

ENEMMÄN KUIN VALMENTAJA?
VALMENTAJA URHEILIJOIDEN KIRJOITUKSISSA

Kirsi Hämäläinen

Liikuntapedagogiikan lisensiaatintutkimus

Liikuntakasvatuksen laitos

Jyväskylän Yliopisto

kevät 2003

TIIVISTELMÄ

Hämäläinen Kirsi. Enemmän kuin valmentaja? Valmentaja urheilijoiden kirjoituksissa. Liikuntapedagogiikan lisensiaatintutkimus, Liikuntakasvatuksen laitos, Jyväskylän Yliopisto, kevät 2003.

Tämän työn tavoitteena on kuvata valmentajuutta. Tarkoituksena on tutkia mitä ja miten urheilijat kirjoittavat valmentajistaan ja millaisia merkityksiä he valmentajalleen ja hänen toiminnalleen antavat. Selvitän millaisia odotuksia valmentajalle asetetaan, miten valmentajan kerrotaan toimivan ja millainen on valmentajan ja urheilijan välinen ihmissuhde. Tavoitteena on tutkia valmentajan merkitystä urheilijalle. Onko valmentaja pääasiassa urheilijan suorituskyvyn kehittäjä vai onko hänellä urheilijalle jotain muutakin merkitystä?

Tutkimuksen aineisto on liikunnanohjaajatutkintoon (AMK) Liikuntainstituutti Pajulahteen vuonna 1999 hakeneiden eritasoisten urheilijoiden ja liikunnan harrastajien pääsykoetehtävänä kirjoittamia kertomuksia valmentajistaan. Kirjoitelmien otsikko on: ”Minun valmentajani – mitä olen häneltä oppinut?” Kirjoitelmia on yhteensä 264, joista 126 on naisten ja 138 miesten kirjoittamia. Kirjoittajat edustivat 38:a urheilulajia harrastetasolta olympiaedustajiin. Aineisto koostuu kirjoitelmista. Aineiston tulkinnan lähtökohta on ollut Grounded theoryn mukainen aineistolähtöisyys. Olen etsinyt aineistosta teemoja ja luokittanut niitä. Jaoin aineiston ryhmiin sukupuolen, tarinan ajankohdan ja lajin mukaan. Ryhmien eroja tarkastelin laskemalla valmentajaan ja valmentajan toimintaan liittyviä mainintoja. Kolmantena analyysinä jaoin tarinat niiden juonen ja sisällön mukaan tarinatyyppeihin.

Valmentajalta odotetaan asiantuntemusta. Asiantuntevakin valmentaja voi aiheuttaa pettymyksen urheilijalle huonoilla ihmissuhdetaidoillaan. Pelkän valmentajan kriteerit täyttää valmentaja, joka hoitaa tehtävänsä, on asiantuntija ja hänellä on urheilijan mielestä riittävät ihmissuhdetaidot. Monet aineiston urheilijat arvostavat auktoriteettia. Valmentajan aikaan saama kuri koetaan hyödylliseksi, koska se edistää urheilullisia tavoitteita. Hyvän valmentajan ei koeta olevan yksinvalttias. Sopivaa kuria määritetään siten, että järjestyksen pidosta huolimatta valmentajan kanssa pystyy keskustelemaan. Keskustelun merkitys korostuu aineistossa. Erityisen merkityksellisesti koetaan, valmentaja, jonka kanssa pystyy keskustelemaan mistä tahansa. Valmentaja, joka on mukana urheilijan elämässä urheilun ulkopuolellakin vaikka keskustelemalla urheilun ulkopuolisista asioista, on enemmän kuin pelkkä valmentaja.

Valmentajan määritelmässä korostetaan urheilijan suorituskyvyn parantamista. Tässä työssä kuvaan valmentajuutta valmentajan ja urheilijan väliseksi yhteistyöksi. Valmentajan ja urheilijan välinen ihmissuhde perustuu toistensa tuntemiseen ja valmentajuuden tavoitteeksi määritin urheilijan suorituskyvyn ja valmentajan ammattitaidon kehittymisen. Urheilijan lähtökohdista riippuen valmentajuus on myös kasvatusta tai yhdessä kasvamista.

Avainsanat: valmentaja, valmentajuus, valmentajan toiminta, narratiivisuus

KIITOKSET

Haluan kiittää Lauri Laaksoa ja Arto Tiihosta kannustavasta ja kärsivällisestä työohjauksesta. Kiitos myös Martti Silvennoiselle ja Risto Telamalle arvokkaista kommentteista.

Eriytinen kiitos kuuluu niille nuorille, jotka osallistuivat keväällä 1999 Liikuntainstituutti Pajulahden pääsykokeisiin ja antoivat tarinansa tutkimusaineistoksi. Osaan teistä minulla on ollut ilo tutustua opiskellessanne liikunnanohjaajiksi. Ensimmäiset teistä valmistuvat lähes päivälleen yhtäaikaa tämän työn kanssa.

Ilman entisiä valmentajiani, valmentamiani urheilijoita ja opettamiani opiskelijoita tätä työtä ei olisi. Kiitokset teille kaikille yhteisistä opintaipaleista.

Taloudellisesta tuesta kiitän Opetusministeriötä sekä Urheiluopistosäätiötä.

1. JOHDANTO.....	2
2. MITÄ VALMENTAMINEN ON – TAI MITÄ SEN AJATELLAAN OLEVAN?	7
2.1. Mitä valmentaja tekee?	7
2.2. Miten valmentaja johtaa?	9
2.3. Valmentajan asiantuntemus.....	13
2.4. Valmentajan vaikutus ja merkitys urheilijalle.....	16
2.4. Onko valmentajan sukupuolella väliä?	18
2.6. Yhteenveto	19
3. TUTKIMUSAINEISTO JA SEN TULKINTA.....	21
3.1. Tutkimuskysymys	21
3.2. Aineiston hankinta	21
3.3. Kirjoittajien taustaa	23
3.4. Aineiston käsittely.....	25
3.5. Tarinallisuus	26
3.6. Aineiston analyysi ja tulkinta.....	28
3.6.1. Aineiston pilkkominen teemoihin	29
3.6.2. Yksityiskohtaisempi sisällön analyysi	32
3.6.3. Tarinatyyppit	35
3.7. Luotettavuus	38
4. VALMENTAJAAN KOHDISTUVAT ODOTUKSET	44
4.1. Ensitapaaminen	44
4.2. Valmentaja ”sateentekijänä”	47
4.3. Yhteenveto valmentajaan kohdistuvista odotuksista	49
5. MITÄ VALMENTAJASTA KERROTAAN?.....	50
5.1. Hän ei ollut kovin urheilullinen	51
5.2. Valmentajan luonteenpiirteet – Maija Poppanen vai Nallekarhu?.....	53
5.3. Valmentajan kuuluu hoitaa hommansa	54
5.4. Valmentajan asiantuntemus.....	56
5.5. Yhteenveto valmentajan kuvauksista	59
6. MITEN VALMENTAJAN JA URHEILIJAN IHMISSUHTEESTA KIRJOITETAAN?	62
6.1. Ihmissuhdetarinat	62
6.1.1. Miten läheistä valmennussuhdetta määritetään?	63
6.1.2. Miten valmentajan ja urheilijan välinen suhde kehittyy?	65
6.1.3. Pettymykset ihmissuhteessa	67
6.2. Kun ihmissuhteesta jätetään kertomatta.....	69

