HISTORIAN- JA LIIKUNNANOPISKELIJOIDEN KOULULIIKUNTAAN LIITTYNEITÄ TUNNEKOKEMUKSIA

Teemu Mäki
Kalle Pulli

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma
Liikuntakasvatuksen laitos
Jyväskylän yliopisto
Syksy 2001


Avainsanoja: tunteet, koululiikunta, opiskelijat.
SISÄLLYSLUETTELO

1 JOHDANTO .................................................................................................................. 5

2 TUNTEET JA TUNTEEN KOKEMINEN ........................................................................ 7
   2.1 Tunteen tutkimuksen historiaa .............................................................................. 7
   2.2 Tunteen määritelmä ............................................................................................... 8
   2.3 Tunteen kokeminen ja sen muodostuminen ....................................................... 9
   2.4 Tunteen osa-alueet ............................................................................................. 10
   2.5 Tunne ja kehon sisäiset reaktiot .......................................................................... 11
   2.6 Tunteiden ilmaisu .............................................................................................. 13
   2.7 Perustunteet ......................................................................................................... 14

3 TUNTEET JA LIIKUNTA ............................................................................................... 14
   3.1 Koululiikunnan vaikutus oppilaiden tunteisiin ..................................................... 15
   3.2 Tunteiden kehittyminen koululiikunnassa ......................................................... 18
   3.3 Liikunnanopettaja oppilaiden tunne-elämän kehittäjänä ................................. 19
   3.4 Tutkimuksia koululiikunnasta saaduista kokemuksista .................................... 20
      3.4.1 Henkilökertoisten tekijöiden vaikutus koululiikuntakokemuksiin ............. 21
      3.4.2 Kouluystävällisyyden vaikutus koululiikuntakokemuksiin ....................... 22
      3.4.3 Sosiaalisen ympäristön vaikutus koululiikuntakokemuksiin .................. 23

4 TUTKIMUSONGELMAT JA VIITEKEHYS .................................................................... 25

5 TUTKIMUSMENETELMÄT .......................................................................................... 27
   5.1 Kohderyhmä .......................................................................................................... 27
   5.2 Kyselyomakkeen rakenne .................................................................................... 28
   5.3 Tutkimuksen kulku .............................................................................................. 30
   5.4 Aineiston käsitteily ja analyysimenetelmät ......................................................... 30

6 TULOKSET .................................................................................................................. 33
   6.1 Koululiikunnan aikaansaamat tunnekokemukset kohderyhmissä ................. 33
      6.1.1 Tunne-esiintymät yhteenäs.............................................................................. 33
      6.1.2 Positiiviset tunne-esiintymät ......................................................................... 35
      6.1.3 Negatiiviset tunne-esiintymät ....................................................................... 38
      6.1.4 Koululiikunnan aikaansaamat tunnekokemukset eri kouluasteilla ........... 41
6.1.5 Kouluiliikunnan aiheuttamia perustunteita ........................................... 43
6.2 Kouluiliikunnan tunnekokemusten vertailu kohderyhmien, sukupuolten ja kouluasteiden välillä ................................................................. 44
   6.2.1 Kouluiliikunnan ja koulunkäynnin kokemisen sekä kouluiliikuntaan reagoimisen vertailu kohderyhmien ja sukupuolten välillä ........................................... 44
   6.2.1.1 Kouluiliikunnan kokeminen ...................................................... 44
   6.2.1.2 Kouluiliikuntaan reagoiminen ............................................... 46
   6.2.1.3 Koulukäynnin kokeminen yleensä ......................................... 48
   6.2.2 Kouluiliikunnan ja koulunkäynnin kokemisen sekä kouluiliikuntaan reagoimisen vertailu kouluasteiden välillä ....................................................... 50
   6.2.3 Kouluiliikunnasta saatujen tunnekokemusten vertailu kohderyhmittäin 51
   6.2.4 Kouluiliikunnasta saatujen tunnekokemusten vertailu sukupuolittain ... 53
   6.2.5 Kouluiliikunnasta saatujen tunnekokemusten vertailu kouluasteittain ... 55
6.3 Voimakkaimpia tunnekokemuksia aiheuttaneita kouluiliikunnan tekijöitä ................................................................................................. 57
   6.3.1 Kouluiliikunnan tekijöitä, jotka aiheuttivat kohderyhmällä perustunteita 59
   6.3.2 Liikuntalajit, jotka aiheuttivat voimakkaimpia tunnekokemuksia ........ 60
   6.3.3 Liikuntalajit jotka aiheuttivat eniten perustunteita ....................... 62
6.4 Esimerkkejä tunnekuvauksista ja niitä aiheuttaneista tapahtumista ..... 63
   6.4.1 Yleisimpiä tunnetta kuvaavia vastauksia ..................................... 63
   6.4.2 Yleisimpiä tunnetta kuvaavia vastauksia kohderyhmittäin ............ 63
   6.4.3 Yleisimpiä tunnetta kuvaavia vastauksia sukupuolittain ............... 64
   6.4.4 Yleisimpiä tunnetta kuvaavia vastauksia kouluasteittain .......... ... 65
7 POHDINTA .......................................................................................................... 67
7.1 Menetelmät .................................................................................................. 67
   7.1.1 Tutkimusaseman toteutuminen ..................................................... 67
   7.1.2 Tutkimuksen luotettavuus ............................................................. 67
       7.1.2.1 Kyselylomakkeen kehittelevä ja rakenne ......................... 67
       7.1.2.2 Kyselyn luotettavuus ............................................................ 69
       7.1.2.3 Tutkimustavan luotettavuus ............................................... 70
       7.1.2.4 Tutkimuksen analyysointi ja sen luotettavuus .................. 71
6.2 Tutkimuksen tulokset .............................................................................. 72
7.3 Jatkotutkimusehdotuksia ......................................................................... 75

LÄHDELUETTELO ....................................................................................... 76
LIITTEET ..................................................................................................... 79
1 JOHDANTO


Tarkoituksena on tutkia retrospektiivisesti ensimmäisen vuosikurssin liikunnanopiskelijoita ja historianopiskelijoita koululiikuntatunteen aiheuttamista tunnekokemuksista ala-asteelta lukion. Historianopiskelijoiden ikä- ja sukupuolijakauman tulisi olla mahdollisimman lähellä liikunnanopiskelijoita mahdollistaen näin luotettavamman vertailun. Tutkimuksen tarkoituksena on myös selvittää koululiikunnasta aiheutuneiden tunnekokemusten muuttumista sekä niiden vaikutusta oppilaiden tulevaisuuteen. Tutkimus pyrkii selvittämään myös mitkä koululiikuntalajit aiheuttavat negatiivisia ja mitkä lajit positiivisia tunnekokemuksia. Lisäksi pyritään selvittämään mitkä tekijät/tapahtumat (mm. kouluymppäristö, henkilökohtaiset tekijät, liikuntaharrastukset ym.) vaikuttavat koululiikunnasta saatuihin tunnekokemuksiin. Aikaisemmatt tutkimukset ovat pyrkineet selvittämään
2 TUNTEET JA TUNTEEN KOKEMINEN

2.1 Tunteen tutkimuksen historiaa

2.2 Tunteen määritelmä


tunteet ovat monella tapaa välttämättömiä. Tunteiden todettiin olevan ehdottoman tärkeitä motivoinnin, inhimillisen vuorovaikutuksen ja yhteisön koossa pysymisen kannalta. Tutkimus ei tähtä päivään asti ole pystynyt luomaan yksiselitteistä emootioon, tunteen määritelmää. (Pulkkinen 1997, 191.)

2.3 Tunteen kokeminen ja sen muodostuminen


 intensiteetti. Myös viha ja suru ovat välttämättömiä tunteita, mutta liiallisesti koettu ne saattavat olla haitallisia. (Cirillo ym. 1989, 56.)


Tekijä, eli ärsyke aiheuttaa tyypillisesti sekä autonomista kiihtymystä että tiedollista arviointia (katso kuvio 1). Kiihtymys ja arviointi johtaa yleensä tiedostettuun kiihtymykseen ja tunnepohjaiseen uskomukseen ja sitä kautta aiheutuu koettu tunne. Tiedostettua kiihtymystä ja tunnepohjaista uskomusta ei koeta itsenäisinä vaan enemminkin kiihtymys aiheutuu uskomuksesta (esimerkiksi sydämeni hakkaa, koska olen niin vihainen siitä mitä hän sanoi minulle). Edellä oleva kuvio on käyttökelpoinen, mutta se yksinkertaistaa tunteenmuodostumisprosessia hieman liian paljon. On muistettava, että mallin komponentit, kuten autonominen kiihtymys ovat monimuutkaisia kokonaisuuksia ja sisältävat myös itsessään alakomponentteja. (Atkinson ym. 1993, 426.)

2.4 Tunteen osa-alueet


(Atkinson ym. 1993, 417.)


2.5 Tunne ja kehon sisäiset reaktiot

Ihmisen kokiessa intensiivisen tunteen hän saattaa olla alttiina lukuisille kehossa tapahtuville muutoksille, kuten nopea hengitys ja syke, kurkun ja suun kuivuminen, hikoilu, tärinä ja vatsakipu. Useimmat näistä fysiologisista muutoksista johtuvat tunteen aiheuttamasta elintoimintojen kiihtymisestä, joka taas johtuu autonomisen (tahdosta riippumattoman) hermoston sympaattisen osan käynnistämistä häätämekanismeista. Kun tunne laimenee, kehon parasympaattinen hermosto, jonka tarkoitus on varastoida energiaa, ottaa vallan ja palauttaa kehon normaalin tilan. (Atkinson ym. 1993, 418.)

Tunteet ja tuntemukset ovat aivotoiminta. Pelon, surun tai riemun tunteminen ovat tapoja tietää oma mielenlatautensa ja reaktionsa tiettyihin tapahtumiin kehossaan tai ympäristössään. (Bunge 1980, 100.)

Tunnetilat ovat normaalisti äkillisiä tai hetkellisiä ja ne yhdistetään yleensä lyhytaikaiseen haluun toimia. Esimerkiksi pelko, sääli, viha tai rakkaus ovat yleensä hetkellisiä kokemuksia ja tiloja, jotka aiheuttavat toimintaa ja sitten tyntyvät. (Rebel 1985, 243.)

**KUVIO 2.** Tunteellinen kiihtymys ja suorituskyky. (Hebb 1972, Atkinsonin ym. 1993, 435 mukaan).
2.6 Tunteiden ilm AISU


Puhumiseen ja sanoihin perustuva tunteiden ilmaisu on yksi vähiten ymmärrettäistä tunnetoimimuodoista, vaikka se liittyy laheisesti tunnetiloihin. Joka tapauksessa sanalliset tunteen ilmukset ovat äärimmäisen voimakkaita ja ne saattavat toimia synnyttäen tunnetilaan joutumiseen. (Lewis 1986, Cirillon ym. 1989, 62 mukaan.)
2.7 Perustunteet


3 Tunteet ja liikunta

(Syrjä ym. 1997, 5-8.)


3.1 Koulu-liikunnan vaikutus oppilaiden tunteisiin


Ulkoisilla ja sisäisillä tekijöillä on tunnettu olevan vaikutusta oppilaiden tuntemuksiin koululiikuntaa kohtaan (katso kuvio 3). Ulkoisten tekijöiden listassa olevat osa-alueet vaikuttavat oppilaiden käsitykseen koululiikunnasta. Esimerkiksi vanhempien asenne liikuntaa kohtaan sisältyy ulkoisten tekijöiden listan kohtaan 4. Sisäisten tekijöiden


3.2 Tunteiden kehittyminen koululiikunnassa


Leikki on tärkeä lasten tunne-elämää kehittävä toimintamuoto. Tunteet ovat osa lapsen elämää ja lapsella on tarve ilmaista tunteitaan. Leikki on lapsen luonnollinen keino ilmaista itseään ja tunteitaan. Leikkiessään lapsella on mahdollisuus vapautua esimerkiksi turhautumisen, pelon ja epävarmuuden tuntemuksista. Näin tehdessään lapsi kohtaa tunteensa, oppii kontrolloimaan niitä tai hylkäämään ne. (Arnold 1968, 80-81.)

3.3 Liikunnanopettaja oppilaiden tunne-elämän kehittäjänä


3.4 Tutkimuksia koululiikunnasta saaduista kokemuksista

Liikunnanopetuksen tavoitteisiin päästään, kun oppilaat kokevat koululiikunnan mielekkääksi (Kärki & Lemmetyinen 1990, 48). Yleisistä kasvatustavoitteista koululiikunnassa on pystytty ehkä parhaiten toteuttamaan ilon ja virkistyksen tuottamisen tavoite, eli mielihyväsvyisten elämysten tuottaminen ja onnistumisen kokeminen. Myös sosiaalisten tavoitteiden täyttämisessä on onnistuttu: näitä ovat esimerkiksi sosiaalisten kontaktien edistäminen ja toisten ihmisten huomioon ottaminen. (Kemppainen 1973, 45.)


3.4.1 Henkilökohtaisten tekijöiden vaikutus koululiikuntakokemuksiin

Tähän kategoriaan olemme aikaisempien tutkimusten jaottelujen mukaan valinnee
seuraavat tekijät: sukupuoli, oppilaan henkilökohtaiset liikuntataidot sekä liikunnan
harrastamisen tasot ja liikunnassa menestyminen.

Aikaisempien tutkimusten mukaan pojat suhtautuvat yleisesti koululiikuntaan tyttöjän
koululiikuntakokemuksat olivat myönteisempiä. Tulosta selittää hänen mukaansa se,
etta pojat kokevat ilmeisesti koululiikunnan yleisesti miellyttävänmeksi, kun taas tytöt
pitävät yksittäisiä liikuntatunteja miellyttävän. (Kujala 1983, 58.)

Aikaisemmissa tutkimuksissa oppilaan henkilökohtaiset taidot ovat olleet yhteydessä
hänens koululiikuntakokemuksiinsa (Kärki & Lemmetyinen 1990, 50). Myös Kujalan
(1983) mukaan oppilaiden liikuntataidot olivat yhteydessä liikuntatunnin kokemiseen.
Miellyttävimpänä tunnit kokivat taidoituna parhaat oppilaat. Taitoarvion tassä
yhteydessä käyttökelpoisin oli oppilaan oma arvio taidoistaan. (Kujala 1983, 59.)
Menestyminen koululiikunnassa eriyttää molemmilla sukupuolilla kikkein
voimakkaimmin oppilaiden tunnereaktioiden voimakkuuden ja suunnan; liikunnan
pitäminen ja menestyminen liikunnassa liittyvät voimakkaasti yhteen. Tytöille
menestyminen näyttäisi merkitsevän enemmän kuin pojille. (Kemppainen 1973, 42.)

