

**TURVALLINEN HARRASTUSYMPÄRISTÖ LASTEN JA NUORTEN
JALKAPALLOSSA**

- Näkökulmina sosiaalinen vastuullisuus ja psykologinen turvallisuus

Silja Soini

Liikunnan yhteiskuntatieteiden kandidaatintutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Syksy 2023

TIIVISTELMÄ

Soini, S. 2023. Turvallinen harrastusympäristö lasten ja nuorten jalkapallossa - Näkökulmina sosiaalinen vastuullisuus ja psykologinen turvallisuus. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, liikunnan yhteiskuntatieteiden kandidaatintutkielma, 28s.

Tämän kandidaatintutkielman tarkoitus on selvittää minkälaisia ongelmia lasten ja nuorten liikunta- ja urheiluseuraharrastuksissa esiintyy, ja miten seurojen joukkueissa koettua psykologista turvallisuutta voidaan edistää. Työssä keskitytään erityisesti jalkapalloon. Aihe asemoidaan lajin kontekstiin esittelemällä lyhyesti kansallisen lajiliiton (Suomen Palloliitto) ja Euroopan jalkapalloliiton (UEFA) tämänhetkisiä vastuullisuusohjelmia ja niissä määriteltyjä toimia, jotka keskittyvät lasten ja nuorten turvallisuuden edistämiseen jalkapallossa.

Tutkielma toteutettiin kirjallisuuskatsauksena. Työn keskeiset käsitteet ovat sosiaalinen vastuullisuus ja psykologinen turvallisuus. Sosiaalinen vastuullisuus urheilussa tarkoittaa esimerkiksi pelaajien ja työntekijöiden turvallisuuden varmistamista, ja taistelua yhteiskunnan epäkohtia vastaan. Psykologinen turvallisuus tarkoittaa ryhmän jaettua tunnetta siitä, että ryhmässä on turvallista nostaa esiin epäkohtia, ilmaista mielipiteitä ja pyytää palautetta. Psykologisesti turvallisessa ympäristössä pelaajat kokevat itsensä arvostetuksi, tuetuiksi ja hyväksytyiksi.

Lapset ja nuoret kokevat liikunnan ja urheilun seuratoiminnassa kiusaamista, häirintää ja väkivallan eri muotoja. Urheiluorganisaatioiden tulisi tehdä aloitteita näiden ongelmien torjumiseksi. Jalkapallon lajiliitot ohjaavat jalkapallon sidosryhmiä, eli esimerkiksi seuroja ja joukkueita, lasten ja nuorten turvallisuuden edistämiseen harrastusympäristöissä. Valmentajien ja joukkueiden muiden toimijoiden kouluttaminen epäasiallisen käytöksen ennaltaehkäisyyn on keskeistä turvallisten harrastusympäristöjen luomisessa. Joukkueissa psykologista turvallisuutta voidaan edistää kiinnittämällä huomiota valmentajan johtamistyyliin, joukkueen yhteisiin pelisääntöihin ja jaettuun identiteettiin, sekä konfliktien tehokkaaseen käsittelyyn.

Asiasanat: lapset ja nuoret, seuratoiminta, jalkapallo, sosiaalinen vastuullisuus, psykologinen turvallisuus

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

1 JOHDANTO.....	1
2 VASTUULLISUUDEN ULOTTUVUUDET JALKAPALLOSSA	4
2.1 Seuratoiminnan yhteiskunnalliset merkitykset	4
2.2 Harrastusympäristöjen ongelmat	6
2.3 Jalkapallon vastuullisuusohjelmat	8
2.4 Toimijat jalkapalloseuroissa	10
3 PSYKOLOGINEN TURVALLISUUS HARRASTUSYMPÄRISTÖISSÄ.....	12
3.1 Psykologinen turvallisuus ilmiönä.....	12
3.2 Edistämisen keinot joukkueetasolla	13
3.2.1 Pelisäännöt, yhteisöllisyys ja valmentajan johtamistyyli	13
3.2.2 Motivaatioilmastot ja TARGET-malli.....	14
3.2.3 Konfliktien hallinta.....	16
4 YHTEENVETO JA POHDINTA.....	19
LÄHTEET	22

1 JOHDANTO

Jalkapallolla on merkittävä historia ihastuttavista kilpailuista, monimuotoisuudesta ja joukkueidentiteeteistä, ja se yhä houkuttelee miljoonia ihmisiä ympäri maailmaa ruohonjuuritason toimintaan ja kansainvälisiin tapahtumiin vuosittain (Hylton 2017, 268). Suomessa jalkapalloharrastamisen suosio on huipussaan, ja vuoden 2023 elokuun lopussa rekisteröityneitä jalkapallon ja futsalin harrastajia oli Suomessa ennätyselliset 151 306 (Suomen Palloliitto 2023). Hyltonin (2017, 268) mukaan jalkapallo on merkittävä yhteiskunnallinen ilmiö ja kulttuurituote, joka tarjoaa sekä hyviä että huonoja vaikutuksia globaalille yhteiskunnalle.

Jalkapallon harraste- ja junioritoiminta on suomalaiselle yhteiskunnalle merkittävää, ja Suomen Palloliiton (2023) mukaan harrastajamäärien kasvu tarkoittaa merkittäviä positiivisia vaikutuksia suomalaiselle yhteiskunnalle kansanterveydellisissä, sosiaalisissa ja taloudellisissa hyödyissä mitaten. Junioriurheilua voidaan pitää melko hyvänä ja turvallisena ympäristönä lapsille oppia osallistumien, taitojen harjoittelun, reilun pelin ja tiimityöskentelyn taitoja (Hemphill 2011, 113). Lasten ja nuorten turvallisuutta ja hyvinvointia liikunnan ja urheilun harrastustoiminnassa kuitenkin uhkaa monet yhteiskunnassa esiintyvät ongelmat, kuten häirintä, kiusaaminen ja rasismi. Hyltonin (2017, 271) mukaan jalkapallossa rasismi nousee keskustelunaiheeksi usein kytkeytyessään vahvasti tunneperäiseen uhkaavaan käytökseen tai yksittäisiin ilmiöihin, mutta jalkapallon sidosryhmien tulisi kiinnittää enemmän huomiota arjen psykologisesti haitallisiin rasismien ilmenemismuotoihin. Näistä haitallisista mikrotason ilmiöistä tarvitaan lisää tietoa, jotta jalkapallon hallintoelimet ymmärtävät, miten nämä ongelmat vaikuttavat kokemuksiin siitä, miten jalkapallo koetaan pelinä (Hylton 2017, 271).

Itkosen ym. (2018, 102) mukaan suomalaisessa liikuntakulttuurissa ei ole kyetty 2000-luvulla seuraamaan muun yhteiskunnan kehitystä tasa-arvon, yhdenvertaisuuden ja monikulttuurisuuden toteutumisen osalta. Lapset ja nuoret kohtaavat liikuntaharrastuksissa syrjintää ja kiusaamista, sekä fyysistä, henkistä ja jopa seksuaalista väkivaltaa (Itkonen ym. 2018, 102). Vuoden 2016 LIITU-tutkimuksen tulosten valossa näyttää siltä, että liikunta- ja urheiluharrastuksissa erilaiset arvot johtavat kiusaamiseen yleisemmin kuin muissa vapaa-ajan

ympäristöissä (Laine ym. 2016, 61). Peltolan (2020, 18) mukaan kuitenkin lasten ja nuorten hyvinvointia uhkaava väkivaltailmiö liikunta- ja urheiluharrastuksissa on saanut Suomessa vain vähän huomiota. Urheiluorganisaatioiden tulisi tehdä aloitteita syrjinnän torjumiseksi, ja ottaa käyttöön menetelmiä syrjivien tapausten käsittelemiseksi. Lapset ovat kaikista alttiimpia syrjinnän eri muodoille, kuten väkivallalle ja häirinnälle, ja valmentajilla on tärkeä rooli osallistavien ympäristöjen luomisessa, joissa kaikki lapset voivat tuntea olonsa turvalliseksi. (Kavoura ym. 2016, 23)

Urheilun sidosryhmien keskuudessa on tunnustettu ymmärrys siitä, että urheiluorganisaatioiden tulee osallistua sosiaalisen vastuullisuuden edistämiseen, esimerkiksi kiinnittämällä huomiota urheilijoiden ja työntekijöiden turvallisuuden varmistamiseen sekä monimuotoisuuden edistämiseen urheilussa (Chung 2018). Yhteiskuntavastuu voidaan jakaa taloudelliseen, sosiaaliseen ja ympäristöön liittyvään vastuullisuuteen (Kalpala 2004, 13). Sosiaalista vastuullisuutta on aikaisemmin tutkittu lähinnä yritysmaailmassa, ja sitä käsittelevä tutkimustiede myös urheilun yhteydessä keskittynyt pääasiassa voittoa tavoitteleviin urheiluorganisaatioihin. Kalpalan (2004, 14) mukaan yritysmaailmassa sosiaalinen vastuullisuus ulottuu yrityksen sisältä myös sen ulkopuolelle, kuten yhteistyöhön eri sidosryhmien kanssa. Babiakin ja Wolfen (2009) mukaan urheiluorganisaatioita motivoivia tekijöitä sosiaalisen vastuullisuuden harjoittamiselle on esimerkiksi sidosryhmien johtaminen, ja sidosryhmiin keskittyvät sosiaalisen vastuun toimet keskittyvät yhteiskunnallisiin tarpeisiin. Tässä työssä koen perustelluksi käyttää sosiaalisen vastuullisuuden näkökulmaa soveltaen sitä jalkapallon lajiliittoihin, sillä niiden vastuullisuusohjelmat auttavat sidosryhmiä, esimerkiksi jalkapalloseuroja, sitoutumaan sosiaalisen vastuullisuuden tavoitteisiin. Seuratoiminnassa pelkän liikunnan ja urheilun edistämisen lisäksi tavoitellaan laajempien yhteiskunnallisten teemojen huomiointia (Koski & Mäenpää 2018, 34), ja sosiaalisen vastuullisuuden tavoitteiden taustalla vaikuttavat yhteiskunnalliset tarpeet.