6.2.1. Minä-tarinat ja oppimistarinat.....	70
6.2.2. Tekninen tarina.....	72
6.2.3. Etäinen tarina	73
6.2.4. Valmentajatarina	74
6.3. Yhteenveto ihmissuhteen kuvauksista	75
7. VALMENTAJAN VALTAA ON MONENLAISTA	76
7.1. Auktoriteettia kaivataan	76
7.2. Liika on liikaa - kurinpidossakin.....	79
7.3. ”Kunnioitin ja melkein pelkäsin häntä”	80
7.4. Koirakoulu – valta rangaista	84
7.5. ”Pelkästään hänen nimensä kuuleminen herätti kunnioitusta”	88
7.6 Hän otti paikkansa ja vaati kunnioitusta	89
7.7. Ystävyyden ongelma	91
7.8. ”Hän oli kaunein ja taitavin ihminen maailmassa”	92
7.9. Kuin isä tai äiti	95
7.10. Isä tai äiti valmentajana.....	96
7.11. Yhteenveto vallan käytöstä	99
8. VUOROVAIKUTUS	102
8.1. Palautteen antaminen ja kannustaminen	102
8.2. Kuule koutsit	107
8.3. Ristiriidat.....	113
8.4. Yhteenveto vuorovaikutuksesta	116
9. VALMENTAJA KASVATTAJANA	118
9.1. Räkänökistä kunnon ihmisiä	119
9.2. Valmentaja on kasvattaja tahtomattaankin.....	122
9.3. Mitä on opittu?	125
9.4. Yhteenveto kasvatuksesta	127
10. POHDINTA	129

LÄHTEET

LIITTEET

1. JOHDANTO

Uskon, että jokainen valmentaja haluaa olla hyvä valmentaja. Oli valmentajaksi ryhtymisen motivaatio mikä tahansa, niin uskon, että valmentaja haluaa onnistua tehtävässään. Valmentajan hyvyys merkitsee valmentajille erilaisia asioita. Jokaisella on omanlaisensa hyvän valmentajan mielikuva. Tuon mielikuvan ohjaamana valmentaja toimii tai pyrkii toimimaan. Hyvän valmentajan mielikuvaan vaikuttavat monenlaiset asiat, kuten esimerkiksi omat kokemukset omista valmentajista, opettajista ja vanhemmista, keskustelut muiden valmentajien kanssa, toisten valmentajien antamat esimerkit, omat kokemukset omasta toiminnasta, urheilijoilta saatu palaute ja koulutus.

Olen opettanut vuosia valmentamista liikunnanohjaajakoulutuksessa ja eri tasojen valmentajakoulutuksissa. Aloitan usein kurssin siten, että opiskelijat muistelevat omia valmentajiaan ja kertovat ryhmälle omia muistojaan. Jokaisella on tarinansa omasta valmentajastaan ja jostain syystä valmentajia muistellaan aina antaumuksella. Muistot herättävät tunteita: iloa, kaipausta, hämmästyttä, vihaa, katkeruutta ja haikeutta. Nämä tarinat ovat aina kiehtoneet minua. Olen saanut kuulla monenlaisia tarinoita. Olen ihmetellyt valmentajan taitoja ja toisaalta myös kauhistellut sitä, mitä kaikkea valmentamisen nimissä on saatettu-kin tehdä. Tarinat antavat aina ajattelemisen aihetta ja olen mielestäni oppinut niistä monia asioita. Usein olen ajatellut että: ”Jospa vain valmentajat tietäisivät, miten urheilijat heidän tekemisensä ovat kokeneet.” Nämä koulutuksissa kerrotut tarinat ovat olleet yksi syy tämän työn tutkimusmenetelmän valintaan. Olen halunnut antaa urheilijoille puheenvuoron.

Työssäni olen usein valmentamisen määrittelyn kanssa vaikeuksissa. Pystyäkseen tekemään opetussuunnitelmia ja suunnittelemaan kurssien sisältöjä, minun täytyy tietää, mitä valmentamisella tarkoitetaan. 1980-luvun käytetyimmät valmennusoppaat Weinecin Optimaalinen harjoittelu ja Harren Valmennusoppi määrittelevät urheiluharjoittelun olevan ”urheilijan fyysistä, teknis-taktista, älyllistä ja moraalista valmistautumista fyysisten harjoitusten avulla”. Harre laajentaa määrittelyä: ”Urheiluharjoittelu on tieteellisten, erityisesti pedagogisten periaatteiden mukaan ohjattu urheilullisen kehityksen prosessi, joka suunnitelmallisesti ja systemaattisesti suorituskykyyn ja suoritusvalmiuteen vaikuttamalla täh-

