88	278
Evännyt sinulta mahdollisuuden osallistua tasavertaisesti harjoituksiin tai kilpailuihin (esim. antanut vähemmän peliaikaa, jättänyt sinut kokonaan joukkueen ulkopuolelle)?	1,42	0,95	278
Pitänyt sinua uhkana joukkueesi tai ryhmäsi urheilulliselle menestykselle tai kehittämiselle?	1,22	0,73	278
Pitänyt sinua jonkinlaisena uhkana joukkueovereillesi tai muille kanssasi liikuntaa harrastaville?	1,14	0,63	278
Sanonut sinun pilaavan harrastamasi urheilulajin maineen?	1,12	0,60	278
Sanonut sinun pilaavan hänen maineensa?	1,09	0,53	278

Taulukossa 7 esitetään keskiarvon perusteella yleisin henkisen väkivallan muoto urheilija–urheilija -suhteessa. Väittämistä yleisin on (ka=1,41) “Jättäneet sinut ulkopuoliseksi (esim. liikunnan ulkopuolella tapahtuvasta toiminnasta)?” Tämä väittämä kuuluu henkisen väkivallan muodoista tuen ja huomion kieltämiseen (Stirling & Kerr 2008). Toiseksi yleisin väittämä on (ka=1,32) “Luoneet sinuun väheksyviä ja halveksuvia katseita?”. Kolmanneksi yleisin väittämä (ka=1,26) on: “Pitäneet sinua jonkinlaisena henkilökohtaisena uhkana?”. Nämä väittämät

kuuluvat muut-ryhmään. Yleisin väkivallan muoto on huomion ja tuen kieltäminen. Toiseksi ja kolmanneksi yleisimmät väittämät ovat samat sekä valmentaja–urheilija - että urheilija–urheilija -suhteessa.

TAULUKKO 7. Henkinen väkivalta urheilija–urheilija -suhteessa.

	ka	kh	n
Henkinen väkivalta urheilija–urheilija -suhteessa	10,90	4,49	267
Nimitelleet tai haukkuneet sinua halventavasti ja seksuaalisesti värityneesti?	1,14	0,56	267
Luoneet sinuun väheksyviä ja halveksuvia katseita?	1,32	0,76	267
Homotelleet sinua (riippumatta seksuaalisesta suuntautuneisuudestasi)?	1,23	0,66	267
Jättäneet sinut ulkopuoliseksi (esim. liikunnan ulkopuolella tapahtuvasta toiminnasta)?	1,41	0,82	267
Pitäneet sinua uhkana joukkueesi tai ryhmäsi urheilulliselle menestykselle tai kehittymiselle?	1,15	0,56	267
Pitäneet sinua jonkinlaisena henkilökohtaisena uhkana?	1,26	0,70	267
Sanoneet sinun pilaavan harrastamasi urheilulajin maineen?	1,09	0,45	267
Sanoneet sinun pilaavan joukkueenne maineen?	1,09	0,49	267
Vältelleet seuraasi pukuhuoneessa, suihkutiloissa yms.?	1,20	0,66	267

Taulukossa 8 on esitetty yksittäisten muuttujien p-arvot henkisen väkivallan kokemisessa valmentaja–urheilija -suhteessa. Juridinen sukupuoli ($p < 0.01$) ja itsetunto ($p < 0.01$) ovat tilastollisesti merkitseviä muuttujia valmentaja–urheilija -suhteessa. Juridiselta sukupuoleltaan miehet kokevat enemmän henkistä väkivaltaa kuin naiset. Itsetunnossa heikko itsetunto on tilastollisesti merkitsevä ($p < 0.01$), mutta keskiverto itsetunto ei ole ($p > 0.05$). Heikon itsetunnon omaavat kokevat enemmän henkistä väkivaltaa kuin keskiverron ja vahvan itsetunnon omaavat. Havaitsimme eroja iässä, seksuaalisessa suuntautumisessa ja kilpailutasossa, mutta nämä arvot eivät olleet tilastollisesti merkitseviä ($p > 0.05$).

TAULUKKO 8. Yksittäisten muuttujien yhteyksien erot henkisen väkivallan kokemisessa valmentaja–urheilija -suhteessa.

Yksittäisten muuttujien yhteyksien erot henkisen väkivallan kokemiseen valmentaja–urheilija -suhteessa	Mean Dif.	n	ka	95 % luottamusväli	Tamhane T2, p-arvo
Ikä					F = 1,194, df = 3, p = 0.312
10–18-vuotiaat	-0,47	85	8,75	7,94-9,60	10-18 > < 36-77: p = 0.998
19–25-vuotiaat	-1,16	75	8,07	7,16-8,97	19-25 > < 36-77: p = 0.788
26–35-vuotiaat	-1,13	71	8,10	7,17-9,03	26-35 > < 36-77: p = 0.821
36–77-vuotiaat	.	49	9,22	8,11-10,34	
Seksuaalinen suuntautuneisuus					F = 1,439, df = 1, p = 0.231
Täysin hetero	-0,61	190	8,29	7,72-8,86	täysin hetero > < muu: p = 0.231
Muu	.	90	8,90	8,08-9,73	
Kilpailutaso					F = 1,028, df = 3, p = 0.381
Kv tason kilpaurheilija	-0,30	44	8,61	7,43-9,80	kv. taso > < harrastajat: p = 1.000
Kans. tason kilpaurheilija	-1,04	85	7,87	7,02-8,72	kans. taso > < harrastajat: p = 0.537
Alue- tai piiritason kilpailija	-0,20	85	8,71	7,86-9,56	alue > < harrastajat: p = 1.000
Harrastajat	.	66	8,91	7,95-9,87	
Juridinen sukupuoli:					F = 9,133, df = 1, p = 0.003**
Nainen	-1,58	202	8,02	7,48-8,56	nainen > < mies: p = 0.003
Mies		77	9,60	8,72-10,47	
Itsetunto					F = 5,167, df = 2, p = 0.006**
Heikko	1,75	90	9,24	8,43-10,06	Heikko > < Vahva: p = 0.002
Keskiverto	1,33	91	8,82	8,01-9,64	Keskiv. > < Vahva: p = 0.051
Vahva	.	98	7,49	6,71-8,27	

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

Taulukossa 9 on esitetty yksittäisten muuttujien p-arvot henkisen väkivallan kokemisessa urheilija–urheilija -suhteessa. Taulukosta nähdään, että juridinen sukupuoli (p<0.001) ja itsetunto (p<0.05) ovat tilastollisesti merkitseviä tekijöitä. Juridiselta sukupuolelta miehet kokevat henkistä väkivaltaa enemmän kuin naiset. Sekä heikko että keskiverto itsetunto ovat tilastollisesti merkitseviä urheilija–urheilija -suhteessa. Heikon itsetunnon omaavat kokevat henkistä väkivaltaa enemmän kuin keskiverron ja vahvan itsetunnon omaavat. Keskiverto itsetunnon omaavat kokevat enemmän henkistä väkivaltaa kuin vahvan itsetunnon omaavat. Erot iässä, seksuaalisessa suuntautumisessa ja kilpailutasossa eivät olleet tilastollisesti merkitseviä (p>0.05).

TAULUKKO 9. Yksittäisten muuttujien yhteyksien erot henkisen väkivallan kokemisessa urheilija–urheilija -suhteessa.