Joukkueetasolla valmentajien ja vapaaehtoisten tehtävä on huolehtia lasten ja nuorten turvallisuuden edistämisestä, mutta sekä Laineen ym. (2016, 61) että Toivosen ja Kanasen (2023) mukaan lasten ja nuorten harrastusympäristöissä toimivat aikuiset eivät aina ole tietoisia siitä, millaisilla keinoilla epäasialliseen käytökseen voidaan puuttua. Jowett ym. (2023) mukaan psykologinen turvallisuus urheilukontekstissa on tullut osaksi akateemista tutkimuskenttää, ja

Toivosen (10.05.2023) mukaan keinoja psykologisen turvallisuuden edistämiseen joukkueissa on tunnistettu runsaasti. Psykologinen turvallisuus tarkoittaa ryhmän jaettua uskomusta siitä, että ryhmässä voidaan ottaa sosiaalisia riskejä, eli esimerkiksi nostaa esiin epäkohtia ja ilmaista mielipiteitä (Edmondson 1999).

Tämän kandidaatintutkielman tutkimuskysymykset ovat selvittää minkälaisia ongelmia lasten ja nuorten liikunnan ja urheilun seuratoiminnassa esiintyy, ja miten harrastejoukkueissa koettua psykologista turvallisuutta voidaan edistää. Tarkastelun kohteena on erityisesti jalkapallo, ja sen vuoksi työssä lisäksi esitellään myös millä tavoin jalkapallon katto-organisaatiot johtavat seuroja ja muita sidosryhmiä sosiaalisen vastuullisuuden harjoittamiseen. Tutkimustehtävät ovat valittu aiheen yhteiskunnallisen merkittävyyden, ajankohtaisuuden, ja lasten ja nuorten liikunta- ja urheiluharrastustoiminnan ongelmiin liittyvien tietotarpeiden vuoksi. Useiden tutkimusten mukaan lapset ja nuoret kokevat liikunta- ja urheiluharrastuksissa väkivaltaa, kiusaamista ja häirintää (ks esim. LIITU 2016, LIITU 2022, Suomen Palloliitto 2022). Laineen ym. (2016, 61) mukaan LIITU-tutkimuksen tulokset herättävät epäilyksiä liikunnan ja urheilun parissa toimivien aikuisten kyvyistä tunnistaa nämä ongelmat, ja puuttua niihin.

Tutkielman luvussa kaksi käsitellään valittua aihetta sen yhteiskunnallisen merkityksen, harrastusympäristöissä esiintyvien ongelmien ja seuraharrastamisen toimijarakenteiden valossa. Aihe asemoidaan jalkapallon kontekstiin esittelemällä lyhyesti kansallisen lajiliiton (Suomen Palloliitto) ja Euroopan jalkapalloliiton (UEFA) tämänhetkisiä vastuullisuusohjelmia ja niissä esiteltyjä toimia, jotka keskittyvät lasten ja nuorten turvallisuuden edistämiseen jalkapallossa. Tutkielman luvussa kolme perehdytään psykologisen turvallisuuden ilmiöön joukkueetasolla, ja esitellään kokoavasti kansainväliseen akateemiseen tutkimustietoon perustuen keinoja, joilla psykologista turvallisuutta voidaan edistää joukkueissa.

2 VASTUULLISUUDEN ULOTTUVUUDET JALKAPALLOSSA

Seuratoiminnalla on merkittäviä vaikutuksia yhteiskuntaan ja sen vuoksi olisi tärkeää, että lapset ja nuoret viihtyisivät seuratoiminnassa mahdollisimman pitkään. Liikunnan ja urheilun seuratoiminnassa esiintyy kuitenkin ongelmia, jotka uhkaavat lasten ja nuorten turvallisuutta ja hyvinvointia harrastusympäristöissä. Tässä luvussa luon katsauksen näihin ongelmiin ja esittelen toimia, joilla jalkapallon lajiliitot ohjaavat sidosryhmiä lasten ja nuorten turvallisuuden varmistamiseen harrastusympäristöissä.

2.1 Seuratoiminnan yhteiskunnalliset merkitykset

Suomalaisessa yhteiskunnassa kansalaistoiminnalla on ollut keskeinen asema väestön hyvinvoinnin ja sosiaalisen turvallisuuden tuottamisessa. Viime vuosien aikana julkinen sektori on pyrkinyt laajentamaan muiden yhteiskuntasektorien toimijoiden, kuten liikunta- ja urheiluseurojen, osallistumista kansalaisten palvelutuotantoon. (Huhtanen & Itkonen, 2022, 91) Lasten ja nuorten osallistuminen organisoituun liikuntaan on kasvanut viime vuosikymmenten aikana (Laakso ym. 2008, 139), ja seuraharrastamisen kasvava suosio tuottaa positiivisia vaikutuksia yhteiskunnalle. Suomessa jalkapalloharrastamisen suosio on huipussaan, ja vuoden 2023 elokuun lopussa rekisteröityneitä jalkapallon ja futsalin harrastajia oli Suomessa ennätyselliset 151 306 (Suomen Palloliitto 2023). Junioriurheilua voidaan pitää melko hyvänä ympäristönä lapsille oppia osallistumisen, taitojen harjoittelun, reilun pelin ja tiimityöskentelyn taitoja (Hemphill 2011, 113). Urheilu voi myös tarjota mahdollisuuden riskien ottamiselle, joka voi johtaa henkilökohtaiseen kasvuun ja kehitykseen (Hemphill 2011, 113).

Liikunta- ja urheiluseuroissa on yhtenä liikuntakulttuurin perusyksikköinä potentiaalia toimia kansalaisten terveyden ja hyvinvoinnin edistäjinä (Huhtanen & Itkonen 2022, 91). Lasten ja nuorten vapaa-ajan liikkuminen on vähentynyt viime vuosikymmenten aikana, mutta lasten ja nuorten osallistuminen organisoituun liikuntaan on kasvanut (Laakso ym. 2008, 139). Urheiluseuratoimintaan osallistuminen lisää todennäköisyyttä täyttää liikuntasuositukset niin yleisen fyysisen aktiivisuuden, kuin rasittavan liikunnan osalta (Kokko ym. 2019). Vuoden 2022 LIITU-tutkimuksen mukaan 58 prosenttia 9–15-vuotiaista (n=7957) harrasti liikuntaa tai

urheilua urheiluseurassa kyselyn tekohetkellä, ja jalkapallo oli selkeästi suosituin urheiluseurassa harrastettu laji (22 %) (Blomqvist ym. 2023, 83–92). Vuoden 2018 LIITU-tutkimuksessa selvitettiin syitä sille, miksi lapsi tai nuori (11–15 v, n = 873) haluaa lopettaa harrastamisen urheiluseurassa. Kolme tärkeintä syytä lopettamiselle olivat kyllästyminen lajiin (40 %), se ettei viihtynyt joukkueessa tai harjoitteluryhmässä (31 %) tai harrastaminen ei ollut tarpeeksi innostavaa (25 %). Tutkimuksen mukaan päätös urheiluseuraharrastuksen lopettamisesta oli tehty yleisimmin 10–12-vuotiaana. (Blomqvist ym. 2019, 52–53)

Seuratoiminnassa pelkän liikunnan ja urheilun edistämisen lisäksi tavoitellaan laajempien yhteiskunnallisten teemojen huomiointia (Koski & Mäenpää 2018, 34). Seurat tarjoavat erilaisia osallistumisen, osallisuuden, yhteisöllisyyden ja kansalaisvaikuttamisen mahdollisuuksia, ja tämän vuoksi seuratoiminnan merkitystä esimerkiksi elämönhallinnan välineenä ja syrjäytymisen ehkäisyssä olisi syytä tutkia (Opetusministeriö 2009, 30). Opetusministeriön (2009, 27) mukaan liikunta voi toimia lapsille onnellisuuden, hyvän elämönhallinnan, psyykkisen hyvinvoinnin ja yhteisöllisyyden edistäjänä. Yhteiskunnallisen muutoksen ja kulttuuristen tekijöiden roolia lasten ja nuorten elämäntavan ja liikunnallisuuden muovaajina pitäisi tutkia myös monikulttuurisuuden näkökulmasta. Lisääntyvä kansainvälisyys tekee lapsia ja nuoria koskevan liikuntapolitiikan ja sen tutkimisen monimuotoisemmaksi. (Opetusministeriö 2009, 30).

Seuratoiminnan ydin on liikunnan ja urheilun edistämisessä, mutta toiminnan taustalla on aatteellisia painotuksia, joiden pohjalta toiminnan kokonaisuutta rakennetaan (Koski & Mäenpää 2018, 34). Seurojen aatteellisia perusteita on tutkittu seuratutkimuksessa vuosina 1986, 1996, 2006 ja 2016 selvittämällä erilaisten aatesuuntien painoarvoa (Koski & Mäenpää 2018, 34). Vuoden 2016 tilannetta kartoittaessa aatteellisuusmittari koostui yhdeksästätoista osiosta, joista neljä olivat uusia verrattuna aikaisempiin aineistoihin (Koski & Mäenpää 2018, 34). Uudet aatevirtaukset olivat monikulttuurisuus ja kansainvälisyys, suvaitsevaisuus, ammattimaisuus ja yhdenvertaisuus (Koski & Mäenpää 2018, 34). Näiden aatteiden toteutumista tulee edistää liikunta- ja urheiluseuroissa, jotta harrastustoiminta on kaikille osallistujille turvallista.