Oppilaiden liikuntaharrastuksen vaikutuksista Mannberg ja Saarela toteavat (1981), että
koululiikunnasta saadut positiiviset ja negatiiviset kokemukset ilmenivät
voimakkaimmin vapaa-ajan liikuntaharrastuksissa. Oppilaiden positiiviset
koululiikuntakokemuksit olivat selvästi yhteydessä eri liikuntalajien harrastamiseen
vapaa-aikana. Eli toisin sanoen negatiivisia koululiikuntakokemuksia saaneet oppilaat
harrastavat vapaa-aikana liikuntalajeja, jotka eivät ole merkittävää asemassa
koululiikunnassa. (Mannberg & Saarela 1981, 51-52.)

Holopainen (1990) on tutkinut vartalon rakenteen yhteyttä liikunnan harrastamiseen.
Hänens saamansa tulokset vahvistivat aikuisilla todettua tulosta, että harrastuslaji on
yhteydessä kehon rakenteeseen. "Lajin valinnalla tai vaihtamisella oppilaat

3.4.2 Kouluypäröistön vaikutus koululiikuntakokemuksiin

Kouluypäröistön kuuluviksi tekijöiksi valitsimme aikaisempien tutkimuksien perusteella kouluasteen (ala-aste, yläaste, lukio), koululiikuntalajit, koulun tilat ja välineet sekä arvosanat.


Koululiikuntalajien mieluisuus tai vastenmielisyys ei sinänsä ratkaise sitä, kuinka koululiikunta vaikuttaa oppilaiden mielivaloihin. Tärkeää on kunkin lajin opetuksen tai harrastamisen määrä liikuntatuntien aikana. Oppilaille pyritään tarjoamaan sitä mikä on mieluisinta. Tytöjen kohdalla epämiellyttäväksi koettujen liikuntalajien harrastaminen

Aikaisemmat tutkimukset toteavat yleisesti, että arvosanoilla on yhteys koululiikuntakokemuksiin. Kärki ja Lemmetyinen (1990) toteavat, että lähes kaikilla (93 %:lla) kiitettävän arvosanan saaneista koululiikuntakokemus oli myönteinen. Välittävän arvosanan saaneilla oli kielteisin kokemus liikunnasta (16 %:lla tästä ryhmästä). Liikuntanumeron yhteyttä myönteiseen koululiikuntakokemuksen vahvistaa myös se, että pojilla (38%:lla) oli enemmän kiitettäviä arvosanoja kuin tytöillä (27%:lla) ja poikien koululiikuntakokemus oli myös hieman myönteisempi kuin tyttöjen. (Kärki & Lemmetyinen 1990, 46.) Kempainen (1973) on tullut samaan johtopäätökseen tutkimuksessaan todeten, että tyttöjen negatiivisempia tunne-elämystä voidaan tarkastella arvosanajakaumien pohjalta. Hänens tutkimuksessaan tytöt saivat liikunnasta heikompia arvosanoja kuin pojat ja he myöskään kokivat menestyvänä liikunnassa heikommin kuin pojat, joten myös tunnereaktiot olivat poikien vastaavia negatiivisempia. (Kempainen 1973, 42.)

3.4.3 Sosiaalisen ympäristön vaikutus koululiikuntakokemuksiin

Sosiaalisesta ympäristöstä koululiikuntakokemuksiin vaikuttavaksi tekijöiksi valitsimme aikaisemmissa tutkimuksissa ilmenneet liikunnanopettajan ja ystäväpiirin.


4 TUTKIMUSONGELMAT JA VIITEKEHYS

Tunnekokemuksia koululiikunnassa ja niitä aiheuttaneita tekijöitä ja tapahtumia tutkittiin sekä sukupuolen että kohderyhmien välillä. Tutkimuksessa selvitettiin myös mahdollisia koulustasteiden välille syntyiä eroja, joten kohderyhmien muistelemia tunnekokemuksia kysyttiin erikseen ala-asteelta, yläasteelta ja lukiosta (katso kuvio 4).

Tutkimuksessa pyrittiin saamaan vastauksia seuraaviin ongelmien:

1. Millaisia tunnekokemuksia koululiikuntaan liittyy?
2. Eroavatko kohderyhmien koululiikunnasta saadut tunnekokemukset toisistaan?
   2.1 Eroavatko tyttöjen ja poikien koululiikunnasta saamat tunnekokemukset toisistaan?
   2.2 Eroavatko liikunnanopiskelijoiden ja historianopiskelijoiden koululiikunnasta saamat tunnekokemukset toisistaan?
   2.3 Ovatko koululiikunnasta saadut tunnekokemukset erilaisia eri koulustasteilla?
3. Mitkä koululiikunnassa esiintyvät tekijät liittyvät oppilaiden voimakkaimpiin tunnekokemuksiin?
**KUVIO 4.** Tutkimuksen viitekehys.
5 TUTKIMUSMENETELMÄT

5.1 Kohderyhmä

Tutkimus suoritettiin retrospektiivisenä tutkimuksena, eli tutkimuksen kohteena olleet henkilöt muistelivat omia kokemuksiaan koululiikunnasta. Näitä muistinvaraisia kokemuksia analysoitiin sekä kvantitatiivisesti ja osaltaan myös kvalitatiivisesti.

Tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia kahden erilaisen ryhmän tunnekokemuksia peruskoulun liikuntatunneista ja liikuntatilanteista. Kohderyhmät valittiin Jyväskylän yliopiston opiskelijoista. Kohderyhmän jäsenet vastasivat muistellen kokemuksiaan kyselylyömäkeelle (liite 1). Tutkimukseen pyrittiin ennalta käsin saamaan ikä- ja sukupuolikoostumukseiltaan mahdollisimman samankaltaiset ryhmät. Näin päädyttiin siihen, että toinen kohderyhmistä oli historian opiskelijoita (n = 51, joista tyttöjä 28 ja poikia 23) ja toinen ryhmä liikuntatieteellisen tiedekunnan opiskelijoita (n = 57, joista tyttöjä 29 ja poikia 28). Kohderyhmien ja sukupuolten ikäjakaumiksi (katso taulukko 1) saatiin seuraavat: Historianopiskelijoiden ikäkeskiarvo oli 23,9 vuotta (kh = 4,9) ja liikunnanopiskelijoiden ikäkeskiarvo 22,9 vuotta (kh = 2,9). Tutkimukseen osallistuneiden tyttöjen ikäkeskiarvo oli 22,7 vuotta (kh = 2,8) ja poikien ikäkeskiarvo 24,2 vuotta (kh = 4,9).

TAULUKKO 1. Opiskelijoiden ikäjakauma sukupuolen ja tiedekunnan suhteen

<table>
<thead>
<tr>
<th>KOHDERYHMÄ</th>
<th>SUKUPUOLI</th>
<th>N</th>
<th>ka</th>
<th>kh</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Liikunnanopiskelijat</td>
<td>Tyttö</td>
<td>29</td>
<td>22.2</td>
<td>1.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Poika</td>
<td>28</td>
<td>23.6</td>
<td>3.5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Yhteensä</td>
<td>57</td>
<td>22.9</td>
<td>2.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Tyttö</td>
<td>28</td>
<td>23.2</td>
<td>3.4</td>
</tr>
<tr>
<td>Historianopiskelijat</td>
<td>Poika</td>
<td>23</td>
<td>24.8</td>
<td>6.2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Yhteensä</td>
<td>51</td>
<td>23.9</td>
<td>4.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Tyttö</td>
<td>57</td>
<td>22.7</td>
<td>2.8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Poika</td>
<td>51</td>
<td>24.2</td>
<td>4.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Yhteensä</td>
<td>108</td>
<td>23.4</td>
<td>4.0</td>
</tr>
</tbody>
</table>
Historianopiskelijoista ala-asteet koskevan kyselylomakkeen täytti 17 ja liikunnanopiskelijoista 18, yhteensä 35 kohderyhmän henkilöä vastasi ala-astetta koskeviin kysymyksiin (katso taulukko 2). Yläastetta koskeviin kyselylomakkeisiin vastasi 17 historianopiskelijaa ja 21 liikunnanopiskelijaa. Yhteensä yläastetta koskevia vastauksia oli 38 kappaletta. Lukiota koskeviin kyselylomakkeisiin vastasi jälleen 17 historianopiskelijaa ja 18 liikunnanopiskelijaa, yhteensä 35 kappaletta.

**TAULUKKO 2.** Henkilöiden jakauma kohderyhmän, koulusteen ja sukupuolen suhteen.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Kohderyhmä:</th>
<th>Ala-aste</th>
<th></th>
<th>Yläaste</th>
<th></th>
<th>Lukio</th>
<th></th>
<th>Yhteensä</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>Tyttö</td>
<td>Poika</td>
<td>Tyttö</td>
<td>Poika</td>
<td>Tyttö</td>
<td>Poika</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Historianopiskelijat</td>
<td>10</td>
<td>7</td>
<td>9</td>
<td>8</td>
<td>9</td>
<td>8</td>
<td>51</td>
</tr>
<tr>
<td>Liikunnanopiskelijat</td>
<td>9</td>
<td>9</td>
<td>11</td>
<td>10</td>
<td>9</td>
<td>9</td>
<td>57</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteensä</td>
<td>19</td>
<td>16</td>
<td>20</td>
<td>18</td>
<td>18</td>
<td>17</td>
<td>108</td>
</tr>
<tr>
<td>Koulusteettain yht.</td>
<td>35</td>
<td>38</td>
<td>35</td>
<td>38</td>
<td></td>
<td></td>
<td>108</td>
</tr>
</tbody>
</table>

5.2 Kyselylomakkeen rakenne

Saatavilla ei ollut juuri tarkoituksen sopivaa kyselylomaketta, joka kattaisi ne osa-alueet, joita tutkimuksessa haluttiin tutkia. Näin päädyttiin laatimaan kyselylomake, joka pyrkisi löytämään ne tärkeät ja monesti myös vaikeasti ilmaistavat tunnekokemukset, joita koululiikunta aiheuttaa.

Tutkimusta varten suunniteltiin kolmen sivun kyselylomake (liite 1), jota testattiin ja koekäyttettiin n. 10:llä henkilöllä. Tällä esikyselyllä/esitutkimuksella pyrittiin seuraamaan, mittyako kyselylomake luotettavasti tunnekokemuksia ja ovatko kaikki kyselylomakkeen kohdat järkeviä ja tarpeellisia tutkimuksen kannalta. Kun kyselylomakkeesta esikyselyllä saadut tiedot olivat riittäviä, hyväksyttiin se tutkimuksen käyttöön. Kyselylomake osoittautui liian työläaksi täytettäväksi siten, että
kaikki koulusteet täytätettäisiin samalla henkilöllä. Tästä syystä kyselylomakkeet eriteltiin kolmeen osaan, ala-aste, yläaste ja lukio. Yksittäinen henkilö täytti siis vain yhden kouluste teen kokemuksen riippuen kyselylomakkeesta.

Ensimmäinen sivu sisälsi suurimmaksi osaksi kohderyhmän henkilön taustaan liittyviä asioita, kuten ikä, sukupuoli, liikuntanumero jne. Lisäksi taustatekijöistä kysyttiin omaa liikuntaharrastusta ja vanhempien liikuntaharrastuneisuutta. Ensimmäinen henkilön taustaan ja tunnekokemuksiin liittyvä kysymysryhmä olivat kysymykset 10-12. Kysymysillä pyrittiin kartoittamaan 7-portaisella mittarilla miten henkilö oli kokenut kouluilikunnan (1 = hyvin positiiviseksi ... 7 = hyvin negatiiviseksi), miten henkilö oli reagoinut eri liikuntatilanteissa (1 = hyvin harkiten ... 7 = voimakkaasti tunteella) ja miten henkilö oli kokenut koulunkäynnin yleensä (1 = hyvin miellyttäväksi ... 7 = hyvin epämiellyttäväksi) sillä koulusteeella, minkä lomakkeen hän oli täyttänyt.

Toisella sivulla olivat avoimet kysymykset, jossa kohderyhmän henkilöt kirjasivat kolme voimakkainta positiivista ja kolme voimakkainta negatiivista tunnekokemusta, mitä he olivat kokeneet kyseisellä koulusteeella. Tunnekuvauksen lisäksi kohderyhmän henkilöt kuvalivat tekijän tai tapahtuman, joka tunnekokemuksen oli aiheuttanut.

Viimeisellä eli kolmannella sivulla käännettiin tilanne/tapahtuma suhteessa tunnekokemukseen toisin päin, eli kohderyhmän henkilöille annettiin tunne, johon tuli vastata tilanne tai tapahtuma, joka kyseistä tunnetta voimakkaimmin oli aiheuttanut. Tunnelista koostui perustunteista, joiksi luetaan pelko, inho, onnellisuus, suru, hämmästys, suuttumus, luottamus ja epävarmuus. Lisäksi tunteisiin lisättiin liikunnassa usein vahvasti esillä olevat onnistuminen ja pitkästyminen. Kyselylomakkeen lopussa oli vielä kohta, jossa tiedusteltiin henkilön halukkuutta siihen, voisiko häneen ottaa yhteyttä tarpeen vaatiessa.
5.3 Tutkimuksen kulku


5.4 Aineiston käsittely ja analyysimenetelmät

koululiikunnan kokemisesta jne. käsiteltiin kuvailevien tietojen lisäksi t-testillä sekä kaksisuuntaisella varianssanalyysillä.

Strukturoidusta kysymyksistä muuttujat ja luokat saatitiin suoraan, mutta avoimista kysymyksistä oli saatava myös luokiteltavat muuttujat kvantitatiivisen tutkimustyön mahdollistamiseksi. Avoimia kysymyksiä käsiteltiin ns. kylläisyysmenetelmällä, eli kun uusia muuttujien luokkia ei enää ilmennyt oli luokiteltu valmis. Tämän jälkeen määrällisesti pienimpiä luokkia sekä hieman isompia toisiaan hyvin läheillä olevia luokkia yhdistettiin läheimpinä luokkiin. Tämä tapahtui harkinnanvaraisesti ja osin myös projektiseminaari-työryhmän kanssa luokkia pohtien.


