

**SUOMALAISTEN NAISJALKAPALLOILIJOIDEN PELIURAN KESTOON,  
JATKAMISEEN JA LOPETTAMISEEN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT**

Leena Torpo

Liikunnan yhteiskuntatieteiden pro gradu -tutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2022

## TIIVISTELMÄ

Torpo, L. 2022. Suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliuran keston, jatkamiseen ja lopettamiseen vaikuttavat tekijät. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, liikunnan yhteiskuntatieteiden pro gradu -tutkielma, 67 s., 9 liitettä.

Naisjalkapalloilijoiden on havaittu kansainvälisesti lopettavan peliuransa aikaisessa vaiheessa. Suomessa naisten pääsarjataso keski-ikä on huomattu olevan matala erityisesti verrattuna muihin Euroopan huippusarjoihin. Esimerkiksi vuonna 2019 naisten pääsarjan keski-ikä oli 21,5 vuotta. Harjoittelun yhdistäminen muuhun elämään, työhön, opintoihin sekä sosiaaliseen elämään voi käydä raskaaksi ja johtaa peliuran lopettamiseen enneaikaisesti. Naisjalkapalloilijoiden peliuria sekä peliurien lopettamista on tärkeää tutkia, jotta saadaan tietoa siitä, miten peliuran yhdistäminen elämän muihin osa-alueisiin olisi sujuvampaa ja jotta tietoisuus pidemmän peliuran mahdollistavista tekijöistä laajemminkin lisääntyy.

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena on tutkia suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliurien keston, jatkamiseen ja lopettamiseen vaikuttavia tekijöitä. Lisäksi halutaan saada selvityksiä, kuinka hyvin suomalaisilta naisjalkapalloilijoilta onnistuu peliuran yhdistäminen opintoihin, työelämään ja sosiaaliseen elämään kanssa. Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisilla tutkimusmetodeilla. Tutkimusaineisto kerättiin helmikuussa 2022 sähköisellä kyselylomakkeella Suomessa kahdella korkeimmalla sarjatasolla nykyisin tai aikaisemmin pelanneilta suomalaisilta naisjalkapalloilijoilta. Kyselylomake lähetettiin Jalkapallon Pelaajayhdistyksen entisille ja nykyisille jäsenille sähköpostitse. Lisäksi kyselyn linkkiä levitettiin Jalkapallon Pelaajayhdistyksen sosiaalisen median kanavien ja tutkijan henkilökohtaisten kontaktien kautta. Kyselyyn vastasi yhteensä 227 naisjalkapalloilijaa.

Suomalaisilla naisjalkapalloilijoilla yleisimmät syyt peliuran päättymisen taustalla ovat motivaation puute, loukkaantumiset, työelämään liittyvät syyt, fyysisen suorituskyvyn heikkeneminen ja lajin aikaa vievyys muilta elämän osa-alueilta. Syitä peliuran jatkamisen taustalla olivat puolestaan pelaamisen ja harjoittelun hauskuus, ryhmään ja joukkueeseen kuuluminen, henkilökohtainen kehittyminen urheilijana, terveyteen liittyvät syyt sekä kilpaileminen, voittaminen ja omien tavoitteiden saavuttaminen. Pelaajat arvioivat peliuran yhdistämisen olevan helpompaa opintojen kuin työelämän kanssa, ja noin puolet pelaajista koki tarvitsevansa apua peliuran yhdistämisessä opintoihin tai työelämään. Perhe, ystävät sekä kumppani ovat olleet tärkeitä tukijoita peliuran aikana suurelle osalle naisjalkapalloilijoista.

Tutkimustulokset osoittavat, että suomalaiset naisjalkapalloilijat tarvitsevat peliuransa aikana enemmän tukea ja resursseja. Tuki on tärkeää, jotta peliuran ja muiden elämän osa-alueiden yhdistäminen olisi tulevaisuudessa sujuvampaa, ja pelaajien olisi mahdollista jatkaa peliuria nykyistä pidempään.

Asiasanat: jalkapallo, naisjalkapallo, peliura, peliuran lopettaminen, peliuran jatkaminen

## ABSTRACT

Torpo, L. 2022. *Playing Careers of Finnish Female Football Players - Factors Affecting the Duration, Continuation and Termination of the Careers*. Faculty of Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Master's thesis in Social Sciences of Sport, 67 pp., 9 appendices.

International studies show that female football players terminate their playing careers early. In Finland, the middle age of female football players is even lower compared to many other European countries: The middle age of the women's main league was 21,5 years in 2019. For female players it can be very challenging to combine playing career with studies, work, and social life, and these challenges may lead to early termination of playing career. It is important to examine playing careers of female football players and reasons behind the playing career termination decision in order to find out how to combine playing career with other areas of life more smoothly. It is also important to increase awareness of the factors that enable longer playing careers for female players.

The purpose of this study was to identify reasons for career termination and career continuation among Finnish female football players. Another aim was to examine how female players can combine their careers with studies, work, and social life. The population of the study consisted of active and former football players from two of the highest levels in Finland. The research data was collected by an online questionnaire in February 2022. The questionnaire was distributed via the channels of the Finnish Players Union: e-mail and social media. Researcher also used her personal contacts to get as many answers as possible. Altogether, 227 individuals responded to the questionnaire.

The most common identified reasons for career termination were lack of motivation, injuries, working life related reasons, decrease in physical performance, and the time-consuming nature of football. The most prevalent reported reasons for career continuation were enjoyment of playing and training, sense of community in the team, personal athletic development, health and well-being, competing and winning, and achieving goals. Players evaluated playing career to be more easily combined with studies than with working life, and about half of the players needed help with combining playing career with studies or work. Family, friends, and partners were identified to be a big support for most players.

The results indicate that more resources should be allocated to support Finnish female football players and their career continuation. Resources are important so that it is possible for female players to combine playing careers better with other areas of life and to continue their playing careers longer.

Key words: football, women's football, playing career, playing career termination, playing career continuation

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

|       |  |    |
|-------|--|----|
| 1     | JOHDANTO.....  | 1  |
| 2     | NAISJALKAPALLON KEHITYSKULKU SUOMESSA.....   | 4  |
| 2.1   | Naisjalkapallon ensiaskeleet.....  | 4  |
| 2.2   | Kilpailutoiminnan alku.....  | 5  |
| 2.3   | Naisvaliokunta kehittämään naisten jalkapallotoimintaa .....                       | 6  |
| 2.4   | Nais- ja tyttöjalkapallon kehittämistyöryhmä edistämään verkkaista toimintaa ..... | 8  |
| 2.5   | 2000-luvun alun muutokset suomalaisessa naisjalkapallossa .....                    | 9  |
| 2.6   | Naisten Liigasta kohti Kansallista Liigaa.....                                     | 10 |
| 3     | URHEILU-URAT .....   | 12 |
| 3.1   | Huippu-urheilijan uramalli .....   | 13 |
| 3.2   | Kaksoisurat .....  | 15 |
| 3.2.1 | Kaksoisurien tukeminen suomalaisessa urheilussa ja jalkapallossa.....              | 16 |
| 3.2.2 | Kaksoisurien hyödyt.....   | 19 |
| 3.2.3 | Kaksoisurien haasteet .....  | 20 |
| 3.3   | Urheilun yhdistäminen muuhun elämään ja urheilun parissa pysyminen .....           | 22 |
| 3.4   | Kognitiivisen dissonanssin kokeminen urheilussa .....                              | 24 |
| 3.5   | Urheilu-uran lopettaminen.....   | 25 |
| 3.6   | Naisjalkapalloilijoiden peliurien päättymisen syitä.....                           | 26 |
| 4     | TUTKIMUSONGELMAT, -AINEISTO JA -MENETELMÄT.....                                    | 29 |
| 4.1   | Tutkimusaineisto ja sen keruu .....  | 29 |
| 4.2   | Tutkimusaineiston analysointi.....   | 32 |
| 4.3   | Tutkimuksen eettisyys .....  | 33 |
| 5     | TULOKSET .....   | 35 |
| 5.1   | Taustatiedot .....   | 35 |

|     |  |    |
|-----|--|----|
| 5.2 | Peliuran ja opintojen yhdistäminen .....                   | 38 |
| 5.3 | Peliuran ja työn yhdistäminen .....                        | 40 |
| 5.4 | Erot peliuran yhdistämisessä opintoihin ja työntekoon..... | 41 |
| 5.5 | Sarjatasojen väliset erot opinnoissa ja työnteossa .....   | 42 |
| 5.6 | Peliura ja sosiaaliset suhteet .....                       | 45 |
| 5.7 | Peliuran lopettaminen.....                                 | 47 |
| 5.8 | Peliuran jatkaminen .....                                  | 50 |
| 6   | JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA .....                           | 54 |
| 6.1 | Tutkimuksen päätulokset ja johtopäätökset.....             | 54 |
| 6.2 | Tutkimuksen arviointi .....                                | 57 |
| 6.3 | Tulosten soveltaminen käytäntöön .....                     | 58 |
| 6.4 | Jatkotutkimusehdotukset .....                              | 59 |
|     | LÄHTEET .....  | 61 |
|     | LIITTEET   |    |

# 1 JOHDANTO

Naisten jalkapallo on kehittynyt ja saanut uutta nostetta niin Suomessa kuin ulkomailla viimeimpien vuosien aikana. Suomessa tuoreita esimerkkejä naisjalkapallon edistysaskelista ovat pääsarjan nimenmuutos Kansalliseksi Liigaksi sekä liigan kumppanisopimukset Subwayn ja Nelonen Median kanssa (Soininen 2021, 6; Suomen Palloliitto 2020a; 2020d). Positiivisesta kansallisesta kehityksestä huolimatta Suomessa pelaavat naisjalkapalloilijat eivät pysty pelaamaan ammattikseen, ja pelaajien täytyy hankkia elanto muilla keinoin kuin urheilemalla (Piispa 2013, 44–45). Käytännössä tämä tarkoittaa monen urheilijan arjessa kaksoisuran toteuttamista eli peliuran yhdistämistä opintoihin tai töissä käymiseen (Ryba ym. 2016; Stambulova ym. 2020).

*"Monella naisjalkapalloilijalla on tilanne, että he joutuvat käymään opiskelujen lisäksi töissä, sillä opintotuki ja mahdollisesti jalkapallosta saatava korvaus eivät riitä elämiseen. Olenkin monesti sanonut, että ainakin meillä naisilla usein on enemmän kyse kolmois- kuin kaksoisurasta - olisikin helppoa, jos voisi vain opiskella ja pelata, mutta monella pakettiin kuuluu myös työnteko." (Vastaus pro gradun -tutkielman vapaa sana -osioon, 2022)*

Yleisen käsityksen mukaan suurella osalla Suomessa pelaavista naisjalkapalloilijoista arkeen kuuluu tasapainottelu ainakin peliuran, opintojen tai työelämän sekä sosiaalisen elämän kanssa. Suuri ongelma on, että harjoittelun yhdistäminen muuhun elämään voi tulla liian raskaaksi, ja lopettaminen tulee ajankohtaiseksi jo nuorena, ennen kun täysi potentiaali pelaajana on saavutettu. Esimerkiksi kaudella 2019 naisten pääsarjapelaajien keski-ikä oli Suomessa 21,5 vuotta, kun taas Euroopan huippumaissa, kuten Ruotsissa, sarjojen keski-ikä on 24–25 ikävuoden välillä. (Myllyaho 2020)

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena on tutkia suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliuria ja lisätä ymmärrystä urien kehityksestä. Tavoitteena on ymmärtää, mitkä tekijät vaikuttavat suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliurien keston, jatkamiseen sekä lopettamiseen. Lisäksi tavoitteena on tutkia, kuinka suomalaisilta naisjalkapalloilijoilta onnistuu peliuran yhteensovittaminen opiskelun, työelämän ja sosiaalisen elämän kanssa. Oma peliurani pääsarjatasolla Kansallisessa Liigassa sekä Naisten Ykkösessä sai minut pohtimaan naisjalkapalloilijoiden peliuria, niiden kestoa ja pelaajien keski-ikää. Myös henkilökohtaiset kokemukseni peliuran ja korkeakouluopintojen yhdistämisestä innoittivat minut miettimään sitä, kuinka suomalaiset

naispelaajat kokevat kaksoisurien toteuttamisen onnistuvan omassa arjessaan. Omilla kokemuksillani ja pohdinnoillani oli siten merkittävä vaikutus tutkimusaiheen valintaan ja sen eteenpäin viemiseen.

Urheilijoiden uria, urapolkuja ja urheilun yhdistämistä muihin elämänaloihin on tutkittu Suomessa jo pitkään. Vuolle (1977) syventyi väitöskirjassaan, *Urheilu elämänsisältönä: menestyneiden urheilijoiden elämänura kilpailuvuosina*, 1970-luvulla suomalaisten mieshuippu-urheilijoiden uriin ja siihen, millaisia vaikutuksia huippu-urheiluun osallistumisella on yksilön koko elämän muotoutumiseen perhe-, työ-, ja koulutusuran osalta urheilu-uran aikana. Viime vuosina nuorten urheilijoiden urheilupolkuja on tutkinut Aarresola (2016) väitöskirjassaan *Nuorten urheilupolut - tutkimus kilpaurheiluun sosiaalistumisen normeista, pääomista ja toimijuuksista*. Aarresolan lisäksi Salasuo, Piispa ja Huhta (2015) tutkivat huippu-urheilijoiden elämänkulkua teoksessa *Huippu-urheilijan elämänkulku - tutkimus urheilijoista 2000-luvun Suomessa*.

Suomalaisten naisjalkapalloilijoiden uria ovat aiemmin tutkineet pro-gradu tutkielmissaan esimerkiksi Virtanen (1999) ja Totro (2020). Virtanen (1999) selvitti laadullisin menetelmin nuorten naisjalkapalloilijoiden lopettamiseen vaikuttavia tekijöitä, ja Totro (2020) tutki puolestaan laadullisin menetelmin suomalaisten naisjalkapalloilijoiden kaksoisuria. Myös kansainvälinen jalkapallon pelaajayhdistys FIFPro (2017) on tutkinut naisjalkapalloilijoiden peliuria ja esimerkiksi peliuran lopettamisen harkitsemisen taustalla olevia syitä määrällisin tutkimusmenetelmin muutamia vuosia sitten. Naisjalkapalloilijoiden peliuran kestoon, lopettamiseen ja jatkamiseen vaikuttavia syitä ei ole kuitenkaan tutkittu Suomessa määrällisin menetelmin. Aihe on ajankohittainen, sillä Suomessa pääsarjatasolla pelaavien naisjalkapalloilijoiden keski-ikä on havaittu olevan alhainen. On tärkeää saada selville peliuran jatkamisen ja lopettamisen taustalla olevat tekijät sekä saada käsitys peliuran yhdistämisen onnistumisesta muiden elämän osa-alueiden kanssa, jotta urheilijoille voidaan tulevaisuudessa mahdollistaa korkealla tasolla pelaaminen pidempään.

Tutkimuksen kirjallisuuskatsauksen alussa tarkastellaan suomalaisen naisjalkapallon kehityskulun pääpiirteitä 1970-luvulta 2020-luvun alkupuolelle asti. Tällä tavalla luodaan pohja tutkimuskohteen nykytilan ymmärtämiselle. Kolmannessa luvussa keskitytään urheilijoiden uriin sekä kaksoisuriin. Tarkastelussa on myös se, millaista tukea suomalaisten urheilijoiden ja erityisesti jalkapalloilijoiden on mahdollista saada kaksoisurilleen ja millaisia haasteita sekä mah-

dollisuuksia kaksoisuriin liittyy. Kirjallisuuskatsauksen loppuosassa keskitytään peliuran yhdistämiseen muiden elämän osa-alueiden kanssa ja käydään läpi myös kognitiivisen dissonanssin teoriaa urheilun kontekstissa. Luvussa neljä käsitellään tutkimuksen toteutukseen liittyvät asiat ja viidennessä luvussa raportoidaan tutkimuksen päätulokset. Työn viimeisessä luvussa tutkimustuloksia verrataan aiheesta aiemmin julkaistuun tutkimustietoon. Lisäksi siinä arvioidaan tutkimuksen onnistumista, heikkouksia ja vahvuuksia sekä esitellään aiheeseen liittyviä jatkotutkimusehdotuksia.



## 2 NAISJALKAPALLON KEHITYSKULKU SUOMESSA

Suomalaisen naisjalkapalloilun nykytilan hahmottamiseksi on tärkeää olla perillä tutkimuskohteen historiallisesta muotoutumisesta. Tässä luvussa käydään läpi suomalaisen naisjalkapallon kehityksen pääpiirteitä 1970-luvulta 2020-luvun alkuun asti. Vehviläinen ja Itkonen (2009, 11) ovat jaotelleet suomalaisen naisjalkapallon kehitysvaiheet neljään muutoskauteen. Nämä vaiheet ovat alkuinnostuksesta organisoitumiseen 1971–1981, vakiintumisvaihe 1982–1991, tyttöjalkapalloilun nousu 1992–2000 sekä loikkaus suosituksi 2001–2006. (Vehviläinen & Itkonen 2009, 11) Vaiheita voidaan käyttää kuvaamaan suomalaisen naisjalkapallon kehityskulkua.

### 2.1 Naisjalkapallon ensiaskeleet

Naiset pelasivat ensimmäisiä ”potkupallo-otteluita” Suomessa jo 1930- sekä 1940-lukujen aikana, vaikka varsinainen virallinen kilpailutoiminta näki päivänvalon 1970-luvun alkupuolella (Tuunainen 2007, 235). Naisten jalkapallon pelaaminen tai pelaamisen aloittaminen ei ollut muun muassa negatiivisten asenteiden vuoksi helppoa Suomessa 1920-, 1930- ja 1940-luvulla. Erityisesti miespelaajien ja -valmentajien mielestä jalkapallon pelaaminen oli sopimatonta naisille. Joidenkin kommenttien mukaan jalkapallo ja siihen osallistuminen aiheutti lisäksi naisten muuttumisen miehiseksi. Vastustuksesta huolimatta pienimuotoista naisten jalkapallotoimintaa oli olemassa 1930- ja 1940-luvun aikana. Ottelut olivat kuitenkin tuohon aikaan pääasiassa varainkeruutapahtumia. (Tuunainen 2007, 237)

Naisten jalkapallotoiminta vilkastui Suomessa 1960-luvun loppupuolella, kun naisille järjestettiin jalkapalloon liittyvää puulaakisarjatoimintaa Mikkkelissä. Naisjalkapalloilu alkoi toden teolla, kun naiset pelasivat esiottelun ennen miesten ylimmän sarjan peliä Mikkkelissä vuonna 1970. Esiottelussa pelasivat vastakkain Mikkkelin Palloilijoiden ja Kuopion Palloseuran miesten joukkueiden pelaajien vaimot ja tyttöystävät. Ottelu oli 20 minuutin taisto, jota oli seuraamassa yhteensä 3 000 katsojaa. Naisten ottelun perimmäisenä ajatuksena oli houkutella yleisöä miesten otteluun. Naispelaajilla ei ollut ennestään juuri kokemusta jalkapalloharjoittelusta, saati otteluiden pelaamisesta, mikä aiheutti leikkimielisen suhtautumisen heidän pelaamiseensa. Esiottelun seurauksena useat mikkkeliläiset urheiluseurat perustivat naisten jalkapallojoukkueita, mikä tarjosi monille naisille mahdollisuuden jalkapallon pelaamiseen. (Tuunainen 2007, 237–238) Naisten jalkapallotoimintaan osallistuneet olivat alussa pääasiassa miespelaajien puolisoja tai muiden lajien harrastajia. He halusivat kokeilla lajia erityisesti sen sosiaalisen puolen vuoksi.

(Tuunainen 2007, 239–240) Varsinainen naisten jalkapallotoiminnan alkaminen ei kuitenkaan tapahtunut vielä kesän 1970 aikana. Syynä oli erityisesti toiminnan vetäjien puute. Samalla seuratoiminnassa epäiltiin myös naisten kiinnostuksen jatkumista pelaamista kohtaan. (Lehtonen 1997, 109–110)

## 2.2 Kilpailutoiminnan alku

Useissa Euroopan maissa tähdättiin naisjalkapalloilun jatkuvuuteen 1960-luvun loppupuolella. Lisäksi samoihin aikoihin naisten jalkapallo sai huomiota myös julkisuudessa. Nämä toiminnot saivat Euroopan jalkapalloliitto UEFA:ssa aikaan myös herätyksen naisten jalkapallon tilanteesta. Vuonna 1970 lähes puolessa Euroopan liiton jäsenmaista naiset pelasivat aktiivisesti jalkapalloa. Tämän myötä UEFA pyysi vuonna 1970 jäsenliittojaan tarkkailemaan naisten jalkapallon kehitysaskelia omissa maissaan, jos toiminta ei vielä siinä vaiheessa ollut liiton valvovan silmän alla. UEFA:n määräys vuonna 1970 antoi lähtölaukauksen naisten jalkapallon kehittymiselle myös Suomessa, sillä maaliskuussa 1971 päätettiin, että naisten jalkapallo tulee ottaa Suomessa liiton johtoon. (Vehviläinen & Itkonen 2009, 46)

Naisten jalkapallon kilpailutoiminta sai alkunsa Suomessa kesällä 1971, kun Ilta-Sanomien toimesta järjestettiin kuuden naisten joukkueen kutsukilpailu. Kutsusarja oli naisten jalkapallotoiminnan ja laajemman kilpailutoiminnan kannalta merkittävä käänne. Sarjaan ottivat osaa HJK sekä HIFK Helsingistä, TPS Turusta, MP Mikkelistä, Ilves-Kissat Tampereelta sekä Reipas Lahdesta. Palloliitto organisoi samana vuonna myös naisille oman cup-kilpailun. Osallistuvia joukkueita oli mukana yhteensä 51 ja lopulta voittajaksi kruunattiin Helsingin Jalkapalloklubi. Tämän tapahtuman jälkeen monet Palloliiton piirit pyrkivät kehittämään naisten jalkapalloa lisäämällä naisjalkapalloilun mukaan ohjelmaansa. Toiminnan kehittämiseen pyrkiminen kuvasti hyvin sukupuolten välisen tasa-arvoajattelun kehittymistä ja edistysaskeleita 1970-luvun Suomessa. (Tuunainen 2007, 239) Naisten jalkapallon pelaaminen aiheutti kuitenkin laajasti ihmetystä vielä 1970-luvulla. Naisjalkapalloilijoille esitettiin haastatteluissa muun muassa seuraavanlaisia kysymyksiä: ”Pelaatteko te tosissanne jalkapalloa? -- Ei showmielessä?” ”Sopiiko jalkapallo naisille noin rakenteellisesti?”. (Subway Kansallinen Liiga 2021)

Suomessa naisten jalkapallosarjojen käynnistymisen jälkeen sarjat etsivät toimivaa muotoa kymmenen ensimmäisen vuoden ajan. Vuosina 1971–1973 kaikki naisten joukkueet ottivat

osaa mestaruussarjaan. Mukana oli enimmillään jopa 86 joukkuetta. Vuonna 1974 järjestelmässä tapahtui kuitenkin muutos, kun SM-sarjan oheen luotiin perussarja. Sen seurauksena SM-sarjassa pelasivat ainoastaan Suomen kahdeksan parasta naisjoukkuetta. Kaudeksi 1978 tehtiin päätös SM-sarjan laajentamisesta kymmeneen joukkueeseen. Tällä sarjamuodolla jatkettiin seuraavat kolme kautta, minkä jälkeen sarja laajeni 24 joukkueen sarjaksi. (Vehviläinen & Itkonen 2009, 58–60)

Naisten jalkapallotoiminnan kehittäminen ei edennyt kuitenkaan 1970-luvulla toivotulla tavalla, sillä naisten kilpailutoiminnan aloittamisen jälkeen jäi panostus harrastuksen levittämiseen pieneksi. Tästä esimerkkinä ovat naisten jalkapalloa koskeneet kokoukset, joita järjestettiin vuosina 1972–1981 vain kaksi. Ensimmäisessä kokouksessa nostettiin esille naisten kilpailutoiminnan vähyys, josta seurasi kiinnostuksen heikkenemistä. Lisäksi naisjalkapallon heikoutena pidettiin perussarjan aikaista loppumista ja pieniä ottelumääriä. (Vehviläinen & Itkonen 48–49) Koko naisten jalkapallon kilpailutoiminnan ylläpito oli Suomessa 1970-luvulla Palloliiton vastuulla johtuen piireissä olevien joukkueiden liian pienestä lukumäärästä. Piireiltä pyrittiin saamaan apua harrastuksen lisääntymiseen pyrkivissä toimissa, mutta tarvittavaa apua tai resursseja ei kuitenkaan lopulta löydetty. Suomessa naisjalkapallon kehitystyön hidastuessa monet muut samoihin aikoihin naisten jalkapallotoiminnan aloittaneet maat kehittivät toimintaansa, mikä lisäsi eroja toiminnassa. (Tuunainen 2007, 239–240)

### **2.3 Naisvaliokunta kehittämään naisten jalkapallotoimintaa**

Suomessa huomattiin 1980-luvulla, että naisten jalkapalloon liittyvä toiminta oli maajoukkueista puhuttaessa heikommalla tasolla kuin monissa muissa maissa. Tämän seurauksena Palloliitto alkoi tehdä selvitystyötä saadakseen kokonaiskäsityksen naisjalkapallon tilasta Suomessa. Selvitystyössä havaittiin, että kaikkien 18 piirin ohjelmassa mainittiin naisjalkapallo. Siitä huolimatta joukkueita oli kuitenkin melko vähän ja pitkät välimatkat johtivat suuriin matkustuskustannuksiin. Tyttöjoukkueiden tilanne oli heikko, sillä vain 11 piirissä oli mahdollisuus harrastaa jalkapalloa tyttöjoukkueessa. Jalkapallon kehitystyön päävastuu oli seuroilla sekä harrastajilla, mutta piirien haluttiin ottavan aikaisempaa enemmän roolia nais- ja tyttöjalkapallon järjestelyihin liittyvissä asioissa. (Tuunainen 2007, 245)

Marraskuussa 1982 naisjalkapallon kehittämistyöryhmä kokoontui yhteen. Työryhmän tavoitteena oli perustaa Palloliittoon sekä piireihin naisvaliokunta. Naisten jalkapallotoiminta ei kehittynyt myöskään seuratasolla toivotusti, minkä takia työryhmä halusi seuroihin perustettavan naisjaostoja tai mahdollisesti kokonaan naisjalkapallon erikoisseuroja. Kehitystyöryhmä määritteli lisäksi naisjalkapallon liittyvät ongelmat, joihin lukeutuivat arvostuksen puutteen lisäksi pienet harrastajamäärät, toiminnan painottuminen Etelä-Suomeen sekä valmentajien heikko osaaminen ja pieni lukumäärä. Kehittämistyöryhmän ehdotuksien pohjalta päädyttiin käytännön toimiin, kun naisvaliokunta perustettiin vuonna 1983. Naisvaliokunnan tehtäviin kuului naisten ja tyttöjen jalkapallon kehityksen seuraaminen sekä valvominen. Lisäksi sen tehtävänä oli kehittää ideoita naisjalkapallon aseman parantamisen ja tunnetuksi tekemisen eteen. Kolmantena tehtävänä oli luoda esityksiä naisten ja tyttöjen kilpailutoiminnan kilpailutavoista. Naisvaliokunta kokoontui aina vuoteen 1991 asti neljä kertaa vuodessa (Tuunainen 2007, 245). Vuoteen 1985 mennessä naisvaliokuntia oli järjestetty myös piireihin aktiivisesti ja ainoastaan yhdessä piirissä ei ollut naisvaliokuntaa (Vehviläinen & Itkonen 2009, 67).

1980-luvun aikana myös tyttöjen jalkapallotoiminnan kehitystyöstä tehtiin aikaisempaa suunnitelmallisempaa. Palloliitto otti tyttöjen jalkapallotoiminnan kehittämisen yhdeksi tärkeimmäksi kehityskohteekseen ja naisjalkapalloseminaareissa tyttöjen jalkapallotoiminnan kehittämisestä tuli yksi pääteemoista. Toiminnan kehityksen myötä tyttöjen harrastajamäärät jalkapallossa lähtivät nousuun, ja esimerkiksi tyttöjen piiriturnaus järjestettiin ensimmäisen kerran vuonna 1984. Naisvaliokunnan tavoitteena ollut valtakunnallisen tyttöjalkapalloturnauksen järjestäminen näki lisäksi ensimmäistä kertaa päivänvalon vuonna 1986 kantaen nimeä Stadi Cup. Stadi Cup oli ensimmäinen turnaus Suomessa, jossa oli sarjoja vain tytöille. Turnauksen järjestämisellä haluttiin vastata havaittuun ongelmaan siitä, että tytöille ei ollut saatavilla tarpeeksi järjestettyä sarjatoimintaa. Stadi Cupilla oli suuri rooli tyttöjen kilpailutoiminnan kehityksessä, sillä uusia ikäluokkia testattiin ensin turnauksessa, minkä jälkeen ne otettiin mukaan myös piirien virallisiin sarjoihin. (Tuunainen 2007, 246–247)

1980-luvun aikana myös naisten sarjajärjestelmät kokivat jälleen useita muutoksia. Vuonna 1983 naisten SM-sarjassa oli mukana yhteensä 24 joukkuetta. Sarjaa pidettiin liian laajana, mutta SM-sarjan joukkueiden vähentäminen nähtiin haastavana, koska SM-sarjan sekä aluesarjan tasoero oli suuri. Muutokset sarjajärjestelmiin tapahtuivat vuonna 1984, kun 1. divisioona perustettiin SM-sarjan alapuolelle. Naisten pääsarjassa oli kaudella 1984 mukana vain 12 joukkuetta ja vuotta myöhemmin enää 10. Peli aika oli kaikilla kolmella naisten sarjatasolla kaudella

1984 2x40 minuuttia ja vuonna 1989 peliaika nostettiin 2x45 minuuttiin. (Vehviläinen & Itkonen 2009, 77)

#### **2.4 Nais- ja tyttöjalkapallon kehittämistyöryhmä edistämään verkkaista toimintaa**

1990-luvun alkupuolelle tultaessa kilpailutoimintaan osallistuvia joukkueita oli Suomessa naisten puolella yhteensä noin 90 ja tyttöjen puolella 280. Naisvaliokunnan strategiaseminaari järjestettiin keväällä 1990. Seminaarissa määriteltiin naisjalkapallon vahvuuksia, heikkouksia, uhkia ja mahdollisuuksia. Ehdottomina vahvuuksina pidettiin lajin ominaisuuksia, innostusta sekä tarjolla olevia kilpailuja. Sen sijaan heikkouksiin lukeutuivat edelleen toiminnan keskittyminen Etelä-Suomeen, lajin vähäinen arvostus ja valmentajien vähäinen lukumäärä. Tulevaisuuden uhkakuviksi nähtiin taloudellisten voimavarojen pienentyminen sekä kilpailevat lajit. Mahdollisuuksina nähtiin puolestaan harrastajamäärien kasvu, kansainvälisen menestyksen kartuttaminen sekä lajin arvostuksen nousu koulumaailmassa. Merkittävänä toimenpiteenä etenkin harrastajamäärien kasvun kannalta voidaan pitää Naisvaliokunnan päätöstä järjestää Tyttöfutisvuosi vuonna 1991. Tyttöfutisvuosi tavoitteli harrastajamäärien kasvun lisäksi lajiharrastuksen kasvua kouluissa, lajin tunnettavuuden lisäämistä ja koko imagon parantamista. (Tuunainen 2007, 248)

Aktiivisesti 1980-luvulla naisjalkapallon kehittämisessä mukana ollut naisvaliokunta lopetti toimintansa vuonna 1991. Nais- ja tyttöjalkapalloilun kehittäminen siirtyi tämän jälkeen Palloliiton muiden valiokuntien vastuulle. (Tuunainen 2007, 248–249) Muutoksen seurauksena perustettiin nais- ja tyttöjalkapallon kehittämistyöryhmä, jonka haluttiin selvittävän tarkasti suomalaisen nais- ja tyttöjalkapallon tilan (Vehviläinen & Itkonen 2009, 90). Kehittämistyöryhmä jätti syyskuussa 1992 kirjelmän Palloliiton liittohallitukselle, jossa kerrottiin ehdotuksia nais- ja tyttöjalkapallon eteenpäin viemiseksi. Esityksessä käsiteltiin esimerkiksi tyttö- ja naisjalkapalloiluun kohdistuvien asenteiden muuttamista kampanjoinnin keinoin sekä tyttö- ja naisjalkapallopäällikön /-koordinaattorin palkkaamista kehittämään toimintaa. Lisäksi alueseminaarien järjestäminen, aluevalmennuksen ja -tarkkailun kehittäminen, koulujalkapalloon panostus ja kilpailutoiminnan uusiminen olivat merkittävimpiä pääkohtia esityksessä. (Tuunainen 2007, 248–249)

Naisten jalkapallosarjat eivät säilyneet ilman muutoksia 1990-luvulla. Kaudelle 1990 naisten 1. divisioonaa laajentui kolmeen kymmenen joukkueen lohkoon (Vehviläinen & Itkonen 2009, 78)

