

JÄÄKIEKKOVALMENTAJA PELAAJIEN NUUSKANKÄYTÖN EHKÄISIJÄNÄ
-valmentajien asenteet ja terveystkasvatusaktiivisuus

Jari Seppälä

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma
Liikuntakasvatuksen laitos
Jyväskylän yliopisto
Syksy 2002

Seppälä, J. 2002. Jääkiekkovalmentaja pelaajien nuuskankäytön ehkäisijänä. Valmentajien asenteet ja terveystkasvatusaktiivisuus. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu -tutkielma. 81 sivua.

TIIVISTELMÄ

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää jääkiekkovalmentajien asenteita nuuskaa kohtaan sekä asenteisiin yhteydessä olevia taustatekijöitä. Lisäksi selvitettiin jääkiekkovalmentajien terveystkasvatusaktiivisuutta sekä valmentajien asenteiden ja pelaajien nuuskankäytön yleisyyden yhteyksiä terveystkasvatusaktiivisuuteen.

Tutkimuksen kohdejoukkona olivat B- ja C- juniorien valmentajat kautta maan kyseisten ikäluokkien ylimmistä sarjaportaista alimpiin sarjoihin. Aineisto kerättiin postikyselyllä, joka lähetettiin 160 valmentajalle. Kyselyyn vastasi 97 valmentajaa eli 61 % kyselyn saaneista. Kaikki vastanneet olivat sukupuoleltaan miehiä ja kyselyyn vastanneiden valmentajien keski-ikä oli 36,6 vuotta. Itse kehitelty asennemittari tuotti faktorianalyysillä neljän faktorin ratkaisun, jonka faktoreiden reliabiliteetti vaihteli välillä .54 - .68. Valmentajien terveystkasvatusaktiivisuutta selvitettiin niin ikään itse laaditun mittarin avulla, jonka reliabiliteetti oli .80.

Valmentajien asenteet nuuskaa kohtaan jakoutuivat asenneväittämiin annetuille vastauksille tehdyn faktorianalyysin perusteella neljälle faktorille, jotka olivat: Suomen jääkiekkoliiton (SJL) nuuskaamista ennaltaehkäisevä toiminta, joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkillinen toiminta, nuuskaamiseen puuttuminen sekä nuuskan vaikutukset terveyteen ja suorituskykyyn. Jokaisen faktorin kohdalla valmentajien asenteet olivat selkeästi nuuskaa vastustavia. Voimakkaimmin valmentajien asenteet olivat nuuskan vastaisia faktorissa "Nuuskan vaikutukset terveyteen ja suorituskykyyn" ja heikoimpia asenteet olivat faktorissa "SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevä toiminta". Taustatekijöistä merkittävimmin yhteydessä valmentajien asenteisiin olivat valmentajakokemus sekä valmentajien oma nuuskaaminen. Kokemattomampien valmentajien sekä nuuskaavien valmentajien asenteet nuuskaa kohtaan olivat terveyden edistämisen kannalta heikoimmat.

Valmentajien terveystkasvatusaktiivisuus ei pelaajien nuuskaamiseen puuttumisen kannalta ollut nuuskan käytön yleisyyteen nähden kovinkaan aktiivista. Myönteistä valmentajien toiminnassa oli, että aktiivisuus kasvoi pelaajien nuuskankäytön yleistyessä. Valmentajien asenteilla ei havaittu yhteyttä valmentajien terveystkasvatusaktiivisuuteen.

Avainsanat: nuuska, valmentaja, jääkiekko, asenne, terveystkasvatus

SISÄLLYSLUETTELO

1	JOHDANTO.....	6
2	NUUSKAN KOOSTUMUS, KÄYTTÖTAVAT JA TERVEYDELLISET VAIKUTUKSET.....	8
2.1	Nuuskan koostumus ja käyttötavat.....	8
2.2	Nuuskan terveysvaikutukset.....	9
2.2.1	Syöpä.....	9
2.2.2	Sydän- ja verisuonitaudit.....	9
2.2.3	Suun sairaudet.....	10
2.2.4	Riippuvuus.....	11
2.3	Nuuskan vaikutukset suorituskykyyn.....	12
3	NUUSKAN KÄYTTÖ JÄÄKIEKKOILUSSA.....	13
3.1	Nuuskan käytön yleisyys.....	13
3.2	Nuuskan käytön syyt.....	16
4	ASENTEET.....	17
4.1	Asenteiden määrittelyä.....	17
4.2	Asenteiden lähikäsitteet.....	17
4.2.1	Arvot.....	18
4.2.2	Normit.....	18
4.2.3	Roolit.....	19
4.2.4	Uskomukset.....	20
4.3	Asenteiden funktiot.....	20
4.4	Asenteiden kolmikomponenttiteoria.....	21
5	URHEILUN TERVEELLISIIN ELÄMÄNTAPOIHIN LIITTYVÄT KASVATUSTAVOITTEET.....	24
5.1	Yhteiskunnalliset tavoitteet.....	24
5.2	Suomen jääkiekkoliiton tavoitteet.....	25
5.2.1	Suomen jääkiekkoliiton valmentajakoulutus.....	25
5.2.2	Suomen jääkiekkoliiton Nuori Suomi -sinettiseuratoiminta.....	26

6	VALMENTAJA TERVEYDEN EDISTÄJÄNÄ JA TERVEYSKASVATTAJANA.....	27
6.1	Terveyden edistäminen ja terveystkasvatus käsitteinä.....	27
6.2	Valmentajan asema ja vastuu kasvatusprosessissa	28
6.3	Valmentajien keinoja terveyden edistämässä.....	29
6.4	Tutkimustuloksia valmentajien terveystkasvatuksellisista asenteista ja toiminnasta.....	30
6.5	Valmentajien asenteisiin yhteydessä olevia taustatekijöitä	32
7	TUTKIMUKSEN VIITEKEHYS JA TUTKIMUSONGELMAT	34
7.1	Tutkimuksen viitekehys	34
7.2	Tutkimusongelmat.....	35
8	TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN	36
8.1	Kyselyn laadinta	36
8.2	Tutkimuksen kohderyhmä ja aineiston keruu	36
8.3	Aineiston analysointimenetelmät.....	37
8.4	Tutkimuksen mittarit	38
8.4.1	Asennemittari.....	38
8.4.2	Terveystkasvatusaktiivisuusmittari.....	39
9	TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS	40
9.1	Tutkimuksen reliabiliteetti.....	40
9.2	Tutkimuksen validiteetti.....	41
10	TUTKIMUKSEN TULOKSET	43
10.1	Tutkimusaineiston kuvailu	43
10.2	Valmentajien asenteet nuuskaa kohtaan.....	45
10.2.1	Valmentajien asenteiden tarkastelua suorien jakaumien perusteella.....	45
10.2.2	Valmentajien asenteiden tarkastelua faktorianalyysin perusteella.....	46
10.3	Taustatekijöiden yhteys valmentajien asenteisiin.....	49
10.3.1	Yksilölliset tekijät.....	49
10.3.1.1	Ikä.....	49

10.3.1.2	Valmentajan omat lapset.....	50
10.3.1.3	Valmentajakokemus.....	51
10.3.1.4	Valmentajakoulutus.....	53
10.3.1.5	Valmentajan nuuskaaminen.....	53
10.3.2	Paikkakuntakohtaiset tekijät.....	55
10.3.2.1	Maantieteellinen sijainti.....	55
10.3.2.2	Koko (asukasmäärä).....	55
10.3.3	Joukkuekohtaiset tekijät.....	56
10.3.3.1	Ikätaso.....	56
10.3.3.2	Sarjataso.....	57
10.3.3.3	Urheiluseuran juniorimäärä.....	58
10.3.3.4	Nuori Suomi sinettiseurajäsenyys.....	58
10.4	Valmentajien terveyskasvatusaktiivisuus.....	59
10.5	Valmentajien nuuska-asenteiden ja pelaajien nuuskankäytön yhteys valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuteen.....	61
10.5.1	Pelaajien nuuskankäytön yhteys valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuteen.....	61
10.5.2	Valmentajien nuuska-asenteiden yhteys valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuteen.....	62
11	POHDINTA.....	63
11.1	Aineisto ja menetelmä.....	63
11.2	Tutkimustulosten tarkastelua.....	64
11.3	Johtopäätökset.....	66
11.4	Jatkotutkimusehdotukset.....	67
	LÄHTEET.....	68
	LIITTEET.....	72
	Liite 1. Tutkimuksen kyselylomake.....	73
	Liite 2. Asenneväittämien vastausten frekvenssit.....	78
	Liite 3. Asenneväittämien korrelaatiomatriisi.....	79
	Liite 4. Asennefaktoreiden sisäiset korrelaatiot ja Cronbachin α -kertoimet..	80
	Liite 5. Asennefaktoreiden ja terveyskasvatusaktiivisuuden korrelaatiomatriisi.....	81

1 JOHDANTO

Savuttoman tupakan eli nuuskan käyttö ja kokeilu ovat lisääntyneet suomalais-ten nuorten keskuudessa varsin selvästi 1990 -luvun aikana. Nuorten terveystapatutkimuksen mukaan vuonna 1999 16-vuotiasta pojista nuuskaa oli kokeillut 37 prosenttia ja sitä säännöllisesti käyttäviä oli 12 prosenttia. Tyttöillä nuuskan kokeilut ja käyttö olivat poikia selvästi harvinaisempia. (Rimpelä, Vikat, Rimpelä, Lintonen, Ahlström & Huhtala 1999.) Nuuskan käyttöä pidetään tupakoinnin esiasteena ja tutkimukset osoittavat, että nuuskaa käyttävillä on nelinkertainen riski ryhtyä polttamaan tupakkaa (Ks. Ainamo & Lahtinen, 2000).

Nuuskan myynti kiellettiin Suomessa lain voimalla vuonna 1995 ja sen maahan- tuonti sekä luovutus elintarviketoiminnassa ovat olleet lainvastaista toimintaa vuodesta 2000 lähtien. Lain keinot eivät ole kuitenkaan kyenneet estämään nuuskan käytön leviämistä, sillä nuuskaa on saatavilla edelleen melko helposti ja jopa halvemmalla kuin ennen nuuskan myyntikiellon voimaan astumista. EU:n erikoisaseman nuuskadirektiivissä omaavat Ahvenenmaan maakunta ja Ruotsi sekä Ruotsiin ja Tallinnaan Suomesta liikennöivät laivat mahdollistavat nuuskan helpon saatavuuden ja laittoman katukaupan harjoittamisen. (Laakso- nen 1996, 2010; Merne & Syrjänen 2000, 2.)

Suomessa on perinteisesti ajateltu, että urheilu ja urheiluseurassa toimiminen ovat osoitus terveistä elämäntavoista. Valitettavasti nuorten nuuskan käytön osalta tämä ajatus on osoittautunut viime aikaisten tutkimusten valossa virheelliseksi. Karvonen, Rimpelä ja Rimpelä (1995) ovat tutkimuksessaan havainneet, että nuuskan käyttö on jopa viisi kertaa yleisempää urheiluseuratoimintaan osallistuvilla kuin ei-osallistuvilla. Erityisesti tämä korostuu joukkuelajeissa, joissa nuuskan käyttö on erittäin yleinen tapa. Uosukaisen (2000) urheilulukiolaisille tekemän pro gradu -tutkimuksen mukaan jääkiekkoilijapoista päivittäin nuuskaa käytti 36 %. Saman tutkimuksen mukaan valmentajista vain 15 % oli puhunut valmennettavalleen nuuskan käytöstä ja peräti 77 % lukiolaisista ilmoitti, ettei heidän valmentajansa ollut ottanut kantaa

nuuskan käyttöön. Valmentajan merkitys nuoren urheilijan esikuvana ja käyttäytymismallien antajana on hyvin keskeinen, sillä monelle nuorelle valmentaja on omien vanhempien jälkeen lähin aikuinen. Valmentaja on asemassa, jossa hänen sanoillaan ja teoillaan on suuri painoarvo nuoren urheilijan silmissä. Valmentajan, kuten kaikkien ihmisten, toiminnan taustalla ovat henkilökohtaiset asenteet, jotka rakentuvat yksilön arvomaailman perusteella. Asenteiden ja arvojen perusteella yksilö tekee ratkaisuja oikean ja väärän välillä ja nämä päätökset vaikuttavat suuresti yksilön toimintaan ja päätöksiin.

Nuorten lisääntynyt nuuskan käyttö ja erityisesti Karvosen ym. (1995) urheiluseuran ja nuuskan käytön yhteen liittänyt tutkimus on noussut esiin myös liikuntajohdossa valtakunnallisella tasolla. Toimiin on tarvetta ja niihin on myös ryhdytty. SLU on suosittanut jäsenjärjestöjään ja lajiliittojaan kieltämään nuuskan käytön kilpailutoiminnan yhteydessä ja päättämään käytön seurauksista. Suuremmista lajiliitoista ainakin Suomen salibandyliitto, Suomen jääkiekkoliitto ja Jääpalloliitto ovat jo kieltäneet nuuskan käytön kilpailutoimintansa yhteydessä.

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää B- ja C- juniori-ikäisten jääkiekkoilijoiden valmentajien asenteita nuuskaa kohtaan sekä asenteisiin yhteydessä olevia taustatekijöitä. Lisäksi tutkittiin jääkiekkovalmentajien terveyskasvatusaktiivisuutta, sekä pelaajien nuuskankäytön yleisyyden ja valmentajien asenteiden yhteyttä terveyskasvatusaktiivisuuteen.

Tämä tutkimus tarkastelee valmentajien asenteita ja terveyskasvatusaktiivisuutta osittain itse laaditun mittarin avulla. Tutkimuksen alussa luodaan katsaus nuuskaan, määritellään asenteita ja luodaan kuvaa valmentajien terveyskasvatuksellisista asenteista ja toimista.

2 NUUSKAN KOOSTUMUS, KÄYTTÖTAVAT JA TERVEYDELLISET VAIKUTUKSET

2.1 Nuuskan koostumus ja käyttötavat

Nuuska on kuivatuista tupakkakasvin lehdistä ja varsiosista jauhettua massaa, ja se luokitellaan yhdessä purutupakan kanssa savuttomiin tupakkatuotteisiin. Jauhettuun tupakkamassaan lisätään valmistusvaiheessa vettä, suoloja sekä erilaisia maku- ja hajusteaineita. Nuuskan sisältämän kosteuden mukaan se jaetaan kuivaan nuuskaan (kosteus alle 10 %) eli nenänuuskaan ja kosteaan nuuskaan (kosteus 10 - 50 %) eli suunuuskaan. Nenänuuskan ja purutupakan käyttö on Suomessa varsin harvinaista ja yleisimmin käytetään suunuuskaa, jota on kahdessa eri muodossa; irtonuuskana sekä valmiisiin annospusseihin pakattuna. (Piha 1989, 56; Laaksonen 1996, 2010; Merne 2000, 972-974; Merne & Syrjänen 2000, 2.)

Nuuskaa käytettäessä annostellaan noin 1 - 3 gramman suuruinen määrä purkissa säilytettävää nuuskamassaa, joko käsissä muotoiltuna pallona tai katkaisuilla lääkeruiskulla huulen ja ikenen väliin, josta sen sisältämät aineosat liukenevat suun limakalvojen läpi verenkiertoon. Valmiit annospussit eli ”pusinuuska” muistuttavat pientä teepussia ja sisältävät kukin yhden gramman nuuskajauhetta. Irtonuuskan ohella samanlaisissa purkeissa säilytettävät annospussit sijoitetaan myös huulen ja ikenen väliin. (Laaksonen 1996, 2010; Merne 2000, 972 - 973; Merne & Syrjänen 2000, 5.) Suomessa ja Ruotsissa nuuskaa pidetään yleisesti ylähuulen alla, sen sijaan muualla maailmassa nuuskaa pidetään useimmiten alaleuan huulipoimussa. Nuuskan käyttäjä pitää yhtä annosta suussa puolesta tunnista tuntiin ja vuorokauden aikana säännölliset käyttäjät pitävät nuuskaa suussa yhteensä 11 - 14 tuntia. Vuorokausi annos on tällöin keskimäärin 15 - 19 grammaa. (Merne 2000; 973.)

Tässä tutkimuksessa käsitteellä nuuska tarkoitetaan jatkossa ainoastaan kostea suunuuskaa, koska sen käyttö on muihin nuuskalaatuihin verrattuna

selvästi yleisintä Suomessa sekä Ruotsissa. Yhdysvalloissa kostean suunuuskan lisäksi käytetään jonkin verran purutupakkaa, joten yhdysvaltalaisia tutkimuksia sisältävissä osioissa esiintyvä käsite savuton tupakka käsittää siis sekä kostean suunuuskan että purutupakan.

2.2 Nuuskan terveysvaikutukset

2.2.1 Syöpä

Perusteellisimmin nuuskan terveydellisistä vaikutuksista on tutkittu nuuskan ja suusyövän yhteyttä. Tutkimukset osoittavat, että nuuskan käyttö on vahvassa yhteydessä suun ja nielun alueen syöpiin. (Laaksonen 1996, 2012.) Winn, Blot ja Shy (1981) tutkivat nuuskaamisen yhteyttä suusyöpään naisilla. Tulokset osoittivat nuuskan käytön selittävän 87 % ikenien ja suun limakalvojen syöivistä. Lisäksi nuuskaajilla todettiin olevan nelinkertainen riski sairastua suun ja nielun alueen syöpiin verrattuna tupakoimattomiin.

Nuuskaa käytettäessä osia siitä joutuu helposti syljen mukana nieluun ja mahalaukuun, vaikka nuuska aina käytön jälkeen poistetaankin suusta. Nuuskan joutuessa näin kosketuksiin mahalaukun ja suoliston kanssa se saattaa tutkimusten mukaan lisätä riskiä sairastua vatsa- ja suolistosyöpiin. (Ringhofer & Harding 1996, 175-176.)

2.2.2 Sydän- ja verisuonitaudit

Nuuskan sisältämä nikotiini vaikuttaa ihmisen verenkiertoelimistöön sympaattisen hermoston kautta ja aiheuttaa käyttäjälleen välittöminä

vaikutuksina sydämen sykkeen ja verenpaineen lyhytaikaisen nousun (Bolinder 2000, 989). Edwards, Glover ja Schroeder (1987) havaitsivat tutkimuksessaan yhdysvaltalaisilla baseballin pelaajilla merkittävän nuuskan käytön aikaan saaman sydämen sykkeen nousun. Keskimäärin sydämen syke nousi 10 iskuu minuutissa ja nousu havaittiin viiden minuutin sisällä nuuskalle altistumiselle.

Ruotsalaisille rakennustyömiehille teetetyssä laajassa tutkimuksessa havaittiin nuuskan käyttäjillä olevan 1,4 kertainen riski menehtyä sydän- ja verisuonitauteihin verrattuna ei-käyttäjiin, tupakanpolttajilla riski oli 1,9 kertainen. Nuuskaa käyttävillä havaittiin esiintyvän selvästi enemmän korkeaa verenpainetta kuin ei-käyttäjillä tai tupakkaa polttavilla. Kyseinen tulos tukee aiempia, osittain ristiriitaisina pidettyjä suppeampien tutkimusten tuloksia, joiden mukaan nuuskan käyttö aiheuttaa pysyvää verenpaineen nousua. (Bolinder, Ahlborg & Lindell 1992; Bolinder, Alfredsson, Englund & de Faire 1994.)

2.2.3 Suun sairaudet

Nuuska on ensimmäisenä kosketuksissa suun limakalvojen kanssa, joten sen vaikutukset suun terveydelle ovat hyvin voimakkaat. Tyypillisin nuuskan aiheuttama oire on käyttökohdan pinnan vaalea sarveistumismuutos eli leukoplakia. (Merne 2000, 975.) Yli tuhannelle baseballin -pelaajalle yhdysvalloissa tehdyssä tutkimuksessa havaittiin nuuskaa käyttävistä pelaajista 46 prosentilla leukoplakioita, kun vastaavasti ei-käyttäjien ryhmässä leukoplakioita esiintyi vain alle kahdella prosentilla (Ernster ym. 1990). Nuuskan aiheuttamista leukoplakioista on varsin vähän tutkimuksia, mutta arvioiden mukaan 3-5 % niistä muuttuu pahanlaatuisiksi syöpäkasvaimiksi (Laaksonen 1996, 2012).

Limakalvojen muutosten lisäksi nuuska aiheuttaa suussa hampaiden kulumista ja värjäytymistä, pahan hajuista hengitystä sekä palautumatonta ikenien vetäytymistä (Merne & Syrjänen 2000, 10-11). Ernsterin ym. (1990) tutkimuksen mukaan kariesin, ientulehduksen ja plakin esiintymisessä ei

havaittu eroja nuuskan käyttäjien ja ei-käyttäjien välillä, mutta merkittäviä eroja esiintyi ikenien vetäytymisessä ja hampaiden kiinnittymiskohtien heikkenemisenä suun alueilla, joissa nuuskaa pidetään.

2.2.4 Riippuvuus

Nuuskan aiheuttama hyvin merkittävä terveysriski on nikotiiniriippuvuus. Riippuvuuden voimakkuus on yksilökohtainen, joten osalla käyttäjistä riippuvuus on voimakkaampaa ja toisilla heikompaa. Riippuvuuden keskeinen osatekijä on toleranssin eli sietokyvyn jatkuva kasvaminen. Toleranssin kasvaessa nikotiiniannosta on jatkuvasti suurennettava, jotta käyttäjä tavoittaa nikotiinin aiemmat vaikutukset.