Monikulttuurisuuden ja yhdenvertaisuuden edistämisen tavoitteet on kirjattu myös liikuntalakiin. Liikuntalain 390/2015 (2015) tavoitteena on edistää muun muassa lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä, liikunnan kansalaistoimintaa mukaan lukien seuratoimintaa, liikunnan rehellisyyttä ja eettisiä periaatteita sekä eriarvoisuuden vähentämistä liikunnassa (Liikuntalaki 390/2015, 2015). Liikuntalain tavoitteiden lähtökohtana ovat yhdenvertaisuus, tasa-arvo, yhteisöllisyys, monikulttuurisuus, terveet elämäntavat sekä ympäristön kunnioittaminen ja kestävä kehitys (Liikuntalaki 390/2015, 2015). Itkosen ym. (2018, 102) mukaan liikuntalakiin kirjatut yhdenvertaisuus, tasa-arvo ja monikulttuurisuus eivät kuitenkaan kaikilta osin toteudu suomalaisessa liikuntakulttuurissa ja -järjestelmässä, eikä niiden toteutumista seurata kansallisten urheilujärjestöjen toimesta riittävästi. Seuraavassa alaluvussa esittelen tarkemmin lasten ja nuorten seuratoiminnassa kohtaamia ongelmia ja epäkohtia.

2.2 Harrastusympäristöjen ongelmat

Urheilun yleisesti tunnettujen hyötyjen lisäksi urheilussa havaitaan myös urheilijoiden terveyteen, hyvinvointiin ja integriteettiin negatiivisesti vaikuttavia tekijöitä, kuten tahallista väkivaltaa ja häirintää (Mountjoy ym. 2016). Laine ym. (2016, 61) mukaan vuoden 2016 LIITU-tutkimus on Suomessa ensimmäisiä tutkimuksia, joissa laajemmin selvitetään syrjinnän ja kiusaamisen esiintymistä liikunta- ja urheiluharrastuksissa, ja tulokset ovat huolestuttavia. Koulun ja internetin jälkeen liikunta- ja urheiluharrastukset ovat kolmanneksi yleisin paikka, jossa lapset ja nuoret kokevat kiusaamista ja syrjintää. Tulosten valossa näyttää siltä, että liikunta ja urheiluharrastukset ovat ympäristöjä, joissa erilaiset arvot ja arvostukset johtavat kiusaamiseen yleisemmin kuin muissa vapaa-ajan fyysisissä ympäristöissä. Tulokset herättävät epäilyksiä liikunnan ja urheilun parissa toimivien aikuisten kyvyistä tunnistaa kiusaamisen ja syrjinnän ilmeneminen, ja puuttua näihin ongelmiin. (Laine ym. 2016, 61).

Lasten ja nuorten hyvinvointia uhkaava väkivaltailmiö liikunta- ja urheiluharrastuksissa on saanut Suomessa vain vähän huomiota (Peltola 2020, 18). Tarkasteltaessa Lapsiuhritutkimus 2013 -aineistoa tulokset osoittivat, että 30 prosenttia pojista ja 18 prosenttia tytöistä oli raportoinut kokeneensa henkistä väkivaltaa liikunta- tai urheiluharrastuksessa. Pojat raportoivat kokeneensa valmentajan tai ohjaajan harjoittamaa väkivaltaa tai väärinkäytöksiä merkittävästi

tyttöjä enemmän. Suurin ero sukupuolten välillä valmentajan harjoittamassa väkivallassa havaittiin fyysisen väkivallan tapauksessa, ja tutkimuksen mukaan kuusi prosenttia pojista ja kaksi prosenttia tytöistä oli kokenut fyysistä väkivaltaa valmentajan tai ohjaajan toimesta. Tutkimuksen mukaan liikunta- ja urheiluharrastuksista raportoitiin henkisen väkivallan kokemuksia enemmän verrattuna muihin harrastusympäristöihin. Liikunta- ja urheiluharrastuksessa käyvistä lapsista ja nuorista 22 prosenttia ja muissa harrastuksissa käyvistä kahdeksan prosenttia raportoi kokeneensa kiroilua ja vihaista huutamista. Nimittelystä ja pilkkaamisesta raportoi noin 10 prosenttia liikunnan ja urheilun harrastajista, ja noin 5 prosenttia muista harrastajista. (Peltola 2020, 19)

Vuoden 2022 LIITU-tutkimuksessa selvitettiin 13- ja 15-vuotiaiden kokemuksia epäasiallisesta kohtelusta urheiluharrastuksessa. Noin neljäsosa (n=228) kyselyyn vastanneista nuorista kertoi kokeneensa epäasiallista kohtelua urheiluharrastuksessa, ja yleisimmät epäasiallisen kohtelun muodot olivat nimittely tai pilkkaaminen, huutaminen ja kiroilu sekä ryhmän ulkopuolelle sulkeminen. Epäasiallisen kohtelun esiintymistä oli selvitetty myös urheiluseurassa harrastamisen lopettaneilta nuorilta. Näissä tuloksissa epäasiallisen kohtelun muotona korostui ryhmän ulkopuolelle sulkeminen, ja tekijänä joukkue tai ryhmäkaveri. Tulokset voivat olla osoitus valmentajien ja vanhempien kyvyttömyydestä tunnistaa ja puuttua lasten toisiinsa kohdistamaan epäasialliseen kohteluun. (Toivonen & Kananen 2023, 93–100)

Suomen Palloliiton ja Elisan vuonna 2022 toteuttamassa Pidetään yhtä -kyselytutkimuksessa selvitettiin, kuinka moni nuori jalkapalloilija on kokenut tai havainnut epäasiallista käytöstä lajin parissa. Kyselyyn vastanneista 16–20-vuotiaista pelaajista (N=777) 61,9 prosenttia oli kokenut tai havainnut jalkapallon parissa epäasiallista tai syrjivää käytöstä. Suomen Palloliiton (2022) mukaan suurin osa epäasiallisen käytöksen havainnoista ja kokemuksista liittyy peleihin, ja niiden yleisin esiintymismuoto on huutelu tai puhe. Epäasiallista käytöstä oli koettu pelikavereiden, valmentajien, vastustajien pelaajien, katsojien, vanhempien ja muiden joukkuetoimijoiden toimesta (Suomen Palloliitto 2022).

Kaikilla urheilutoimintaan osallistuvilla tulisi olla oikeus urheilla turvallisesti, mutta turvallisuuteen liittyvät ongelmat ovat edelleen tunnistamaton piste monissa

urheiluorganisaatioissa (Mountjoy ym. 2016). Pelot maineen vaurioitumisesta, välinpitämättömyydestä, hiljaisuudesta ja salaisista sopimuksista varjostavat urheiluorganisaatioita, minkä vuoksi monet epäkohdat jäävät yhä käsittelemättä. (Mountjoy ym. 2016) Psykologinen väkivalta on urheilussa kaikkien väkivallan muotojen keskiössä, ja aikaisempi tieteellinen tutkimus on osoittanut, että vaikka kaiken ikäiset ja tyyppiset urheilijat ovat alttiita näille ongelmille, suurimmassa vaarassa väkivallan kokemiselle ovat muun muassa erityisesti lapset. (Mountjoy ym. 2016). Kavoura ym. (2016, 23) mukaan lapset ovat kaikista alttiimpia syrjinnän eri muodoille, kuten väkivallalle ja häirinnälle, ja urheiluorganisaatioiden tulisi tehdä aloitteita syrjinnän torjumiseksi, ja ottaa käyttöön menetelmiä syrjivien tapausten käsittelemiseksi.

2.3 Jalkapallon vastuullisuusohjelmat

Chungin (2018) artikkelissa luodaan viitekehys sosiaalisen vastuullisuuden harjoittamiselle urheilussa, ja sen tavoitteena on edistää sekä organisaatioiden, että yhteiskunnan tavoitteita. Sosiaalista vastuullisuutta urheilussa (engl. Social Responsibility in Sports, SRS) voidaan tarkastella ulkoisten ja sisäisten tekijöiden kautta, jotka kuitenkin heijastavat ja voimistavat toisiaan. Ulkoisiin tekijöihin kuuluu esimerkiksi fyysisen aktiivisuuden edistäminen ja taistelu yhteiskunnan epäkohtia vastaan. Sisäisiin toimiin kuuluu urheilijoiden ja työntekijöiden turvallisuuden varmistaminen, osallistuminen syrjivien asenteiden vastaisiin toimiin, sekä monimuotoisuuden edistäminen urheilussa. Chungin (2018) mukaan urheiluorganisaatiot tuottavat ohjelmia, joilla tähdätään esimerkiksi lasten ja nuorten terveyden ja sosiaalistamisen parantamiseen urheilussa. (Chung 2018)

Urheiluorganisaatiot osallistuvat nykypäivänä sosiaalisen vastuullisuuden harjoittamiseen kasvissa määrin (Babiak & Wolfe 2009). Babiakin ja Wolfen (2009) mukaan urheiluorganisaatioita motivoivia tekijöitä sosiaalisen vastuullisuuden harjoittamiselle ovat intohimo, talous, läpinäkyvyys ja sidosryhmien johtaminen. Sidoryhmiin keskittyvät sosiaalisen vastuullisuuden toimet keskittyvät yhteiskunnallisiin tarpeisiin, ja urheilualalla menestyminen edellyttää organisaatioilta kykyä työskennellä monipuolisesti erilaisten sidoryhmien kanssa (Babiak & Wolfe 2009). Tässä tutkielmassa luodaan seuraavaksi lyhyt

katsaus kansallisen jalkapalloliiton (Suomen Palloliitto) ja Euroopan jalkapalloliiton (UEFA) vastuullisuusohjelmiin, esitellen niistä lasten ja nuorten turvallisuuden edistämisen kannalta keskeisimmät aihealueet. Nämä vastuullisuusohjelmat antavat jalkapallon sidosryhmille toimintaohjeet eettisesti kestävä ja vastuullisen toiminnan harjoittamiselle. Turvallisten harrastusympäristöjen toteutuminen edellyttää sitä, että nämä vastuullisuusohjelmat saavuttavat urheiluseurat, ja seurojen sisällä joukkueissa noudatetaan lajiliittojen määrittelemiä linjauksia.