Lisäksi vuonna 1993 naisten SM-sarjan sekä 1. divisioonan järjestäminen siirtyi Palloliitolta Sarjaseurat ry:n vastuulle (Tuunainen 2007, 249). Sarjaseurat ry:n alle menemisen taustalla oli naisten SM-sarjan ja 1. divisioonan arvostuksen nostaminen ja ottelutapahtumien kehittäminen vastaamaan miesten otteluita (Vehviläinen & Itkonen, 2009, 126). Muutos oli tärkeä myös sen vuoksi, että sarjaan liittyvää toimintaa suunniteltiin ja kehitettiin sarjaan osallistuvien seurojen yhteistoimissa. Naisten SM-sarjan toiminnan organisointi jatkui Sarjaseurojen alaisuudessa kauden 2003 loppuun asti. (Tuunainen 2007, 249)

Vuonna 1997 huomattiin muutossuunnitelmista huolimatta, että tyttöjen ja naisten harrastajamäärät lähtivät laskuun ensimmäisen kerran 1970-luvun puolivälin jälkeen. 1990-lukua onkin kuvailtu ajaksi, jolloin suunnitelmien toteutus jäi suurelta osin puuttumaan. 1990-luvulla saatiin kuitenkin kehitettyä pääkaupunkiseudun ulkopuolelle muutamia uusia tyttöjalkapalloseuroja sekä -alueita. Myös Kaikki Pelaa -nuorisostrategia lisäsi koko valtakunnan tasolla tyttöjalkapallon nostetta. (Tuunainen 2007, 248–249)

## **2.5 2000-luvun alun muutokset suomalaisessa naisjalkapallossa**

Vuonna 2000 käynnistettiin Palloliiton päätöksellä F.U.N. -projekti, jonka tarkoituksena oli vahvistaa nais- ja tyttöjalkapallon asemaa suomalaisessa jalkapallokulttuurissa. F.U.N. -projektin nimi koostettiin sanoista futaa, unelmoi ja nauti. Ensimmäiseksi tavoitteeksi asetettiin harrastajamäärien kasvu. Tavoitteena oli, että pelaajamäärä nousisi projektin alun 13 770 pelaajasta vuoden 2006 loppuun mennessä 25 000 pelaajaan. Lisäksi haluttiin, että tyttö- ja naisjalkapallotoimintaan osallistuvien seurojen määrä kasvaisi 20 prosenttia. Pelaajamääriä pyrittiin kasvattamaan helpottamalla uusien pelaajien tulemistä mukaan jalkapallotoimintaan esimerkiksi koululiikunnan jalkapalloa kehittämällä. Lajia pyrittiin myös levittämään uusille paikkakunnille, ja lopettaneita nuoria pyrittiin ohjaamaan lajin pariin muihin tehtäviin. Toiseksi tavoitteeksi määritettiin yhteistyö eri toimijoiden välillä. Yhteistyötä haluttiin kehittää sekä ulkomaalaisten toimijoiden että toisten naisurheilulajien edustajien kanssa. Kolmantena tavoitteena oli nostaa valmennuksen laatua. Projektin avulla haluttiin saada ihmisille kokonaisuudessaan aikaisempaa myönteisempi kuva tyttö- ja naisjalkapallosta. (Vehviläinen & Itkonen 2009, 104–106)

Myös naisten kilpailujärjestelmän kehitys otettiin työn alle osana F.U.N. -projektia 2000-luvun alussa. B-tyttöjen seurajärjestelmän kehittämistyöryhmän tehtäväksi annettiin vuonna 2001 B-

tyttöjen, SM-sarjan ja naisten 1. divisioonan joukkumääriin sekä lohkojakoihin liittyvien teemojen pohdinta. (Vehviläinen & Itkonen 2009, 113) Muutoksia tapahtui, kun kaudelle 2006 Naisten Ykkönen muutettiin valtakunnalliseksi sarjaksi. Sen haluttiin valmistavan yksilöitä aikaisempaa paremmin mestaruussarjaan. Vuoden 2006 aikana alkoi myös määrätietoinen naisten SM-sarjan kehittäminen. Tavoitteeksi asetettiin uusia sarjan ilme sekä ajattelu. Vuoden 2007 aikana tavoiteltiin puolestaan sarjan viestin vahvistamista ja vuonna 2008 haluttiin lisätä sarjan näkyvyyttä. (Tuunainen 2007, 250) Naisten SM-sarjan nimi vaihtui kaudeksi 2007 Naisten Liigaksi. Samalla edellytykseksi sarjassa pelaamiselle tuli liigalisenssi. Liigalisenssin saamisen vaatimukseen lukeutuivat seuran nuorisotoiminta, valmentajien tarvittava valmennuskoulutustaso, laadukkaat peli- ja harjoitusolosuhteet sekä seuran tasapainoinen taloustilanne. (Vehviläinen & Itkonen 2009, 113)

## 2.6 Naisten Liigasta kohti Kansallista Liigaa

Naisten Liigan sarjajärjestelmä koki jälleen muutoksia 2010-luvun alussa. Vielä kaudella 2010 Naisten Liigassa oli mukana yhteensä 12 joukkuetta, mutta kaudelle 2011 sarjassa pelaavien joukkueiden määrä supistettiin kymmeneen joukkueeseen (Soininen 2010, 516–522; 2011, 512–517) Myös naisten jalkapallon näkyvyys Suomessa kasvoi huomattavasti 2010-luvun edetessä. Vuonna 2018 Naisten Liigan ottelut oli mahdollista nähdä sekä Elisa Viihteen että Veikkaus TV:n kautta. Lisäksi Yle näytti kanavillaan muutamia Naisten Liigan otteluita kaudella 2018. Vuoden 2018 aikana käytiin myös paljon keskustelua naisten urheilun asemaan sekä näkyvyyteen liittyen. (Suomen Palloliitto 2018)

Muutama vuosi myöhemmin, kaudelle 2020, Naisten Liiga koki nimen ja identiteetin muutoksen. Sarjan nimeksi muutettiin helmikuussa 2020 Kansallinen Liiga. Nimen ja identiteetin muutos oli osa sarjan vuosien 2020–2023 *Modernia huippu-urheilua* -strategiaa. Strategiassa korostuvat erityisesti ihmisten samanarvoisuus, uskallus sekä rohkeus menestyä. (Soininen 2021, 6) Sarjan nimen vaihtuminen huomioitiin myös kansainvälisesti, sillä muun muassa The Guardian ja CNN kirjoittivat muutoksesta (The Guardian 2020; CNN 2020). Kansainvälinen ravintolaketju Subway solmi helmikuussa 2020 uudistuvan naisten pääsarjan kanssa useamman kauden kattavan yhteistyösopimuksen. Samalla Subwaysta tuli ensimmäinen naisten jalkapalloliigan kokonaisvaltainen kumppani. (Soininen 2021, 6) Suomalaisen naisjalkapallon näkyvyyden ja kiinnostavuuden kasvattamiseksi luotiin lisäksi mediasopimus Nelonen Median kanssa (Suomen Palloliitto 2020a).

Syksyn 2020 aikana julkaistiin myös naisten ja tyttöjen jalkapallon kehitysstrategia *Kestävää kasvua*, joka toteutettiin yhteistyössä UEFA:n kanssa (Suomen Palloliitto 2020a). Strategian mukaan painopisteinä olivat tyttöjen pelaajamäärien kasvattaminen, näkyvyyden, mielikuvien ja kaupallisuuden kehittäminen, huippujalkapallon kilpailukyvyn kasvattaminen sekä naisten osallistumisen vahvistaminen (Suomen Palloliitto 2020c). Pelaajamäärien kasvattamistavoitteessa otettiin askelia eteenpäin vuoden 2021 aikana, sillä nais- ja tyttöpelaajien määrä oli suurempi kuin koskaan aikaisemmin. Yhteensä yli 35 000 nais- ja tyttöpelaajaa pelasi jalkapalloa Suomessa vuonna 2021. (Suomen Palloliitto 2021b) Vuonna 2020 julkaistussa strategiassa tavoitteena oli lisäksi kokonaisuudessaan kehittää naisten ja tyttöjen ylimpiä sarjoja. Pyrkimyksenä oli laajentaa Kansallinen -brändi Naisten Ykköseen, tulevaan Kansalliseen Ykköseen, jossa joukkumäärä tiivistetään 8–10 joukkueeseen. Siten kahta ylintä pääsarjaa voidaan kehittää valtakunnallisena 18–20 joukkueen kokonaisuutena. Strategian mukaan myös Kansallinen Ykkönen on tavoitteena tuoda osaksi lisenssijärjestelmää Kansallisen Liigan tapaan. (Suomen Palloliitto 2020c)



### 3 URHEILU-URAT

Urheilu-uralla tarkoitetaan yksilön suorittamaa pitkäjänteistä urheiluharjoitteluun perustuvaa prosessia, johon henkilö sitoutuu saavuttaakseen urheilullisen huipputasonsa (Lämsä ym. 2018). Urheilija voi pyrkiä saavuttamaan huipputasonsa yhdessä tai useammassa urheilukilpailussa (Alfermann & Stambulova 2007, 713). Urheilu-uralla voidaan viitata lisäksi kaikkeen kilpailulliseen urheiluun sen tasosta riippumatta. Urheilu-ura voi olla siten paikallinen, alueellinen, kansallinen tai kansainvälinen. Lisäksi urheilija voi olla urheilu-uransa aikana amatööri tai ammattilainen. Kansainvälisen tason amatööri- ja ammattilaisia pidetään yleisesti ottaen huippu-urina. (Stambulova ym. 2009)

Urheilu-uraa voidaan kuvata kehitysprosessina, johon sisältyy erilaisia vaiheita sekä siirtymiä. Urheilu-uran siirtymät voidaan jakaa normatiivisiin eli ennustettaviin ja ei-normatiivisiin eli ennustamattomiin siirtymiin. (Wylleman ym. 2013, 161) Normatiiviset siirtymät ovat urheilu-uran vaiheita, jotka sijoittuvat uran eri vaiheisiin enimmäkseen esimerkiksi kansallisen urheilujärjestelmän, lajiliittojen, seurojen, joukkueiden ja valmentajien määrittelyn perusteella (Salasuo ym. 2015, 123). Tämän vuoksi ne antavat urheilijalle mahdollisuuden valmistautua siirtymään etukäteen (Stambulova 2009). Normatiivisiin siirtymiin sisältyvät esimerkiksi siirtymät juonioreista aikuisten sarjoihin ja urheilu-uran päättyminen (Wylleman ym. 2013, 161). Normatiiviset siirtymät näyttäytyvät toisin sanoen siirtyminä yhdestä uravaiheesta seuraavaan ja lisäksi siirtymien välisten vaiheiden aikaisina fyysisinä, psyykkisinä sekä sosiaalisina prosesseina (Salasuo ym. 2015, 125). Ei-normatiiviset siirtymät ovat puolestaan odottamattomia siirtymiä urheilijan uralla, joiden ennakoimattomuus voi tehdä niistä urheilijalle haastavampia verrattuna normatiivisiin siirtymiin (Stambulova 2009; Wylleman ym. 2013, 161). Ei-normatiivisiin siirtymiin lukeutuvat esimerkiksi kauden päättävät vammat sekä joukkueessa, seurassa tai valmennuksessa tapahtuvat muutokset (Stambulova 2009).

Toisin sanoen urheilijat kohtaavat uriansa aikana hyvin monenlaisia siirtymiä ja vaiheita, jotka heidän on kohdattava edetäkseen urheilu-urallaan (Wylleman ym. 2013, 160–161). Onnistuneet siirtymät sekä urheilussa että urheilun ulkopuolella tarjoavat urheilijalle mahdollisuuden pitkään ja menestyksekkääseen urheilu-uraan sekä paremman sopeutumisen uran jälkeiseen elämään (Stambulova ym. 2009). Epäonnistuneet siirtymät voivat johtaa sitä vastoin negatiivisiin seurauksiin kuten ennenaikaiseen urheilu-uran lopettamiseen, päihteiden väärinkäyttöön tai masennukseen (Stambulova ym. 2009; Wylleman ym. 2013, 160–161).

Jo 1980-luvulla Schlossberg (1981) havaitsi, että yksilöiden siirtymien onnistumiseen vaikuttavat useat eri tekijät. Yksilön ominaisuudet, kuten esimerkiksi ikä, persoonallisuus ja aikaisemmat kokemukset samalaisista siirtymistä, vaikuttavat siirtymän onnistumiseen. Lisäksi siirtymää edeltävillä ja sen jälkeisillä ympäristötekijöillä, kuten ystävien ja perheen tuella sekä institutionaalisella tuella, on vaikutusta prosessiin. Myös siirtymän ominaisuuksilla, kestolla, asteellisuudella tai äkillisyydellä, positiivisilla tai negatiivisilla vaikutuksilla ja siirtymän vapaaehtoisuudella tai pakollisuudella on vaikutusta yksilön sopeutumisprosessiin. (Schlossberg 1981)

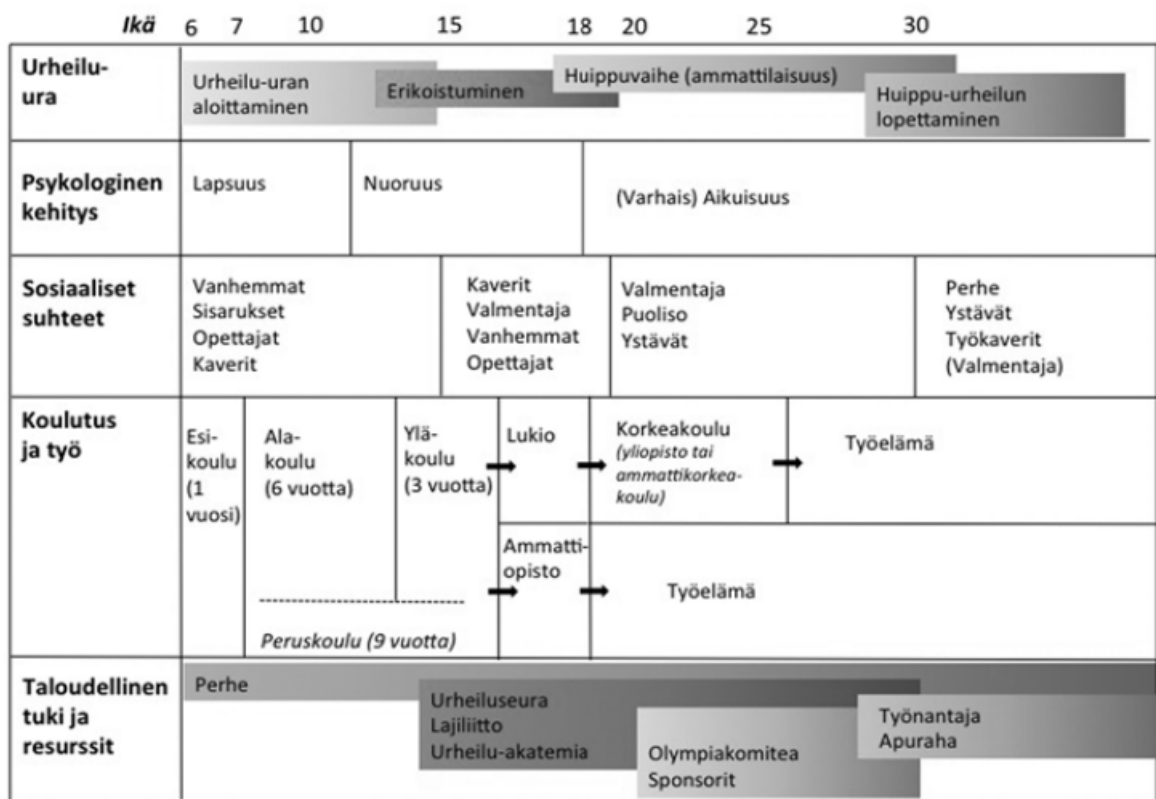
### **3.1 Huippu-urheilijan uramalli**

Urheilu-urien parissa tapahtuvia siirtymiä on tutkittu aktiivisesti 1960-luvun loppupuolelta asti. Kiinnostuksen kohteena oli alkuvuosina erityisesti urheilu-urien päättyminen ja sen vaikutukset urheilijaan. (Bruner ym. 2009) 1990-luvulla urheilu-urien tutkimuksessa alettiin kiinnittämään aikaisempaa enemmän huomiota yhden tietyn siirtymän, kuten urheilu-uran lopettamisen, sijasta enemmän kohti kokonaisvaltaisempaan lähestymistapaan urheilijan uralla ja elämässä. Tutkimuksissa on painottunut paljon muun muassa urheilijoiden urakehitys. Urheilu-urien tutkimuksessa urheilu-ura halutaankin usein nähdä osana koko elämänkaarta. (Torregrosa ym. 2015; Wylleman ym. 2004) Urheilijoiden uria voidaan siten lähestyä holistisen näkökulman kautta. Holistisen uranäkökulman mukaan urheilijaa tarkastellaan yksilönä, jonka elämään lukeutuu urheilun lisäksi myös muita osa-alueita. Urheilu-uran ajatellaan olevan siten vain osa koko elämän pituista uraa. (Stambulova 2010)

Wyllemanin ja Lavalleen (2004, 516) kehittämä ja myöhemmin Wyllemanin ym. (2013, 162–164) täydentämä huippu-urheilijan uramalli kuvaa urheilijoiden uria normatiivisten siirtymien avulla. Malli ottaa huomioon urheilun lisäksi myös muita elämän osa-alueita ja niissä tapahtuvia muutoksia. Näitä osa-alueita ovat psykologinen, sosiaalinen, akateeminen tai ammatillinen ja taloudellinen. (Wylleman ym. 2013, 162–164) Malliin eivät kuitenkaan sisälly urheilu-urien ei-normatiiviset siirtymät (Wylleman ym. 2004). Urheilu-uralla tapahtuvan kehityksen ei voida ajatella olevan erillinen osa yksilön kehitystä, minkä vuoksi on tärkeää ottaa huomioon kaikkien elämän osa-alueiden vuorovaikutteisuus (Wylleman ym. 2013, 162).

Ryba ym. (2016) ovat sovittaneet Wyllemanin ym. (2013) mallin huippu-urheilijan uramallista suomalaiseen kontekstiin. Suomalainen versio huippu-urheilijan uramallista (kuva 1) esittää

urheilijan elämää viidellä osa-alueella (Ryba ym. 2016). Urheilu-uran urakehityksen vaiheet perustuvat Côtén ym. (2003; 2007) mukaan neljään pääjaksoon: aloitusvaihe, erikoistumisvaihe, huippu-urheiluvaihe ja huippu-urheilun lopettamisvaihe. Ryban ym. (2016) suomalaisen huippu-urheilijan uramallin mukaan urheilu-uran aloitusvaiheessa lapsi ohjataan mukaan organisoituun kilpaurheiluun. Erikoistumisvaiheessa yksilön lahjakkuus tunnustetaan ja harjoittelusta sekä kilpailemisesta tulee aikaisempaa intensiivisempää. Huippu-urheiluvaiheessa yksilö kilpailee puolestaan itselleen korkeimmalla mahdollisella tasolla ja huippu-urheilun lopettamisvaiheessa urheilija lopettaa kilpailemisen ammattilais- ja mestaruussarjoissa. Edellä esitellyissä vaiheissa siirrytään systemaattisesti vaiheesta seuraavaan. Eteneminen tapahtuu kuitenkin siten, että eri ikäisenä ja eri lajeissa kehittyminen tapahtuu eri aikaan. (Ryba ym. 2016)



KUVA 1. Suomalainen versio huippu-urheilijan uramallista. (Ryba ym. 2016)

Toisella osa-alueella kuvataan puolestaan yksilön psykologista kehitystä aina lapsuudesta nuoruuteen ja varhaisaikuisuuteen asti. Kolmannella osa-alueella selitetään urheilijan sosiaalisten suhteiden, eli merkityksellisten ihmisten ja heidän välisten suhteiden, kehittymistä sekä painotuksen vaihtelua iän myötä. Neljäs osa-alue huomio urheilijan opintoihin liittyvät siirtymät. Suomessa opintojen siirtymissä oleellisessa osassa ovat peruskoulu, yläkoulu, toisen asteen

koulutus, korkea-asteen koulutus sekä siirtyminen työelämään. Suomessa urheilijat ovat hyvin usein puoliammattilaisia, jolla viitataan urheilun yhdistämiseen opiskelujen tai vähintään osa-aikatöiden kanssa. Urheilijoilla on tämän vuoksi useita erilaisia mahdollisuuksia yhdistää urheilu akateemisen tai ammatillisen kehityksen ja työn kanssa varhaisaikuisuudessa. Viides osaluokka, taloudellinen tuki ja resurssit, viittaa sen sijaan urheilu-uran aikana saadun materiaallisen tuen lähteisiin. (Ryba ym. 2016)

### **3.2 Kaksoisurat**

Urheilijan kaksoisuralla tarkoitetaan urheilu-uran ja opiskelun tai vaihtoehtoisesti urheilu-uran ja työn yhdistämistä (Ryba ym. 2016; Stambulova ym. 2020). Suomessa kaksoisurat alkavat tyypillisesti yläkouluvaiheessa ja loppuvat huippu-urheilu-uran päättymistä seuraavaan urasiirtymään eli urheilu-uran jälkeiseen uravaiheeseen (Suomen Olympiakomitea 2021). Urheilijoilla on olemassa monia erilaisia polkuja yhdistää huippu-urheilu akateemiseen koulutukseen, ammatilliseen koulutukseen tai työelämään omassa arjessaan. Urheilijoiden kaksoisuria pyritään tukemaan erilaisten urheilu- ja koulutusjärjestelmien avulla. (Ryba ym. 2016)

Kaksoisuralle päättymiseen on erilaisia vaihtoehtoja. Useille urheilijoille kaksoisura tulee ajankohtaiseksi siinä vaiheessa urheilu-uraa, kun urheilija ei voi tulla ammattilaiseksi tai saada elantonsa urheilemalla (Baron-Thiene & Alfermann 2015). Kaksoisuran suorittaminen koskee erityisesti niitä, jotka urheilevat amatööreinä, puoliammattilaisina tai kilpailevat lajeissa, joista maksetaan vain pientä palkkaa tai korvausta. Suurelle osalle urheilijoista kaksoisuran toteuttaminen on siten välttämätöntä. (Pink ym. 2018)

Suomessa useissa joukkueurheilulajeissa urheilijat eivät pysty pelaamaan amatöörinä, minkä vuoksi elanto tulee hankkia muilla keinoilla kuin urheilemalla. Tällainen tilanne on muun muassa naisten jalkapallossa. Urheilijat, jotka urheilevat pääasiallisesti omavaraisesti, eivät pysty panostamaan urheiluun välttämättä yhtä paljon, kuin ammattuurheilijat. Tämä johtuu siitä, että täysipäiväinen työskentely lajin parissa ei ole mahdollista. Siitä huolimatta suhtautuminen lajiin ja harjoitteluun voi olla samalla tavalla huippu-urheilua kuin ammattilaisurheilijoilla. (Piispa 2013, 44–45) Kaksoisuran suorittaminen, ja erityisesti koulutuksen hankkiminen peliuran aikana, on myös kansainvälisesti yleistä huipputasolla pelaaville naisjalkapalloilijoille. Tämä johtuu siitä, että vain muutamat naispelaajat ansaitsevat tarpeeksi pelaamisesta pystyäkseen elättämään itsensä myös peliuran jälkeen. (McCormack & Walseth 2013)

Urheilijat tekevät erilaisia ratkaisuja urheilu-urillaan, kaksoisurillaan ja kaksoisuriensa eri vaiheissa siitä, kuinka uria painotetaan omassa arjessa suhteessa toisiinsa (Aquilina 2013; López de Subijana ym. 2015). Erilaisia uramalleja on kolme, joista ensimmäisessä, lineaarisessa mallissa, urheilija keskittyy täyspäiväisesti urheiluun. Opintojen suorittaminen jätetään urheiluuran jälkeiseen aikaan. (López de Subijana ym. 2015: Torregrosa ym. 2015) Monet urheilijat panostavat täysin urheilu-uraansa, sillä urheilu-urat ovat suhteellisen lyhyt ajanjakso yksilön elämän mittakaavassa. Urheilussa pärjääminen vaatii myös intensiivistä ja pitkäjänteistä työntekoa, mikä johtaa useilla yksilöillä urheilun priorisoimiseen. (Ryba ym. 2015) Sen sijaan konvergentissa kaksoisuramallissa urheilijan ykkösprioriteettina on urheilu, mutta opintoja tai vaihtoehtoisesti töitä tehdään lisäksi urheilu-uran ehdoilla. Rinnakkaisessa kaksoisuramallissa urheiluun ja opiskeluihin panostaminen on tasapainossa, eikä toinen ura ole toista tärkeämpi. (López de Subijana ym. 2015: Torregrosa ym. 2015) Cartigny ym. (2021) ovat esitelleet urheilun priorisoivan mallin sekä rinnakkaisen kaksoisuramallin lisäksi mallin, jossa kouluttautuminen ja ammatillinen kehitys priorisoidaan kaksoisuralla urheilun edelle.

### **3.2.1 Kaksoisurien tukeminen suomalaisessa urheilussa ja jalkapallossa**

Suomalaisten kaksoisuraohjelmien ja kaksoisurajärjestelyjen tarkoituksena on auttaa sekä tukea urheilijoita niin urheilullisessa kehittämisessä kuin opintojen sekä muun elämän osa-alueiden yhdistämisessä (Nikander 2021). Opiskelun ja urheilun yhdistämistä on pyritty tukemaan Suomessa aktiivisesti 1980-luvulta alkaen. Urheilukoulutuksen erityinen tehtävä annettiin 12 lukiolle vuonna 1994 ja vuonna 2001 urheilijoiden ammatillisen koulutuksen erityistehtävä myönnettiin 11 ammatillisen koulutuksen järjestäjälle. Tämän seurauksena Suomeen saatiin perustettua toisen asteen valtakunnallinen urheiluoppilaitosjärjestelmä. (Lämsä ym. 2014)

2000-luvun alussa Suomessa suurille opiskelupaikkakunnille perustettiin urheiluakatemiaita, joiden tarkoituksena oli yhdistää eri toimijoiden resursseja, jotta urheilijoille pystyttäisiin mahdollistamaan joustava arki urheilun ja opiskelun osalta (Lämsä ym. 2014). Urheiluakatemiaissa pyritään tukemaan yksilöitä myös opinto- ja urasuunnittelun ammattilaisten, koordinaattorien sekä valmentajien avulla (Huippu-urheilun muutosryhmä 2012). Urheiluakatemit ovat yhteistyöverkostoja, joissa on mukana paikalliselta tasolta oppilaitoksia, urheiluorganisaatioita, kuntatoimijoita ja monipuolisia asiantuntijapalveluita. Lisäksi valtakunnallisina yhteistyötahoina toimivat esimerkiksi opetus- ja urheiluviranomaiset, lajiliitot, urheiluopistot, Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellinen tiedekunta ja Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU.

(Härkönen 2014) Urheiluakatemioiden perustamisen ja kehittämisen tarkoituksena oli tarjota tukiverkosto erityisesti korkea-asteen urheilijaopiskelijoille, sillä heillä ei tätä ennen ollut toisen asteen opiskelijoiden tavoin tukiverkostoa. Urheiluakatemioiden alkuperäinen päätehtävä olikin urheilijoiden tukeminen siirtymävaiheessa toisen asteen koulutuksesta korkeakouluihin. Toiselle asteelle suunniteltu ja toteutettu urheiluoppilaitosjärjestelmä laajentui siten vuosien myötä urheiluakatemiaverkostoksi, joka pyrkii mahdollistamaan yksilöille urheilun ja opiskelun yhdistämisen perusasteelta korkea-asteelle asti. (Lämsä ym. 2014)

Vuonna 2013 Olympiakomiteassa tapahtui uudelleenorganisointumisen, minkä seurauksena olemassa ollutta urheiluakatemiatointa ja -verkostoa alettiin kutsua nimellä urheiluakatemiohjelma (Härkönen 2014). Urheiluakatemiohjelman tavoitteena on johtaa sekä koordinoita valtakunnallista urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten muodostamaan verkostoa. Urheiluakatemioiden ja valmennuskeskusten päätehtävänä on mahdollistaa urheilijoille toimiva arki ja mahdollisuudet kansainväliseen menestykseen. Urheiluakemia- ja valmennuskeskusverkostossa on urheilijoita aina yläkoululaisista ammattuurheilijoihin asti. Nykyisin Suomessa on 19 urheiluakatemioa ja yhdeksän urheiluopistojen valmennuskeskusta. (Paananen 2021)

Euroopassa eri valtioilla on olemassa toisistaan eroavia malleja, ratkaisuja ja lähestymistapoja urheilijoiden kaksoisurien tukemiseen korkeakoulutasolla. Lainsäädäntö ei Suomessa edellytä korkeakouluilta erityisiä järjestelyitä kaksoisuria suorittavia urheilijoita varten. Korkeakouluille on kuitenkin olemassa suosituksia ja säännöksiä, jotka pyrkivät mahdollistamaan erityisjärjestelyjä kaksoisuraa toteuttaville urheilijoille, jotta opintojen edistäminen olisi mahdollista myös aktiivisen urheilu-uran aikana. (Henry 2013) Suomessa yliopistolaki mahdollistaa urheilijan opiskelevan oikeuden opintoajan pidentämiseen omalla henkilökohtaisella suunnitelmalla, ja myös ammattikorkeakoululaki mahdollistaa urheilijalle lisäajan saamisen opintoihin (Kärmeniemi ym. 2013). Vastuu urheilun ja opiskelun yhdistämisestä on kuitenkin loppupeleissä urheilijoilla ja tämän lisäksi paikallisilla toimijoilla (Lämsä ym. 2014).

Suomessa urheilijoiden taloudellista tilannetta pyritään helpottamaan sekä tukemaan myös erilaisten rahallisten tukimuotojen avulla. Suomen valtio pyrkii tukemaan urheilua ja kaksoisuria esimerkiksi jakamalla huippu-urheilijoille urheilija-apurahaa ja rahoittamalla Urheilijoiden Ammattienedistämistätiötä (URA) (Henry 2013; Lämsä ym. 2014) Urheilijoiden Ammattien-

edistämissätiö jakaa myös apurahaa, jonka myöntäminen perustuu puolestaan siihen, että urheilija tavoittelee tutkintoa korkeakoulussa, toisen asteen oppilaitoksessa tai muussa oppilaitoksessa. Urheilijoiden Ammatinedistämissätiön tukea saadakseen on urheilijan suoritettava tietty määrä opintoja lukuvuoden aikana. Monille, erityisesti kansallisen tason urheilijoille, myös yhteiskunnan muut tukimuodot ovat tärkeässä roolissa arjessa. Näihin tukiin lukeutuu esimerkiksi opintotuki. (Kärmeniemi ym. 2013, 7–9)

Myös suomalaiset jalkapalloilijat lukeutuvat edellä mainittujen tukitoimien ja -verkostojen piiriin. Näiden tukitoimien lisäksi nuorten 15–18-vuotiaiden jalkapalloilijoiden on mahdollista saada tukea hybridiakatemiaympäristöistä, joissa yhteistyössä ovat mukana seura, urheiluakatemia sekä Palloliitto. Hybridiakatemiatoiminnassa pyritään takaamaan huippu-urheiluun tähtäävälle toiminnalle mahdollisimman hyvät kehittymismahdollisuudet ja -ympäristöt. Toiminnassa halutaan yhdistää urheilu, yksilönä kasvaminen ja opiskelu sekä lisäksi taata mahdollisimman hyvä harjoittelun, palautumisen, opiskelun ja muun elämän tasapaino. (Suomen Palloliitto 2020c)

Kaksoisuraa toteuttavien naisjalkapalloilijoiden on myös mahdollista saada tukea Suomen Palloliitolta. Palloliiton *Kestävää kasvua* -kehityssuunnitelmassa kerrotaan yhdeksi naisten jalkapallo kehittämisen painopisteeksi ”urheilun arjen vahvistaminen”. Tämän painopisteen tavoitteena on, että yksilön on mahdollisuus valita arjessaan jalkapallo, ja tavoitteeseen pyritään muun muassa tukemalla pelaajia heidän kaksoisuriansa suorittamisessa. (Suomen Palloliitto 2020c) Kansallisen Liigan pelaajia tuetaan kaksoisurien toteuttamisessa kaksoisuravalmennuksen avulla. Työelämäpalveluyritys BearIT Oy tukee pelaajia ammattimaisen pelaamisen sekä opintojen tai vaihtoehtoisesti ammatillisen uran kehittämisessä. (Suomen Palloliitto 2021a) Suomen Palloliiton lisäksi Jalkapallon Pelaajayhdistys ry tukee jäseniään Job4Player -palvelulla, jonka tavoitteena on muun muassa kehittää pelaajien oman osaamisen tunnistamista ja auttaa siviilitöiden hakemisessa (Jalkapallon Pelaajayhdistys 2021a). Jalkapallon Pelaajayhdistys pyrkii opinto-ohjelmilla tukemaan myös opintoihin hakeutumista peliuran aikana ja sen jälkeen. Opinto-ohjelmien tarkoituksena on taata mahdollisuus harjoitteluun ja pelien suorittamiseen siten, että samalla opintoja voi edistää esimerkiksi etänä omatoimisesti. (Jalkapallon Pelaajayhdistys 2021b)

### 3.2.2 Kaksoisurien hyödyt

Euroopan komission (2012) mukaan kaksoisurat voivat tarjota yksilön elämään monia positiivisia asioita. Kaksoisurat voivat lisätä urheilijan terveyteen liittyviä hyötyjä, joihin lukeutuvat muun muassa tasapainoisempi elämä, vähentynyt stressi sekä hyvinvoinnin kasvaminen (Euroopan komissio 2012; Stambulova ym. 2015; Torregrosa ym. 2015). Esimerkiksi opiskelu on monelle urheilijalle tärkeä vastapaino urheilun aiheuttamien paineiden rinnalle. Opiskelu voi antaa perspektiiviä omaan elämään ja auttaa tasapainon löytämisessä arkeen. Parhaimmista tapauksista urheilu-ura sekä opiskelut voivat tukea toisiaan, mistä voi seurata myös parempia tuloksia molemmilla osa-alueilla. Useat urheilijat kokevat, että opinnoissa opittuja taitoja voi hyödyntää urheilussa. (Aquilina 2013) Lisäksi opintojen ja urheilun yhdistävät yksilöt ovat tyytyväisempiä urheilun ulkopuoliseen elämään verrattuna yksilöihin, jotka keskittyvät täyspäiväisesti urheiluun uransa aikana (López de Subijana ym. 2015).