Yksittäisten muuttujien yhteyksien erot henkisen väkivallan kokemiseen urheilija–urheilija -suhteessa	Mean Dif.	n	ka	95 % luottamusväli	Tamhane T2, p-arvo
Ikä					F = 1,190, df = 3, p = 0.314
10–18-vuotiaat	-1,14	82	10,79	7,94-9,60	10-18 > < 36-77: p = 0.922
19–25-vuotiaat	-1,61	74	10,32	7,16-8,97	19-25 > < 36-77: p = 0.704
26–35-vuotiaat	-1,05	71	10,89	7,17-9,03	26-35 > < 36-77: p = 0.957
36–77-vuotiaat	.	46	11,93	8,11-10,34	
Seksuaalinen suuntautuneisuus					F = 1,435, df = 1, p = 0.232
Täysin hetero	-0,71	184	10,65	9,99-11,32	täysin hetero > < muu: p = 0.232
Muu	.	89	11,36	10,41-12,31	
Kilpailutaso					F = 1,481, df = 3, p = 0.220
Kv. tason kilpaurheilija	0,02	43	11,60	10,23-12,98	kv. taso > < harrastajat: p = 1.000
Kans. tason kilpaurheilija	-1,04	83	10,54	9,56-11,53	kans. taso > < harrastajat: p = 0.787
Alue- tai piiritason kilpailija	-1,29	82	10,29	9,30-11,29	alue > < harrastajat: p = 0.576
Harrastajat	.	65	11,58	10,47-12,70	
Juridinen sukupuoli:					F = 13,146, df = 1, p = 0.000***
Nainen	-2,23	199	10,28	9,66-10,91	nainen > < mies: p = 0.000
Mies	.	73	12,51	11,47-13,54	
Itsetunto					F = 5,174, df = 2, p = 0.006**
Heikko	1,87	88	11,57	10,62-12,51	Heikko > < Vahva: p = 0.007**
Keskiverto	1,80	88	11,50	10,55-12,45	Keskiv. > < Vahva: p = 0.013*
Vahva	.	97	9,70	8,80-10,60	

Taulukosta 10 nähdään, että muuttujien mallissa juridinen sukupuoli ($p < 0.001$) ja itsetunto ($p < 0.01$) ovat tilastollisesti merkitseviä muuttujia. Miessukupuoli, heikko ja keskiverto itsetunto ovat yhteydessä suurempaan henkisen väkivallan kokemiseen valmentaja–urheilija -suhteessa. Itsetunnossa heikkoon ryhmään kuuluminen on tilastollisesti merkitsevämpi kuin keskivertoryhmään kuuluminen henkisen väkivallan kokemisessa. Erot iässä, juridisessa sukupuolella ja kilpailutasossa eivät olleet tilastollisesti merkitseviä ($p > 0.05$). Mallin selitysaste on 6,57 %.

TAULUKKO 10. Muuttujien ja henkisen väkivallan yhteydet valmentaja–urheilija -suhteessa mallin avulla tarkasteltuna.

Henkinen väkivalta valmentaja–urheilija -suhteessa	B	p-arvo	ka	kh	95 % luottamusväli
Ikä					
10–18-vuotiaat	-0,01	0.995	9,60	0,51	8,61-10,59
19–25-vuotiaat	-0,68	0.370	8,93	0,49	7,96-9,89
26–35-vuotiaat	-1,08	0.151	8,52	0,46	7,62-9,43
36–77-vuotiaat	0a	.	9,61	0,60	8,43-10,78
Seksuaalinen suuntautuneisuus					
Hetero	-0,83	0.118	8,75	0,31	8,14-9,36
Jokin muu	0a	.	9,58	0,45	8,69-10,46
Kilpailutaso					
Kansainvälisen tason kilpaurheilija	0,46	0.561	9,65	0,61	8,46-10,85
Kansallisen tason kilpaurheilija	-0,46	0.503	8,73	0,47	7,81-9,65
Alue- tai piiritason kilpailija	-0,12	0.861	9,08	0,45	8,20-9,95
Harrastajat	0a	.	9,19	0,50	8,21-10,18
Juridinen sukupuoli					
Nainen	-1,92	0.000***	8,20	0,29	7,64-8,77
Mies	0a	.	10,12	0,47	9,19-11,05
Itsetunto					
Heikko	1,80	0.002**	9,91	0,45	9,03-10,79
Keskiverto	1,37	0.014*	9,47	0,44	8,61-10,33
Vahva	0a	.	8,11	0,42	7,29-8,93

Adjusted R² = 6,57 %, a=vertailuryhmä

Taulukosta 11 nähdään, että viiden muuttujan mallissa juridinen sukupuoli ($p < 0.001$) ja itsetunto ($p < 0.01$) ovat tilastollisesti merkitseviä muuttujia. Tulokset henkisen väkivallan kokemisessa urheilija–urheilija -suhteessa ovat yhteneviä valmentaja–urheilija -suhteessa koettuun henkiseen väkivaltaan. Miessukupuoli ja heikompi itsetunto on yhteydessä suurempaan henkisen väkivallan kokemiseen urheilija–urheilija -suhteessa. Itsetunnossa heikkoon ryhmään kuuluminen on tilastollisesti merkitsevempi kuin keskivertoryhmään kuuluminen. Erot iässä, juridisessa sukupuolella ja kilpailutasossa eivät olleet tilastollisesti merkitseviä ($p > 0.05$). Mallin selitysaste on 9,22 %. Molempia viiden muuttujan malleja tarkasteltaessa tilastollisesti merkitseviksi muuttujiksi nousivat juridinen sukupuoli ja itsetunto.

TAULUKKO 11. Muuttujien ja henkisen väkivallan yhteydet urheilija–urheilija -suhteessa mallin avulla tarkasteltuna.

Henkinen väkivalta urheilija–urheilija - suhteessa	B	p-arvo	ka	kh	95 % luottamusväli
Ikä					
10–18-vuotiaat	-0,38	0.679	12,01	0,59	10,85-13,17
19–25-vuotiaat	-0,92	0.298	11,47	0,56	10,36-12,57
26–35-vuotiaat	-0,78	0.372	11,61	0,53	10,57-12,65
36–77-vuotiaat	0a	.	12,39	0,70	11,01-13,77
Seksuaalinen suuntautuneisuus					
Hetero	-0,84	0.168	11,45	0,36	10,74-12,15
Jokin muu	0a	.	12,29	0,53	11,26-13,32
Kilpailutaso					
Kansainvälisen tason kilpaurheilija	1,04	0.248	12,92	0,70	11,54-14,30
Kansallisen tason kilpaurheilija	-0,16	0.845	11,72	0,55	10,65-12,79
Alue- tai piiritason kilpailija	-0,92	0.236	10,96	0,52	9,93-11,99
Harrastajat	0a	.	11,88	0,57	10,75-13,00
Juridinen sukupuoli					
Nainen	-2,58	0.000***	10,58	0,33	9,93-11,23
Mies	0a	.	13,16	0,56	12,07-14,25
Itsetunto					
Heikko	2,32	0.000***	12,73	0,52	11,72-13,74
Keskiverto	2,06	0.001**	12,47	0,51	11,46-13,48
Vahva	0a	.	10,41	0,48	9,46-11,36

Adjusted R² = 9,22 %, a=vertailuryhmä

8. POHDINTA

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, minkälaisia henkisen väkivallan muotoja esiintyy joukkueurheilussa valmentajan ja urheilijan sekä urheilijoiden välisessä suhteessa. Toiseksi selvitimme viiden eri muuttujan (iän, itsetunnon, juridisen sukupuolen, kilpailutason ja seksuaalisen suuntautumisen) sekä henkisen väkivallan yhteyksien eroja. Kolmanneksi selvitimme muuttujien ja henkisen väkivallan kokemisen yhteyksiä valmentajan ja urheilijan välisessä sekä urheilijoiden välisessä suhteessa.

8.1 Tulosten yhteenveto

8.1.1 Henkisen väkivallan yleisyys joukkueurheilussa

Tämän pro gradu -tutkielman tulosten mukaan sekä valmentajan ja urheilijan välisessä suhteessa että urheilijoiden välisessä suhteessa koettiin tutkituista henkisen väkivallan muodoista yleisimmin huomion ja tuen kieltämistä. Toiseksi yleisin henkisen väkivallan väittämä valmentaja–urheilija -suhteessa sekä urheilija–urheilija -suhteessa oli väheksyvät ja halveksivat katseet. Luokittelimme tämän väittämän muut-ryhmään, sillä tämän kaltainen häirintä ei sisällynyt Stirlingin ja Kerrin (2008) henkisen väkivallan jaotteluun. Kokkosen (2018) mukaan väheksyvät katseet ovat sanatonta häirintää. Onkin huomioitava, että Stirlingin ja Kerrin (2008) esittämät henkisen väkivallan muodot eivät sisällä kaikkia henkisen väkivallan ilmenemistapoja.

Kolmanneksi yleisin väittämä valmentajan ja urheilijan välisessä suhteessa oli: ”Pitänyt sinua uhkana joukkueesi tai ryhmäsi urheilulliselle menestykselle tai kehittymiselle?”. Vastaava väittämä urheilijoiden välisessä suhteessa oli ” Pitäneet sinua jonkinlaisena henkilökohtaisena uhkana?”. Tämä oli kolmanneksi yleisin väittämä urheilijoiden välisessä suhteessa. Kirjallisuudesta oli vaikea löytää yläkäsitettä esiintyneille väittämille. Siksi luokittelimme väittämät muut- ryhmään. Erilaiset henkisen väkivallan ilmenemistavat kertovat käsitteen monimuotoisuudesta ja siten vaikeudesta määritellä käsite. Yleisimmät henkisen väkivallan muodot valmentajan ja urheilijan välisessä suhteessa sekä urheilijoiden välisessä suhteessa ovat yhteneväiset.