Union of European Football Associations (UEFA) on eurooppalaisen jalkapallon hallintoelin, joka toimii kattojärjestönä 55:lle kansalliselle jalkapalloliitolle ympäri Eurooppaa. UEFA toimii eurooppalaisen jalkapallon arvojen turvaajana, edistää ja suojelee eettisiä normeja sekä ylläpitää suhteita eurooppalaisen jalkapallon sidosryhmiin. (UEFA 2018) UEFA:n Football Sustainability Strategy -vastuullisuusohjelmassa on esitetty yksitoista menettelytapaa, joista yksi painottuu lasten ja nuorten suojelemiseen. UEFA:n mukaan tavoitteena on, että lasten ja nuorten oikeuksia jalkapallossa suojellaan, mahdollisia haittoja ennaltaehkäistään ja niihin vastataan tarvittaessa. UEFA:n tavoitteeksi on nimetty turvallinen ja voimaannuttava jalkapallon harrastusympäristö kaikille lapsille ja nuorille. Tällä hetkellä UEFA edistää lasten ja nuorten hyvinvointia jalkapallossa antamalla ohjeita lasten ja nuorten suojelusta jäsenjärjestöille, kouluttamalla lasten kanssa toimivia sidosryhmiä, ja tarjoamalla verkkoalustan, joka tarjoaa tietoa turvallisempien jalkapalloympäristöjen luomiseksi. (UEFA 2021)

Suomen Palloliiton jalkapallon ja futsalin vastuullisuusohjelma koostuu neljästä osa-alueesta, jotka ovat hyvä hallinto, sosiaalinen vastuu, ympäristövastuu sekä antidoping ja integrity (Suomen Palloliitto s.a.d). Sosiaalisen vastuun osuus on jaettu viiteen osaan, jotka ovat monikulttuurinen kehitystyö ja kotoutumisen edistäminen, turvallinen toimintaympäristö, yhdenvertaisuus ja tasa-arvo, terveys ja hyvinvointi sekä solidaarisuus ja oikeudet. Vastuullisuusohjelman sosiaalisen vastuun alakohdissa on linjattu, että Suomen Palloliiton säännöt ja määräykset tukevat rasismia vastaan toimintaa, ja mahdollistavat epäkohtiin puuttumisen. Suomen Palloliitto (s.a.c)

Turvallisen ja avoimen toimintaympäristön takaamiseksi Suomen Palloliitto rakentaa käytäntöjä fyysisen turvallisuuden edistämiseen harjoituksissa, kilpailuissa ja katsomoissa. Suomen Palloliiton toiminnan keskiössä on kannustavan ja positiivisen ilmapiirin luominen, jossa jokainen kokee olevansa arvostettu. Suomen Palloliitto on sitoutunut noudattamaan YK:n ja UEFA:n ihmisoikeuslinjauksia, ja edistää toiminnassaan liikunnan ja urheilun eettisten periaatteiden toteutumista yhdessä opetus- ja kulttuuriministeriön, Suomen Olympiakomitean ja Suomen Urheilun Eettisen Keskuksen kanssa. (Suomen Palloliitto s.a.c)

Suomen Palloliitto hyödyntää toiminnassaan Väestöliiton Et ole yksin -palvelun ja Suomen Urheilun Eettisen keskuksen asiantuntemusta. Materiaaleja lasten ja nuorten kanssa työskenteleville epäasiallisen käytöksen tunnistamiseen ja ennaltaehkäisyyn sekä siihen puuttumiseen on saatavilla Suomen Palloliiton verkkosivuilla, ja niissä on hyödynnetty Väestöliiton Et ole yksin -palvelua. (Suomen Palloliitto s.a.a). Suomen Olympiakomitean (s.a.) mukaan turvallisella toimintaympäristöllä tarkoitetaan ympäristöä, jossa urheilu tuottaa positiivisia kokemuksia ilman, että kukaan kokee epäasiallista käytöstä. Suomen Olympiakomitean verkkosivuilla on tarjolla materiaaleja lajiliitoille ja seuroille häirinnän ennaltaehkäisyyn. (Suomen Olympiakomitea s.a) Väestöliiton verkkosivuilla on tarjolla erityisesti urheiluseurojen valmentajille, vapaaehtoisille ja työntekijöille suunnattu maksuton Et ole yksin -verkkokoulutus, joka tarjoaa välineitä puuttua epäasialliseen käytökseen, väkivaltaan ja häirintään urheiluseuroissa (Väestöliitto s.a.).

2.4 Toimijat jalkapalloseuroissa

Jalkapalloseuroissa ja -joukkueissa tulisi huolehtia siitä, että lapset ja nuoret ovat turvassa epäasialliselta käytökseltä ja väkivallan eri muodoilta. Junioritoimintaan keskittyvien jalkapalloseurojen sisäiset roolit tulisivat olla kaikille selkeitä, jotta joukkueiden psykologista turvallisuutta voidaan edistää mahdollisimman tehokkaasti.

Vehmas ym. (2018, 81) mukaan vapaaehtoistoimintaan perustuva urheilusektori on Suomen urheilujärjestelmän ydin. Seuratoiminnan ammattimaistuminen on luonut keskustelua vapaaehtoistyön roolista ja tulevaisuudesta, mutta junioriseuroissa vapaaehtoisen määrä on yhä

suuri, sillä toiminta rakentuu joukkueiden toiminnan organisointiin (Aarresola ym. 2022,45). Tyypillisesti vapaaehtoisia urheiluseuroissa ovat valmentajat ja aktiivisesti toimintaan osallistuvat vanhemmat (Vehmas ym. 2018, 81). Suomessa liikunnan ja urheilun vapaaehtoistoimintaan osallistuminen on yleisintä jalkapallossa, jääkiekossa ja yleisurheilussa (Vehmas ym. 2018, 85). UEFA SROI -mallinnus on työväline, jolla voidaan mitata jalkapalloon sijoitetun pääoman sosiaalista tuottoa. Mallinnusta hyödyntämällä on arvioitu, että Suomessa toimii jalkapallon parissa noin 99 000 vapaaehtoista. (Suomen Palloliitto s.a.b) Aarresola ym. (2022, 45) mukaan yhdessä joukkueessa on useimmiten monia toimintarooleja, esimerkiksi valmentajia, varustevastaavia ja joukkueenjohtajia. Vapaa-aikatutkimuksen mukaan peräti 65 prosenttia vanhemmista, joiden lapsi liikkuu urheiluseurassa, osallistuu liikunnan vapaaehtoistyöhön, ja yleisimmät vapaaehtoistyön muodot vanhemmilla ovat talkootyö (15 %) ja toimitsijana oleminen (9 %) (Myllyniemi & Berg 2013, 86).

Valmentajilla ja vanhemmilla on vastuu varmistaa nuorten urheilijoiden turvallisuus ja hyvinvointi urheilussa (Hemphill 2011, 113). Joukkueessa johtavassa asemassa olevilla henkilöillä, kuten valmentajilla, joukkueenjohtajilla, kapteeneilla tai epävirallisilla johtajilla on keskeinen rooli psykologisen turvallisuuden muodostamisessa joukkueetasolla (Toivonen 10.05.2023). Osa junioriurheilun valmentajista keskittyy voittamiseen ja taitojen harjoitteluun, kun taas toiset keskittyvät pelaajien hauskanpitoon ja sosiaaliseen kehitykseen (Gilbert & Trudel 2004, 21). Junioriurheilun valmentajien tulisi ymmärtää oma roolinsa myös fyysisten harjoitteiden ulkopuolella, ja pyrkiä kehittämään pelaajista autonomisia oppijoita, sekä ymmärtää oma roolinsa kognitiivisia seurauksia ja eettisiä ongelmia (Gilbert & Trudel 2004, 22). Suomen Palloliiton (s.a.a) mukaan urheiluseurojen tulee tarkistaa rikostaustaote lasten ja nuorten kanssa työskenteleviltä työntekijöiltä, ja rikostaustan tarkistamista suositellaan myös vapaaehtoisilta. Tämän tutkielman seuraavassa luvussa 3 esitellään, miten joukkueiden johtavassa asemassa olevat toimijat voivat edistää psykologisen turvallisuuden toteutumisen joukkueissa.

3 PSYKOLOGINEN TURVALLISUUS HARRASTUSYMPÄRISTÖISSÄ

Tässä luvussa perehdytään tarkemmin psykologisen turvallisuuden ilmiöön joukkueetasolla, ja esitellään keinoja, miten seurojen sisällä joukkueiden psykologista turvallisuutta voidaan edistää. Työssä käytetään joukkueen käsitteitä kuvaamaan lasten ja nuorten liikuntaryhmää rajaamatta joukkueen tasoa, pelaajien ikää tai sukupuolta.

3.1 Psykologinen turvallisuus ilmiönä

Psykologisen turvallisuuden (engl. psychological safety) käsite on peräisin jo 1960-luvulta työyhteisöihin kohdistuvan tutkimuksen piiristä (ks esim. Ruokonen ym. 2014), mutta Jowett ym. (2023) mukaan Edmondson on tuonut käsitteen tunnetuksi 1990-luvun lopulla. Edmondsonin (1999) mukaan ryhmän psykologinen turvallisuus tarkoittaa ryhmän jaettua tunnetta siitä, että ryhmässä on turvallista ottaa sosiaalisia riskejä. Psykologisesti turvallisessa ryhmässä jäsenet uskaltavat ilmaista mielipiteitä, nostaa esiin epäkohtia ja myöntää virheitä (Edmondson 1999). Aikaisempaa akateemista tutkimusta psykologisesta turvallisuudesta urheilun yhteydessä on toistaiseksi julkaistu kohtalaisen vähän, mutta psykologisen turvallisuuden käsite on kuitenkin vähitellen löytänyt tiensä myös urheiluun liittyvään kirjallisuuteen (Jowett ym. 2023). Toivosen (10.05.2023) mukaan urheilun yhteydessä psykologinen turvallisuus on niin yksilöön, joukkueeseen kuin organisaatioon liittyvä monimutkainen ja dynaaminen ilmiö.