Kaksoisura voi mahdollistaa myös yksilön kehitykseen liittyviä hyötyjä, sillä yksilön edellytykset kehittää urheilussa, koulutuksessa ja muilla elämäntaitoilla sovellettavia elämäntaitoja ovat paremmat kaksoisuran myötä (Euroopan komissio 2012). Onnistunut kaksoisura voi tarjota yksilölle mahdollisuuden lisäksi erilaisten identiteettien muodostumiseen ja itsesääntelyn kehittämiseen (Euroopan komissio 2012; Stambulova ym. 2015). Useiden identiteettien muodostuminen urheilijan identiteetin rinnalle tarjoaa yksilölle monipuolisesti keinoja käsitellä urheilun ulkopuoliseen elämään liittyviä asioita. Urheilijaidentiteetin rinnalle kehittyvät identiteetit voivat avata kaiken lisäksi uusia mahdollisuuksia jo uran aikana ja helpottaa siirtymää pois urheilun parista uran jälkeen. (Torregrosa ym. 2015) Pelkkään urheiluun panostaminen ja siten yksipuolisen identiteetin kehittyminen voi aiheuttaa haasteita mukautua urheilun jälkeiseen elämään. Lisäksi mahdollisia seurauksia voivat olla urheiluun liittyvä loppuun palaminen ja mielenterveyden ongelmat. (Cartigny 2021)

Kaksoisuran etuihin sisältyvät myös urheilu-uran lopettamiseen ja urheilu-uran jälkeiseen elämään sopeutumiseen liittyvät seikat (Euroopan komissio 2012). Useat kaksoisuraa toteuttavat urheilijat kokevat opintojen suorittamisen turvana sekä varavaihtoehtona, jos ura urheilun parissa ei etene toivotulla tavalla. Samalla pystytään valmistautumaan vääjäämättä kohdattavaan urheilu-uran päättymiseen ja sen jälkeiseen aikaan. (Aquilina 2013) Kaksoisuran suorittamisella voi olla positiivisia vaikutuksia urheilu-uran jälkeiseen siirtymäaikaan, sillä urheilu-uran ohessa opiskelevat kokevat, että siirtyminen ja sopeutuminen urheilun parista työmarkkinoille



on sujuvampaa ja helpompaa verrattuna pelkästään urheiluun keskittyviin yksilöihin (Aquilina 2013; Ryba ym. 2016; Ryba ym. 2017; Stambulova ym. 2015). Myös parempi urasuunnittelu ja työllistymismahdollisuudet urheilu-uran jälkeen lukeutuvat kaksoisuran etuihin (Stambulova ym. 2015). Kaksoisura voi tarjota yksilölle paremmat tulevaisuuden työllisyysnäkyvät, kuten korkeamman työllistymisen ja pääsyn hyvin palkattuihin työtehtäviin (Euroopan komissio 2012). Opinnot ja urheilun yhdistävät yksilöt saavuttavat tutkimusten mukaan lisäksi parempia työpaikkoja kuin urheilijat, jotka keskittyvät täyspäiväisesti urheiluun uransa aikana (López de Subijana ym. 2015).

Kaksoisurien eduista ei pidä unohtaa myöskään sen tarjoamia sosiaalisia etuja, sillä kaksoisura mahdollistaa laajentuneen sosiaalisen verkoston sekä laajemman sosiaalisen tukijärjestelmän. Lisäksi paremmat suhteet ikätovereihin lukeutuvat kaksoisurien positiivisiin puoliin. (Euroopan komissio 2012) Tässä luvussa läpikäytyjen hyötyjen perusteella kaksoisura voi onnistuessaan tarjota urheilijalle paljon positiivista pääomaa jo urheilu-uran aikana ja myös sen jälkeen (Stambulova ym. 2015; Torregrosa ym. 2015). On kuitenkin muistettava, että esimerkiksi talouteen, asioiden organisointiin ja valmennukseen liittyvät tilannekohtaiset tekijät vaikuttavat siihen, saadaanko aikaisemmin mainittuja useita hyötyjä kaksoisurasta irti (Stambulova ym. 2015).

### **3.2.3 Kaksoisurien haasteet**

Huipputasolla urheilun yhdistäminen samanaikaisesti opiskeluun on vaativaa ja aikaa vievää (McCormack & Walseth 2013; Ryba ym. 2016). Parhaan mahdollisen suorituksen saavuttaminen kahdella eri kaksoisuran osa-alueella on haastavaa, mutta ei mahdotonta. Menestys kaksoisurilla tapahtuu hyvin usein toisen osa-alueen kustannuksella sekä muiden elämän osa-alueisiin panostamisen rajoittamisen seurauksena. (Ryba ym. 2016) Haasteet kaksoisuran toteuttamisessa lisääntyvät erityisesti silloin, kun urheilussa siirrytään korkeammalle tasolle. Toisaalta tietyt lajit ja opiskelumuodot tarjoavat paremmat mahdollisuudet kaksoisuran toteuttamiseen. (URA-työryhmä 1999)

Yhtenä kaksoisurien suurimpana haasteena voidaan pitää arjen aikatauluttamista ja ajankäyttöä. Haasteita voi aiheuttaa harjoittelun ja kilpailun yhdistäminen opintojen kanssa, sillä opinnoissa voidaan vaatia esimerkiksi läsnäoloa ja ajoitetuille tunneille osallistumista. (López de Subijana ym. 2015) Harrisonin ym. (2020) mukaan kaksoisuran toteuttamisesta tulee sitä hankalampaa

mitä korkeammalla tasolla yksilö opiskelee. Jalkapalloharjoittelun ja -leirien yhdistäminen opiskeluiden kasvavaan työmäärään ei ole helppoa. Toisaalta myös täyspäiväisen työnteon ja puoliammattilaispelaamisen yhdistäminen on haastavaa ja aikaa vievää. (Harrison ym. 2020) Lisäksi muutokset harjoitus- ja peliaikatauluissa haastavat kaksoisuria suorittavien yksilöiden elämää ja sen aikatauluttamista. Epäsäännöllisten harjoitus- ja peliaikataulujen yhdistäminen esimerkiksi työ- ja opiskeluaikatauluihin voi olla sekä fyysisesti että psyykkisesti kuormittavaa. (Pink ym. 2018) Erityisen haasteen kaksoisuraa toteuttavien joukkueurheilijoiden arkeen tuo joukkueen kiinteät ja pelaajia sitovat aikataulut. Tämä haaste korostuu sitä enemmän mitä korkeammalla tasolla joukkue pelaa. (URA-työryhmä 1999)

Oman haasteensa kaksoisurien suorittamiseen voi tuoda työn suuri fyysinen kuormittavuus ja töiden raskaat olosuhteet. Raskaan fyysisen työpäivän jälkeen tavoitteelliseen ja kovaan harjoitteluun motivoituminen voi olla hankalaa. Tällaisissa tilanteissa korostuu seuran ymmärrys pelaajan elämäntilannetta kohtaan sekä valmennuksen ja pelaajien kommunikaatio. (Pink ym. 2018) Opiskelujen osalta kuormittavuutta voi sen sijaan lisätä entisestään se, että urheilijoilla on hyvin usein kunnianhimoa urheilun lisäksi myös opiskelussa (URA-työryhmä 1999). Kaksoisuran suorittaminen voi aiheuttaa yksilölle myös suurta stressiä ja ahdistusta, jos yksilö kokee liian kovaa painetta onnistua ja menestyä molemmilla kaksoisuran osa-alueilla (Ryba ym. 2016). On tärkeää pyrkiä siihen, että yksilön arjesta ei kokonaisuudessaan tule liian kuormittavaa, sillä Stambulovan ym. mukaan (2015) kaksoisurien yhdistämisen ongelmista voi seurata loppuun palamista, loukkaantumisia ja ennenaikaista urheilu-uran tai opiskelujen lopettamista.

Lisäksi taloudelliset haasteet voivat aiheuttaa vaikeuksia kaksoisurien suorittamisessa. Erilaiset stipendit ja apurahat voivat osin tukea ja auttaa esimerkiksi urheilijan opintojen etenemistä, mutta kaikkien urheilijoiden ei ole mahdollista saada tällaista rahallista tukea arkeensa (López de Subijana ym. 2015). Suomessa useille urheilijoille opintotuki voi olla merkittävässä roolissa urheilemisen mahdollistajana (Kärmeniemi ym. 2013, 7–8). Opintotukea on kuitenkin mahdollista saada vain rajoitettu aika ja urheilijoiden voi olla haastavaa saada opinnot suoritettua tavoiteajassa. Tämä voi johtaa opintotuen saannin päättymiseen ja siten vaikeuttaa opintojen loppuun suorittamista. (URA-työryhmä 1999)

Urheilun ja opiskelun yhteensovittamisen haasteena voidaan nähdä myös tiedon ja ohjauksen puute, sillä urheilijat eivät aina saa joustavista opinnoista ja etäopiskelumahdollisuuksista tar-

peeksi tietoa. Joustavat opintomahdollisuudet ovat hyvin tiedossa peruskoulu- ja lukio-opintojen aikana, mutta vähäinen tieto opintomahdollisuuksista ajoittuu tästä opintovaiheesta eteenpäin. Riittämätön opinto-ohjaus ja tiedon puute voi johtaa opintojen keskeytymiseen. (URA-työryhmä 1999) Tärkeää onkin, että urheilija tietää ja hänen on siten mahdollista löytää urheilun rinnalle joustavia opintoja (López de Subijana ym. 2015; URA-työryhmä 1999). Opintojen on tärkeää mahdollistaa tarvittaessa myös opiskelutahdin hidastaminen tai verkko- ja etäkurssien suorittaminen (López de Subijana ym. 2015).

### **3.3 Urheilun yhdistäminen muuhun elämään ja urheilun parissa pysyminen**

Huippu-urheilijoilta vaaditaan nyky maailmassa aikaisempaa enemmän omistautumista urheilulle, jotta he voivat pärjätä ja saavuttaa parhaimpia tuloksia (Aquilina 2013). Urheilijoiden arkeen kuuluu kuitenkin urheilun lisäksi myös monia muita elämän osa-alueita. On havaittu, että lahjakkaiden nuorten jalkapalloilijoiden on usein tasapainoteltava sekä jalkapallosta että koulutuksesta tulevien vaatimusten kanssa. (Christensen & Sørensen 2009) Urheilun ja opintojen lisäksi arkeen täytyy pystyä sovittamaan myös sosiaalinen elämä (Miller & Kerr 2003). Usein urheilun priorisoinnin seurauksena kompromisseja tehdään muilla elämän osa-alueilla kuin urheilun parissa (Aquilina 2013). Esimerkiksi suomalaisten pääsarjatasolla pelaavien naisjalkapalloilijoiden elämänvalinnoissa on havaittu korostuvan urheilu-ura ja sen priorisointi muiden elämän osa-alueiden edelle (Totro 2020). Urheilun priorisoiminen on yleisempää niissä lajeissa, joissa ammattilaisuran saavuttaminen ja urheilemisella eläminen on mahdollista ja todennäköisempää. Opiskelujen priorisoiminen urheilun edelle on tyypillisempää puolestaan niille yksilöille, joiden lajissa ammattilaisura ei ole niin todennäköistä. (Stambulova ym. 2015)

Urheilijoiden urat ja urheilun yhdistäminen muihin elämän osa-alueisiin on ollut kiinnostuksen kohteena Suomessa jo pitkään. Esimerkiksi Vuolle (1977) tutki väitöskirjassaan suomalaisten huippu-urheilijoiden elämän muotoutumista urheilu-uran aikana. Vuolteen väitöskirjan tulosten mukaan urheilulla on väistämättä vaikutuksia muihin elämänaloihin, ja urheilijat kokevat tekevänsä paljon uhrauksia muun muassa opiskelujensa suhteen. Noin kolmasosa Vuolteen tutkimuksessa mukana olleista urheilijoista koki kouluttautumisen kärsineen urheilu-uran vuoksi. Käytännössä tämä tarkoitti yleisimmin kouluttautumisen siirtämistä myöhempään elämänvaiheeseen. Tyytymättömyys ja ristiriitojen kokeminen koulutuksessa oli yleisempää kuin ammatitielämään liittyvä tyytymättömyys ja ristiriidat. Tutkimustulosten mukaan urheilu vaatii uh-

rauksia myös perhe-elämässä. Kolme neljäsosaa Vuolteen tutkimista urheilijoista koki tekevänsä uhrauksia perhe-elämään liittyvissä asioissa ja näistä kolmasosan mukaan uhrauksien määrä oli suuri tai erittäin suuri. Eniten uhrauksia tehtiin huippuvuosien aikana. Urheilijat kokivat tekevänsä sen sijaan vain vähän uhrauksia vapaa-ajantoimintoihin liittyen. (Vuolle 1977, 21, 106–122, 125)

Pusan ym. (2021) suomalaisille aikuisille maajoukkueurheilijoille tekemän kyselyn mukaan urheilun ja opiskelun korkeakouluissa yhdistävistä maajoukkueurheilijoista 84 prosenttia koki urheilun ja opiskelun yhdistämisen onnistuvan hyvin. Opiskelun ja urheilun yhdistävistä yksilöistä 87 prosenttia sai tukea perheeltä tai muulta lähipiiriltä, 63 prosenttia omalta valmentajalta ja 39 prosenttia oppilaitokselta urheilu-uran ja opiskelun yhdistämisessä. Yli kolmasosa (38 %) koki tarvitsevansa enemmän apua urheilun ja opiskelun yhdistämisessä. Sen sijaan lähes kolme neljäsosaa (73 %) urheilu-uran ja työn yhdistävistä maajoukkueurheilijoista koki, että urheilu-uran ja työn yhdistäminen onnistuu hyvin. 83 prosenttia urheilijoista sai perheeltä tai muulta lähipiiriltä apua urheilu-uran ja työn yhdistämisessä ja yli kolmasosa (37 %) valmentajalta näiden osa-alueiden yhteensovittamisessa. Hieman alle kolmasosa (31 %) vastaajista koki tarvitsevansa apua urheilun ja työn yhdistämisessä. (Pusa ym. 2021)

Pusan ym. (2021) kyselyssä saatiin myös selville, että lähes puolet urheilijoista on joskus ajatellut urheilu-uransa lopettamista. Näistä urheilijoista viimeisen vuoden aikana lopettamista oli harkinnut 42 %. Urheilun lopettamista harkittiin monien erilaisten syiden vuoksi. Erityisesti loukkaantumiset, sairastelut, taloudellisen tuen puute ja taloudellinen tarve työntekoon olivat syitä lopettamispäätöksen harkitsemisen takana. Lisäksi maininnan saivat motivaation puuttuminen, kehityksen pysyminen paikallaan ja omien kykyjen sekä todellisten mahdollisuuksien kyseenalaistaminen. Myös iän kerrottiin olevan yksi syistä, sillä monilla urheilijoilla oli tarve mennä elämässä eteenpäin ja keskittyä urheilun sijaan opintoihin sekä perheen perustamiseen. (Pusa ym. 2021)

Kyselyn perusteella useat suomalaiset maajoukkueurheilijat jatkavat kuitenkin uraansa siitä huolimatta, että pohdintoja uran päättymisestä on käyty läpi. Maajoukkueurheilijoilla urheilu-uran jatkumisen taustalla olevat syyt liittyivät usein vammojen paranemiseen tai vaihtoehtoisesti sairastelun päättymiseen. Kaikista suurin syy urheilun jatkamiselle oli kuitenkin sisäinen motivaatio. Urheilijoilla oli edelleen niin suuri halu kilpailla ja urheilla, että lopettaminen ei ollut vielä ajankohtaista. Useat urheilijat kokivat saavansa urheilun kautta lisäksi paljon iloa

elämäänsä. Tämän ilon avulla myös moni oli valmis sietämään urheilu-uran kautta aiheutuvia haittapuolia, kuten taloudellista niukkuutta sekä muiden elämän osa-alueiden tavoitteiden toteutumisen siirtämistä myöhemmäksi tulevaisuuteen. (Pusa ym. 2021)

### **3.4 Kognitiivisen dissonanssin kokeminen urheilussa**

Kognitiivisen dissonanssin teorian kehittäjän Festingerin (1962, 3–4) mukaan kognitiivinen dissonanssi on psykologisesti epämukava tila, joka syntyy, kun uusi tieto aiheuttaa ristiriidan yksilön aikaisemman tiedon, mielipiteiden, asenteiden tai käytöksen kanssa. Yksilö pyrkii vähentämään dissonanssia, epämiellyttävää tasapainotonta tilaa, ja saavuttamaan tasapainon. Tasapainoon pyritään usein välttämällä tilanteita ja tietoa, jotka lisäävät dissonanssin tunnetta. (Festinger 1962, 3–4)

Vuolle (1977) on soveltanut kognitiivisen dissonanssin teoriaa urheilu-uriin liittyvässä tutkimuksessa. Vuolteen mukaan dissonanssi urheilijoiden elämässä johtuu urheilun asemasta hallitsevana elämänsisältönä. Kilpaurheilun hallitsevuuden seurauksena muita elämän osa-alueita, esimerkiksi opiskelua, työtä sekä perhe-elämää, joudutaan sivuuttamaan, jotta urheilulliset tavoitteet tulisi saavutetuiksi. Dissonanssin kokeminen edellyttää kuitenkin sitä, että yksilö kokee laiminlyövänsä muita hänelle tärkeitä asioita. (Vuolle 1977, 26–27)

Dissonanssin voimakkuus riippuu useista eri tekijöistä. Ensinnäkin dissonanssin voimakkuuteen vaikuttaa tehdyn päätöksen merkitys. Mitä tärkeämpi päätös on, sitä voimakkaampi dissonanssi on tehdyn valinnan jälkeen. Toisena tekijänä myös valitsematta jääneiden vaihtoehtojen merkitys vaikuttaa dissonanssin suuruuteen. Mitä tärkeämpiä valitsematta jätetyt vaihtoehdot ovat sitä voimakkaampi dissonanssi on. Kolmantena dissonanssin voimakkuuteen vaikuttaa valittujen ja valitsematta jääneiden vaihtoehtojen samanlaisuus ja erilaisuus. Mitä samanlaisempia vaihtoehdot ovat sitä pienempi dissonanssi on. Neljäntenä ja viimeisenä tekijänä dissonanssin suuruuteen vaikuttavat vapaus sekä itsenäisyys päätöksentekoprosessissa. Urheilijoiden itsenäisen valinnanvapauden väheneminen kasvattaa dissonanssia. (Vuolle 1977, 28, 30–32)

Dissonanssia voidaan pyrkiä poistamaan tai lieventämään, jotta haluttu tasapainotila saavutettaisiin. Dissonanssia voidaan vähentää kolmella tavalla: muuttamalla tai poistamalla kognitio, kuten tietty asenne tai käytös, lisäämällä tai ottamalla käyttöön uusi kognitio tai vähentämällä tiettyjen dissonanssia aiheuttavien kognitioiden merkitystä. (Festinger 1962, 19–23) Urheilun

ja urheilu-urien kontekstissa dissonanssin poistaminen voi tapahtua muuttamalla aikaisemmin tehty päätös esimerkiksi tilanteessa, jossa urheilija päättääkin lopettaa uransa opiskeluiden tai muiden elämänarvojen merkityksen nousun vuoksi. Dissonanssia voidaan poistaa lisäksi vastaanottamalla valittua tai valitsematta jätettyä vaihtoehtoa koskevaa tietoa, jotta valitun vaihtoehdon attraktiivisuus kasvaisi ja valitsematta jätetyn vaihtoehdon attraktiivisuus vähenisi. Dissonanssin poistaminen voi tapahtua myös lähentämällä urheilun ja muiden elämänalueiden intressejä esimerkiksi tilanteessa, jossa urheilijan perhe muuttaa urheilijan mukana ulkomaille harjoitusleirien ajaksi. (Vuolle 1977, 33–34)

### **3.5 Urheilu-uran lopettaminen**

Urheilu-uran lopettamisella tarkoitetaan urheilun päättämistä tasolla, jolla urheilija on aktiivisesti kilpaillut. Urheilu-uran lopettamiseksi määritellään myös tilanne, jossa yksilö jatkaa urheilemista lajin alemmalla sarjatasolla tai vaihtaa urheilulajia. (Ristolainen ym. 2012) Urheilu-uran päättäminen on monisäikeinen aihe, sillä yleensä lopettamispäätökseen vaikuttavia tekijöitä on useita (Fernandez ym. 2006; Stambulova ym. 2009; Virtanen 1999). Uran päättämisen taustalla on usein myös pidempi prosessi, joka sisältää päätöksentekoa ja pohdintoja omaan uraan liittyen (Stambulova ym. 2009).

Salasuon ym. (2015, 200–209) mukaan urheilu-uran lopettamispäätös voi tapahtua kolmella eri tavalla. Päätös voi syntyä harkiten, äkkinäisesti tai hiipuen. Harkiten tehty päätös on usein seurausta pidemmästä prosessista. Urheilija päättää jättää urheilun, jotta voisi keskittyä muihin asioihin, usein esimerkiksi opiskeluun, omassa elämässään. Urheilu-uran äkkinäinen lopettaminen on puolestaan usein seurausta epäonnistusta sattumista, joita tapahtuu urheilussa tai sen ulkopuolella. Urheilu-ura päättyy näiden sattumien seurauksena nopeasti ja yllättäen. Hiipuen urheilu-uransa lopettavilla yksilöillä epäonniset käännteet vaikuttavat urheilu-uran päättymiseen. Yksilö yrittää usein vielä jatkaa ja panostaa paljon harjoitteluun, jotta oma urheilu-ura lähtisi taas nousuun. Lopulta urheilijan on usein myönnettävä itselleen, että lopettaminen on parempi tai vaihtoehtoisesti pakollinen päätös. (Salasuo ym. 2015, 200–209)

Urheilu-uran päättymisen on merkittävä käännekohta urheilijan elämässä (Alfermann & Stambulova 2007, 713). Erpičin ym. (2004) mukaan urheilu-uran päättymisprosessin laatuun ja urheilu-uran jälkeiseen elämään sopeutumiseen liittyvät sekä urheilulliset että urheilun ulkopuo-

liset tekijät. Urheilullisissa tekijöissä merkityksellistä on se, kokeeko urheilija lopettamis päätöksen vapaaehtoisena vai vastentahtoisena päätöksenä. Vapaaehtoinen lopettamis päätös johtaa sujuvampaan siirtymäprosessiin urheilu-uran jälkeen. (Alfermann & Stambulova 2007, 720–721; Erpič ym. 2004; Stambulova ym. 2009) Urheilu-uran päättymisprosessiin vaikuttavia urheiluun liittyviä tekijöitä ovat lisäksi urheilijan subjektiivinen kokemus omista urheilu-uran saavutuksista sekä urheilijan identiteetin hallitsevuus. Omat urheilutavoitteet saavuttaneet henkilöt kokevat vähemmän ongelmia urheilu-uran päättymisprosessissa. Lisäksi urheilijat, joilla on vahva urheilijan identiteetti, kokevat useammin erilaisia haasteita urheilu-uran päättymisprosessin aikana verrattuna niihin urheilijoihin, joilla on myös muita identiteettejä ja sosiaalisia rooleja elämässään. (Erpič ym. 2004)

Urheilun ulkopuolisista tekijöistä yksilön koulutuksellisella statuksella ja negatiivisilla urheilun ulkopuolisilla siirtymillä on myös vaikutusta urheilu-uran päätösprosessin laatuun sekä urheilu-uran jälkeiseen elämään sopeutumiseen (Erpič ym. 2004). Vahvistamalla yksilön resursseja esimerkiksi kouluttautumalla sekä urheilu-uran jälkeisiä tavoitteita asettamalla, voidaan auttaa urheilijaa urheilu-uran jälkeisessä sopeutumisprosessissa. Aikaisemmin urheilu-urien päätöstä on kuvattu kriittisenä elämäntapahtumana, jossa korostuu ongelmat ja haasteet sopeutumisessa urheilu-uran jälkeiseen elämään. Nykyisin urheilu-uran lopettaminen nähdään prosessina, joka voi johtaa haasteiden sijaan toisaalta myös positiiviseen kehitykseen ja yksilön kasvuun. (Alfermann & Stambulova 2007, 720–721)

### **3.6 Naisjalkapalloilijoiden peliurien päättymisen syitä**

Naisjalkapalloilijat lopettavat peliuransa aikaisessa vaiheessa, hyvin usein jo ennen pelaamisen huippuvuotia, sillä jalkapallon kansainvälisen pelaajayhdistyksen FIFPron mukaan 69 prosenttia naispelaajista on iältään 18–23-vuotiaita (FIFPro 2017). 29-vuotiaita ja vanhempia naispelaajia on enää vain yhdeksän prosenttia naisammattilaispelaajista (FIFPro 2019). Peliuran lopettamisikä on yksi suurimmista eroista nais- ja miespelaajien välillä. Suuri osa miespelaajista lopettaa pelaamisen 30 ja 40 ikävuoden välillä, kun taas naisjalkapalloilijoilla uran lopettamista harkitaan todennäköisimmin 24 ja 33 ikävuoden välillä. (FIFPro 2017) Grygorowiczin ym. (2019) tutkimuksessa 20–25 ikävuoden välillä peliuransa lopetti 59 prosenttia naisjalkapalloilijoista ja 26–30 ikävuoden välillä neljäsosa. Noin 90 prosentilla naispelaajista on lisäksi ainakin yksi syy, jonka vuoksi he harkitsevat pelaamisen lopettamisen aikaisin, ennen arvioitua

eläköitymisikää (FIFPro 2017). FIFPro (2017) selvityksen mukaan peliuran päättymistä harkitaan eniten perheen perustamisen, taloudellisten syiden sekä jalkapallon ulkopuolisen uran tavoittelun takia. Mies- ja naishuippu-urheilijoita vertailtaessa on havaittu, että sukupuolien lopettamissyöt ovat melko samanlaisia. Yleisimpiä syitä sekä miehillä että naisilla ovat loukkaantumiset, opiskeluun sekä työhön liittyvät syyt ja motivaation puute. Naiset lopettavat uransa kuitenkin miehiä useammin perhesyiden takia. (Alfermann & Stambulova 2007, 721; Moesch ym. 2012)

Loukkaantumisten on havaittu olevan yksi merkittävimmistä syistä naisjalkapalloilijoiden uran lopettamisen taustalla. Grygorowiczin ym. (2019) tutkimuksessa mukana olleista puolalaisista naisjalkapalloilijoista 30 prosenttia joutui lopettamaan urheilu-uransa loukkaantumisten vuoksi. Loukkaantumiset olivat myös yksi suurimmista syistä lopettaa jalkapallon pelaaminen eteläafrikkalaisilla naisjalkapalloilijoilla (Steyn & Slattery 2013). Lisäksi suomalaisia huippu-urheilijoita koskevassa tutkimuksessa havaittiin, että 50:stä lopettaneesta urheilijasta hieman yli puolet (54 %) lopetti uransa loukkaantumisen vuoksi. Loukkaantumisten vuoksi lopettaneista urheilijoista 19 prosenttia oli naisjalkapalloilijoita, jotka olivat kokeneet vakavan polvivamman. Urheiluvammat ovat suurin syy nimenomaan suomalaisten huippu-urheilijoiden uran lopettamiselle. (Ristolainen ym. 2012)

Loukkaantumisten lisäksi myös elämän muiden osa-alueiden yhdistäminen jalkapallon kanssa voi olla haaste pelaamisen jatkamiselle monen naispelaajan kohdalla. 27 prosenttia puolalaisista naisjalkapalloilijoista kertoi lopettaneensa pelaamisen, sillä he eivät kyenneet yhdistämään jalkapalloa työn tai opiskelujen kanssa (Grygorowicz ym. 2019). Samalaisia tuloksia ovat saaneet myös Steyn ja Slattery (2013), joiden mukaan akateemisen opintomaailman vaatimusten kasvulla on suuri vaikutus naispelaajien päätökseen lopettaa peliura aikaisessa vaiheessa. Toisaalta myös uuden uran aloittaminen ja tavoittelu jalkapallouran ulkopuolella on yli viidesosalla (22 %) ammattijalkapalloilijoista syynä lopettaa oma peliura (Wylleman ym. 2021).

Tutkimuksissa on havaittu myös motivaation heikkenemisen ja kiinnostuksen vähenemisen urheiluun olevan yksi naisjalkapalloilijoiden lopettamispäätöksen takana olevista syistä. Grygorowiczin ym. (2019) tutkimuksessa motivaation puutteen vuoksi lopettaneita naisjalkapalloilijoita oli yhdeksän prosenttia uransa lopettaneista. Wyllemanin ym. (2021) tutkimuksessa puolestaan 16 prosenttia ammattilaisjalkapalloilijoista lopetti peliuransa motivaation puutteen



vuoksi. Toisaalta Steyn ja Slattery (2013) tutkimuksessa jopa yli puolet (55 %) eteläafrikkalaisista naisurheilijoista lopetti urheilu-uransa motivaation puutteesta johtuen. Virtasen (1999) mukaan motivaatio ja kiinnostus urheilua ja jalkapalloa kohtaan katoaa nuorilla naisjalkapalloilijoilla erityisesti sen vuoksi, että muut elämän osa-alueet sekä intressit nousevat jalkapallon edelle.

Grygorowicz ym. (2019) havaitsivat tutkimuksessaan, että äidiksi tai vaimoksi tuleminen on yksi suurimmista syistä naispelaajien lopettamispäätöksen takana. Toisaalta myös ikääntyminen ja sen vaikutukset suorituskykyyn on osalla urheilijoista urheilu-uran päättymisen syy. Suorituskyvyn lasku esimerkiksi voiman ja koordinaation heikkenemisen osalta voi johtaa urheilullisen suoritus-tason laskuun ja siten urheilu-uran päättymiseen. (Reints & Wylleman 2013) Nuorilla naisjalkapalloilijoilla tehdyn tutkimuksen mukaan yksi lopettamispäätökseen vaikuttavista tekijöistä on joukkueen hajoamiseen liittyvät seikat (Virtanen 1999). Lisäksi nuorilla urheilijoilla lopettamispäätökseen voi vaikuttaa juniorina saavutettu menestys. Onnistumisia on mahdollisesti kertynyt ja tavoitteita on saavutettu niin paljon, että halu menestymiseen on jo osaksi tyydyttynyt ennen siirtymistä kokonaan aikuisten tasolle. Toisaalta juniorina koettu liian kova fyysinen sekä henkinen kuormitus voi johtaa loppuun palamiseen ja lopettamiseen. (Salasuo ym. 2015, 197–198)

Peliurien päättymisen taustalla olevia syitä on toisin sanoen lukuisia. Nimenomaan suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliuran lopettamiseen johtavia syitä on tutkittu kaikesta huolimatta vähän, ja tutkimus on ollut pääasiassa laadullista. Tämän vuoksi on tärkeää saada lisätietoa siitä, mitkä asiat johtavat nimenomaan suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliurien lopettamiseen.