Muuttujaluokkien frekvenssien kasvattamiseksi yhdistettiin muutamia toisiaan läheillä olevia luokkia, jolloin saatitiin suurempifrekvenssiset luokat ristintaulukointiin. 31 tunnekuvauksen muuttujajoukkoa tiivistettiin frekvenssien tilastollisen vertailun luotettavuuden parantamiseksi seuraavasti (\( \rightarrow \) sisällytettiin lihavoituun tunnekuvaukseen): reilu peli \( \rightarrow \) arvostaminen, tyytyväisyys ja onnellisuus \( \rightarrow \) hyvän olon tunne, oppiminen ja näyttäminen \( \rightarrow \) onnistuminen, ahdistus \( \rightarrow \) epätoivo, epävarmuus \( \rightarrow \) epäonnistuminen, kipu \( \rightarrow \) suru, itseluottamus \( \rightarrow \) menestyminen ja epäoikeudenmukaisuus \( \rightarrow \) viha. Näin saatitiin aikaan 22 tiivistettyä tunnekuvausryhmää.

Koululiikunnan ja koulunkäynnin kokemisen, sekä koululiikuntaan reagoimisen arvioimiseksi käytettiin 7-portalista mittaria. Tilastollisena analyysinä käytettiin t-testiä ja kaksisuuntaista varianssanalyysia. Testin avulla pyrittiin selvittämään kohderyhmien ja sukupuolten välillä olevat erot sekä sukupuolen ja kohderyhmän mahdollinen yhdysvaikutus.
Tunnekategoriat ristiintaulukoittiin sekä kohderyhmän että sukupuolen suhteen käyttäen Pearsonin Khi-neliö -testiä. Lisäksi tutkittiin yksittäisten tunnekategorioiden erojen tilastollista merkitsevyyttä standardoidun residuaaliarvon avulla.

Kyselylomakkeen kolmannen sivun kysymystä perustuneita aiheuttaneista tapahtumista ja tilanteista analysoitiin mm. frekvensslaskennalla, esim. moniko tilanne tai tapahtuma on kohderyhmillä aiheuttanut pelkoa jne.

Kyselylomakkeen toisen sivun kysymyksistä analysoitiin mahdollisesti vastauksen yhteydessä mainittu laji, eli jos positiivisen tai negatiivisen tunnekuvauksen tilanteessa oli mainittuna laji, se kirjattiin ylös ja analysoitiin frekvensseinä. Myös kyselylomakkeen kolmannen sivun tapahtumakuvauksen kohdista lajit kirjattiin ja laskettiin frekvenssit. Frekvenssit esitettiin ristiintaulukoituna.
6 TULOKSET

6.1 Kouluiliikunnan aikaansaamat tunnekokemukset kohderyhmissä

6.1.1 Tunne-esiintymät yhteensä

Kohderyhmät tuottivat vapaasti avoimiin kysymyksiin vastaten yhteensä 648 tunnekokemusta (katso taulukko 3). Kohderyhmistä liikunnanopiskelijat tuottivat yhteensä 386 (60 %) ja historianopiskelijat 262 (40 %) tunnekokemusta. Kohderyhmistä tytöt tuottivat yhteensä 344 (53 %) ja pojat 304 (47 %) tunnekokemusta. Positiivisiksi luettavia tunnekokemuksia tuotettiin 379 (59 %) ja negatiivisiksi luettavia tunnekokemuksia 269 (41 %).

Yleisimpiä tunnekokemuksia olivat hyvän olon tunne (12 % kaikista vastauksista), yhteenkuuluvuus (8 %), turhautuminen (6 %), ilo (6 %), harmittaminen (6 %) ja onnistuminen (6 %).

TAULUKKO 3. Tunnekokemusten jakautuminen

<table>
<thead>
<tr>
<th>Tunnekokemukset:</th>
<th>Positiiviset</th>
<th>Negatiiviset</th>
<th>Yhteensä:</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Hyvän olon tunne (hyvä fiiliis, hieno tunne)</td>
<td>75</td>
<td></td>
<td>75</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteenvuuluvuus (luottamus)</td>
<td>54</td>
<td></td>
<td>54</td>
</tr>
<tr>
<td>Turhautuminen (tylsyys, kiinnostamattomuus ym.)</td>
<td>42</td>
<td>42</td>
<td>42</td>
</tr>
<tr>
<td>Ilo (hauskus, mukavuus)</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Harmittaminen (päähän otto)</td>
<td>5</td>
<td>36</td>
<td>41</td>
</tr>
<tr>
<td>Onnistuminen (osaamisen tunne)</td>
<td>38</td>
<td>1</td>
<td>39</td>
</tr>
<tr>
<td>Kova yrityminen</td>
<td>17</td>
<td>17</td>
<td>34</td>
</tr>
<tr>
<td>Menestyminen (voittaminen)</td>
<td>29</td>
<td>1</td>
<td>30</td>
</tr>
<tr>
<td>Ylpeys</td>
<td>24</td>
<td>1</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td>Arvostaminen (kunnioittaminen, huomiointi)</td>
<td>21</td>
<td>2</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td>Viha (katkerus, kateus)</td>
<td>2</td>
<td>21</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td>Inho</td>
<td></td>
<td>18</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Häpeän tunne (nolostuminen, nöyryyttäminen)</td>
<td></td>
<td>17</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>Epäonnistuminen (osaamattomuus)</td>
<td></td>
<td>16</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Innostus, motivoituneisuus</td>
<td>16</td>
<td></td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Jännittäminen</td>
<td>11</td>
<td>5</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Pelko</td>
<td>1</td>
<td>15</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Pettymys</td>
<td>1</td>
<td>14</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>Hämmästys (järkyys, närkästyminen)</td>
<td>2</td>
<td>11</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>Suru</td>
<td></td>
<td>12</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Närtyminen</td>
<td>10</td>
<td></td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>Epävarmuus</td>
<td></td>
<td>9</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>Itseluottamus</td>
<td>9</td>
<td></td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>Kipu (närästys)</td>
<td></td>
<td>8</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Epätoivo</td>
<td></td>
<td>6</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Omnellisuus</td>
<td>6</td>
<td></td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Epäoikeudenmukaisu</td>
<td></td>
<td>5</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Ahdistus</td>
<td></td>
<td>4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Tyttvyäisyys</td>
<td>3</td>
<td></td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Oppiminen</td>
<td>3</td>
<td></td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Reilu peli</td>
<td>1</td>
<td></td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Ei mitään</td>
<td>9</td>
<td>8</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Yhteensä:</strong></td>
<td><strong>379</strong></td>
<td><strong>269</strong></td>
<td><strong>648</strong></td>
</tr>
</tbody>
</table>
6.1.2 Positiiviset tunne-esiintymät

Positiivisia tunnekokemuksia (mm. menestyminen, ylpeys, hyvän olon tunne) oli 379 kappaletta, joista 242 (64 %) kaikista positiivisista tunnekuvauksista) liikunnanopiskelijoiden ja 137 (36 %) historianopiskelijoiden tuottamia tunnekokemuksia. Tytöt tuottivat positiivisia tunnekokemuksia 185 (49 %) ja pojat 194 (51 %) kappaletta. Yleisimmät positiiviset tunnekokemukset (katso kuvio 5) olivat **hyvän olon tunne** (20 %), **yhteenkuuluvuus** (14 %), **ilio** (11 %), **omnistuminen** (10 %) ja **menestyminen** (8 %).

**KUVIO 5. Positiivisten tunnekokemusten jakautuminen**
Liikunnanopiskelijoilla positiivisista tunnekokemuksista (katso taulukko 4) yleisimpiä olivat *hyvän olon tunne* (22 % liikunnanopiskelijoiden tuottamista positiivisista tunnekuvauksista), *yhteenkuuluvuus* (14 %) ja *iloksesta* (10 %). Historianopiskelijoilla yleisimmät positiiviset tunnekokemukset olivat *hyvän olon tunne* (16 % historianopiskelijoiden tuottamista positiivisista tunnekuvauksista), *yhteenkuuluvuus* (15 %) ja *onnistuminen* (15 %). Huomattavaa on, että tunnekokemusten määrää vertailtaessa suurimmat erot muodostuivat esimerkiksi tunnekokemuksiin menestyminen/voittaminen (liikunnanop. 24 tunnekokemusta, historianop. 5), *hyvän olon tunne* (53/22) ja *kova yrityttäminen* (14/3).

**TAULUKKO 4.** Positiiviset tunnekokemukset pääaineen mukaan jaettuna

<table>
<thead>
<tr>
<th>Positiiviset tunnekokemukset:</th>
<th>liik. op</th>
<th>hist. op</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Hyvän olon tunne (hyvä fiilis, hieno tunne)</td>
<td>53</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteensopivuus (luottamus)</td>
<td>34</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>Ilo (hausta, mukavuus)</td>
<td>25</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>Onnistuminen (osamisen tunne)</td>
<td>18</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>Menestyminen (voittaminen)</td>
<td>24</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Ylpeys</td>
<td>16</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Arvostaminen (kunniointaminen, huomiointi)</td>
<td>16</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Kova yrityttäminen</td>
<td>14</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Innostus, motivoituneisuus</td>
<td>8</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Jännittäminen</td>
<td>7</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>Näyttäminen</td>
<td>7</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Itseluottamus</td>
<td>6</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Onnellisuus</td>
<td>4</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Harmattaminen (päähän otto)</td>
<td>2</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Tyttövääsyys</td>
<td>0</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Oppiminen</td>
<td>3</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Viha (katkeruus, kateus)</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Hämmästys (järkytys, närkästyminen)</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Reilu peli</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Pelko</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Pettymys</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Ei mitään</td>
<td>0</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Yhteensä:</strong></td>
<td><strong>242</strong></td>
<td><strong>137</strong></td>
</tr>
</tbody>
</table>
Tytöillä yleisimmät positiiviset tunnekokemukset (katso taulukko 5) olivat hyvän olon tunne (18 % tyttöjen tuottamista positiivisista tunnekuvauksista), yhteenkuuluvuus (14 %), ilo (14 %), onnistuminen (10 %) ja menestyminen (10 %).

Poikien yleisimmät tunnekokemukset olivat hyvän olon tunne (22 % poikien tuottamista positiivisista tunnekuvauksista), yhteenkuuluvuus (14 %) ja onnistuminen (10 %). Sukupuolten välillä suurimmat erot muodostuivat esimerkiksi tunnekokemuksiin ylpeys (tytöillä 9, pojilla 15 tunnekokemusta) ja ilo, hauskuus, mukavuus (26/16).

**TAULUKKO 5.** Positiiviset tunnekokemukset sukupuolen mukaan jaettuna

<table>
<thead>
<tr>
<th>Positiiviset tunnekokemukset:</th>
<th>Tytö</th>
<th>Poika</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Hyvän olon tunne (hyväfiilis, hieno tunne)</td>
<td>33</td>
<td>42</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteenkuuluvuus (luottamus)</td>
<td>26</td>
<td>28</td>
</tr>
<tr>
<td>Ilo (hauskuus, mukavuus)</td>
<td>26</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Onnistuminen (osaamisen tunne)</td>
<td>18</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>Menestyminen (voittaminen)</td>
<td>18</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>Ylpeys</td>
<td>9</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>Arvostaminen (kunnioittaminen, huomiointi)</td>
<td>8</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>Kova yrittäminen</td>
<td>5</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>Innostus, motivoituneisuus</td>
<td>11</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Jännittäminen</td>
<td>6</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Näyttäminen</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Itseluottamus</td>
<td>1</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Onnellisuus</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Harmittaminen (päähän otto)</td>
<td>4</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Tyttäväisyys</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Oppiminen</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Viha (katkerusus, kateus)</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Hämmästys (järkytys, närkästyminen)</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Reilu peli</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Pelko</td>
<td>0</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Pettymys</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Ei mitään</td>
<td>6</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Yhteensä:</strong></td>
<td><strong>185</strong></td>
<td><strong>194</strong></td>
</tr>
</tbody>
</table>
6.1.3 Negatiiviset tunne-esiintymät

Negatiivisia tunnekokemuksia (mm. viha, turhautuminen, pettyminen) oli 269 kappaletta, joista 144 (54 % kaikista negatiivisista tunnekuvausista) liikunnanopiskelijoiden ja 125 (46 %) historianopiskelijoiden tuottamia tunnekokemuksia. Negatiivisia tunnekokemuksia tytöt tuottivat 159 (59 %) ja pojat 110 (41 %) kappaletta.

Yleisimmät negatiiviset tunnekokemukset (katso kuvio 6) olivat turhautuminen (16 %), harmittaminen (13 %), viha (8 %), inho (7 %), kova yrittäminen (6 %) ja häpeän tunne (6 %).

![Diagram showing the distribution of negative emotions among different groups.](image)

KUVIO 6. Negatiivisten tunnekokemusten jakautuminen
Liikunnanopiskelijoilla negatiivisista tunnekokemuksista (katso taulukko 6) yleisimpä oli *turhautuminen* (17 % liikunnanopiskelijoiden negatiivisista tunnekuvausista), *harmittaminen, päähän otto* (13 %) ja *viha* (8 %). Historianopiskelijoilla yleisimmät negatiiviset tunnekokemukset olivat *turhautuminen* (14 % historianopiskelijoiden negatiivisista tunnekuvausista), *harmittaminen* (14 %), *epäonnistuminen* (9 %) ja *viha* (7 %). Suurimmat erot muodostuivat esimerkiksi tunnekokemuksiin *turhautuminen* (liikunnanop. 25 tunnekokemusta, historianop. 17 tunnekokemusta) ja *epäonnistuminen* (5/11).