Ainamon ja Lahtisen (2000) mukaan monet raportit osoittavat, että nuuska aiheuttaa savukkeita nopeamman ja voimakkaamman riippuvuuden ja, että nuuskasta saatava nikotiiniannos on suurempi kuin tupakasta saatava annos. Nikotiini aiheuttaa keskushermoston kautta elimistössä kiihtyvän tilan, jolloin pulssi sekä verenpaine nousevat ja syljen erityys kasvaa. Tätä seuraa nikotiinin keskushermostoa lamaannuttava vaikutus, joka ilmenee hyvänolon tunteena, rentoutumisena, rauhallisuutena sekä keskittymiskyvyn paranemisena. Lamaavan vaikutuksensa ohella on nikotiinilla runsaasti terveydellisiä haittavaikutuksia. Pahimpia vaikutuksia ovat sydän- ja verisuonitautien etenemisen nopeuttaminen sekä niiden pahentaminen. (Heinara 1999, 11-12; Pietilä & Ahtee 1999, 237; Ainamo & Lehtinen 2000, 968; Merne 2000, 974.)

2.3 Nuuskan vaikutukset suorituskykyyn

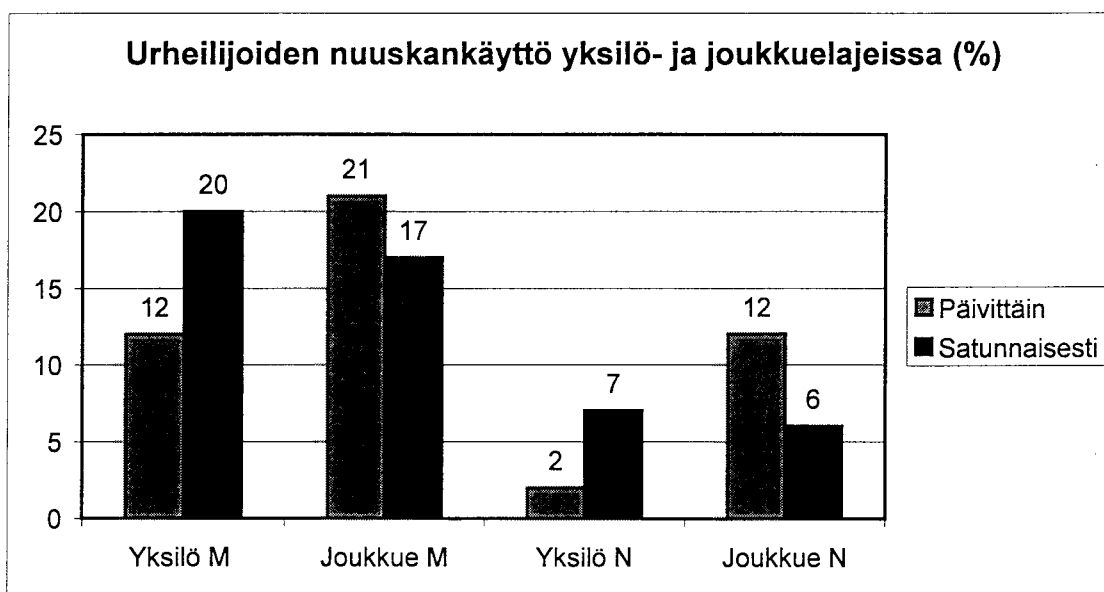
Tutkimuksia nuuskan vaikutuksista suorituskykyyn ei ole tehty Suomessa vaan kyseiset tutkimukset ovat yleensä Yhdysvalloissa tehtyjä ja koskevat useimmiten baseball -pelaajia.

Edwardsin ym. (1987) yhdysvaltalaisille baseballin pelaajille tekemän tutkimuksen mukaan savuttoman tupakan käyttö aiheutti merkittävän, noin 8 - 9 prosentin nousun sydämen lyöntitiheydessä verrattuna ei-käyttäjiin. Sen sijaan savuttoman tupakan käytön ei havaittu vaikuttavan mitenkään reaktioaikaan, liikenopeuteen tai vireystilaan. Monet urheilijat käyttävät nuuskaa, koska mielestään tuntevat sen parantavan heidän palautumistaan. Kyseinen tunne on kuitenkin seurausta nikotiinin aiheuttamasta sydämen lyöntitiheyden noususta ja sen aiheuttamista muutoksista elimistön tilassa, jotka voidaan kokea valppauden ja vireystilan nousuna, itse palautumiseen ei savuttoman tupakan käytöllä ole vaikutusta. (Edwards ym. 1987.)

3 NUUSKAN KÄYTTÖ JÄÄKIEKKOILUSSA

3.1 Nuuskan käytön yleisyys

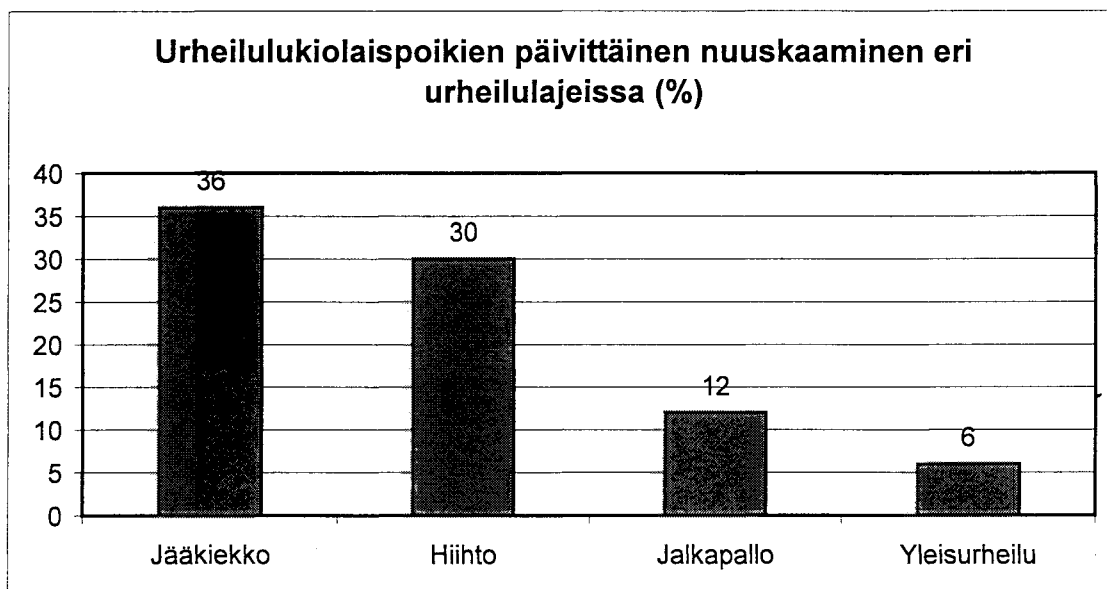
Urheilijoiden nuuskan käytössä on havaittavissa tutkimusten valossa eri lajien keskuudessa alakulttuurien vaikutusta, sillä erot yksilö- ja joukkueurheilijoiden nuuskaamisen välillä ovat selvät. Yksilölajeja harjoittavista miesurheilijoista nuuskaa käytti päivittäin 12 % ja satunnaisesti 20 %, kun vastaavat luvut joukkuelajien urheilijoilla oli 21 % ja 17 %. Naisten kohdalla yksilöurheilijoista nuuskasi päivittäin 2 % ja satunnaisesti 7 %, naisjoukkueurheilijoiden kohdalla vastaavat luvut olivat 12 % ja 6 %. (Vuolle 2000.)



KUVIO 1. Urheilijoiden nuuskankäyttö yksilö- ja joukkuelajeissa. (Vuolle 2000.)

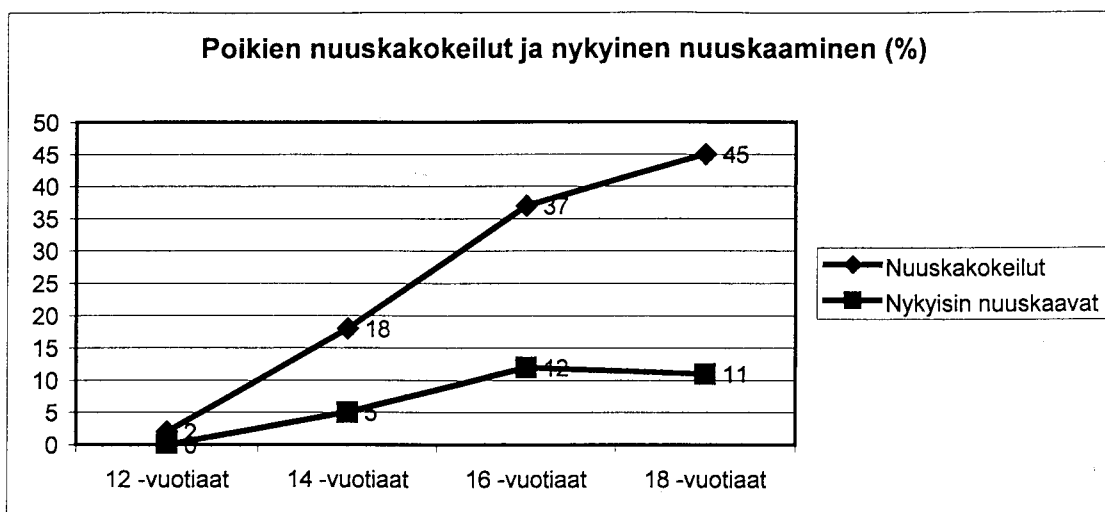
Urheilulajeista nuuskankäyttö on yleisintä jääkiekkoilussa. SM-liigassa pelaajista 30 % ilmoitti käyttävänsä nuuskaa säännöllisesti ja Mestiksen eli entisen 1.-divisioonan pelaajista peräti 44 % käyttää nuuskaa säännöllisesti (Palo 2002).

Uosukaisen (2000) urheilulukiolaisille tekemän tutkimuksen (Kuvio 2.) mukaan pojista eniten nuuskaa käyttivät jääkiekkoilijat, joista päivittäin nuuskasi 36 %. Seuraavaksi yleisintä nuuskaaminen urheilulukiolaisten keskuudessa oli hiihtäjillä (30 %), jalkapalloilijoilla (12 %) ja harvinaisinta yleisurheilijoilla (6 %). (Uosukainen 2000, 26.) Koko maassa kaikista 16 -vuotiaista pojista 12 % käyttää nuuskaa silloin tällöin tai päivittäin ja 18 -vuotiaista pojista 11 % (Kuvio 3.) (Rimpelä ym. 1999.) Tutkimusten perusteella voidaan todeta, että jääkiekkoilijapoikien keskuudessa nuuskan käyttö on ainakin kolme kertaa yleisempää verrattuna muihin saman ikäisiin poikiin.



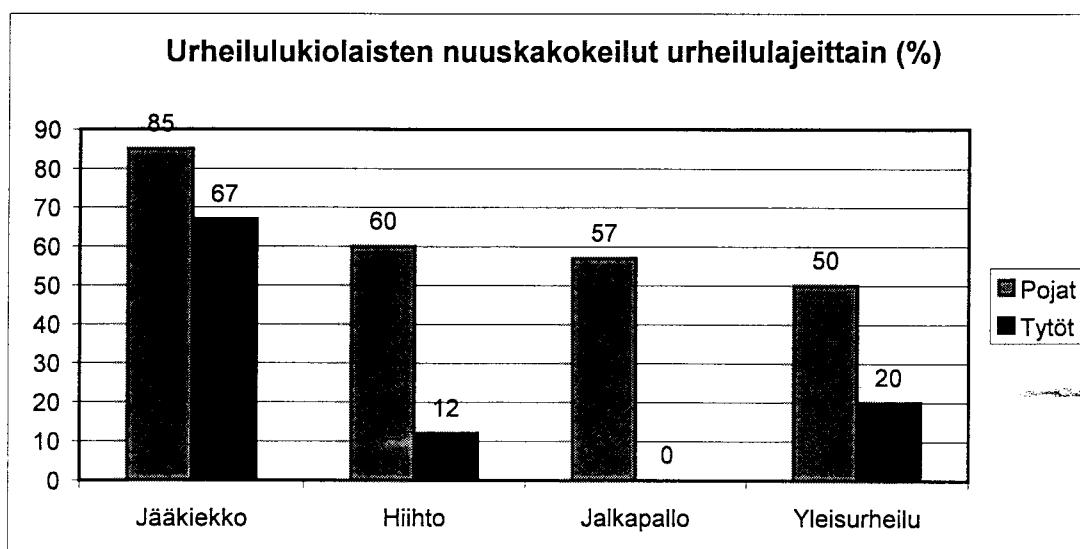
KUVIO 2. Urheilulukiolaispoikien päivittäinen nuuskaaminen eri urheilulajeissa. (Uosukainen 2000, 26.)

Nuuskekokeilut ovat lisääntyneet huomattavasti 1980 -luvulta tähän päivään tullessa. Poikien keskuudessa nuuskakokeilut yleistyvät merkittävästi 14 - 16 -vuotiaina (Kuvio 3).



KUVIO 3. Poikien nuuskakokeilut ja nykyinen nuuskaaminen iän mukaan. (Rimpelä ym. 1999.)

Nuuskauskokeilut olivat yleisimpiä urheilulukiolaispojilla niin ikään jääkiekossa (Kuvio 4), jossa nuuskaa oli kokeillut peräti 85 % pelaajista. (Uosukainen 2000, 25-26.) Tutkimusten perusteella voidaan todeta, että nuuskankäyttö on vahvasti sidoksissa jääkiekkoiluun.



KUVIO 4. Urheilulukiolaisten nuuskakokeilut eri urheilulajeissa. (Uosukainen 2000, 25.)

3.2 Nuuskan käytön syyt

Liikunnanopettajiksi ja liikuntaan erikoistuville luokanopettajiksi opiskeleville sekä urheilulukiolaisille tehdyissä tutkimuksissa nousi esille selvästi tärkeimpänä nuuskan käytön syynä sen rentouttava vaikutus. Nuuskaa käyttävistä opettajiksi opiskelevista 59 % ilmoitti rentouttavan vaikutuksen olevan tärkein syy nuuskan käytölle. (Saarinen & Savenius 1991, 42.) Vastaavasti urheilulukiolaisista 90 % oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä, että rentouttava vaikutus oli tärkein syy nuuskan käyttöön. Näissä kahdessa tutkimuksessa nousi muina tärkeimpinä syinä esiin nuuskan piristävä vaikutus, kavereiden käyttö, tapakäyttö sekä se, että nuuska koettiin tupakkaa vaarattommaksi vaihtoehdoksi. Sen sijaan nuuskaan ei turvauduttu suorituskyvyn parantamiseksi. (Uosukainen 2000, 32.)

Nuuskaa käytettiin useimmiten Saarisen ja Saveniuksen (1991, 40) sekä Uosukaisen (2000, 31) tutkimusten mukaan urheilusuorituksen jälkeen, alkoholin nauttimisen yhteydessä, bileissä sekä ruokailun jälkeen. Urheilusuorituksen aikana ei nuuskaa juurikaan käytetty, joka on ymmärrettävää nuuskan valumistapumuksen johdosta.

Heinaron (1999) mukaan kavereiden aiheuttama sosiaalinen ympäristöpaine on merkittävä syy nuuskakokeiluihin, sillä nuorten kokeilut tapahtuvat lähes aina kaverin tai kavereiden tarjotessa, eikä juuri koskaan niin, että kokeilija hankkii itse oman nuuskapurkin. Saarisen ja Saveniuksen (1991, 41) mukaan suurimmat syyt nuuskakokeiluihin olivat uteliaisuus ja urheilukaverin vaikutus.

Heinaron sekä Saarisen ja Saveniuksen esittämät nuuskakokeiluiden syyt pätevät varmasti myös jääkiekkoilijoiden kohdalla. Joukkuelajina jääkiekossa esiintyy joukkueiden sisällä varmasti paljon tilanteita, joissa yksilöön kohdistuva sosiaalinen paine on hyvinkin voimakas. Halua kuulua joukkueeseen, ja eräänlaisia aikuistumista pyritään osoittamaan teoilla, kuten nuuskaamisella.

4 ASEENTEET

4.1 Asenteiden määrittelyä

Rosenbergin ja Hovlandin (1969, 1) mukaan asenne määritellään tyypillisesti taipumukseksi reagoida jollakin erityisellä tavalla tiettyyn ärsykkeeseen. Allardt (1983, 55) puolestaan määrittelee asenteen aina merkitsevän taipumusta reagoida hyväksyvästi tai hylkäävästi johonkin esineeseen, henkilöön tai asiantiin. Karvonen (1970, 6) sen sijaan määrittää asenteet tiettyyn psykologiseen kohteeseen kohdistuvaksi reaktiovalmiudeksi, joka voidaan nähdä jonkin objektin kielteisenä tai myönteisenä arviointina.

Shields ja Bredemeier (1995) määrittelevät asenteet yksilön taipumuksiksi tai luonteenlaaduiksi, joiden kautta ihminen muodostaa arviointia apuna käyttäen mielipiteen asioista tai tapahtumista. Asenteet muodostuvat yksilön ympäristöstään omaksumasta arvomaailmasta ja niiden vaikutus yksilön luonteeseen on hyvin voimakas. Omaksumiensa arvojen ja asenteiden perusteella syntyy perusta ihmisen moraalille ajattelulle eli sille, mikä on yksilön mielestä oikein ja mikä väärin. (Shields & Bredemeier 1995, 15-18). Valmentajien asenteet kuvaavat niitä arvoja, joita he pitävät tärkeinä ja joiden vastaisiin tekoihin he mahdollisesti puuttuvat omalla toiminnallaan.

4.2 Asenteiden lähikäsitteet

Asenteita tutkittaessa on otettava huomioon myös asenteiden lähikäsitteinä pidettävien ilmiöiden vaikutuksia. Asenteiden lähikäsitteillä tarkoitetaan yleensä arvoja, normeja, rooleja sekä uskomuksia, jotka ovat hyvin läheisessä yhteydessä toisiinsa. (Uutela 1976, 37.)

4.2.1 Arvot

Allardt (1983, 51-57) määrittelee arvot yleisiksi ympäristöstä opituiksi valintataipumuksiksi, jotka koskevat ihmisen toimintakokonaisuuksia ja ohjaavat tällä tavoin ihmisen valintoja ja käyttäytymistä erilaisissa tilanteissa. Ihmisen taipumus reagoida tietyllä tavalla tietyissä tilanteissa on seurausta yksilön arvomaailmasta eli siitä mitä asioita ja asiointiloja yksilö pitää toivottavina ja mitä ei-toivottavina (Allardt 1983, 51-57). Arvoja pidetään tärkeimpänä tekijänä ihmisen tekoihin liittyvän motivaation muodostajana. Suuntautuuko ihmisen motivaatio oikeisiin vai väriin tekoihin johtuu siitä, millaisen moraalin yksilö oman arvomaailmansa perusteella muodostaa. (Shields & Bredemeier 1995, 15-18.) Uutelan (1976, 37) mukaan arvot ovat tavoitteita, joihin pyritään sekä objekteja ja asioita, joita pidetään muita parempina.

Arvot ovat ympäristöstä opittuja, yleisiä, pysyviä tai tavoitteita koskevia. Ne voivat muodostua kriteerien, standardien, periaatteiden tai asioista hankittujen henkilökohtaisten käsitysten perusteella. Arvot voidaan erottaa asenteista sen perusteella, että asenteet saattavat muuttua nopeasti mutta arvot ovat hyvin pysyviä. (Allardt 1983, 51-57.)

4.2.2 Normit

"Normit ovat ohjeita, jotka ilmaisevat, miten pitää tai ei pidä menetellä" (Koskinen 1993, 42). Normit siis ohjaavat ihmisten käyttäytymistä ja toimivat ihmisten välisen sosiaalisen vuorovaikutuksen käyttäytymissääntöinä. Luonteeltaan normit voivat olla tapoja tai tottumuksia tai erikseen kirjoitettuja lakeja tai asetuksia. (Jokivuori & Vainio 1990, 21.) Allardt (1983, 58-59) määrittelee normit keinoiksi, joiden avulla arvojen edellyttämiä valintoja aikaansaadaan. Ihmiset asettavat sosiaaliselle elämälle normeja eli sääntöjä,

jotka ohjaavat ihmisiä käyttäytymään yhteiskunnassa hyvänä pidettävien arvojen mukaan.

Koskinen (1993) erottaa normit, säännöt ja lait toisistaan. Normit ovat käyttäytymisohjeita, jotka saavat voimansa siitä, että niiden arvo on välittömästi nähtävissä. Säännöt sen sijaan ovat toimintaohjeita, joihin kiinteästi liittyy jokin rangaistus tai ainakin sen mahdollisuus. Sääntöjen noudattaminen perustuu siihen, että yksilö tietää sääntöjen rikkomisen aiheuttavan kielteisiä seuraamuksia. Sääntöjen rikkominen on yleensä seurausta siitä, että yksilö kokee saavansa sääntöjä rikkomalla itselleen enemmän hyötyä kuin haittaa. Ihmisen moraaliseen kehitykseen kuuluu normien sisäistäminen ja myös niiden rajojen testaaminen. Ihminen arvottaa yhteiskunnan normeja kehittyessään moraalisesti ja hakee tällä tavalla rajoja oikealle ja väärälle toiminnalle. (Airaksinen 1994.) Jotkut säännöt nousevat yhteiskunnassa niin tärkeään asemaan, että ne korotetaan laeiksi. Laki on toimintaohjeen ja rangaistuksen sisältämä yhteiskunnan vahvistama sääntö. (Koskinen 1993, 42-44.)

Ryhmä, johon yksilö kiinteästi kuuluu ja jonka jäsenten kanssa hän on sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, on tärkein normien synnyttäjä. Ryhmä vahvistaa tiettyä normia kielteisellä tai myönteisellä suhtautumisella ja palautteella. Tällä tavalla myös ryhmän uudet jäsenet oppivat nopeasti millainen käyttäytyminen on ryhmässä hyväksyttyä ja mikä kiellettyä. (Jokivuori & Vainio 1990, 21.)