Aiempien tutkimusten mukaan sanallinen henkinen väkivalta on yleisintä harrastustoiminnassa (Fagerlund ym. 2014, 93; Kyllönen 2020, 13; Peltola 2016, 29–31). Se ilmenee usein vähättelynä, arvosteluna, kiroiluna tai huutamisena (Hakanen ym. 2019, 49–51; Kyllönen 2020, 9; Peltola 2016, 29–31). Huomionarvoista on, että havaitsemiemme kolmen yleisimmän henkisen väkivallan muodoissa ei esiintynyt sanallista henkistä väkivaltaa. Tätä voisi selittää se, että käyttämämme kyselylomakkeen väittämät sanallisen henkisen väkivallan osalta eivät olleet tyypillisimpiä eli esimerkiksi vähättelyyn, arvosteluun, huutamiseen ja kiroiluun liittyviä. Tässä kyselylomakkeessa selvitettiin nimittelyyn, haukkumiseen ja ikävään sanomiseen liittyviä sanallisia henkisen väkivallan keinoja. Tulokset voisivat olla erilaiset, jos kyselylomakkeessa olisi selvitetty yleisimpiä sanallisia henkisen väkivallan muotoja, kuten huutamista ja kiroilua.

Vaikka henkisen väkivallan esiintyvyyden keskiarvot ovat pieniä eli keskimäärin vain muutamia kertoja vuodessa, katsomme, että yksikin kerta on liikaa. Lasten ja nuorten urheiluharrastuksiin liitetään yleensä positiivisia odotuksia sosiaalisten ja elämäntapojen valmiuksien oppimisesta (Fagerlund ym. 2014, 124). Lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukeminen tulisi urheilussa olla keskeisenä toiminnan lähtökohtana (Berg, Salasuo & Lehtonen 2020, 11). Tulokset osoittavat, että on syytä puuttua erityisesti ulkopuolelle jättämiseen sekä tuen ja huomion kieltämiseen niin valmentajan kuin joukkuekavereiden osalta.

8.1.2 Tutkittujen taustamuuttujien yhteys henkisen väkivallan kokemiseen

Tutkittaessa yksittäisen muuttujan eroja henkiseen väkivaltaan emme voineet huomioida yksittäisten muuttujien yhteisvaikutusta. Esimerkiksi itsetuntoon vaikuttaa kirjallisuuden pohjalta useampi tekijä, kuten ikä, kasvuympäristö ja sosiaaliset kokemukset (Laine 2005, 41). Kun itsetuntoa tutkitaan yksittäisenä tekijänä, emme tiedä iän mahdollista yhteyttä itsetuntoon ja sitä kautta henkisen väkivallan kokemiseen. Tästä syystä yksittäisten muuttujien tulosten tarkastelu on tehtävä varauksella. Mallissa, jossa huomioidaan viisi eri muuttujaa (ikä, itsetunto, juridinen sukupuoli, kilpailutaso ja seksuaalinen suuntautuneisuus) muiden muuttujien vaikutus neutralisoidaan ja tulokseksi saadaan vain tutkittavan muuttujan vaikutus. Tällöin muuttujan vaikutus nähdään totuudenmukaisemmin.

Tarkasteltaessa muuttujia yksittäin havaittiin, että juridinen sukupuoli ja itsetunto ovat tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä henkisen väkivallan kokemiseen sekä valmentaja–urheilija -suhteessa että urheilija–urheilija -suhteessa. Tulokset toivat esille erityisesti heikon itsetunnon välisen yhteyden koettuun henkiseen väkivaltaan. Tämä tulos havaittiin sekä valmentajan ja urheilijan että urheilijoiden välisessä suhteessa. Urheilijoiden keskinäisessä suhteessa myös keskiverto itsetunto oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä henkisen väkivallan kokemiseen. Valmentaja–urheilija -suhteessa keskiverto itsetunnossa oli yhteyttä henkiseen väkivaltaan, mutta ei tilastollisesti merkitsevästi. Tuloksemme itsetunnon vaikutuksesta henkisen väkivallan kokemiseen ovat yhteneväisiä Eganin ja Perryn (1998) sekä Laineen (2005, 221) tutkimustulosten kanssa, missä tarkasteltiin kiusaamisen ja itsetunnon välisiä yhteyksiä. Tutkimuksessamme juridista sukupuolta tarkasteltaessa havaittiin, että miehet kokivat naisia enemmän henkistä väkivaltaa niin valmentaja–urheilija- kuin urheilija–urheilija -suhteessa. Tämä tulos on yhteneväinen Fagerlundin (2014, 32) tulosten kanssa. Tutkimuksemme tulosten mukaan kilpailutasolla, seksuaalisella suuntautumisella ja iällä ei ollut tilastollista merkitsevyyttä henkisen väkivallan kokemiseen kummassakaan suhteessa. Kuitenkin eroja havaittiin myös näiden muuttujien välillä.

Kun tutkimuksessa tarkasteltiin muuttujien yhteyttä henkisen väkivallan kokemiseen mallin avulla, nousivat tilastollisesti merkitseviksi muuttujiksi itsetunto sekä juridinen sukupuoli. Tulos oli samankaltainen sekä urheilijoiden että urheilijan ja valmentajan välisessä suhteessa. Mallin mukaan ikä, kilpailutaso ja seksuaalinen suuntautuminen eivät olleet tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä henkisen väkivallan kokemiseen valmentaja–urheilija- eikä urheilija–urheilija -suhteessa. Yksittäisten muuttujien ja mallin tuloksia vertailtaessa juridinen sukupuoli ja itsetunto nousivat molemmissa tilastollisesti merkitseviksi.

Itsetunto

Kun muuttujia tarkasteltiin yksittäisinä muuttujina itsetunto kokonaisuutena, oli yhtä merkitsevä valmentaja–urheilija -suhteessa ja urheilija–urheilija -suhteessa. Itsetunnon luokkia (heikko, keskiverto ja vahva itsetunto) tarkasteltaessa heikko itsetunto nousi tilastollisesti merkitseväksi sekä valmentaja–urheilija- että urheilija–urheilija -suhteessa. Keskiverto -ryhmä oli tilastollisesti merkitsevä vain urheilija–urheilija -suhteessa. Tämä viittaa siihen, että urheilijoiden välisessä suhteessa itsetunnon yhteys on suurempi henkisen väkivallan

kokemiseen kuin valmentaja–urheilija -suhteessa. Mallia tarkasteltaessa tulokset olivat vastaavanlaiset itsetunnon osalta. Kuitenkin heikko ja keskiverto itsetunto oli molemmissa suhteissa tilastollisesti merkitsevä. Sekä yksittäin ja mallin avulla tarkasteltuna heikko itsetunto on merkitsevempi tekijä kuin keskiverto itsetunto.

Itsetunnon ja henkisen väkivallan välistä yhteyttä on selvitetty vielä hyvin vähän. Itsetunto on monimuotoinen muuttuja, johon vaikuttavat muun muassa ikä (Keltinkangas-Järvinen 2017, 153–156), sosiaaliset suhteet (Bum & Jeon 2016) sekä aikaisemmat kokemukset (APSAC 2019; Iwaniec ym. 2006). Itsetunnon moninaisuuden vuoksi sitä ja sen vaikutuksia voi olla vaikeaa tutkia.