Tässä työssä käsitellään psykologista turvallisuutta ryhmätason ilmiönä, ja vielä tarkemmin nimenomaisesti urheilujoukkueiden viitekehyksessä. Edmondsonin (1999) mukaan psykologista turvallisuutta voidaan pitää ryhmätason ilmiönä silloin, kun se kuvastaa enemmän ryhmää kuin sen yksilöitä, ja ryhmän jäsenillä tulee olla samankaltaisia havaintoja psykologisen turvallisuuden ilmenemisestä. (Edmondson 1999) Urheilujoukkueissa psykologinen turvallisuus ja riskinotto voivat tarkoittaa esimerkiksi huonon käyttäytymisen nostamista esiin, valmentajan haastamista tai palautteen pyytämistä (Toivonen 10.05.2023). Psykologisesti turvallinen ryhmä edellyttää sitä, että ryhmän jäsenten välillä vallitsee luottamus ja keskinäinen kunnioitus, ja ryhmän jäsenet kokevat olevansa hyväksytyjä ilman tarvetta muuttaa itseään

(Edmondson 1999). Lasten ja nuorten harrastuksissa valmentajat ja vanhemmat ovat avainasemassa psykologisesti turvallisen ilmapiirin luomisesta, mutta loppupeleissä vastuu on ryhmän jokaisella jäsenellä (Toivonen 10.05.2023).

Psykologinen turvallisuus rakentuu joukkueetasolla välittävästä ympäristöstä, hauskuuden ja kehittämisen korostamisesta, tasa-arvon toteutumisesta ja erilaisuuden hyväksymisestä. (Toivonen 10.05.2023) Psykologiseen turvallisuuteen tulisi kiinnittää huomiota, jotta joukkueissa jokainen lapsi ja nuori kokisi olonsa turvalliseksi ja hyväksytyksi. Lisäksi ryhmän psykologinen turvallisuus vaikuttaa oppimiskäyttäytymiseen, jolla taas on vaikutus ryhmän suoriutumiseen (Edmondson 1999). Toivosen (10.05.2023) mukaan psykologisen turvallisuuden toteutuminen on selkeä edellytys joukkueen hyvinvoinnille ja menestymiselle. Psykologisesti turvallisessa ympäristössä ei ole kyse pelkästään mukavuudesta vaan ympäristöstä, jossa kaikki pelaajat antavat panoksensa, sitoutuvat sääntöihin ja tavoitteisiin sekä konfliktien kautta oppivat tarkastelemaan ongelmia uusista näkökulmista (Jowett ym. 2023).

3.2 Edistämisen keinot joukkueetasolla

Joukkueetasolla psykologista turvallisuutta edistäviä tekijöitä ovat esimerkiksi yhdessä asetetut pelisäännöt ja tavoitteet, yhtenevät arvot ja yhteisen identiteetin luominen, sekä konfliktien tehokas käsitteleminen (Toivonen 10.05.2023). Luvussa kaksi esittelin, että valmentajat, vanhemmat ja joukkueiden muut toimijat ovat avainasemassa turvallisen ilmapiirin luomisessa lasten ja nuorten harrastusympäristöissä. Seuraavissa alaluvuissa esitellään keinoja, joilla nämä toimijat voivat vaikuttaa psykologisen turvallisuuden edistämiseen joukkueissa.

3.2.1 Pelisäännöt, yhteisöllisyys ja valmentajan johtamistyyli

Rovion (2009, 175) mukaan ryhmän ohjaajan ja jäsenten tulee kiinnittää huomiota ryhmän vuorovaikutukseen, palautteenantoon ja pelisääntöihin eli normeihin. Toimivassa ryhmässä sovitaan selkeät säännöt ja toimintatavat, ja niiden toteutumista tulisi myös arvioida säännöllisesti (Rovio 2009, 176). Suomen Palloliiton (s.a.a) mukaan seurojen tulee ohjeistaa

valmentajiaan pelisääntöjen luomiseen jokaisen harjoituskauden alussa, ja niiden luomisen yhteydessä lapsia ja nuoria tulee informoida heidän oikeuksistaan. Jowett ym. (2023) mukaan äänen antaminen urheilijoille on tärkeä osa psykologisesti turvallisen ympäristön luomista, sillä se voi johtaa laadukkaaseen valmentajan ja urheilijoiden väliseen suhteeseen, jossa jokainen joukkueen jäsen kokee itsensä kuulluksi, yhteenkuuluvaksi ja arvostetuksi. Ryhmän jäsenet todennäköisesti kokevat ympäristön turvalliseksi, jos ryhmän johtaja on kannustava, valmennusorientoitunut, ja kykenevä vastaanottamaan haasteita ja kysymyksiä (Edmondson 1999).

Joukkueissa tulisi kiinnittää huomiota yhteisöllisyyden edistämiseen, ja yhteisen sosiaalisen identiteetin luomiseen. Joukkueen jaetun sosiaalisen identiteetin on todettu edistävän psykologisesti turvallisen ympäristön toteutumista, ja joukkueen valmentajan, kapteenien tai joukkueen epävirallisten johtajien identiteettiperustainen johtamistyyli vahvistaa merkittävästi joukkueen jäsenten identifioitumista osaksi joukkuetta (Fransen ym. 2020). Tämä koettu joukkueidentiteetti taas on positiivisesti yhteydessä parempaan tiimityöskentelyyn, sekä joukkueen joustavuus- ja suorituskykyyn. Joukkueidentiteetti edistää yhteisiä arvoja ja normeja, jolloin mahdollisuudet kielteisiin kokemuksiin ovat pienemmät verrattuna ympäristöihin, joissa jaettu tunne yhteisöllisyydestä puuttuu. (Fransen ym. 2020)

Myös Gosai ym. (2021) ovat tutkineet valmentajan johtamiskäyttäytymisen vaikutuksia joukkueen psykologiseen turvallisuuteen. Lisäksi tutkimuksessa keskityttiin valmentajan ja urheilijoiden välisen suhteen laatuun. Joukkueurheilijoihin keskittyvän tutkimuksen (n=166) tulokset osoittivat, että valmentajan urheilijoiden yksilöllinen huomioiminen, tiimityö, älyllinen stimulointi ja ryhmän yhteisten tavoitteiden edistäminen ennustivat joukkueen psykologista turvallisuutta ja hyvän valmentajan ja urheilijoiden välisen suhteen laatua (Gosai ym. 2021).

3.2.2 Motivaatioilmastot ja TARGET-malli

Decin ja Ryanin (2000, 227) itsemääräämisteorian (engl. Self-determination theory, SDT) mukaan ihmisillä on kolme hyvinvointiin vaikuttavaa sisäistä perustarvetta, jotka ovat kokemukset autonomiasta, pätevyydestä ja sosiaalisesta yhteenkuuluvuudesta. Decin ja Ryanin

(2000, 227) mukaan ympäristöt, jotka tukevat näitä kokemuksia, edistävät motivaatiota, ja näiden tarpeiden täytyminen on myös välttämätöntä terveen kehityksen ja hyvinvoinnin kannalta. Decin ja Ryanin (2000, 227) mukaan autonomiaa, pätevyyttä ja sosiaalista yhteenkuuluvuutta estävät asiat ovat yhteydessä heikompaan motivaatioon, suorituskykyyn ja hyvinvointiin. Suomessa psykologisista turvallisuutta lasten liikunnassa on tutkittu koululiikuntatunneilla motivaatioilmaston, autonomian ja sosiaalisen yhteenkuuluvuuden mittareilla.

Ruokosen ym. (2014) tutkimuksessa selvitettiin, kokevatko 4.-6.-luokan pojat ja tytöt (n = 382, pojat 202, tytöt 180) liikuntatuntien psykologisen turvallisuuden ja motivaatioilmaston eri tavalla. Motivaatioilmaston ulottuvuuksiksi oli määritelty tehtävä- ja minäsuuntautunut motivaatioilmasto, autonomia ja sosiaalinen yhteenkuuluvuus. Tulosten mukaan tytöt kokivat liikuntatunnit psykologisesti turvallisemmaksi kuin pojat, ja tyttöjen kokema psykologista turvallisuutta selitti vahvasti tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto, kun taas pojat kokivat motivaatioilmaston tyttöjä minäsuuntautuneemmaksi. Tutkimuksen tulosten mukaan sosiaalinen yhteenkuuluvuus korreloi kaikista voimakkaimmin psykologisen turvallisuuden kanssa, ja minäsuuntautunut motivaatioilmasto korreloi psykologisen turvallisuuden kanssa kaikista heikoimmin. Näin ollen liikuntatunneilla minäsuuntautuneisuuden vähentäminen ja tehtäväsuuntautuneisuuden tukeminen auttavat oppilaita kokemaan olonsa psykologisesti turvallisiksi (Ruokonen ym. 2014, 49–55). Oppilaat kokevat motivaatioilmaston tehtäväsuuntautuneeksi todennäköisimmin silloin, jos opettaja painottaa liikuntatunnin aikana oppilaiden välistä yhteistyötä, näkee virheet osana oppimisprosessia ja arvostaa yrittämistä. (Ruokonen ym. 2014, 50)

Ryhmän ohjaaja voi korostaa tehtäväsuuntautuneisuutta harjoittelussa hyödyntämällä TARGET-mallia (Nikander & Rovio 2009, 234). Tässä mallissa on kuusi ohjaamisen osaluuetta, jotka ovat tehtävät, päätösvalta, tunnustuksen antaminen, ryhmittely, arviointi ja ajankäyttö. Mallin on alun perin kehittänyt Ames ja Epstein 1980-luvun lopulla, ja Nikander on 2000-luvun alulla mukailnut siitä urheiluvalmennukseen soveltuvan mallin. (Nikander & Rovio 2009, 234). Nikanderin (2007, 29) mallin mukaan tehtäväsuuntautuneessa motivaatioilmastossa pelaajilla on ohjausprosessissa vastuuta ja valinnan mahdollisuuksia, kun taas puolestaan minäsuuntautuneessa motivaatioilmastossa rohkaistaan joukkueen sisäiseen

kilpailuun. Tehtäväsuuntautuneessa motivaatioilmastossa kaikilla pelaajilla on mahdollisuus saada palautetta ja huomiota, ja ohjaaja arvostaa yrittämistä, verrattuna minäsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon, jossa tunnustuksen antaminen on kilpailumenestykseen perustuvaa (Nikander 2007, 29). Tehtäväsuuntautuneessa motivaatioilmastossa virheet nähdään osana oppimista, pelaajia ohjataan itsearviointiin, ja kehittymiselle varataan aikaa (Nikander 2007, 29).