4.2.3 Roolit

Yleensä rooli yhdistetään näyttämötaiteeseen tai muihin esityksiin. Rooli voidaan kuitenkin nähdä myös käyttäytymismallina, johon ryhmä kiinteästi liittyy. Jokaisella ryhmän jäsenellä on oma tehtävänsä ja oma asemansa, joiden perusteella yksilöltä odotetaan tiettyä käyttäytymistä. Rooli on eräänlainen yksilöltä odotettavaa käyttäytymistä määräävä sääntö. Se koostuu niistä odotuksista joita muut ryhmän jäsenet kohdistavat tietyssä asemassa tai

tehtävässä olevaan ryhmän jäseneen. Rooli ei välttämättä tarvitse kiinteää ryhmää ympärilleen vaan se voi tarkoittaa vain eri ihmisten luomien odotusten summaa esimerkiksi yhteiskunnallisessa virassa toimivaa henkilöä kohtaan. (Uutela 1976, 42-43; Allardt 1983, 60-61.)

4.2.4 Uskomukset

Shieldsin ja Bredemeierin (1995) mukaan uskomus on yksinkertaisesti, asia tai ajatus jota ihminen pitää totena. Uskomus sisältää aina kognitiivisen osan, joka muodostuu ihmisen tavasta pitää ja ajatella jotakin asiaa totena, ilman varmoja todisteita. Ihmisen tapaa muodostaa uskomuksia vaikuttaa suuresti ympäristö, jossa hän elää ja josta hän imee toimintamalleja itseensä. Ihmisen uskomuksia voidaan määritellä kolme erilaista tyyppiä riippuen tavasta, jolla uskomus on muodostunut. Ensimmäinen tyyppi on deskriptiivinen tai olemassa oleva, jolloin uskomus voidaan kokemuksellisesti määritellä todeksi tai vääräksi. Arvioivat uskomukset ovat puolestaan niitä uskomuksia, jotka sisältävät positiivisen tai negatiivisen tuomion kohteesta. Kolmantena tyyppinä on preskriptiivinen tai proskriptiivinen uskomus, johon kuuluu toivottava tai ei-toivottava päätös liittyen johonkin asiaan. (Shields & Bredemeier 1995, 12-14; Airaksinen 1994.)

4.3 Asenteiden funktiot

Arvot ja asenteet ovat hyvin läheisessä yhteydessä toisiinsa. Yksilön pyrkiessä toteuttamaan hyväksymiänsä päämääriä eli arvoja hän käyttää pyrkimyksissään eräinä välineinä asenteita. Osa arvoista voidaan katsoa välineiksi toisten arvojen kannalta. Näin ollen asenteet arvojen toteuttamisen välineinä palvelevat erilaisia tehtäviä ja niillä voidaan katsoa olevan erilaisia funktioita. Asenteet voidaan luokitella funktoidensa perusteella neljään kategoriaan:

Arvostusasenteisiin, instrumentaalisiin asenteisiin, ekspressiivisiin asenteisiin ja orientoitumisasenteisiin. (Karvonen 1970, 6.)

Arvostusasenteet ovat kaikkein lähimpänä arvoja olevia asenteita. Niiden perusteella voidaan heti nähdä millainen yksilön arvomaailma on. Arvostusasenteista käytetään usein nimitystä arvostukset, koska tällä tavoin halutaan korostaa niiden ja arvojen läheisyyttä. Instrumentaaliseksi asenteiksi määritellään objektiin kohdistuvat reaktiovalmiudet, joilla on yksilön kannalta selvästi välineellinen tehtävä. Ekspressiivisiä asenteita ovat reaktiovalmiudet, joiden mukaisten reaktioiden esiintyminen aiheuttaa yksilölle tyydytystä. Niille on keskeistä, että ne ovat välineitä sinänsä eivätkä kohdistu johonkin välineeseen. Orientoitumisasenteiden tehtävänä on helpottaa yksilön orientoitumista ympäristöön. Ne ovat muita yksilöllisempiä asenteita. Mikäli ryhmä, johon yksilö kuuluu, on luokittanut ympäristön objekteja negatiivisiksi ja positiivisiksi yksinkertaistuu yksilön orientoituminen ympäristöönsä. (Karvonen 1970, 7.)

Asenteiden jaottelun tekee valmentajien tutkimisen kannalta tärkeäksi se, että kaikki asenteiden funktiot esiintyvät keskeisessä roolissa valmentajien toiminnassa. Kyselytutkimuksen kannalta tärkeimmässä asemassa ovat yksilöidyt orientoitumisasenteet, koska ne vaikuttavat voimakkaasti yksilön vastatessa omaa asennettaan mittaaviin kysymyksiin. (Hotti 1998, 12.)

4.4 Asenteiden kolmikomponenttiteoria

Monissa asennetutkimuksissa asenne määritellään johdonmukaiseksi reaktiovalmiusjärjestelmäksi, joka on muodostunut kolmelle eri reaktioalueelle; affektiiviselle, kognitiiviselle ja toiminnalliselle. Näistä reaktioalueista käytetään asennetutkimuksen yhteydessä komponentti -nimitystä ja ne luovat perustan asenteiden kolmikomponenttiteorialle. Teorian perusteella asenteen katsotaan muodostuvan kolmesta komponentista, joiden tulee olla reagoitavalmiudeltaan

tietyssä määrin samanlaisia samaa objektia kohtaan. (Rosenberg & Hovland 1960, 1-14; Karvonen 1970, 8.)

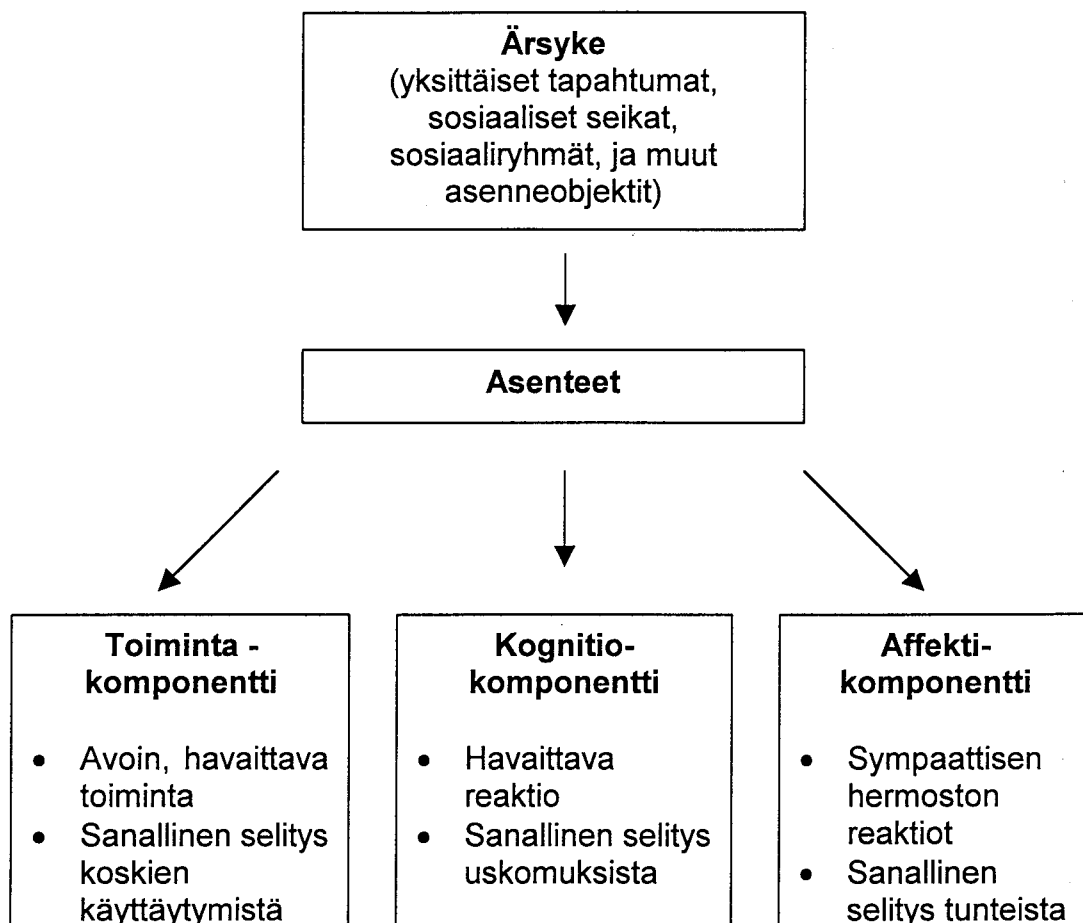
Affektiivinen komponentti sisältää persoonallisuuden affektiivisen eli tunnealueen reaktiovalmiuksia. Alueella tapahtuva reagointi voi olla joko ulospäin suuntautuvaa tai sisäänpäin suuntautuvaa. Ulospäin suuntautunut reagointi on helposti muiden ihmisten havaittavissa, mutta sisäänpäin suuntautunut reagointi, jonka oireina voivat olla hikoilu ja sykkeen nousu, ei välttämättä ole ollenkaan havaittavissa. (Karvonen 1970, 8.)

Kognitiivisella komponentilla tarkoitetaan yksilön kognitiivisella alueella olevaa valmiutta arvioida kognitiivisten prosessien tuloksena jokin kohde yksilön kannalta joko myönteiseksi tai kielteiseksi. Kognitiivisen arvioinnin ei tarvitse perustua ns. faktatietoon vaan useasti on kyse yksilön luuloista ja olettamuksista koskien asennekohdetta. Luuloihin ja olettamuksiin perustuvan arviointitavan vuoksi kognitiivisen alueen reaktiovalmiuksia voidaan kutsua uskomuksiksi. (Karvonen 1970, 8.)

Toimintakomponentti kuvaa yksilön valmiutta toimia asennekohdetta kohtaan niin, että toiminta voidaan luokitella myönteiseksi tai kielteiseksi. Tulkintaa aiheuttaa se, millaiset reaktiot luetaan näkyväksi toiminnaksi ja mitkä reaktiot arvioidaan kuuluviksi affektiiviselle tai kognitiiviselle alueelle. Käytännössä erottelu ei kuitenkaan ole osoittautunut vaikeaksi. (Karvonen 1970, 8.)

Yksilön asenteiden havaitseminen on joskus hyvin vaikeaa, koska asenteita pidetään osana ihmisen persoonallisuutta. Vaikeinta asenteiden havaitseminen on affektiivisen komponentin alueella. Asenteiden tutkimuksen suurimpia vaikeuksia on, että ihminen voi asennoitua kohteeseen eri tavalla mutta käyttäytymisen ja sitä seuraava lopputulos voi olla täysin sama. Kolmikomponenttiteoria sisältää juuri tämän asennetutkimuksen vaikeuden. (Rosenberg & Hovland 1960, 6.)

Rosenberg ja Hovland (1960, 3) kuvaavat asenteiden kolmikomponenttiteoriaa seuraavalla kuviolla. (Kuvio 5)



KUVIO 5. Asenteiden kolmikomponenttiteoria (Rosenberg & Hovland 1960, 3).

Kolmikomponenttiteorian mukaan nuuskaava pelaaja toimisi ärsykkeenä, johon valmentaja reagoi jollakin tai useammalla teorian kolmella osa-alueella eli komponentilla. Yksilö arvottaa ärsykkeen joko myönteiseksi tai kielteiseksi omien asenteidensa perusteella. Tämän jälkeen on seurauksena myönteiseksi tai kielteiseksi luonnehdittava reaktio jollakin komponentilla. Mikäli valmentajan asenteet ovat nuuskan vastaiset, hän arvottaa mielessään nuuskaavan pelaajan toiminnan kielteiseksi ja todennäköisesti osoittaa sen pelaajalle jollakin näkyvällä reaktiolla.

5 URHEILUN TERVEELLISIIN ELÄMÄNTAPOIHIN LIITTYVÄT KASVATUSTAVOITTEET

5.1 Yhteiskunnalliset tavoitteet

Suomessa lasten ja nuorten urheilun edistämistyössä keskeisessä osassa valtakunnallisesti on Nuori Suomi ry, jonka tarkoituksena on edistää lasten ja nuorten hyvinvointia liikunnan avulla. Nuori Suomi -ohjelman tavoitteena on ohjata lasten ja nuorten kasvua siten, että heille kehittyy terve itsetunto sekä urheilulliset elämäntavat. Yhteisinä periaatteina ohjelmassa ovat lapsen ja nuoren ehdoilla toimiminen, myönteinen ja kannustava ilmapiiri, monipuolisuus sekä kasvatusta urheilun avulla. (Nuori Suomi tiimin ohjaajan opas 2 1989, 4.)

Nuori Suomi ry jakaa tunnustuksena laadukkaasta nuorisotoiminnasta urheiluseuroille Nuori Suomi sinettejä, jonka saatuaan seura voi kutsua itseään Nuori Suomi sinettiseuraksi. Edellytys sinettiseuralle on yhteiset pelisäännöt, jotka käsittävät monia lasten ja nuorten urheilun kautta tapahtuvaan kasvatukseen liittyviä seikkoja, kuten terveet elämäntavat. (Nuori Suomi ry 2002.)

Suomen Liikunta ja Urheilu (SLU) esitti vuonna 2000 lajiliittojäsentililleen suosituksen, että ne kieltäisivät kilpailutoiminnan säännöissään nuuskankäytön ja päättäisivät käytön seurauksista. Samassa suosituksessa vedottiin myös liikuntatilojen omistajiin ja niiden käytöstä päättäviin, että nämä kieltäisivät nuuskankäytön tiloissaan. (Käsis. Suomen käsipalloliiton tiedotuslehti 2000.)

5.2 Suomen jääkiekkoliiton tavoitteet

Tutkimuksessa kohderyhmänä olevien B- ja C- juniorien ikäryhmälle SJL:n laa-
timat tavoitteet on asetettu erikseen harrastepelaamisesta kiinnostuneille sekä
tavoitteellisesta pelaamisesta kiinnostuneille nuorille. Harrastepelaamisesta
kiinnostuneille nuorille on luotu visio, jonka tavoitteena on tarjota nuorille liikun-
nallisten tilanteiden ohella myös tilanteita, joihin on helppo osallistua ja joissa on
mukava olla. Lisäksi näissä tilanteissa tulee nuorilla olla mahdollisuus toteuttaa
itseään, kokea onnistumisen elämyksiä, tuntea kuuluvansa johonkin ryhmään ja
kasvaa turvallisesti isoksi. Terveysten liittyvänä tavoitteena mainitaan
urheilullisten elämäntapojen omaksuminen. Tavoitteellisesta pelaamisesta
kiinnostuneille luodussa visiossa on nuorten pelaajien kehittämisen myötä luoda
sekä yhteiskuntakelpoisia kansalaisia että lajin menestyksen varmistavia
urheilijoita. Terveysten liittyvänä tavoitteena mainitaan niin ikään urheilullisten
elämäntapojen omaksuminen. (SJL:n eri ikäryhmien toiminnan ideologia 2002.)

SJL reagoi SLU:n antamaan nuuskaan liittyvään suositukseen ja kielsi vuonna
2000 nuuskankäytön kilpailutoimintansa yhteydessä (E. Lehden henkilö-
kohtainen tiedonanto 2002). Kyseistä sääntöä ei kuitenkaan ole kirjattu SJL:n
virallisiin sääntöihin.

5.2.1 Suomen jääkiekkoliiton valmentajakoulutus

Suomen Jääkiekkoliitto (SJL) toimii Suomessa jakautuneena seuraaville yhdek-
sälle alueelle: Pääkaupunkiseutu, Häme, Keskimaa, Kymi-Saimaa, Lappi, Län-
sirannikko, Pohjoinen, Savo-Karjala ja Uusimaa. SJL tarjoaa lukuisia erilaisia
valmennuskursseja sekä aluetasolla että koko maan tasolla. Aluetason ohjaaja-
ja valmentajakoulutukseen kuuluvat:

- Ohjaajaksi tai valmentajaksi aikovan starttikurssi
- Luistelukoulun ohjaajan kurssi

- Lasten ohjaajan kurssi 1-3
- Maalivahtien ohjaajan kurssi 1-2
- Seuravalmentajan kurssi 1-2

Valtakunnallisen tason ohjaaja- ja valmennuskoulutukseen kuuluvat:

- Nuorten valmentajan tutkinto
- Maalivahtivalmennuksen peruskurssi 1-2
- Maalivahtivalmennuksen jatkokurssi
- Maalivahtivalmentajan tutkinto
- Jääkiekkovalmentajan tutkinto
- Huippuvalmentajan tutkinto

SJL:n ohjaaja- ja valmennuskoulutuksen sisältöihin ei tällä hetkellä kuulu nuuskaan tai muihin päihteisiin liittyvää koulutusta. SJL on kuitenkin valmistelemaan ja suunnittelemassa lähiaikoina päihteisiin liittyvän koulutuksen aloittamista ohjaaja- ja valmennuskoulutuksen yhteydessä. (SJL:n valmentajakoulutus 2002; E. Lehden henkilökohtainen tiedonanto 2002.)

5.2.2 Suomen jääkiekkoliiton Nuori Suomi -sinettiseuratoiminta

Suomen jääkiekkoliitolla on tällä hetkellä 50 Nuori Suomi sinettiseuraa, jotka ovat saaneet sinetin tunnustuksena laadukkaasta nuorisotyöstä. Terveisiin elämäntapoihin liittyen SJL:n Nuori Suomi sinettiseuroilta vaaditaan päihteiden käyttöön liittyvät pelisäännöt, joita kaikkien joukkueisiin kuuluvien tulee noudattaa seuran toiminnan yhteydessä. (Kymi-Saimaa aluekirja kausi 2001-2002.)

6 VALMENTAJA TERVEYDEN EDISTÄJÄNÄ JA TERVEYSKASVATTAJANA

6.1 Terveyden edistäminen ja terveystieteiden käsitteinä

Urponen, Aarvan ja Nupponen (1991, 12) mukaan terveyden edistämällä tarkoitetaan terveyteen myönteisesti vaikuttavien sosiaalisten edellytysten lisäämistä sekä ympäristön ja ihmisten käyttäytymisen muuttamista terveyttä edistävään suuntaan. Leskinen (1997) määrittää terveyden edistämisen pyrkimyksenä olevan yksilöiden ja yhteisöiden olemassa olevan hyvinvoinnin tukeminen ja lisääminen. Terveyden edistämistä voidaan pitää sekä kasvatukselliset että yhteiskunnalliset toimenpiteet kattavana yläkäsitteenä. Sen toiminta-alueiksi luetaan terveyttä lisäävä ja suojaava yhteiskuntapolitiikka, terveellisen ympäristön toteuttaminen, yhteisöiden ja kansalaistoiminnan kehittäminen sekä kasvatuksellisiin keinoihin liittyvät toimenpiteet. (Vertio 1992, 22-23.)

Terveyksikasvatus on osa terveyden edistämistä ja tarkoittaa lyhyesti määriteltynä terveyden edistämistä kasvatuksen ja viestinnän keinoin. Terveystieteiden kasvatusta ei ole olemukseltaan tuote vaan prosessi, jolla on tietty tarkoitus, kuten kasvatuksella yleensäkin. Kasvatuksella tähdätään vaikutuksiin, jotka lisäävät ihmisen tietoja sekä hänen ymmärtämystään. Terveystieteiden kasvatuksen vaikutukset terveyteen eivät ole suoria vaan sillä pyritään vaikuttamaan tietoisesti yksilön tai yhteisön terveystietoisuuteen elintapojen ja terveystottumusten kautta. Terveystieteiden kasvatusta voi olla muodoltaan valistavaa, opettavaa tai neuvovaa. Terveystieteen kasvatusta kohdistuu suureen joukkoon ja viestintä on yksisuuntaista. Terveystieteen opetus on ryhmälle suunnattua toimintaa, joka etenee suunnitelmallisesti opetussuunnitelman tavoitteiden mukaan. Terveystieteen neuvonnan kohteena on yksilö ja viestintä on vuorovaikutteista. (Korhonen 1998, 6; Urponen, Aarva & Nupponen 1997, 15-16.)

6.2 Valmentajan asema ja vastuu kasvatusprosessissa

Koti ja perhe ovat lapsen ja nuoren tärkein kasvattaja ja sosiaalistaja. Vaikka nyky-yhteiskunnassa kasvatusvastuuta ollaan siirtämässä yhä enemmän koulu- laitokselle ja eri järjestöille, kuten urheiluseuroille tai seurakunnille, on syytä muistaa, että kasvatusvastuu on aina kodilla. Kodilla on keskeinen merkitys lapsen ja nuoren kehitykselle, sillä lapset ja nuoret ovat hyvin paljon vanhempiensa kaltaisia perusarvoiltaan, -asenteiltaan ja -tavoiltaan. (Laukkanen, Lihr & Salpakivi 1981, 10-31.)

Bronfenbrenner (1979, 7-8) on luonut nelitasoisen mallin kuvaamaan ihmisen kasvu- ja kehitysympäristöä sekä kasvatusvastuun jakautumista eri tasoilla. Ensimmäiseen tason kasvu- ja kehitysympäristöön, mikrosysteemiin kuuluu lapsen välitön lähiympäristö, kuten perhe tai koulu. Toista tasoa nimitetään mesosysteemiksi ja siihen kuuluvat ne lähiympäristöt, joiden toimintaan lapsi osallistuu ja joiden väliset keskinäiset suhteet vaikuttavat lapsen kehitykseen. Kolmas taso on eksosysteemi, johon kuuluvat tekijät ja ympäristöt, joiden kanssa lapsi ei ole suoranaيسessa vuorovaikutuksessa mutta ne vaikuttavat silti hänen lähiympäristöönsä. Neljäs ja systeemin uloin taso on nimeltään makrosysteemi, johon kuuluvat kulttuuriin sidoksissa olevat yhteiskunnalliset instituutiot ja laitokset.