Juridinen sukupuoli

Tutkimuksemme osoitti miesten kokevan henkistä väkivaltaa yleisemmin naisiin verrattuna sekä valmentaja–urheilija -suhteessa että urheilija–urheilija -suhteessa. Tulos on samanlainen, kun muuttujia tarkastellaan sekä yksittäin että mallin avulla. Kun juridista sukupuolta tarkastellaan yksittäin, huomataan, että urheilija–urheilija -suhteessa tulos on tilastollisesti merkitsevempi kuin valmentaja–urheilija -suhteessa. Mallissa tilastollinen merkitsevyys on yhtä suuri molemmissa suhteissa. Tutkimuksemme tulos on osittain yhteneväinen aiempien tutkimustulosten kanssa, mutta aiemmat tutkimustulokset ovat olleet ristiriitaisia. Esimerkiksi Fagerlund ym. (2014, 32) havaitsi poikien kokevan enemmän henkistä väkivaltaa tyttöihin verrattuna. Ellsbergin (2006) tutkimuksessa tarkasteltiin miesten ja naisten kokemaa henkistä väkivaltaa. Tutkimuksessa tulos oli päinvastainen eli naiset kokivat miehiä enemmän henkistä väkivaltaa. On huomioitava, että tutkimusten kohderyhmien ikäjakauma oli erilainen. Fagerlund ym. (2014, 32) tutkimus kohdistui lapsiin ja nuoriin, kun taas Ellsberg (2006) tutkimuksen kohderyhmänä oli aikuiset. Voimme pohtia, onko iällä merkitystä juridisen sukupuolen ja henkisen väkivallan kokemisen yhteyteen.

On myös huomioitava, että Kyllösen (2020) selvityksessä henkisen väkivallan tekijöinä ovat useammin miehet kuin naiset sekä valmentajien että vertaisten keskuudessa. Myös Evansin ym. (2016) kiusaamista käsittelevässä tutkimuksessa kiusaamista koettiin enemmän mies valmentajilta. Tutkimuksessamme ei voitu selvittää henkistä väkivaltaa aiheuttaneiden valmentajien sukupuolta. On pohdittu voisiko miesten keskuudessa tapahtuvaa henkistä

väkivaltaa selittää vallitseva “machoilukulttuuri”, jossa korostuu kilpailuhenkisyys ja aggressiivisuus, kun taas tietynlaista pehmeyttä ja “neitimäisyyttä” ei sallita (Peltola 2016, 35).

Ikä

Ikä ei ollut tilastollisesti merkitsevä missään ikäryhmässä, eikä ryhmien välillä esiintynyt selkeitä eroja. Tulokset viittaavat siihen, että henkistä väkivaltaa koetaan eniten 36–77-vuotiaiden ikäryhmässä niin valmentajan kuin vertaisten taholta. Tulos toistuu yksittäisten muuttujien tarkastelussa ja mallin tarkastelussa. Kokonaisuudessaan tuloksista voidaan päätellä, että 19–25-vuotiaiden keskuudessa koettiin henkistä väkivaltaa vähemmän kuin 10–18-vuotiaiden keskuudessa. Mallin tulosten mukaan 10–18-vuotiaat kokevat enemmän henkistä väkivaltaa kuin 19–25-vuotiaat ja 26–35-vuotiaat, mutta kuitenkin vähemmän kuin 36–77-vuotiaat. Kun ikää tarkasteltiin yksittäisenä muuttujana vähiten henkistä väkivaltaa, koki 19–25-vuotiaiden ryhmä.

Hakasen ym. (2019, 47–48) mukaan lasten ja nuorten urheiluharrastuksissa yli 15-vuotiaat kokevat nuorempia enemmän kiusaamista, syrjintää ja epäasiallista käytöstä. Tämä voi viitata siihen, että henkisen väkivallan kokemukset ovat harvinaisempia nuoremmilla tai siihen, että alle 15-vuotiaat eivät välttämättä tunnista epäasiallista käytöstä kiusaamiseksi tai syrjinnäksi. Tutkimuksessa yli 15-vuotiaat osasivat kuvailla tilanteita, joissa he ovat kokeneet epäasiallista käytöstä. (Hakanen 2019, 47–48.) Tämä voi selittää sitä, miksi 36–77-vuotiaiden ryhmä koki eniten henkistä väkivaltaa. Vanhemmat ikäryhmät saattavat olla tietoisempia henkisestä väkivallasta ja voivat ymmärtää tilanteet sellaisiksi ja pystyvät raportoimaan niistä.

Kilpailutaso

Aiemmissa tutkimuksissa on havaittu, että henkistä väkivaltaa valmentajien taholta koetaan eniten kilpatasolla urheilevien keskuudessa (Gervis & Dunn, 2004; Gervis ym. 2016; Stirling & Kerr 2013; Vertommen ym. 2016; Willinck & McCabe 2020). Tässä tutkimuksessa kilpailutasolla tai harrastustasolla ei havaittu olevan tilastollisesti merkitsevää eroa henkisen väkivallan kokemiseen valmentaja–urheilija -suhteessa eikä urheilija–urheilija -suhteessa.

Mallin mukaan eniten henkistä väkivaltaa kokevat kansainvälisen tason kilpaurheilijat ja toiseksi eniten harrastajat. Kansainvälisten kilpaurheilijoiden osalta tämä löydös on yhteneväinen aiempien tutkimustulosten kanssa. Kun tutkimme kilpailutasoa yksittäisenä muuttujana urheilija–urheilija -suhteessa, eniten henkistä väkivaltaa kokivat kansainvälisen tason kilpaurheilijat, mutta valmentaja–urheilija -suhteessa sitä kokivat eniten harrastajat. Kansallisen tason ja alue- tai piiritason kilpailijat kokivat vähiten henkistä väkivaltaa vertaisiltaan. Valmentajan ja urheilijan välisessä suhteessa vähinten henkistä väkivaltaa kokivat kansallisen ja kansainvälisen tason kilpaurheilijat.

Mallin perusteella tuloksistamme nähdään kansainvälisten kilpaurheilijoiden kokevan muita enemmän henkistä väkivaltaa. Syynä siihen miksi tulos ei ole tilastollisesti merkitsevä saattaa olla se, että korkealla tasolla urheilevat ovat valmiita uhraamaan paljon menestyäkseen ja siten “suodattavat” monenlaista valmentajan käytöstä, jos valmennus muuten on urheilijaa eteenpäin vievää. Toisaalta henkisen väkivallan esiintymismuotoja ei välttämättä aina osata tunnistaa. (Cense & Brackenridge 2001.)

Valmennussuhteen pituus sekä valmentajan ja urheilijan välinen vuorovaikutus voi vaikuttaa siihen, miten urheilija kokee ja ymmärtää valmentajan käytöksen. Joissakin urheilulajeissa, kuten voimistelussa valmennuskulttuuri on hyvin kurinalainen (Cavallerio, Wadley & Wagstaff 2016), jolloin raja kurinalaisen valmennuksen ja henkisen väkivallan käytössä voi olla hyvin häilyvä. Cavallerion ym. (2016) artikkelissa tuotiin esille, että voimistelijoilta vaadittiin kunnioitusta valmentajia kohtaan, valmiutta ahkeraan ja täydellisyyttä tavoittelevaan harjoitteluun sekä henkistä vahvuutta, jossa kipua tai heikkoutta ei tullut näyttää ulospäin.

Seksuaalinen suuntautuminen

Seksuaalisen suuntautuneisuuden osalta vähemmistöön kuuluminen lisäsi henkisen väkivallan kokemista valmentaja–urheilija -suhteessa sekä urheilija–urheilija -suhteessa, mutta ei tilastollisesti merkitsevästi. Tämä tulos näyttyytään samanlaisena mallissa ja kun seksuaalista suuntautuneisuutta tarkasteltiin yksittäisenä muuttujana. Hakasen ym. (2019) tutkimuksessa seksuaalisen suuntautuneisuuden ja henkisen väkivallan välillä havaittiin yhteys. Heidän tutkimuksessaan yli puolet seksuaaliseen vähemmistöön kuuluvista raportoi kokeneensa usein tai joskus epäasiallista kohtelua harrastuksen parissa. Zacheuksen ja Saarisen (2018, 108)

mukaan vähemmistöön kuulumisen lisää riskiä epäasiallisen käytöksen kohteeksi joutumiselle.

Yhteenveto

Kuten tuloksista ilmeni, itsetunto on tilastollisesti merkitsevä tekijä. Tulos oli mielenkiintoinen, sillä itsetunnon ja henkisen väkivallan yhteyttä on tutkittu vasta vähän. Henkisessä väkivallassa pyrkimyksenä on horjuttaa toista ja toisen itsetuntoa (Bildjuschkin ym. 2020). Toisaalta myös yksilön itsetunto vaikuttaa siihen, miten hän kokee vuorovaikutustilanteet (Laine 2005, 140). Hyvän itsetunnon omaavalla yksilöllä on parempi resilienssi eli henkinen kapasiteetti, jolloin hän kohtaa negatiiviset tilanteet eri tavoin kuin heikon itsetunnon omaava yksilö (Iwaniec ym. 2006). Näiden pohdintojen kautta voimme palata Eganin ja Perryn (1998) pohdintaan noidankehästä, onko heikko itsetunto henkisen väkivallan ja kiusaamisen syy vai seuraus. Meidän ja aiempien tutkimustulosten pohjalta olisikin syytä tutkia henkisen väkivallan ja itsetunnon yhteyksiä entistä tarkemmin.