## 4 TUTKIMUSONGELMAT, -AINEISTO JA -MENETELMÄT

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on saada tietoa Kansallisessa Liigassa ja Naisten Ykkösessä pelaavien sekä aikaisemmin sarjoissa pelanneiden suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliurista ja niiden kehityksestä. Tutkimuksen avulla halutaan ymmärtää, mitkä tekijät vaikuttavat naisjalkapalloilijoiden peliurien kestoon, jatkamiseen ja lopettamiseen. Lisäksi halutaan tutkia, kuinka naisjalkapalloilijoilta onnistuu peliuran yhdistäminen muiden elämän osa-alueiden, opiskelun, työelämän ja sosiaalisen elämän kanssa. Päättökysymykset ovat:

- 1) *Mitkä tekijät vaikuttavat suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliuran kestoon, jatkamiseen ja lopettamiseen?*
- 2) *Miten suomalaisilta naisjalkapalloilijoilta onnistuu peliuran yhteensovittaminen opiskelun, työelämän ja sosiaalisen elämän kanssa?*

Mahdollisimman suuren vastaajajoukon tavoittamiseksi ilmiötä päädyttiin tutkimaan kvantitatiivisin tutkimusmetodein sähköisellä kyselyllä. Kvantitatiivisella kyselytutkimuksella on mahdollista saada tietoa yhteiskunnallisista ilmiöistä, ihmisten toiminnasta, mielipiteistä, asenteista sekä arvoista (Vehkalahti 2014, 11). Kvantitatiivisen tutkimuksen tuloksissa asioita ja ilmiötä kuvataan numeerisilla suureilla, taulukoilla ja kuvioilla. Tutkimuksen tuloksia pyritään yleistämään laajempaan joukkoon tilastollisen päättelyn avulla. (Heikkilä 2014, 15)

### 4.1 Tutkimusaineisto ja sen keruu

Tutkimuksen aineisto kerättiin vastaajajoukolta sähköisellä kyselyllä, sillä niiden käyttöön liittyy paljon hyviä puolia. Kyselylomakkeeseen vastaaminen vie usein vain vähän aikaa, vastaaminen on vaivatonta ja vastaajan on mahdollista määrittää vastausajankohta itse. Kysymykset esitetään tutkittaville kyselylomakkeessa aina myös samassa järjestyksessä, eikä tutkija voi vaikuttaa olemuksellaan tai läsnäolollaan tutkittavan vastauksiin. (Valli 2015, 44–47) Erityisesti sähköisten verkkokyselyiden etuihin lukeutuu lisäksi taloudellisuus aineistonkeruuvaiheessa ja oheismateriaalin käyttömahdollisuudet (Heikkilä 2014, 18; Valli 2015, 47; Valli & Perkkilä 2018, 117–118). Toisaalta kyselylomakkeen heikkouksiin aineistonkeruussa lukeutuvat esimerkiksi kysymysten väärinymmärtämisen riski, matala vastausprosentti ja se, että lomakke-

seen vastaajasta ei voida olla aina kaikissa tilanteissa täysin varmoja (Valli 2015, 44–46). Internetkyselyiden heikompiin ominaisuuksiin lukeutuu myös kadon lisääntyminen erityisesti pitkien kyselylomakkeiden kohdalla (Heikkilä 2014, 18).

Tutkimus ja sen kysely toteutettiin yhteistyössä Jalkapallon Pelaajayhdistys ry:n kanssa. Pelaajayhdistyksen kanssa käytiin useita keskusteluja kyselystä ja sen toteuttamisesta syksyn 2021 aikana. Tutkimuksen tavoitteeksi tarkentui tiedon kerääminen suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliurista. Keskustelujen jälkeen kohderyhmäksi rajautui Suomen kahdella korkeimmalla sarjatasolla, Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) ja Naisten Ykkösessä, nykyisin ja aikaisemmin pelanneet pelaajat. Rajaus perustui Jalkapallon Pelaajayhdistyksen määrittelyyn, jonka mukaan suomalaisessa naisjalkapallossa kaksi korkeinta sarjatasoa luokitellaan huippusarjoiksi (Jalkapallon Pelaajayhdistys 2022).

Kyselylomakkeen laadinnassa tulee kiinnittää huomiota useisiin erilaisiin asioihin. Kysymysten tulee olla yksiselitteisiä, jotta väärinymmärryksen mahdollisuutta ei ole. Myös sanamuotojen tulee olla täsmällisiä. Lisäksi suunnitteluvaiheessa tulee huomioida lomakkeen pituus ja kysymysten lukumäärä, jotta vastaajan mielenkiinto säilyy läpi kyselylomakkeen. (Valli 2015, 42–43; 2018, 93–95) Kyselylomaketta työstettiin tutkimuksen ohjaajien, Jalkapallon Pelaajayhdistyksen yhteyshenkilön sekä graduseminaarilaisten kanssa useaan kertaan. Aikaisemmin mainittuihin kyselylomakkeen laadintaan liittyviin yksityiskohtiin pyrittiin kiinnittämään erityistä huomiota. Kysely testattiin lisäksi yhdellä kohderyhmään kuuluvalla naispelaajalla, sillä Vehkalahden (2014, 48) mukaan esitestaus antaa tietoa kysymysten ja kyselyn ohjeistuksen oikein ymmärtämisestä tutkijan tarkoittamalla tavalla. Kyselyä muokattiin palautteen ja esitestauksen jälkeen kyselyn pituuden, sanamuotojen ja kysymysten sisällön osalta.

Verkkokysely päätettiin lähettää vastaajajoukolla Jalkapallon Pelaajayhdistyksen sähköpostin kautta. Pelaajien yhteystiedot saatiin selville Jalkapallon Pelaajayhdistyksen jäsenrekisteristä, jonne pelaajien yhteystietojen systemaattinen kerääminen oli alkanut vuodesta 2015 eteenpäin. Kyselylomake toteutettiin sähköisesti Webropol 3.0-kyselyohjelmalla, minkä ansiosta suora nettilinkki kyselyyn pystyttiin lähettämään yhteensä 430 pelaajan henkilökohtaiseen sähköpostiin. Lisäksi päivä kyselylomakkeen avautumisen ja sähköpostin lähettämisen jälkeen Jalkapallon Pelaajayhdistys teki kyselystä uutisen omille nettisivuilleen ja jakoi tätä uutista yhdistyksen sosiaalisen median kanaviin, kuten Facebookiin, Twitteriin ja Instagramiin. Uutisessa oli linkki

kyselyyn, minkä ansiosta myös muiden kuin Jalkapallon Pelaajayhdistyksen entisten ja nykyisten jäsenten oli mahdollista vastata kyselyyn. Lisäksi tutkimuksen tekijä oli itse suoraan yhteydessä tutkimuksen kohderyhmään kuuluviin pelaajiin.

Kysely (liite 2) lähetettiin Jalkapallon Pelaajayhdistyksen jäsenille 1.2.2022 ja se oli avoimena kahden viikon ajan 1.2.2022–15.2.2022. Pelaajat vastasivat kyselyyn vapaaehtoisesti, eikä heistä kerätty henkilötietoja, joiden kautta vastaajan olisi voinut tunnistaa. Verkkokyselyn lähettäminen suoraan yksittäisille vastaajille mahdollistaa lisäksi uusintavastauspyynnön lähettämisen (Valli 2015, 48–49). Muistutusviestin lähettäminen toteutettiin sähköpostitse vastausajan puolivälissä 8.2.2022, jotta vastausten määrää olisi saatu korkeammaksi. Vastausajan päätyttyä kyselyyn oli kertynyt 227 vastausta.

Kyselylomake jakautui kuuteen erilaiseen osaan: vastaajan taustatietoihin, opiskeluun, työntekoon ja sosiaalisiin suhteisiin liittyviin kysymyksiin sekä pelaamisen lopettamiseen ja pelaamisen jatkamiseen liittyviin kysymyksiin. Kyselylomakkeen pituus vaihteli eri vastaajien kohdalla riippuen siitä, onko pelaaja esimerkiksi opiskellut tai käynyt töissä peliuransa aikana. Lisäksi lopettaneet pelaajat ja edelleen pelaamista jatkavat vastasivat kyselyn lopussa eri kysymysosioihin. Kyselylomake koostui pääasiassa monivalintakysymyksistä. Kyselyn koostuessa vain suljetuista osioista, kysely selkeytyy ja tietojen käsittely tutkimuksen myöhemmässä vaiheessa on tutkijalle helpompaa (Vehkalahti 2014, 24–25). Lisäksi avointen kysymysten vastamatta jättäminen on sähköisissä kyselyissä yleistä (Heikkilä 2014, 18), mikä puolsi myös monivalintakysymysten suosimista kyselylomakkeessa. Monivalintakysymyksiin vastaaminen on lisäksi vastaajalle vaivatonta. Opintoihin ja työelämään liittyvissä kysymyksissä käytettiin hyväksi Pusan ym. (2021) vuonna 2020 toteuttamaa urheilijakyselyä suomalaisille aikuisille maajoukkueurheilijoille.

Kyselyssä hyödynnettiin myös Likert-asteikollisia kysymyksiä opiskeluun, työntekoon, sosiaalisiin suhteisiin sekä pelaamisen lopettamiseen ja pelaamisen jatkamiseen liittyvissä kysymysosioissa. Likert-asteikollisten kysymysten avulla pystytään mittaamaan esimerkiksi vastaajien asenteita ja mielipiteitä (Valli 2018, 106). Likert-asteikollisissa kysymyksissä käytettiin 5-portaisia vaihtoehtoja (1= täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = ei samaa eikä eri mieltä, 4 = jokseenkin samaa mieltä ja 5 = täysin samaa mieltä). Joidenkin Likert-asteikollisten kysymysalueiden lopussa oli lisäksi avoimia kohtia, joihin vastaaja sai kirjoittaa esimerkiksi

pelaamisen lopettamisen taustalla olevia syitä, joita ei ollut valmiina vastausvaihtoehtoina. Kyselyn lopussa oli avoin vapaa sana -osio, johon vastaajan oli mahdollista antaa kirjallista palautetta tai kertoa omia ajatuksia ja kokemuksia naisjalkapalloilijoiden peliurista.

## 4.2 Tutkimusaineiston analysointi

Aineiston analyysissä käytettiin IBM SPSS Statistics -ohjelman versiota 28.0. Monivalintakysymysten analyysissä käytettiin SPSS-ohjelman numeerisia analyysimenetelmiä, joihin lukeutuivat esimerkiksi prosenttiluvut, keskiarvot ja frekvenssit. Frekvensseillä, prosenteilla ja keskiarvoilla aineistosta saatu informaatio pystytään tiivistämään (Metsämuuronen 2011, 343). Suurin osa tutkimuksen tuloksista on ilmaistu prosentteina ja keskiarvoina. Lisäksi Microsoft Excel -ohjelman avulla tehtiin IBM SPSS Statistics -ohjelmasta saatujen analyysien perusteella kuvia ja taulukoita, joilla havainnollistettiin graafisesti tutkimuksen tuloksia.

Tilastolliset testit voidaan jakaa parametrisiin ja ei-parametrisiin testeihin. Parametriset testit soveltuvat välimatka- ja suhdelukuasteikollisille muuttujille ja ei-parametriset testit luokittelu- ja järjestysasteikollisille muuttujille. (Valli 2015, 104) Parametrisissä testeissä vaaditaan useita erilaisia taustaoletuksia esimerkiksi aineiston havaintojen riippumattomuuden, havaintojen satunnaisen valikoitumisen, normaalisti jakautuneisuuden, varianssien yhtäsuuruuden, havaintojen määrän ja mitta-asteikoiden osalta. Ei-parametrisissä testeissä on sen sijaan vähemmän taustaoletuksia. (Metsämuuronen 2009, 933) Koska tässä tutkimuksessa aineisto ei ollut normaalisti jakautunut ja käytössä oli järjestysasteikollisia muuttujia, päädyttiin analyysissä käyttämään ei-parametrisia testejä. Likert-asteikollisten opintoja ja työelämää käsittelevien kysymysten vertailussa käytettiin hyödyksi ei-parametrista Wilcoxonin merkkitestä. Wilcoxonin merkkitesti on parittaisen t-testin vastike, mutta vain parametrittömmänä versiona (Metsämuuronen 2009, 1019). Lisäksi eri pelitasoja, ulkomaisia sarjoja, Kansallista Liigaa (entinen Naisten Liiga) ja Naisten Ykköstä, vertailtiin opintojen ja työelämän kysymyksiin liittyen ei-parametrisella Kruskal-Wallis testillä. Parivertailussa käytettiin myös Bonferroni-korjausta. Kruskal-Wallis testiä käytetään aineiston jakautuessa ominaisuuksiensa osalta useampaan kuin kahteen ryhmään. Analyysin avulla tutkitaan, eroavatko ryhmät ja niiden vastaukset toisistaan muuttujien ollessa järjestysasteikollisia. (ks. Valli 2015, 114)

Tilastollisen tutkimuksen päätarkoituksena on saada tuloksia, joilla voidaan kuvata havaintojen esiintyvyyttä perusjoukossa. Tilastollinen merkitsevyytestaus kertoo puolestaan siitä, kuinka

suurella varmuudella tulokset voidaan yleistää perusjoukon jäseniin. Tilastollisessa merkitsevyydestä kuvataan kolmella termillä: tilastollisesti melkein merkitsevä ( $p=0,005$ ), tilastollisesti merkitsevä ( $p=0,01$ ) ja tilastollisesti erittäin merkitsevä ( $p=0,001$ ). Luvut kuvaavat sitä, kuinka suurella todennäköisyydellä tutkimuksen tulokset eivät vastaakaan tutkimustuloksia. (Valli 2015, 103) Tulosten p-arvot laskettiin SPSS-ohjelmalla, ja tilastollisen merkitsevyyden tasona käytettiin 0,05 rajaa.

### 4.3 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimusetiikalla tarkoitetaan hyvän tieteellisen käytännön noudattamista. Se on tärkeässä roolissa tutkimuksen tekemisessä aina tutkimuksen suunnittelu- ja ideointivaiheesta tutkimustuloksiin ja tutkimuksesta tiedottamiseen asti. (Vilka 2021, 41) Tieteen eettisiin arvoihin lukeutuvat vahvasti riippumattomuuteen ja itsenäisyyteen pyrkiminen. Tutkijoiden vastuulla on tehdä eettiset päätökset ja vastata tekemistään ratkaisuksista. Tutkimusetiikka koostuu kuitenkin suurelta osin kollegiaalisesti sovitusta periaatteista sekä tavoitteista. Tutkijan vastuulle jää noudattaa näitä yhdessä sovittuja periaatteita parhaansa mukaan. (Kuula 2006, 25–26) Tutkimusetiikka tarkoittaa siis sääntöjä, joissa ovat osana kollegat, tutkimuskohde, rahoittajat, toimeksiantajat ja suuri yleisö (Vilka 2021, 41).

Tutkimuksen tekemisessä hyviin tieteellisiin käytäntöihin lukeutuvat puolestaan esimerkiksi rehellisyys, huolellisuus sekä tarkkuus tutkimuksen tekemisessä, raportoinnissa ja arvioinnissa. Lisäksi tiedonhankintamenetelmien tulee olla eettisesti kestäviä ja muiden tutkijoiden tekeville työlle tulee antaa niille kuuluva arvo oikeanlaisella lähdeviittaustavalla. Tutkimus tulee suunnitella, toteuttaa ja raportoida kokonaisuudessaan huolella ja yksityiskohtaisesti sovitujen vaatimusten mukaisesti. (Kuula 2006, 34–35) Tämän tutkimuksen suunnitteluvaiheessa, toteutuksessa, raportoinnissa ja arvioinnissa toimittiin näiden hyvien tieteellisten käytäntöjen mukaan.

Eettisyydestä tulee pitää huolta myös aineistonkeruuvaiheessa. Kuulan (2006, 102) mukaan tutkittavien informoinnin tulee sisältää vastuussa olevan tutkijan nimi ja yhteystiedot, tutkimuksen tavoite, tutkimuksen osallistumisen vapaaehtoisuus sekä aineistonkeruun toteutustapa, annettujen tietojen suojaamiseen liittyvät yksityiskohdat, kerättyjen tietojen käyttötarkoitus sekä aineiston käyttäjät ja käyttöaika. Tutkijan nimi sekä yhteystiedot, tutkimuksen tavoite, osallistumisen vapaaehtoisuus ja aineistonkeruun toteutustapa tuotiin esille saatekirjeessä ja kyselyn

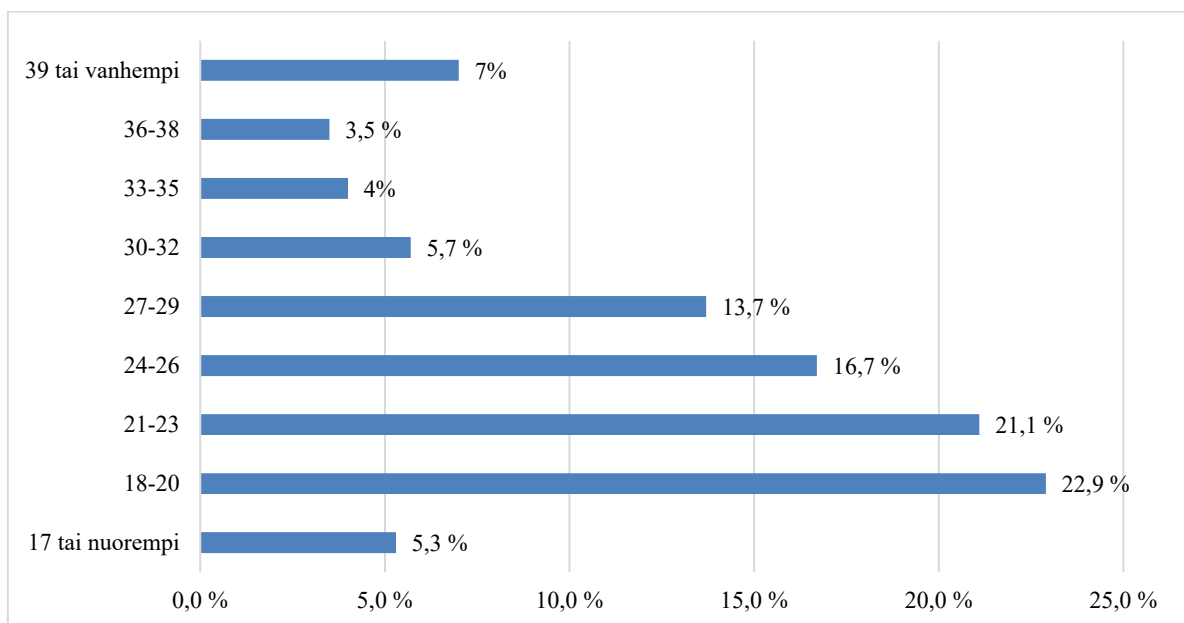
ensimmäisellä sivulla (liite 1 ja liite 2). Tutkittavien oli mahdollista tutustua tarkemmin myös kyselyssä annettujen tietojen suojaamiseen liittyviin yksityiskohtiin, kerättyjen tietojen käyttötarkoitukseen sekä aineiston käyttäjiin ja käyttöaikaan saatekirjeessä olevasta tietosuojailmoitukseen johtavasta linkistä (liite 3). Tutkimukseen vastattiin anonymisti ja yksittäisiä vastaajia ei ollut mahdollista tunnistaa. Tämä kerrottiin tutkittaville kyselyn ensimmäisellä sivulla (liite 2).

## 5 TULOKSET

Tässä luvussa esitellään tutkimuksen päätulokset, joita havainnollistetaan kuvien ja taulukoiden avulla. Luvun alussa käydään läpi vastaajien taustatiedot. Tämän jälkeen tarkastellaan tuloksia peliuran yhdistämisestä opintoihin, työhön ja sosiaaliseen elämään liittyen. Lisäksi opintojen ja peliuran sekä työn ja peliuran yhdistämistä vertaillaan keskenään, ja eri sarjatasoja verrataan toisiinsa opiskeluun ja työntekoon liittyvissä kysymyksissä. Luvun lopussa käydään läpi lopettaneiden naisjalkapalloilijoiden lopettamispäätökseen vaikuttaneita tekijöitä sekä edelleen jalkapalloa pelaavien naispelaajien syitä jatkaa omaa peliuraansa.

### 5.1 Taustatiedot

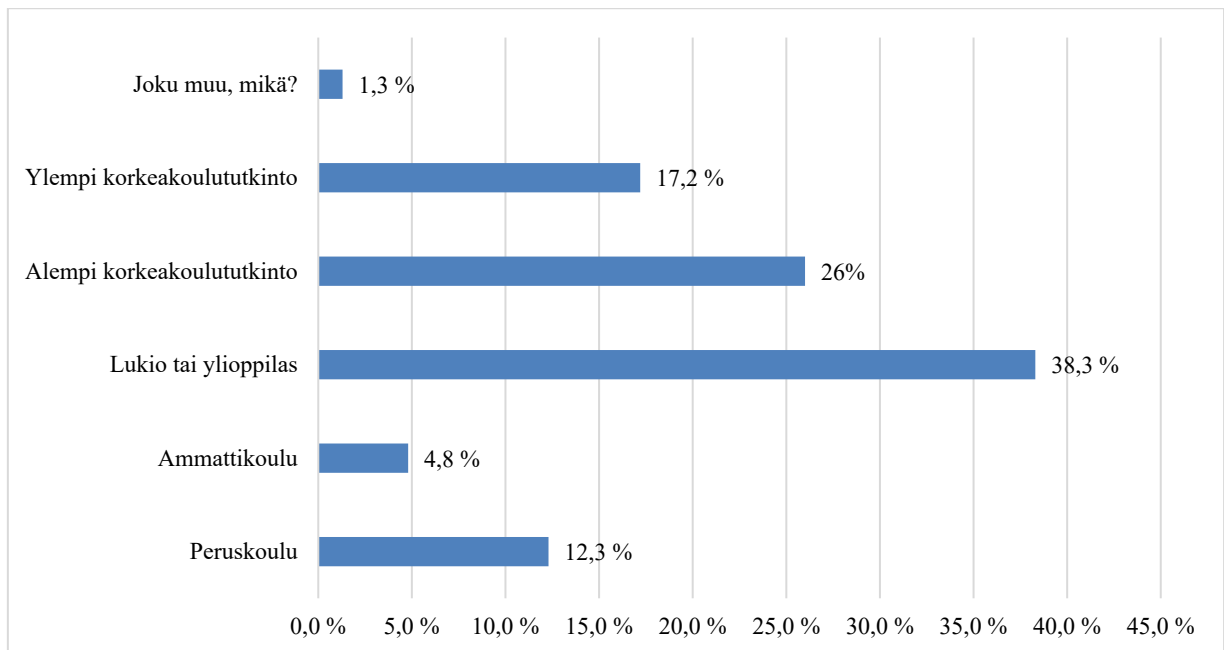
Kyselyyn vastasi yhteensä 227 naisjalkapalloilijaa, jotka pelaavat tai ovat aikaisemmin pelanneet Suomessa kahdella korkeimmalla sarjatasolla. Kyselyyn vastasivat aktiivisemmin aktiivipelaajat, sillä vastanneista 61 prosenttia kertoi pelaavansa kaudella 2022 Kansallisessa Liigassa, Naisten Ykkösessä tai ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla. 38 prosenttia vastaajista kertoi puolestaan lopettaneensa peliuransa näillä tasoilla. Kyselyyn vastanneiden ikäjakauma oli alle 17-vuotiaista yli 39-vuotiaisiin asti. Suurimmat kyselyyn vastanneet ikäryhmät olivat 18–20- ja 21–23-vuotiaat. (kuva 2)



KUVA 2. Kyselyyn vastanneiden ikäjakauma (n=227).

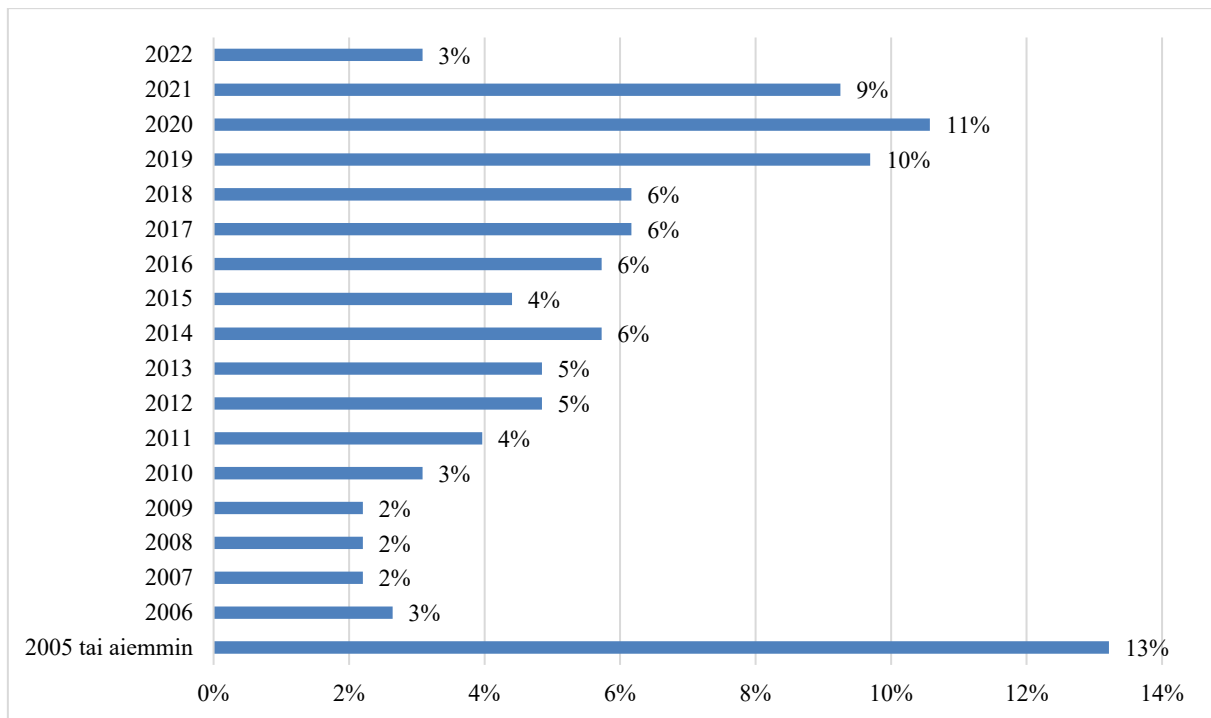


Kyselyyn vastanneiden tämänhetkinen korkein suorittama koulutustaso vaihteli aina peruskoulusta ylempään korkeakoulututkintoon asti. Yli kolmasosa vastaajista kertoi korkeimmaksi suorittamukseen koulutustasoksi lukion tai ylioppilastutkinnon (38 %). Lisäksi 43 prosenttia vastaajista oli suorittanut joko ylemmän tai alemman korkeakoulututkinnon. (kuva 3)



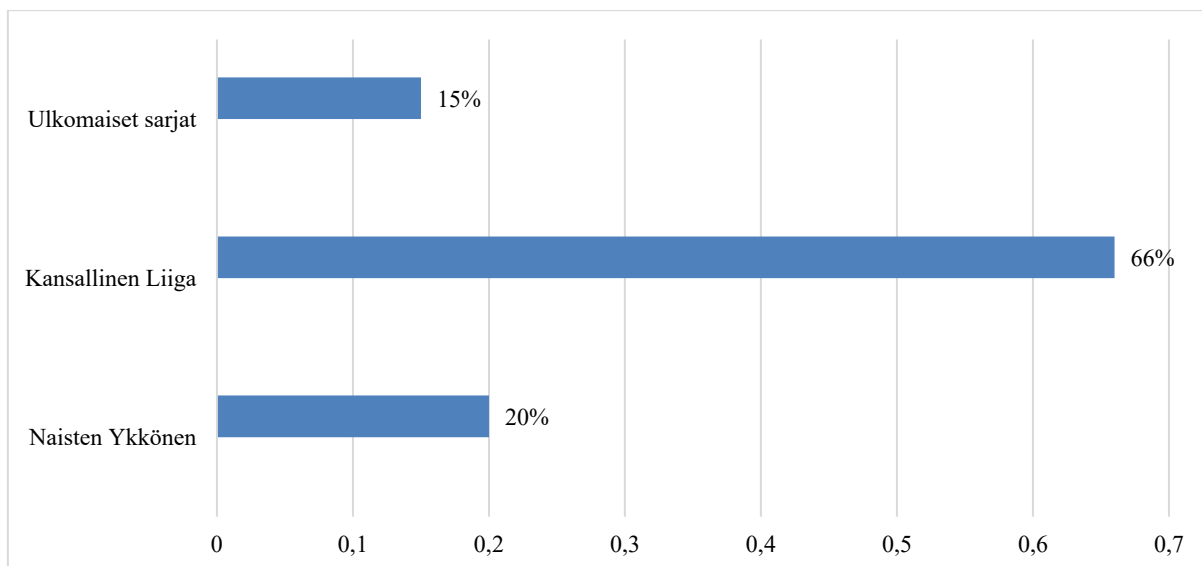
KUVA 3. Vastaajien korkein suorittama koulutustaso (n=227).

Kyselyyn vastanneiden ensimmäinen pelivuosi Kansallisessa Liigassa, Naisten Liigassa tai Naisten Ykkösessä vaihteli vuodesta 2005 tai aiemmin aina vuoteen 2022 asti. Suurin ryhmä vastaajista (13 %) oli pelannut ensimmäisen kautensa kyseisissä sarjoissa vuonna 2005 tai aikaisemmin. Tämän lisäksi myös vuosien 2019, 2020 ja 2021 aikana peliuransa kyseisissä sarjoissa aloittaneet pelaajat edusivat suurta osaa vastaajajoukosta. (kuva 4)



KUVA 4. Vastaajien ensimmäinen pelivuosi Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) tai Naisten Ykkösessä (n=227).

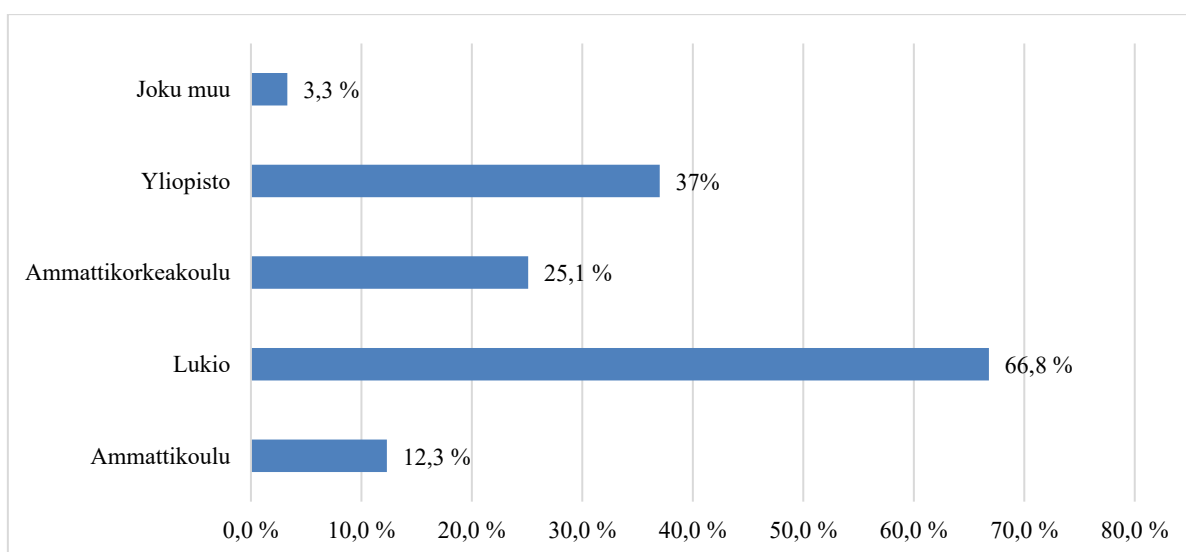
Kyselyyn vastanneet naispelaajat jaoteltiin peliuran aikana pelaamien sarjojen mukaan kolmeen eri ryhmään: ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla pelanneisiin, Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) pelanneisiin ja Naisten Ykkösessä pelanneisiin. Kokemusta vain Naisten Ykkösessä pelaamisesta oli viidesosalla vastanneista. Suomalaisista naisjalkapalloilijoista 15 prosentilla oli puolestaan kokemusta ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla sarjatasolla pelaamisesta. (kuva 5) Kyselyyn vastanneet suomalaiset naispelaajat pelaavat tai ovat aikaisemmin pelanneet ulkomaisissa sarjoissa Ruotsin, Norjan, Saksan, Espanjan ja Englannin kahdella korkeimmalla sarjatasolla sekä Tanskan ja Italian pääsarjoissa.



KUVA 5. Naisjalkapalloilijoiden peliuran aikana pelaamat sarjat jaottelun mukaisesti (n=227).