3.2.3 Konfliktien hallinta

Toivosen (10.05.2023) mukaan joukkueen sisällä saa olla myös kilpailua, ja parhaimmillaan kilpailu auttaa pelaajia saamaan itsestään parhaan irti ja vie koko joukkuetta eteenpäin. Myös Jowett ym. (2023) mukaan on muistettava, että sisäistä kilpailua ja pelaajien asettamista vastakkain ei voida erottaa urheilusta. Joukkueen sisäisestä kilpailusta voi kuitenkin pahimmillaan muodostua este joukkueen turvallisuudelle ja menestymiselle (Toivonen 10.05.2023). Jos valmentajat eivät ole kykeneväisiä puuttumaan syrjinnän eri muotoihin, ryhmässä voi esiintyä useita ongelmia, kuten joukkueessa koetun yhteenkuuluvuuden ja suorituskyvyn heikkenemistä sekä joukkueen sisäisiä konflikteja (Kavoura ym. 2016, 26). Äänen antaminen pelaajille on avainasemassa psykologisen turvallisuuden luomisessa ryhmäympäristöissä, jotka ovat luonteeltaan kilpailullisia jo lähtökohtaisesti (Jowett ym. 2023).

Joukkueen jäsenet voivat tuntea olonsa arvostetuiksi, hyväksytyiksi, tuetuiksi ja innostuneiksi kun he kokevat, että he voivat ilmaista itseään ja kykenevät hallitsemaan konflikteja (Jowett ym. 2023). Jowett ym. (2023) mukaan pelaajien kyky selviytyä konflikteista on yhteydessä korkeaan psykologisen turvallisuuden tasoon, ja se edellyttää pelaajilta tunteiden hallintaa, kärsivällisyyden osoittamista, ja erimielisyyksien ymmärtämistä (Jowett ym. 2023). Psykologista turvallisuutta kokevat urheilijat pystyvät osallistua riskialttiisiin vuorovaikutustilanteisiin, eli esimerkiksi myöntämään virheitä ja nostamaan esiin huolenaiheita ilman pelkoa nöyryyttämisestä (Jowett ym. 2023). Edmondsonin (1999) mukaan ryhmän jäsenet luottavat, että virheen tekeminen ei johda hylkäämiseen, jos ryhmän sisäisissä keskusteluissa on osoitettu mielenkiintoa ja arvostusta keskusteluissa, joissa käydään läpi virheitä.

Konfliktien hallinta ja avoimuus ennustavat positiivisesti psykologisen turvallisuuden toteutumista (Jowett ym. 2023). Rovio ym. (2009, 287) mukaan ryhmän ohjaajan tulee puuttua ryhmässä toistuvasti havaitsemiinsa ongelmiin, ja hänen tulee auttaa ryhmän jäsenten välisten ristiriitojen käsittelyssä. Konfliktitilanteissa aina ryhmän turvallisuus hetkellisesti laskee, ja tunnelma on monesti uhkaava (Salmi ym. 2009, 110–111). Konfliktien kautta ryhmän jäsenille kuitenkin tarjoutuu mahdollisuus kyseenalaistaa ryhmän sisällä esitettyjä selityksiä ongelmiin, mutta ongelmien ratkaisukyky kehittyy vain, jos ryhmässä koetaan riittävästi turvallisuutta (Salmi ym. 2009, 111). Ryhmätason ilmiönä turvallisuus näkyy kykynä käsitellä asioita julkisesti ja yhteisesti koko ryhmän ollessa koolla (Salmi ym. 2009, 109), ja ryhmän ohjaajan tulisi jatkuvasti rohkaista pelaajia osallistumaan keskusteluihin ja ilmaisemaan mielipiteitään (Rovio 2009, 175).

Nuoret voivat joutua kohtaamaan epäkohteliasta ja välinpitämätöntä käytöstä urheilussa, mikä vaikuttaa negatiivisesti sekä yksilöihin että joukkueisiin, ja on näin ollen merkittävä ongelma (Kinosita & Sato 2023). Kinosita ja Sato (2023) ovat tutkineet, miten välinpitämättömyys ja psyykkinen turvallisuus liittyvät toisiinsa ajan myötä, ja miten muutokset psykologisessa turvallisuudessa vaikuttavat nuorten urheilijoiden hyvinvointiin ja sosiaaliseen kehitykseen. Tutkimus osoitti, että valmentajan ja joukkueovereiden välinpitämättömyys (engl. incivility) oli merkitsevästi yhteydessä muutoksiin koetussa psykologisessa turvallisuudessa, ja tämä edelleen oli merkitsevästi yhteydessä nuorten hyvinvointiin ja sosiaaliseen kehitykseen. Tutkimus auttaa junioriurheiluun keskittyvien seurojen sidosryhmiä ymmärtämään tietotarpeita liittyen valmentajien ja joukkueovereiden epäasiallisen käytöksen vaikutuksista joukkueisiin ja niissä urheileviin nuoriin. (Kinosita & Sato 2023)

Valmentajat voivat itse edistää osallistavien ympäristöjen luomista olemalla tietoisia omasta käytöksestään ja omista arvoistaan toimia roolimallina nuorille urheilijoille (Kavoura ym. 2016, 34). Valmentajien tulisi kiinnittää huomiota selkeään, sensitiiviseen ja asialliseen kielenkäyttöön. Voimaannuttavilla kokemuksilla on valtava vaikutus lasten ja nuorten hyvinvointiin, ja siksi valmentajien tulisi saada koulutusta siitä, millaisilla pedagogisilla lähestymistavoilla voidaan vahvistaa pätevyyden kokemuksia lasten ja nuorten urheilussa. (Kavoura ym. 2016, 36) Ongelmien ennaltaehkäisyä välineenä valmentajan tulisi tarjota apua ja vahvistaa positiivisia puolia sekä ihmisissä että ongelmatilanteiden menettelytavoissa.

Valmentajien tulee aina puuttua ongelmatilanteisiin käymällä niistä keskusteluja eri osapuolten kanssa ja antaa mahdollisuuksia anteeksi pyytämiseen ja antamiseen. Ongelmatilanteiden ratkeamista tulee seurata ja osapuolten kanssa tulisi sopia, että niiden käsittelyyn palataan esimerkiksi kahden viikon kuluttua. (Kavoura 2016, 42)

4 YHTEENVETO JA POHDINTA

Tässä kandidaatintutkielmassa tarkastelin, minkälaisia ongelmia lasten ja nuorten seuraharrastuksissa ilmenee, ja miten joukkueetasolla koettua psykologista turvallisuutta voidaan edistää. Lisäksi selvitin, miten jalkapallon lajiliitot Suomen Palloliitto ja UEFA pyrkivät vastuullisuusohjelmillaan ohjaamaan sidosryhmiä lasten ja nuorten turvallisuuden edistämiseen lajin parissa.

Useiden tutkimusten mukaan lapset ja nuoret kokevat liikunnan ja urheilun seuratoiminnassa kiusaamista, häirintää ja väkivallan eri muotoja (ks esim. LIITU 2016, Peltola 2020, LIITU 2022, Suomen Palloliitto 2022). Seuratoiminnassa liikunnan ja urheilun edistämisen lisäksi tavoitellaan laajempien yhteiskunnallisten teemojen huomiointia, ja liikuntalain (390/2015) tavoitteiden lähtökohtana on yhdenvertaisuus, tasa-arvo, yhteisöllisyys ja monikulttuurisuus (Koski & Mäenpää 2018, 34; Liikuntalaki 390/2015). Sosiaalista vastuullisuutta urheilussa on esimerkiksi pelaajien ja työntekijöiden turvallisuuden varmistaminen, taistelu yhteiskunnan epäkohtia vastaan sekä monimuotoisuuden edistäminen urheilussa (Chung 2018). Urheiluorganisaatioiden tulisi tehdä aloitteita syrjinnän torjumiseksi, ja ottaa käyttöön menetelmiä syrjivien tapausten käsittelemiseksi. Lapset ovat kaikista alttiimpia syrjinnän eri muodoille, kuten väkivallalle ja häirinnälle, ja valmentajilla on tärkeä rooli osallistavien ympäristöjen luomisessa, joissa kaikki lapset voivat tuntea olonsa turvalliseksi. (Kavoura ym. 2016, 23) Junioriurheilun valmentajien tulisi ymmärtää oma roolinsa myös fyysisten harjoitteiden ulkopuolella, ja pyrkiä kehittämään pelaajista autonomisia oppijoita, sekä ymmärtää oma roolinsa kognitiivisia seurauksia ja eettisiä ongelmia (Gilbert & Trudel 2004, 22).