Valmentaja voidaan Bronfenbrennerin mallissa sijoittaa osaksi mesosysteemiä, sillä valmentajat toimivat urheiluseuroissa, joiden jäseninä lapset osallistuvat urheilutoimintaan. Keskeistä johdonmukaisen kasvuympäristön luomiselle on valmentajan ja vanhempien kiinteä vuorovaikutussuhde, jonka avulla koti ja urheiluseura muodostavat arvoiltaan samanlaisen kasvatusympäristön, johon lapsen on helppo sopeutua. (Bronfenbrenner 1979, 7-8; Ojansivu 1992, 8-9.)

Lapsen kasvuun ja käyttäytymiseen vaikuttavat voimakkaasti ihmiset, joita lapsi ihailee ja joihin hänellä on vahva tunneside. Valmentaja on usein lapselle tärkeä aikuismalli eli eräänlainen esikuva. Valmentajan tärkeää asemaa korostaa entisestään yksinhuoltajuuden lisääntyminen, jolloin lapselle tärkeästä perheestä puuttuu miehen tai naisen malli. Lapsi oppii käyttäytymismalleja

ympärillään olevia ihmisiä observoimalla eli mallioppimisen kautta. (Kukkonen 1990, 62-63). Baranowskin, Perryn ja Parcelin (1997, 159-160) mukaan mallioppiminen on oppimisen tehokkain muoto ja sitä tapahtuu aina yksilön seurattessa toisen yksilön toimintaa ja toiminnan seuraamuksia.

Harre (1977, 113) määrittelee esikuvana toimimiselle seuraavia vaatimuksia:

1. Urheilijan on koettava valmentaja oikeudenmukaisena henkilönä, joka pyrkii kehittymään yksilönä.
2. Esikuvallisuuteen liittyy vaatimattomuus, yksinkertaisuus ja luotettavuus. Valmentajan on oltava tasapainoinen ja ystävällinen.
3. Valmentaja tarvitsee tietoa urheilijoiden olemuksesta, siitä kuinka heitä on ohjattava ja urheilijan yksilöllisistä ominaisuuksista
4. Valmentaja tarvitsee selvää tietoa siitä, millainen hänen itsensä on oltava, eli vaatimuksista hänelle itselleen sekä tehokkaimpien käyttämiensä menetelmien ja keinojen vaatimuksista koulutus- ja kasvatustyössä.

6.3 Valmentajien keinoja terveyden edistämisessä

Kukkosen (1990, 59) mukaan lasten ja nuorten valmennuksessa on kyettävä irtautumaan perinteisen urheiluvalmennuksen korostuksista, joiden mukaan tärkeintä on ihmisen fyysisen kehityksen edistäminen. Valmentajan tulee korostaa fyysisen kehityksen ohella toiminnassaan lasten ja nuorten tunne-elämän, sosiaalisuuden ja älyn kehittymistä peliälyn kautta sekä terveitä elämäntapoja.

Ringhofer ja Harding (1996) esittelevät viisi erilaista toimintatapaa, joiden kautta valmentaja voi toimia tehokkaana terveyden ja terveiden elämäntapojen edistäjänä valmennettavilleen. Ensimmäinen toimintatapa on positiivisen esimerkin ja oikeanlaisen roolimallin luominen. Valmentaja voi toimia hyvänä roolimallina kahdella tavalla päihteiden suhteen, joko hän ei käytä ollenkaan tai sitten käyttää maltillisesti, hyväksytyjen arvojen mukaan sekä lakien mukaan. Yksilöiden erilaiset asenteet ja näkökulmat aiheuttavat helposti ristiriidan

hyväksyttävän käytön ja ei-hyväksyttävän käytön välille, joten oikeita roolimalleja antaakseen valmentajan tulisi pidättäytyä päihteiden käytöstä, ainakin näkyvästi. (Ringhofer & Harding 1996, 27-36.)

Toisena toimintatapana esille nousevat sääntöjen luominen ja niiden valvominen. Sääntöjä laadittaessa on tärkeää muistaa, että niiden tarkoitus on auttaa niin valmentajaa, urheilijoita kuin vanhempiakin joiden kaikkien ryhmien tulisi olla mukana sääntöjen laatimisessa sekä niiden valvonnassa. Sääntöjen rikkomisesta seuraavien rangaistusten tulee olla oikeudenmukaisia ja sellaisia, että ne eivät jää vaivaamaan urheilijan mieltä liian pitkäksi aikaa. Valmentajan ei tule asettaa liikaa sääntöjä ja kieltoja, koska täydellisiä sääntöjä on hyvin vaikea kehittää, eikä säännöt ja kiellot ole todennäköisesti se tehokkain keino terveyden edistämisessä. (Ringhofer & Harding 1996, 37-53.)

Valmentajan tulee pystyä käyttämään tehokkaasti luonnollisesti esiin nousevat tilanteet, jolloin on mahdollisuus nostaa esiin terveet elämäntavat. Tämän vuoksi valmentajilla tulisi olla riittävästi tietoja, taitoja ja valmiuksia neuvoa urheilijoita, kun tilanne nousee esiin. Hetkittäiset tietoiskut harjoitusten yhteydessä tai pelimatkoilla voivat olla hyvinkin tehokkaita prevention keinoja. (Ringhofer & Harding 1996, 54-65.)

Viimeisinä toimintakeinoina Ringhofer ja Harding (1996, 67-91) nostavat esiin valmentajan, vanhempien sekä nuorten urheilijoiden kaveripiirien tehokkaan yhteistyön ja valmentajan tehokkaan aseman tarkkailijana ja nopeana puuttujana.

6.4 Tutkimustuloksia valmentajien terveystieteellisistä asenteista ja toiminnasta

Ahvenjärvi ja Ala-Porkkunen (1989, 77-87) vertailivat luokanopettajien ja juniorivalmentajien liikuntakasvatusasenteita ja havaitsivat, että kummankin ryhmän opetuksissa terveystietoon liittyvät asiat jäivät vähiten painotettujen

kategoriaan. Eniten painotettiin toisten huomioonottamista, lajitaitoja sekä iloa ja virkistystä. Tutkimustulokset osoittivat myös, että valmentajat painottavat terveystietoa vähemmän kuin opettajat liikuntakasvatuksen yhteydessä. Lasten terveiden elämäntapojen kehittäminen nousi tutkimuksessa kuitenkin sekä valmentajien että opettajien kohdalla arvoksi, joka koettiin erityisen tärkeänä.

Tutkimuksia valmentajien asenteista urheilijoiden nuuskan käyttöä ja siihen puuttumista kohtaan on tehty hyvin vähän ja osaltaan tutkimustulokset ovat tästä johtuen varsin ristiriitaisia. Ojansivun (1992, 38) tutkimuksessa eri urheilulajien valmentajista 42 % ilmoitti puuttuvansa valmennettaviensa nuuskan käyttöön aina. Sen sijaan Uosukaisen (2000, 34) tutkimuksessa urheilijoista 44 % ilmoitti valmentajan olevan tietoinen nuuskaamisestaan, mutta vain kolme % ilmoitti valmentajansa vastustavan nuuskan käyttöä. valmentajan tiedossa olevista nuuskaajista 19 % ilmoitti valmentajansa hyväksyvän nuuskan käytön ja 77 % ilmoitti, ettei valmentaja ollut ottanut asiaan kantaa.

Yhdysvaltalaisessa, yli 500:lle yläasteen ja lukion urheiluvalmentajalle tehdyssä tutkimuksessa selvitettiin valmentajien asenteita ja toimia urheilijoiden nuuskan käyttöä kohtaan sekä valmentajien nuuskan käyttötapoja. Valmentajan antamaa esimerkkiä tutkittaessa ilmeni, että 16 % valmentajista käytti savutonta tupakkaa ja 12 % oli lopettanut käytön. Savutonta tupakkaa käyttävistä valmentajista peräti 36 % ilmoitti käyttävänsä myös silloin kun heidän valmennettavansa olivat läsnä. (Horn, Maniar, Dino, Xin & Meckstroth 2000.)

Hornin ym. (2000) tutkimuksen mukaan 25 % valmentajista ei ollut kertaakaan viimeisen vuoden aikana opastanut valmennettaviaan nuuskan haitallisista vaikutuksista ja 41 prosenttia valmentajista oli opastanut kerran. Samassa tutkimuksessa ilmeni, että lähes 70 % valmentajista oli halukkaita osallistumaan koulutukseen, jossa heille opetettaisiin savuttoman tupakan käyttöön puuttumisen strategioita.

Urheilijat pitävät valmentajan esimerkillistä käyttäytymistä tärkeänä liittyen terveisiin elämäntapoihin. Valmentajan käyttäytymisen koettiin viestittävän soveliaan ja hyväksyttävän käytöksen rajat sekä vaikuttavan valmentajan

uskottavuuteen urheilijoiden silmissä. Mikäli valmentajan terveyteen liittyvät puheet ovat ristiriidassa tekojen kanssa ei valmentajan puheita otettu vastaan kovinkaan uskottavina. (Virolainen 2000.)

6.5 Valmentajien asenteisiin yhteydessä olevia taustatekijöitä

Valmentajien kasvatusasenteisiin yhteydessä olevia taustatekijöitä on tutkinut mm. Ojansivu (1992) ja Hotti (1998). Ojansivun (1992) mukaan merkittävimmin kasvatusasenteisiin olivat yhteydessä taustamuuttujista valmentajan ikä, valmentajakokemus ja valmennuskurssien suorittaminen. Alle 25 -vuotiaat valmentajat olivat valmennustyyliältään välinpitämättömpiä, eivätkä pyrkineet kehittämään pelaajiensa terveyttä ja persoonallisuutta yhtä paljon kuin vanhemmat valmentajat. Valmentajakokemuksen yhteys oli tutkimuksessa samansuuntainen, sillä alle seitsemän vuotta valmentaneet olivat niin ikään välinpitämättömpiä eivätkä pyrkineet niin paljon kehittämään pelaajiensa terveyttä ja persoonallisuutta kuin yli seitsemän vuotta valmentaneet. Enemmän valmennuskursseja suorittaneet valmentajat eivät olleet niin välinpitämättömiä ja pyrkivät enemmän kehittämään pelaajiensa terveyttä ja persoonallisuutta kuin vähemmän tai ei ollenkaan valmennuskursseja käyneet valmentajat. (Ojansivu 1992, 45-55.)

Hotti (1992) selvitti tutkimuksessaan jalkapallovalmentajien kasvatusasenteita ja niihin yhteydessä olevia taustatekijöitä. Tässä tutkimuksessa käytetyistä taustatekijöistä merkittävimmin yhteydessä valmentajien kasvatusasenteisiin olivat valmentajan ikä, valmentajakoulutus sekä valmentajan omat lapset. Valmentajakokemuksella ei tutkimuksessa havaittu sen sijaan olevan yhteyttä kasvatusasenteisiin. Nuorimman ja vanhimman ikäryhmien valmentajat olivat kasvatustavoitteiltaan myönteisempiä kuin keski-ikäisten ryhmään (31-45 -v.) kuuluneet valmentajat. Enemmän valmentajakoulutusta omaavat valmentajat olivat niin ikään kasvatustavoitteiltaan myönteisempiä kuin vähemmän koulutusta omanneet valmentajat. Tutkimuksessa havaittiin myös, että

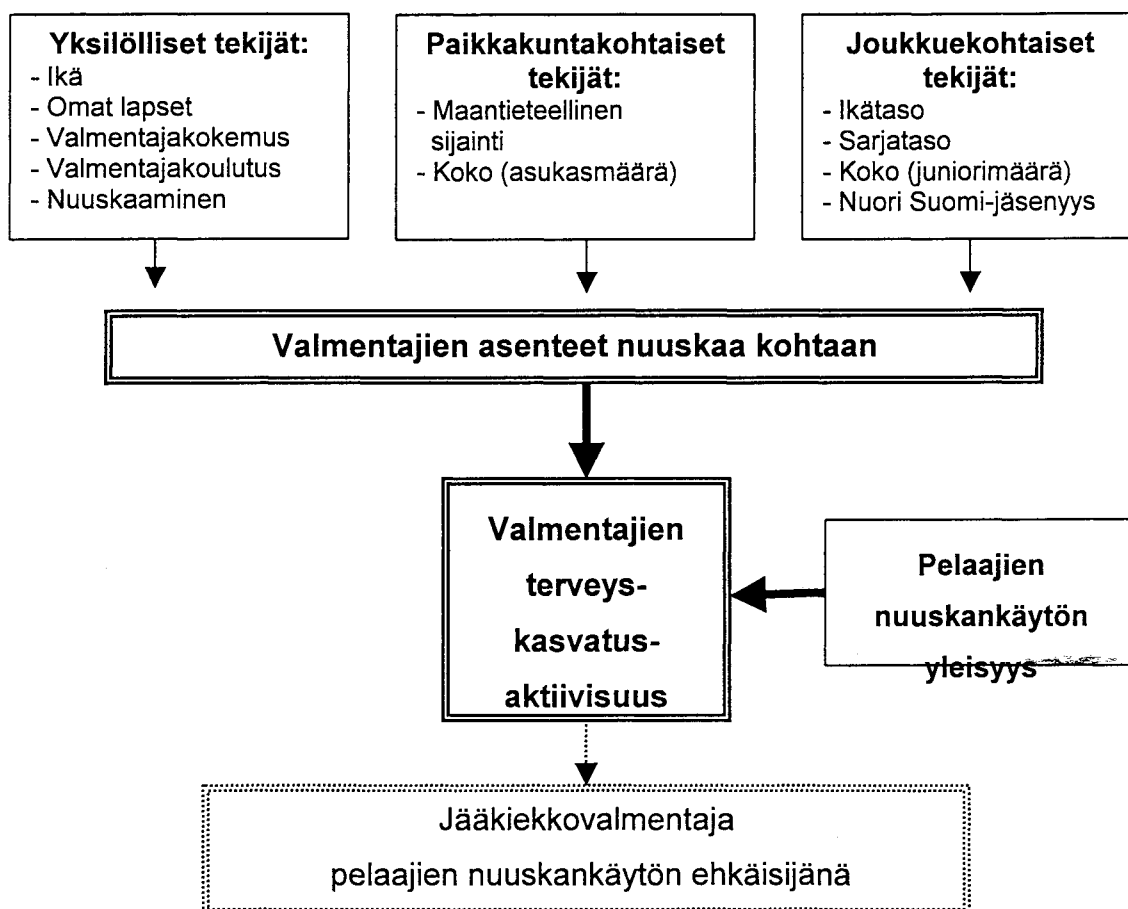
lapsettomat valmentajat korostivat voittamista enemmän verrattuna valmentajiin, joilla ei ollut lapsia. (Hotti 1998, 71-76.)

Edellä mainittujen tutkimustulosten perusteella voidaan odottaa, että samat taustatekijät ovat yhteydessä myös jääkiekkovalmentajien asenteisiin nuuskaa kohtaan. Nuuskankäyttö on niin yleinen piirre urheilijoiden keskuudessa, että Ojansivun tutkimuksessa valmentajan pyrkimys kehittää valmennettavansa terveyttä sisältää myös urheilijan nuuskankäytön ehkäisemisen. Hotin (1998) tutkimukseen verrattuna jääkiekko ja jalkapallo ovat joukkuelajeina niin lähellä toisiaan, että näiden lajien valmentajien asenteiden välillä ei suuria eroja varmaankaan pääse syntymään.

7 TUTKIMUKSEN VIITEKEHYS JA TUTKIMUSONGELMAT

7.1 Tutkimuksen viitekehys

Tutkimuksen tärkeimpänä tavoitteena oli selvittää jääkiekkovalmentajien asenteita nuuskaa kohtaan sekä jääkiekkovalmentajien terveyskasvatusaktiivisuutta. Valmentajien asenteiden eroja pyrittiin selvittämään kolmeen luokkaan jaettujen taustamuuttujien avulla. Valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden eroja selvitettiin tutkimalla valmentajien asenteiden ja pelaajien nuuskan käytön yhteyttä terveyskasvatusaktiivisuuteen. Edellä mainittujen tutkimuskohteiden kautta tutkimuksessa pyrittiin luomaan kuva jääkiekkovalmentajasta pelaajien nuuskankäytön ehkäisijänä.



KUVIO 6. Tutkimuksen viitekehys.

7.2 Tutkimusongelmat

1. Millaisia ovat valmentajien asenteet nuuskaa kohtaan?
2. Mitkä tekijät ovat yhteydessä valmentajien asenteisiin nuuskaa kohtaan?
 - 2.1 Valmentajakohtaiset tekijät:
 - Ikä
 - Valmentajan omat lapset
 - Valmentajakokemus
 - Valmentajakoulutus
 - Valmentajan nuuskaaminen
 - 2.2 Paikkakuntakohtaiset tekijät:
 - Maantieteellinen sijainti
 - Paikkakunnan koko (asukasmäärä)
 - 2.3 Joukkuekohtaiset tekijät:
 - Joukkueen ikätaso
 - Joukkueen sarjataso
 - Urheiluseuran koko (juniorimäärä)
 - Onko urheiluseura Nuori Suomi sinettiseura
3. Kuinka aktiivisia valmentajat ovat terveystasvatusasioissa joukkueissaan?
4. Ovatko valmentajien asenteet ja pelaajien nuuskankäytön yleisyys yhteydessä valmentajien terveystasvatusaktiivisuuteen?

8 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN

8.1 Kyselyn laadinta

Tutkimuksen mittarina käytettiin kyselylomaketta (Liite 1). Kyselylomakkeen käyttö oli perusteltua, sillä kohderyhmänä olleet jääkiekkovalmentajat asuvat ympäri Suomea. Näin ollen postikysely oli ainoa tapa tavoittaa tutkimuksen kohderyhmä. Lisäksi kyselylomakkeen postittaminen on suhteellisen edullinen tapa tavoittaa tässä tutkimuksessa mukana ollut määrä vastaajia.

Kyselylomake koostui neljästä osiosta; taustatiedoista, joukkueiden säännöistä, valmentajien asenteista sekä valmentajien terveystieteiden aktiivisuudesta. Valmentajien asenteita selvittänyt osio on kyselyn laajin ja se sisältää yhteensä 24 asenneväittämää. Kyselylomakkeen laadinnassa käytettiin jonkin verran apuna Hornin ym. (2000) tutkimusartikkelissaan esittelemää kyselylomaketta.

Kyselylomaketta testattiin Jyväskylän yliopiston liikunta- ja terveystieteiden tiedekunnan opiskelijoilla sekä jääkiekkovalmentajilla. Testien perusteella muutettiin muutamia kysymyksiä tarkemmiksi ja selkeämmiksi.

8.2 Tutkimuksen kohderyhmä ja aineiston keruu

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat B -junioreita (17-18 v.) ja C -junioreita (15-16 v.) valmentavat jääkiekkovalmentajat kattavasti kaikilta Suomen jääkiekkoliiton yhdeksältä toimialueelta ympäri Suomea (Taulukko 2, sivu 45). Kohderyhmäksi valittiin B- ja C- juniorien valmentajat, koska kyseisissä ikäryhmissä pelaajien nuuskaamisen ja nuuskakokeilujen on tutkimuksissa havaittu lisääntyvän huomattavasti.

Tutkimusaineisto kerättiin kyselylomakkeen avulla postikyselyinä. Kyselylomakkeet lähetettiin 160 valmentajalle helmikuussa 2002. Palautuspäivään mennessä 76 valmentajaa eli 47,5 % oli vastannut kyselyyn. Vastaamatta jättäneille lähetetyn muistutuskirjeen jälkeen kaikkiaan 97 valmentajaa oli vastannut kyselyyn. Kyselyn palautusprosentiksi muodostui näin ollen 61 %, mitä voidaan pitää tasoltaan hyvänä käytettäessä postikyselyä.

8.3 Aineiston analysointimenetelmät

- Aineiston tilastollinen käsittely tehtiin SPSS 11.1 for Windows -ohjelmalla.
- Valmentajien asenteiden ja taustamuuttujien yhteyksiä analysoitiin t-testillä sekä varianssianalyysillä. Joidenkin muuttujien jakaumien poikkeusta normaalista varmistettiin tulokset non-parametrisellä Kruskalin ja Wallisin -testillä. Non-parametristen testien tuloksia ei raportoitu, mikäli ne tukivat varianssianalyysin tuloksia.
- Valmentajien asenteiden ja pelaajien nuuskankäytön yleisyyden yhteyttä valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuteen analysoitiin Pearsonin korrelaatiokertoimen avulla sekä varianssianalyysillä.
- Tutkimuksen reliabiliteettia arvioitiin Cronbachin alfa -kertoimen avulla.

Tutkimuksessa käytettiin seuraavia tilastollisia merkitsevyytasoja:

p<.05	*	Tilastollisesti melkein merkitsevä
p<.01	**	Tilastollisesti merkitsevä
p<.001	***	Tilastollisesti erittäin merkitsevä

Joissakin kohdissa on käytetty myös tilastollisesti suuntaa antavaa merkitsevyytasoja $p < 0.1$.

8.4 Tutkimuksen mittarit

8.4.1 Asennemittari

Valmentajien asenteita nuuskaa kohtaan tutkittiin itse kehitellyn asennemittarin avulla, joka sisälsi yhteensä 24 asenneväittämää. Asenneväittämien muotoilussa käytettiin apuna Hornin ym. (2000) tutkimusartikkelissaan esittelemiä asenneväittämiä. Asenneväittämien mittana käytettiin viisiportaista Likertin asteikkoa, jonka vastausvaihtoehdot olivat seuraavat:

Täysin eri mieltä

Osittain eri mieltä

En osaa sanoa

Osittain samaa mieltä

Täysin samaa mieltä

En osaa sanoa -vastausvaihtoehto erotettiin katkoviivalla muista edellä mainituista vaihtoehdoista, jotta kyseisen vastauksen antaminen ei olisi ollut liian helppoa. Ennen tutkimuksen tilastollisia ajoja asenneväittämien vastaukset pisteytettiin pistein 1-4, niin että pelaajien nuuskankäytön vähentämisen kannalta paras vastaus sai arvon neljä, toiseksi paras vastaus arvon kolme, kolmanneksi paras vastaus arvon kaksi ja huonoin vastaus sai arvon yksi. En osaa sanoa -vastauksille annettiin arvo 2,5, jotta otoskoko saatiin pysymään mahdollisimman korkealla. Lisäksi kielteisessä muodossa esitetyt asenneväittämät käännettiin myönteiseen muotoon.