Juridisen sukupuolen tulokset yllättivät meidät selkeydellään, sillä aiemmat tutkimustulokset ovat olleet ristiriitaisia. Oletimme, että naiset kokisivat enemmän henkistä väkivaltaa. Tähän syynä oli se, että media on uutisoinut naisvaltaisista lajeista, joissa valmentaja on käyttänyt henkistä väkivaltaa urheilijoita kohtaan (Saarinen 2020; Saarinen 2019). Aiemmat tutkimukset, joissa miehet ovat kokeneet enemmän henkistä väkivaltaa ovat tuoneet esille miesvaltaisten lajien toimintakulttuurin, jossa korostuu sanallinen henkinen väkivalta, voimasanojen käyttö ja huutaminen (Fagerlund ym. 2014, 92–94).

Oletimme, että tutkimuksessamme olisi noussut esille selkeämpiä tuloksia ikämuuttujan suhteen. Aiemmissa tutkimuksissa havaittiin, että alle 15-vuotiaat kokevat enemmän henkistä väkivaltaa urheilussa kuin yli 15-vuotiaat (Fagerlund ym. 2014, 93; Hakanen ym. 2019, 48). Meidän tutkimuksessamme ikäjaottelu oli erilainen, sillä tutkimukseen osallistuneiden ikäjakauma oli suuri. Tutkimuksen tilastollisen luotettavuuden vuoksi ikäjaottelussa oli huomioitava tasaisten ryhmäkokojen toteutuminen. Tämä vaikeutti ikäryhmien muodostamista, emmekä välttämättä saaneet iän tuomia muutoksia näkyviin. Jos olisi ollut mahdollista, olisimme tehneet jaottelun toisin ja jakaneet osallistujat useampaan ikäryhmään. Tällöin olisimme saattaneet saada enemmän eroja ikäryhmien välille.

Kilpailutason osalta oletimme, että korkeammalla tasolla urheilevat kokisivat enemmän henkistä väkivaltaa, niin kuin useammat aiemmat tutkimukset osoittivat (Gervis & Dunn 2004; Gervis ym. 2016; Stirling & Kerr 2013; Vertommen ym. 2016; Willincky & McCabe 2021). Toisaalta tuloksia tarkasteltaessamme aloimme pohtimaan, että voiko korkeammalla tasolla olevat valmentajat olla ammattitaitoisempia kuin harrastustasolla olevat valmentajat. Jatkotutkimuksissa olisikin hyvä perehtyä eri lajien valmentajien koulutustasoon, koulutuksien sisältöön ja tutkia käytyjen koulutusten yhteyksiä henkisen väkivallan kokemiseen.

Tutkimustulos seksuaalisesta suuntautuneisuudesta oli yllättävä. Vaikka tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä, meitä yllätti, että seksuaalivähemmistöihin kuuluvat kokevat näinkin paljon enemmän henkistä väkivaltaa urheilussa. Koemme, että seksuaalisella suuntautuneisuudella ei ole nykyään suurta merkitystä, emmekä koe sen olevan “normaalista” poikkeavaa. Toisaalta tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä, mikä voi kertoa siitä, että yhdenvertaisuuden osalta on menty eteenpäin. Kuitenkin aiemmat tutkimukset tuovat esille seksuaalivähemmistöjen kokevan enemmän häirintää ja syrjintää (Kokkonen 2018). Tämä osoittaa, että yhdenvertaisuuden kanssa on vielä tekemistä.

Tämä tutkimus vahvistaa näkemystä siitä, että henkistä väkivaltaa esiintyy urheilussa. Kirjallisuuden pohjalta pystymme perustelemaan, että henkiseen väkivaltaan puuttuminen on tarpeellista. Henkistä väkivaltaa ehkäisemällä pystymme suojaamaan yksilöiden kasvua ja kehitystä. Jos pystymme vahvistamaan yksilön itsetuntoa, sitä kautta pystymme lisäämään henkisen väkivallan kokemisen resilienssiä. Kaikkiin muuttujiin, kuten yksilön ikään, juridiseen sukupuoleen, seksuaaliseen suuntautuneisuuteen ja kilpailun tasoon ei voida tai ei ole tarpeellista vaikuttaa. Kuitenkin on tärkeää tietää näiden muuttujien yhteys henkisen väkivallan kokemiseen ja siten pystyttäisiin ehkäisemään tilanteita, joissa henkisen väkivallan kokemuksia saattaisi tapahtua. Harrastuksissa valmentajilla on suuri vastuu omasta toiminnasta sekä urheilijoiden välisestä kanssakäymisestä. Tietoisuutta lisäämällä pystyttäisiin urheilusta tekemään entistä turvallisempi ympäristö kasvaa ja kehittyä niin urheilijana kuin ihmisenä.

8.2 Tutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset

Tutkimuksemme aihe on ajankohtainen, sillä se on viime aikoina julkisuudessa paljon puhuttanut ja herättänyt kohua. Tutkimuksemme ajankohtaisuuden lisäksi henkiseen

väkivaltaan yhteydessä olevia tekijöitä on tutkittu varsin vähän ja siksi aiheitamme voidaan pitää yhtenä tutkimuksemme vahvuuksista. Lisäksi tutkimuksen vahvuutena on monipuolinen tutkimusasetelma, jonka avulla saatiin selville uutta näkökulmaa henkiseen väkivaltaan yhteydessä olevista tekijöistä. Tutkimuksen otoskoko oli kohtuullisen suuri (n=291), mikä tukee tutkimuksen luotettavuutta. Kyselylomakkeessa selvitettiin viimeisen vuoden aikana koettua henkistä väkivaltaa. Myös tätä voidaan pitää tutkimuksemme vahvuutena, jolloin henkisen väkivallan kokemukset ovat tuoreessa muistissa. Toisaalta voi olla, että osa kyselyyn vastanneista on saattanut kokea nuoruudessaan henkistä väkivaltaa, mutta sitä ei tässä tutkimuksessa saada selville.

Aiheena henkinen väkivalta on arkaluonteinen ja kokemuksista voi olla vaikeaa puhua ääneen. Tutkimusaineiston keruu toteutettiin anonyymisti kyselylomakkeella, mikä sopi arkaluontoisen aiheen tiedonhankintaan. Tällöin kysely vastaajien saattoi olla helpompi raportoida kokemuksistaan verrattuna siihen, että aiheita olisi käsitelty kvalitatiivisesti haastattelun muodossa. Toisaalta, kun kysely toteutettiin verkkokyselyn muodossa, kuka tahansa on voinut vastata kyselyyn, eikä vastaajien motiiveista tiedetä. Kohderyhmää on tällöin vaikea kontrolloida.

Heikkoutena oli valmiin aineiston käyttö, jolloin kyselylomakkeen kysymykset ja väittämät eivät välttämättä palvelleet meidän tutkimuksemme tarkoitusta parhaalla mahdollisella tavalla. Kyselylomake ei sisältänyt kaikkia yleisimpiä henkisen väkivallan ilmenemismuotoja (Hakanen ym. 2019, 49–51; Kyllönen 2020, 13; Peltola 2016), mikä voi näkyä tutkimuksemme tuloksissa.

Henkisen väkivallan tarkastelu kokonaisuudessaan on haasteellista, sillä käsite on laaja, kokemukset ovat hyvin henkilökohtaisia ja yksilöstä riippuvia. Toiset kokevat saman tilanteen henkiseksi väkivallaksi ja toiset eivät. (Kyllönen 2018; Iwaniec ym. 2006.) Kuitenkin jokaisen yksilön kokemus on huomioitava ja mahdollistettava heille turvallinen harrastus, missä ei tarvitse kokea henkistä väkivaltaa tai muuta kiusaamista.