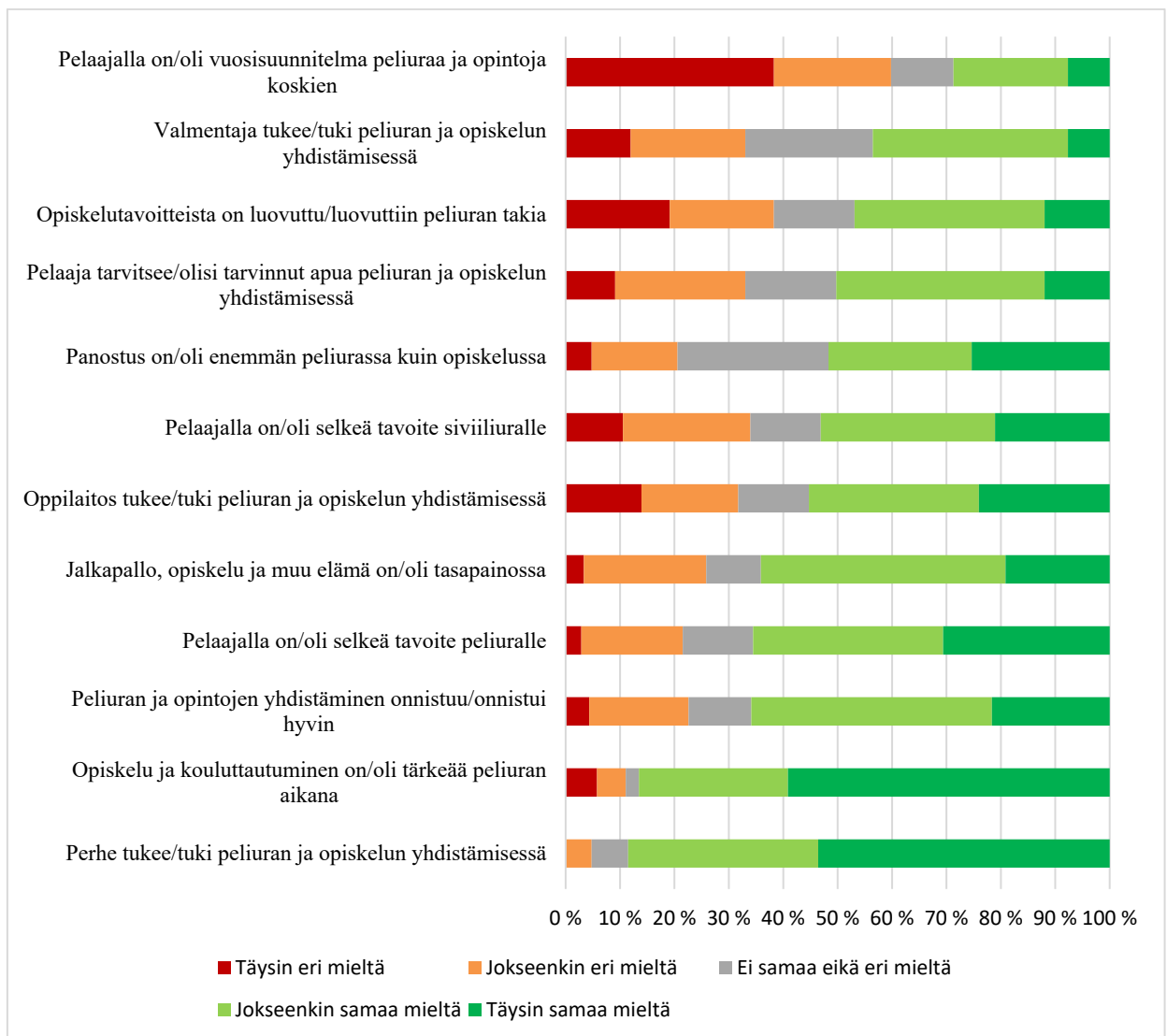
## 5.2 Peliuran ja opintojen yhdistäminen

Kyselylomakkeen toisessa osiossa kartoitettiin peliuran ja opintojen yhdistämistä sekä yhdistämisen onnistumista suomalaisilla naisjalkapalloilijoilla. Vastaajista 92 prosenttia kertoi opiskellevansa tai opiskelleensa peliuransa aikana. Yleisin yhdistämisen muoto peliuran kanssa oli lukio-opinnot (66,8 %). Lisäksi merkittävä osa vastaajista on suorittanut peliuransa aikana korkeakouluopintoja, sillä neljäsosa vastaajista oli suorittanut ammattikorkeakouluopintoja ja 37 prosenttia yliopisto-opintoja. (kuva 6)



KUVA 6. Peliuran aikana suoritetut opinnot (n=211).

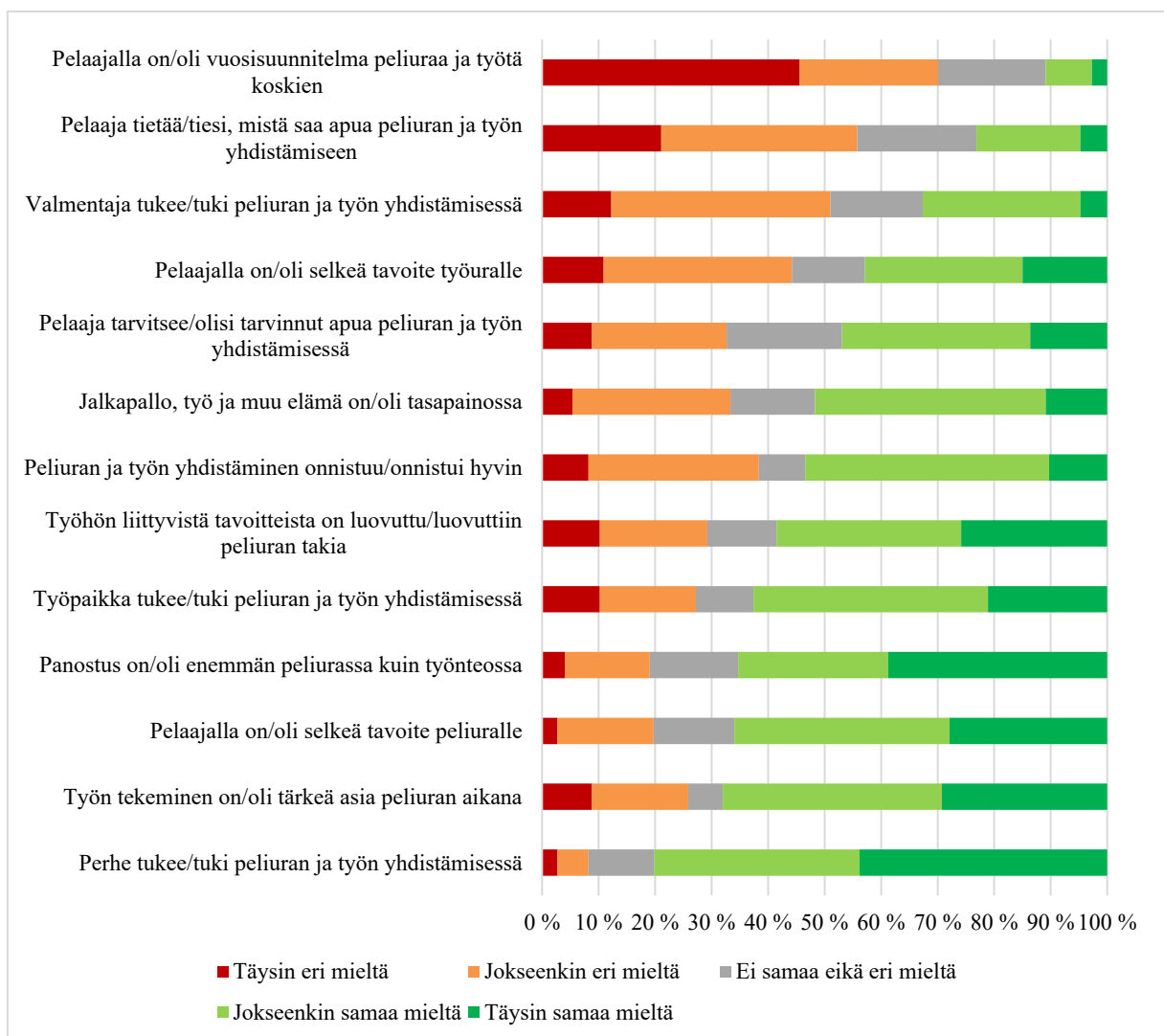
Peliuran ja opintojen yhdistämistä ja sen onnistumista tutkittiin Likert-asteikollisilla kysymyksillä. 86 prosenttia vastaajista oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että opiskelu ja kouluttautuminen peliuran aikana on heille tärkeää. Peliuran ja opintojen yhteensovittaminen onnistui puolestaan 65 prosentin mielestä hyvin. Vastauksien perusteella peliuran ja opintojen yhdistämisessä perhe oli merkittävä tuki, kun taas valmentajalta saatu tuki näiden kahden osa-alueen yhdistämisessä oli vähäisempää. Pelaajista puolet koki, että tarvitsisi tai olisi peliuransa aikana tarvinnut lisää apua peliuran ja opiskelun yhdistämiseen. (kuva 7)



KUVA 7. Peliuran ja opintojen yhdistäminen suomalaisilla naisjalkapalloilijoilla (n=209).

### 5.3 Peliuran ja työn yhdistäminen

Siviilitöissä käyminen peliuran aikana on tai oli osa arkea 64 prosentilla vastaajista. Työssäkäyvistä pelaajista 59 prosenttia teki töitä osa-aikaisesti ja kolmasosa täyspäiväisesti. Yhdeksän prosenttia pelaajista oli peliuransa aikana muunlaisessa työsuhteessa. Näiden pelaajien työmuotoihin lukeutuivat esimerkiksi erilaiset keikkatyöt, määräaikaiset työtehtävät sekä kesä- ja kausityöt. 68 prosenttia pelaajista koki työteon olevan heille tärkeää peliuran aikana. Hieman yli puolet vastaajista koki, että peliuran ja työn yhdistäminen onnistui heidän kohdallaan hyvin. Peliuran ja työn yhdistämisessä perhe oli suurelle osalle merkittävä tuki, sillä 80 prosenttia pelaajista oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että sai perheeltä tai muu lähipiiriltä tukea peliuran ja opintojen yhdistämisessä. Lähes puolet vastaajista olisi kuitenkin tarvinnut apua näiden kahden osa-alueen yhdistämisessä. (kuva 8)



KUVA 8. Peliuran ja työn yhdistäminen suomalaisilla naisjalkapalloilijoilla (n=147).

## 5.4 Erot peliuran yhdistämisessä opintoihin ja työnteekoon

Taulukossa 1 on esitetty peliuran ja opiskelun sekä peliuran ja työnteon Likert-asteikolliset kysymykset. Vastausten vertailu suoritettiin Wilcoxonin testillä. Peliuran ja opintojen sekä peliuran ja työnteon vastausten vertailusta saadut tulokset on esitetty tarkemmin taulukossa 2.

TAULUKKO 1. Opiskelua ja työelämää koskevat Likert-asteikolliset kysymykset.

|            | Opiskelu   | Työnteko  |
|------------|--|---|
| Kysymys 1  | Opiskelu ja kouluttautuminen on/oli minulle tärkeää peliuran aikana                        | Työnteko on/oli minulle tärkeää peliuran aikana                                       |
| Kysymys 2  | Panostan/panostin enemmän peliuraani kuin opintoihin                                       | Panostan/panostin enemmän peliuraani kuin työnteekoon                                 |
| Kysymys 3  | Olen luopunut/luovuin opintoihin liittyvistä tavoitteista jalkapallon takia                | Olen luopunut/luovuin työhön liittyvistä tavoitteista jalkapallon takia               |
| Kysymys 4  | Peliuran ja opintojen yhdistäminen onnistuu/onnistui kohdallani hyvin                      | Peliuran ja työn yhdistäminen onnistuu/onnistui kohdallani hyvin                      |
| Kysymys 5  | Olen tehnyt/tein peliuran ja opiskelun huomioivan vuosisuunnitelman                        | Olen tehnyt/tein peliuran ja työn huomioivan vuosisuunnitelman                        |
| Kysymys 6  | Minulla on/oli selkeä tavoite peliuraleni  | Minulla on/oli selkeä tavoite peliuraleni   |
| Kysymys 7  | Minulla on/oli selkeä tavoite sivuliuralleni   | Minulla on/oli selkeä tavoite työuraleni  |
| Kysymys 8  | Saan/sain valmentajaltani tukea peliuran ja opintojen yhdistämiseen                        | Saan/sain valmentajaltani tukea peliuran ja työn yhdistämiseen                        |
| Kysymys 9  | Saan/sain oppilaitokselta tukea peliuran ja opintojen yhdistämiseen                        | Saan/sain työpaikaltani tukea peliuran ja työn yhdistämiseen                          |
| Kysymys 10 | Saan/sain perheeltäni tukea peliuran ja opintojen yhdistämiseen                            | Saan/sain perheeltäni tukea peliuran ja työn yhdistämiseen                            |
| Kysymys 11 | Jalkapallo, opiskelu ja muu elämä on/oli kohdallani tasapainossa                           | Jalkapallo, työnteke ja muu elämä on/oli kohdallani tasapainossa                      |
| Kysymys 12 | Tarvitsisin/olisin tarvinnut apua peliuran ja opiskelun yhdistämiseen liittyvissä asioissa | Tarvitsisin/olisin tarvinnut apua peliuran ja työn yhdistämiseen liittyvissä asioissa |

Opintojen ja työelämän kysymysten tulosten vertailussa havaittiin, että vastaajat kokivat tärkeämmäksi opiskelun ja kouluttautumisen peliuran aikana kuin työnteon peliuran aikana ( $<0,001$ ). Peliuran yhdistäminen opintoihin sujui vastaajien mukaan lisäksi paremmin kuin peliuran yhdistäminen työnteokoon ( $<0,001$ ). Opintokysymyksiin vastanneet pelaajat kokivat elämänsä olevan myös paremmin tasapainossa kuin työelämäkysymyksiin vastanneet pelaajat ( $<0,001$ ). (taulukko 2)

TAULUKKO 2. Wilcoxonin testin tulos opiskelun ja työelämän kysymysten vertailusta.

|            | Opiskelu | Työelämä | Z      | p-arvo    |
|------------|----------|----------|--------|-----------|
| Kysymys 1  | 4,3      | 3,6      | -4,706 | $< 0,001$ |
| Kysymys 2  | 3,5      | 3,8      | -3,746 | $< 0,001$ |
| Kysymys 3  | 3,0      | 3,4      | -2,770 | 0,006     |
| Kysymys 4  | 3,6      | 3,2      | -3,428 | $< 0,001$ |
| Kysymys 5  | 2,4      | 2,0      | -2,023 | 0,043     |
| Kysymys 6  | 3,7      | 3,7      | -0,566 | 0,571     |
| Kysymys 7  | 3,3      | 3,0      | -3,184 | 0,001     |
| Kysymys 8  | 3,1      | 2,7      | -1,926 | 0,054     |
| Kysymys 9  | 3,3      | 3,5      | -2,215 | 0,027     |
| Kysymys 10 | 4,4      | 4,1      | -3,041 | 0,002     |
| Kysymys 11 | 3,5      | 3,2      | -3,424 | $< 0,001$ |
| Kysymys 12 | 3,2      | 3,2      | -0,367 | 0,713     |

## 5.5 Sarjatasojen väliset erot opinnoissa ja työnteossa

Opintojen ja työelämän Likert-asteikollisten kysymysten kohdalla suoritettiin lisäksi eri sarjatasojen välinen vertailu Kruskal-Wallis testillä. Sarjatasojen vertailussa olivat mukana Naisten Ykkönen, Kansallinen Liiga (entinen Naisten Liiga) sekä ulkomaisten sarjojen kaksi korkeinta tasoa. Taulukossa 3 on esitetty kysymykset, joissa havaittiin eroja näiden kolmen sarjatasojen välillä.

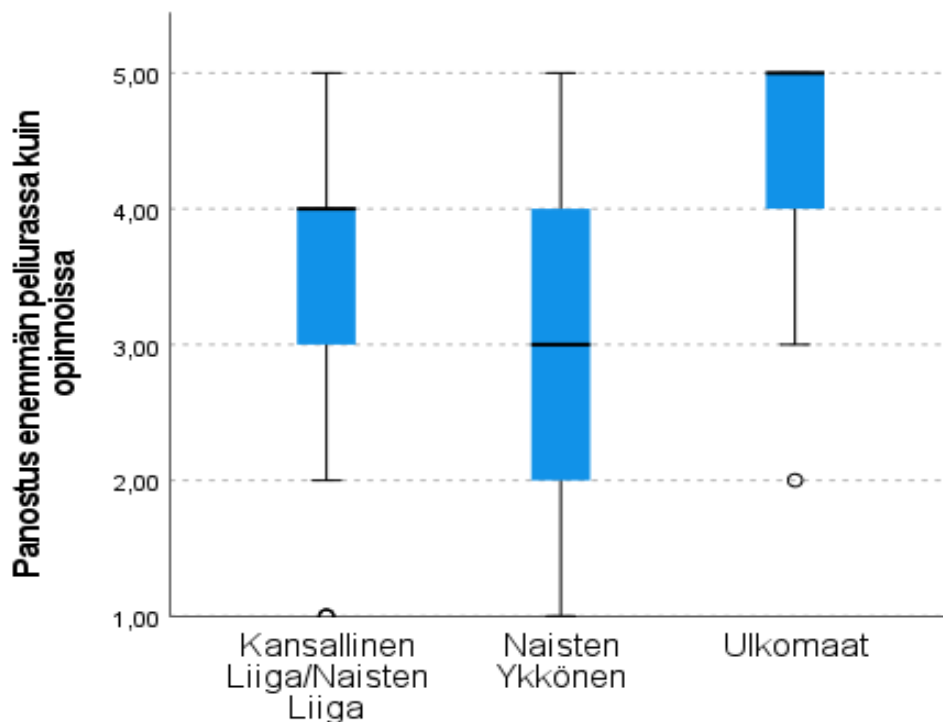
TAULUKKO 3. Kruskal-Wallis testillä löydetyt erot kolmen sarjatason välillä opintoja ja työelämää koskevissa kysymyksissä.

| Kysymys   | p-arvo  |
|---|---------|
| Panostus enemmän peliurassa kuin opinnoissa <sup>a</sup>    | < 0,001 |
| Opiskelutavoitteista luopuminen peliuran takia <sup>a</sup> | 0,003   |
| Selkeä tavoite peliuralle <sup>a</sup>                      | < 0,001 |
| Selkeä tavoite siviiliuralle <sup>a</sup>                   | < 0,001 |
| Työn tekeminen tärkeää peliuran aikana <sup>b</sup>         | 0,003   |
| Panostus enemmän peliurassa kuin työssä <sup>b</sup>        | 0,001   |
| Selkeä tavoite peliuralle <sup>b</sup>                      | 0,003   |
| Selkeä tavoite työuralle <sup>b</sup>                       | < 0,001 |

<sup>a</sup> Opintoihin liittyvä kysymys, <sup>b</sup> Työelämään liittyvä kysymys

Ulkomaiden kahdella korkeimmalla sarjatasolla pelaavat naisjalkapalloilijat panostivat enemmän peliuraan kuin opintoihin verrattuna Naisten Ykkösessä ( $p < 0,001$ ) ja Kansallisessa Liigassa ( $p < 0,001$ ) pelaaviin. Kansallisessa Liigassa pelaavat panostivat puolestaan enemmän peliuraan kuin opintoihin verrattuna Naisten Ykkösessä pelaaviin ( $p = 0,003$ ). (kuva 9) Ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla pelaavat naispelaajat kokivat myös luopuneensa enemmän opiskelutavoitteistaan peliuran vuoksi verrattuna Naisten Ykkösen ( $p = 0,001$ ) pelaajiin. Myös Kansallisen Liigan pelaajat luopuivat enemmän opiskelutavoitteista peliuran vuoksi verrattuna Naisten Ykkösen pelaajiin ( $p = 0,011$ ). Kansallisen Liigan ja ulkomaisten sarjojen välillä ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa opiskelutavoitteista luopumisessa peliuran vuoksi ( $p = 0,094$ ). (liite 4)



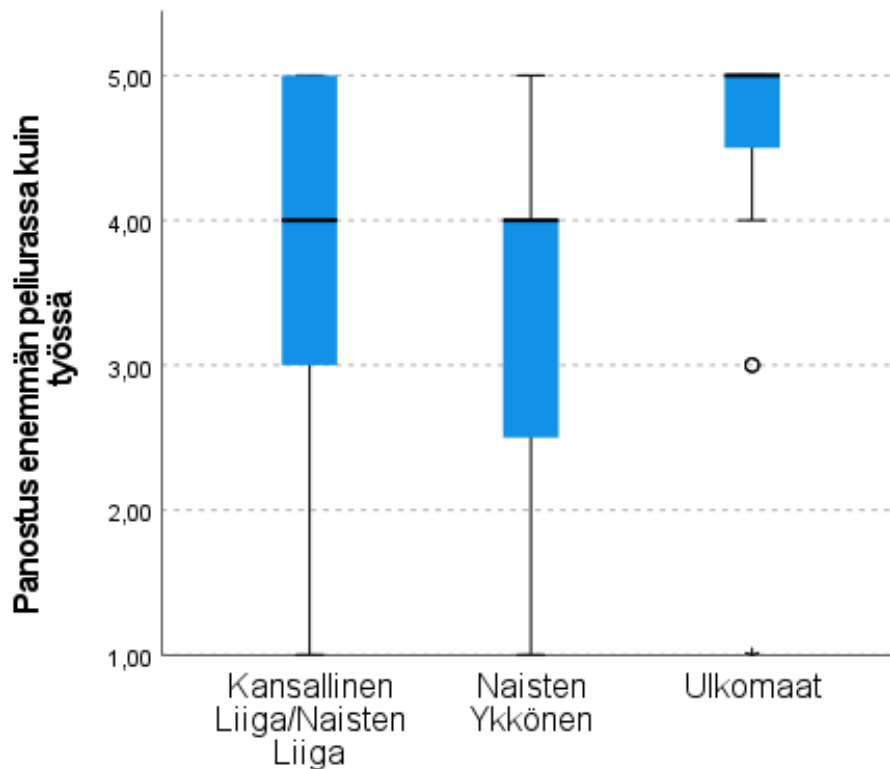


KUVA 9. Eri sarjatasoilla pelaavien kokemus enemmän peliuraan kuin opintoihin panostamisesta. Pysty akselin arvot kuvaavat Likert-asteikon arvoja.

Opintoihin liittyvässä kysymysosiassa havaittiin, että ulkomaiden kahdella korkeimmalla tasolla pelaavilla naisjalkapalloilijoilla ei ollut yhtä selkeitä tavoitteita omalle siviiliuralle kuin Kansallisessa Liigassa ( $p < 0,001$ ) ja Naisten Ykkösessä pelaavilla ( $p < 0,001$ ) (liite 5). Myös työhön liittyvässä osiossa vastaukset olivat samansuuntaisia, sillä Kansallisessa Liigassa ( $p < 0,001$ ) ja Naisten Ykkösessä ( $p = 0,007$ ) pelaavilla oli selkeämpi tavoite omalle siviiliuralle kuin ulkomaisissa sarjoissa pelaavilla (liite 6). Sen sijaan opinto-osioon vastanneilla ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla pelaavilla oli selkeämpi tavoite omalle peliuralle verrattuna Naisten Ykkösessä ( $p < 0,001$ ) ja Kansallisessa Liigassa ( $p = 0,001$ ) pelaaviin. Lisäksi peliuran tavoitteet olivat selkeämmät Kansallisessa Liigassa pelaavilla kuin Naisten Ykkösessä pelaavilla ( $p = 0,002$ ). (liite 7) Myös työnteko-osion tulosten perusteella havaittiin, että ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla pelaavilla oli selkeämpi tavoite omalle peliuralle verrattuna Naisten Ykkösessä ( $p = 0,002$ ) ja Kansallisessa Liigassa ( $p = 0,002$ ) pelaaviin (liite 8).

Ulkomaiden kahdella korkeimmalla sarjatasolla pelaavat naisjalkapalloilijat panostivat lisäksi enemmän peliuraansa kuin siviiliuraansa verrattuna Naisten Ykkösessä ( $p < 0,001$ ) ja Kansallisen Liigassa ( $p = 0,002$ ) pelaaviin naisjalkapalloilijoihin (kuva 10). Ulkomaiden kahdella kor-

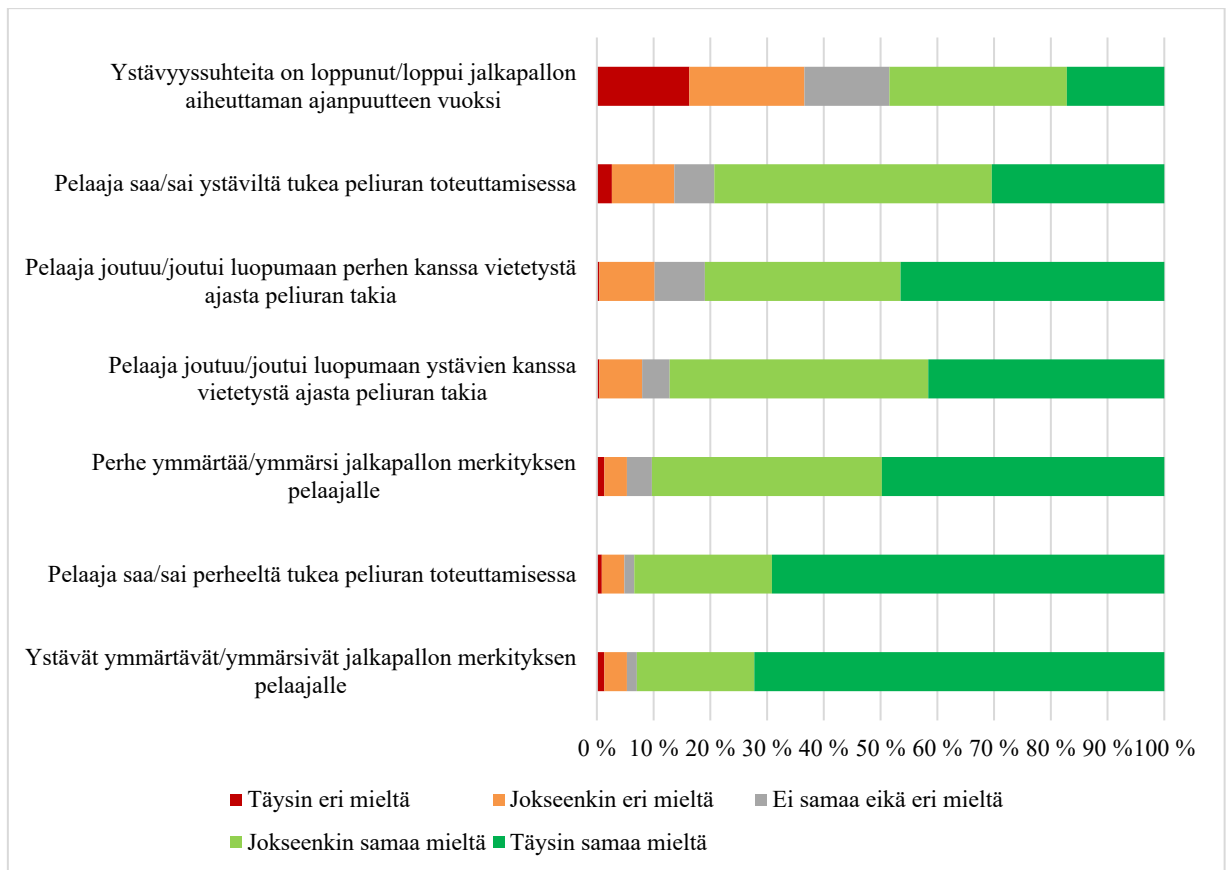
keimmalla sarjatasolla pelaavat eivät myöskään kokeneet siviiliurallaan etenemistä peliuran aikana yhtä tärkeäksi kuin Suomessa Naisten Ykköstä ( $p < 0,001$ ) ja Kansallista Liigaa ( $p = 0,009$ ) pelaavat (liite 9).



KUVA 10. Eri sarjatasoilla pelaavien kokemus enemmän peliuraan kuin työhön panostamisesta. Pysty akselin arvot kuvaavat Likert-asteikon arvoja.

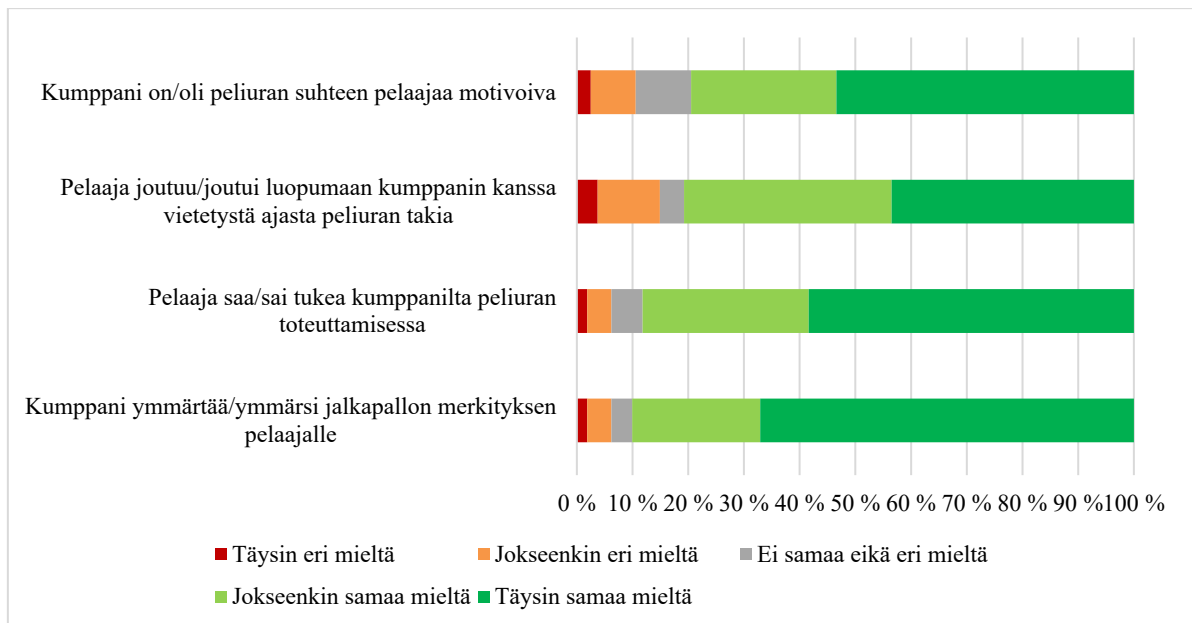
## 5.6 Peliura ja sosiaaliset suhteet

Kyselylomakkeen neljännessä osiossa tutkittiin naisjalkapalloilijoiden peliuran ja sosiaalisten suhteiden yhdistämistä sekä yhdistämisen onnistumista peliuran aikana. Erityisesti perhe, mutta myös ystävät ja muut läheiset, olivat iso tuki pelaajille heidän peliuriansa aikana. Ystävät ja perhe myös ymmärsivät jalkapallon merkityksen yksilölle. Peliuran aikaiseen elämään liittyi monien vastaajien mukaan kuitenkin myös sosiaalisista suhteista luopumista, sillä 87 prosenttia naisjalkapalloilijoista joutui luopumaan ystävien kanssa vietetystä ajasta ja 79 prosenttia perheen kanssa vietetystä ajasta peliuransa takia. (kuva 11)



KUVA 11. Peliuran ja sosiaalisten suhteiden yhteensovittaminen suomalaisilla naisjalkapalloilijoilla (n=227).

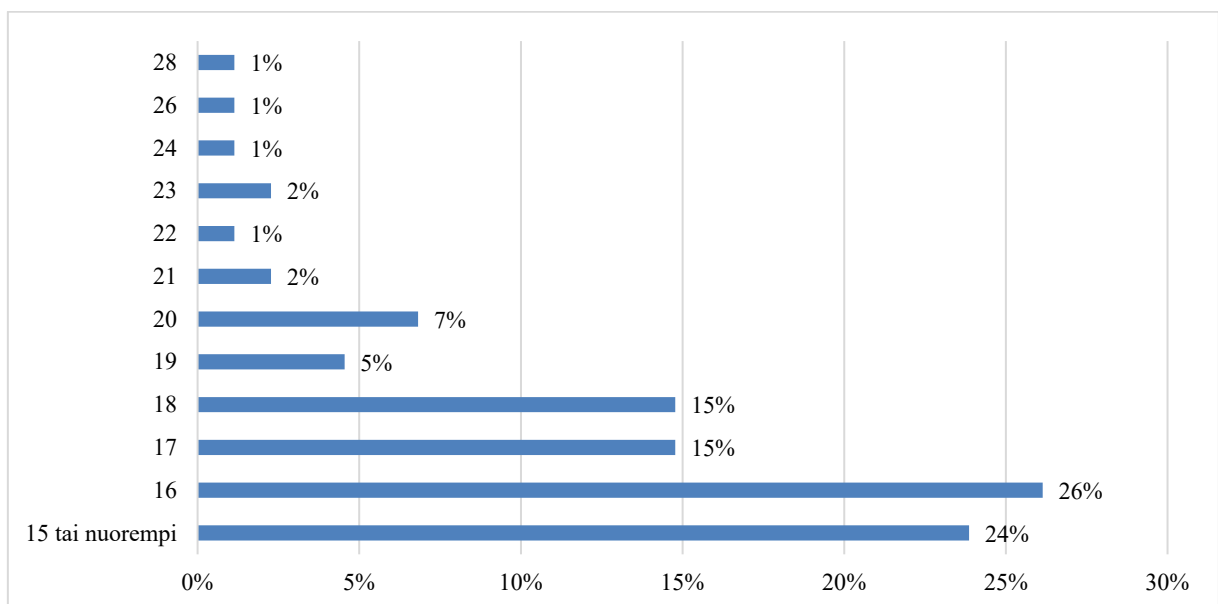
Kyselyyn vastanneista 70 prosenttia kertoi seurustelleensa peliuransa aikana. Näistä pelaajista 88 prosenttia koki saaneensa kumppaniltaan tukea peliuran aikana. Lähes kaikkien (90 %) pelaajien kumppanit myös ymmärsivät jalkapallon merkityksen pelaajalle. Hyvin moni vastaajista joutui luopumaan kumppaninsa kanssa vietetystä ajasta peliuransa vuoksi. Tarkemmat tulokset on esitetty kuvassa 12.



KUVA 12. Kumppanin ymmärrys ja tuki pelaajalle tämän peliuran aikana (n=161).