tää urheilijoiden johtamiseen hyviin ja huipputason suorituksiin jossakin urheilulajissa”. Edelleen Harre määrittelee urheiluvalmennuksen päätehtäväksi valmistaa urheilijoita huipputason suorituksiin ja luettelee valmennusprosessin tärkeimmiksi tehtäviksi fyysisen valmistautumisen, teknisen ja taktisen valmistautumisen, henkisen valmistautumisen ja kasvatuksen. (Weineck 1982, 14-15; Harre 1983, 14-17.) Suomalainen valmennusoppi-kirjan mukaan valmentaja vastaa urheilijan fyysisten ja psyykkisten ominaisuuksien kehittämistä lajin vaatimusten ja yksilöllisten tarpeiden mukaisesti. Valmentajan ammattitaito edellyttää valmennuksen perustietojen hallintaa, vankkaa lajituntemusta, kykyä ohjata urheilijan huipulle tähtäävää harjoittelua, valmennuksen ohjelmointitaitoa sekä persoonallista esiintymis- ja johtamisvalmiutta. Valmentajan päätaitoja ovat perusominaisuuksien harjoittaminen, taitojen opettaminen ja hiominen sekä asenteiden kasvattaminen. Valmentajan päätehtävät ovat harjoittelun johtaminen, urheilijan ohjaaminen ja vaikuttaminen urheilijan ominaisuuksien, taitojen ja asenteiden kehittämiseen. Valmentajan johtajuus perustuu Suomalaisen Valmennusopin mukaan valmentajan luontaiseen auktoriteettiin ja pettämättömän ammattitaidon luomaan luottamukseen. Hänen edellytetään olevan jämässä johtaja. (Kantola 1988, 9, 220-225.) Vaikka nämä määritelmät luovat aika kapean kuvan valmentamisesta, kirjan sisällöissä painotetaan urheilun kasvatusvaikutuksia, valmentajan henkistä merkitystä sekä urheilun arvoja. Valmentajan tehtäväksi mainitaan esimerkiksi urheilijan auttamisen urheilijan tunteiden ailahtellessa, ajan antamisen urheilijalle ja urheilijan kuuntelemisen (Jansson 1988, 284-287). Valmentajan asiantuntemuksessa painotetaan mm. lapsen kehitystarpeiden ymmärtämistä ja oikeanlaista asennoitumista lapsiin (Telama 1988,85). Viimeisin suomalainen yleisvalmennusteos Nykyaikainen urheiluvalmennus nojaa edellisen kirjan määrittelyyn valmentajan ammattitaidosta. Sen lisäksi valmentajan ammattitaidossa painotetaan urheilijan tuntemista. Näin valmentajan on mahdollista laatia yksilöllisiä harjoitusohjelmia ja ottaa urheilijan yksilöllisiä ominaisuuksia huomioon harjoitustapahtumassa. Valmentajan todetaan olevan nuorille urheilijoille myös kasvattaja. Valmentajan opetustehtäviin kuuluvat erilaiset harjoitteluun ja kilpailemiseen liittyvät asiat, hyvät käytöstavat sekä urheilussa hyväksi todetut urheilijan luonteen- ja psyykkiset piirteet. (Mero, Keskinen & Nummela 1997, 337-343.)

Keskustelua hyvästä valmentamisesta on käyty kahden viimeisen vuosikymmenen aikana muutaman teeman ympärillä. 1980-luvulla puhutti tieteellinen valmennus. Siinä keskustelussa asetettiin vastakkain akateeminen valmentajakoulutus ja kokemukseen perustuva valmennusosaaminen. Yliopistosta valmistuvien valmentajien koettiin olevan nuoria ja kokemattomia ja heidän valmennusmenetelmänsä ajateltiin perustuvan erilaisille mittauksille kuten sykkeen, rasvaprosentin, maitohappojen ja lihasbiopsioiden määrityksille. Muiden valmentajien nähtiin olevan kokeneita ja perustavan valmennusmenetelmänsä vuosien kokemukseen ja siihen, että urheilija harjoittelee omien tuntemustensa mukaan. Tämän keskustelun synnytti ehkä aito huoli urheilun tulevaisuudesta sekä jonkinasteinen muutosvastarinta. Tekniikka oli tullut urheiluun vahvemmin kuin aikaisemmin.

Myös valmentajan johtamismenetelmistä ja auktoriteetista käytiin keskustelua 1980-luvulla. Tuota keskustelua käytiin akselilla autoritaarinen johtaminen vs. demokraattinen päätöksenteko. Yleisesti autoritaarinen johtaminen koettiin huonona menetelmänä; se alisti ja väheksyi urheilijaa. Demokraattista johtamistapaa pidettiin ihanteellisena ja siihen liitettiin valmentajan hyvät vuorovaikutustaidot. Tämä keskustelu pysyi yllä koko 1990-luvunkin. Kolmas keskustelu liittyi valmentajan ihmiskäsitykseen ja siinä kuohunutta sai aikaan Jyri Puhakainen väitöskirjallaan vuonna 1995. Puhakainen syytti suomalaista valmennuskulttuuria mekanistisesta ihmiskäsityksestä, jossa urheilijaa käsitellään suorituskooneena ja tarjosi tilalle kokonaisvaltaista ihmiskäsitystä, jossa ihminen käsitetään fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena olentona. Toinen suuri keskustelunaihe 1990-luvulla oli tavoitteellisen huipulle tähtäävän urheiluvalmennuksen ja junioriurheilun koettu ristiriita. Tässä asetettiin vastakkain Nuori Suomi ry:n esittämät ajatukset urheilun lapsilähtöisyydestä ja kilpaurheilun vaatimukset juniori-iän harjoittelulle silloin, kun tähdätään huipulle.

Olen itse elänyt nämä keskustelut valmentaja- ja opettajaurani eri vaiheissa. Kun yliopistosta valmistuvia valmentajia arvosteltiin ”tieteellisestä valmennuksesta”, olin itse tämän tieteellisen valmennuksen opiskelija ja aktiivi lentopalloilija. Seurasin toisaalta puolustautuen ja toisaalta koin tulevaisuuteni valmentajana varsin epävarmana. Kun keskustelu valmentajan johtamistyylistä laajeni, olin aloitteleva valmentaja, joka etsi omaa valmennustapaansa hakien suuntaa kummastakin laidasta. Puhakaisen väitöskirjan aikoihin olin jo verrattain kokenut valmentaja ja kouluttaja ja olin vaikuttamassa siihen, miten

verrattain kokenut valmentaja ja kouluttaja ja olin vaikuttamassa siihen, miten valmentajia tässä maassa koulutetaan. Koin kritiikin sekä hyvin epäoikeudenmukaiseksi että hyvin oikeaksi. Näin taaksepäin katsoessa huomaan, että tuo parikymmentä vuotta kestänyt valmennuskeskustelu on käyty pääasiassa valmentajien, kouluttajien ja tutkijoiden kesken. Urheilijan ääntä ei juuri kuulu. Valmennuskeskustelussa on puhuttu urheilijan parhaasta ja urheilijakeskeisyydestä. Silti urheilija on ollut näistä keskusteluista sivussa.