Joukkueetasolla psykologista turvallisuutta edistäviä tekijöitä ovat esimerkiksi yhdessä asetetut pelisäännöt ja tavoitteet, yhtenevät arvot ja yhteisen identiteetin luominen, sekä konfliktien tehokas käsitteleminen (Toivonen 10.05.2023). Psykologisesti turvallisessa ryhmässä jäsenet tuntevat itsensä arvostetuiksi ja he myös uskaltavat nostaa esiin epäkohtia (Edmondson 1999). Joukkueidentiteetti edistää yhteisiä arvoja ja normeja, jolloin mahdollisuudet kielteisiin kokemuksiin ovat pienemmät verrattuna ympäristöihin, joissa jaettu tunne yhteisöllisyydestä

puuttuu (Fransen ym. 2020). Lasten ja nuorten liikunnassa myös motivaatioilmastolla on todettu olevan vaikutuksia koettuun psykologiseen turvallisuuteen (esim. Ruokonen ym. 2014). Nikanderin (2007, 29) mallin mukaan tehtäväsuuntautuneessa motivaatioilmastossa kaikilla pelaajilla on mahdollisuus saada palautetta ja huomiota, ja ohjaaja arvostaa yrittämistä, verrattuna minäsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon, jossa tunnustuksen antaminen on kilpailumenestykseen perustuvaa (Nikander 2007, 29).

Jalkapallon lajiliitot Suomen Palloliitto ja UEFA ohjaavat jalkapallon sidosryhmiä lasten ja nuorten turvallisuuden varmistamiseen jalkapallossa. Väestöliiton Et ole yksin -palvelu tarjoaa seuratoimijoille välineitä puuttua epäasialliseen käytökseen, väkivaltaan ja häirintään (Väestöliitto s.a.). Materiaaleja ongelmien ennaltaehkäisyyn ja epäkohtiin puuttumiseen on saatavilla Suomen Palloliiton, Suomen Olympiakomitean ja Väestöliiton verkkosivuilla (ks. esim. Suomen Palloliitto s.a.a, Suomen Olympiakomitea s.a., Väestöliitto s.a.). Akateeminen lähdekirjallisuus painottaa valmentajien roolia psykologisen turvallisuuden edistämässä joukkueetasolla, joten valmentajien ja joukkueiden muiden johtavien toimijoiden kouluttautuminen epäasiallisen käytöksen ennaltaehkäisyyn ja konflikteihin puuttumiseen on todella tärkeää. Voimaannuttavilla kokemuksilla on valtava vaikutus lasten ja nuorten hyvinvointiin, ja siksi valmentajien tulisi saada koulutusta siitä, millaisilla pedagogisilla lähestymistavoilla voidaan vahvistaa pätevyyden kokemuksia lasten ja nuorten urheilussa (Kavoura ym. 2016, 36).

Valmentajat ovat avainasemassa lasten ja nuorten toisiinsa kohdistaman epäasiallisen käytöksen havaitsemisessa. Ongelmallista on kuitenkin se, että lapset ja nuoret kokevat seuratoiminnassa epäasiallista kohtelua myös valmentajien ja joukkueiden muiden toimijoiden puolesta (ks. esim. Suomen Palloliitto 2022). Suomen Palloliiton mukaan urheiluseurojen tulee tarkistaa rikostaustaote lasten ja nuorten kanssa työskenteleviltä työntekijöiltä, ja rikostaustan tarkistamista suositellaan myös vapaaehtoisilta (Suomen Palloliitto s.a.a). Lapset ja nuoret eivät aina kerro kokemastaan epäasiallisesta käytöksestä eteenpäin tai välttämättä edes tunnista olevansa sen uhreja. Joukkueissa tulisi olla useampia aikuisia toimijoita vahtimassa turvallisuuden toteutumista, ja myös esimerkiksi joukkueenjohtajien ja varustevastaajien kouluttaminen epäasiallisen käytöksen havaitsemiseen on tärkeää.

Jalkapallo on lasten ja nuorten suosituin urheiluseurassa harrastettu laji (Blomqvist ym. 2023, 83–92), ja siksi valitsin erityisesti jalkapallon tarkastelun kohteeksi tässä työssä. Psykologisen turvallisuuden osalta tutkimustuloksia ei voida rajata vain jalkapalloon, vaan niitä voitaisiin hyödyntää myös erilaisten liikuntaryhmien ja muiden joukkuelajien kohdalla. Tässä työssä ei myöskään tehty rajausta joukkueen tason, pelaajien iän tai sukupuolen osalta, ja tulevissa jatkotutkimuksissa ehdotankin tarkempaa rajausta näiden muuttujien osalta. Työn haasteeksi osoittautui se, että sosiaalisen vastuullisuuden ilmiötä on tutkittu aikaisemmin lähinnä voittoa tavoittelevissa urheiluorganisaatioissa. Sosiaaliseen vastuullisuuteen osallistumisen motiivit voittoa tavoittelevissa urheiluorganisaatioissa ovat olla esimerkiksi taloudellisia (Babiak & Wolfe 2009), joten käsitteen soveltuvuutta kolmannen sektorin toimijoihin on vaikea arvioida. Koin kuitenkin perustelluksi käyttää sosiaalisen vastuullisuuden näkökulmaa soveltaen sitä jalkapallon lajiliittoihin, sillä niiden vastuullisuusohjelmat auttavat sidosryhmiä, eli esimerkiksi jalkapalloseuroja, sitoutumaan sosiaalisen vastuullisuuden tavoitteisiin.

Jatkotutkimusehdotuksena ehdotan psykologisen turvallisuuden tutkimista drop out -ilmiön ennaltaehkäisyssä. Kolme tärkeintä syytä urheiluseurassa lopettamiselle ovat kyllästyminen lajiin, se ettei viihtynyt joukkueessa tai harrastaminen ei ollut tarpeeksi innostavaa (Blomqvist ym. 2019, 52–53). Urheiluseurassa harrastamisen lopettaneiden nuorten kohdalla korostunut epäasiallisen kohtelun koettu muoto oli ryhmän ulkopuolelle sulkeminen, tekijänä joukkue tai ryhmäkaveri (Toivonen & Kananen 2023, 96). Psykologista turvallisuutta edistämällä voidaan korostaa hauskuutta, edistää joukkueen yhteisiä arvoja ja identiteettiä, ja saada pelaajat kokemaan itsensä hyväksytyksi, arvostetuksi ja tuetuksi (Gosai 2021; Jowett ym. 2023; Toivonen 10.05.2023). Nämä tulokset voisivat viitata siihen, että psykologisen turvallisuuden edistämällä voitaisiin parantaa lajista nauttimista ja pelaajien viihtyvyyttä harrastusryhmässä, ja siten mahdollisesti ennaltaehkäistä harrastuksen lopettamista. Näitä yhteyksiä voitaisiin tutkia jalkapallojoukkueissa myös toimijoiden pysyvyyden näkökulmasta. Vapaaehtoistoiminta on edelleen merkittävä osa seuratoimintaa, ja jatkossa olisi mielenkiintoista selvittää edistäisivätkö psykologisen turvallisuuden tekijät, kuten yhteinen joukkueidentiteetti ja tehokas konfliktien hallinta, toimijoiden motivaatiota jatkaa joukkueessa seuraavalle kaudelle.

LÄHTEET

- Aarresola, O., Lämsä, J. & Itkonen, H. (2022) Urheiluseurat ammattimaistumisen ristiaallokossa. Liikuntatieteellisen Seuran tutkimuksia ja selvityksiä (nro 22). Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura. 45.
- Babiak, K., & Wolfe, R. (2009). Determinants of Corporate Social Responsibility in Professional Sport: Internal and external Factors. *Journal of Sport Management*, 23(6), 717–742. <https://doi.org/10.1123/jsm.23.6.717>.
- Blomqvist, M., Mononen, K., Koski, P. & Kokko, S. (2019). Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU- tutkimuksen tuloksia 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:1, 47–55.
- Blomqvist, M., Mononen, K., Koski, P. & Kokko, S. (2023). Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU- tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1, 83–92.
- Chung, J. (2018). Social Responsibility in Sports: A Call for a Systematic Approach. *Journal of Legal Aspects of Sport*, 28 (2), 138–150. <https://doi.org/10.18060/22568>.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01.
- Edmondson, A. (1999). Psychological Safety and Learning Behavior in Work Teams. *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350–383. <https://doi.org/10.2307/2666999>.
- Fransen, K., McEwan, D., & Sarkar, M. (2020). The impact of identity leadership on team functioning and well-being in team sport: Is psychological safety the missing link? *Psychology of Sport and Exercise*, 51, Article 101763. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101763>.
- Gilbert, W.D., & Trudel, P. (2004) Role of the Coach: How Model Youth Team Sport Coaches Frame Their Roles. *The Sport Psychologist*, 18(1). 21–43. DOI: <https://doi.org/10.1123/tsp.18.1.21>.
- Gosai, J., Jowett, S., & Nascimento-Júnior, J. R. A. Do. (2021). When leadership, relationships and psychological safety promote flourishing in sport and life. *Sports Coaching Review*, 145–165. DOI: 10.1080/21640629.2021.1936960.
- Hemphill, D. (2011). Sport-smart persons: a practical ethics for coaching young athletes. Teoksessa A. R. Hardman & C. Jones. (Toim.). *The ethics of sports coaching*. Abingdon, Oxon: Routledge. 104-115.
- Huhtanen, K., & Itkonen, H. (2022). Julkiset palvelutuotantotehtävät suomalaisten liikuntaseurojen muodonmuutosten lähteenä. *Liikunta ja tiede*, 59(4), 91–102.
- Hylton, K. (2017). 'Race', racism and football. Teoksessa J. Hudson, K. Moore, R. Spaaij & J. Maguire (toim.). *Routledge handbook of football studies*. Abingdon, Oxon: Routledge. 268–279.
- Itkonen, H., Lehtonen, K. & Aarresola, O. (2018). Liikuntapolitiikka ja -hallinto, koulutus sekä tulevaisuus. Teoksessa H. Itkonen, K. Lehtonen & O. Aarresola (toim.). *Tutkimuskatsaus liikuntapolitiittisen selonteon tausta-aineistoksi*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2018:6. 96–105.