**TAULUKKO 6. Negatiiviset tunnekokemukset pääaineen mukaan jaettuna**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Negatiiviset tunnekokemukset:</th>
<th>liik. op.</th>
<th>hist. op.</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Turhautuminen (tylsyys, kiinnostamattomuus ym.)</td>
<td>25</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>Harmittaminen (päähän otto)</td>
<td>19</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>Viha (katkerus, kateus)</td>
<td>12</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>Inho</td>
<td>11</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>Häpeän tunne (nolostuminen, nöyrystäminen)</td>
<td>11</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Kova yrittäminen</td>
<td>11</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Epäonnistuminen (osaamattomuus)</td>
<td>5</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>Pelko</td>
<td>7</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Pettymys</td>
<td>9</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Suru</td>
<td>8</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>Hämmästys (järkyys, närkästyminen)</td>
<td>6</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Epävarmuus</td>
<td>4</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Kipu (närästys)</td>
<td>5</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Epätoivo</td>
<td>1</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Jäännättäminen</td>
<td>2</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Epäluoikeudensuomaisu</td>
<td>1</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>Ahdistus</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Arvostaminen (kunniointaminen, huomiointi)</td>
<td>2</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Onnistuminen (osaamisen tunne)</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Ylpeys</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Menestyminen (voittaminen)</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Ei mitään</td>
<td>0</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Yhteensä:</strong></td>
<td><strong>144</strong></td>
<td><strong>125</strong></td>
</tr>
</tbody>
</table>
Tyttöjen yleisimmät negatiiviset tunnekokemukset (katso taulukko 7) olivat *turhautuminen* (12 % tyttöjen tuottamista negatiivisista tunnekuvauksista), *inho* (9 %), *viha* (9 %), *harmittaminen* (8 %) ja *kova yrittäminen* (8 %). Pojilla yleisimmät negatiiviset tunnekokemukset olivat *turhautuminen* (21 % poikien tuottamista negatiivisista tunnekuvauksista), *harmittaminen* (21 %), *häpeän tunne* (7 %) ja *pettymys* (6 %). Suurimpia eroja tunnekokemusten määrässä oli esimerkiksi tunnekokemuksissa *inho* (tytöillä 15 tunnekuvausta, pojilla 3) ja *harmittaminen* (13/23).

**TAULUKKO 7. Negatiiviset tunnekokemukset sukupuolen mukaan jaettuna**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Negatiiviset tunnekokemukset:</th>
<th>tytö</th>
<th>poika</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Turhautuminen (tylsyys, kiinnostamattomuus ym.)</td>
<td>19</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td>Harmittaminen (päähän otto)</td>
<td>13</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td>Viha (katkeruus, kateus)</td>
<td>15</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Inho</td>
<td>15</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Häpeän tunne (nolostuminen, yöryyttäminen)</td>
<td>9</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Kova yrittäminen</td>
<td>13</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>Epäonnistuminen (osaamattomuus)</td>
<td>11</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Pelko</td>
<td>11</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>Pettymys</td>
<td>7</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>Suru</td>
<td>9</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Hämästys (järkytys, närkästyminen)</td>
<td>6</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Epävarmuus</td>
<td>4</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Kipu (närästys)</td>
<td>4</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>Epätoivo</td>
<td>5</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Jännittäminen</td>
<td>3</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Epäoikeudenmukaisuus</td>
<td>3</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Ahdistus</td>
<td>3</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Arvostaminen (kunnioittaminen, huomiointi)</td>
<td>0</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Onnistuminen (osaamisen tunne)</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Ylpeys</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Menestyminen (voittaminen)</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>Ei mitään</td>
<td>6</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Yhteensä:</strong></td>
<td><strong>159</strong></td>
<td><strong>110</strong></td>
</tr>
</tbody>
</table>
6.1.4 Kouluiliikunnan aikaansammat tunnekokemuksset eri kouluasteilla

Ala- ja yläasteelta tunnekuvauksia (katso taulukko 8) saatiin käytännössä yhtä paljon, ala-asteelta 240 ja yläasteelta 241 tunnekuvausta (n. 37 % kaikista tunnekuvauksista). Lukion aikaisia tunnekuvauksia saatiin selvästi niukemmin, 167 tunnekuvausta (26 %).

Ala-asteella koettiin eniten *hyvän olon tunnetta*, 26 (10,8 % ala-asteen tunnekuvauksista) tunnekuvausta. Toiseksi eniten ala-asteella koettiin *yhteenkuuluuvuuden* tunnetta, 19 (7,9 %) tunnekuvausta. Yläasteella yleisin koettu tunne oli *turhautuminen*, 25 (10,4 %) tunnekuvausta. Toiseksi eniten yläasteen kouluiliikunnan aikana koettiin *hyvän olon tunnetta*, 24 (10,0 %) tunnekuvausta ja kolmanneksi eniten *yhteenkuuluuvuuden* tunnetta, 23 (9,5 %) tunnekuvausta. Lukion määrällisesti vähemmästä tunnekuvauvammäärästä eniten koettiin *hyvän olon tunnetta*, 25 (15,0 %) tunnekuvausta ja toiseksi eniten *harmittamista / päähän ottoa*, 15 (9,0 %) kertaa kaikista lukion tunnekuvauksista.

Sekä ala-asteen (26 tunnekuvausta), yläasteen (24) ja lukion (25) yleisin positiivinen tunnekuvaus oli *hyvän olon tunne*. Negatiivisiksi luettavista tunteista ala-asteella koettiin eniten *häpeän tunnetta*, epäonnistumista/osaaamattomuutta sekä *vihaa/katteruutta/kateutta*, kaikkia 11 (4,6 % ala-asteen tunnekuvauksista) tunnekuvausta. Yläasteella koettiin, kuten jo edellä mainittiin, eniten *turhautumista* 25 (10,4 %) ja lukiossa yleisin negatiivinen tunnekokemus oli *harmittaminen/päähän otto*, 15 (9,0 %) tunnekuvausta.
TAULUKKO 8. Tunnekokemukset yhteensä kouluasteen mukaan jaettuna

<table>
<thead>
<tr>
<th>Tunnekokemukset yhteensä kouluasteittain</th>
<th>ala-aste</th>
<th>yläaste</th>
<th>lukio</th>
<th>yhteensä</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Hyvän olon tunne (hyvä fiilis, hieno tunne)</td>
<td>26</td>
<td>24</td>
<td>25</td>
<td>75</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteenkuluuluvuus (luottamus)</td>
<td>19</td>
<td>23</td>
<td>12</td>
<td>54</td>
</tr>
<tr>
<td>Ilo, hauskuus, mukavuus</td>
<td>17</td>
<td>14</td>
<td>11</td>
<td>42</td>
</tr>
<tr>
<td>Turhautuminen (tylysyy, kiinnostamattomuus, yrittämätt.)</td>
<td>5</td>
<td>25</td>
<td>12</td>
<td>42</td>
</tr>
<tr>
<td>Harmittaminen (Pitäähan otto)</td>
<td>6</td>
<td>20</td>
<td>15</td>
<td>41</td>
</tr>
<tr>
<td>Onnistuminen, osaamisen tunne</td>
<td>11</td>
<td>17</td>
<td>11</td>
<td>39</td>
</tr>
<tr>
<td>Kova yrittäminen</td>
<td>10</td>
<td>13</td>
<td>11</td>
<td>34</td>
</tr>
<tr>
<td>Menestyminen, voittaminen</td>
<td>12</td>
<td>10</td>
<td>8</td>
<td>30</td>
</tr>
<tr>
<td>Ylpeys</td>
<td>13</td>
<td>7</td>
<td>5</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td>Arvostaminen / kunnioittaminen, huomiointi</td>
<td>9</td>
<td>7</td>
<td>7</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td>Viha, katkeruus, kateus</td>
<td>11</td>
<td>6</td>
<td>6</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td>Inho</td>
<td>4</td>
<td>8</td>
<td>6</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>Häpeän tunne, nolostuminen, nöyryyttäminen</td>
<td>11</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>Peiko</td>
<td>8</td>
<td>6</td>
<td>2</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Epäonnistuminen, osaamattomuus</td>
<td>11</td>
<td>1</td>
<td>4</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Jännittäminen</td>
<td>6</td>
<td>4</td>
<td>6</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Innostus, motivoituneisuus</td>
<td>4</td>
<td>10</td>
<td>2</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Pettymys</td>
<td>7</td>
<td>6</td>
<td>2</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>Hämnästys, järkypys, närkästyminen</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>3</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>Suru</td>
<td>7</td>
<td>2</td>
<td>3</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>Näyttäminen</td>
<td>5</td>
<td>3</td>
<td>2</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>Epävarmuus</td>
<td>5</td>
<td>4</td>
<td></td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>Itseluottamus</td>
<td>6</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>Kipu, närästys</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>4</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Epätoivo</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Onnellisuus</td>
<td>2</td>
<td>4</td>
<td></td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Epäoikeudemukaisuus</td>
<td>3</td>
<td>2</td>
<td></td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Ahdistus</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td></td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>Tyttypäisys</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td></td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Oppiminen</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td></td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Reiul peli</td>
<td></td>
<td></td>
<td>1</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Ei mitään</td>
<td>7</td>
<td>7</td>
<td>3</td>
<td>17</td>
</tr>
</tbody>
</table>

| Yhteensä | 240 | 241 | 167 | 648 |
6.1.5 Kouluiliikunnan aiheuttamia perustunteita

Kouluiliikunnassa ilmenneitä tapahtumia ja tunnekokemuisia tutkittiin myös siten, että kohderyhmille annettiin lista perustunteita, joiden kohdalle heidän tuli täyttää parhaiten muistissa oleva tapahtuma, joka kyseistä tunnetta oli aiheuttanut. Perustunteiksi katsotaan pelko, inho, onnellisuus, suru, hämmästys, suutumus, luottamus ja epävarmuus. Listaan lisättiin vielä kaksi kouluiliikunnassa usein esiintyvää tunnetta, onnistuminen ja pitkästyminen, jotka eivät sinänsä kuulu perustunteisiin.

Tästä listasta eniten tapahtumakuvauksia tuli perustunteeseen onnellisuus, 95 vastausta, eli jopa 88,0 % kohderyhmän vastauksista. Toiseksi eniten vastauksia tuli kohtaan suutumus, 94 (87,0 %) vastausta. Kolmanneksi eniten tapahtumakuvauksia kirjoitettiin perustunteeseen onnistuminen, 92 (85,2 %) vastausta. Neljänneksi eniten vastauksia tuli kohtaan pitkästyminen, 90 (83,3 %) kappaletta. Viidenneksi vastauksia tuli perustunteeseen inho, 82 (75,9 %) kappaletta. Loppuihin perustunteisiin vastattiin seuraavasti: epävarmuus 79 (73,1 %), luottamus ja pelko 75 (69,4 %), hämmästys 69 (63,9 %) ja suru 66 (61,1 %). Kysymyksen vastaattiin kiitettävästi, esimerkiksi vähiten vastauksia keränneeseen perustunteeseen, suruun, vastasi enemmistö, 61,1 % koko kohderyhmästä.

6.2 Kouluiliikunnan tunnekokemusten vertailu kohderyhmien, sukupuolten ja kouluasteiden välillä

6.2.1 Kouluiliikunnan ja koulunkäynnin kokemisen sekä kouluiliikuntaan reagoimisen vertailu kohderyhmien ja sukupuolten välillä

6.2.1.1 Kouluiliikunnan kokeminen

Kysymykseen "Koin kouluiliikunnan (kouluaste) enimmäkseen ?" vastattiin valitsemalla arvo 1 ja 7 välillä. 1 vastanneet kokivat kouluiliikunnan hyvin positiiviseksi ja 7 vastanneet puolestaan hyvin negatiiviseksi. Koko aineiston keskiarvoksi saatiin 2.47. Liikunnanopiskelijoiden keskiarvo oli 1.84 ja historianopiskelijoiden 3.18. Yhteensä tyttöjen keskiarvo oli 2.93 ja poikien 1.96. Varianssien samanlaisuuden tarkastamisessa käytettiin Levenen testiä. Tässä tapauksessa varianssianalyysin toteuttamisen ehdot eivät toteutuneet (Levene p=.000), joten käytämme riippumattomien otosten t-testiä vastausten keskiarvojen erojen tilastollisen merkitsevyyden selvittämiseksi.
TAULUKKO 9. Kouluiliikunnan kokeminen pääaineen ja sukupuolen mukaan

<table>
<thead>
<tr>
<th>KOHDERYHMÄ:</th>
<th>TYTÖT</th>
<th>POJAT</th>
<th>YHTEENSÄ:</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Liikunnanopiskelijat</td>
<td>N</td>
<td>29</td>
<td>28</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ka</td>
<td>2.14</td>
<td>1.54</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>kh</td>
<td>1.30</td>
<td>0.79</td>
</tr>
<tr>
<td>Historianopiskelijat</td>
<td>N</td>
<td>28</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ka</td>
<td>3.75</td>
<td>2.48</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>kh</td>
<td>1.88</td>
<td>1.86</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteensä:</td>
<td>N</td>
<td>57</td>
<td>51</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ka</td>
<td>2.93</td>
<td>1.96</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>kh</td>
<td>1.79</td>
<td>1.44</td>
</tr>
</tbody>
</table>

\[
\begin{align*}
T\text{-testi liikunnan-} & \text{ ja historianopiskelijoiden välillä: } df = 77.426 \quad t = -4.287 \quad p = .000^{***} \\
T\text{-testi sukupuolten välillä: } & df = 104.871 \quad t = 3.110 \quad p = .002^{**}
\end{align*}
\]

Kouluiliikunnan kokemisessa oli kohderyhmien välillä tilastollisesti erittäin merkitsevä ero (katso taulukko 9). Liikunnanopiskelijat kokivat kouluiliikunnan huomattavasti myönteisempänä kuin historianopiskelijat. Uravalinnan huomioon ottaen tulos onkin hyvin odotettu.

Sukupuoltenkin välillä varianssien välillä ilmeni erilaisuutta (Levene p = .029). Kouluiliikunnan kokemisessa oli sukupuolten välillä tilastollisesti merkitsevä ero (katso taulukko 9). Pojat kokivat kouluiliikunnan tyttöjä myönteisempänä.
6.2.1.2 Kouluiliikuntaa reagoiminen


<table>
<thead>
<tr>
<th>KOHDERYHMÄ:</th>
<th>TYTÖT</th>
<th>POJAT</th>
<th>YHTEENSÄ</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Liikunnanopiskelijat</td>
<td>N 29</td>
<td>28</td>
<td>57</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ka 4.69</td>
<td>5.11</td>
<td>4.89</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>kh 1.34</td>
<td>1.45</td>
<td>1.40</td>
</tr>
<tr>
<td>Historianopiskelijat</td>
<td>N 28</td>
<td>23</td>
<td>51</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ka 3.68</td>
<td>4.04</td>
<td>3.84</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>kh 1.42</td>
<td>1.33</td>
<td>1.38</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteensä:</td>
<td>N 57</td>
<td>51</td>
<td>108</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ka 4.19</td>
<td>4.63</td>
<td>4.40</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>kh 1.46</td>
<td>1.48</td>
<td>1.48</td>
</tr>
</tbody>
</table>

2-suuntainen varianssanalyysi:

- Päätä-vaihe + sukupuoli (yhdistelmä) : F = .010 p = .922
- Päätä-vaihe: F = 14.987 p = .000***
- Sukupuoli: F = 2.131 p = .147

Kohderyhmin ja sukupuolten yhdistelmästä tarkasteltaessa p-arvoksi saatiin p = .922, joten kohderyhmin ja sukupuolten yhdistelmästä kouluiliikuntaa reagoimiseen ei tilastollisesti merkitsevästi ollut. Kohderyhmin välille p-arvoksi saatiin p = .000, eli kouluiliikuntaa reagoimisen keskiarvoissa oli tilastollisesti erittäin merkitsevä ero (katso taulukko 10). Sukupuolten välille p-arvoksi saatiin p = .147, eli kouluiliikuntaa reagoimisessa ei ollut suku- ja sukupuolten välillä tilastollisesti merkitsevää eroa (p > .05).