Tämän työn aiheen valinta on monien asioiden seurausta. Yksi syy on ollut se, että olen halunnut antaa urheilijoille puheenvuoron suomalaisessa valmennuskeskustelussa. Siihen liittyy norjalaisen Thor Ole Rimejordetin useissa tilaisuuksissa esittämä valmentajan tärkein kysymys urheilijalle: ”Mitä mieltä sinä olet minun valmennuksestani?” Toisen syyn olen itsekkin havainnut vasta työn edetessä. Nämä edelle mainitsemani valmennuskeskustelut ovat olleet aika mustavalkoisia hyvän ja huonon vastakkainasetteluja. Haluaisin uskoa, että tämä työ voisi toimia omalta osaltaan ymmärryksen lisääjänä siten, että se toisi mustavalkoisuuteen vähän harmaan sävyjä.

Työni rakentuu siten, että työn alussa määrittelen aikaisempien tutkimusten avulla, mitä valmentaminen on. Olen lukenut valmentamista käsitteleviä tutkimuksia siitä näkökulmasta, että se, mitä valmentamisesta on tutkittu, kertoo siitä, mitä valmentamisen ajatellaan olevan. Tutkimusaineistosta ja sen tulkinnasta yritän kertoa siten, että lukijalle tulisi kuva, miten olen päässyt esittämiini tuloksiin. Tulosten esittelyssä olen pyrkinyt kerronnalliseen rakenteeseen, jossa etenen valmentajaan kohdistuvista odotuksista valmentajan toimintaan ja merkitykseen. Esitän tulosten lomassa tulkintojani ja jokaisen kappaleen lopussa on lyhyt yhteenveto. Tulos-osassa kuvaan aineistoani ja omia tulkintojani ja näkökulmiani. Koska tulos-osan sisällöt menevät väkisin lomittain ja työssä kulkee juonteita, jotka jatkuvat läpi työn, olen päättänyt kokoamaan ne yhteen pohdinnassa. Pohdinnassa käyn aineiston, tulkintojeni ja teorian vuoropuhelua. Olen pyrkinyt työn rakenteella selkeyteen, mutta se on aiheuttanut myös sen, että joitain tuloksia käsittelemme useammassa kohtaa työtä.

2. MITÄ VALMENTAMINEN ON – TAI MITÄ SEN AJATELLAAN OLEVAN?

Tässä kappaleessa määrittelen valmentamista selvittämällä, millaisia asioita valmentamisesta on tutkittu. Näin oletan löytäväni vastauksia ainakin kysymykseen, mitä valmentamisen ajatellaan olevan. Olen kirjoittanut otsikon tähän muotoon myös siksi, ettei lopullista totuutta valmentamisesta ole olemassa tai tule olemaan. Urheilu ja sitä kautta valmentajuus muuttuvat siinä kuin muutkin elämän alueet.

2.1. Mitä valmentaja tekee?

Valmentajan toimintaa harjoitus- ja kilpailutilanteissa on selvitetty observoimalla. Observointimenetelmiä ovat kehitelleet useat tutkijat vuodesta 1976 saakka (Douge & Hastie 1993). Näiden tutkimusten tavoitteena on ollut selvittää sitä, mitä tekee tehokas (effective = tehokas, vaikuttava, todellinen) valmentaja oppimisen (Trudel, Cote & Bernard 1996), kasvatuksen (Liukkonen, Laakso & Telama 1996) ja menestyksen näkökulmista (Jones, Housner & Kornspan 1997). Valmentajan tehokkuuden määritellään olevan valmentajan kykyä reagoida urheilijan ominaisuuksiin ja tarpeisiin. Tehokas valmentaja:

- antaa jatkuvasti palautetta, kannustaa ja hoputtaa
- korjaa ja antaa paljon ohjeita
- kyselee ja selvittää paljon
- on enimmäkseen ohjeiden antaja
- organisoi harjoitteluympäristön pitääkseen järjestystä yllä (Douge & Hastie 1993.)

Näiden tutkimusten mukaan valmentajan toimintaa arvioidaan ensinnäkin ajankäytön tehokkuuden mukaan. Valmentajan hyvyys on siinä, että hän tekee mahdollisimman paljon harjoituksissa ja kilpailuissa. Jones ym. (1997) vertailivat kokeneita ja kokemattomia valmentajia. Heidän tutkimuksensa mukaan kokeneet ja menestyneet valmentajat antoivat enemmän teknisiä ohjeita ja kokemattomat valmentajat tarkkailivat useammin tilannetta hiljaa. Trudel ym.(1996) observoivat nuorten jääkiekkovalmentajia otteluiden aikana. Tu-

lostien mukaan valmentajat käyttivät 51,2 % ajasta tarkkailuun ilman vuorovaikutusta, 15 % järjestelyihin, 8,1 % pelin ohjaamiseen, 6,7 % pelaajien innostamiseen ja 6,1 % ohjeiden antamiseen. Tutkijoiden mielestä ohjeiden antamiseen käytettiin vähän aikaa ja näin valmentajat eivät käyttäneet ottelutilannetta riittävästi hyödyksi opettaakseen pelaajia.

Toiminnan määrän ohella myös toiminnan sisältö on tärkeää. Valmennustilanteen tavoitteena on urheilijan oppiminen ja suorituskyvyn kehittyminen. Urheilijan oppimisen kannalta valmentajan antama palaute tuntuu ensiarvoisen tärkeältä asialta. Palautteen sisällöstä on selvitetty, kuinka paljon valmentaja antaa ohjeita ja kysyy urheilijalta (Jones ym. 1997; Lacy & Goldston 1990; Liukkonen ym. 1996; Trudel ym. 1996), kuinka paljon palautteesta on positiivista ja kuinka paljon negatiivista (Lacy & Goldston 1990; Liukkonen ym. 1996) ja kuinka paljon valmentaja kannustaa urheilijaa (Chaumont & Duda 1988; Lacy & Goldston 1990; Liukkonen ym. 1996). Palautteen annossa mielenkiintoista on ollut paitsi palautteen sisältö, myös sen ajoitus (Lacy & Goldston 1990). Kannustamista on eroteltu sen mukaan, onko kannustettu halutusta lopputuloksesta vai toiminnasta ja onko rangaistu ei-toivotusta lopputuloksesta vai toiminnasta (Chaumont & Duda 1988).