8.4.2 Terveyskasvatusaktiivisuusmittari

Valmentajien terveystkasvatusaktiivisuutta mitattiin mittarilla, joka sisälsi kahdeksan kysymystä. Valmentajia pyydettiin vastaamaan kuinka usein he kuluvaan kauden aikana olivat suorittaneet kysymyksen mukaisen terveystkasvatustoiminnon. Vastausten pistemäärät yhdistämällä valmentajille laskettiin terveystkasvatusaktiivisuussumma. Kysymysten vastausvaihtoehdot sekä pisteytys olivat viisiasteisella asteikolla seuraavat:

- 5 Viikoittain tai useammin
- 4 Kerran kuukaudessa
- 3 Parin kuukauden välein
- 2 Kerran pelikaudessa
- 1 En koskaan

Terveystkasvatusaktiivisuusmittarin yhteydessä esitettiin vielä valmentajille kaksi väittämää (kysymykset 22 ja 23), joihin vastaaminen tapahtui asenneväittämissä käytetyllä asteikolla.

9 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS

9.1 Tutkimuksen reliabiliteetti

Heikkilän (1998, 179) mukaan reliabiliteetti osoittaa mittauksen kyvyn tuottaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. Mittauksen reliabiliteetti on sitä korkeampi mitä vähemmän siihen liittyy satunnaisvirheiden aiheuttamaa vaihtelua. Yleisimmin alhainen reliabiliteetti johtuu satunnaisvirheistä, jotka ovat seurausta otannasta tai mittaus- sekä käsittelyvirheistä tai yksinkertaisesti tutkijan tekemistä muisti- tai huolimattomuusvirheistä. Parhaana reliabiliteetin mittarina voidaan pitää Cronbachin α -kerrointa. (Valkonen 1981, 53-57.)

Tutkimuksen reliabiliteettia tarkasteltiin laskemalla Cronbachin α -kertoimet asennemittarin muuttujista sekä valmentajien terveystasvatusaktiivisuutta mitanneista muuttujista. Asennemittarista jätettiin huomioimatta joitakin osioita niiden tulkinnanvaraisuuden takia sekä syistä, että muuttujien määrä olisi käyttökelpoisempi suhteessa otoskokoon. Valmentajien terveystasvatusaktiivisuutta mitanneen osion muuttujien α -kertoimeksi saatiin .80. Heikkilän (1998, 179) mukaan kertoimen suuruudelle ei ole annettavissa mitään tarkkaa rajaa, mutta luvun tulisi olla mielellään yli .70. Näin ollen valmentajien antamia terveystasvatusaktiivisuuteen liittyviä vastauksia voidaan pitää tutkimuksen kannalta luotettavina.

Faktorianalyyssissä muodostettujen faktoreiden sisäistä johdonmukaisuutta kuvaavat Cronbachin α -kertoimet (Taulukko 1, sivu 42) jäivät tutkimuksessa alhaisiksi. Ainoastaan ensimmäisen faktorin Cronbachin α -kerroin oli lähellä raja-arvoksi suositeltavaa .70. Toisen ja kolmannen faktorin arvot ylittivät kohtuullisena pidettävän .60 raja-arvon, mutta neljännen faktorin arvo .54 jäi sen sijaan matalaksi. Mikäli kyselylomaketta aiotaan jatkossa käyttää olisi sitä syytä kehittää erityisesti asenneväittämien osalta.

TAULUKKO 1. Asennemuuttujien reliabiliteetit faktoreittain.

Faktori	Faktorin muuttujat	Cronbachin α -kerroin
Faktori 1	1, 13, 9, 12, 21, 17	,68
Faktori 2	20, 23, 7	,61
Faktori 3	4, 10, 8	,61
Faktori 4	19, 16, 14	,54

9.2 Tutkimuksen validiteetti

Mittauksen validiteetti eli pätevyys kuvaa sitä, missä määrin tutkimuksessa on onnistuttu mittaamaan juuri sitä mitä oli tarkoituskin mitata. Kysely- ja haastattelututkimuksissa validiteettiin vaikuttaa ensisijaisesti se, kuinka onnistuneita vastaajille esitetyt kysymykset ovat eli voidaanko niiden avulla saavuttaa tutkimusongelmien mukainen ratkaisu. (Heikkilä 1998, 178.)

Tutkimuksen validiteettiin saattaa vaikuttaa se, että vastaajat arvioivat vastauksillaan omaa käyttäytymistään ja toimintaansa. Vastaajat saattavat kaunistella vastauksiaan tai he pyrkivät vastaamaan sen mukaan, mitä he olettavat tutkijoiden odottavan tai mitä koetaan yleisesti hyväksyttävänä. (Soininen 1991, 78.)

Tutkimuksessa ei kyselyyn vastaajien henkilöllisyyttä eikä heidän valmentamansa joukkuetta tiedusteltu missään vaiheessa. Kyselylomakkeet oli numeroitu, jotta vastaamatta jättäneille voitiin lähettää muistutus. Koska vastaajien ei tarvinnut missään vaiheessa paljastaa henkilöllisyyttään voidaan vastauksia pitää totuudenmukaisina. Kyselyt pyrittiin myös postittamaan suoraan valmentajille ilman välikäsiä, kuten joukkueenjohtajia tai seurojen toimistoja. Näin pyrittiin varmistamaan, että kyselyihin vastaavat juuri halutut valmentajat.

Postikyselyiden ajankohdaksi valittiin helmi-maaliskuu, koska suurimmalla osalla valmentajista kausi oli jo ohi. Näin ollen mennyt tai kuluva kausi oli

valmentajilla vielä hyvin mielessä eikä kyselyä näin ollen koettu mitenkään epäajankohtaiseksi.

Käsitteenä asenteet ovat hyvin laaja kokonaisuus ja niiden tutkiminen onnistuneesti rajoitetulla määrällä kysymyksiä on hyvin vaikeaa. Kysymysten tulisi kattaa koko tutkittava käsite, joten kysymysten tulisi olla onnistuneita, jotta tutkimusongelmiin saataisiin ratkaisuja. Faktorianalyysin avulla muodostetut asennefaktorit muodostuivat tässä tutkimuksessa lähes täysin sen suuntaisiksi kuin kyselyä laadittaessa oli etukäteen ajateltu. Tämä tukee validiteetin määritelmää, että mittari mittaa sitä mitä tutkimuksessa oli tarkoituskin mitata. Toisaalta voidaan ajatella, että etukäteen mietittyjen faktoreiden mukaiset kysymykset saattavat olla vastaajalle liian läpinäkyviä ja vastaajat vastaavat sen mukaan kuin tutkija on heidän toivonut vastaavan. Asenneväittämien kattavuuden kannalta olisi väittämässä pitänyt pyrkiä selvittämään myös valmentajien asennoitumista nuuskaamisesta kiinnijääneiden pelaajien rankaisemista kohtaan. Muilta osin asenteiden voidaan katsoa olevan päteviä.

Valmentajien terveyskasvatusaktiivisuutta mitanneen osion kysymykset olivat hyvin selkeitä ja niihin vastaaminen yksinkertaista. Tosin jokainen valmentaja varmasti muistaa kuinka usein kauden aikana on keskustellut nuuskaamisesta pelaajiensa vanhempien kanssa, mutta vaikeampaa on vastata niiden toimintojen kohdalla joita valmentaja suorittaa useammin. On kuitenkin todennäköistä, että jokainen valmentaja osasi valita lähimpänä oikeaa olevan vastausvaihtoehdon. Osion vastausten validiteettiin saattaa vaikuttaa myös vastaajien pyrkimys kaunistella vastauksiaan. Tämä pyrittiin tutkimuksessa estämään pitämällä vastaajat anonyymeinä.

10 TUTKIMUKSEN TULOKSET

10.1 Tutkimusaineiston kuvailu

Valmentajien sukupuoli ja ikä. Tutkimukseen osallistuneet 97 valmentajaa olivat kaikki sukupuoleltaan miehiä. Valmentajien keski-ikä oli 36,6 vuotta. Nuorin tutkimukseen osallistunut valmentaja oli 21-vuotias ja vanhin 61-vuotias.

Valmentajien lapset. Valmentajista 33 % ilmoitti olevansa lapsettomia ja 67 % ilmoitti omaavansa lapsia. Yleisimmin valmentajien perheeseen kuului 2 (27 %) tai 3 (22%) lasta. Yhdellä valmentajista oli viisi lasta.

Valmentajakokemus. Keskimäärin valmentajilla oli valmennuskokemusta lähes 10 (9,8) vuotta. Eniten valmennuskokemusta oli kertynyt kahdelle valmentajalle, joilla oli takanaan 30 vuotta valmentajana. Yksi valmentaja ilmoitti kuluneen kauden olevan hänen ensimmäisensä valmentajana.

Valmentajakoulutus. Valmentajista 88,7 % (86) ilmoitti suorittaneensa SJL:n valmennuskursseja ja 11,3 % (11) ei ollut suorittanut mitään valmennuskursseja.

Valmentajien nuuskankäyttö. Valmentajista 82,5 % (82) ilmoitti ettei käytä nuuskaa. Lopettaneita oli 3,1 % (3), satunnaisesti käyttäviä 6,2 % (6) ja päivittäin käyttäviä 8,2 % (8). Nuuskaa käyttävistä valmentajista 1 % (1) ilmoitti käyttävänsä pelaajien nähden ja 13,4 % (13) ilmoitti käyttävänsä pelaajien näkemättä.

Valmentajien arvio joukkueensa pelaajien nuuskankäytöstä. Valmentajien arvioiden mukaan pelaajista keskimäärin 12,7 % käyttää nuuskaa. 43,3 % (42) valmentajista ilmoitti, että yksikään hänen joukkueensa pelaajista ei käytä nuuskaa. 32,0 % valmentajista ilmoitti pelaajistaan alle 20 % nuuskaavan ja 24,7 % valmentajista ilmoitti pelaajistaan yli 20 % nuuskaavan. Kaksi valmentajaa ilmoitti pelaajistaan 50 % käyttävän, yksi valmentaja ilmoitti 63 %

pelaajistaan käyttävän ja yksi valmentaja ilmoitti pelaajistaan peräti 74 % käyttävän nuuskaa.

Valmentajien joukkueiden alueellinen jakauma sekä ikä- ja sarjataso.

TAULUKKO 2. Valmentajien joukkueiden alueellinen jakauma sekä ikä- ja sarjataso.

Alue	B-juniorit			C-juniorit			Yhteensä
	SM	1-div.	2-div. ja alempi	SM	1-div.	2.div. ja alempi	
Pääk. /Uusimaa	4	1	1	2	3	2	13
Häme	4	1	1	2	3	2	13
Keskimaa	1	2	2	1	3	1	10
Kymi-Saimaa	1	2	2	3	1	4	13
Lappi	-	-	5	-	1	5	11
Länsirannikko	2	2	-	5	3	1	13
Pohjoinen	1	2	3	2	3	3	14
Savo-Karjala	1	2	4	-	1	2	10
Yhteensä	14	12	18	17	18	19	97

Nuori Suomi sinettiseurat. Valmentajista 52,6 % (51) ilmoitti valmentavansa urheiluseurassa, joka on SLU:n Nuori Suomi sinettiseura. Valmentajista 44,3 %:n urheiluseura ei ollut Nuori Suomi sinettiseura. 3,0 % (3) valmentajista ei tiennyt onko hänen valmentamansa joukkue Nuori Suomi sinettiseura. Tietojen tarkastuksen jälkeen todettiin, että kyseisten valmentajien seurat eivät olleet sinettiseuroja.

10.2 Valmentajien asenteet nuuskaa kohtaan

Tutkimuksen ensimmäisenä ongelmana oli selvittää millaisia ovat valmentajien asenteet nuuskaa kohtaan. Vastauksia kyseiseen ongelmaan pyritään kuvailemaan suorien jakaumien sekä faktorianalyysin avulla. Tulosten perusteella voidaan arvioida valmentajien asenteiden olevan selvästi nuuskan vastaisia.

10.2.1 Valmentajien asenteiden tarkastelua suorien jakaumien perusteella

Valmentajien asenteita nuuskaa kohtaan selvittäneen osion kaikkien 24 muuttujan vastausten keskiarvoksi saatiin varsin korkea 3,46. Korkea keskiarvo kertoo valmentajien olevan asenteiltaan erittäin nuuskanvastaisia.

Yksimielisimpiä valmentajat olivat asenneväittämän 14 "Nuorten nuuskankäyttöön ei liity terveysriskejä" kohdalla (ka 3,96 kh 0,24), sillä 97 % valmentajista oli väittämän kanssa täysin eri mieltä. Hyvin yksimielisiä valmentajat olivat myös asenneväittämän 11 "Valmentaja voi käyttää nuuskaa, vaikka pelaajilta se olisikin kiellettyä" (ka 3,90 kh 0,40) kohdalla, sillä 91 % valmentajista vastasi olevansa täysin eri mieltä väittämän kanssa.

Eniten "En osaa sanoa" -vastauksia valmentajat antoivat asenneväittämiin 5 "Tupakointi on nuuskaamista haitallisempaa" 22%, väittämään 16 "Nuuskaaminen kohottaa vireystilaa" 22 % ja väittämään 19 "Nuuskan käyttö parantaa urheilusuoritusta" 9 %. Kyseiset asenneväittämät kohdistuivat nuuskan vaikutuksiin terveyteen ja suorituskykyyn, joten vaikuttaa siltä, että valmentajilla ei ole riittävästi tietoa nuuskan vaikutuksista tai sitten tiedot voivat olla ristiriitaisia esimerkiksi omien kokemusten kanssa.

Suurimmat hajonnat esiintyivät asenneväittämien 13 ” Nuuskan käyttökiellon pitäisi koskea vain alle 18 -vuotiaita pelaajia” (ka 2,9 kh 1,05) ja asenneväittämän 17 ”Jääkiekkoliiton asettama nuuskankäyttökielto ei vaikuta pelaajien nuuskankäyttöön” (ka 2,4 kh 0,90) kohdalla. Kummatkin asenneväittämät kohdistuivat SJL:n asettamaan nuuskankäyttökieltoon. Jakaumien perusteella voidaan todeta, että valmentajat suhtautuvat kieltoon varsin epäilevästi ja se jakaa mielipiteitä selvästi.

10.2.2 Valmentajien asenteiden tarkastelua faktorianalyysin perusteella

Faktorianalyysiin otettiin mukaan osioanalyysin jälkeen 16 asennemuuttujaa kyselyn sisältämistä kaikista 24 asennemuuttujasta. Asennemuuttujien poisjättäminen oli perusteltua muutamien väittämien tulkintavaikeuksien, aineiston tiivistämisen ja otoskoon muuttujien lukumäärään suhteuttamisen vuoksi sekä faktorianalyysin luotettavuuden parantamiseksi. Kaiserin testin (Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy) arvo .70 sekä Bartlettin sfäärisyys (arvo $p < .0001$) tukevat faktorianalyysin käyttöä. Näin ollen muuttujien korrelaatiota voidaan selittää faktoreilla kohtalaisen hyvin. Faktorianalyysin muodostaman neljän faktorin avulla pystytään selittämään 43 % muuttujien kokonaisvaihtelusta. Taulukossa 3 (sivu 48) on esitetty varimax -rotatoitu faktorirakenne sekä kommunaliteetit faktorianalyysiin valittujen asennemuuttujien kohdalla.

TAULUKKO 3. Faktorianalyysin varimax -rotatoitu faktorirakenne.

Muuttujat	Faktorit				h ²
	1	2	3	4	
1. Jääkiekkoliiton asettama nuuskankäyttökielto on mielestäni hyvä asia	.718		.306		.615
13. Nuuskan käyttökiellon pitäisi koskea kaikkia pelaajia	.567	.392			.489
9. Valmennuskursseilta pitäisi saada enemmän valmiuksia puuttua pelaajien nuuskankäyttöön	.559				.347
12. Olen kiinnostunut pelaajien nuuskankäyttöön puuttuvasta koulutuksesta	.520			.380	.422
21. Nuorten esikuvina toimivien aikuispelaajien nuuskankäyttöön pitäisi puuttua tarkemmin	.498				.331
6. Kokisin oloni vaivautuneeksi, jos pelaajani näkisivät, että minulla on nuuska huulella	.489				.304
17. Jääkiekkoliiton asettama nuuskankäyttökielto vaikuttaa pelaajien nuuskankäyttöön	.378				.223
20. Joukkueissa laaditut säännöt vähentävät nuuskankäyttöä		.805			.762
23. Valmentajalla on tärkeä asema nuorten nuuskankäytön ehkäisemisessä		.529			.362
7. Valmentajan esimerkki on tärkeää nuorten terveitä elämäntapoja ajatellen	.345	.478			.350
4. Valmentajan tulisi puuttua pelaajien nuuskankäyttöön	.338		.822		.830
10. Valmentajan tehtäviin kuuluu valistaa pelaajiaan terveistä elämäntavoista			.580		.460
8. Pelaajien nuuskankäyttö olisi mahdollista estää siihen puuttumalla			.454		.339
19. Nuuskankäyttö ei paranna urheilusuoritusta				.651	.427
16. Nuuskaaminen ei kohota vireystilaa				.536	.312
14. Nuorten nuuskankäyttöön liittyy terveysriskejä				.527	.324

Alle .30 lataukset jätetty pois

Ensimmäiselle faktorille latautuivat voimakkaimmin muuttujat 1, 13, 9, 12, 21, 6, ja 17. Kaikki muut muuttujat paitsi muuttuja 6 "Kokisin oloni vaivautuneeksi, jos pelaajani näkisivät, että minulla on nuuska huulella" käsittelivät SJL:n nuuskankäytön vastaisia toimia, näin ollen muuttuja 6 pudotettiin pois kyseisestä faktorista. Faktorille annettiin nimeksi "SJL:n nuuskaamista ennalta-ehkäisevä toiminta". Faktori selittää muuttujien kokonaisvaihtelusta 20,2 %.

Toiselle faktorille latautuivat voimakkaimmin asennemuuttujat 20, 23 ja 7. Kyseiset muuttujat käsittelivät joukkueen sääntöjä ja valmentajan toimintaa, näin ollen faktorille annettiin nimeksi "Joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkillinen toiminta". Kyseinen faktori selittää 9,8 % muuttujien kokonaisvaihtelusta. Muuttujien yhdistämistä samalle faktorille puoltaa se

seikka, että valmentajat ovat toiminnallaan keskeisessä osassa luomassa joukkueiden sääntöjä, sillä tutkimukseen vastanneista valmentajista 96 % oli osaltaan luomassa joukkueiden nuuskankäyttöä koskevia sääntöjä.

Kolmannelle faktorille latautuivat voimakkaimmin asennemuuttajat 4, 10 ja 8. Ne käsittelevät pelaajien nuuskankäyttöön puuttumisen tärkeyttä, näin ollen faktorille annettiin nimeksi ”Nuuskaamiseen puuttuminen”. Faktori selittää muuttujien kokonaisvaihtelusta 9,4 %.

Neljännelle faktorille latautuivat voimakkaimmin asennemuuttajat 19, 16 ja 14. Kyseiset muuttajat käsittelevät nuuskan terveysvaikutuksia, näin ollen faktorille annettiin nimeksi ”Nuuskan vaikutukset terveyteen ja suorituskykyyn”. Faktori selittää muuttujien kokonaisvaihtelusta 8,6 %.

Valmentajien asenneväittämiin antamien vastausten perusteella laskettiin jokaiselle faktorille valmentajien pistemäärien mukaan asennesummat. Mitä lähempänä maksimiarvoa neljä keskiarvo on sitä vahvemmat ovat valmentajien nuuskanvastaiset asenteet kyseisen faktorin kohdalla. Asennesummien keskiarvojen (Taulukko 4) perusteella voidaan todeta valmentajien asenteiden olevan vahvasti nuuskan vastaisia. Korkein keskiarvo oli valmentajien suhtautumisessa nuuskan vaikutuksiin terveyteen ja suorituskykyyn, kun sen sijaan SJL:n nuuskan vastaisiin toimiin kohdistuvien asenteiden keskiarvo oli alhaisin.

TAULUKKO 4. Valmentajien asenneväittämäsumat faktoreittain.

Faktori	Asennesummien ka.
1. SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevä toiminta.	3,17
2. Joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkillinen toiminta.	3,58
3. Nuuskaamiseen puuttuminen.	3,50
4. Nuuskan vaikutukset terveyteen ja suorituskykyyn.	3,68

Maksimi = 4

Minimi = 1

10.3 Taustatekijöiden yhteys valmentajien asenteisiin

10.3.1 Yksilölliset tekijät

Yksilöllisinä tekijöinä tutkimuksessa käytettiin valmentajien ikää, valmentajien omia lapsia, valmentajakokemusta, valmentajakoulutusta sekä valmentajien nuuskaamista. Kyseisistä taustatekijöistä voimakkaimmin valmentajien asenteisiin olivat yhteydessä valmentajakokemus ja valmentajien nuuskaaminen.