8.3 Jatkotutkimusehdotukset

Fagerlund ym. (2014) on maininnut kulttuurisen muutoksen kasvatuksessa. Hänen mukaansa kasvatusta oli 1900-luvun lopulla kurinalaisempaa ja lievä kuritus toimi osana kasvatusta. 2000-luvulla kurinalaiset kasvatustavat ovat vähentyneet. (Fagerlund ym. 2014.) Toisaalta 2010-luvulla on havahduttu kiusaamisen ja syrjinnän esiintyvyyteen urheilun parissa (Hakanen ym. 2019, 47–48). Kaikki 1900-luvun valmennusmenetelmät eivät välttämättä ole hyväksyttävissä enää 2010-luvulla kulttuurisen kasvatustavan vuoksi (Fagerlund ym. 2014, 121–122). Tämän saattaa olla osittain syynä siihen, miksi ongelmatilanteita on esiintynyt urheilussa ja niihin on alettu puuttua. Nyt, kun henkinen väkivalta ja muut urheilijoihin kohdistuvat väärinkäytökset ovat olleet enemmän esillä, näihin myös ehkä puututaan jatkossa herkemmin.

Jatkossa olisi mielenkiintoista selvittää ilmeneekö yksilölajien ja joukkuelajien harrastajien välillä eroa henkisen väkivallan kokemisessa sekä yleisyydessä. Joukkuelajeissa voi olla ryhmän sisäisiä ristiriitoja, jotka vaikuttavat negatiivisesti ryhmän koheesioon. Toisaalta tiivis joukkue voi olla tärkeä tuki yksilölle muun muassa itsetunnon vahvistamisessa. (Carron & Eys 2012, 273–283.) Yksilölajien harrastajat harjoittelevat usein ryhmässä, mutta jokaisella on omat yksilölliset tavoitteet ja päämäärät, kun taas joukkueurheilussa tavoitteet ovat yhteiset (Carron & Eys 2012, 298–301). Yksilölajeissa valmentaja–urheilija -suhde voi kasvaa läheisemmäksi ja valmentajalla voi olla enemmän valtaa yksilöurheilijaan (Kyllönen 2018, 20). Olisi mielenkiintoista tutkia ovatko harrastuksissa syntyneet sosiaaliset suhteet sekä valmentajan ja urheilijan välinen valtasuhde yhteydessä henkisen väkivallan esiintyvyyteen ja voisivatko nämä aiheuttaa eroja henkisen väkivallan ilmenemisessä yksilö- ja joukkueurheilijoiden välillä.

Olisi hyvä selvittää, esiintyykö tietynlaisissa urheilulajeissa enemmän henkistä väkivaltaa kuin toisissa lajeissa. Suomessa on noussut esiin valmentajan taholta tapahtuvia henkisen väkivallan käytön tapauksia esteettisissä lajeissa, kuten joukkuevoimistelussa ja muodostelmaluistelussa (Saarinen 2020; Saarinen 2019). Jokaisessa urheilulajissa on oma lajikulttuurinsa ja sitä kautta muodostuneet toimintatavat ja mallit. Esteettisissä lajeissa, kuten esimerkiksi joukkuevoimistelussa on usein kurinalainen valmennuskulttuuri (Cavallerio ym. 2016), mikä saattaa johtaa henkisen väkivallan ilmenemiseen. Olisi mielenkiintoista selvittää, esiintyykö lajien välillä eroavaisuuksia henkisen väkivallan muodoissa. Esimerkiksi Fagerlundin ym. (2014, 124) mukaan miesvaltaisissa lajeissa näyttäisi esiintyvän muita lajeja enemmän

huutamista ja kiroilua valmentajan toimesta. Harrastuksissa esiintyvät toimintatavat saattavat olla osana lajikulttuuria eikä niitä siksi kyseenalaisteta niin helposti (Fagerlund ym. 2014, 124).

Kolmantena jatkotutkimuskohteena voisi olla valmentajan koulutustason vaikutus henkisen väkivallan esiintymiseen. Seuratoiminnassa ja valmennusjoukoissa on mukana esimerkiksi vapaaehtoisia vanhempia (Fagerlund ym. 2014, 124) ilman valmennuskoulutusta tai kasvatuksellista koulutusta. Usein nämä valmentavat juuri harrastuksen aloittaneita lapsia ja nuoria. Olisi mielenkiintoista selvittää, voitaisiinko valmentajien koulutusta tehostamalla ja tuomalla koulutuksiin mukaan henkisen väkivallan näkökulmaa, ehkäistä henkisen väkivallan ilmenemistä liikunnan ja urheilun kentällä. Olisi tärkeää, että jo aloittavien harrastajien parissa toimisi ammattitaitoisia valmentajia ja mahdollisiin kiusaamis- ja henkisen väkivallan käytön tilanteisiin puututtaisiin välittömästi. Liikunnan ja urheilun parissa on tärkeää tarjota positiivisia kokemuksia kaiken ikäisille.

LÄHTEET

- Aalto, M. 2000. Ryppäästä ryhmäksi. Ryttylä: My Generation oy.
- Anderson, E. & Bullingham, R. 2015. Openly lesbian team sport athletes in an era of decreasing homophobia. *International Review for the Sociology of Sport* 50 (6), 647–660.
- APSAC: The American Professional Society on Abuse of Children. 1995. Psychosocial evaluation of suspected psychological maltreatment in children and adolescents. Practice Guidelines. Viitattu 28.1.2021. <https://pubhtml5.com/hday/tslz/basic>
- APSAC: The American Professional Society on the Abuse of Children. 2019. Practice Guidelines. The Investigation and Determination of Suspected Psychological Maltreatment of Children and Adolescents. Viitattu 19.1.2021. https://2a566822-8004-431f-b136-8b004d74bfc2.filesusr.com/ugd/4700a8_bafd89852e3e4b4a975840e33ccef54b.pdf
- Ata, R., Ludden, A. & Lally, M. 2007. The Effects of Gender and Family, Friend, and Media Influences on Eating Behaviors and Body Image During Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence* 36, 1024–1037.
- Bebetsos, E., Filippou, F. & Bebetos, G. 2017. Athletes' criticism of coaching behavior: Differences among gender, and type of sport. *Polish Psychological Bulletin* 48 (1), 66–71.
- Berg, P. & Kokkonen, M. 2016. Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus liikunnassa ja urheilussa. Teoksessa P. Berg & M. Kokkonen (toim.) *Urheilun takapuoli*. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 186, 7–19.
- Berg, P., Lehtonen, K. & Salasuo, M. (toim.) 2020. ”Siitä on pikemminkin vaiettu”. Kirjoituksia kiusaamisesta, syrjinnästä ja epäasiallisesta kohtelusta lasten ja nuorten liikunnassa ja urheilussa. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisuja 151, 5–16.
- Bildjuschkin, K., Ewalds, H., Hietämäki, J., Kettunen, H., Koivula, T., Mäkelä, J., Nipuli, S., October, M., Peltonen, J. & Siukola R. 2020. Väkivaltakäsitteiden sanasto. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 1/2020. Viitattu 20.1.2021. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139150/URN_ISBN_978-952-343-211-6.pdf
- Bum, C. & Jeon, I. 2016. Structural relationships between students' social support and self-esteem, depression, and happiness. *Social Behaviour and Personality: An international journal* 44 (11), 1761–1774.