Valmentajaa pidetään tehokkaana opettajana, kun hän antaa paljon ohjeita. Jonesin ym. (1997) tutkimuksessa kokeneet ja kokemattomat valmentajat antoivat ohjeita 12,0 ja 9,8 kertaa minuutissa harjoituksen aikana. Vastaavasti passiivista toimintaa kuten rankaisuja, organisointia, hiljaista tarkkailua, kurinpitoa ja virheiden huomiotta jättämistä tapahtui 1,3 ja 2,7 kertaa minuutissa. Myös Lacy & Goldstonin (1990) tutkimuksessa valmentajien pääasiallinen toiminta oli verbaalisten ohjeiden antamista (49,6 % toiminnasta). Liukkonenkin ym. (1996) tutkimuksessa valmentaja oli pääosassa. Kaksi kolmannesta harjoitusajasta valmentaja antoi ohjeita, näytti suorituksia, tarkkaili, korjasi ja avusti. Viidennes harjoitusajasta oli ohjeiden antamista. Urheilijoiden osallistuminen harjoituksen kulkuun muuten kuin suorittamalla oli vähäistä ja urheilijoiden keskinäinen kanssakäyminen lähes olematonta. Urheilijoiden tason noustessa keskityttiin yhä enemmän suoritukseen ja vähemmän kanssakäymiseen.

2.2. Miten valmentaja johtaa?

Viime vuosina valmentajan ja urheilijan välistä suhdetta tutkivat tutkimukset ovat pääasiassa pohjautuneet Chelladurain ja Carronin (1978) johtamismalliin. Tämän mallin (MML = Multidimensional Model of Leadership) mukaan urheilijoiden suorituskky ja tyytyväisyys liittyvät vahvasti siihen, kuinka lähellä valmentajan todellinen toiminta on urheilijan odotuksia. MML:stä on muotoiltu urheiluun sopivaksi LSS (Leadership Scale for Sports), joka käsittää viisi johtamistyyliä (Chelladurai & Saleh 1980; Jambor & Zhang 1997):

- Harjoitus ja ohjeiden antaminen (harjoitteiden suunnittelu, urheilijoiden suorituskvyn arviointi, asiantuntijuus ja vastuullisuus)
- Demokraattinen toiminta (rohkaisee urheilijoiden osuutta, hyväksyy virheitä ja ottaa ongelmat esille)
- Autoritaarinen toiminta (tekee itsenäisesti päätöksiä, kärkee ja rankaisee)
- Sosiaalinen tukeminen (auttaa urheilijaa ongelmissa, tekee urheilusta mukavaa ja nautittavaa)
- Positiivinen palaute (rohkaisee urheilijaa virheen jälkeen, korjaa ennemmin kuin syyttää)

Jambor & Zhang (1997) muokkasivat Chelladurain ym. mallia lisäten siihen tilannekohtaisten tekijöiden huomioimisen (valmentaja asettaa yksilölliset tavoitteet, auttaa niiden saavuttamisessa, eriyttää valmennusmenetelmiä urheilijoiden kypsyyden ja taidon mukaan). Chelladurain (1980) johtamistyylin tutkimusmallin lähtökohtana on, että toimiva johtamistyyli urheilussa huomioi tilannetekijät (tarvittava toiminta), johtamistyylin (varsinainen toiminta) ja henkilökohtaiset tekijät (toivottu toiminta). Malli olettaa, että toimivaa johtamistyyliä voidaan mitata mittaamalla tulosta ja osallistujien tyytyväisyyttä.

Verrattaessa valmentajien ominaisuuksia ja johtamistyyliä on huomattu, että alemman tason valmentajat käyttivät enemmän demokraattista valmennusotetta kuin ylemmän tason

valmentajat. Mies- ja naisvalmentajilla ei ollut eroa johtamistyylin suhteen. (Jambor & Zhang 1997.)

Chelladurain tutkimusryhmien malliin perustuvat tutkimukset ovat osoittaneet, että tietyn tyyppinen urheilija odottaa tietynlaista toimintaa valmentajaltaan. Esimerkiksi joukkuelajien urheilijat pitivät useammin autoritaarista johtamistyyliä demokraattista parempana verrattuna yksilölajien urheilijoihin (Gordon 1988). On myös osoitettu, että naisurheilijat pitivät demokraattisesta johtamistyylistä ja miesurheilijat enemmän autoritaarisesta tyylistä. (Chelladurai & Arnott 1985, Chelladurai & Saleh 1980). Urheilijan arviot valmentajan johtamistyylistä riippuvat urheilijan tasosta (Garland & Barry 1988) ja yleisestä joukkueen menestyksestä (Gordon 1988).

Valmentajien johtamistyyliä on tutkittu myös vertaamalla urheilijoiden toivomuksia heidän arviointeihin valmentajansa toiminnasta. Mitä lähempänä toiveet ovat todellista tilannetta, sitä tyytyväisempiä urheilijat ovat (Chelladurai 1984). Mitä enemmän valmentaja antaa positiivista palautetta ja tukea ja mitä demokraattisemmin hän toimii, sitä tyytyväisempiä urheilijat ovat (Weiss & Friedrichs 1986). Valmentajan antaman palautteen on todettu vaikuttavan urheilijan itsetuntoon, koettuun pätevyyteen ja motivaatioon (Black & Weiss 1992; Paterson 1999). Urheilijan negatiivinen minäkäsitys, uupumus ja välinpitämättömyys olivat yhteydessä valmentajan autoritaariseen toimintaan ja negatiiviseen palautteenantoon (Vealey, Armstrong, Comar & Greenleaf 1998). Valmentajien on todettu pystyvän vaikuttamaan joukkuehenkeen käyttämällä demokraattista johtamistyyliä, antamalla ohjeita, positiivista palautetta ja sosiaalista tukea sekä välttämällä autoritaarista johtamistyyliä. (Gardner, Shields, Bredemeier & Bostrom 1996). Bar-Eli, Tenenbaum & Levy-Kolker (1993) totesivat urheilijan psykologisen tilan kilpailutilanteessa olevan riippuvainen valmentajan antamasta palautteesta ja valmentajan reaktioista. Mikäli valmentaja reagoi negatiivisesti urheilijan epäonnistumiseen ja varsinkin jos tilanne on odottamaton, urheilijan itsetunto ja keskittyminen kärsivät.