10.3.1.1 Ikä

Varianssianalyysillä testattiin iän yhteyttä valmentajien asennoitumiseen SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevää toimintaa kohtaan. Varianssianalyysin p-arvo (.027) osoittaa, että ryhmien välillä on tilastollisesti melkein merkitseviä eroja. Yli 45 -vuotiaat valmentajat (ka 3,43) suhtautuvat tilastollisesti merkitsevästi myönteisemmin SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevään toimintaan kuin alle 30 -vuotiaat valmentajat (ka 3,03). Yli 45 -vuotiaiden valmentajien asenteiden ero 30-44 -vuotiaiden valmentajien (ka 3,14) asenteisiin on tilastollisesti melkein merkitsevä. Tulosten perusteella voidaan todeta, että iältään vanhemmat valmentajat pitävät SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäiseviä toimia tärkeämpänä kuin nuoremmat valmentajat.

TAULUKKO 5. Iän yhteys asennoitumiseen SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevään toimintaa kohtaan

Faktori 1: SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevä toiminta					
Ikä	N	ka	kh	Varianssi-analyysi	Monivertailu-testi (LSD)
Alle 30 -vuotta	26	3,03	0,46	F= 3,754 df= 2,89 p= ,027	R1<R3** p= .009
30 – 44 -v.	47	3,14	0,54		R2<R3* p= .036
Yli 45 -vuotta	19	3,43	0,39		
Yhteensä	92	3,17	0,50		

* p<.05; ** p<.01; *** p<.001

Muiden faktoreiden kohdalla ei tutkimuksessa havaittu iällä olevan yhteyttä valmentajien asenteisiin nuuskaa kohtaan. Jokaisen neljän faktorin kohdalla keskiarvojen suuntaus oli samankaltainen eli iältään vanhempien valmentajien vastausten keskiarvot olivat nuorempien valmentajien vastausten keskiarvoja suurempia. Voidaan siis todeta, että vanhemmat valmentajat ovat asenteiltaan nuuskan vastaisempia kuin nuoremmat valmentajat.

10.3.1.2 Valmentajan omat lapset

Tutkimuksessa ei havaittu yhdessäkään neljästä asennefaktorissa tilastollisesti merkitseviä eroja lapsia omaavien ja lapsettomien valmentajien välillä. Valmentajien keskiarvojen perusteella voidaan todeta, että lapsia omaavien valmentajien asenneväittämien keskiarvot ovat joka faktorilla enemmän nuuskan vastaisia kuin lapsettomien valmentajien asenteet, mutta erot eivät ole tilastollisesti merkitseviä.

Verrattaessa lapsia omaavia valmentajia sen mukaan pelaako oma lapsi valmennettavassa joukkueessa tutkimuksessa havaittiin tilastollisesti suuntaa antava ($p < 0,1$) ero eri valmentajaryhmien välillä ainoastaan kolmannen asennefaktorin kohdalla. Omia lapsiaan valmentavat valmentajat (ka 3,33) kokevat yllättäen nuuskaamiseen puuttumisen vähemmän tärkeänä kuin valmentajat, joiden oma lapsi ei pelaa vanhempansa valmennuksessa (ka 3,59).

TAULUKKO 6. Oman lapsen valmentamisen yhteys pelaajien nuuskaamisen puuttumisen tärkeyden kokemiseen.

Faktori 3. Nuuskaamiseen puuttuminen.				
Valmentako lapsensa joukkuetta?	N	ka.	kh.	Df= 63 t= -1,942 p= .057
Kyllä	21	3,33	0,56	
Ei	44	3,59	0,47	
Yhteensä	65	3,46	0,51	

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

10.3.1.3 Valmentajakokemus

Varianssianalyysin avulla testattiin eri valmentajakokemusta omaavien ryhmien asenneväittämien keskiarvojen eroja SJL:n nuuskankäyttöä ennaltaehkäiseviä toimia kohtaan (Taulukko 7). Varianssianalyysin p-arvo ,015 osoittaa, että ryhmien välillä on tilastollisesti merkitseviä eroja. Valmentajien suhtautumisessa SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevään toimintaan havaittiin tilastollisesti merkitsevä ero 0-5 vuotta valmentaneiden valmentajien (ka 2,92) ja yli 10 vuotta valmentaneiden valmentajien (ka 3,29) välillä. Kokeneemmat valmentajat suhtautuvat myönteisemmin SJL:n nuuskaamista ennalta ehkäisevään toimintaan kuin kokemattomimmat valmentajat.

Vähiten valmennuskokemusta omaavien valmentajien ja 6-10 vuotta valmentaneiden valmentajien (ka 3,22) välillä ero oli tilastollisesti melkein merkitsevä. 6-10 vuotta valmentaneet valmentajat suhtautuvat myönteisemmin SJL:n nuuskaamista ennalta ehkäisevään toimintaan kuin kokemattomimmat valmentajat.

Tulosten perusteella voidaan todeta, että kokeneemmat valmentajat suhtautuvat kokemattomampia valmentajia myönteisemmin SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevään toimintaan. Vähemmän valmennuskokemusta omaavien valmentajien valmennustyössä painottuvat todennäköisesti enemmän lajitaidot ja itse pelisuoritus.

TAULUKKO 7. Valmentajakokemuksen yhteys valmentajan asenteeseen SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevään toimintaan kohtaan.

Faktori 1: SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevä toiminta					
Valmentaja-kokemus	N	ka	kh	Varianssi-analyysi	Monivertailu-testi (LSD)
0-5 vuotta	24	2,92	0,48	F= 4,378 df= 2,88 p= ,015	R1<R2* p= .020 R1<R3** p= .006
6-10 vuotta	37	3,22	0,56		
Yli 10 vuotta	30	3,29	0,40		
Yhteensä	91	3,17	0,51		

* p<.05; ** p<.01; *** p<.001

Joukkueen sääntöjen ja valmentajan esimerkillisen toiminnan tärkeyden kokemisessa (Taulukko 8) havaittiin tutkimuksessa tilastollisesti merkitsevä ero vähiten valmentajakokemusta omaavien valmentajien (ka 3,42) ja eniten valmentajakokemusta omaavien valmentajien (ka 3,72) välillä. Kokeneemmat valmentajat pitävät joukkueen sääntöjä ja valmentajan esimerkkiä kokemattomampia valmentajia tärkeämpänä pyrittäessä vaikuttamaan pelaajien nuuskaamiseen.

TAULUKKO 8. Valmentajakokemuksen yhteys joukkueen sääntöjen ja valmentajan esimerkin tärkeyden kokemiseen.

Faktori 2: Joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkillinen toiminta.					
Valmentaja-kokemus	N	ka	kh	Varianssi-analyysi	Monivertailu-testi (LSD)
0-5 vuotta	25	3,42	0,49	F= 2,971 df= 2,90 p= ,056	R1<R3* p= .017
6-10 vuotta	38	3,57	0,51		
Yli 10 vuotta	30	3,72	0,32		
Yhteensä	93	3,58	0,46		

* p<.05; ** p<.01; *** p<.001
Varianssit eri suuret. (Levene <.05)

Valmentajien asennoitumisessa nuuskaamiseen puuttumiseen (Taulukko 9) havaittiin eri valmentajaryhmien välillä tilastollisesti merkitseviä eroja. Vähiten valmennuskokemusta omaavat valmentajat (ka 3,27) eivät pidä nuuskaamiseen puuttumista tilastollisesti merkitsevästi yhtä tärkeänä kuin 6-10 vuotta valmentaneet (ka 3,59) ja yli 10 vuotta valmentaneet (ka 3,57).

TAULUKKO 9. Valmentajakokemuksen yhteys nuuskaamiseen puuttumisen tärkeyden kokemiseen.

Faktori 3: Nuuskaamiseen puuttuminen					
Valmentaja-kokemus	N	ka	kh	Varianssi-analyysi	Monivertailu-testi (LSD)
0-5 vuotta	25	3,27	0,67	F= 3,359 df= 2,92 p= ,039	R1<R2* p= .019 R1<R3* p= .029
6-10 vuotta	37	3,59	0,49		
Yli 10 vuotta	33	3,57	0,40		
Yhteensä	95	3,50	0,53		

* p<.05; ** p<.01; *** p<.001

Nuuskan vaikutukset terveyteen ja suorituskykyyn -faktorissa (faktori 4) ei havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja eri valmennuskokemusta omaavien valmentajaryhmien keskiarvojen välillä.

10.3.1.4 Valmentajakoulutus

Valmennuskursseille osallistuneiden ja ei-osallistuneiden valmentajien välillä tutkimuksessa havaittiin tilastollisesti melkein merkitsevä ero ($p < ,05$) toisen asennefaktorin kohdalla (Taulukko 10). SJL:n valmennuskursseille osallistuneet valmentajat (ka 3,61) kokevat joukkueen säännöt ja valmentajan roolin valmennuskursseja ei-käyneitä valmentajia (ka 3,32) tärkeämmäksi pyrittäessä vaikuttamaan pelaajien nuuskaamiseen.

TAULUKKO 10. Valmennuskurssien yhteys joukkueen sääntöjen ja valmentajan esimerkin tärkeyden kokemiseen.

Faktori 2. Joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkillinen toiminta.				
Käynyt kursseja	N	ka.	Kh.	Df= 92 t= 2,043 p= .044*
Kyllä	83	3,61	0,43	
Ei	11	3,32	0,61	
Yhteensä	94	3,47	0,52	

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

10.3.1.5 Valmentajan nuuskaaminen

Tutkimuksessa valmentajat jaettiin nuuskaamistapojen perusteella kahteen ryhmään ei-nuuskaaviin ja nuuskaaviin. Nuuskaaviksi valmentajiksi luettiin sekä säännöllisesti että satunnaisesti nuuskaa käyttävät. Ei-nuuskaavien ryhmään kuuluivat ei-käyttäjät sekä nuuskaamisen lopettaneet valmentajat.

Nuuskaavien ja ei-nuuskaavien valmentajien asenneväittämien keskiarvojen välillä (Taulukko 11) tutkimuksessa havaittiin ensimmäisen asennefaktorin kohdalla tilastollisesti merkitsevä ($p < .01$) ero. Ei-nuuskaavat valmentajat (ka 3,24) suhtautuvat nuuskaavia valmentajia (2,74) myönteisemmin SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevään toimintaan.

TAULUKKO 11. Valmentajan nuuskaamisen yhteys asennoitumiseen SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevään toimintaan.

Faktori 1. SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevä toiminta.				
Nuuskaaminen	N	ka.	kh.	df= 90
Kyllä	13	2,74	0,46	t= -3,478
Ei	79	3,24	0,48	p= .001 **
Yhteensä	92	2,99	0,47	

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Toisen asennefaktorin kohdalla (Taulukko 12) tutkimuksessa havaittiin ei-nuuskaavien ja nuuskaavien valmentajien välillä tilastollisesti melkein merkitsevä ero ($p < .05$). Ei-nuuskaavat valmentajat (ka 3,64) kokevat joukkueen säännöt ja valmentajan roolin nuuskaavia valmentajia (ka 3,26) tärkeämpänä pyrittäessä vaikuttamaan pelaajien nuuskaamiseen.

TAULUKKO 12. Valmentajan nuuskaamisen yhteys joukkueen sääntöjen ja valmentajan roolin tärkeyden kokemiseen.

Faktori 2. Joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkillinen toiminta.				
Nuuskaaminen	N	ka.	kh.	df= 15,640
Kyllä	14	3,26	0,56	t= -2,377
Ei	80	3,64	0,41	p= .031 *
Yhteensä	94	3,45	0,49	

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Kolmannen asennefaktorin kohdalla (Taulukko 13) tutkimuksessa havaittiin tilastollisesti suuntaa antava ($p < 0,1$) ero ei-nuuskaavien ja nuuskaavien valmentajien välillä. Ei-nuuskaavat valmentajat (ka 3,54) kokevat nuuskaavia valmentajia (ka 3,23) tärkeämpänä puuttua pelaajien nuuskaamiseen.

TAULUKKO 13. Valmentajan nuuskaamisen yhteys valmentajan asenteisiin pelaajien nuuskaamiseen puuttumiseen.

Faktori 3. Nuuskaamiseen puuttuminen.				
Nuuskaaminen	N	Ka.	kh.	Df= 94
Kyllä	13	3,23	0,50	t= -2,069
Ei	83	3,54	0,52	p= .055

* p<.05; ** p<.01; *** p<.001

Nuuskan vaikutukset terveyteen ja suorituskykyyn -faktorin (faktori 4) kohdalla ei tutkimuksessa havaittu valmentajan nuuskaamisella olevan yhteyttä valmentajien asenteisiin.

10.3.2 Paikkakuntaokohtaiset tekijät

Paikkakuntaokohtaisista tekijöistä tutkimuksessa tutkittiin urheiluseuran kotipaikkakunnan maantieteellisen sijainnin ja urheiluseuran kotipaikkakunnan koon (asukasmäärä) yhteyttä valmentajien asenteisiin nuuskaa kohtaan.

10.3.2.1 Maantieteellinen sijainti

Maantieteellisellä sijainnilla ei tutkimuksessa havaittu olevan yhteyttä valmentajien asenteisiin nuuskaa kohtaan yhdessäkään neljästä faktorista.

10.3.2.2 Koko (asukasmäärä)

Asennoitumisessa nuuskan vaikutuksiin terveyteen ja suorituskykyyn (Taulukko 14) havaittiin tutkimuksessa tilastollisesti suuntaa antava ($p < 0.1$) yhteys paikkakunnan koon ja valmentajien asenteiden välillä. Suurkaupungeissa

valmentavat valmentajat (ka 3,76) asennoituvat nuuskan vaikutuksiin terveyteen ja suorituskyykyyn vakavammin kuin pienimmillä paikkakunnilla valmentavat valmentajat (ka 3,48).

TAULUKKO 14. Paikkakunnan koon yhteys valmentajien asennoitumiseen nuuskan vaikutuksiin terveyteen ja suorituskyykyyn.

Faktori 4: Nuuskan vaikutukset terveyteen ja suorituskyykyyn					
Asukasmäärä	N	Ka	kh	Varianssi-analyysi	Monivertailu-testi (LSD)
Alle 10000	14	3,48	0,57	F= 2,251 df= 3, 86 p= .088	R1<R4 * p= .039
10000-29999	26	3,57	0,39		
30000-79999	20	3,76	0,33		
80000 ->	30	3,76	0,39		
Yhteensä	87	3,66	0,42		

* p<.05; ** p<.01; *** p<.001

Muiden faktorien kohdalla ei tutkimuksessa havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja eri valmentajaryhmien keskiarvojen välillä.

10.3.3 Joukkuekohtaiset tekijät

Joukkuekohtaisiin tekijöihin tutkimuksessa kuuluivat joukkueen ikätaso, joukkueen sarjataso, urheiluseuran koko (juniorimäärä) sekä urheiluseuran Nuori Suomi sinettiseura -jäsenyys. Voimakkaimmat yhteydet valmentajien asenteisiin olivat joukkueen sarjatasolla ja urheiluseuran koolla.

10.3.3.1 Ikätaso

Joukkueen ikätasolla ei tutkimuksessa havaittu olevan yhteyttä valmentajien asenteisiin nuuskaa kohtaan. B- ja C-juniorien valmentajien tutkimuksessa

saamien asennepistemäärien välillä ei havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja vaan pistemäärät ovat hyvin lähellä toisiaan.

10.3.3.2 Sarjataso

Tutkittaessa varianssianalyysin avulla joukkueen sarjatason yhteyttä valmentajien asenteisiin nuuskaa kohtaan (Taulukko 15) havaittiin eri valmentajaryhmien välillä tilastollisesti merkitsevä ero. Korkeimmalla sarjatasolla eli SM-sarjassa toimivat valmentajat (ka 3,70) kokevat joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkin tilastollisesti merkitsevästi tärkeämpänä kuin 2-divisioonassa tai alemmissa sarjoissa valmentavat valmentajat (ka 3,40). Lisäksi 1-divisioonatasolla valmentavat valmentajat (ka 3,67) kokevat joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkillisen toiminnan tilastollisesti melkein merkitsevästi tärkeämpänä kuin alemmien sarjojen valmentajat.

TAULUKKO 15. Sarjatason yhteys joukkueen sääntöjen ja valmentajan esimerkin tärkeyden kokemiseen.

Faktori 2: Joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkillinen toiminta.					
Sarjataso	N	ka	kh	Varianssi-analyysi	Monivertailu-testi (LSD)
SM-sarja	29	3,70	0,35	F= 4,629 df= 2, 91 p= ,012	R1<R3 ** p= .008 R2<R3 * p= .015
1-divisioona	30	3,67	0,35		
2-divisioona tai alempi	35	3,40	0,56		
Yhteensä	92	3,58	0,46		

* p<.05; ** p<.01; *** p<.001

Ryhmien varianssit erisuuret (Levene, p<.05).

10.3.3.3 Urheiluseuran juniorimäärä

Tutkittaessa varianssianalyysin avulla urheiluseuran juniorimäärän yhteyttä valmentajien asenteisiin nuuskaa kohtaan (Taulukko 16) havaittiin tutkimuksessa juniorimäärältään eri suuruisten seurojen valmentajien välillä tilastollisesti merkitsevä ero ($p < .01$). Juniorimäärältään suurimpaan ryhmään kuuluvien seurojen (400 tai yli) valmentajat (ka 3,72) kokevat joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkin tärkeämpänä kuin juniorimäärältään keskisuurien urheiluseurojen (200-399) valmentajat (ka 3,36).

TAULUKKO 16. Urheiluseuran juniorimäärän yhteys joukkueen sääntöjen ja valmentajan esimerkin tärkeyden kokemiseen.

Faktori 2: Joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkillinen toiminta.					
Juniorimäärä	N	ka	kh	Varianssi-analyysi	Monivertailu-testi (LSD)
Alle 200	24	3,57	0,48	F= 4,760 df= 2, 80 p= .011	R2<R3 ** p= .003
200 – 399	30	3,36	0,52		
400 tai yli	29	3,72	0,35		
Yhteensä	83	3,55	0,47		

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

10.3.3.4 Nuori Suomi sinettiseurajäsenyys

Urheiluseuran Nuori Suomi sinettiseurajäsenyydellä ei tutkimuksessa havaittu olevan yhteyttä valmentajien asenteisiin nuuskaa kohtaan millään faktorilla. Valmentajien keskiarvojen välillä ei ole havaittavissa lähes ollenkaan eroja, joten sinettiseurojen valmentajat ja ei-sinettiseurojen valmentajat eivät eroa nuuskaan kohdistuvilta asenteiltaan toisistaan.

10.4 Valmentajien terveystasvatusaktiivisuus

Kolmantena tutkimusongelmana oli selvittää kuinka aktiivisia valmentajat ovat terveystasvatukseen liittyvissä asioissa joukkueissaan. Valmentajien terveystasvatusaktiivisuutta tutkittiin kyselylomakkeessa kahdeksan muuttujaa sisältäneellä osiolla. Asteikko oli viisiportainen, jossa vastaukset pisteytettiin yhdestä viiteen.

Tarkasteltaessa valmentajien antamien vastausten jakaumia (Taulukko 17, sivu 61) voidaan havaita, että pelaajien terveyteen liittyvissä asioissa valmentajat ovat aktiivisimpia keskustelemaan pelaajiensa kanssa heidän yleisestä terveydentilastaan. Yli neljäsosa (27,8 %) valmentajista ilmoitti keskustelelevansa kyseisestä asiasta pelaajiensa kanssa viikoittain tai useammin ja yhteensä yli 75 % valmentajista ilmoitti keskustelelevansa pelaajiensa yleisestä terveydentilasta vähintään parin kuukauden välein. Ainoastaan 5,2 % valmentajista ilmoitti, ettei ole keskustellut kertaakaan kuluvan kauden aikana pelaajiensa kanssa heidän terveydentilastaan.

Nuuskan käytöstä ja sen terveyshaitoista valmentajat ilmoittivat keskustelelevansa yleisimmin kerran pelikaudessa. Tämän perusteella voidaan päätellä, että useimmilla valmentajilla on ilmeisesti tapana pitää nuuskaan liittyvä tietoisku pelaajilleen kerran kauden aikana.

Tutkimukseen osallistuneista valmentajista 43,3 % ilmoitti, ettei hänen joukkueensa pelaajista yksikään käytä nuuskaa. Verrattaessa kyseistä lukua terveystasvatusaktiivisuusmittarin väitteiden 6 ja 8 vastausten jakaumiin huomataan, että valmentajista noin 5 % ei ole puuttunut pelaajiensa nuuskan käyttöön tai ehdottanut heille nuuskaamisen lopettamista kuluneen kauden aikana. Lähes sama määrä eli 7,2 % valmentajista ei ole myöskään keskustellut pelaajiensa kanssa nuuskankäytöstä ja sama noin 5 % valmentajista ei näytä olleen kiinnostunut pelaajiensa yleisestä terveydentilasta. Tulosten perusteella näyttää siltä, että noin 5 % valmentajista kuuluu niin sanottuun passiivisten

valmentajien osastoon, jotka eivät koe velvollisuudekseen huolehtia pelaajiensa terveyteen liittyvistä asioista.

TAULUKKO 17. Valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden vastausten frekvenssit sekä prosentuaaliset jakaumat.