Voidaan todeta, että tutkimukseen osallistuneet liikunnanopiskelijat ovat tilastollisesti merkitsevästi historianopiskelijoiden tunnevaltaisempia ja reagoivat liikuntatilanteisiin enemmän tunteilla. Sukupuolella ei taas tässä tapauksessa ollut tilastollisesti merkitsevästä vaikutusta tunnevaltaisuuteen.
6.2.1.3 Koulukäynnin kokeminen yleensä

TAULUKKO 11. Koulunkäynnin kokeminen yleensä.

<table>
<thead>
<tr>
<th>KOHDERYHMÄ:</th>
<th>TYTÖT</th>
<th>POJAT</th>
<th>YHTEENSÄ</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Liikunnanopiskelijat</td>
<td>N 29</td>
<td>28</td>
<td>57</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ka 2.48</td>
<td>2.46</td>
<td>2.47</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>kh 1.21</td>
<td>1.04</td>
<td>1.12</td>
</tr>
<tr>
<td>Historianopiskelijat</td>
<td>N 28</td>
<td>23</td>
<td>51</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ka 2.61</td>
<td>3.17</td>
<td>2.86</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>kh 1.10</td>
<td>1.47</td>
<td>1.30</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteensä:</td>
<td>N 57</td>
<td>51</td>
<td>108</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ka 2.54</td>
<td>2.78</td>
<td>2.66</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>kh 1.15</td>
<td>1.29</td>
<td>1.22</td>
</tr>
</tbody>
</table>

2-suuntainen varianssianalyysi:

- Päiväaine + sukupuoli (yhdyssvaikutus) F = 1.588 p = .210
- Päiväaine: F = 3.224 p = .075
- Sukupuoli: F = 1.394 p = .241


Näin voidaan todeta, että koulunkäyntiin suhtautuminen oli kohderyhmien ja sukupuolten välillä hyvin yhtenevää, keskiarvojen eroissa ei tilastollista merkitsevyyttä havaittu.
6.2.2 Kouluksiikunna ja koulunkäynnin kokeminen sekä kouluksiikuntaan reagoimisen vertailu koululaisteiden välillä

Kouluksiikunna ja koulunkäynnin kokemisesta yleensä sekä kouluksiikuntaan reagoimisesta eri koululaisteilla voidaan tuloksien perusteella sanoa seuraavaa: Tutkittaessa varianssien samankaltaisuutta Levenen testillä, todettiin varianssianalyysin ehtojen toteutuvan (p > .175). Yksisuuntaisen varianssianalyysin tuloksena todettiin, että koululaisteiden välisen keskiarvoperioden eroilla ei ole tilastollisesti merkittävä eroa p-arvojen vaihdellessa välillä .107 - .649 (katso taulukko 12).

Näin ollen tässä tutkimuksessa ei koululaisteella näiden kysymysten puitteissa ole tilastollisesti merkittävä vaikutusta kouluksiikunna ja koulunkäynnin kokemisen yleensä sekä kouluksiikunaan reagoimisen keskiarvoinhin.

TAULUKKO 12. Kouluksiikunna kokeminen ja siihen reagoiminen sekä koulunkäynnin kokeminen kohderyhmillä eri koululaisteilla.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Kouluksiikunna kokeminen</th>
<th>N</th>
<th>ka</th>
<th>kh</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>kouluksiikuntaan reagoiminen</td>
<td>1 Ala-aste</td>
<td>35</td>
<td>2.46</td>
</tr>
<tr>
<td>täyttämällään koululaisteella</td>
<td>2 Yläaste</td>
<td>38</td>
<td>2.66</td>
</tr>
<tr>
<td>(1= hyvin pos. ... 7= hyvin neg.)</td>
<td>3 Lukio</td>
<td>35</td>
<td>2.29</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteensä</td>
<td>108</td>
<td>2.47</td>
<td>1.70</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Yksisuuntainen varianssianalyysi: F = .434 p = .649

<table>
<thead>
<tr>
<th>Kouluksiikunna kokeminen</th>
<th>N</th>
<th>ka</th>
<th>kh</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>kouluksiikuntaan reagoiminen</td>
<td>1 Ala-aste</td>
<td>35</td>
<td>4.83</td>
</tr>
<tr>
<td>täyttämällään koululaisteella</td>
<td>2 Yläaste</td>
<td>38</td>
<td>4.24</td>
</tr>
<tr>
<td>(1= hyvin harkiten. ... 7= voimakkaasti)</td>
<td>3 Lukio</td>
<td>35</td>
<td>4.14</td>
</tr>
<tr>
<td>tunteella</td>
<td>Yhteensä</td>
<td>108</td>
<td>4.40</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Yksisuuntainen varianssianalyysi: F = 2.285 p = .107

<table>
<thead>
<tr>
<th>Kouluksiikunna kokeminen</th>
<th>N</th>
<th>ka</th>
<th>kh</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>kouluksiikuntaan reagoiminen</td>
<td>1 Ala-aste</td>
<td>35</td>
<td>2.43</td>
</tr>
<tr>
<td>täyttämällään koululaisteella</td>
<td>2 Yläaste</td>
<td>38</td>
<td>2.76</td>
</tr>
<tr>
<td>(1= hyvin miellyttäväksi. ... 7= hyvin epämiellyttäväksi)</td>
<td>3 Lukio</td>
<td>35</td>
<td>2.77</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteensä</td>
<td>108</td>
<td>2.66</td>
<td>1.22</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Yksisuuntainen varianssianalyysi: F = 1.356 p = .404
6.2.3 Koulu-liikunnasta saatujen tunnekokemusten vertailu kohderyhmittäin

Tunnemääällä \( n = 648 \) ristiintaulukoinnin tuloksena (katso taulukko 13) saatiin vapausasteilla \( df = 21 \) khi-arvoksi 55.630 (\( p = .000^{***} \)), eli liikunnanopiskelijoiden ja historianopiskelijoiden tunnekokemusten ero on tilastollisesti erittäin merkitsevä.

Yksittäisten tunnekokemusryhmien välillä suurimpia eroja liikunnanopiskelijoiden ja historianopiskelijoiden välillä oli seuraavissa ryhmissä: "Ei mitään" oli vastannut 17 historianopiskelijaa mutta ei yhtään liikunnanopiskelijaa. Standardoidut residuaaliarvot olivat tässä tapauksessa 3.9 ja -3.2, jotka myöskin osoittavat eron olemassaolon (standardoidun residuaaliarvon nousessa yli kahden (2.0 / -2.0) ero on tilastollisesti merkitsevä). "Epäonnistuminen, epävarmuus" -ryhmään oli vastattu historianopiskelijoiden puolesta 16 kertaa ja liikunnanopiskelijat 9 kertaa, standardoitujen residuaaliarvojen ollessa 1.9 ja -1.5. "Menestyminen, voittaminen, itseluottamus" -ryhmään vastasivat liikunnanopiskelijat 31 kertaa, mutta historianopiskelijat ainoastaan 8 kertaa. Standardoidut residuaaliarvot tässä tapauksessa olivat 1.6 ja -2.0.

Muissa tunnekategorioissä ei liikunnan- ja historianopiskelijoiden välillä ollut tilastollisesti merkitsevää eroa.
<table>
<thead>
<tr>
<th>TUNNEKATEGORIAT:</th>
<th>PÄÄAINE:</th>
<th>Historianopiskelijat</th>
<th>Yhteensä</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>Liikunnan-opiskelijat</td>
<td>Std. Residual</td>
<td>84</td>
</tr>
<tr>
<td>Hyvä on olon tunne</td>
<td>havaite</td>
<td>57</td>
<td>27</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>50.0</td>
<td>34.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>1.0</td>
<td>-1.2</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteensuhteluvuus</td>
<td>havaite</td>
<td>34</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>32.2</td>
<td>21.8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.3</td>
<td>-.4</td>
</tr>
<tr>
<td>Onnistuminen</td>
<td>havaite</td>
<td>29</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>31.0</td>
<td>21.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.4</td>
<td>.4</td>
</tr>
<tr>
<td>Iljo</td>
<td>havaite</td>
<td>25</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>25.0</td>
<td>17.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.0</td>
<td>.0</td>
</tr>
<tr>
<td>Turhautuminen</td>
<td>havaite</td>
<td>25</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>25.0</td>
<td>17.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.0</td>
<td>.0</td>
</tr>
<tr>
<td>Harmitaminen</td>
<td>havaite</td>
<td>21</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>24.4</td>
<td>16.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.7</td>
<td>.8</td>
</tr>
<tr>
<td>Menestyminen</td>
<td>havaite</td>
<td>31</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>23.2</td>
<td>15.8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>1.6</td>
<td>-2.0</td>
</tr>
<tr>
<td>Kova yrittäminen</td>
<td>havaite</td>
<td>25</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>20.3</td>
<td>13.7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>1.1</td>
<td>-1.3</td>
</tr>
<tr>
<td>Viha</td>
<td>havaite</td>
<td>14</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>16.7</td>
<td>11.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.7</td>
<td>.8</td>
</tr>
<tr>
<td>Epäonnistuminen</td>
<td>havaite</td>
<td>9</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>14.9</td>
<td>10.1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.15</td>
<td>1.9</td>
</tr>
<tr>
<td>Yrpeys</td>
<td>havaite</td>
<td>17</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>14.9</td>
<td>10.1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.5</td>
<td>-.7</td>
</tr>
<tr>
<td>Arvostaminen</td>
<td>havaite</td>
<td>19</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>14.3</td>
<td>9.7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>1.2</td>
<td>-1.5</td>
</tr>
<tr>
<td>Suru</td>
<td>havaite</td>
<td>13</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>11.9</td>
<td>8.1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.3</td>
<td>-.4</td>
</tr>
<tr>
<td>Inho</td>
<td>havaite</td>
<td>11</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>10.7</td>
<td>7.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.1</td>
<td>-.1</td>
</tr>
<tr>
<td>Häpeän tunne</td>
<td>havaite</td>
<td>11</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>10.1</td>
<td>6.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.3</td>
<td>-.3</td>
</tr>
<tr>
<td>Innotus</td>
<td>havaite</td>
<td>8</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>9.5</td>
<td>6.5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.5</td>
<td>.6</td>
</tr>
<tr>
<td>Järkittäminen</td>
<td>havaite</td>
<td>9</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>9.5</td>
<td>6.5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.2</td>
<td>.2</td>
</tr>
<tr>
<td>Pelko</td>
<td>havaite</td>
<td>8</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>9.5</td>
<td>6.5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.5</td>
<td>.6</td>
</tr>
<tr>
<td>Pettymys</td>
<td>havaite</td>
<td>10</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>8.9</td>
<td>6.1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.4</td>
<td>-.4</td>
</tr>
<tr>
<td>Hämmästys</td>
<td>havaite</td>
<td>7</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>7.7</td>
<td>5.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.3</td>
<td>.3</td>
</tr>
<tr>
<td>Epätoivo</td>
<td>havaite</td>
<td>3</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>6.0</td>
<td>4.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.12</td>
<td>1.5</td>
</tr>
<tr>
<td>Ei Mitäkin</td>
<td>havaite</td>
<td>0</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Odotettu</td>
<td>10.1</td>
<td>6.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.3</td>
<td>.9</td>
</tr>
<tr>
<td>YHTEENSÄ:</td>
<td></td>
<td>386</td>
<td>262</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Khi²=55.630  df=21  p=.000***
6.2.4 Koululiikunnasta saatujen tunnekokemusten vertailu sukupuolittain

Tunnemäärällä (n=648) ristiintaulukoinnin tuloksena (katso taulukko 14) saatiin vapausasteilla df=21 khi-arvoksi 31.398 (p= .067), eli tytöjen ja poikien tunnekokemusten välillä ei ole tilastollisesti merkitsevää eroa. Yksittäisten tunnekuvausrhyhmien kohdalla suurin ja ainoa merkitsevä ero sukupuolten välillä oli ryhmässä "inho", johon tytöt vastasivat 15 kertaa, kun taas pojat vain 3 kertaa. Standardoidut residuaalit olivat tytöillä 1.8 ja pojilla -1.9.
### Taulukko 14. Tunnekategorioiden ristiintaulukointi sukupuolen suhteen

<table>
<thead>
<tr>
<th>TUNNEKATEGORIAT:</th>
<th>SUKUPUOLI:</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>Tyttö</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td>Hyvän olon tunne</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>44.6</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteenvetoisuus</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>28.7</td>
</tr>
<tr>
<td>Onnittuminen</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>27.6</td>
</tr>
<tr>
<td>Illo</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>22.3</td>
</tr>
<tr>
<td>Turhautuminen</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>22.3</td>
</tr>
<tr>
<td>Harmittuminen</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>21.8</td>
</tr>
<tr>
<td>Menevyminen</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>20.7</td>
</tr>
<tr>
<td>Kova yrittäminen</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>18.0</td>
</tr>
<tr>
<td>Viha</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>14.9</td>
</tr>
<tr>
<td>Epomeissutuminen</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>13.3</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteys</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>13.3</td>
</tr>
<tr>
<td>Arvostaminen</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>12.7</td>
</tr>
<tr>
<td>Suru</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>10.6</td>
</tr>
<tr>
<td>Inho</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>9.6</td>
</tr>
<tr>
<td>Häpeän tunne</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>9.0</td>
</tr>
<tr>
<td>Innoittaminen</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>8.5</td>
</tr>
<tr>
<td>Jäänittäminen</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>8.5</td>
</tr>
<tr>
<td>Pelko</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>8.3</td>
</tr>
<tr>
<td>Pettymys</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>8.0</td>
</tr>
<tr>
<td>Hämmästys</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>6.9</td>
</tr>
<tr>
<td>Epäkoivu</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>5.3</td>
</tr>
<tr>
<td>Ei mitään</td>
<td>havaittu</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>9.0</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Yhteensä</strong></td>
<td><strong>344</strong></td>
</tr>
</tbody>
</table>

Khi²=31.398 df=21 p=0.067
6.2.5 Kouluiliikunnasta saatujen tunnekokemusten vertailu kouluasteittain

Ristiintaulukoitaessa tunnemäärä \( n=648 \) kouluasteiden suhteen (katso taulukko 15) saatiin vapausasteilla \( df = 42 \) khi-arvoksi 59.474 \( (p = .039^*) \), eli kouluasteiden väliillä oleva tunnekokemusten ero on tilastollisesti merkitsevä.