Gordon (1988) testasi Chelladurain ja Haggertyn (1978) mallia collegetason jalkapallovalmentajiin ja totesi, ettei mallin oletus toiminut ja että ei valmentajat eivätkä pelaajat ha-

lunneet päätöksenteon delegointia urheilujoukkueessa, vaan suosivat ennemminkin autoritaarista päätöksentekoa. Myös huippujudokoille ja valmentajille Ranskassa tehty tutkimus osoitti valmentajien toimivan hyvin autoritaarisesti. Valmentajien toimintatapoja olivat urheilijoiden välisen kilpailuasenteen simulointi, verbaalinen provosointi, tarkoituksellinen vetäytyminen kanssakäymisestä, suora konflikti, joukkueen yhtenäisyyden parantaminen sekä suosiminen. Valmentajat kontrolloivat urheilijoiden toimintaa, tekivät päätökset yksin, olivat aina paikalla harjoituksissa ja kilpailuissa, loivat kurinalaisen ilmapiirin ja antoivat paljon negatiivista palautetta. Tutkimuksen mukaan urheilijat kehittivät oman selviytymisstrategian valmentajan toimintaa vastaan. Urheilijoiden pääasiallinen vuorovaikutustyyli oli autonomia. Tunne itsenäisyydestä oli tapa tyydyttää henkilökohtaisia tarpeita sekä lievittää urheilun tuomia paineita. Urheilijoilla oli viisi toimintatapaa: diplomatian näyttäminen, suorittaminen, valmentajan kohtaaminen suoraan, tiedonlähteiden erottelu sekä poikkeaminen tavallisista säännöistä. (D'arripe-Longueville, Fournier & Dubois 1998.)

Smoll & Smith (1989) ehdottivat, että valmentajan tehokkuus on urheilijoiden kokemusten ja muistojen summa. Valmentajan toiminta on koettu ja merkityksellistetty urheilijan toimesta niin, että lopputuloksena on urheilijan asennoituminen sekä valmentajaa että kokemusta kohtaan. Heidän mallinsa johtamismalleista antaa kehukset niiden kognitiivisten ja affektiivisten prosessien tutkimiseen, joilla voidaan selvittää urheilijan reaktion ja valmentajan toiminnan yhteyttä. Mallin keskeinen oletus on se, että valmentaja toimii jollain tapaa, urheilija kokee ja muistaa nämä toiminnot ja perustuen hänen kokemuksilleen ja muistoille, urheilija arvioi valmentajan toimintaa. Tämä malli käsittää myös kolme luokitusta niille muuttujille, jotka vaikuttavat tähän:

- Tilannetekijät urheilulajin luonne, taso, tilanne
- Valmentajan ja urheilijan yksilölliset ominaisuudet
- Valmentajan kokemus urheilijan asenteesta

Pystyäkseen arvioimaan urheilijan kokemuksia ja arviointia valmentajan toiminnasta Kenow ja Williams (1992) kehittivät valmentajan toimintaa koskevan kyselyn (CBQ), jossa selvitettiin:

- Valmentajan toiminnan kognitiivisia ja asenteellisia vaikutuksia
- Valmentajan antamaa tukea
- Tunteiden kontrollointia ja malttia
- Kommunikaatiota
- Valmentajan toiminnan somaattisia vaikutuksia (Kenow ja Williams 1999).

He huomasivat, että urheilijat, jotka olivat jännittyneitä ja joilla oli matala itsetunto, kokivat ja arvioivat valmentajansa toimintaa negatiivisemmin. Myöhemmin he huomasivat, että kognitiivinen jännitys oli yhteydessä valmentajan negatiivisesti arvioituun kommunikointiin ja asenteellisiin ja kognitiivisiin vaikutuksiin. Tutkijoiden oletuksena oli, että valmentajan ja urheilijan yhteensopivuus vaikuttaa urheilijoiden arviointeihin valmentajastaan. Yhteensopivuus oli määritelty seuraavasti: ”Taso, jolla sinun (urheilijan) tavoitteet, persoonallisuus ja uskomukset ovat yhteneväisiä valmentajasi tavoitteisiin, persoonallisuuteen ja uskomuksiin.” (Kenow & Williams 1999.)

Toimintaan vaikuttavat kognitiiviset tekijät, motivaatio- sekä sosiaaliset tekijät. Yksi sosiaalinen tekijä, joka vaikuttaa vahvasti valmentajan toimintaan, on se rooli, jonka hän ottaa käyttöön ja ne arvot ja normit, joiden oletetaan kuuluvan tuohon rooliin. Jotkut valmentajat uskovat, että heidän odotetaan voittavan ja että menestyvän valmentajan kuuluu olla vaativa. Toiset näkevät roolinsa viihdyttäjänä ja henkilökohtaisen kehittymisen auttajana. Pystyäkseen toimimaan tarkoituksenmukaisesti, valmentajalta edellytetään tietoisuutta omasta toiminnastaan ja sen seurauksista. Valmentajien arviot omasta toiminnastaan eivät korreloineet pelaajien arvioihin. Enemminkin pelaajien arviot korreloivat observointituloksiin enemmän kuin valmentajien arvioinnit. Valmentajilla ei voi olla vain omia tavoitteita, vaan myös käsitys urheilijoiden motiiveista. Valmentajien yleiset uskomukset siitä, miksi urheilijat urheilevat, voivat vaikuttaa heidän odotuksiinsa, kuinka urheilijat reagoivat heidän toimintaansa. (Smoll & Smith 1989.)