- Jowett, S., Do Nascimento-Junior, J.R.A., Zhao, C. & Gosai, J. (2023). Creating conditions for psychological safety and its impact on quality coach-athlete relationships. *Psychology of Sport and Exercise*, 65. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102363>.
- Kalpala, A. (2004). Johdantopuheenvuoro. Teoksessa R. Järvinen (toim.). *Yhteiskuntavastuu: Näkökulmia yritysten ja julkisyhteisöjen yhteiskunnalliseen vastuuseen*. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy. 13–17.
- Kavoura, A., Kokkonen, M., & Siljamäki, M. (2016). Tackling discrimination in grassroots sports: a handbook for teachers and coaches. The IRIS project; Regional Center of Vocational Training and Lifelong Learning in Achaia, Region of Western Greece. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-202303082068>.
- Kinoshita, K. & Sato, S. (2023) Incivility and psychological safety in youth sport: the reciprocal effects and its impact on well-being and social outcomes, *Sport Management Review*, 26(2), 246-270. DOI: 10.1080/14413523.2022.2138110.
- Kokko, S., Martin, L., Geidne, S., Hoye, A. V., Lane, A., Meganck, J., Scheerder, J., Seghers, J., Villberg, J., Kudlacek, M., Badura, P., Mononen, K., Blomqvist, M., De Clercq, B., & Koski, P. (2019). Does sports club participation contribute to physical activity among children and adolescents? : A comparison across six European countries. *Scandinavian Journal of Public Health*, 47(8), 851-858. <https://doi.org/10.1177/1403494818786110>.
- Koski, P. & Mäenpää, P. (2018). *Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986–2016. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:25*. Viitattu 25.10.2023. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-575-4>. 34.
- Laakso, L., Telama, R., Nupponen, H., Rimpelä, A., & Pere, L. (2008). Trends in leisure time physical activity among young people in Finland, 1977—2007. *European Physical Education Review*, 14(2), 139–155. <https://doi.org/10.1177/1356336X08090703>.
- Laine, A., Salasuo, M. & Matilainen, P. 2016. Arvot, syrjintä ja kiusaaminen. Teoksessa S-Kokko & A. Mehtälä (toim.). *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016*. Helsinki: Valtion liikuntaneuvosta 2016:4. 57–61.
- Liikuntalaki 390/2015. (2015). Viitattu 23.10.2023. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390>.
- Mountjoy, M., Brackenridge, C., Arrington, M., Blauwet, C., Carska-Sheppard, A., Fasting, K., Kirby, S., Leahy, T., Marks, S., Martin, K., Starr, K., Tiivas, A., & Budgett, R. (2016). International Olympic Committee consensus statement: harassment and abuse (non-accidental violence) in sport. *British Journal of Sports Medicine*, 50(17), 1019–1029. Viitattu 14.10.2023. <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2016-096121>.
- Myllyniemi, S. & Berg, P. (2013). *Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013*. Helsinki: Nuorisosaian neuvottelukunnan julkaisuja 49 / Nuorisotutkimusseuran julkaisuja 140. 86.
- Nikander, A. (2007). Tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston edistäminen miesten jalkapallojoukkueen valmennuksessa. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus. *Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja* 203. Väitöskirja. 29.
- Nikander, A. & Rovio, E. (2009). Tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston edistäminen. Teoksessa E. Rovio, T. Lintunen & O. Salmi. (Toim.). *Ryhmäilmiöt liikunnassa*. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura, 2009. 232–251.
- Opetusministeriö. (2009). *Uusi suunta liikuntatutkimukseen. Opetusministeriön strategia liikuntatutkimuksen suuntaamiseksi ja hyödyntämiseksi*. Opetusministeriön julkaisuja 2009:18.27–30. Viitattu

- 23.10.2023.<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/78861/opm18.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Peltola, M. (2020). Pojat, maskuliinisuus ja väkivaltakokemukset urheilu- ja liikuntaharrastuksessa. Teoksessa P. Berg, K. Lehtonen & M. Salasuo (toim.). ”SIITÄ ON PIKEMMINKIN VAIETTU” Kirjoituksia kiusaamisesta, syrjinnästä ja epäasiallisesta kohtelusta lasten ja nuorten liikunnassa ja urheilussa. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisuja 151, sarja: Liike. 18–23.
- Rovio, E., Nikkola, T. & Salmi, O. (2009). Ohjaaminen ja ryhmäilmiö. Näkökulmia ryhmän ohjaamiseen. Teoksessa E. Rovio, T. Lintunen & O. Salmi. (Toim.). Ryhmäilmiöt liikunnassa. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura, 2009. 286–296.
- Rovio, E. (2009). Ryhmän kiinteys eli koheesio. Teoksessa E. Rovio, T. Lintunen & O. Salmi. (Toim.). Ryhmäilmiöt liikunnassa. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura, 2009. 155–178.
- Ruokonen J., & Kokkonen M., & Kokkonen J. (2014). Liikuntatuntien psykologinen turvallisuus ja motivaatioilmasto alakoululaisten tyttöjen ja poikien silmin. Liikunta & Tiede 51 (6), 49–55.
- Salmi, O., Rovio, E. & Lintunen, T. (2009). Teoksessa E. Rovio, T. Lintunen & O. Salmi. (Toim.). Ryhmäilmiöt liikunnassa. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura, 2009. 87–117.
- Suomen Olympiakomitea (s.a.). Turvallinen toimintaympäristö. Verkkosivu. Viitattu 17.9.2023.<https://www.olympiakomitea.fi/olympiakomitea/vastuullisuus/turvallinen-toimintaymparisto/>.
- Suomen Palloliitto (2022). Pidetään yhtä. Kyselytutkimus epäasiallisesta käyttäytymisestä. Tulosraportti 9.9.2022. Viitattu 27.10.2023. https://static.elisa.com/v2/image/2tqybbhjs47b/11bpe46tS2q7IqqW7t8cCJ/palloliitto-pidetaan-yhta-kyselytutkimus-0922.pdf?_gl=1*19m4j0v*_gcl_au*MTgxMzEwMjAxMy4xNjk4NzcwNTI4*FPAU*MTgxMzEwMjAxMy4xNjk4NzcwNTI4&_ga=2.65776750.1967212506.1698770528-1810520678.1698770528_
- Suomen Palloliitto. (2023). Harrastajamäärät edelleen nousussa – Vuoden 2022 ennätyslukemat rikki jo tämän vuoden elokuussa! Verkkosivu. Tiedote (4.9.2023). Viitattu 10.10.2023 <https://www.palloliitto.fi/ajankohtaista/harrastajamaarat-edelleen-nousussa>.
- Suomen Palloliitto. (s.a.a). Epäasiallisen käytöksen ennaltaehkäisy. Tietoa epäasiallista käytöstä ennaltaehkäisevistä toimista. Verkkosivu. Viitattu 29.10.2023 <https://www.palloliitto.fi/harrastaminen/turvallinen-harrastaminen/epaasiallisen-kaytoksen-ennaltaehkaisy/>.
- Suomen Palloliitto (s.a.b) Jalkapalloon sijoitetun sosiaalisen pääoman tuotto. UEFA SROI -mallilla laskettu jalkapallon yhteiskunnallinen vaikuttavuus. Verkkosivu. Viitattu 5.11.2023. https://www-assets.palloliitto.fi/62562/1654767959-sroi_palloliitto_kesakuu2022.pdf.
- Suomen Palloliitto (s.a.c) Sosiaalinen vastuu. Palloliitto kantaa kilpailutoimen ohella myös sosiaalista vastuuta mm. tasa-arvoisesta ja turvallisesta toiminnasta. Verkkosivu. Viitattu 7.11.2023. <https://www.palloliitto.fi/palloliitto/vastuullisuus/sosiaalinen-vastuu/?tab=2-2-turvallisuus>.
- Suomen Palloliitto. (s.a.d). Vastuullisuus. Jalkapallon ja futsalin vastuullisuusohjelma. Verkkosivu. Viitattu 10.11.2023. <https://www.palloliitto.fi/palloliitto/vastuullisuus>.

- Toivonen, H-M. (10.05.2023). Psykologinen turvallisuus ja menestys: Uusiiko Suomi jääkiekon MM-kullan. Blogikirjoitus. Jyväskylän yliopisto verkkosivu. Viitattu 29.10.2023. <https://www.jyu.fi/fi/blogikirjoitus/psykologinen-turvallisuus-ja-menestys-uusiiko-suomi-jaakiekon-mm-kullan>.
- Toivonen, V. & Kananen, M. (2023). Epäasiallinen kohtelu urheilussa. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto 2023:1. 93–100.
- UEFA. (2021). Strength Through Unity. Football Sustainability Strategy 2030. Viitattu 20.9.2023 https://editorial.uefa.com/resources/0270-13f888ffa3e5-931c597968cb-1000/uefa_football_sustainability_strategy.pdf.
- UEFA. (2018). What UEFA does. Verkkosivu. Viitattu 2.10.2023 <https://www.uefa.com/insideuefa/news/0243-0f8e5df9d267-85e35013992a-1000--what-uefa-does/>.
- Vehmas, H.-M., Koski, P., & Lehtonen, K. (2018). Chapter 8: Finland. Teoksessa K. Hallmann, & S. Fairley (Toim.). Sports Volunteers Around the Globe: Meaning and Understanding of Volunteering and its Societal Impact. Springer. Sports Economics, Management and Policy, 15. 81–91.
- Väestöliitto. (s.a.). Et ole yksin -verkkokoulutukset. Verkkosivu. Viitattu 5.11.2023. <https://www.etoileyksin.fi/verkkokoulutus/>.