- Carron, A. V. & Eys, M. A. 2012. Group dynamics in sport. 4. painos. Morgantown WV: Fitness Information Technology.
- Cavallerio, F., Wadey, R. & Wagstaff, C. 2016. Understanding overuse injuries in rhythmic gymnastics: A 12-month ethnographic study. *Psychology of Sport and Exercise* 25, 100–109.
- Cense, M. & Brackenridge, C. 2001. Temporal and developmental risk factors for sexual harassment and abuse in sport. *European Physical Education Review* 7 (1), 61–69.
- Coulter, R., Herrick A., Friedman, R. & Stall, R. 2016. Sexual-orientation differences in positive youth development: The mediational role of bullying victimization. *American Journal of Public Health* 106 (4), 691–697.
- Crooks, C. & Wolfe, D. 2007. Child abuse and neglect. Teoksessa E. J. Mash & R. A. Barkley (toim.) *Assessment of childhood disorders*. The Guilford Press, 693–684.
- Dahlberg, L. L. & Krug, E. G. 2002. Violence- a global public health problem. Teoksessa E. G. Krug, L. L. Dahlberg, J. A. Mercy, A. B. Zwi & R. Lozano (toim.) *World report on violence and health*. 1. painos. Geneva: World Health Organization, 3–21.
- Donnellan, M. B., Kenny, D. A., Trzesniewski, K. H., Lucas, R. E. & Conger, R. D. 2012. Using trait–state models to evaluate the longitudinal consistency of global self-esteem from adolescence to adulthood. *Journal of Research in Personality* 46 (6), 634–645.
- Egan, S. & Perry, D. 1998. Does low self-regard invite victimization? *Developmental Psychology* 34 (2), 299–309.
- Ellsberg, M. C. 2006. Violence against women: a global public health crisis. *Scandinavian Journal of Public Health* 34 (1), 1–4.
- Evans, B., Adler, A., MacDonald, D. & Côté, J. 2016. Bullying victimization and perpetration among adolescent sport teammates. *Pediatric Exercise Science* 28, 296–303.
- Fagerlund, M., Peltola, M., Kääriäinen, J., Ellonen, N. & Sariola, H. 2014. Lasten ja nuorten väkivaltakokemukset 2013 Lapsiuhritutkimuksen tuloksia. Poliisiammattikorkeakoulun raportteja 110. Tampere.
- Gervis, M. & Dunn, N. 2004. The emotional abuse of elite child athletes by their coaches. *Child Abuse Review* 13 (3), 215–223.
- Gervis, M., Rhind, D. & Luzar, A. 2016. Perceptions of emotional abuse in the coach-athlete relationship in youth sport: The influence of competitive level and outcome. *International Journal of Sports Science & Coaching* 11 (6), 772–779.
- Glaser, D. 2002. Emotional abuse and neglect (psychological maltreatment): a conceptual framework. *Child Abuse & Neglect* 26 (2002), 697–714.

- Hakanen, T., Myllyniemi, S. & Salasuo, M. 2019. Oikeus liikkua. Lasten ja nuorten vapaa-
aikatutkimus 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:2. Valtion
nuorisoneuvoston julkaisuja 61, 5–78.
- Helsingin Sanomat. 2020. Henkinen väkivalta ei kuulu urheiluun. Helsingin Sanomat. Viitattu
11.11.2020. <https://www.hs.fi/paakirjoitukset/art-2000006380037.html>
- Honkonen, R. & Suoranta, J. 1999. Höntsyä vai tehovalmennusta? kirjoituksia joukkueurheilun
junioritoiminnasta. Tampereen yliopisto.
- Hämäläinen, K. 2014. Valmentajan ja urheilijan välinen ihmissuhde. Teoksessa K. Mononen,
O. Aarresola, P. Sarkkinen, J. Finni, S. Kalaja, A. Härkönen. & M. Pirttimäki (toim.)
Tavoitteena nuoren urheilijan hyvä päivä. Helsinki: Kilpa- ja huippu-urheilun
tutkimuskeskus KIHU. 61–66.
- Iwaniec, D. 2003. Identifying and dealing with emotional abuse and neglect. *Child Care in
Practice* 9 (1), 49–61.
- Iwaniec, D. 2006. The emotionally abused and neglected child. Identification, Assessment and
Intervention: A Practice Handbook. 2. painos. Chichester. John Wiley & Sons, Ltd.
- Iwaniec, D., Larkin, E. & Higgins, S. 2006. Research Review: Risk and resilience in cases of
emotional abuse. *Child & Family Social Work* 11(1), 73–82.
- Jacobs, F., Smits, F. & Knoppers, A. 2017. ‘You don’t realize what you see!’: the institutional
context of emotional abuse in elite youth sport. *Sport in Society* 20 (1), 126–143.
- Jauhiainen, R. & Eskola, M. 1994. Ryhmäilmiö. 1. painos. Helsinki: WSOY.
- Jowett, S. 2007. Coach–athlete relationships ignite sense of groupness. Teoksessa M. R.
Beauchamp, & M. A. Eys (toim.) *Group Dynamics in Exercise and Sport Psychology:
Contemporary themes*. Routledge, 63–75.
- Jowett, S. & Nezlek, J. 2012. Relationship interdependence and satisfaction with important
outcomes in coach–athlete dyads. *Journal of Social and Personal Relationships* 29 (3),
287–301.
- JYU: Jyväskylän yliopisto 2020. Yhdenvertaisuuden edistäminen ja syrjinnän torjuminen
urheilussa ja koululiikunnassa: sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen näkökulma
(PRACT). Viitattu 4.2.2021. <https://www.jyu.fi/sport/fi/tutkimus/hankkeet/preact>
- Kauppi, T. 2011. Koulukiusaamista ja kiusaamista koulussa – katsaus vertaisrajat ylittävään
kiusaamiseen. *Nuorisotutkimus* 29 (2), 45–63.
- Kavanagh, E., Brown, L. & Jones, I. 2017. Elite athletes’ experience of coping with emotional
abuse in the coach–athlete relationship. *Journal of Applied Sport Psychology* 29 (4),
402–417.

- Keltinkangas-Järvinen, L. 2017. Hyvä itsetunto. Uudistettu painos. Helsinki: WSOY.
- Kerr, G., Striling, A & Bandealy, A. 2016. Film depictions of emotionally abusive coach–athlete interactions. *Sports Coaching Review* 5 (1), 87-101Ban.
- Kerr, G., Willson, E. & Stirling, A. 2020. “It was the worst time in my life”: The effects of emotionally abusive coaching on female Canadian national team athletes. *Women in Sport and Physical Activity Journal* 28 (1), 81–89.
- Kerr, G., Willson, E. & Stirling, A. 2019. Prevalence of maltreatment among current and former national team athletes. 1–51. Viitattu 11.11.2020.
https://athletescan.com/sites/default/files/images/prevalence_of_maltreatmentreporteng.pdf
- Kokkonen, M. 2019. Liikunta ja urheilu – sukupuoleen perustuva ja seksuaalinen häirintä – Mitä siitä tiedetään tutkimuksen valossa? *Liikunta & Tiede* 56 (1), 53–57.
- Kokkonen, M. 2018. Seksuaalivähemmistöjen häirintä joukkueessa tai liikuntaryhmässä: henkisen pahoinvoinnin näkökulma. *Liikunta & Tiede* 55 (6), 96–102.
- Kokkonen, M. 2012. Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen syrjintä liikunnan ja urheilun parissa. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2012:5.
- Kyllönen, M. 2020. Kiusaaminen ja häirintä luistelulajeissa. Selvitys pikaluistelun, rullaluistelun ja Roller Derbyn kilpailutoimintaan osallistuneiden urheilijoiden ja valmentajien kokemasta kiusaamisesta sekä häirinnästä. Suomen urheilun eettinen keskus SUEK ry.
- Kyllönen, M. 2018. Vaikeneminen ei ole vaihtoehto. Katsaus häirintää ja kiusaamista käsittelevään tutkimustietoon liikunnan ja urheilun näkökulmasta. Suomen urheilun eettinen keskus SUEK. 2018:2. Vantaa.
- Laine, K. 2005. Minä, me ja muut sosiaalisissa verkostoissa. 1.painos. Helsinki: Otava.
- Laine, A. Salasuo, M. & Matilainen, P. 2016. Arvot, syrjintä ja kiusaaminen. Teoksessa S. Kokko & A. Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016: 4, 57–61.
- Liikuntalaki 390/2015. Viitattu 5.5.2021. <https://www.finlex.fi/fi/laki/smur/2015/20150390>
- Lintunen, T. & Rovio, E. 2009. Johdanto liikunnan ryhmäilmiöihin. Teoksessa E. Rovio., T. Lintunen & O. Salmi (toim.) Ryhmäilmiöt liikunnassa. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura, 16–22.
- Liu, C., Chen, X., Song, P., Lu, A., Wang, L., Zhang, X., Huang, Z., & Zheng, D. 2018. Relationship between childhood emotional abuse and self-esteem: A dual mediation