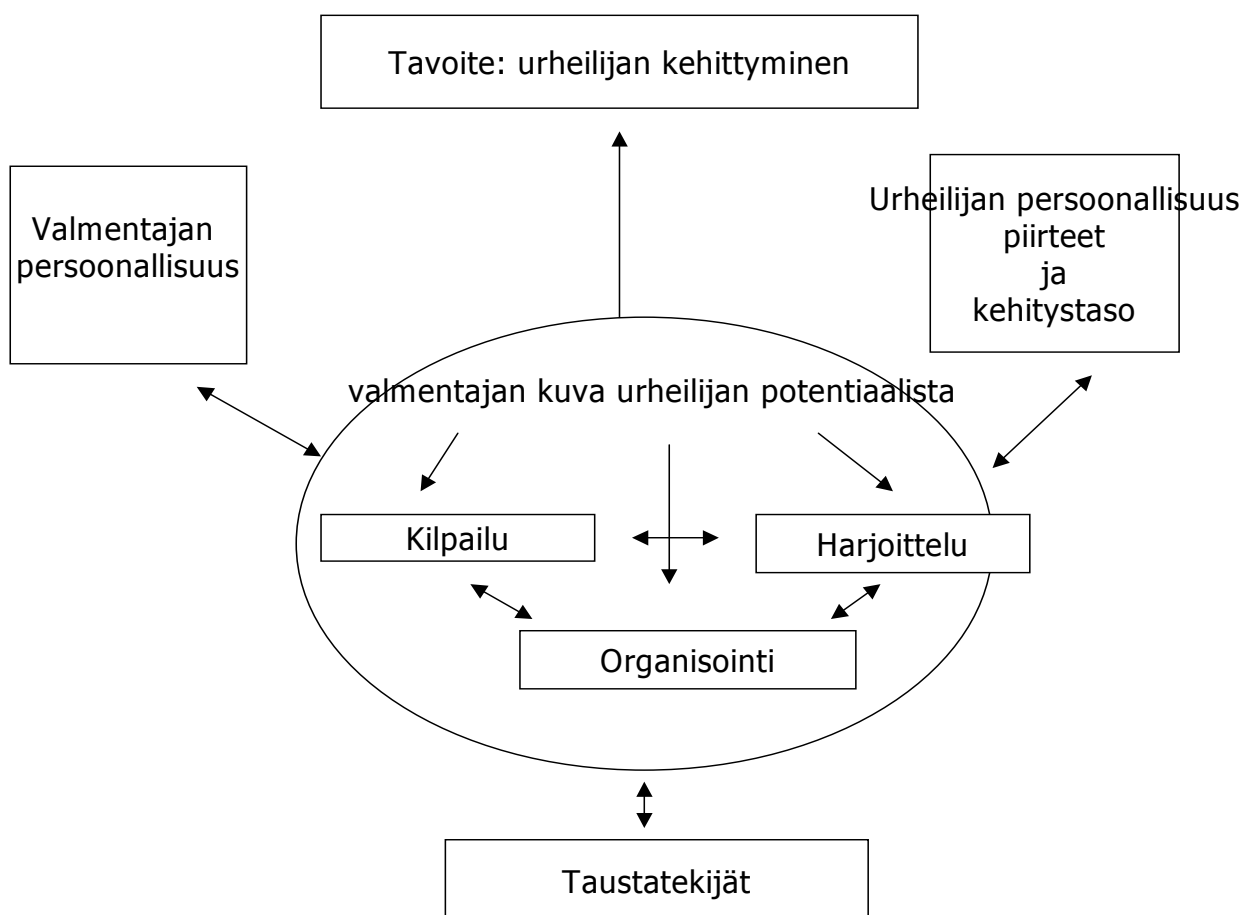
Myös urheilijoiden yksilölliset erot vaikuttavat siihen miten valmentajia arvioidaan. Urheilijoiden ikä (Smoll & Smith 1989) ja sukupuoli (Barnett, Smoll & Smith 1992) (tytöt haluavat enemmän rohkaisua ja vähemmän rankaisuja ja teknisiä ohjeita kuin pojat) vaikuttavat. Urheilijat pitivät eniten valmentajasta, joka oli rohkaiseva ja antoi paljon ohjeita. Se, että valmentaja toiminnallaan oli urheilijan tukena, oli yhteydessä urheilijoiden korkeaan itsetuntoon. Vastaavasti se, että valmentaja antoi paljon korjausohjeita, oli yhteydessä urheilijan matalaan itsetuntoon. Se, miten valmentajan yleisesti ajatellaan käyttäytyvän, vaikuttaa arvioihin. Esimerkiksi, mikäli urheilija odottaa valmentajan olevan tiukka, hän ei reagoi niin negatiivisesti rankaisuihin. Nämä odotukset vaihtelevat myös lajikohtaisesti. Urheilijan omat tavoitteet ja motivaatio vaikuttavat. Urheilijat, joiden itsetunto on heikko, haluavat kavereiden hyväksyntää ja välttävät paheksuntaa. Vahvaitsetuntoisia motivoi menestys ja kehittyminen. (Smoll & Smith 1989.)

2.3. Valmentajan asiantuntemus

Cote, Salmela, Trudel, Baria & Russel (1995) asettivat tutkimuksensa tavoitteeksi teoreettisen viitekehyksen luomisen valmennusprosessista. Heidän mukaansa valmentajan toiminnasta on olemassa paljon pirstaletietoa, mutta ei ole olemassa teoreettista viitekehystä selittämään, mitkä tekijät ja tekijöiden väliset yhteydet ovat tärkeimpiä valmennusprosessissa. He halusivat selvittää, mitä tietoja ja asiantuntemusta valmentaja tarvitsee ja käyttää valmentaessaan. Tutkimuksessa haastateltiin 17:ä huipputason voimisteluvälmentäjää. Tavoitteena oli selvittää, mitä valmennusprosessissa tapahtuu ja luoda tulosten perusteella valmennusmalli (KUVIO 1.).

Malli kuvaa valmentajan työtä valmentajan näkökulmasta. Mallin keskellä valmennusprosessia kuvaa organisoinnin, harjoittelun ja kilpailun komponentit. Kolme perifeeriseksi nimettyä muuttujaa vaikuttaa tähän valmennusprosessiin: valmentajan henkilökohtaiset ominaisuudet, urheilijan henkilökohtaiset ominaisuudet ja kehitystaso sekä tausta-asiat.

Tavoite ja valmentajan käsitys urheilijan potentiaalista täydentävät mallin. Valmentajan työn tavoitteeksi määritetään urheilijan kehittäminen. Kehittäminen tässä käsitetään väljästi ja se voi tarkoittaa erilaisia asioita urheilijan tasosta riippuen. Valmennusprosessi vaikuttaa tavoitteeseen. Organisoinnilla tarkoitetaan valmentajan asiantuntemuksen käyttämistä optimaalisten harjoitusolosuhteiden luomiseen sekä tavoitteen toteutumiseksi vaadittavien toimien koordinoitua. Tämä tarkoittaa harjoittelun suunnittelua, yhteistyötä apuvalmentajien ja vanhempien kanssa ja urheilijan auttamista hänen henkilökohtaisissa asioissaan. Harjoittelulla tarkoitetaan valmentajan asiantuntemusta urheilijan taitojen kehittämisessä. Kilpailutilanteissa valmentajan asiantuntemus on urheilijan auttamista tasonsa mukaiseen suoritukseen. Valmennusprosessiin vaikuttaa valmentajan käsitys urheilijan potentiaalista. Valmentaja arvioi perifeeristen muuttujien vaikutuksia ja päättää, miten valmennusprosessissa toimitaan tavoitteen saavuttamiseksi. Perifeerisillä muuttujilla voi olla positiivisia tai negatiivisia vaikutuksia valmennusprosessiin. Valmentajan henkilökohtaisilla ominaisuuksilla tarkoitetaan valmentajan valmennusfilosofiaa, odotuksia, uskomuksia ja henkilökohtaista elämää. Urheilijan henkilökohtaiset ominaisuudet ovat esimerkiksi urheilijan taso, kyvyt ja luonteenpiirteet. Tausta-asiat ovat mitä tahansa valmennusprosessiin vaikuttavia asioita, jotka voivat muuttua. (Cote jne. 1995.)