Muuttuja	(N), %	Viikoittain tai useammin	Kerran kuukaudessa	Parin kk:n välein	Kerran pelikaudessa	En koskaan
1 Keskustellut pelaajien kanssa nuuskan käytöstä	(96) 99,0%	(5) 5,2%	(23) 23,7%	(25) 25,8%	(36) 37,1%	(7) 7,2%
2 Keskustellut pelaajien kanssa nuuskan terveyshaitoista	(95) 97,9%	(2) 2,1%	(15) 15,5%	(15) 15,5%	(48) 49,5%	(15) 15,5%
3 Jakanut pelaajille terveisiin elämäntapoihin liittyvää materiaalia	(95) 97,9%	- -	(6) 6,2%	(17) 17,5%	(37) 38,1%	(35) 36,1%
4 Keskustellut muiden valmentajien kanssa pelaajien nuuskankäyttöön liittyvistä asioista	(95) 97,9%	(3) 3,1%	(15) 15,5%	(18) 18,6%	(38) 39,2%	(21) 21,6%
5 Keskustellut pelaajien vanhempien kanssa nuuskankäyttöön liittyvistä asioista	(96) 99,0%	- -	(5) 5,2%	(11) 11,3%	(46) 47,4%	(34) 35,1%
6 Puuttunut pelaajien nuuskankäyttöön	(94) 96,9%	(5) 5,2%	(10) 10,3%	(14) 14,4%	(18) 18,6%	(47) 48,5%
7 Keskustellut pelaajien kanssa heidän terveydentilastaan, poissulkien urheiluvammat	(95) 97,9%	(27) 27,8%	(24) 24,7%	(25) 25,8%	(14) 14,4%	(5) 5,2%
8 Ehdottanut pelaajille nuuskankäytön lopettamista	(95) 97,9%	(4) 4,1%	(18) 18,6%	(9) 9,3%	(16) 16,5%	(48) 49,5%

Terveyskasvatusaktiivisuusmittarin yhteydessä valmentajille esitettiin kaksi lisäkysymystä, joihin vastaaminen tapahtui asenneväittämien tapaan

viisiportaisella asteikolla. Kysymyksen 22 "Nuuskankäyttö on mielestäni ongelma joukkueessani" kanssa täysin eri mieltä oli 67 % valmentajista ja osittain eri mieltä 18,6 % valmentajista. 11,3 % valmentajista oli osittain eri mieltä ja ainoastaan 2 % valmentajista koki nuuskankäytön olevan ongelma joukkueessaan. Kysymyksen 23 "Olisin valmis puuttumaan useammin pelaajieni nuuskankäyttöön, mikäli asia olisi ajankohtainen joukkueessani" kanssa täysin eri mieltä oli yksi valmentaja ja osittain eri mieltä oli myös yksi valmentaja. Täysin samaa mieltä oli selvästi suurin osa valmentajista eli 83,5 % ja osittain samaa mieltä 12,4 % valmentajista.

10.5 Valmentajien nuuska-asenteiden ja pelaajien nuuskankäytön yhteys valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuteen

Neljäntenä tutkimusongelmana oli selvittää, ovatko pelaajien nuuskankäytön yleisyys ja valmentajien asenteet nuuskaa kohtaan yhteydessä valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuteen.

10.5.1 Pelaajien nuuskankäytön yhteys valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuteen

Tutkimuksessa havaittiin valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden ja pelaajien nuuskankäytön olevan yhteydessä toisiinsa. Pearsonin korrelaatiokertoimen arvoksi tutkimuksessa saatiin .454, joka tarkoittaa kohtalaista positiivista korrelaatiota. Korrelaatio on tilastollisesti erittäin merkitsevä ($p < .001$). Positiivinen korrelaatio kertoo valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden lisääntyvän pelaajien nuuskankäytön yleistymisen myötä. Pearsonin korrelaatiokertoimen arvo ei kuitenkaan ole merkittävän korkea, vaan se selittää ainoastaan 20,6 % muuttujien vaihtelusta toisiinsa nähden.

Havaitun korrelaatiokertoimen perusteella päätettiin pelaajien nuuskankäytön ja valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden yhteyttä tutkia myös varianssianalyysin avulla (Taulukko 18). Varianssianalyysin p-arvo osoittaa, että pelaajien nuuskankäytöllä ja valmentajien terveyskasvatusaktiivisuudella on tilastollisesti erittäin merkitsevä ($p < .001$) yhteys. η^2 -kertoimen arvo .22 kertoo, että pelaajien nuuskankäytön yleisyys selittää 22 % valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden vaihtelusta. LSD -monivertailutesti osoittaa, että joukkueissa joissa on nuuskaavia pelaajia valmentajat ovat tilastollisesti erittäin merkitsevästi aktiivisempia terveyskasvatuksellisesti.

TAULUKKO 18. Pelaajien nuuskankäytön yhteys valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuteen.

Nuuskaavien pelaajien määrä	N	ka	Kh	Varianssi-analyysi	Monivertailu-testi (LSD)
0 %	38	15,97	4,48	F= 12,299 df= 2, 86 p= .000	R1<R2*** p= .000
1-20 %	31	20,87	4,91		R1<R3*** p= .000
Yli 20 %	20	21,90	6,16		
Yhteensä	89	19,01	5,65		

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Varianssit eri suuret (Levene $< .05$)

10.5.2 Valmentajien nuuska-asenteiden yhteys valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuteen

Valmentajien nuuskaan kohdistuvien asenteiden yhteyttä terveyskasvatusaktiivisuuteen tutkittiin Pearsonin korrelaatiokertoimen avulla (Liite 5). Tutkimuksessa ei havaittu yhdenkään asennefaktorin korreloivan tilastollisesti merkitsevästi valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuden kanssa. Tulosten perusteella voidaan todeta, että valmentajien asenteet eivät ole yhteydessä valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuteen.

11 POHDINTA

Tutkimuksen tärkeimpänä tavoitteena oli selvittää jääkiekkovalmentajien asenteita nuuskaa kohtaan, niihin yhteydessä olevia taustatekijöitä sekä jääkiekkovalmentajien terveyskasvatusaktiivisuutta. Lisäksi pyrittiin selvittämään vaikuttavatko valmentajien asenteet ja pelaajien nuuskankäytön yleisyys valmentajien terveyskasvatusaktiivisuuteen.

11.1 Aineisto ja menetelmä

Tutkimuksen aineistoksi valittiin B- ja C-juniorien valmentajat kautta koko maan, koska tutkimusten mukaan kyseisissä ikäluokissa nuuskakokeilut ja nuuskankäyttö yleistyvät huomasti. Käytetyllä otantamenettelyllä otos pyrittiin saamaan mahdollisimman kattavaksi sekä ikätasollisesti, sarjatasollisesti että maantieteellisesti. Otokoko (160) olisi tutkimuksessa pitänyt olla suurempi, jotta vastauksia olisi palautettu enemmän ja aineiston kokoa (N = 97) olisi saatu suuremmaksi.

Kyselyt lähetettiin vastaajille helmi-maaliskuun aikana, jolloin osalla valmentajista kausi oli jo päättynyt ja osalla se oli vielä kesken. Ajankohta oli todennäköisesti varsin onnistunut, sillä muistiharhan aiheuttamia vääristymiä aineistoon ei varmastikaan tullut. Hiihtolomien ajoittuminen kyselyn kanssa samalle ajankohdalle saattoi osaltaan vaikuttaa vastaamisaktiivisuuteen. Muistutukset postitettiin vastaamatta jättäneille kuitenkin vasta hiihtolomien jälkeen, joten hiihtoloman vaikutus vastausaktiivisuuteen oli varmasti vähäinen. Valmentajien vastausaktiivisuutta voidaan tutkimuksessa kuitenkin pitää hyvänä.

Tutkimuksessa käytettiin itse laadittua mittaria, jonka pohjana osittain käytettiin Hornin ym. (2000) tutkimuksessaan käyttämää mittaria. Asennemittarin kohdalla

sisäinen johdonmukaisuus jäi neljännen asennefaktorin kohdalla alhaiseksi. Asennefaktorit muodostuivat melko pitkälti sen mukaisiksi kuin asenneväittämiä laadittaessa oli ajateltu, joten tältä osin mittari mittasi sitä mitä oli tarkoituskin. Valmentajien terveystieteiden tutkimusmittarin kohdalla sisäinen johdonmukaisuus oli vähintään tyydyttävää tasoa. Asennemittaria tulisi jatkossa kehittää lisäämällä asenneväittämien määrää ja muokkaamalla niiden kielellistä asua, sillä joitakin asenneväittämiä jouduttiin poistamaan vastausten tulkintavaikkeuksien vuoksi. Kyselylomaketta olisi tullut testata vielä enemmän, jotta tulkintavaikkeuksilta olisi voitu välttyä ja mahdollisesti tutkimuksen luotettavuutta olisi saatu parannettua.

11.2 Tutkimustulosten tarkastelua

Valmentajien asenteet nuuskaa kohtaan osoittautuivat tutkimuksessa erittäin nuuskanvastaisiksi eli valmentajien asenteita voidaan pitää pelaajien nuuskankäytön ehkäisemisen kannalta hyvin myönteisinä. Faktorianalyysin perusteella muodostettujen asenneulottuvuuksien kohdalla valmentajien asenteet olivat nuuskanvastaisimmat nuuskan terveyteen ja suorituskykyyn aiheuttavien vaikutusten kohdalla. Tosin kyseisen asenneulottuvuuden reliabiliteetti ($\alpha = .54$) jäi tutkimuksessa varsin alhaiseksi, mikä vähentää tuloksen luotettavuutta. Epäilevimmät ja kriittisimmät asenteet valmentajilla kohdistuivat Suomen jääkiekkoliiton nuuskaamista ennaltaehkäiseviin toimiin. Voidaankin todeta, että SJL:n päätös kieltää nuuskankäyttö kilpailutoimintansa yhteydessä ei saa valmentajilta täyttä tukea, eikä kiellon tehokkuuteen löydy uskoa valmentajien taholta. Myönteisenä asiana voidaan todeta, että nuuskaa käyttävistä valmentajista ainoastaan yksi ilmoitti käyttävänsä pelaajiensa nähden, kun vastaavasti yhdysvaltalaisvalmentajista peräti 36 % ilmoitti käyttävänsä pelaajiensa nähden.

Tutkimuksen taustamuuttujista valmentajien nuuska-asenteisiin oli merkittävimmin yhteydessä valmentajakokemus sekä valmentajan oma

nuuskankäyttö. Kokeneempien valmentajien asenteet olivat huomattavasti nuuskankäyttöä vastustavampia kuin kokemattomampien valmentajien asenteet. Eroa voi selittää sillä, että kokemattomammille valmentajille tärkeämpää on menestys ja pelaajien taitojen kehittäminen, kun sen sijaan kokeneet valmentajat näkevät osaksi valmennustoimintaa pelaajien terveellisten elämäntapojen vaalimisen. Tässä tutkimuksessa havaittu valmentaja-kokemuksen yhteys valmentajien asenteisiin tukee myös aiempien tutkimusten tuloksia. Nuuskaa käyttävät valmentajat osoittautuivat tutkimuksessa asenteiltaan selvästi myötämielisemmiksi nuuskaa kohtaan kuin ei-nuuskaavat valmentajat. Nuuskaavat valmentajat eivät koe omaa esimerkkiään ja toimintaansa merkitykselliseksi pyrittäessä ehkäisemään pelaajien nuuskankäyttöä. Tuloksessa näkyy selvä yhteys ajatusmalliin, minkä hyväksyn omassa käytöksessäni sen hyväksyn myös muiden käytöksessä.

Tarkasteltaessa valmentajien terveystasvatusaktiivisuutta voidaan huomata, että valmentajat eivät kovinkaan aktiivisesti puutu pelaajien nuuskaamiseen tai keskustele asiasta pelaajiensa kanssa verrattuna aktiivisuuteen keskustella vaikka pelaajien yleisestä terveydentilasta. Yhdysvaltalaisiin valmentajiin verrattuna suomalaiset jääkiekkovalmentajat ovat kuitenkin selvästi aktiivisempia, sillä yhdysvaltalaisista valmentajista 25 % ei ollut opastanut valmennettaviaan nuuskan haitallisista vaikutuksista kertaakaan, kun vastaava luku tässä tutkimuksessa oli 15,5 % (Horn ym. 2000). On ymmärrettävää, että mikäli pelaaja on sairas on hänen pelaamisensa terveydelle vaarallista, mutta niin on nuuskankäyttökin ja silti valmentajat eivät liiemmin käytä aikaansa pelaajien nuuskankäytönhaitoista valistamiseen. Todennäköinen syy on, että pelaajien nuuskankäyttöä ei koeta ongelmaksi, kuten lähes kaikki valmentajat ilmoittivat, koska siitä ei ole näkyvää haittaa joukkueen pelaamiselle. Mikäli valmentajat kokisivat nuuskankäytön aiheuttavan haittaa joukkueen toiminnalle ja etenkin pelaajien suorituksille siihen varmasti myös puututtaisiin enemmän.

Valmentajien terveystasvatusaktiivisuus lisääntyi sen mukaan mitä enemmän joukkueessa oli nuuskaavia pelaajia. Kyseistä tulosta voidaan pitää erittäin positiivisena asiana valmentajien sekä pelaajien terveyden kannalta ja se osaltaan tukee tutkimuksen myönteisiä tuloksia valmentajien asenteiden

kohdalla. Vaikuttaa siltä, että valmentajat tarkkailevat pelaajiensa nuuskankäyttöä ja osaavat myös reagoida havaintojensa perusteella sekä ottaa asian tarvittaessa esiin pelaajiensa kanssa.

11.3 Johtopäätökset

Yleisinä johtopäätöksinä voidaan todeta, että valmentajien asenteet nuuskaa kohtaan ovat terveyden edistämisen kannalta positiivisia. Sen sijaan valmentajien terveyskasvatusaktiivisuudessa on parantamisen varaa etenkin pelaajien nuuskankäytön ennaltaehkäisemisen kannalta. On hyvä asia, että valmentajien terveyskasvatusaktiivisuus kasvaa pelaajien nuuskankäytön lisääntyessä, mutta toiminta nuuskankäytön ehkäisemiseksi olisi syytä aloittaa ennen kuin kukaan pelaajista käyttää. Valmentajien kohdalla tulisi keskittyä siihen, että pelaajien nuuskaaminen koettaisiin jatkossa ongelmaksi ja pelaajien terveyttä uhkaavaksi häiritseväksi. Tällä tavoin valmentajat saataisiin mahdollisesti tehokkaammin puuttumaan pelaajien nuuskaamiseen ja ottamaan asian esille joukkueen pelaajien kanssa.

SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevien toimien kannalta tutkimus nosti esiin sen seikan, että kielloilla ei välttämättä ole kovinkaan suurta merkitystä tai tehoa. Mikäli kiellon kannalta tärkeässä valvojan roolissa olevat valmentajat asennoituvat kriittisesti kieltoon, ei sillä voi olla kovinkaan suurta merkitystä itse joukkueissa ja jäähalleilla. Jatkossa SJL:n valmentajakoulutuksessa tulisi pyrkiä opastamaan valmentajia nuuskan terveydellisistä häiritseväisistä vaikutuksista niin, että he saisivat valmiudet opastaa pelaajiaan tehokkaasti jo ennen mahdollisia nuuskakokeiluja ja asennoituisivat nuuskaan merkittävänä terveyshaittana. Vaikka valmennuskurssien sisältöön ei ole kuulunutkaan tähän mennessä nuuskaan liittyvää koulutusta näyttää koulutuksella kuitenkin olevan positiivisia vaikutuksia valmentajien asenteisiin nähden. Koulutuksessa tulisi valmentajille korostaa terveiden elämäntapojen olevan keskeinen osa urheiluharrastusta. Menestyksen ja taitojen oppiminen on tärkeintä vasta aivan huipputasolla, jossa

pelaa kuitenkin vain pieni osa jääkiekon harrastajista. Oikein suunnatun koulutuksen avulla myös kokemattomampien valmentajien asenteet olisi mahdollista saada suuntautumaan nuuskan vastaisemmiksi kuten kokeneemmilla valmentajilla.

11.4 Jatkotutkimusehdotukset

Jatkossa samaa tutkimusasetelmaa olisi mahdollista käyttää myös muiden lajien valmentajien kohdalla. Tämä onnistuisi ottamalla samaan aineistoon mukaan eri lajien valmentajia tai sitten tutkimalla pelkästään jonkun muun lajin valmentajien, kuten jalkapallon, asenteita ja terveyskasvatusaktiivisuutta. Tässä tutkimuksessa käytettyä asennemittaria tulee kuitenkin kehittää ennen kuin sitä kannattaa jatkossa käyttää. Mielenkiintoista olisi myös tutkia valmentajien asenteita ja toimia nuuskaa kohtaan pelaajien mielipiteiden ja asenteiden valossa. Mikä on pelaajien asenne nuuskan käyttöön ja erilaisiin toimiin nuuskankäytön kitkemiseksi pois jääkiekkoilusta? Tutkimuksen tekeminen käyttämällä aineistonkeruumuotona osallistuvaa havainnointia saattaisi tuoda esiin uusia mielenkiintoisia tutkimustuloksia. Mikäli SJL suunnitelmiensa mukaan sisällyttää valmentajakoulutukseensa myös terveyden edistämiseen liittyvää koulutusta olisi koulutuksen vaikutuksissa ja valmentajien asennoitumisessa siihen myös tutkittavaa.

LÄHTEET

- Ahvenjärvi, E. & Ala-Porkkunen, V-P. 1989. Luokanopettajien ja juniorivalmentajien liikuntakasvatusasenteet ja liikuntakasvatustavoitteiden painotukset. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Opettajankoulutuslaitos. Jyväskylän yliopisto.
- Ainamo, A. & Lahtinen, A. 2000. Nuuskan aiheuttama voimakas nikotiini-riippuvuus maailmanlaajuinen huolenaihe. Suomen hammaslääkärilehti 7, 968.
- Airaksinen, T. 1994. Arvojen yhteiskunta. Juva: WSOY.
- Allardt, E. 1983. Sosiologia 1. Juva: WSOY.
- Baranowski, T., Perry, C. L. & Parcel, G. S. 1997. How Individuals, Environments, and Health Behaviour Interact. Teoksessa K. Glanz, F. M. Lewis & B. K. Rimer (toim.) Health Behaviour and Health Education, Theory, Research and Practise. San Francisco (Calif.): Jossey Bass.
- Bolinder, G. M., Ahlborg, B. O. & Lindell, J.H. 1992. Use of Smokeless Tobacco: Blood Pressure Elevation and other Health Hazards found in a Large-scale Population Survey. Journal of Internal Medicine 1992: 232, 327-334.
- Bolinder, G., Alfredsson, L., Englund, A. & de Faire, U. 1994. Smokeless Tobacco Use and Increased Cardiovascular Mortality among Swedish Construction Workers. American Journal of Public Health 84, 399-404.
- Bronfenbrenner, U. 1981. The Ecology of Human Development. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.
- Edwards, S. W., Glover, E. D. & Schroeder, K. L. 1987. The Effects of Smokeless Tobacco on Heart Rate and Neuromuscular Reactivity in Athletes and Nonathletes. The Physician and Sportmedicine 15, 141-146.
- Ernster, V., Grady, D., Greene, J., Walsh, M., Robertson, P., Daniels, T. Benowitz, N., Siegel, D., Gerbert, B. & Hauck, W. 1990. Smokeless Tobacco and Health Effects among Baseball Players. Journal of the American Medical Association 264, 218-224.
- Heikkilä, T. 1998. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita.

- Heinara, I. 1999. Nuuska kiehtoo nuoria. *Syöpä: Syöpäjärjestöjen aikakauslehti* 1999: 5, 10-11.
- Horn, K. A., Maniar, S. D., Dino, G. A., Xin, G. & Meckstroth, R. L. 2000. Coaches' Attitudes toward Smokeless Tobacco and Intentions to Intervene with Athletes. *Journal of School Health* 70; 3, 89-94.
- Hotti, P. 1998. Juniorivalmentajien kasvatusasenteet Suomen palloliiton Kaakkois-Suomen piirissä. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Chydenius -Instituutti. Jyväskylän yliopisto.
- Jokivuori, P. & Vainio, T. 1990. Sosiologian perusteet. Helsinki: Kirjayhtymä oy.
- Karvonen, J. 1970. Opettajien asenteet, odotukset ja oppimistulokset jatkokoulutuksessa 1. Kasvatustieteiden tutkimuslaitos. Jyväskylän yliopisto.
- Karvonen, J.S., Rimpelä, A.H. & Rimpelä, M. 1995. Do Sport Clubs Promote Snuff Use? Trends among Finnish Boys between 1981 and 1991. *Health Education Research* 10 (2), 147-154.
- Korhonen, J. 1998. Terveyskasvatuksen ja terveystiedon opetussuunnitelmat sekä näkökohtia niiden kehittämiseksi. Terveystieteiden laitoksen julkaisusarja 8/1998. Jyväskylän yliopisto.
- Koskinen, L. 1993. Mikä on oikein? Etiikan käsikirja. Suom. T. Lehtinen. Helsinki: Lasten keskus oy.
- Kukkonen, J. 1990. Valmennus on kasvatusta! Teoksessa J. Westergård & H. Itkonen (toim.) Lapsi ja nuori urheiluseurassa. Turku: Työväen Urheiluliitto, 59-65.
- Kymi-Saimaa aluekirja 2001-2002. Helsinki: Suomen jääkiekkoliitto.
- Käsis. Suomen käsipalloliiton tiedotuslehti. 2000: 2, 9.
- Laaksonen, M. 1996. Nuuska ja sen vaikutukset terveyteen. *Suomen lääkäri* 51, 2010-2016.
- Laukkanen, O., Lühr, S. & Salpakivi, P. 1981. Perhe, varhaiskasvatus ja päivähoido. Helsinki: Otava.
- Merne, M. 2000. Nuorten nuuskankäyttö -haaste suun terveydenhuollolle. *Suomen hammaslääkäri* 7, 972-983.
- Merne, M. & Syrjänen, S. 2000. Nuuska. Helsinki: Terveys ry.
- Nuori Suomi tiimin ohjaajan opas 2. 1989. Helsinki: SVUL.
- Nuori Suomi ry. 2002. www.nuorisuomi.fi.