Lisäksi ala-asteella koettiin *häpeän tunnetta* (standardoitu residuaali 1,9), muita kouluasteita enemmän, 11 tunnekuvausta. Yläasteen tunnekuvausmääräinen poikkeamista *innostus* oli myös lähellä tilastollisen merkitsevyyden rajaa, 10 tunnekuvausta, standardoitu residuaali 1,7.

Muilla tunnekategorioilla ei kouluasteiden välillä ollut tilastollisesti merkitsevää eroa.
<table>
<thead>
<tr>
<th>TUNNEKATEGORIAT:</th>
<th>KOULUASTE:</th>
<th>Yhteensä</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>ala-aste</td>
<td>yläaste</td>
</tr>
<tr>
<td>Hyvin olon tunne</td>
<td>havaittu</td>
<td>30</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>31.1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-2</td>
</tr>
<tr>
<td>Yhteenvuoruvuos</td>
<td>havaittu</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>20.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-2</td>
</tr>
<tr>
<td>Omistuminen</td>
<td>havaittu</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>19.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-3</td>
</tr>
<tr>
<td>Ilo</td>
<td>havaittu</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>15.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.4</td>
</tr>
<tr>
<td>Turhaustuminen</td>
<td>havaittu</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>15.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.7</td>
</tr>
<tr>
<td>Harmittaminen</td>
<td>havaittu</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>15.2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.4</td>
</tr>
<tr>
<td>Menestyminen</td>
<td>havaittu</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>14.4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.9</td>
</tr>
<tr>
<td>Kova yrityminen</td>
<td>havaittu</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>12.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-.7</td>
</tr>
<tr>
<td>Viha</td>
<td>havaittu</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>10.4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>1.1</td>
</tr>
<tr>
<td>Epoloniintuminen</td>
<td>havaittu</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>9.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>2.2</td>
</tr>
<tr>
<td>Ylpeys</td>
<td>havaittu</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>9.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. residual</td>
<td>1.2</td>
</tr>
<tr>
<td>Arvostaminen</td>
<td>havaittu</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>8.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. residual</td>
<td>.0</td>
</tr>
<tr>
<td>Suru</td>
<td>havaittu</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>7.4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>7.4</td>
</tr>
<tr>
<td>Inho</td>
<td>havaittu</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>6.7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>-1.0</td>
</tr>
<tr>
<td>Hilpein tunne</td>
<td>havaittu</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>6.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>1.9</td>
</tr>
<tr>
<td>Innoitus</td>
<td>havaittu</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>5.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. residual</td>
<td>-8</td>
</tr>
<tr>
<td>Jännittäminen</td>
<td>havaittu</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>5.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.0</td>
</tr>
<tr>
<td>Pelko</td>
<td>havaittu</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>5.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.9</td>
</tr>
<tr>
<td>Pettymys</td>
<td>havaittu</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>5.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.6</td>
</tr>
<tr>
<td>Hämmäläys</td>
<td>havaittu</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>4.8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.1</td>
</tr>
<tr>
<td>Epätoivo</td>
<td>havaittu</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>odotettu</td>
<td>3.7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.2</td>
</tr>
<tr>
<td>El Mitään</td>
<td>havaittu</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Odotettu</td>
<td>6.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Std. Residual</td>
<td>.3</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**Yhteensä**: 240 241 167 648

$\chi^2 = 59.474  \quad df = 42  \quad p = .039$
6.3 Voimakkaimpia tunnekokemuksia aiheuttaneita koululiikunnan tekijöitä

Koululiikuntaan liittyvät kilpailut aiheuttivat eniten tunnekokemuksia kohderyhmälle, 29,2 % kaikista tunnekokemuksista (katso taulukko 16). Tapahtumat, jotka liittyivät tai johtuivat jostakin erityisestä läjistä saivat aikaa myös runsaasti erilaisia tunnekokemuksia, 20,4 % kaikista. Lajien ja tunnekuvausten yhteyksiä käydään tarkemmin läpi myöhemmin. Kun yhdistetään lähellä toisiaan olevat ryhmät, opettajan vaikutus tapahtumiin (9,0 %) ja opettajan persoonaa (1,7 %), saadaan kolmanneksi eniten tunnekuvauksia aiheuttanut tapahtumaryhmä, ”opettaja”, yhteensä 10,7 %. Historianopiskelijoille eniten tunnekokemuksia aiheutti tapahtumista jokin erityinen laji ja liikunnanopiskelijoille koululiikuntaan liittyvät kilpailut. Tytöille eniten tunnekokemuksia aiheutti jokin erityinen laji ja pojille koululiikuntaan liittyvät kilpailut.

Koululiikuntaan liittyvistä kilpailuista johtuneista tunnekokemuksista eniten ilmeni yhteenkuuluvuuden (15,9 %) ja hyvän olon tunnetta (14,3 %). Lisäksi koululiikuntaan liittyvät kilpailut aiheuttivat menestymisen ja voittamisen tunteita runsaasti, 12,7 % koululiikuntaan liittyneiden kilpailujen aiheuttamien tunnekokemusten kokonaismäärästä. Jokin erityinen laji aiheutti eniten turhautumisen, tylsistymisen yms. tunnekokemuksia, 14,4 % lajien aiheettantamista tunnekokemuksista. Toisaalta lajit aiheuttivat myös hyvän olon tuntemuksia, 10,6 %. Opettajan vaikutus tapahtumiin sai eniten aikaan harmittamista ja ”päähän ottoa” (20,7 % vastanneista).

Jos tuloksia tulkitaan tunnekokemusten kannalta ja suhteutetaan prosenttimäärät kyseisen tunnekokemuksen kokonaismäärään (tapahtumavastausten määrien suhteen suuruusjärjestyksessä), niin eniten kovan yrittämisen tunnetta aiheutti koululiikuntaan liittyvät kilpailut, 12 tunnekokemusta kaikista kovan yrittämisen tuntemuksista (35,3 %). Inhoa synnytti eniten jokin erityinen laji (27,8 %). Pelkoa eniten aiheutti opettajan vaikutus tapahtumiin (37,5 %). Epäonnistumisen ja osaamattomuuden tunnetta aiheutti eniten jokin erityinen laji (37,5 %). Vihaa, katkeruutta tai kateutta aiheutti muiden oppilaiden toiminta (26,1 %). Jännittämisen tunnetta aiheuttivat erilaiset kilpailutilanteet (43,8 %). Onnistumista tai osaamisen tunnetta aiheuttivat kilpailut (33,3 %). Ilon tunnetta aiheutti eniten jokin erityinen laji, 5 tunnekokemusta kaikista
inhon tuntemuksista (26,2 %). Myös opettajan vaikutus tapahtumiin aiheutti 4 inhon tunnekokemusta (22,2 %). Ylpeyden tunteita aiheuttivat erilaiset kilpailut (60,0 %). Näytämisen tunnetta sai aikaan jokin erityinen laji (50,0 %). Arvostamista ja kunnioittamista sai aikaan myöskin koululiikuntaa liittyvät kilpailut (39,1 %). Innostuneisuutta ja motivoituneisuuden tunnetta aiheutti jokin erityinen laji (43,8 %).

**TAULUKKO 16.** Tunnekokemusten ja niitä aiheuttaneiden tapahtumien yhteydet.

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Koululiikuntaa liittyvät tapahtumat</td>
<td>27</td>
<td>14</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>6</td>
<td>7</td>
<td>8</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>3</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>75</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Joko erityinen laji</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>54</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Opettajan vaikutus tapahtumiin</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Liikuntateollisuus, kuntoteos, liikuntagaitta</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Liikuntageometriset tapahtumat</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Muiden opiskeluiden toiminnasta</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Erityiset tapahtumat</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Erityiset tapahtumat</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Omasta fyysisuotkuomaisesta</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Myös aiheuttaneet tapahtumat</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Koululiikunnassa menevyys</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Vainmoinen liikunta/terho</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Kolmukuntoiset/tyhjehoidot</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Oma osaamisen/t asamotiva</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Elämystöläiskö</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>El mitään</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>42</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

| Yhteensä | 189 | 132 | 58 | 48 | 44 | 29 | 29 | 23 | 22 | 16 | 15 | 13 | 11 | 8 | 4 | 1 | 1 | 4 | 647 |
6.3.1 Koulu-liikunnan tekijöitä, jotka aiheuttivat kohderyhmälle perustunteita

Vastauksia eniten keränneeseen perustunteeseen, onnellisuuteen, vastattiin eniten seuraavia tapahtumia: Omasta toiminnasta/fysiikasta aiheutuneet tapahtumat, 37 kpl (38,9 % vastauksien kokonaismäärästä). Liikuntatunnit yleensä liittyvät onnellisuuden tunteeeseen aiheuttamalla vastauksia 13 kpl (13,7 %).

Perustunteista suuttumusta aiheutti eniten muiden oppilaiden toiminnasta aiheutuneet tapahtumat, 32 kpl (34,4 %). Lisäksi suuttumusta aiheutti opettajan vaikutus tapahtumiin, 28 kpl (29,8 %).

Omnistumista aiheutti eniten oma osaaminen, 25 kpl (27,2 %). Toiseksi eniten tätä aiheutti jokin erityinen laji, 18 kpl (19,6 %).

Pitkästymistä aiheutti opettajan vaikutus tapahtumiin, 35 kpl (38,9 %). Myös jokin erityinen laji aiheutti pitkästymistä, 27 kpl (30,0 %).

Inhoa aiheutti jokin erityinen laji, 20 kpl (24,4 %). Toiseksi eniten inhoa aiheutti muiden oppilaiden toiminta, 17 kpl (20,7 %).

Epävarmuuden tunnetta aiheutti jokin erityinen laji, 24 kpl, (30,4 %). Lisäksi oma osaamattomuus synnytti 22 kpl (27,8 %).

Luottamusta aiheutti eniten joukkuehenki/yhteishenki, 17 kpl (22,7 %) sekä opettajan vaikutus tapahtumiin, 15 kpl (20,0 %).

Pelko aiheutui pääosin jostain erityisestä lajista, 31 kpl (41,3 %) sekä muiden oppilaiden toiminnasta aiheutuneista tapahtumista, 8 kpl (10,7 %).

Hämmästystä aiheuttivat eniten muiden oppilaiden toiminnasta aiheutuneet tapahtumat, 15 kpl (21,7 %) ja opettajan persoona, 11 kpl (15,9 %).
Surua aiheuttivat pääasiassa erityinen tapahtuma liikuntatunneilla (loukkaantumiset ym.), 13 kpl (19,7 %) sekä omasta fysiikasta/toiminnasta aiheutuneet tapahtumat, 12 kpl (18,2 %).


6.3.2 Liikuntalajit, jotka aiheuttivat voimakkaämpia tunnekokemuksia

Lajin liittyviä tunnekokemuksia tuli yhteensä 471 kappaletta (katso taulukko 17). Lajeista eniten tunnekokemuksia koululiiikunnassa aiheutivat yleisurheilu, juoksu ja kävely, yhteensä 18,5 % kaikista lajiin liittyneistä tunnekuvauxsista. Toiseksi eniten lajiin liittyviä tunnekokemuksia aiheutivat joukkuelajit ja erilaiset pelit, 11,5 %. Lähis saman verran tunnekokemuksia aiheutti höihto, 11,1 %. Lisäksi telinevoimistelu aiheutti 10,2 % lajiin liittyneistä tunnekokemuksista.

Tulkittaessa tuloksia tunnekokemusten kannalta suhteuttaen määrillisesti suurimmat lajimaininnat tunnekuvauxksen kohdalta kyseisen tunnekuvauxksen kokonaismäärään saadaan seuraavanlaisia tuloksia: turhattumista ym. aiheutti eniten telinevoimistelu, 20,0 %. Kovan yrittämisen tunnetta aiheutui höihdosta, 26,9 % kaikista lajiin liittyneistä kovan yrittämisen tuntemuksista. Yhteenkuuluvuutta ja luottamusta aiheutti eniten joukkuelajit ym., 19,5 %. Hyvän olon tunnetta, "hyviin fiiliksiin" liitty yleisurheilu ym., 25,0 %. Lisäksi yleisurheilu aiheutti eniten onnistumista, 17,6 % menestymistä, 21,7 % ja ylpeyttä, 36,8 %, kaikista lajiin liittyneistä tunnekuvauxsista. Ilaa ym. aiheutti sen sijaan eniten joukkuelajit, 20,6 %.
### TAULUKKO 17. Tunnekokemusten ja niitä aiheuttaneiden lajien yhteydet.