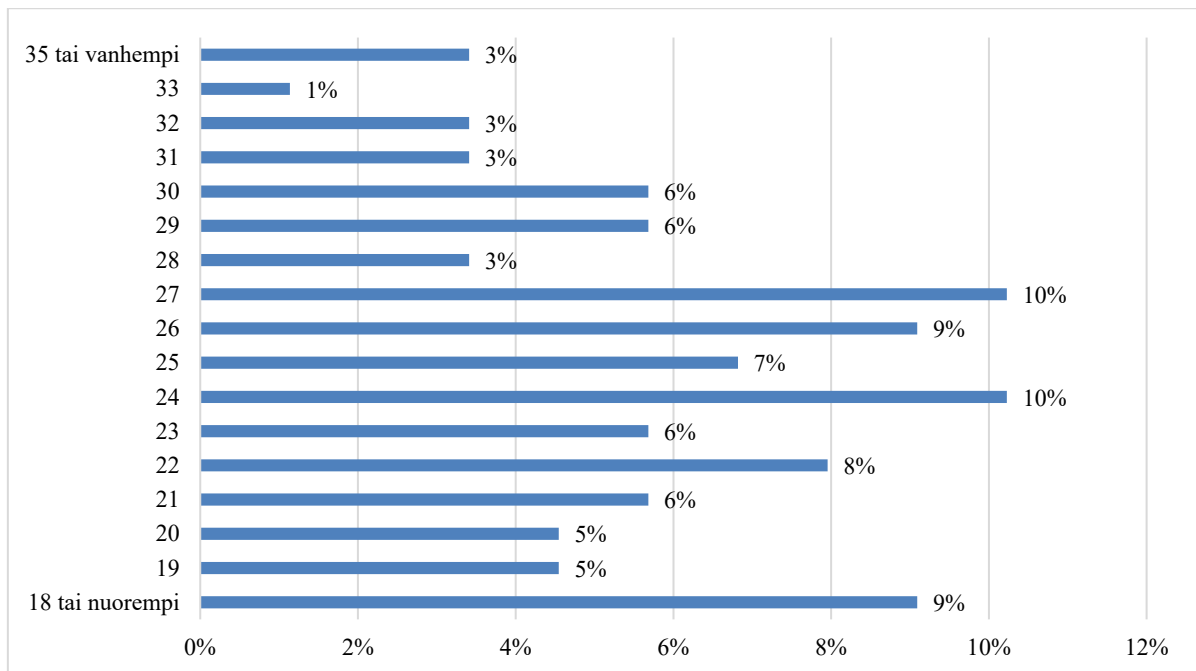
## 5.7 Peliuran lopettaminen

Lopettaneet pelaajat kertoivat aloittaneensa peliuransa Kansallisessa Liigassa tai Naisten Ykkösessä tyypillisesti nuorena. 80 prosenttia pelaajista aloitti pelaamisen sarjoissa 18-vuotiaana tai nuorempana. Peliuran aloittaminen näissä sarjoissa oli kuitenkin toteutunut useammalla pelaajalla myös täysi-ikäisyyden jälkeen. (kuva 13)



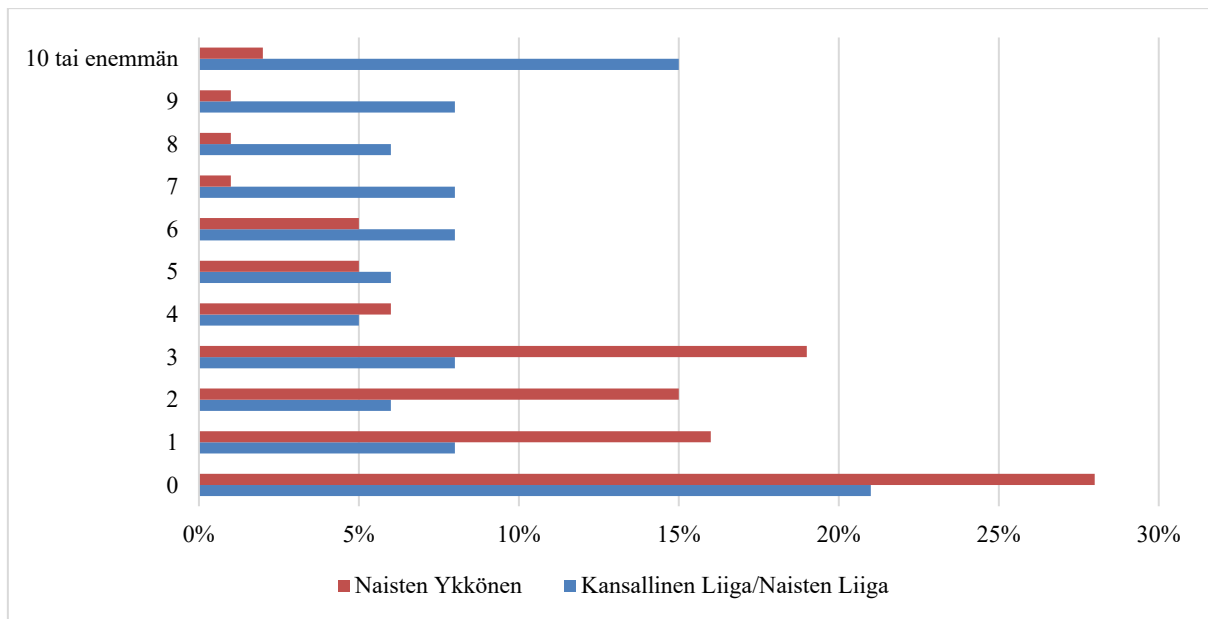
KUVA 13. Naispelaajien peliuran alkamisikä Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) tai Naisten Ykkösessä (n=88).

Kyselyyn vastanneista suomalaisista naisjalkapalloilijoista kolme neljäsosaa (75 %) lopetti peliuransa 27-vuotiaana tai nuorempana. 30-vuotiaana tai myöhemmin peliuransa päätti 16 prosenttia vastaajista. Tarkemmat tulokset naisjalkapalloilijoiden peliuran lopettamisistä on esitetty kuvassa 14.



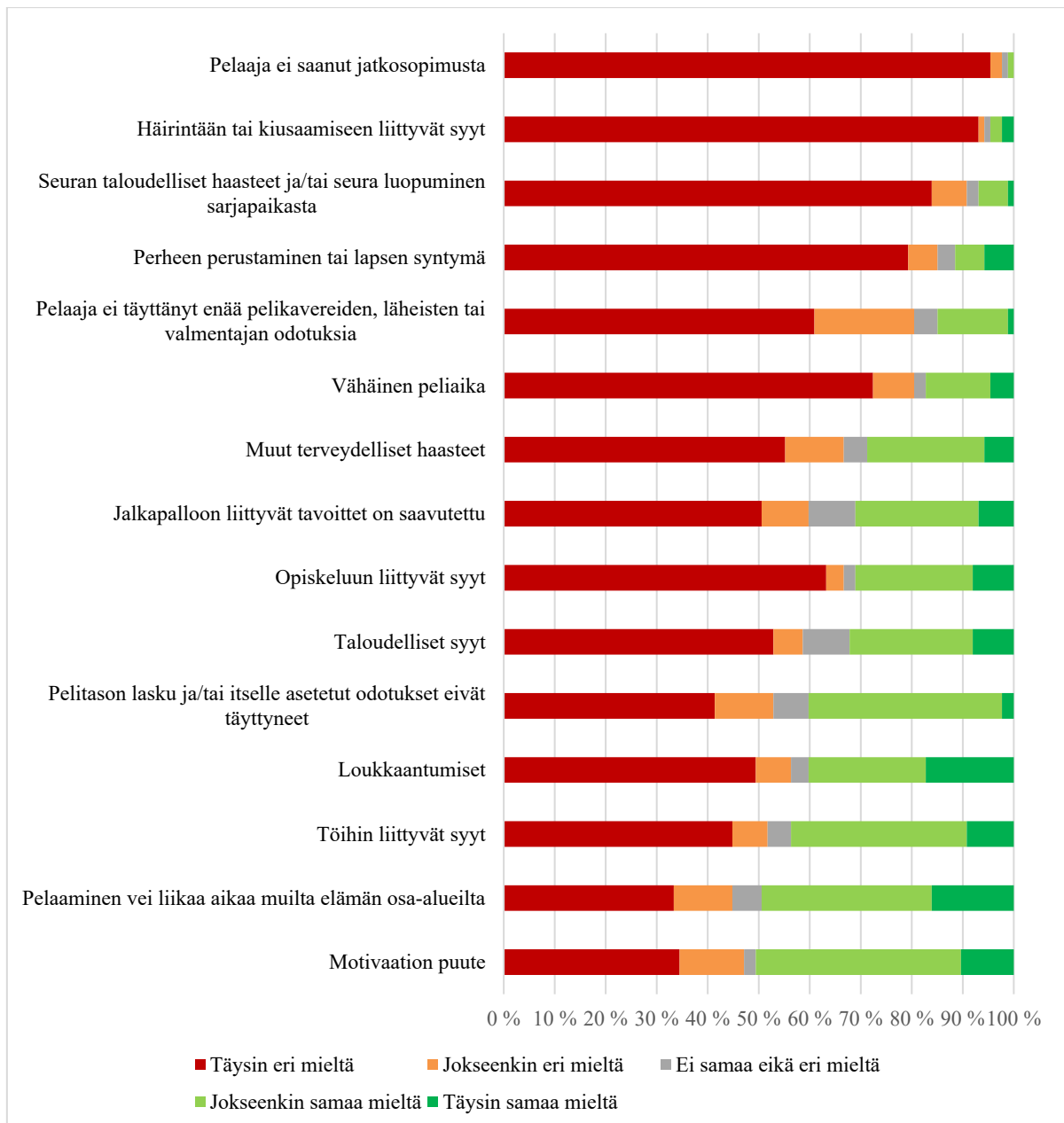
KUVA 14. Pelaajien ikä peliuran lopettamisen hetkellä Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) tai Naisten Ykkösessä (n=88).

Lopettaneista pelaajista 15 prosenttia pelasi peliuransa aikana pääsarjatasolla Kansallista Liigaa (entinen Naisten Liiga) kymmenen vuotta tai enemmän. Kyselyyn vastanneet pääsarjatasolla pelanneet pelaajat olivat pelanneet Kansallista Liigaa melko tasaisesti 1–9 vuotta. Sen sijaan kymmenen vuotta tai enemmän Naisten Ykkösessä pelanneita oli lopettaneista naisjalkapalloilijoista 2 prosenttia. Suurin osa Naisten Ykkösessä pelanneista oli pelannut sarjassa 1–3 vuotta. (kuva 15)



KUVA 15. Lopettaneiden pelaajien pelivuosi määrä Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) sekä Naisten Ykkösessä (n=85).

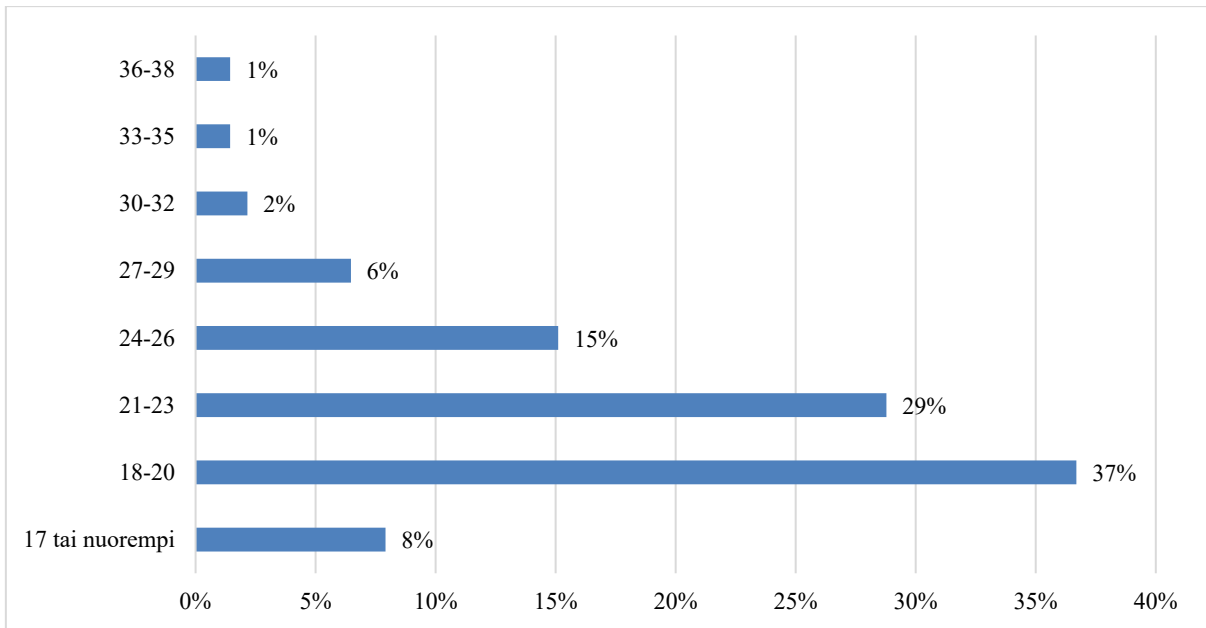
Suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliuran lopettamiseen liittyviä väitteitä ja syitä on esitetty kuvassa 16. Yli puolet vastaajista oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että he lopettivat peliuransa motivaation puutteesta johtuen. Sen sijaan lähes puolet vastaajista lopetti peliuransa, koska se vei liikaa aikaa muilta elämän osa-alueilta. Vastaajista 44 prosenttia oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että lopettamispäätökseen vaikutti töihin liittyvät syyt ja 40 prosenttia oli sitä mieltä, että peliura loppui loukkaantumisten vuoksi. Avoimessa vastauksessa lopettamisen syiksi mainittiin pääsarjataso tai Naisten Ykkösen joukkueen puuttuminen omasta kotikaupungista ja joukkueen tippuminen alemmalle sarjatasolle. Myös liian suuri rahallinen panostus jalkapalloon sekä tyytymättömyys valmennukseen olivat syitä lopettamispäätöksen taustalla.



KUVA 16. Suomalaisen naisjalkapalloilijoiden peliuran lopettamisen syyt (n=87).

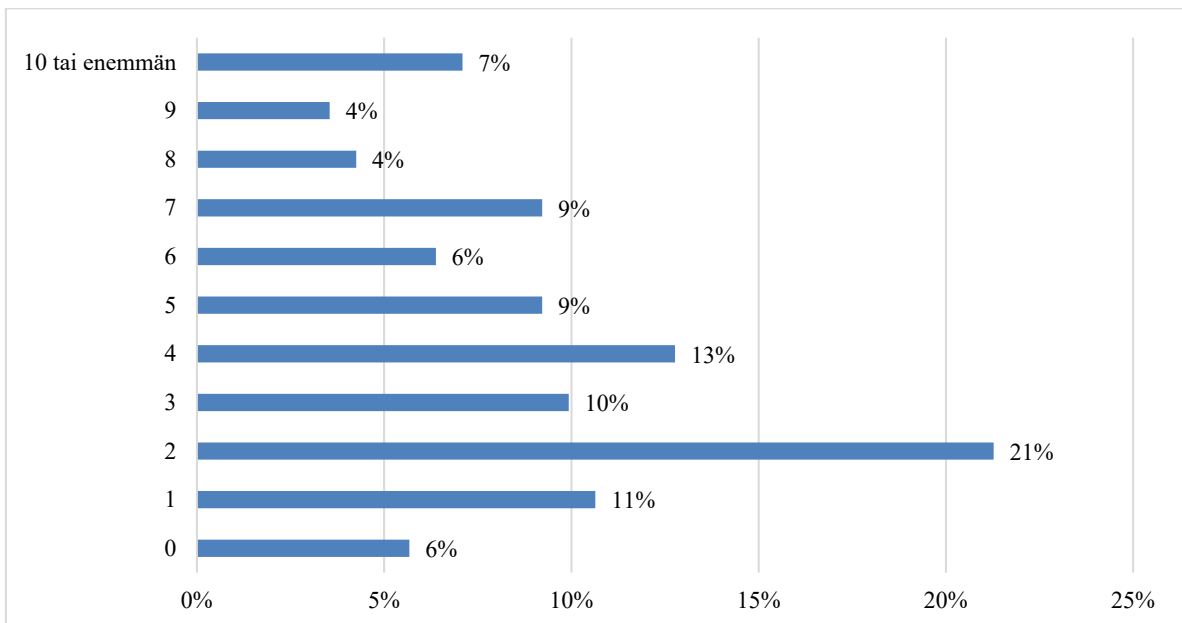
## 5.8 Peliuran jatkaminen

Kyselyyn vastanneet peliuraa jatkavat suomalaiset naisjalkapalloilijat olivat keskimäärin nuoria. 74 prosenttia vastanneista oli 23-vuotiaita tai nuorempia ja 26-vuotiaita tai nuorempia oli 89 prosenttia vastaajista. Yli 30-vuotiaita peliuraansa jatkavia naispelaajia oli 4 prosenttia tämän kyselyn vastaajista. Tarkemmat tulokset on esitetty kuvassa 17.



KUVA 17. Edelleen peliuraansa jatkavien naisjalkapalloilijoiden ikäjakauma (n=139).

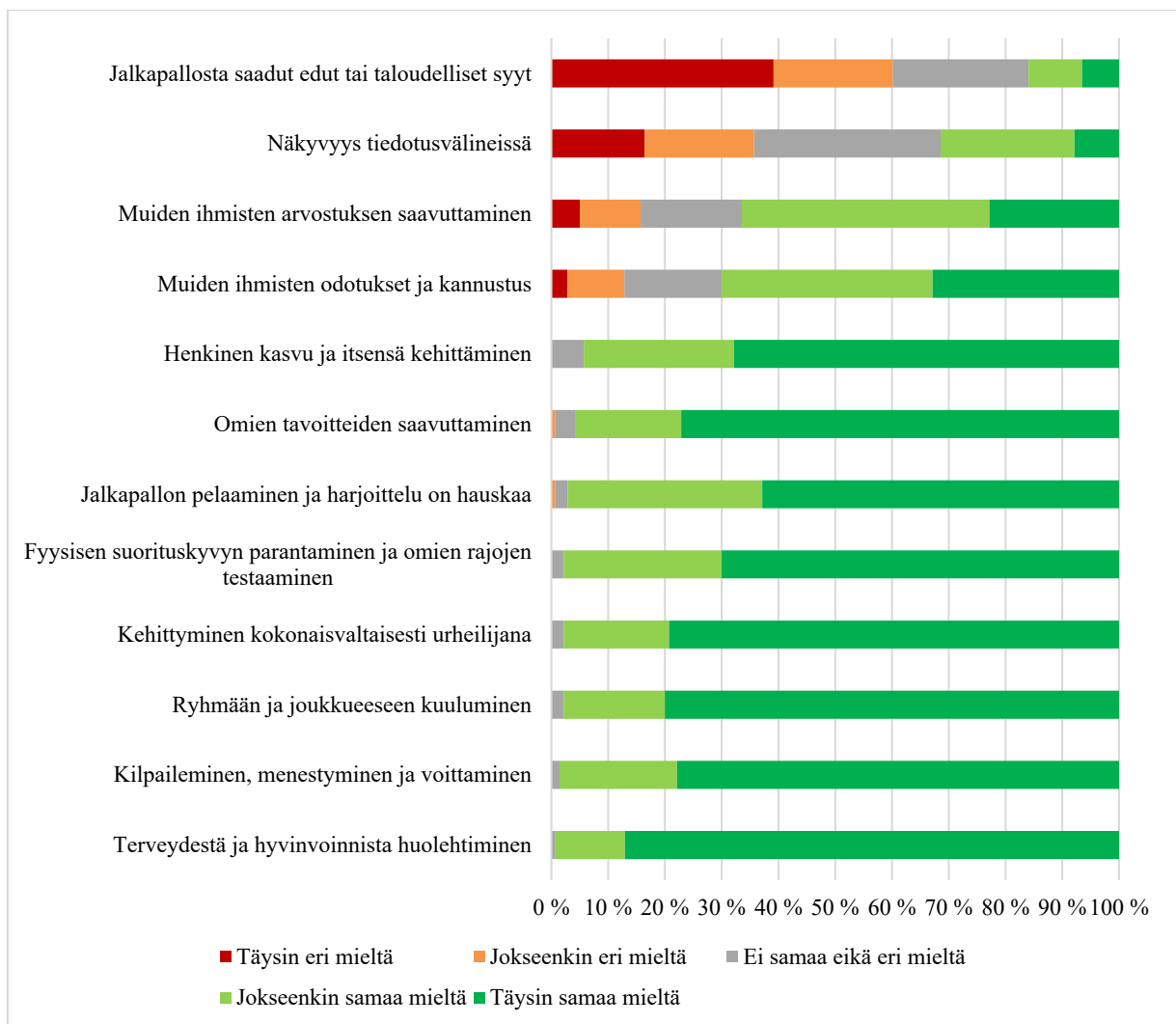
Kyselyyn vastanneet edelleen peliuraansa jatkaneet naisjalkapalloilijat ovat pelanneet Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) ja Naisten Ykkösessä yleisimmin yhteensä 2 vuotta (21 %). Muut yleisimmät luokat olivat 4 vuotta (13 %), 1 vuosi (11 %), 3 vuotta (10 %), 5 vuotta (9 %) ja 7 vuotta (9 %). (kuva 18)



KUVA 18. Pelaajien yhteenlaskettu pelivuosi määrä Kansallisessa Liigassa, Naisten Liigassa ja Naisten Ykkösessä (n=141).



Edelleen peliuraansa jatkavilla pelaajilla oli useita erilaisia syitä jatkaa omaa peliuraansa Kansallisessa Liigassa, Naisten Ykkösessä tai ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla. 99 prosenttia vastaajista jatkaa peliuraansa huolehtiakseen omasta terveydestään ja hyvinvoinnistaan. Lisäksi lähes kaikki vastaajat jatkavat peliuraansa, sillä heillä on halu kilpailla, menestyä ja voittaa sekä saavuttaa omia tavoitteitaan. Myös joukkueeseen kuuluminen ja pelaamisen hauskuus olivat syitä jatkaa pelaamista. Itsensä kehittämisen jalkapalloilijana kokonaisvaltaisesti, niin fyysisesti kuin henkisesti, oli suurella osalla pelaamisen jatkamisen taustalla. Sen sijaan jalkapallosta saadut edut ja taloudelliset syyt sekä näkyvyyden saaminen tiedostusvälineissä olivat vain harvalla naisjalkapalloilijalla syy peliuran jatkumiseen. (kuva 19)



KUVA 19. Naisjalkapalloilijoiden peliuran jatkamisen taustalla olevat tekijät (n=140).

Edelleen pelaavista naisjalkapalloilijoista 55 prosenttia kertoi kuitenkin harkinneensa peliuran lopettamista. Peliuran päättämisen pohdintojen taustalla oli monia syitä. Naisjalkapalloilijat

harkitsivat lopettamista jalkapallon vaatiman kokonaisvaltaisen sitoutumisen ja ajankäytön vuoksi. Jalkapallo vie aikaa muilta elämän osa-alueilta ja esimerkiksi kumppanin, perheen ja ystävien kanssa vietetystä ajasta. Lisäksi perheen perustaminen, taloudelliset syyt, opinnot sekä haasteet töiden ja peliuran yhdistämisessä ovat saaneet osan pelaajista pohtimaan lopettamista. Näiden lisäksi ikä, motivaation puute, ylikuormitus ja loukkaantumiset ovat myös saaneet pelaajat pohtimaan peliuran jatkoa. Maininnan saivat lisäksi pelaamiseen liittyen valmennus, vähäinen peliaika sekä pelaamisesta aiheutuvat taloudelliset kustannukset. Muutamien pelaajien kiusaamis- ja ahdistelukokemukset ovat saaneet heidät miettimään peliuran jatkoa.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli tutkia suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliuran keston, jatkamiseen ja lopettamiseen vaikuttavia tekijöitä. Lisäksi haluttiin saada tietoa siitä, kuinka suomalaisilta naisjalkapalloilijoilta onnistuu peliuran yhteensovittaminen opintojen, työn ja sosiaalisen elämän kanssa. Tutkimuksen kohteena olivat Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) ja Naisten Ykkösessä pelaavat ja aikaisemmin sarjoissa pelanneet naisjalkapalloilijat. Tutkimuskohteen valinta perustui Jalkapallon Pelaajayhdistys ry:n määrittelyyn, jonka mukaan Kansallinen Liiga ja Naisten Ykkönen kuuluvat Suomessa huippusarjoihin (Jalkapallon Pelaajayhdistys 2022). Aihetta tutkittiin kvantitatiivisilla tutkimusmetodeilla ja aineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella.

### 6.1 Tutkimuksen päätulokset ja johtopäätökset

Tutkimukseen vastanneista naisjalkapalloilijoista noin kolme viidesosaa (61 %) oli aktiivipeleläjia ja loput (39 %) peliuransa jo päättäneitä. Edelleen peliuraansa jatkavat suomalaiset naisjalkapalloilijat olivat keskimäärin nuoria, sillä 74 prosenttia kyselyyn vastanneista oli 23-vuotiaita tai nuorempia ja 26-vuotiaita tai nuorempia oli 89 prosenttia vastaajista. Yli 30-vuotiaita peliuraansa jatkavia naispelaajia oli vain neljä prosenttia vastaajista. Tulokset ovat hyvin linjassa aikaisemman tutkimustiedon kanssa, sillä kansainvälisen jalkapallon pelaajayhdistyksen tekemän tutkimuksen mukaan 69 prosenttia naispelaajista oli iältään 18–23-vuotiaita (FIFPro 2017).

Peliuran jatkumisen taustalla on tämän tutkimuksen perusteella useita erilaisia tekijöitä. Naisjalkapalloilijat jatkoivat peliuraansa erityisesti pelaamisen ja harjoittelun hauskuuden, ryhmään ja joukkueeseen kuulumisen, terveyteen liittyvien syiden, kokonaisvaltaisen henkilökohtaisen kehittymisen sekä kilpailemisen, voittamisen ja omien tavoitteiden saavuttamisen takia. Tulokset ovat osin linjassa suomalaisille maajoukkueurheilijoille toteutetun kyselyn tulosten kanssa, jossa suurimmaksi syyksi uran jatkamiselle määritettiin oma henkilökohtainen motivaatio urheilua kohtaan (ks. Pusa ym. 2021).

Vaikka naisjalkapalloilijoilla oli useita erilaisia syitä jatkaa peliuraansa, 55 prosenttia edelleen pelaavista naisjalkapalloilijoista oli kuitenkin harkinnut peliuransa lopettamista. Uransa lopet-

tamista harkinneiden osuus oli tässä tutkimuksessa korkeampi kuin Pusan ym. (2021) urheilijakyselyssä, jossa 42 prosenttia vastaajista oli harkinnut urheilu-uransa päättämistä. Lopettamisen harkitsemiseen vaikuttaviksi tekijöiksi nousivat tässä tutkimuksessa esiin muun muassa jalkapallon vaatima sitoutuminen ja ajankäyttö, minkä myötä aikaa jää vähemmän tärkeille ihmisille ja elämän muille osa-alueille. Lisäksi loukkaantumiset, motivaation puute, ikä, perheen perustaminen, taloudelliset syyt, opinnot sekä haasteet töiden ja peliuran yhdistämisessä olivat usealla pelaajalla lopettamisen harkitsemisen taustalla. Tässä tutkimuksessa havaitut tulokset olivat suurelta osin samansuuntaisia aikaisempien tutkimustulosten kanssa. Naisjalkapalloilijoita ja suomalaisia maajoukkueurheilijoita koskevissa tutkimuksissa suurimmat syyt urheilu-uran lopettamisen harkitsemisen taustalla ovat olleet loukkaantumiset, sairastelut, taloudelliset syyt, motivaation heikkeneminen, kehityksen pysyminen paikallaan, ikä, perheen perustaminen ja tarve keskittyä urheilun ulkopuolisiin elämän osa-alueisiin (FIFPro 2017; Pusa ym. 2021).

Tutkimukseen vastanneista peliuransa lopettaneista naisjalkapalloilijoista kolme neljäsosaa (75 %) lopetti peliuransa 27-vuotiaana tai nuorempana. Tulokset ovat jokseenkin samansuuntaisia aikaisemman tutkimustiedon kanssa, sillä Grygorowiczin ym. (2019) tutkimuksessa 20–25 ikävuoden välillä peliuransa lopetti noin 59 prosenttia ja 26–30 ikävuoden välillä noin 25 prosenttia naisjalkapalloilijoista. Yleisimmät peliuran lopettamisen syyt suomalaisilla naisjalkapalloilijoilla olivat motivaation puute, loukkaantumiset, työelämään liittyvät syyt, pelitason heikkeneminen ja jalkapallon aikaa vievyys muilta elämän osa-alueilta. Tulokset peliuran päättymiseen johtavista syistä ovat suurelta osin linjassa aikaisempien tutkimusten kanssa, sillä nimenomaan loukkaantumiset, työn ja peliuran yhdistämisen haasteet sekä motivaation lasku ovat tutkitusti merkittävimpiä syitä naisjalkapalloilijoiden uran päättymisen taustalla (ks. Grygorowicz ym. 2019; Ristolainen ym. 2012; Steyn & Slattery 2013). Myös urheilullisen suoritustason laskemisen on aikaisemmin havaittu vaikuttavan urheilijoiden lopettamispäätökseen (Reints & Wylleman 2013).

Opiskelevista naisjalkapalloilijoista 65 prosenttia oli sitä mieltä, että opintojen ja peliuran yhdistäminen onnistui hyvin, mikä on selvästi pienempi osa verrattuna Pusan ym. (2021) kyselyyn, jossa 84 prosenttia suomalaisista maajoukkueurheilijoista koki näiden kahden osa-alueen yhdistämisen onnistuvan hyvin. Vastaavasti työssäkäyvistä pelaajista 54 prosenttia koki, että työn ja peliuran yhdistäminen onnistui hyvin, kun taas Pusan ym. (2021) kyselyssä lähes kolmella neljäsosalla (73 %) maajoukkueurheilijoista näiden osa-alueiden yhdistäminen onnistui hyvin. Pusan ym. (2021) tutkimuksessa joukkuepallolajien urheilijoiden osuus oli vain 16

prosenttia. Tuloksien eroa voi siten mahdollisesti selittää jalkapallon luonne lajina, sillä kaksoisuraa toteuttavien joukkueurheilijoiden arjessa haasteena on esimerkiksi joukkueen kiinteät ja pelaajia sitovat aikataulut (URA-työryhmä 1999).

Naisjalkapalloilijat olivat valmiita tekemään uhrauksia peliuransa vuoksi muilla elämän osa-alueilla, sillä 47 prosenttia oli luopunut opiskeluun ja 59 prosenttia työhön liittyvistä tavoitteista peliuran takia. Lisäksi naisjalkapalloilijoista 87 prosenttia koki joutuvansa luopumaan ystävien, 81 prosenttia kumppanin ja 79 prosenttia perheen kanssa vietetystä ajasta peliuran vuoksi. Myös aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu, että urheilulle omistautumisesta seuraa usein se, että kompromisseja ja uhrauksia tehdään muilla elämän osa-alueilla kuin urheilun parissa (mm. Aquilina 2013; Totro 2020; Vuolle 1977, 167). Esimerkiksi opintoihin liittyviä tavoitteita siirretään urheilu-uran päättymisen jälkeiseen aikaan, jotta urheilu-uraan pystyttäisiin panostamaan mahdollisimman paljon (Vuolle 1977, 107).

Kaksoisurien toteuttamisessa perheen havaittiin olevan naisjalkapalloilijoille merkittävä tuki, sillä 89 prosenttia vastaajista koki saavansa apua perheeltä peliuran ja opintojen yhdistämisessä sekä 80 prosenttia peliuran ja työn yhdistämisessä. Sen sijaan valmentajalta opintojen ja peliuran yhdistämisessä sai tukea alle puolet (44 %) pelaajista ja peliuran ja töiden yhdistämisessä kolmasosa (33 %). Tulokset ovat osittain samansuuntaisia Pusan ym. (2021) kyselyn tulosten kanssa, sillä 87 prosentilla kyselyyn vastanneista suomalaisista maajoukkueurheilijoista perhe oli merkittävä tuki opintojen ja urheilu-uran yhdistämisessä sekä 83 prosentilla peliuran ja työn yhdistämisessä. Kuitenkin hieman suurempi osa sai Pusan (2021) kyselyssä valmentajalta tukea opintojen ja peliuran (63 %) sekä työn ja peliuran (37 %) yhdistämisessä.

Naisjalkapalloilijoista puolet koki tarvitsevansa lisää apua opiskelun ja peliuran yhdistämisessä ja lähes puolet (47 %) työn ja peliuran yhdistämisessä. Aikaisemmassa Pusan ym. (2021) kyselyssä urheilijat eivät kokeneet tarvitsevansa yhtä paljon tukea, sillä hieman yli kolmasosa (38 %) koki tarvitsevansa lisää apua opintojen sekä peliuran yhdistämisessä ja alle kolmasosa (31 %) työn ja peliuran yhdistämisessä. Erot tämän tutkimuksen ja Pusan ym. (2021) kyselyn opintoja koskevien kysymysten välillä voivat selittyä osittain sillä, että tässä tutkimuksessa vastaajilla oli mahdollista olla kokemusta sekä toisen asteen että korkea-asteen opintojen yhdistämisestä peliuraan, kun taas Pusan ym. (2021) kyselyyn vastanneet urheilijat olivat kaikki korkeakouluopiskelijoita. Joka tapauksessa suuri osa naisjalkapalloilijoista koki, että jonkinlainen tuki kaksoisuran toteuttamisessa olisi tarpeen.