- Ojansivu, S. 1992. Valmentajan kasvatustavoitemittarin laatiminen. Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma. Liikuntakasvatuksen laitos. Jyväskylän yliopisto.
- Palo, L. 2002. Miljoonakerholaisia on tullut lisää. Kiekkolehti 2002: 4, 16.
- Pietilä, K. & Ahtee, L. 1999. Tupakointi ja nikotiiniriippuvuus. Duodecim 115, 237-239.
- Piha, T. 1989. Nuuska -terveyden vaarana. Elintarvike ja terveys 1989:1, 56-59.
- Rimpelä, A., Vikat, A., Rimpelä, M., Lintonen, T., Ahlström, S. & Huhtala, H. 1999. Nuorten terveystapatutkimus 1999. Tupakoinnin ja päihteiden käytön muutokset. Stakesin julkaisuja: aiheita 18/1999. Terveystieteen laitos. Tampereen yliopisto.
- Ringhofer, K. R. & Harding, M. E. 1996. Coaches' Guide to Drugs and Sport. Champaign, Ill: Human Kinetics.
- Rosenberg, M. J. & Hovland, C. I. 1969. Attitude Organization and Change. New Haven, Connecticut: Yale University Press.
- Saarinen, J. & Savenius, E. 1991. Liikunnanopettajiksi ja liikuntaan erikoistuvien luokanopettajiksi opiskelevien nuuskankäyttö. Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma. Liikuntakasvatuksen laitos. Jyväskylän yliopisto.
- Shields, D. & Bredemeier, B. 1995. Character Development and Physical Activity. Champaign, Ill: Human Kinetics.
- Soininen, M. 1991. Kasvatustieteellisen evaluaation perusteet. Avoimen korkeakouluopetuksen julkaisuja. Turun yliopiston täydennyskoulutuskeskus. Turku: Pallosalama oy.
- Suomen Jääkiekkoliiton eri ikäryhmien toiminnan ideologia. 2002. www.finhockey.fi.
- Uosukainen, J. 2000. Urheilulukiolaisten nuuskan käyttö. Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma. Liikuntakasvatuksen laitos. Jyväskylän yliopisto.
- Urponen, H., Aarva, P. & Nupponen, R. (toim.) 1991. Terveyskasvatus-
tutkimuksen vuosikirja 1991. Tutkimuksia 2/1991. Terveyskasvatuksen taustakäsitykset ja vaikuttavuuden tutkiminen, 11-25. Tampere: Sosiaali- ja terveyshallitus.
- Uutela, A. 1976. Asenteet ja ulkoinen käyttäytyminen. Sosiaalipsykologian laitoksen tutkimuksia. Helsingin yliopisto.

- Valkonen, T. 1981. Haastattelu- ja kyselyaineiston analyysi sosiaalitutkimuksessa. Helsinki: Gaudeamus.
- Virolainen, I. 2000. Urheilu – raitis ja reipas? Tutkimus urheilijoiden kokemuksista ja näkemyksistä alkoholien, tupakan ja nuuskan esiintymisestä urheilussa. Terveyskasvatuksen pro gradu -tutkielma. Terveystieteiden laitos. Jyväskylän yliopisto.
- Vuolle, P. 2000. Suomalainen huippu-urheilija ja alkoholin, tupakan ja nuuskan käyttö. Liikunta ja tiede 2000: 2, 4-9.
- Winn, D. M., Blot, W. J. & Shy, C. M. 1981. Snuff Dipping and Oral Cancer among Women in Southern United States. New England Journal of Medicine 1981 (304), 745-749.

LIITTEET

Liite 1. Tutkimuksen kyselylomake.....	73
Liite 2. Asenneväittämien vastausten frekvenssit.....	78
Liite 3. Asenneväittämien korrelaatiomatriisi.....	79
Liite 4. Asennefaktoreiden sisäiset korrelaatiot ja Cronbachin α -kertoimet	80
Liite 5. Asennefaktoreiden ja terveyskasvatusaktiivisuuden korrelaatiomatriisi.....	81

LIITE 1: Tutkimuksen kyselylomake

Jyväskylä 07.02.2002

ARVOISA VALMENTAJA

Olen liikuntatieteiden ylioppilas Jari Seppälä ja opiskelen Jyväskylän yliopistossa. Teen opintoihini kuuluvaa opinnäytetyötä yhteistyössä Suomen Jääkiekkoliiton kanssa. Työ käsittelee urheilussa/ jääkiekkoilussa esiintyvää nuuskan käyttöä. Työn tavoitteena on:

1. Selvittää jääkiekkovalmentajien asenteita nuuskan käyttöä kohtaan,
2. Selvittää joukkueiden nuuskaan liittyviä sääntöjä sekä
3. Selvittää valmentajien toimia pelaajille annettavan terveystieteen osalta.

Tutkimus toteutetaan valtakunnallisena postikyselynä B- ja C- juniorien valmentajille. Tutkimuksesta saatavaa tietoa tullaan käyttämään hyväksi kehitettäessä liiton ohjaaja- ja valmentajakoulutusta sekä terveystieteen ohjelmaa. Jotta tutkimuksesta saataisiin mahdollisimman suuri hyöty SJL toivoo, että tutkimukseen mukaan päässeinä valmentajana ensinnäkin vastaat ja toiseksi suhtaudut siihen suurella vakavuudella. Kyselyn luotettavuuden kannalta on tärkeää, että vastaat jokaiseen kysymykseen ja että vastaat omien tunteuksiesi ja käsityksiesi mukaisesti. Lomakkeen täyttämiseen sinulta kuluu aikaa noin 15-20 minuuttia.

Kaikki lomakkeen tiedot käsitellään luottamuksellisina. Lomakkeiden sisältämät tiedot tullaan käsittelemään ainoastaan tilastollisina kokonaisuuksina, ei yksittäisen valmentajan tasolla. Jos sinulla on jotakin kysyttävää kyselyyn liittyen, niin vastaan mielelläni. Yhteystietoni löydät alhaalta.

Pyydän sinua palauttamaan lomakkeen täytettynä oheisessa vastauskuoressa mahdollisimman pian. Kuitenkin viimeistään 28.02.2002. Postimaksu on maksettu puolestasi. Kiitos jo etukäteen myönteisestä suhtautumisestasi tutkimukseen!

Mikäli et enää toimi valmentajana, olisin kiitollinen jos toimittaisit tämän kirjeen valmentamasi joukkueen nykyiselle valmentajalle.

Jari Seppälä
Liik. yo.
Tutkimuksen tekijä
Puh. 040-502 3047, e-mail: jaseppal@st.jyu.fi

Kari Savolainen
Valmennuspäällikkö
Suomen jääkiekkoliitto

Väinö Varstala
Lehtori
Liikuntakasvatuksen laitos
Jyväskylän yliopisto

Vastaa kysymyksiin merkitsemällä ruksi (X) laatikkoon valitsemasi vaihtoehdon kohdalle ja/ tai kirjoita vastauksesi sille varatulle viivalle. Muistathan vastata kaikkiin kysymyksiin.

1. Sukupuoli: Mies Nainen
2. Ikä: _____ vuotta
3. Ammatti: _____
4. Peruskoulutus: Peruskoulu, keskikoulu, kansakoulu
 Keskiasteen koulu (ammattikoulu, opisto)
 Ylioppilas
 Ammattikorkeakoulu
 Yliopistotasoinen koulutus
5. Onko sinulla lapsia? Kyllä Ei
 Jos kyllä, niin minkä ikäisiä? _____
- Pelaako joku lapsistasi valmentamassasi joukkueessa? Kyllä Ei
6. Montako vuotta olet toiminut valmentajana? _____ v.
 Entä montako vuotta nykyisen joukkueesi valmentajana? _____ v.
7. Mitä junioreita valmennat tällä hetkellä? B-jun. C-jun.
 Entä millä sarjatasolla? SM-sarja 1-div. 2-div. Alempi
8. Mitä SJL:n valmennuskursseja olet suorittanut? LOK MOK SVK
 JVT1 JVT2 NVT1
 NVT2 MVT1 MVT2
 HVT
 Muita kursseja, mitä? _____
9. Millä SJL:n alueella seurasi toimii? (Länsirannikko, Keskimaa, jne.) _____
10. Paljonko seurasi kotipaikkakunnalla on asukkaita? Noin _____ asukasta.
11. Kuinka suuri urheiluseurasi on juniorimäärältään? Noin _____ junioria.
12. Onko seurasi Nuori Suomi -sinettiseura? Kyllä Ei En tiedä
13. Käytätkö nuuskaa? Kyllä En
 Jos kyllä, niin kuinka usein? Käytän päivittäin
 Käytän satunnaisesti
 Olen lopettanut
 Millä tavalla? Käytän pelaajieni nähden
 Pyrin käyttämään siten, että pelaajani eivät näe

14. Onko joukkueellasi nuuskan käyttöä koskevat säännöt? Kyllä Ei
 Jos kyllä, niin minkälaiset? (Pelimatkat, jäähalli, pukuhuone...)
 Jos ei, niin miksi ei?

Kuka on laatinut kyseiset säännöt? _____

Kuka valvoo sääntöjen noudattamista? _____

Mikä on seuraus sääntöjen rikkomisesta? _____

- Ovatko kaikki joukkueeseesi kuuluvat (pelaajat, johtohenkilöt, huoltajat) sitoutuneet kyseisten sääntöjen noudattamiseen? Kyllä Ei

15. Jääkiekkoliitto kielsi vuonna 2000 nuuskan käytön kilpailutoimintansa yhteydessä. Onko kielto aiheuttanut toimenpiteitä joukkueessasi? Kyllä Ei
 Jos kyllä, niin minkälaisia?
 Jos ei, niin miksi ei?

16. Montako pelaajaa valmentamaasi joukkueeseen kuuluu? _____ pelaajaa.

Entä monenko heistä arvioisit käyttävän nuuskaa? _____ pelaajaa.

17. Mitkä ovat mielestäsi tavallisimmat syyt (1-3) pelaajien nuuskan käyttöön?

18. Oletko puuttunut pelaajiesi nuuskan käyttöön? Kyllä En
 Jos kyllä, niin millä tavalla ja millaisissa tilanteissa?
 Jos et, niin miksi et?

19. Mitkä asiat haittaavat terveellisiin elämäntapoihin liittyvää kasvatusta joukkueessasi?
Merkitse (X) jokaiselta riviltä se vaihtoehto, joka parhaiten vastaa omaa käsitystäsi.

	Täysin eri mieltä	Osittain eri mieltä	Osittain samaa mieltä	Täysin samaa mieltä	En osaa sanoa
1 Eivät mitkään, pystyn keskustelemaan em. asioista helposti pelaajieni kanssa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Itselläni ei ole riittävästi tietoa/ taitoa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Pelaajat eivät kuuntele minua em. asioissa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Terveysvalistus vie aikaa pois harjoittelulta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Kyseiset asiat eivät kiinnosta minua.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 6 Muita syitä, mitä? _____

20. Valmentajien asenteet nuuskaa ja nuuskan käyttöä kohtaan.

Merkitse (X) jokaiselta riviltä se vaihtoehto , joka parhaiten vastaa omaa käsitystäsi kustakin väittämästä.

	Täysin eri mieltä	Osittain eri mieltä	Osittain samaa mieltä	Täysin samaa mieltä	En osaa sanoa
1 Jääkiekkoliiton asettama nuuskankäyttökielto on mielestäni hyvä asia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Pelaajien nuuskankäyttöön ei kannata puuttua, koska se aiheuttaisi haittaa pelisuorituksille.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Valmentajan nuuskan käytöllä ei ole vaikutusta pelaajien nuuskan käyttöön.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Valmentajan tulisi puuttua pelaajien nuuskan käyttöön.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Tupakointi on nuuskan käyttöä haitallisempaa terveydelle.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Kokisin oloni vaivautuneeksi, jos pelaajani näkisivät, että minulla on nuuska huussa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Valmentajan esimerkki on tärkeää nuorten terveitä elämäntapoja ajatellen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Pelaajien nuuskan käyttö olisi mahdollista estää siihen puuttumalla.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Valmennuskursseilla pitäisi saada enemmän valmiuksia puuttua pelaajien nuuskan käyttöön.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Valmentajan tehtäviin ei kuulu valistaa pelaajiaan terveistä elämäntavoista.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Valmentaja voi käyttää nuuskaa joukkueen tilaisuuksissa, vaikka pelaajilta se olisikin kiellettyä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 En ole kiinnostunut pelaajien nuuskan käyttöön puuttuvasta koulutuksesta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 Nuuskan käyttökiellon pitäisi koskea vain alle 18 -vuotiaita pelaajia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 Nuorten nuuskan käyttöön ei liity terveysriskejä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 Nuuskan käytöstä valistaminen ja siihen puuttuminen ovat ainoastaan kodin tehtäviä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 Nuuskan käyttö kohottaa vireystilaa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 Jääkiekkoliiton asettama nuuskankäyttökielto ei vaikuta pelaajien nuuskan käyttöön.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 Joukkueen menestyminen on tärkeämpää, kuin terveiden elämäntapojen vaaliminen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19 Nuuskan käyttö parantaa urheilusuoritusta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20 Joukkueissa laaditut säännöt vähentävät nuuskan käyttöä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21 Nuorten esikuvina olevien aikuispelaajien nuuskan käyttöön pitäisi puuttua tarkemmin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22 Fyysinen aktiivisuus korvaa nuuskan terveyshaitat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23 Valmentajalla on tärkeä asema nuorten nuuskan käytön ehkäisemisessä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24 Mielestäni nuuskan käyttö kuuluu jääkiekkokulttuuriin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

21. Valmentajien terveyskasvatusaktiivisuus
Merkitse (X) yksi vaihtoehto jokaiselta riviltä.

	Kuinka usein kuluvalle kaudella olet:	Viikoittain tai useammin	Kerran kk:ssa	Parin kk:n välein	Kerran peli- kaudessa	En koskaan
1	keskustellut pelaajiesi kanssa nuuskan käytöstä?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	keskustellut pelaajiesi kanssa nuuskan terveyshaitoista?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	jakanut pelaajillesi terveisiin elämäntapoihin liittyvää materiaalia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	keskustellut muiden valmentajien kanssa pelaajien nuuskan käyttöön liittyvistä asioista?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	keskustellut pelaajiesi vanhempien kanssa nuuskan käyttöön liittyvistä asioista?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	puuttunut pelaajiesi nuuskan käyttöön?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	keskustellut pelaajiesi kanssa heidän terveydentilastaan, poissulkien urheiluvammat?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	ehdottanut pelaajallesi nuuskan käytön lopettamista?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

22. Nuuskan käyttö on mielestäni
ongelma joukkueessani.

- Täysin eri mieltä
 Osittain eri mieltä
 Osittain samaa mieltä
 Täysin samaa mieltä
 En osaa sanoa

23. Olisin valmis puuttumaan useammin pelaajieni
nuuskan käyttöön, mikäli asia olisi
ajankohtainen joukkueessani.

- Täysin eri mieltä
 Osittain eri mieltä
 Osittain samaa mieltä
 Täysin samaa mieltä
 En osaa sanoa

Kiitos avustasi ja menestystä valmentajaurallasi!

LIITE 2: Asenneväittämien vastausten frekvenssit

		Täysin eri mieltä	Osittain eri mieltä	Osittain samaa mieltä	Täysin samaa mieltä	En osaa sanoa
1	Jääkiekkoliiton asettama nuuskankäyttökielto on mielestäni hyvä asia.	84	10	3	0	0
2	Pelaajien nuuskankäyttöön ei kannata puuttua, koska se aiheuttaisi haittaa pelisuorituksille.	87	9	1	0	0
3	Valmentajan nuuskan käytöllä ei ole vaikutusta pelaajien nuuskan käyttöön.	65	23	7	1	0
4	Valmentajan tulisi puuttua pelaajien nuuskan käyttöön.	2	3	16	76	0
5	Tupakointi on nuuskan käyttöä haitallisempaa terveydelle.	10	19	37	10	21
6	Kokisin oloni vaivautuneeksi, jos pelaajani näkisivät, että minulla on nuuska huulessa.	7	4	15	68	3
7	Valmentajan esimerkki on tärkeää nuorten terveitä elämäntapoja ajatellen.	1	1	17	77	0
8	Pelaajien nuuskan käyttö olisi mahdollista estää siihen puuttumalla.	7	18	41	30	1
9	Valmennuskursseilla pitäisi saada enemmän valmiuksia puuttua pelaajien nuuskan käyttöön.	9	16	44	21	7
10	Valmentajan tehtäviin ei kuulu valistaa pelaajiaan terveistä elämäntavoista.	81	11	3	1	0
11	Valmentaja voi käyttää nuuskaa joukkueen tilaisuuksissa, vaikka pelaajilta se olisikin kiellettyä.	88	7	0	1	0
12	En ole kiinnostunut pelaajien nuuskan käyttöön puuttuvasta koulutuksesta.	56	23	9	4	2
13	Nuuskan käyttökiellon pitäisi koskea vain alle 18 -vuotiaita pelaajia.	40	18	24	10	5
14	Nuorten nuuskan käyttöön ei liity terveystorjuntariskejä.	94	1	0	0	2
15	Nuuskan käytöstä valistaminen ja siihen puuttuminen ovat ainoastaan kodin tehtäviä.	58	26	11	1	0
16	Nuuskan käyttö kohottaa vireystilaa.	54	14	7	0	21
17	Jääkiekkoliiton asettama nuuskankäyttökielto ei vaikuta pelaajien nuuskan käyttöön.	12	23	39	16	5
18	Joukkueen menestyminen on tärkeämpää, kuin terveiden elämäntapojen vaaliminen.	72	20	3	0	1
19	Nuuskan käyttö parantaa urheilusuoritusta.	75	8	3	1	9
20	Joukkueissa laaditut säännöt vähentävät nuuskan käyttöä.	3	3	37	47	5
21	Nuorten esikuvina olevien aikuispelaajien nuuskan käyttöön pitäisi puuttua tarkemmin.	2	3	23	67	1
22	Fyysinen aktiivisuus korvaa nuuskan terveyshaitat.	81	6	1	1	7
23	Valmentajalla on tärkeä asema nuorten nuuskan käytön ehkäisemisessä.	1	1	34	60	0
24	Mielestäni nuuskan käyttö kuuluu jääkiekkokulttuuriin.	73	10	10	2	1

LIITE 3. Asenneväittämien korrelaatiomatriisi

Osio	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	
2	.15																							
3	.40	.02																						
4	.42	.13	.33																					
5	.12	-.02	.14	.02																				
6	.42	.00	.27	.28	.12																			
7	.33	.15	.27	.21	-.04	.17																		
8	.28	.12	.14	.47	-.03	.27	.24																	
9	.40	.09	.25	.32	.03	.30	.22	.33																
10	.19	.28	.05	.35	-.14	-.01	.05	.28	.02															
11	.33	.22	.23	.17	.04	.16	.35	.02	.28	.11														
12	.33	.22	.09	.10	-.06	.06	.20	-.07	.24	.32	.14													
13	.27	-.01	.28	.10	.03	.44	.31	.20	.35	-.06	.16	.16												
14	-.07	.13	.15	.02	.01	-.10	.01	.07	-.05	.30	-.05	.13	-.01											
15	-.02	-.10	.07	.06	.04	.14	.04	.13	-.00	.22	.12	.04	.18	-.04										
16	-.04	.09	.04	-.12	-.07	-.00	.13	-.06	-.05	.12	-.03	.27	.00	.24	.01									
17	.33	.07	.07	.20	.03	.23	.24	.22	.11	.22	.16	.33	.38	-.09	.23	-.01								
18	.03	.08	.08	.08	.10	.07	.03	.11	.03	.15	.21	.08	-.06	.09	.12	-.20	.06							
19	.05	.19	.10	-.09	-.15	.00	-.07	.03	-.13	.23	.01	.23	-.06	.33	-.11	.40	-.01	.06						
20	.07	.15	.14	.22	-.04	.11	.34	.28	-.90	.20	.28	-.12	.17	.09	.10	.06	.21	.10	.14					
21	.34	.22	.31	.31	.12	.20	.22	.16	.26	.13	.05	.24	.32	.07	.14	.17	.19	.24	.08	.07				
22	-.14	.11	.03	-.07	.14	-.18	-.18	-.01	-.09	.17	-.11	.05	-.10	.29	.08	.13	-.13	.02	.14	-.02	-.03			
23	.16	.19	.08	.22	.01	.14	.40	.16	.01	.10	-.00	.16	.25	-.05	.03	-.04	.16	.13	-.05	.33	.21	-.11		
24	.35	.15	.32	.32	.16	.22	.25	.35	.31	.08	.18	.12	.24	.08	.09	-.07	.30	.27	.01	.12	.34	-.07	.25	

LIITE 4. Faktoreiden sisäiset korrelaatiot ja Cronbachin α -kertoimet

Faktori 1: Suhtautuminen SJL:n nuuskaamista ennaltaehkäisevään toimintaan.

Asenneväittäjä	1	13	9	12	21	α , jos osio poistetaan
1						.64
13	.28					.61
9	.37	.36				.64
12	.36	.18	.25			.64
21	.40	.31	.30	.24		.64
17	.30	.40	.07	.33	.20	.64
$\alpha = .68$						

Faktori 2: Joukkueen säännöt ja valmentajan esimerkillinen toiminta

Asenneväittäjä	7	20	α , jos osio poistetaan
7			.48
20	.34		.57
23	.40	.33	.48
$\alpha = .61$			

Faktori 3. Nuuskaamiseen puuttuminen

Asenneväittäjä	4	10	α , jos osio poistetaan
4			.40
10	.35		.61
8	.46	.28	.52
$\alpha = .61$			

Faktori 4. Nuuskan vaikutukset terveyteen ja suorituskykyyn

Asenneväittäjä	14	16	α , jos osio poistetaan
14			.57
16	.24		.37
19	.34	.40	.24
$\alpha = .54$			

LIITE 5. Asennefaktoreiden ja terveystkasvatusaktiivisuuden
korrelaatiomatriisi

		Faktori 1	Faktori 2	Faktori 3	Faktori 4
Terveys- kasvatus- aktiivisuus	r	-.058	.065	.045	-.035
	p	.596	.549	.674	.745
	N	87	87	89	88

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$