- model of attachment. *Social Behavior and Personality: An international journal* 46 (5), 793-800.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2018. "Jos siel ois joku kaveri" Lasten ja nuorten kokemuksia liikuntaharrastuksista. Viitattu 11.11.2020.
<https://cdn.mll.fi/prod/2018/03/27130820/Jos-siel-ois-joku-kaveri.-Lasten-ja-nuorten-kokemuksia-liikunta-ja-urheiluharrastuksista-27.3.pdf>
- Marttala, P., Immonen, E. & Huovinen, A. 2012. Väkiältä puheeksi. Sijoitettujen lasten vanhempien vertaistukiryhmässä. Kokemukset näkyviin – väkivaltatyön kehittäminen sijaishuollossa – hanke v. 2009–2012. Pelasta lapset ry.
- Marttunen, M., Huurre, T., Strandholm, T. & Viialainen, R. (toim.) 2013. Nuoruus ja mielenterveys. Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Tampere: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 7–5.
- McPherson, L., Long, M., Nicholson, M., Cameron, N., Atkins, P. & Morris, M. E. 2017. Children's experience of sport in Australia. *International Review for Sociology of Sport* 52 (5), 551–569.
- Menesini, E & Salmivalli, C. 2017. Bullying in schools: the state of knowledge and effective interventions. *Psychology Health and Medicine* 22 (1), 1–14.
- Metsämuuronen, J. 2011. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. e-kirja, opiskelijalaitos. Helsinki: International Methelp Oy.
- Metsämuuronen, J. 2006. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Mononen, K., Aarresola, O., Sarkkinen, P., Finni, J., Kalaja, S., Härkönen, A. & Pirttimäki, M. 2014. Urheilijan polun valintavaiheen tiivistelmä ja johtopäätökset. Teoksessa K. Mononen, O. Aarresola, P. Sarkkinen, J. Finni, S. Kalaja, A. Härkönen & M. Pirttimäki (toim.) Tavoitteena nuoren urheilijan hyvä päivä. Urheilijan polun valintavaiheen asiantuntijatyö. KIHUn julkaisusarja nro 46, 12.
- Montjoy, M., Brackenbridge, C., Arrington, M., Blauwet, C., Carska-Sheppard, A., Fasting, K., Kirby, S., Leahy, T., Marks, S., Martin, K., Starr, K., Tiivas, A. & Budgett, R. 2016. The International Olympic Committee consensus statement: harassment and abuse (non-accidental violence) in sport. *British Journal of Sports Medicine* 50 (17), 1019–1029.
- Mwakanyamale, A & Yizhen, U. 2019. Psychological maltreatment and its relationship with self-esteem and psychological stress among adolescents in Tanzania: a community based, cross-sectional study. *BMC Psychiatry* 19, 176

- Nery, M., Neto, C., Rosado, A. & Smith, P. K. 2017. Bullying in youth sport training. *Journal Motricidade* 13 (19), 199–200.
- Nummenmaa, L. 2009. Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Nurmi, J., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- O'Brien, S. F. & Bierman, K. L. 1988. Conceptions and perceived influence of peer groups: Interviews with preadolescents and adolescents. *Child Development* 59 (5), 1360–1365.
- Ojanen, M. 1994. Mikä minä on? Minän rakenne, kehitys, häiriöt ja eheytyminen. Tampere: Kirjatoimi.
- Olweus, D. 2010. Understanding and researching bullying: some critical issues. Teoksessa S. Jimerson, S. Swearer & D. Espelage (toim.) *Handbook of bullying in schools: an international perspective*. New York: Routledge, 9–33.
- Olympiou, A., Jowett, S. & Duda, J. L. 2008. The psychological interface between the coach-created motivational climate and the coach-athlete relationship in team sports. *The Sport Psychologist* 22 (4), 423–438.
- Owusu-Sekyere, F. & Gervis, M. 2014. Is creating mentally tough players a masquerade for emotional abuse? Teoksessa D. Rhind and C. Brackenridge. In *researching and enhancing athlete welfare*. Brunel University Press, 44–48.
- Peltola, M. 2016. Ohjaajan väkivaltainen käyttäytyminen liikuntaharrastuksissa: sukupuolen ja maahanmuuttotaustan merkitys lapsiuhrituskimuksen valossa. Teoksessa P. Berg & M. Kokkonen (toim.) *Urheilun takapuoli. Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus liikunnassa ja urheilussa*. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 186, 23–45.
- Peltola, M. & Kivijärvi, A. 2017. Sports and structured leisure as sites of victimization for children and young people in Finland: Looking at the significance of gender and ethnicity. *International Review for the Sociology of Sport* 52 (8), 95–971.
- Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D. & Potter, J. 2002. Global self-esteem across the life span. *Psychology and Aging* 17 (3), 423–434.
- Rosenberg, M. 1965a. *Society and the adolescent self-image*. Princeton, New Jersey: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. 1965b. Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and Commitment Therapy. Measures Package* 61 (52), 18.

- Rovio, T. & Saaranen-Kauppinen, A. 2009. Ryhmädynamiikka ja ryhmän suhdejärjestelmät. Teoksessa E. Rovio., T. Lintunen & O. Salmi (toim.) Ryhmäilmiöt liikunnassa. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura, 59–86.
- Saarinen, J. 2020. “Olisi ehkä helpompi, jos sä tappaisit ittes” – entiset valmennettavat kertovat menestyneen suomalaisvalmentajan nöyryyttävästä ja alistavasta käytöksestä sekä vuosia jatkuneesta henkisestä väkivallasta. Viitattu 15.12.2020.
<https://yle.fi/urheilu/3-11164048>
- Saarinen, J. 2019. Rajua kritiikkiä valmennusmetodeistaan saaneen Titta Heikkilän toiminnasta käynnistetään Voimisteluliiton kurinpitomenettely. Viitattu: 15.1.2021.
<https://yle.fi/urheilu/3-10644825>
- Salmivalli, C. 2010. Bullying and the peer group: A review. *Aggression and Violent Behavior*, 15, 112–120.
- Stafford, A., Alexander, K & Fry, D. ‘There was something that wasn’t right because that was the only place I ever got treated like that’: Children and young people’s experiences of emotional harm in sport. *Childhood* 22 (1), 121–137.
- Stirling, A. & Kerr, G. 2014. Initiating and sustaining emotional abuse in the coach-athlete relationship: An ecological transactional model of vulnerability. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma* 23 (2), 116–135.
- Stirling, A. & Kerr, G. 2013. The perceived effects of elite athletes’ experiences of emotional abuse in coach-athlete relationships. *International Journal of Sport and Exercise Psychology* 11(1), 87–100.
- Stirling, A. & Kerr, G. 2008. Defining and categorizing emotional abuse in sport. *European Journal of Sport Science* 8 (4), 173–181.
- Stefaniuk, L. & Bridel, W. 2018. Anti-bullying policies in Canadian sport: an absent presence. *Journal of Park & Recreation Administration* 36 (2), 160–176.
- Symons, C. M., O’Sullivan, G. A. & Polman, R. 2017. The impacts of discriminatory experiences on lesbian, gay and bisexual people in sport. *Annals of Leisure Research* 20 (4), 467–489.
- Uchôa, F., Uchôa, N., Daniele, T., Lustosa, R., Garrido, N., Deana, N., Aranha, Á. & Alves, N. 2019. Influence of the Mass Media and Body Dissatisfaction on the Risk in Adolescents of Developing Eating Disorders. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16 (1508), 1–14.

- UNESCO 2016. Out in the open. Education sector responses to violence based on sexual orientation and gender identity/expression. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. Viitattu 7.5.2021.
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000244652>
- Vertommen, T., Schipper-Van Veldhoven, N., Wouters, K., Kampen, J., Brackenbridge, C., Rhind, D., Neels, K. & Van Den Eede, F. 2016. Interpersonal violence against children in sport in the Netherlands and Belgium. *Child Abuse & Neglect* 51, 223–236.
- Vilkka, H. 2015. Tutkimuksen arviointi. 4. Uudistettu painos. Tutki ja Kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- World Health Organization. 2021. Definition and typology of violence. Viitattu 19.5.2021.
<https://www.who.int/violenceprevention/approach/definition/en/>
- Willinsky, C. & McCabe, A. 2021. A review of emotional and sexual abuse of elite child athletes by their coaches. *Sports Coaching Review* 10 (1), 84–109.
- Xiang, Y., Wang, V & Guan, F. 2018. The relationship between child maltreatment and dispositional envy and the mediating effect of self-esteem and social support in young adults. *Frontiers in Psychology* 9 (1054), 1–9.
- Zacheus, T. & Saarinen, A. 2019. Lasten ja nuorten liikunnan harrastaminen ja sen taustalla vaikuttavat syyt. Teoksessa T. Hakanen, S. Myllyniemi & M. Salasuo (toim.) *Oikeus liikkuu. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2018*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:2, 81–11.

Liite 1. Itsetunto summamuuttujan jakautuneisuus