## 6.2 Tutkimuksen arviointi

Tämän tutkimuksen ehdottomana vahvuutena voidaan pitää tutkimusaiheen ajankohtaisuutta. Naisjalkapallo on ollut nosteessa viimeisimpien vuosien ajan sekä Suomessa että maailmalla, mutta siitä huolimatta tutkimusta naisjalkapalloilijoista ja naisjalkapalloilijoiden peliurista on tehty melko vähän. Suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliurien lopettamisen ja jatkamisen syitä ei ole myöskään aikaisemmin tutkittu Suomessa määrällisin tutkimusmenetelmin, mikä lisää entisestään tutkimuksen merkityksellisyyttä. On siis tärkeää, että aikaisemmin vähän tutkittuihin aiheisiin on tartuttu tässä opinnäytetyössä. Tutkimus pystyi vastaamaan laajan aineiston ansiosta hyvin tutkimuskysymyksiin, jotka aseteltiin tutkimuksen suunnitteluprosessin alussa.

Tutkimusta nimenomaan pelaamisen jatkamisen syistä ja eri elämän osa-alueiden yhdistämisestä peliuran kanssa on tehty aikaisemmin vain vähän, jos ollenkaan. Tämän vuoksi on muistettava, että tutkimusta samasta aiheesta on tehtävä enemmän, jotta laajempia yleistyksiä aiheesta on mahdollista tehdä. Kaikesta huolimatta tämän tutkimuksen tulokset antavat kuitenkin jonkinlaisia viitteitä suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliurista, peliurien jatkamisen ja lopettamisen syistä sekä muiden elämän osa-alueiden yhdistämisestä peliuran kanssa. Tutkimus voi siten toimia tärkeänä kvantitatiivisena alkukartoituksena aiheesta Suomen kontekstissa.

Tutkimuksen luotettavuutta on mahdollista kuvata reliabiliteetin sekä validiteetin käsitteillä (Metsämuuronen 2011, 74). Tutkimuksen reliabiliteetilla tarkoitetaan tutkimuksessa kerättyjen mittaustulosten toistettavuutta. Tutkimuksen ja mittausten avulla on siten mahdollista tuottaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. (Hirsjärvi 2009, 231) Tutkimuksen luotettavuutta nostaa oikeanlaisten mittareiden valinta sekä näiden mittareiden soveltuvuus mittauskohteen mittaamiseen (Valli 2015, 139). Tämän tutkimuksen toistettavuutta voidaan pitää hyvänä, sillä kyselylomake suunniteltiin tarkasti, ja kyselylomakkeen esitestaus suoritettiin vertaisopiskelijoiden, ohjaajien, Jalkapallon Pelaajayhdistyksen yhteyshenkilön ja kohderyhmään kuuluvan naisjalkapalloilijan toimesta. Toisaalta tutkimuksen luotettavuuteen liittyen on hyvä ottaa esiin se, että kyselyn pituus vaihteli eri vastaajien kohdalla riippuen siitä, vastasiko pelaaja kaikkiin osioihin. Jos pelaaja vastasi taustatietoihin, opintoihin, työntekoon ja sosiaalisiin suhteisiin liittyviin osioihin sekä lisäksi jompaankumpaan pelaamista koskevaan osioon, oli kyselylomake kokonaisuudessaan pidempi verrattuna sellaiseen pelaajaan, joka vastasi vain joihinkin edellä mainituista osioista. Kyselyn pituuden ja pituuden vaihtelun vuoksi on mahdollista, että ainakin osa

naisjalkapalloilijoista on voinut vastata joihinkin kysymyksiin harkitsemattomasti tai huolimattomasti, mikä voi vaikuttaa myös tulosten luotettavuuteen.

Validiteetilla tarkoitetaan mittarin tai tutkimusmenetelmän kykyä mitata pätevästi sitä, mitä kyseisen mittarin tai tutkimusmenetelmän oli alun perin tarkoitus mitata (Hirsjärvi 2009, 231). Tutkimuksen sisäisellä luotettavuudella tarkoitetaan sitä, että tutkimuksessa kootut tiedot kuvaavat niitä asioita sekä ilmiöitä, joihin tutkijan on tarkoitus työssään syventyä. Ulkoisella luotettavuudella viitataan puolestaan siihen, että tutkijan tulee miettiä etukäteen, voidaanko käytettyjen menetelmien avulla hankitusta tiedosta tehdä yleisempiä päätelmiä. (Hakala 2018, 23–24) Tutkimuksen opintoja ja työntekoa koskevien osioiden laatimisessa käytettiin hyödyksi Pusan (2021) urheilijakyselyn kysymyksiä, mikä vuoksi näiden mittareiden pätevyyden voidaan ajatella olevan hyvä. Toisaalta tutkimuksessa oli paljon myös kysymyksiä, joita ei ole käytetty tai testattu aikaisemmissa tutkimuksissa. Luotettavuutta pyrittiin parantamaan kuitenkin jo aiemmin mainitulla huolellisella esitestauksella. On silti muistettava, että strukturoiduissa kyselyissä on aina mahdollista, että kyselyyn vastaaja ymmärtää kysymykset eri tavalla kuin tutkija on tarkoittanut tai vaihtoehtoisesti vastaajalle sopivaa vaihtoehtoa ei löydy valmiista vaihtoehdoista, mikä voi osaltaan johtaa mittausvirheisiin.

Luotattavuuden kannalta on huomioitava myös se, että naisjalkapalloilijoiden peliuran jatkamisen ja lopettamisen syistä sekä peliuran yhdistämisestä muihin elämän osa-alueisiin on tehty aikaisemmin vain vähän kansainvälisesti vertaisarvioituja tutkimuksia. Näin ollen tämän tutkimuksen tuloksia ei voitu kaikkien tutkimuskysymysten osalta verrata kansainvälisesti vertaisarvioituihin tutkimusartikkeleihin, mikä vaikuttaa joiltakin osin tutkimuksen tulosten luotettavuuteen.

### **6.3 Tulosten soveltaminen käytäntöön**

Tutkimuksessa saatua tietoa voidaan hyödyntää tulevaisuudessa toimenpiteisiin, jotka sujuvoittavat pelaajien arkea ja mahdollistavat naisjalkapalloilijoiden peliurien jatkumista pidempään. Tutkimuksessa havaittiin, että naisjalkapalloilijoiden peliurien päättymiseen vaikuttavat useat eri tekijät. Loukkaantumiset ovat yksi merkittävimmistä syistä naisjalkapalloilijoiden peliuran päättymisen taustalla. Tulevaisuudessa olisi syytä kiinnittää aikaisempaa enemmän huomiota siihen, että pelaajien loukkaantumisia ennaltaehkäistään päivittäisessä harjoittelussa ja vammo-

jen hoidosta sekä kuntoutuksesta huolehditaan ammattilaisten ohjauksessa. Näillä keinoilla voidaan pyrkiä siihen, että aikaisempaa pienempi osa pelaajista joutuisi lopettamaan peliuransa loukkaantumisten vuoksi. Myös naisjalkapalloilijoiden heikentyneen pelitason havaittiin olevan yksi lopettamispäätöksen taustalla olevista tekijöistä. On tärkeää pyrkiä kehittämään ja ylläpitämään yksilöiden suorituskykyä läpi peliuran, jotta sekä fyysisen että peilillisen suoritus-tason heikkeneminen pystyttäisiin siirtämään peliuralla mahdollisimman pitkälle. Toisin sanoen olisi tärkeää, että erilaisilla toimenpiteillä pyrittäisiin siihen, että muun muassa loukkaantumisista ja suoritus-tason heikkenemisestä johtuvat lopettamiset olisivat tulevaisuudessa nykyistä pienemmässä osassa.

Siviiliura oli fyysisten tekijöiden lisäksi yksi merkittävimmistä naisjalkapalloilijoiden peliuran lopettamisen syistä. Suuri osa pelaajista koki myös tarvitsevansa apua opintojen ja työelämän yhdistämisessä peliuraan. Tulevaisuudessa on tärkeää löytää ja kehittää tukitoimia, joilla on mahdollista tukea pelaajia heidän peliuriansa aikana. Tällaiset tukitoimet voivat sujuvoittaa naisjalkapalloilijoiden arkea peliuran, töiden ja opintojen yhdistämisessä ja siten toivottavasti myös mahdollistaa naisjalkapalloilijoille pidemmät peliurat. Ensin on kuitenkin tutkittava sitä, millaisia tukitoimia naisjalkapalloilijat kokevat tarvitsevansa omalla peliurallaan, minkä jälkeen voidaan perehtyä mahdollisiin tukimuotoihin.

#### **6.4 Jatkotutkimusehdotukset**

Tämä tutkimus lisäsi ymmärrystä suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliurista, peliuran yhdistämisestä työn, opiskelun ja sosiaalisen elämän kanssa sekä peliurien lopettamiseen ja jatkamiseen liittyvistä syistä määrällisin tutkimusmenetelmin. Tulokset kertovat naisjalkapalloilijoiden nykyisistä ja aikaisemmista kokemuksista vuonna 2022, ja niitä voidaan pitää hyvänä alkukartoituksena aiheen ymmärtämiseksi. Naisjalkapalloilijoiden peliurien lopettamiseen ja erityisesti aikaiseen lopettamiseen vaikuttavia syitä olisi kuitenkin mielenkiintoista ja tarpeellista tutkia tulevaisuudessa laadullisilla tutkimusmenetelmillä. Olisi tärkeää tietää, mitkä tekijät las-kivat niiden pelaajien motivaatiota, jotka päättivät lopettaa peliuransa motivaation puutteen vuoksi. Olisivatko jotkin tekijät voineet ylläpitää tai lisätä pelaajien motivaatiota, jotta lopettaminen ei olisi tapahtunut vielä kyseisessä kohtaa peliuraa? Olisi tarpeellista tutkia myös sitä, olisivatko jotkin tietyt tukitoimet saaneet pelaajat jatkamaan peliuraansa pidempään. Laadullinen tutkimus voisi toisin sanoen antaa syvällisempää tietoa pelaajien arjesta ja lisätä ymmärrystä naisjalkapalloilijoiden peliurista sekä lopettamispäätöksen takana olevista tekijöistä. Sitä



kautta laadullinen tutkimus voisi antaa merkityksellistä tietoa naisten jalkapallotoiminnan ja naisten jalkapallourien kehittämisen kannalta.

Tutkimuksessa nousi esiin, että suuri osa naisjalkapalloilijoista koki tarvitsevansa apua peliuran ja opintojen tai peliuran ja työnteon yhdistämisessä. Tämän vuoksi olisi tärkeää saada laadullisella tutkimuksella tarkemmin selville, millaisia konkreettisia toimenpiteitä naisjalkapalloilijat kokevat tarvitsevansa peliuransa aikana ja millaisista lähteistä he toivoisivat tukea saavansa. Tarvitaanko apua esimerkiksi valmennustiimiltä, oppilaitokselta, työnantajalta, lajiliitolta tai Jalkapallon Pelaajayhdistykseltä? Tällaisen tutkimuksen tulosten myötä voitaisiin ryhtyä mahdollisesti myös käytännön toimiin, jotta naisjalkapalloilijat saisivat tarvitsemaansa tukea.

Vaikka laadullisen tutkimuksen merkitystä on korostettu jatkotutkimusehdotuksissa, on muistettava, että naisjalkapalloilijoiden peliurien tutkiminen määrällisin menetelmin on myös tärkeää. Olisi mielenkiintoista ja tarpeellista tutkia esimerkiksi viiden tai kymmenen vuoden päästä uudelleen sitä, millaisia tekijöitä naisjalkapalloilijoiden peliuran keston, jatkamisen ja lopettamisen taustalla on. Onko pelaajien keski-ikä noussut Suomen kahdella korkeimmalla sarjatasolla, ja lopettavatko naisjalkapalloilijat peliuransa myöhemmin? Lisäksi olisi mielenkiintoista selvittää uudelleen, kuinka suuri osa naisjalkapalloilijoista kokee tarvitsevansa enemmän tukea peliuran ja opintojen tai työn yhdistämisessä.

## LÄHTEET

- Aarresola, O. (2016). Nuorten urheilupolut. Tutkimus kilpaurheiluun sosiaalistumisen normeista, pääomista ja toimijuudesta. University of Jyväskylä. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 246.
- Alfermann, D. & Stambulova, N. (2007). Career Transitions and Career Termination. Teoksessa G. Tenenbaum & R. Eklund (toim.) *Handbook of Sport Psychology*. 3<sup>rd</sup> edition. New York: John Wiley & Sons Inc., 712–736.
- Aquilina, D. (2013). A Study of the Relationship Between Elite Athletes' Educational Development and Sporting Performance. *The International Journal of the History of Sport* 30 (4), 374–392.
- Baron-Thiene, A. & Alfermann, D. (2015). Personal characteristics as predictors for dual career dropout versus continuation – A prospective study of adolescent athletes from German elite sport schools. *Psychology of Sport and Exercise* 21, 42–49.
- Bruner, M. W., Erickson, K., McFadden, K. & Côté, J. (2009). Tracing the origins of athlete development models in sport: a citation path analysis. *International Review of Sport & Exercise Psychology* 2 (1), 23–37.
- Cartigny, E., Fletcher, D., Coupland, C. & Bandelow, S. (2021). Typologies of dual career in sport: A cluster analysis of identity and self-efficacy. *Journal of Sport Sciences* 39 (5), 583–590.
- Christensen, M. K. & Sørensen, J. K. (2009). Sport or school? Dreams and dilemmas for talented young Danish football players. *European Physical Education Review* 15 (1), 115–133.
- CNN. (2020). Finland ditches 'women' from football league name in another step towards equality. Viitattu 24.10.2021. <https://edition.cnn.com/2020/02/27/football/finland-football-womens-remove-equality-spt-intl/index.html>.
- Côté, J., Baker, J. & Abernathy, B. (2003). From Play to Practice: A Developmental Framework for the Acquisition of Expertise in Team Sport. Teoksessa J. L. Starkes & K.A. Ericsson (toim.) *Expert Performance in Sports: Advances in Research on Sport Expertise*. Champaign, IL: Human Kinetics, 89–113.
- Côté, J., Baker, J. & Abernathy, B. (2007). Practice and Play in the Development of Sport Expertise. Teoksessa G. Tenenbaum & R. C. Eklund (toim.) *Handbook of Sport Psychology*. 3<sup>rd</sup> edition. New York: John Wiley & Sons Inc., 184–202.

- Erpič, S. C., Wylleman, P. & Zupančič, M. (2004). The effect of athletic and non-athletic factors on the sports career termination process. *Psychology of Sport and Exercise* 5, 45-59.
- Euroopan komissio. (2012). EU Guidelines on Dual Career of Athletes. Recommended Policy Actions in Support of Dual Career in High-Performance Sport. Viitattu 6.12.2021. [https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/documents/dual-career-guidelines-final\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/documents/dual-career-guidelines-final_en.pdf).
- Fernandez, A., Stephan, Y. & Fouquerau, E. (2006). Assessing reasons for sports career termination: Development of the Athletes' Retirement Decision Inventory (ARDI). *Psychology of Sport and Exercise* 7, 407-421.
- Festinger, L. (1962). A theory of cognitive dissonance. Stanford: Stanford University Press.
- FIFPro. (2017). 2017 FIFPro Global Employment Report. Working Conditions in Professional Women's Football. Viitattu 27.10.2021. <https://www.fifpro.org/media/1knjg5lu/2017-fifpro-women-football-global-employment-report-final.pdf>.
- FIFPro. (2019). Women's football: global report, 2017. Viitattu 15.11.2021. <https://fifpro.org/en/supporting-players/competitions-innovation-and-growth/global-employment-market-for-women-s-football/women-s-global-employment-report/>.
- Grygorowicz, M., Michalowska, M., Jurga, P., Piontek, T., Jakubowska, H. & Kotwicki T. (2019). Thirty Percent of Female Footballers Terminate Their Careers Due to Injury: A Retrospective Study Among Polish Former Players. *Journal of Sport Rehabilitation* 28 (2), 109-114.
- Hakala, J. T. (2018). Toimivan tutkimusmenetelmän löytäminen. Teoksessa R. Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. 5. uudistettu painos, Jyväskylä: PS-kustannus, 14-26.
- Heikkilä, T. (2014). Tilastollinen tutkimus. E-kirja. Helsinki: Edita. Viitattu 8.3.2022.
- Henry, I. (2013). Athlete Development, Athlete Rights and Athlete Welfare: A European Union Perspective. *The International Journal of the History of Sport* 30 (4), 356-374.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2009). Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos, Helsinki: Tammi.
- Huippu-urheilun muutosryhmä. (2012). Suomalaisen huippu-urheilun muutos. Urheilijan polun osaamisella, yhteistyöllä ja intohimolla parhaaksi Pohjoismaaksi 2020. Loppuraportti, Huippu-urheilun muutosryhmä. Helsinki: Suomen Olympiakomitea.
- Härkönen, A. (2014). Urheiluakatemioiden tutkimus. 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, 90–92.
- Jalkapallon Pelaajayhdistys. (2022). Avainpelaajat. Viitattu 22.2.2022. <https://www.jpy.fi/fi/jalkapallon-pelaajayhdistys/avainpelaajat>.
- Jalkapallon Pelaajayhdistys. (2021a). Job4Palyer. Viitattu 28.10.2021. <https://jpy.fi/fi/kaksoisura/job4player>.
- Jalkapallon Pelaajayhdistys. (2021b). Study4Palyer. Viitattu 28.10.2021. <https://jpy.fi/fi/kaksoisura/study4player>.
- Kuula, A. (2006). Tutkimusetiikka: Aineiston hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.
- Kärmeniemi, M., Lämsä, J. & Savolainen, J. (2013). Aikuisurheilijoiden sosioekonominen asema ja taloudelliset tukijärjestelmät. KIHUn julkaisusarja, nro 44.
- Lehtonen, K-V. (1997). Hyvinkään Palloseura 1947–1997. Riihimäki: Riihimäen Kirjapaino Oy.
- López de Subjana, C., Barriopedro, M. & Conde, E. (2015). Supporting dual career in Spain: Elite athletes' barriers to study. *Psychology of Sport and Exercise* 21, 57–64.
- Lämsä, J., Aarresola, O., Mononen, K., Blomqvist, M., Kalaja, S. & Nieminen, M. (2018). Huippu-urheilun yhteiskunnallinen perustelu tieteen valossa, tiivistelmä. KIHU – Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus 2018. Viitattu 17.1.2022. [https://kihuenergia.kihu.fi/tuotostiedostot/julkinen/2018\\_lms\\_huippu-urh\\_sel70\\_56857.pdf](https://kihuenergia.kihu.fi/tuotostiedostot/julkinen/2018_lms_huippu-urh_sel70_56857.pdf).
- Lämsä, J., Korhonen, A., Nenonen, J., Manninen, T., Puhakka, A., Kainulainen J. & Hokkanen T. (2014). Kuinka hitaita urheilijat ovat? Selvitys urheilijoiden korkea-asteen opintojen etenemisestä. KIHUn julkaisusarja, nro 47.
- McCormack, C. & Walseth, K. (2013). Combining elite women's soccer and education: Norway and the NCAA. *Soccer & Society* 14 (6), 887–897.
- Metsämuuronen, J. (2011). Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. E-kirja. Helsinki. International Methelp, Booky.fi. Viitattu 8.3. 2022.
- Metsämuuronen, J. (2009). Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. 1. painos. Helsinki: Gummerus.
- Miller, P. S. & Kerr, G. A. (2003). The Role Experimentation of Intercollegiate Student Athletes. *The Sport Psychologist* 17, 196–219.

- Moesch, K., Mayer, C. & Elbe, A.-M. (2012). Reasons for Career Termination in Danish Elite Athletes: Investigating Gender Differences and the Time-point as Potential Correlates. *Sport Science Review* 21 (5–6), 49–68.
- Myllyaho, M. (2020). Kansallinen liiga alkoi suuremmalla pöhinällä kuin koskaan, mutta pelin taso jää Euroopan huippusarjojen jalkoihin – maajoukkueen päävalmentajalta suoraa puhetta ongelman ytimeistä. Viitattu 15.3.2021. <https://yle.fi/urheilu/3-11395320>.
- Nikander, A. (2021). Kaksoisura korkeakouluissa – kansainvälinen katsaus. Helsinki: Suomen Olympiakomitea.
- Paananen, A. (2021). Urheiluakatemiaohjelma. Teoksessa J. Mäkinen & L. Paavolainen (toim.) *Huippu-urheilun sisäinen arviointi 2020*. Olympiakomitea.
- Piispa, M. (2013). ”Vapaasti olen saanut valita eikä mihinkään ole pakotettu” – Katsaus suomalaisen huippu-urheilijan elämänkulkuun. Teoksessa M. Salasuo, M. Piispa & H. Huhta (toim.) *Epätavallisia elämänkulkuja. Huippu-urheilijat ja -taiteilijat 2000-luvun Suomessa*. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura Julkaisuja 134, 13–56.
- Pink, M. A., Brooke, E., Lonie, J. & Saunders, E. (2018). The challenges of the semi-professional footballer: A case study of the management of dual career development at a Victorian Football League (VFL) club. *Psychology of Sport & Exercise* 35, 160–170.
- Pitkänen, H. (2019). Lehti: Pitkä odotus ja fanien toiveet palkitaan – Real Madrid perustamassa naisten joukkueen. Viitattu 16.3.2022. <https://yle.fi/urheilu/3-10843733>.
- Reints, A. & Wylleman, P. (2013). Managing athletes’ post-athletic careers. Teoksessa M. Sotiariadou & V. D. Bosscher (toim.) *Managing High Performance Sport*. London: Routledge, 221–236.
- Ristolainen, L., Kettunen, J. A. & Kujala, U. M. (2012). Sport injuries as the main cause of sport career termination among Finnish top-level athletes. *European Journal of Sport Science* 12 (3), 274–282.
- Ryba, T. V., Stambulova, N. B., Selänne, H., Aunola, K. & Nurmi J-E. (2017). ”Sport has always been first for me” but ”all my free time is spent doing homework”: Dual career styles in late adolescence. *Psychology of Sport and Exercise* 33, 131–140.
- Ryba, T. V., Aunola, K., Ronkainen, N. J., Selänne, H. & Kalaja, S. (2016). Urheilijoiden kaksoisuraan liittyvän tutkimuksen tämänhetkinen tilanne Suomessa. *Liikunta & Tiede* 53 (2–3), 88–95.
- Ryba, T. V., Ronkainen, N. J. & Selänne H. (2015). Elite athletic career as a context for life design. *Journal of Vocational Behaviour* 88, 47–55.

- Salasuo, M., Piispa, M. & Huhta, H. (2015). Huippu-urheilijan elämänkulku – Tutkimus urheilijoista 2000-luvun Suomessa. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 166. Helsinki.
- Schlossberg, N. K. (1981). A Model Analyzing Human Adaptation to Transitions. *The Counseling Psychologist*, 9 (2), 2–18.
- Soininen, H. (2010). Jalkapallokirja 2010. 75. vuosikerta. Helsinki: Suomen Palloliitto.
- Soininen, H. (2011). Jalkapallokirja 2011. 76. vuosikerta. Helsinki: Suomen Palloliitto.
- Soininen, H. (2021). Jalkapallokirja 2021. 85. vuosikerta. Helsinki: Suomen Palloliitto.
- Subway Kansallinen Liiga. (2021.) Peli on avattu kaikille -video. Viitattu 30.3.2022. <https://twitter.com/KansallinenL/status/1381849631168946179>.
- Suomen Olympiakomitea. (2021). Urheilijan kaksoisura – Dual Career. Viitattu 2.11.2021. <https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/urheiluakatemiaohjelma/kaksoisura/>.
- Suomen Palloliitto. (2018). Vuosikertomus 2018. Viitattu 22.3.2021. [https://www.palloliitto.fi/sites/default/files/Palloliitto/vuosikertomus\\_2018.pdf](https://www.palloliitto.fi/sites/default/files/Palloliitto/vuosikertomus_2018.pdf).
- Suomen Palloliitto. (2020a). Vuosikertomus 2020. Viitattu 23.1.2021. [https://www.palloliitto.fi/sites/default/files/vuosikertomus\\_2020.pdf](https://www.palloliitto.fi/sites/default/files/vuosikertomus_2020.pdf).
- Suomen Palloliitto. (2020b). Suomalaisen jalkapallon ja futsalin strategia 2020–2024. Viitattu 26.10.2021. [https://www.palloliitto.fi/sites/default/files/Palloliitto/strategia\\_2020-24.pdf](https://www.palloliitto.fi/sites/default/files/Palloliitto/strategia_2020-24.pdf).
- Suomen Palloliitto. (2020c). Kestävää kasvua – Kehityssuunnitelma jalkapallon vahvistamiseksi naisten ja tyttöjen lajina. Viitattu 24.10.2021. [https://editorial.uefa.com/resources/0266-11a50ce9646d-52855f56724d-1000/kestavaa\\_kasvua\\_kehityssuunnitelma\\_jalkapallon\\_vahvistamiseksi\\_naisten\\_ja\\_tyttojen\\_lajina\\_-\\_final\\_1\\_.pdf](https://editorial.uefa.com/resources/0266-11a50ce9646d-52855f56724d-1000/kestavaa_kasvua_kehityssuunnitelma_jalkapallon_vahvistamiseksi_naisten_ja_tyttojen_lajina_-_final_1_.pdf).
- Suomen Palloliitto. (2020d). Naisten Liiga on nyt Kansallinen Liiga. Viitattu 16.3.2022. <https://www.palloliitto.fi/jalkapallouutiset/naisten-liiga-nyt-kansallinen-liiga>.
- Suomen Palloliitto. (2021a). Jokaiselle Subway Kansallisen Liigan pelaajalle mahdollisuus kaksoisuravalmennukseen. Viitattu 23.10.2021. <https://www.palloliitto.fi/jalkapallouutiset/jokaiselle-subway-kansallisen-liigan-pelaajalle-mahdollisuus>.
- Suomen Palloliitto. (2021b). Yli 35 000 tyttöä ja naista pelaa jalkapalloa – Se on enemmän kuin koskaan ennen Suomessa. Viitattu 2.2.2022. <https://www.palloliitto.fi/jalkapallouutiset/yli-35-000-tyttoa-ja-naista-pelaa-jalkapalloa-se-enemman-kuin-koskaan-ennen>.

- Stambulova, N. (2010). Counselling Athletes in Career Transitions: The Five-Step Career Planning Strategy. *Journal of Sport Psychology in Action* 1, 95–105.
- Stambulova, N., Alfermann, D., Statler, T. & Côté, J. (2009). ISSP Position Stand: Career Development and Transitions of Athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology* 7 (4), 395–412.
- Stambulova, N., Stephan, Y. & Jäphag, U. (2007). Athletic retirement: A cross-national comparison of elite French and Swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise* 8, 101–118.
- Stambulova, N. B., Engström, C., Franck, A., Linnér, L. & Lindahl, K. (2015). Searching for optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise* 21, 4–14.
- Stambulova, N. B., Ryba, T. V. & Henriksen, K. (2020). Career development and transitions of athletes: the International Society of Sport Psychology Position Stans Revisited. *International Journal of Sport and Exercise Psychology* 19 (4), 524–550.
- Steyn, B. J. M. & Slattery, C. C. O. (2013). Termination of sporting careers among South African sportswomen. *African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance* 19 (1), 1–11.
- The Guardian. (2020). Finnish FA drops 'women's' prefix for league in push for equality. Viitattu 24.10.2021. <https://www.theguardian.com/football/2020/feb/27/finnish-fa-drops-womens-prefix-for-league-in-push-for-equality>.
- Torregrosa, M., Ramis, Y., Pallarés, S., Azócar, F. & Selva, C. (2015). Olympic athletes back to retirement: A qualitative longitudinal study. *Psychology of Sport and Exercise* 21, 50–56.
- Totro, M. (2020). Urheilijan kaksoisuran vaikutukset uratavoitteisiin – jalkapallouran ja tulevaisuuden työuran yhdistäminen. Turun yliopisto. Kauppakorkeakoulu. Pro gradu - tutkielma.
- Tuunainen, S. (2007). Naisjalkapallon seuratoimintaa 1970-luvulta lähtien. Teoksessa Y. Lautela & G. Wallén (toim.) *Rakas jalkapallo. Sata vuotta suomalaista jalkapalloa*. Helsinki: Teos, 235–253.
- URA-työryhmä. (1999). Urheilijoiden urheilu- ja koulutusuran yhdistäminen. Helsinki: Opetusministeriö.
- Valli, R. (2015). *Johdatus tilastolliseen tutkimukseen*. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Valli, R. (2018). Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 5. uudistettu painos, Jyväskylä: PS-kustannus, 92–116.
- Valli, R. & Perkkilä, P. (2018). Sähköinen kyselylomake ja sosiaalinen media aineistonkeruussa. Teoksessa R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 5. uudistettu painos, Jyväskylä: PS-kustannus, 117–128.
- Vehkalahti, K. (2014). Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsinki: Finn Lectura.
- Vehviläinen, H. & Itonen, H. (2009). Mimmiliigasta maailmalle. Tutkimus suomalaisen naisjalkapalloilun muutoksesta. Eura: Ilias Oy.
- Vilka, H. (2021). Tutki ja kehitä. 5. päivitetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Virtanen, S. (1999). Dropout -ilmiö naisjalkapalloilussa. Tapaustutkimus nuorten naisjalkapalloilijoiden lopettamiseen vaikuttavista tekijöistä. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan sosiaalitieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Vuolle, P. (1977). Urheilu elämänsisältönä: menestyneiden urheilijoiden elämänura kilpailuvuosina. University of Jyväskylä. Studies in Sport, Physical Education and Health 10. Väitöskirja.
- Wylleman, P., Alfermann, D. & Lavallee, D. (2004). Career transitions in sport: European perspectives. *Psychology of Sport and Exercise* 5, 7–20.
- Wylleman, P. & Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. Teoksessa M. R. Weiss (toim.) *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective*. Morgantown: Fitness Information Technology, 503–523.
- Wylleman, P., Reints, A. & De Knop, P. (2013). A developmental and holistic perspective on athletic career development. Teoksessa M. Sotiradou & V. De Bosscher (toim.) *Managing High Performance Sport*. New York: Routledge, 159–182.
- Wylleman, P., Smismans, S. & Defruyt, S. (2021). Mind the Gap. Enhancement of competencies of professional players. Viitattu 8.2.2022. <https://www.fifpro.org/media/br2ny5aq/fifpro-mind-the-gap-report-2021.pdf>.



## LIITTEET

### LIITE 1: Saatekirje

Hei,

Teen parhaillaan tutkimusta suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliuran keston, jatkamiseen ja lopettamiseen vaikuttavista tekijöistä. Lisäksi tavoitteena on saada tietoa siitä, kuinka naispelaajilta onnistuu peliuran yhteensovittaminen opiskelun, työelämän ja sosiaalisen elämän kanssa. Tutkimus toteutetaan yhteistyössä Jalkapallon Pelaajayhdistys ry:n kanssa, ja kyselylomakkeen avulla kerättyjä tietoja käytetään Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisessä tiedekunnassa työstettävän pro gradu -tutkielmani aineistona.

Kysely on tarkoitettu Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) ja Naisten Ykkösessä nykyisin ja aikaisemmin pelanneille suomalaispelaajille. Kyselyyn vastaaminen vie noin 15 minuuttia. Tutkimuksessa kerättävien tietojen käsittelystä saat halutessasi lisätietoa tutustumalla [tutkimuksen tiedotteeseen](#) ja [tietosuojailmoitukseen](#).

Kyselyyn pääset vastaamaan tästä linkistä:

<https://link.webpolsurveys.com/S/0D2815E33BF6FEFC>

Vastaathan kyselyyn **15.2.2022** mennessä.

Jokainen vastaus lisää tärkeää tietoa naisjalkapalloilijoiden peliurista. Kiitos avustasi tiedon keräämisessä!

Yhteistyöstä kiittäen,

Leena Torpo

lmjtorvz@student.jyu.fi

Pro gradu -tutkielman ohjaaja

Mihaly Szerovay

mihaly.m.szerovay@jyu.fi

## LIITE 2. Kyselylomake



### Suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliuran keston, jatkamiseen ja lopettamiseen vaikuttavat tekijät

**i** Pakolliset kysymykset merkitty tähdellä (\*)

Tämän kyselyn tavoitteena on selvittää suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliuran keston, jatkamiseen ja lopettamiseen vaikuttavia tekijöitä. Peliuralla tarkoitetaan tässä kyselyssä sitä ajanjaksoa, jolloin yksilö pelaa jalkapalloa aktiivisesti Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga), Naisten Ykkösessä tai ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla. Lopettamisella tarkoitetaan vastaavasti peliuran päättymistä Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga), Naisten Ykkösessä tai vaihtoehtoisesti ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla.

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista ja vastaaminen tapahtuu anonymisti. Vastausten käsittely suoritetaan myös täysin luottamuksellisesti. Lomakkeeseen vastaaminen vie noin 15 minuuttia.

Kiitos osallistumisestanne!