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Yleisurheilu, juoksu, kävely</td>
<td>13</td>
<td>5</td>
<td>4</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>4</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>1</td>
<td>3</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>62</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Joutkuellait, pellit</td>
<td>7</td>
<td>8</td>
<td>3</td>
<td>1</td>
<td>3</td>
<td>4</td>
<td>4</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>3</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>41</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Telinevoimistelu</td>
<td>1</td>
<td>7</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>1</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>4</td>
<td>1</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>34</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Pesäpallo</td>
<td>6</td>
<td>4</td>
<td>1</td>
<td>4</td>
<td>5</td>
<td>1</td>
<td>5</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>34</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Urni</td>
<td>3</td>
<td>4</td>
<td>5</td>
<td>6</td>
<td>2</td>
<td>3</td>
<td>1</td>
<td></td>
<td></td>
<td>5</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>30</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Koripallo</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>3</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
<td>6</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Seil maaro / saihy</td>
<td>6</td>
<td>3</td>
<td>7</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Muut / uudet lajit</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Lennepallo</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Jalkapallo</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Luistelu</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Suunnistus</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Tanssi</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Jääpalit</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Rinnehiilko</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Lujonnolintu</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Voimistelu</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Sulkapallo</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Aerobic</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Kuuntosali</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>26</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>El mitään</td>
<td>2</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>22</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

| YHTEENSÄ: | 87 | 54 | 52 | 48 | 48 | 37 | 29 | 28 | 26 | 18 | 16 | 15 | 13 | 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 3 | 2 | 0 | 3 | 471 |
6.3.3 Liikuntalajit jotka aiheuttivat eniten perustunteita

Kohderyhmältä kysytyskä kysymyksessä, jossa oli lista perustunteista, tutkittiin myös lajeja, jotka perustunteita aiheuttavat. Henkilön vastattua tunteen aiheuttaneeksi tapahtumaksi jonkin lajin, se kirjattiin ylös.

Suhteesa eniten lajiin liittyneitä vastauksia tuli perustunteista pelkoon, 52,0 % kaikista vastauksista (katso taulukko 18). Lajeista eniten pelkoa aiheutti telinevoimistelu, 46,2 %. Prosentuaalisesti toiseksi eniten lajivastauksia tuli perustunneeseen onnistuminen, 41,3 %. Onnistumaista aiheuttivat lajeista eniten palloilulajit yleensä, 47,4 %.

**TAULUKKO 18.** Eniten perustunteita aiheuttavat lajit kouluilikkunnassa

<table>
<thead>
<tr>
<th>PERUSTUNNE</th>
<th>Lajin liittyneitä vastauksia %</th>
<th>LAJI</th>
<th>KPL</th>
<th>%</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>PELKO</strong></td>
<td>39 75 52,0</td>
<td>Telinevoimistelu 18</td>
<td>46,2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Palloilulajit yleensä 5</td>
<td>12,8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>ONNISTUMINEN</strong></td>
<td>38 92 41,3</td>
<td>Palloilulajit yleensä 18</td>
<td>47,4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Pestpallo sekä telinevoimistelu (molempia) 4</td>
<td>10,5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>PITKÄSTYMİNEN</strong></td>
<td>36 90 40,0</td>
<td>Hiihto sekä yleisurheilu 6</td>
<td>16,7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Palloilulajit yleensä 5</td>
<td>13,9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>EPÄVARMUUS</strong></td>
<td>30 79 38,0</td>
<td>Telinevoimistelu 11</td>
<td>36,7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Uinti, yleisurheilu sekä palloilulajit 3</td>
<td>10,0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>INHO</strong></td>
<td>28 82 34,1</td>
<td>Telinevoimistelu 7</td>
<td>25,0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>yleisurheilu 6</td>
<td>21,4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>ONNELLISUUS</strong></td>
<td>25 95 26,3</td>
<td>Palloilulajit yleensä 12</td>
<td>48,0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Tanssi sekä pestpallo 2</td>
<td>8,0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>SUUTTUMUS</strong></td>
<td>19 94 20,2</td>
<td>Palloilulajit yleensä 6</td>
<td>31,6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Sunninistus 3</td>
<td>15,8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>HÄMMÄSTYS</strong></td>
<td>15 69 21,7</td>
<td>Palloilulajit yleensä 5</td>
<td>33,3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Telinevoimistelu, pestpallo sekä muut lajit 2</td>
<td>13,3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>LUOTTAMUS</strong></td>
<td>15 75 20,0</td>
<td>Palloilulajit yleensä 5</td>
<td>33,3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Saliband sekä telinevoimistelu 2</td>
<td>13,3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>SURU</strong></td>
<td>12 66 18,1</td>
<td>Palloilulajit yleensä 4</td>
<td>33,5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Hiihto 2</td>
<td>16,7</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
6.4 Esimerkkejä tunnekuvausista ja niitä aiheuttaneista tapahtumista

6.4.1 Yleisimpiä tunnetta kuvaavia vastauksia

Tyypillisin positiivinen tunnekuvaus koko tutkimusryhmällä oli *hyvän olon tunne*, johon vastattiin mm. seuraavasti (tunteen aiheuttanut tapahtuma sulkeissa): "Tuntu tietysti hyvältä, kun oli hyvä" (Koulun edustustehtävät) ja "Tuntui hyvältä kun tiesi juosseensa niin hyvin kuin pystyi ja ope tuli vielä kehumaan!" (Cooper-testi).

Toiseksi yleisin positiivinen tunnekuvaus oli *yhsteenkuuluvuus*, johon vastattiin:
"Kuuluin joukkueeseen, joten joukkueen onnistuminen oli minun onnistumiseni, ja minun onnistumiseni koko joukkueen onnistuminen" (Voitto luokkien välisessä pesäpalloturnauksessa) ja "Koin luokan sisällä voimakasta yhteenvuuluvuutta ja mielihyvää olla osana joukkueetta" (Luokkien väliset yh-kilpailut).

Negatiivisista tunnekuvausista koko tutkimusryhmän kohdalla yleisin olivat *turhautuminen*, johon vastattiin mm. seuraavasti: "Ei ole mukavaa, vaan turhauttavaa, kun osaa liikkua, muttei niin kuin pitäisi" (heikko pelisilmä joukkuepeleissä) ja "Tuntui aivan turhalta" (hiihto). Toiseksi yleisin negatiivinen tunnekuvaus oli *harmittaminen*, johon vastattiin mm. "Otti päähän, kun ei voinut tehdä mitään hauskaa, kun kaikki ei ollut täysillä mukana" (Muiden oppilaiden asenneongelmat liikuntaan kohtaan) ja "Kyllä se harmitti, kun oli käynyt koko kesän lenkillä ja sitten piti keskeyttää. En alkanut enää uusimaan" (Cooper-testin parantamisyritys epäonnistui).

6.4.2 Yleisimpiä tunnetta kuvaavia vastauksia kohderyhmittäin

Liikunnanopiskelijoiden kohdalla yleisin positiivinen tunnekokemus oli *hyvän olon tunne*, johon liikunnanopiskelijat vastasivat mm. seuraavasti: "Oli hienoa päästä pyörrettämään rehtoria kentällä, kun hän aina luuli olevansa tosi pelimies" (Jääkiekkoottelut liikuntapäivinä, opettajat-oppilaat). Toiseksi yleisin positiivinen tunnekokemus oli yhteenvuuluvuus, johon vastattiin mm. "Yhteishenki oli aina mahtava näissä
tunneluksissa" (Lukioiden väliset pesäpallotunnelukset). Kolmanneksi yleisin positiivinen tunnekokemus liikunnanopiskelijoiden keskuudessa oli *ilo*, johon vastattiin mm. "Oli todella hauskaa, kun järjestettiin toimintaa myös koulujan ulkopuolella" (Koulun lasketteluretki).

Historianopiskelijoilla yleisin positiivinen tunnekuvuus oli myös *hyvän olon tunne*, johon vastattiin mm. "Oli mahtavaa, kun yleiskunto oli ok ja jaksoin juosta varsin pitkään hengästymättä ja pystyin hiihtämään pidempää matkoja" (Fyysisen kunnon parantuminen). Historianopiskelijoiden toiseksi yleisin positiivinen tunnekuvuus oli *yhteenkuuluvuus*, johon vastattiin mm. seuraavasti: "Luokan sisäinen yhteenkuuluvuus, joukkuehenki, kunnon tappomeininki. Nän varsinkin, koska meillä oli varsin hyvä joukkue" (Koulun sisäiset puulaakit ja tunnelukset). Kolmanneksi yleisin tunnekuvuus oli *omnistuminen* johon vastattiin mm. "Jesh! Osaan jotain paremmin kuin keskiverrosti liikuntatunnillakin! Paremmin kuin saakelin himo/- kilpaurheilijat" (Mallin näyttäminen tanssikurssilla).

6.4.3 Yleisimpiä tunnetta kuvaavia vastauksia sukupuolittain

Tytöillä yleisin positiivinen tunnekuvuus oli *hyvän olon tunne*, johon vastattiin mm. "Oli upeeta, kun sai pelata jalkapalloa, pesistä jne. toisin kuin tyttöjen omilla liikuntatunneilla" (tyttöjen ja poikien yhteiset liikuntatunnit). Toiseksi yleisin positiivinen tunnekuvuus tytöillä oli *yhteenkuuluvuus*, johon vastattiin mm. seuraavasti: "Tuli sellainen olo, että luotettiin ja tiesi että teki asiat hyvin, kun teki" (Opettajan antamat luottamustehdät). Kolmanneksi yleisin tyttöjen positiivinen tunnekuvuus oli *ilo*, jossa vastauksena oli mm. "Liikuntatuntia odotti etukäteen ja liikunta tuntui mukavalta" (Jotkin tietty lajit, kuten luistelu tai leikit).

Pojilla yleisin positiivinen tunnekuvuus oli myöskin *hyvän olon tunne*, johon pojat vastasivat mm. "Hyvät fililikset ja taittiin sijoittua kolmanneksi" (Jalkapallon koulun mestaruusturnaus). Toiseksi yleisin positiivinen tunnekuvuus pojilla oli *yhteenkuuluvuus*, johon vastattiin mm. seuraavasti: "Tapahtumat paransivat luokkakahakeä ja loivat vahvan yhteenkuuluvuuden tunteen" (Luokkien väliset juoksut ja hiihtoviestit). Kolmanneksi yleisin poikien positiivinen tunnekuvuus oli
onnistuminen, johon vastattiin mm. "Oli mukavaa tuntea onnistuneensa, kun Jussi piti passin ja minä kiekon reppuun" (onnistunut 2-1 -hyökkäys jääkiekossa).

Tytöiden yleisin negatiivinen tunnekuvaus oli turhautuminen. Tähän vastattiin mm. "Tyylältä tuntui, lenkällä ollessa teki lähinnä mieli poiketa lähipään kaupan pullahylllylle" (Opettaja huomioi vain osaamista yrittämisen sijaan). Toiseksi yleisin tyttöjen negatiivinen tunnekuvaus oli viha, johon vastattiin mm. seuraavasti: "Eli todellakin raivostutti opettajan käytös, sillä mielestäni siinä tilanteessa olisi pitänyt puuttua lyöjän toimintaan" (Lukkarina ollessaan sai lyöjän heittämän mailan päähänsä). Vihaan liittyvien tunnekuvausten kanssa sai saman määrän vastauksia negatiivinen tunnekuvaus inho, jossa vastauksena oli mm. "INHOAN HIIHTOA! 'Juoksin vanhat sukset jalassa 1300m, veren makun suussa" (Koulun luokkien väliset hiihtokilpailut).

Pojilla yleisin negatiivinen tunnekuvaus oli turhautuminen, johon pojat vastasivat mm. "Ei kiinnostanut metriäkään" (Voimistelutunnit). Toiseksi yleisin negatiivinen tunnekuvaus oli harmittaminen, johon vastattiin mm. "vitutuksen määrä oli todella suuri" (Keskeytys koulun triathlon-kilpailussa). Kolmanneksi yleisimmin pojat vastasivat negatiivisena tunnekuvauksena häpeän tunteen, johon vastattiin mm. "Hävetti ja nolotti ja piti selitellä" (Epäonnistui jalkapallomaalivahtina ollessaan).

6.4.4 Yleisimpiä tunnetta kuvaavia vastauksia kouluasteittain

Ala-asteella yleisin positiivinen tunnekuvaus oli hyvän olon tunne, johon vastattiin mm. "Tuntui hienolta olla sankari, joka sai kaikki onnittelut" (suuret urheilutapahtumat). Toiseksi yleisin positiivinen tunnekuvaus ala-asteella oli yhteensäuruus, johon vastattiin mm. seuraavasti: "Maailman tärkein urheilutapahtuma. Mahtava henki joukkueella, ikuinen viha-rakkaus –suhde 3A:n oppilaisiin" (luokkien väliset pelit).

Ala-asteella yleisin negatiivinen tunnekuvaus oli epäonnistuminen/osaamattomuus. Tähän vastattiin esimerkiksi: "Kaikki eivät voi pärjätä kaikessa, epäonnistumisen tunteita" (pakolliset lajit, kuten uinti). Toiseksi yleisin ala-asteella koettu negatiivinen tunnekuvaus oli viha, johon vastattiin mm. seuraavasti: "Vihan tuntemusta, niinkin pieni lapsi kuin 10-vuotias helposti lähtee moittimaan heikompaa, vaikka itse olisikin pelannut heikosti" (ottelun häviäminen).
Yläasteella yleisin positiivinen tunnekuvaus oli *hyvä olon tunne*, johon vastattiin mm. "Todella hyvä olotila" (huttutempun tekeminen pallopeleissä). Toiseksi yleisin positiivinen tunnekuvaus yläasteella oli *yhteenkuuluvuus*, johon vastattiin yleisesti esimerkiksi: "Yhdessäolon mukavuutta" (liikuntakerhoon osallistuminen).

Yläasteella yleisin negatiivinen tunnekuvaus oli *turhautuminen*. Tähän vastattiin mm. "Turhauttaa, kun ei voi tehdä juuri mitään" (vääkivaltaisempi luokkatoveri tulee ja pistää maan rakoon kesken pelin). Toiseksi yleisin yläasteella koettu negatiivinen tunnekuvaus oli *harmittaminen/päähän otto*, johon vastattiin mm. seuraavasti: "Vitutti ihan sairaasti, sillä koskaan ei saanut positiivista palautetta siitä vaikka kuinka vrittii" (pakollinen hiihtäminen).

Lukion yleisin positiivinen tunnekuvaus oli *hyvä olon tunne*, johon vastattiin mm. "Sai positiivisen olon, kun ylitti pelkonsa ja veti yli kaksituntisen kisan kunnolla läpi" (koulun uros -kilpailut). Toiseksi yleisin positiivinen tunnekuvaus lukiossa oli *onnistuminen*, johon vastattiin mm. seuraavasti: "Onnistumisen tunne" (pisteen tekeminen jossakin lajissa).

Lukion aiheuttama yleisin negatiivinen tunnekuvaus oli *harmittaminen/päähän otto*. Tähän vastattiin esimerkiksi seuraavasti: "Väsyneenä otti pattii" (suksien raahaaminen illalla kotiin liikuntatuntien jälkeen). Toiseksi yleisin lukiossa koettu negatiivinen tunnekuvaus oli *turhautuminen*, johon vastattiin mm. seuraavasti: "Ei motivaatiota hiihtää/juosta sateisella/kylmällä sällä" (Yksilösuorituksset hiihdossa ja suunnistuksessa).
7 POHDINTA

7.1 Menetelmät

7.1.1 Tutkimusasetelman toteutuminen


7.1.2 Tutkimuksen luotettavuus

7.1.2.1 Kyselylomakkeen kehittely ja rakenne

Tunteet ovat hyvin henkilökohtainen asia. Tunteiden ja tunnekokemusten muodostuminen vaihtelee hyvin paljon henkilöstä toiseen, mistä syystä olisi ollut vaikeaa ellei lähes mahdotonta tehdä strukturoidu kyselylomake, joka olisi kattanut kaikki tunteet. Osin näistä syistä tutkimukseen yhdistettiin myös laadullinen aspekti. Tutkimuksessa pyrittiin saamaan selville henkilöiden todelliset tunnekokemukset, joka oli mahdollista toteuttaa ainoastaan laadullisilla kysymyskäsite avoimesti. Kouluiliikunnan kokemisesta, koululiikuntaan reagoimisesta ja koulunkäynnin
kokemisesta yleensä haluttiin saada täsmällistä, määrällistä taustatietoa, siksi nämä osa-alueet päättettiin toteuttaa strukturoiduina kysymyksin 7-portaisella mittarilla. Tutkimuksessa käytetyt avoimet kysymykset kategorioitiin tutkijoiden toimesta jälkikäteen.


7.1.2.2 Kyselyn luotettavuus

Tilanne pyrittiin luomaan samankaltaiseksi molemmin ryhmille suunnittelemalla järjestelyt huolella. Ohjeisiin oli suunniteltu runko, johon tukeututtiin kaikissa tilanteissa, joten ohjeidenannossa ei luultavasti ilmennyt eroja, jotka olisivat saattaneet vaikuttaa vastauksiin ja sitä kautta luotettavuuteen. Sen sijaan luotettavuuteen saattoi vaikuttaa se, että liikunnanopiskelijoille kysely suoritettiin n. 10-15 henkilön piennyhmissä ja historianopiskelijoille luentotilanteessa. Tutkijoiden läsnäolo on todennäköisesti konkreettisempaa ja välittömämpää piennyhmälle suoritettua koetilanteessa kuin isossa luentosalissa, kuten koetilanne toteutui historianopiskelijoilla.

7.1.2.3 Tutkimustavan luotettavuus

Kuten jo aikaisemmin kyselylomakkeen kehittelyyn pohdinnan yhteydessä mainittiin, kategorioidut kysymykset olisivat saattaneet ohjata henkilöitä tietyn tapaisiin vastauksiin. Tutkittaessa ihmisten todellisia tunnekokemuksia, on hyvä antaa heidän vapaasti ja kaikin keinoin kuvailla tuntemuksiaan, jotta päästäisiin mahdollisimman läheille autenttista tunnekokemusta. Kysymällä tunnekokemuksista avoimesti luultavasti päätin parempaan lopputulokseen kuin strukturoituilla kysymysillä.

7.1.2.4 Tutkimuksen analysointi ja sen luotettavuus


Tunnekuvausluokkia saturatiomenetelmällä kerättäessä tuli nopeasti ilmi, että osa tunnekuvausluokista muodostui luonteeltaan yleisemmäksi, joihin sisältyi useampia, hyvin saman kaltaisia tuntemuksia. Tällainen oli esimerkiksi harmittaminen, päähän otto. Toisaalta osa luokista muodostui erittäin yksityiskohtaisiksi ja sisälsivät vain hyvin tarkkoja tunnekuvausia (kuten inho ja epätoivo), joihin ei ollut mahdollisuutta sijoittaa mitään muuta tunnekuvausta, ja joita ei voinut sijoittaa mahdollisuuksien mukaan muuhun tunnekuvausluokkaan. Tätä voidaan pohtia eri näkökulmista. Olisiko jokainen, avoin tunnekuvaus pitänyt säilyttää sanatarkasti alkuperäisänä ja sijoittaa näin omiin luokkiinsa? Tällä tavalla meneteltäessä tunnekuvausluokkien lukumäärä olisi
7.2 Tutkimuksen tulokset

Yleisesti on todettava, että koululiikunta ja siihen liittyvät tapahtumat näyttäisivät aiheuttavan runsaasti tunnekokemuksia. Avoimista kysymyksistä kerättiin yhteensä 648 tunnekokemusta, eli n. 6 tunnekokemusta/henkilö. Osa henkilöistä vastasi kuitenkin kyselylomakkeeseen vajaasti tai jätti osaan kysymyksistä vastaamatta, josta voidaan tehdä johtopäätös, että osa henkilöistä tuotti hyvinkin runsaasti tunnekokemuksia.

Kyselyssä kysyttiin ensin avoimina kysymyksinä tunnekuvauusta ja sen aiheuttanut tapahtuma. Lopuksi kysyttiin tapahtumaa, joka on aiheuttanut mahdollisen perustuneen. Vaikka perustunteita aiheuttaneita tapahtumia kysyttäessä sama tapahtuma ei välittämättä löytynytkaan avoimien kysymysten vastaavan tunnekuvauksen kohdalta yleisimpänä tapahtumana, on tapahtumissa ja tunnekuvauksissa kummankin kysymyksen kohdalla vastaaavuutta. Kyselyn avoimissa kysymyksissä syntynyt tunnekuvauus saattaa olla näin ainakin oikean suuntainen, koska saattaa säilyä käytökelpoisena myös perustunteita kysyttäessä.

Liikunnanopiskelijat tuottivat selkeästi enemmän tunnekokemuksia verrattuna historianopiskelijoihin. Ero on siinä määrin huomattava, että koululiikunnalla voi katsoa olleen suurempi tunnevaikutus kouluaikana liikunnanopiskelijoille kuin historianopiskelijoille. Ajatusta tukee lisäksi se, että liikunnanopiskelijat saivat koululiikunnasta runsaasti enemmän myös negatiivisia tunnekokemuksia verrattuna historianopiskelijoihin. Tuloksista kävi ilmi myös se, että liikunnanopiskelijat reagoivat koululiikunnan eri tilanteisiin voimakkaammin kuin historianopiskelijat.

Kysyttäessä tunnekokemuksia historianopiskelijoista kohtuullisen suurin osa vastasi "ei mitään" kun taas ainutkaan liikunnanopiskelija ei vastannut kyseisellä tavalla. Epäonnistumista ja epävarmuutta historianopiskelijat kokivat huomattavasti useammin kuin liikunnanopiskelijat, kun taas menestymistä ja voittamista koki huomattavasti useampi liikunnanopiskelija kuin historianopiskelija. Tämäkin saattaa liittyä liikunnanopiskelijoiden kouluaikaiseen liikuntaharrastukseen ja sitä kautta menestymiseen koululiikunnassa. Liikunnanopiskelijat kokivat tuloksien mukaan koululiikunnan keskimäärin hyvin positiiviseksi ja historianopiskelijatkin ennemminkin positiiviseksi kuin negatiiviseksi, tosin vastausten keskiarvo historianopiskelijoilla oli hyvin läheillä neutraalilla.

"Motiivien perusteella onkin odotettavissa, että tytöt ja pojat kokevat liikunnalliset tilanteet eri tavalla." (Holopainen 1991, 43-44.)

Liikunnanopetuksessa oleva lajivalikoima voi myös olla yksi syy tyttöjen negatiivisempaan suhtautumiseen koululiikuntaa kohtaan. Onko tyttöjen silloisessa opetussuunnitelmassa ollut riittävästi tyttöjen liikuntatarpeita tyydyttäviä lajeja? Tytöillä selkeä ero poikien koetuissa tunnekokemuksissa oli inhon tuntemuksissa, jota tytöt kokivat huomattavasti enemmän. Inhoa kohderyhmissä aiheutti tutkimuksen mukaan eniten jokin laji. Inhon tunnetta eräskin tyttö kommentoi seuraavasti: "INHOAN HIIHTOA! 'Juoksin' vanhat sukset jalassa 1300 m, veren maku suussa" (Koulun luokkien väliset hiihtokilpailut).

Suurin tunnekokemusryhmä oli molemmilla kohderyhmillä sekä tytöillä ja pojilla hyvän olon tunne. Tämä tunnekokemus ei ole kovin spesifi, ja on ilmeisen helppo kirjoittaa paperille kysymyslomakkeeseen. Voi olla, että retrospektiivisesti kysytyn tunnekokemuksen eivät sittenkään ole enää niin vahvasti muistissa, jotta henkilöt muistaisivat asettaa alkuperäisen, usein hyvin tarkan ja seikkaperäisen tunnekokemuksen kyselylomakkeeseen. Luokan suuruuteen vaikuttaa myöskin se, että hyvän olon tuntee voi ilmaista hyvin erilaisilla tavoin. Hyvän olon tunne on valtavan suuri tunnejoukko ja tulee esiin hyvin monissa tilanteissa. Esimerkiksi voittaessaan koulun kilpailun oppilas kokee hyvin usein menestymisen tunnetta, mutta pääliimmäinen tunnekokemus saattaa kuitenkin olla hyvän olon tunne, jolloin hänen vastauksestaan saadaan molemmat tunnekokemukset. Hyvän olon tunne on tietyllä tavalla seuraus useista positiivisista tunnekokemuksista, tavallaan ”yläkategorian tunnekokemus”.

Tunnekokemuksista, jotka olivat tarkempia ja jotka ilmentävät vain yhtä tietystä tunnetta, suurin luokka oli yhteenkuuluvuuden tunne. Liikuntatunnit tuona aikana tuottivat paljon näitä positiivisia tunnekokemuksia ja tätä voikin pitää tuonaikaisen liikunnanopetuksen vahvuutena. Samanaikaisesti negatiivisista tunnekokemuksista eniten syntyi turhautumista ja harmittamista. Turhautumistahan on kautta aikain pidetty yhtenä koululiikunnan kompastuskivistä, joka aiheutuu monista koululiikunnan miltei ratkaisemattomista ongelmista liittyen oppilaiden heterogeenisyyteen, tiloihin, ryhmäkokoihin organisointiin, eriyttämiseen ym. Kuten tämäkin tutkimus sen osoittaa, ongelma on todellinen. Olisikin aihetta tutkia tämän hetkisen tilanne; onko edellisiin liittyneitä ongelmia pystytty ratkaisemaan. Tällainen tutkimus olisikin tehtävä
tämänhetkisille kouluilaisille, jolloin tutkimusasetelma tulisi olemaan hieman erilainen, mutta näin myös retrospektiivisyyden vaikutuksia tunnekokemusten muistamiseen voitaisiin tutkia.

7.3 Jatkotutkimusehdotuksia


Helion, J. G. 1996. If we build it, they will come – creating an emotionally safe physical education environment. JOPERD - The Journal of Physical Education, Recreation & Dance 67(6), 40-44.


Tjeerdsma, B. L. 1999. Physical education as a social and emotional development laboratory. Teaching Elementary Physical Education 10(4), 12-16.

LIITTEET

Liite 1. Kyselylomake
KYSELY PERUSKOULU- JA LUKIOAIKAISTA KOULULIIKUNTAKOKEMUKSISTA

Terveisin liikuntatieteen yöt:
Teemu Mäki  puh. 0505640821
Kalle Pulli  0407532128

1. Nimi: ____________________________
   (Vapaahakko)
2. Syntymävuosi: ______
3. Tytö_____ Poika_____ (rastita)

ALÄ-ASTE

4. Asuinpaikka alä-asteella:
   maaseutu
   taajama
   kaupunki

5. Koulun sijainti alä-asteella:
   maaseutu
   taajama
   kaupunki

6. Alä-asteen oli kooltaan n. _____ oppilasta.

7. Liikuntanumero alä-asteen kuudesta on __________.

8. Harrastiko alä-asteella jokainen koulun ulkopuolista kilpaurheilua tai ohjattua/lukea muihin säännöllistä liikuntaa? Jos harrastit, niin kerro taso, laji, harrastamisen määrä jne. (Vastauksia saa johtaa kääntöpuolelle)

   __________________________________________________________
   __________________________________________________________
   __________________________________________________________
   __________________________________________________________
   __________________________________________________________

9. Kuvia, missä määrin vanhempi liikuntasopin valitsema alä-asteella:

   __________________________________________________________
   __________________________________________________________
   __________________________________________________________
   __________________________________________________________

Ympyröi seuraavista mielestäsi sopivan vaihtoehdon:

10. Koin koululiikunnan alä-asteella enimmäkseen

   hyvin positiiviseksi. 1 2 3 4 5 6 7
   hyvin negatiiviseksi.

11. Muihin oppilaisiin verrattuna reagoin eri liikuntatilanteissa alä-asteella

   hyvin harkiten. 1 2 3 4 5 6 7
   voimakkaasti tunteilla.

12. Koin koulunkäynnin yleensä alä-asteella

   hyvin miellyttäväksi. 1 2 3 4 5 6 7
   hyvin epämiellyttäväksi.
13. Kerro voimakkaimmista positiivisista tapahtumista **ala-asteella** koululiikunnan (liikuntatunnit, kerhot ja kilpailut) aikana ja kuvaile millaista tunteita ne herättivät?

<table>
<thead>
<tr>
<th>TAPAHTUMA</th>
<th>TUNNEKUVAUS</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>2)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>3)</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

14. Kerro voimakkaimmista negatiivisista tapahtumista **ala-asteella** koululiikunnan (liikuntatunnit, kerhot ja kilpailut) aikana ja kuvaile millaisia tunteita ne herättivät?

<table>
<thead>
<tr>
<th>TAPAHTUMA</th>
<th>TUNNEKUVAUS</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>2)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>3)</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
15. Kuvaa vielä millaiset tilanteet ala-asteen koululiikunnassa aiheuttivat

PELKOA: ..............................

INHOA: ..............................

ONNELLISUUTTA: ....

SURUA: ..............................

HÄMMÄSTYSTÄ:..........

SUUTTUMUSTA: .........

LUOTTAMUSTA: .........

EPÄVARMUUTTA: .......

ONNISTUMISTA: .......

PITKÄSTYMISTÄ: .........

16. Minuun saa ottaa yhteyttä jälkeenpäin (tutkimustarkoituksessa)  Kyllä  ____
                  Ei  ____

KIITÄMME VASTAUKSISTASI!