Leena Torpo  
LitK, Jyväskylän yliopisto  
lmjtorvz@student.jyu.fi

**Olen lukenut tutkimuksen tiedotteen ja tietosuojailmoituksen. Haluan osallistua kyselyyn. \***

Kyllä

#### 1 Taustatiedot

##### 1.1 Ikä \*

- 17 tai nuorempi
- 18-20
- 21-23
- 24-26
- 27-29
- 30-32
- 33-35
- 36-38
- 39 tai vanhempi

**1.2 Mikä on korkein suorittamasi koulutustaso? \***

- Peruskoulu
- Ammattikoulu
- Lukio tai ylioppilas
- Alempi korkeakoulututkinto
- Ylempi korkeakoulututkinto
- Tohtorin tutkinto
- Joku muu, mikä?

**1.3 Mikä vuosi on/oli ensimmäinen pelivuotesi Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) tai Naisten Ykkösessä? \***

- 2005 tai aiemmin
- 2006
- 2007
- 2008
- 2009
- 2010
- 2011
- 2012
- 2013
- 2014
- 2015
- 2016
- 2017
- 2018
- 2019
- 2020
- 2021
- 2022

**1.4 Millaiseksi koet/koit jalkapallon roolin arjessasi? \***

- Harrastus
- Työ
- Samanaikaisesti sekä harrastus että työ

**1.5 Saatto/saitko peliurasi aikana kuukausipalkkaa pelaamisesta Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga), Naisten Ykkösessä tai ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla? \***

- Kyllä, olen saanut joka kausi tai lähes joka kausi kuukausipalkkaa pelaamisesta
- Kyllä, olen saanut/sain yksittäisinä kausina kuukausipalkkaa pelaamisesta
- Ei, en ole saanut/en saanut koskaan kuukausipalkkaa pelaamisesta

**1.6 Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa parhaiten tämänhetkistä työtilannettasi? Jos pelaat jalkapalloa työksesi tai saat siitä kuukausipalkkaa, vastaa kysymykseen siviiliurasi mukaan. \***

- Ei töissä
- Lomautettu
- Osa-aikatoisissa
- Täyspäiväisesti palkkatyössä
- Yrittäjä
- Äitiyslomalla/vanhempainvapaalla
- Opiskelija
- Joku muu, mikä?

## 2 Opiskelu

**2.1 Opiskeletko/opiskelitko peliurasi aikana? \***

- Kyllä
- Ei

**2.2 Missä suoritat/suorittit opintoja peliurasi aikana? Valitse yksi tai useampi vaihtoehto. \***

- Ammattikoulu
- Lukio
- Ammattikorkeakoulu
- Yliopisto
- Joku muu, mikä?

**2.3 Alla on esitetty väittämiä peliuran ja opiskelun yhdistämisestä. Valitse jokaisen väittämän kohdalla omaa tilannettasi tällä hetkellä parhaiten kuvaava vaihtoehto. Jos olet jo lopettanut peliurasi (Kansallisessa Liigassa, Naisten Ykkösessä tai ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla), vastaa väittämiin sen perusteella, miten koit pelaamisen ja opiskelun yhdistämisen keskimäärin peliurasi aikana.**

|  | Täysin eri mieltä     | Jokseenkin eri mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Jokseenkin samaa mieltä | Täysin samaa mieltä   |
|--|-----------------------|-----------------------|--------------------------|-------------------------|-----------------------|
| Opiskelu ja kouluttautuminen peliuran aikana on/oli minulle tärkeä asia                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Panostan/panostin enemmän peliuraani kuin opiskeluun                                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Olen luopunut/luovuin joistain opiskeluun liittyvistä tavoitteista peliurani takia         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Peliuran ja opiskelun yhdistäminen onnistuu/onnistui kohdallani hyvin                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Olen tehnyt/tein sekä peliuran että opiskelun huomioivan vuosisuunnitelman                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Minulla on/oli selkeä tavoite peliuralleni   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Minulla on/oli selkeä tavoite siviiliuralleni (ammatti)                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Saan/sain valmentajaltani tukea peliuran ja opiskelun yhdistämiseen                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Saan/sain oppilaitokseltani tukea peliuran ja opiskelun yhdistämiseen                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Saan/sain perheeltäni tai muulta lähipiiriltä tukea peliuran ja opiskelun yhdistämiseen    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Jalkapallo, opiskelu ja muu elämä on/oli kohdallani tasapainossa                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Tarvitsisin/olisin tarvinnut apua peliuran ja opiskelun yhdistämiseen liittyvissä asioissa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Tiedän mistä saan/olisın saanut apua urheilun ja peliuran yhdistämiseen                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |

### 3 Työelämä

#### 3.1 Onko/oliko siviilitöissä käyminen osa arkea peliurasi aikana? \*

- Kyllä
- Ei

#### 3.2 Millaisessa työsuhteessa olet ollut/olit pääasiassa peliurasi aikana? \*

- Osa-aikainen
- Täyspäiväinen
- Joku muu, mikä?

3.3 Alla on esitetty väittämiä peliuran ja työn yhdistämisestä. Valitse jokaisen väittämän kohdalla omaa tilannettasi tällä hetkellä parhaiten kuvaava vaihtoehto. Jos olet jo lopettanut peliurasi (Kansallisessa Liigassa, Naisten Ykkösessä tai ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla), vastaa väittämiin sen perusteella, miten koit pelaamisen ja työn yhdistämisen keskimäärin peliurasi aikana.

|   | Täysin eri mieltä     | Jokseenkin eri mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Jokseenkin samaa mieltä | Täysin samaa mieltä   |
|---|-----------------------|-----------------------|--------------------------|-------------------------|-----------------------|
| Työn tekeminen on/oli minulle tärkeä asia peliuran aikana                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Panostan/panostin enemmän peliuraani kuin työntekoon                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Olen luopunut/luovuin joistain työhön liittyvistä tavoitteista jalkapallon takia      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Urheilun ja työn yhdistäminen onnistuu/onnistui kohdallani hyvin                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Olen tehnyt/tein sekä peliuran että työn huomioivan vuosisuunnitelman                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Minulla on/oli selkeä tavoite peliuralleni  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Minulla on/oli selkeä tavoite työuralleni   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Saan/sain valmentajaltani tukea peliuran ja työn yhdistämiseen                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Saan/sain työpaikaltani tukea peliuran ja työn yhdistämiseen                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Saan/sain perheeltäni tai muulta lähipiiriltä tukea peliuran ja työn yhdistämiseen    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Urheilu, työ ja muu elämä on/oli kohdallani tasapainossa                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Tarvitsisin/olisin tarvinnut apua peliuran ja työn yhdistämiseen liittyvissä asioissa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Tiedän mistä saan/olisni saanut apua peliuran ja työn yhdistämiseen                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |

#### 4 Sosiaaliset suhteet

4.1 Alla on esitetty väittämiä peliuraan ja sosiaalisiin suhteisiin liittyen. Valitse jokaisen väittämän kohdalla omaa tilannettasi tällä hetkellä parhaiten kuvaava vaihtoehto. Jos olet jo lopettanut pelaamisen (Kansallisessa Liigassa, Naisten Ykkösessä tai ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla), vastaa väittämiin sen perusteella, miten koit tilanteen keskimäärin peliurasi aikana.

|   | Täysin eri mieltä     | Jokseenkin eri mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Jokseenkin samaa mieltä | Täysin samaa mieltä   |
|---|-----------------------|-----------------------|--------------------------|-------------------------|-----------------------|
| Saan/sain perheeltäni tukea peliuran toteuttamisessa                                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Saan/sain ystäviltäni ja lähteisiltäni tukea peliuran toteuttamisessa                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Joudun/jouduin luopumaan perheeni kanssa vietetystä ajasta peliurani takia                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Joudun/jouduin luopumaan ystävieni ja läheisteni kanssa vietetystä ajasta peliurani takia | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Perheeni ymmärtää/ymmärsi jalkapallon merkityksen minulle                                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Ystäväni ymmärtävät/ymmärsivät jalkapallon merkityksen minulle                            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Ystävyys-suhteita on loppunut/loppui jalkapallon aiheuttaman ajanpuutteen vuoksi          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |

4.2 Oletko seurustellut tai ollut parisuhteessa peliurasi aikana? \*

Kyllä

Ei

4.3 Alla on esitetty väittämiä parisuhteisiin ja peliuraan liittyen. Valitse jokaisen väittämän kohdalla omaa tilannettasi parhaiten kuvaava vaihtoehto. Jos olet jo lopettanut pelaamisen (Kansallisessa Liigassa, Naisten Ykkösessä tai ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla), vastaa väittämiin sen perusteella, miten koit tilanteen keskimäärin peliurasi aikana.

|   | Täysin eri mieltä     | Jokseenkin eri mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Jokseenkin samaa mieltä | Täysin samaa mieltä   |
|---|-----------------------|-----------------------|--------------------------|-------------------------|-----------------------|
| Saan/sain tukea kumppaniltani peliuran toteuttamisessa                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Kumppani on/oli peliurani suhteen minua motivoiva                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Joudun/jouduin luopumaan kumppanin kanssa vietetystä ajasta peliurani takia | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Kumppani ymmärtää/ymmärsi jalkapallon merkityksen minulle                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |

## 5 Peliura

5.1 Millä sarjatasoilla olet pelannut Suomessa ja ulkomailla? Valitse yksi tai useampi vaihtoehto. \*

- Kansallinen Liiga (entinen Naisten Liiga)
- Naisten Ykkönen
- Damallsvenskan
- Elitettan
- Muu, mikä?

5.2 Pelaatko tällä hetkellä Kansallisessa Liigassa, Naisten Ykkösessä tai ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla? Jos et ole vielä tehnyt päätöstä peliurasi jatkosta ensi kautta ajatellen, vastaa kyllä. \*

- Kyllä
- Ei

## 6 Peliuran lopettaminen

6.1 Minkä ikäinen olit, kun aloitit pelaamisen Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) tai Naisten Ykkösessä?

- 15 tai nuorempi
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30 tai vanhempi



**6.2 Minkä ikäinen olit, kun lopetit pelaamisen Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) tai Naisten Ykkösessä?**

- 18 tai nuorempi
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31
- 32
- 33
- 34
- 35 tai vanhempi

**6.3 Kuinka monta vuotta pelasit pääasiassa Kansallisessa Liigassa ja Naisten Liigassa?**

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10 tai enemmän

**6.4 Kuinka monta vuotta pelasit pääasiassa Naisten Ykkösessä?**

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10 tai enemmän

**6.5 Piditkö välivuosia peliurasi aikana?**

- Kyllä
- Ei

**6.6 Millä muilla tasoilla pelasit Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) tai Naisten Ykkösessä aloittamisen ja lopettamisen välisenä aikana? Valitse yksi tai useampi vaihtoehto.**

- En pelannut muilla tasoilla
- Naisten Kakkonen
- Naisten Kolmonen
- Damallsvenskan
- Elitettan
- Muu, mikä?

**6.7 Alla on esitetty väittämiä peliuran lopettamiseen liittyen. Lopettamisella tarkoitetaan tässä yhteydessä pelaamisen lopettamista Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga), Naisten Ykkösessä tai ulkomaisten sarjojen kahdella korkeimmalla tasolla. Valitse jokaisen väittämän kohdalla omaa tilannettasi parhaiten kuvannut vaihtoehto.**

|   | Täysin eri mieltä     | Jokseenkin eri mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Jokseenkin samaa mieltä | Täysin samaa mieltä   |
|---|-----------------------|-----------------------|--------------------------|-------------------------|-----------------------|
| Lopetin pelaamisen motivaation puutteesta johtuen   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen loukkaantumisten takia   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen muiden terveydellisten haasteiden vuoksi   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen opiskeluun liittyvien syiden vuoksi  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen töihin liittyvien syiden vuoksi  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen taloudellisista syistä johtuen   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen perheen perustamisen tai lapsen syntymän vuoksi  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen häirintään tai kiusaamiseen liittyvien syiden vuoksi   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen saavutettuani jalkapalloon liittyvät tavoitteeni   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen, sillä pelitasoni alkoi laskea ja/tai en enää täyttänyt itselleni asettamia odotuksia          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen, sillä en enää täyttänyt pelikaveriiden, läheisten tai valmentajan minulle asettamia odotuksia | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen vähäisen peliajan vuoksi   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin pelaamisen, sillä se vei liikaa aikaa muilta elämän osa-alueilta  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin, koska seuralla oli taloudellisia haasteita ja/tai seura luopui sarjapaikasta                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Lopetin, koska en saanut jatkosopimusta   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Joku muu syy, mikä?<br><input type="text"/>   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |

**6.8 Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa keskimäärin asemaasi joukkueessasi kahden viimeisen pelikautesi aikana?**

- Olin aina tai lähes aina avauskokoonpanon pelaaja
- Olin pääosin avauskokoonpanossa, mutta aloitin myös useita kertoja kaudessa pelin vaihtopelaajana
- Aloitin pelit pääasiassa vaihtopelaajana ja minut vaihdettiin kentälle keskimäärin vähintään joka toisessa ottelussa
- Aloitin pelit pääasiassa vaihtopelaajana ja minut vaihdettiin kentälle keskimäärin harvemmin kuin joka toisessa ottelussa
- Olin usein kokoonpanon ulkopuolella

## 7 Peliuran jatkaminen

### 7.1 Minkä ikäinen olit, kun aloitit pelaamisen Kansallisessa Liigassa (entinen Naisten Liiga) tai Naisten Ykkösessä?

- 15 tai nuorempi
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30 tai vanhempi

### 7.2 Kuinka monta vuotta olet pelannut yhteensä Kansallisessa Liigassa, Naisten Liigassa ja/tai Naisten Ykkösessä?

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10 tai enemmän

**7.3 Alla on esitetty peliuran jatkamisen liittyviä väittämiä ja syitä. Valitse jokaisen väittämän kohdalla omaa tilannettasi tällä hetkellä parhaiten kuvaava vaihtoehto.**

|   | Täysin eri mieltä     | Jokseenkin eri mieltä | Ei samaa eikä eri mieltä | Jokseenkin samaa mieltä | Täysin samaa mieltä   |
|---|-----------------------|-----------------------|--------------------------|-------------------------|-----------------------|
| Jalkapallon pelaaminen ja harjoittelu on hauskaa                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Haluan kuulua ryhmään ja joukkueeseen   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Muiden ihmisten odotukset ja kannustus saavat minut jatkamaan pelaamista            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Haluan parantaa fyysistä suorituskykyäni ja testata omia rajojani                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Jalkapallo mahdollistaa henkistä kasvua ja itsensä kehittämistä                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Haluan kehittyä kokonaisvaltaisesti urheilijana                                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Haluan huolehtia terveydestäni ja hyvinvoinnistani                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Haluan kilpailla, menestyä ja voittaa   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Haluan saavuttaa omia tavoitteitani   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Haluan saavuttaa muiden ihmisten arvostusta   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Haluan saada näkyvyyttä tiedotusvälineissä  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Jalkapallosta saamani edut tai taloudelliset syyt saavat minut jatkamaan pelaamista | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Joku muu syy, mikä?<br><input type="text"/>   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |

**7.4 Oletko harkinnut pelaamisen lopettamista?**

- Kyllä, miksi?
- Ei

**8.1 Vapaa sana**

LIITE 3. Tietosuojailmoitus.

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

LIIKUNTATIETEELLINEN  
TIEDEKUNTA

20.12.2021



***Kuvaus henkilötietojen käsittelystä tieteellisessä tutkimuksessa (tietosuojailmoitus EU (679/2016) 13, 14, 30 artikla)***

**Tutkimuksessa: ” Suomalaisen naisjalkapalloilijoiden peliuran keston, jatkamiseen ja lopettamiseen vaikuttavat tekijät” käsiteltävät henkilötiedot**

Kyselylomakkeen avulla kerättyjä tietoja käytetään Leena Torpon pro gradu- tutkielman ”Suomalaisen naisjalkapalloilijoiden peliuran keston, jatkamiseen ja lopettamiseen vaikuttavat tekijät” aineistona. Tutkielman tavoitteena on tuottaa tietoa siitä, mitkä tekijät vaikuttavat naispelaajien peliuran keston ja mitä syitä peliuran lopettamisen ja jatkamisen taustalla on. Lisäksi halutaan saada tietoa, kuinka naispelaajilta onnistuu peliuran yhdistäminen opiskelun, työelämän ja sosiaalisen elämän kanssa.

Tutkimuksessa Sinusta ei kerätä henkilötietoja.

Tiedote ja tietosuojailmoitus on lähetetty sähköpostin liitetiedostona kyselylomakkeen linkin mukana.

**1. Henkilötietojen käsittelyn oikeudellinen peruste tutkimuksessa/arkistoinnissa**

Käsittely on tarpeen tieteellistä tai historiallista tutkimusta taikka tilastointia varten ja se on oikeasuhteista, sillä tavoiteltuun yleisen edun mukaiseen tavoitteeseen nähden (tietosuojain 4 §:n 3 kohta). Tutkimustulokset ovat julkisesti saatavilla yliopiston julkaisuarkistosta (JYX).

**Henkilötietojen siirto EU/ETA ulkopuolelle**

Tutkimuksessa tietojasi ei siirretä EU/ETA -alueen ulkopuolelle.

**Henkilötietojen suojaaminen**

Henkilötietojen käsittely tässä tutkimuksessa perustuu asianmukaiseen tutkimussuunnitelmaan ja tutkimuksella on vastuuhenkilö. Tutkimuksessa toimitaan niin, että Sinua koskevat tiedot eivät paljastu ulkopuolisille.

**Tutkimuksessa käsiteltävät henkilötiedot suojataan**

Kyselylomakkeen vastaukset tallentuvat Webropol-järjestelmään. Vastauksiin pääsy on suojattu käyttäjätunnuksella ja salasanalla. Vastauksia käsittelee vain tutkija. Tutkija vastaa aineiston hallinnasta sen elinkaaren aikana ja tietojen hävittämisestä tutkimuksen päätyttyä.

Tutkimuksesta on tehty **erillinen tietosuojan vaikutustenarvio**/tietosuojavastaavaa on kuultu vaikutustenarviointista

Kyllä  Ei, koska tämän tutkimuksen vastuullinen johtaja on tarkastanut, ettei vaikutustenarviointi ole pakollinen.

## HENKILÖTIETOJEN KÄSITTELY TUTKIMUKSEN PÄÄTTYMISEN JÄLKEEN

Tutkimusrekisteri hävitetään viimeistään pro gradu -tutkielman valmistuttua (arvio 30.6.2022 mennessä)

### **Rekisterinpitäjä(t) ja tutkimuksen tekijät**

**Rekisterinpitäjä, pro gradu -tutkielman suorittaja ja yhteyshenkilö:** Leena Torpo, Maisteriopiskelija, lmjtorvz(at)student.jyu.fi. Käsiteltäessä tutkittavien henkilötietoja rekisterinpitäjä on taho, joka on vastuussa tutkittavien henkilötietojen asiallisesta ja lainmukaisesta käsittelystä.

**Tutkimuksen ohjaaja:** Jalkapallon tutkimus ja kehitys, Mihaly Szerovay, Jyväskylän yliopiston liikunta-tieteellinen tiedekunta, <https://www.jyu.fi/fi/yhteystiedot>

### **Rekisteröidyn oikeudet**

#### Oikeus saada pääsy tietoihin (tietosuojasetuksen 15 artikla)

Sinulla on oikeus saada tieto siitä, käsitelläänkö henkilötietojasi ja mitä henkilötietojasi käsitellään. Voit myös halutessasi pyytää jäljennöksen käsiteltävistä henkilötiedoista.

#### Oikeus tietojen oikaisemiseen (tietosuojasetuksen 16 artikla)

Jos käsiteltävissä henkilötiedoissasi on epätarkkuuksia tai virheitä, sinulla on oikeus pyytää niiden oikaisua tai täydennystä.

#### Oikeus tietojen poistamiseen (tietosuojasetuksen 17 artikla)

Sinulla on oikeus vaatia henkilötietojesi poistamista tietyissä tapauksissa. Oikeutta tietojen poistamiseen ei kuitenkaan ole, jos tietojen poistaminen estää tai vaikeuttaa suuresti käsittelyn tarkoituksen toteutumista tieteellisessä tutkimuksessa.

#### Oikeus käsittelyn rajoittamiseen (tietosuojasetuksen 18 artikla)

Sinulla on oikeus henkilötietojesi käsittelyn rajoittamiseen tietyissä tilanteissa kuten, jos kiistät henkilötietojesi paikkansapitävyyden.

#### Oikeuksista poikkeaminen

Tässä kuvatuista oikeuksista saatetaan tietyissä yksittäistapauksissa poiketa tietosuoja-asetuksessa ja Suomen tietosuojalaissa säädetyillä perusteilla siltä osin, kuin oikeudet estävät tieteellisen tai historiallisen tutkimustarkoituksen tai tilastollisen tarkoituksen saavuttamisen tai vaikeuttavat sitä suuressi. Tarvetta poiketa oikeuksista arvioidaan aina tapauskohtaisesti.

#### Profilointi ja automatisoitu päätöksenteko

Tutkimuksessa henkilötietojasi ei käytetä automaattiseen päätöksentekoon. Tutkimuksessa henkilötietojen käsittelyn tarkoituksena ei ole henkilökohtaisten ominaisuuksiesi arviointi, ts. profilointi vaan henkilötietojasi ja ominaisuuksia arvioidaan laajemman tieteellisen tutkimuksen näkökulmasta.

#### **Rekisteröidyn oikeuksien toteuttaminen**

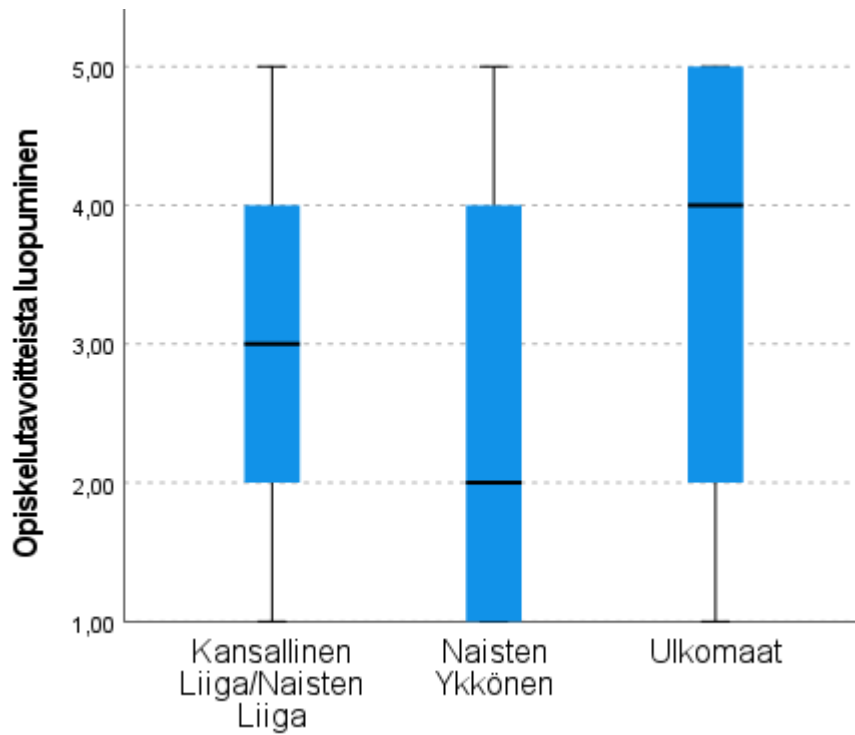
Jos sinulla on kysyttävää rekisteröidyn oikeuksista, voit olla yhteydessä tutkimuksen toteuttajaan [lmjtorvz\(at\)student.jyu.fi](mailto:lmjtorvz(at)student.jyu.fi)

Sinulla on oikeus tehdä valitus erityisesti vakinaisen asuin- tai työpaikkasi sijainnin mukaiselle valvontaviranomaiselle, mikäli katsot, että henkilötietojen käsittelyssä rikotaan EU:n yleistä tietosuoja-asetusta (EU) 2016/679. Suomessa valvontaviranomainen on tietosuojavaltuutettu.

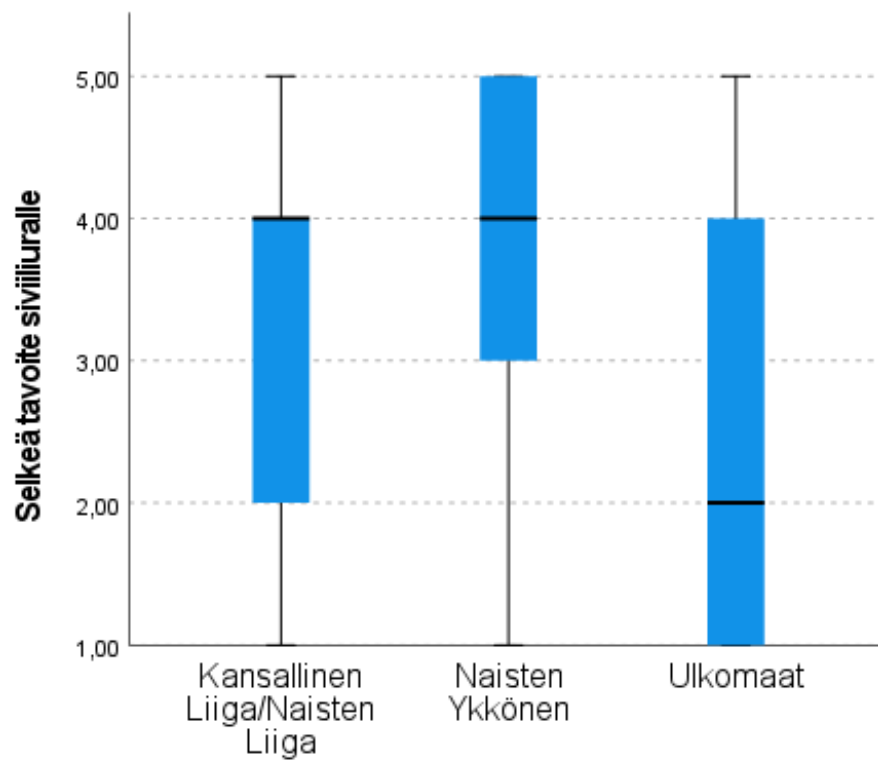
Tietosuojavaltuutetun toimiston ajantasaiset yhteystiedot: <https://tietosuoja.fi/etusivu>



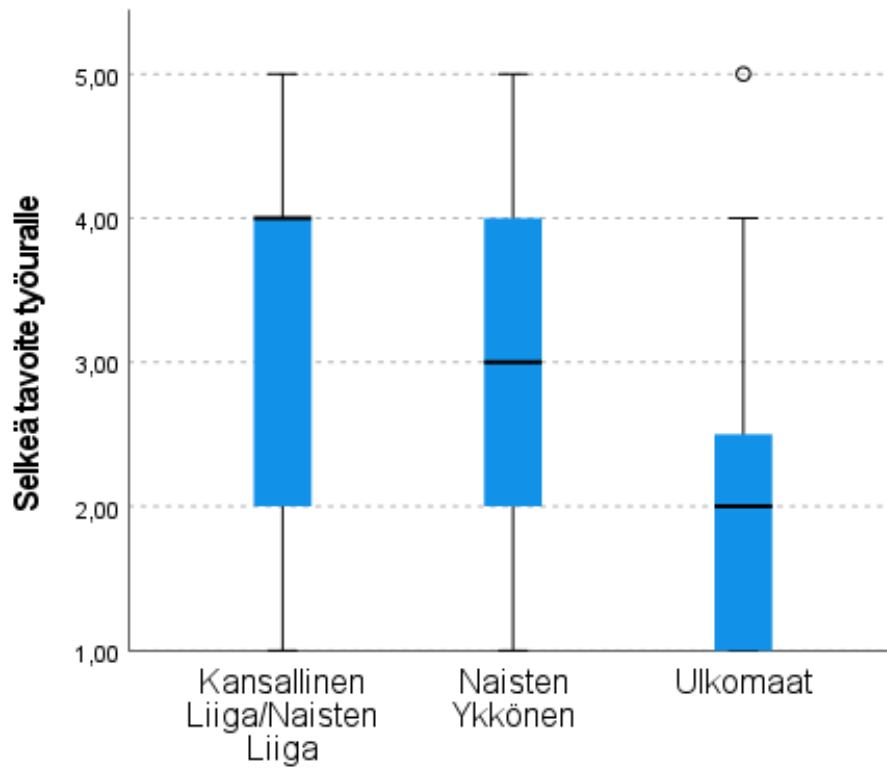
LIITE 4. Eri sarjatasoilla pelaavien kokemus opiskelutavoitteista luopumisesta peliuran takia.



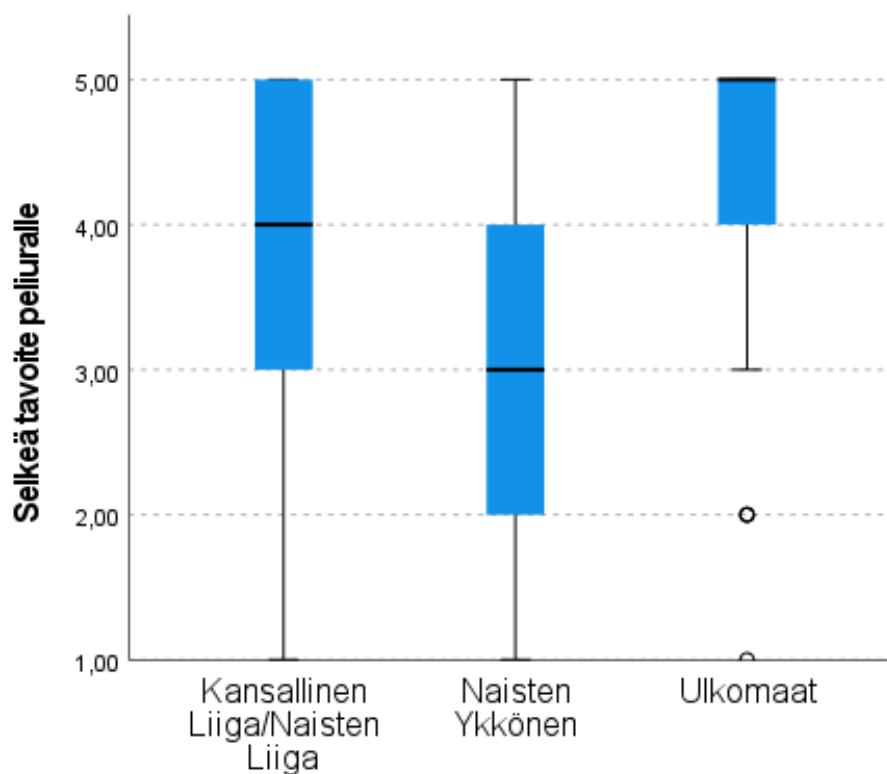
LIITE 5. Eri sarjatasoilla pelaavien kokemus selkeästä tavoitteesta omalle siviiliuralle (opiskelu).



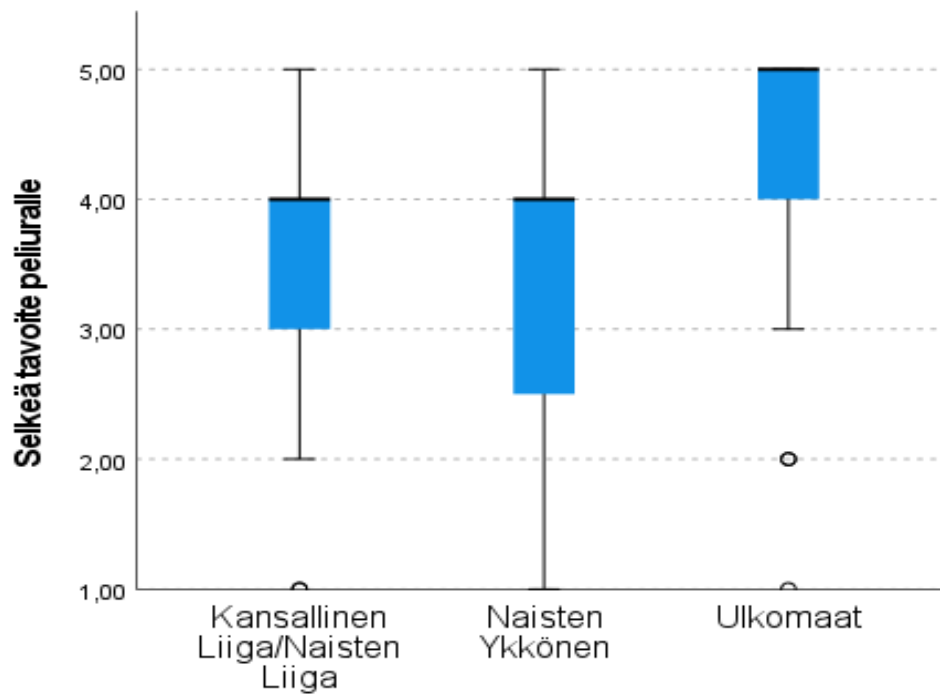
LIITE 6. Eri sarjatasoilla pelaavien kokemus selkeästä tavoitteesta omalle siviliuralle (työnteko).



LIITE 7. Eri sarjatasoilla pelaavien kokemus selkeästä tavoitteesta omalle peliuralle (opiskelu).



LIITE 8. Eri sarjatasoilla pelaavien kokemus selkeästä tavoitteesta omalle peliuralle (työnteko).



LIITE 9. Eri sarjatasoilla pelaavien kokemus työntöön tekemisen tärkeydestä peliuran aikana.