KUVIO 1. Valmentamisprosessin malli. (mukaeltu Cote ym. 1995)

Coten, Salmelan ja Russelin (1995a) tutkimuksessa voimisteluvälmentäjä antoi kilpailutilanteessa urheilijan tehdä suorituksensa häiritsemättä. Valmentajan tehtävä oli tarkkailla sivusta, sillä ohjeet juuri kilpailuhetkellä saattavat sotkea urheilijan keskittymisen. Monissa muissa lajeissa, kuten esimerkiksi koripallossa (Lacy & Goldston 1990) tai jääkiekossa (Gilbert & Trudel 2000), valmentajan rooli on kilpailutilanteessa aktiivisempi. Voimisteluvälmentäjät näkivät roolinsa tärkeäksi kilpailuun valmistaututtaessa. Valmentajan tehtävä oli estää erilaiset häiriötekijät keskustelemalla urheilijan kanssa urheilijan tuntemuksista, suunnittelemalla ruokailut ja tarkistamalla välineet (Cote ym. 1995a).

Harjoitustilanteessa sekä mies-, että naisvalmentajien vuorovaikutustyyli olivat: tukeminen, vastuun antaminen, ohjeiden antaminen ja positiivisen palautteen antaminen. Nämä istuvat hyvin Chelladurain ja Salehin (1980) malliin: tukeminen, demokraattisuus, ohjeiden antaminen, positiivinen palaute. Näiden lisäksi valmentajat mainitsivat myös muita tapoja

urheilijan suorituksen auttamiseksi. Esimerkiksi miesten valmentajat pitivät tärkeänä olla diktaattorinen, vaatia kunnioitusta ja käyttää ryhmän painetta. Toisaalta naisten valmentajat ajattelivat, että on tärkeää pitää etäisyyttä ja vaatia harjoittelun laatua. (Cote ym.1995a.)

Taitojen opettaminen käsitti kolme osa-aluetta: taitojen kehittämisen vaiheet, voimistelijan fyysisen valmiuden ja turvallisuuden. Psykkisten ominaisuuksien kehittämisen kärkipäässä oli jännityksen hallinta sekä urheilijan oman ajattelun kehittäminen siten, että urheilija osaisi itse arvioida heikkouksiaan ja vahvuuksiaan. Muita tärkeiksi koettuja urheilijan psyykkisiä ominaisuuksia olivat motivaatio, yritteliäisyys ja itsetunto. (Cote ym. 1995a.)

Gilbert & Trudel (2000) vertasivat Coten ym. (1995) kehittämää mallia jääkiekkoon. He totesivat mallin toimivan myös jääkiekossa, mutta joidenkin kategorioiden olevan tyypillisiä nimenomaan voimistelussa tai yksilöurheilussa. Tällaisia olivat esimerkiksi urheilijan painon tarkkailu ja tekniikan kehittymisen vaiheet.

Coten tutkimusryhmien luoma malli valmentajan asiantuntemuksesta perustuu huipputason voimisteluvalmentajien haastatteluihin, jotka analysoitiin käyttäen menetelmänä Straussin ja Corbinin (1990) grounded theorya. Haastattelukysymykset oli jaoteltu kahteen pääryhmään: harjoitustilanteeseen ja kilpailutilanteeseen (Cote ym. 1995 b). Näin malli sisältää oletuksen, että valmentajan toiminta ja merkitys rajoittuvat harjoitteluun ja kilpailuihin. Samoin myös observointitutkimukset keskittyvät harjoittelu- ja kilpailutilanteisiin ja näin annetaan varsin vähän merkitystä valmentajan toiminnalle näiden tilanteiden ulkopuolella.

2.4. Valmentajan vaikutus ja merkitys urheilijalle

Lasten on todettu osallistuvan urheiluharrastukseen useista eri syistä. Lapset osallistuvat urheiluun hauskanpidon vuoksi, siksi että kokevat olevansa hyviä urheilussa, kehittääkseen taitojaan, harjoittaakseen kuntoa, saadakseen olla ystävien kanssa ja kilpailun jännittävyyden vuoksi (Weinberg & Gould 1995; Klint & Weiss 1986.) Edelleen urheilijat ovat maininneet harrastamisensa syiksi huomion saamisen, itseluottamuksen paranemisen ja

ryhmään kuulumisen. Miesurheilijat kokivat urheilun myös eräänlaisena miehisyysriittinä (Wrisberg 1996). Valmentajan tehtävä on Woodmanin (1993) mukaan auttaa urheilijaa yltämään parhaaseen mahdolliseen suoritukseen. Tämä tarkoittaa urheilijan valmistamista kilpailuun. Tämän lisäksi valmentajat näkevät itsensä kasvattajina (Liukkonen jne. 1996) ja valmentajan ajatellaan olevan vastuussa paitsi harjoitusten ohjaamisesta ja suunnittelusta myös urheilijan yleisestä sosiaalisesta ja psyykkisestä hyvinvoinnista (Potrac, Brewer, Jones, Armour & Hoff, 2000). Lesyk & Kornspan (2000) vertasivat valmentajien arvioita siitä, mitä lapset halusivat urheiluharrastukseltaan ja siitä, miten valmentajat arvioivat näiden odotusten toteutuvan. Useimmat valmentajien arvioimat odotukset olivat samoja kuin lapset yleensä itse ilmoittavat. Suurin ero syntyi siinä, että valmentajat arvioivat lasten haluavan oppia erilaisia elämän taitoja ja valmentajat uskoivat tämän odotuksen täyttyvän heikosti. Eizenin & Prattin (1989) tutkimuksessa valmentajat kokivat tehtäväkseen vaikuttaa urheilijaan myös urheilun ulkopuolella.

Nuoret ruotsalaisurheilijat ilmoittivat tärkeimmäksi tekijäksi urheilussa kehittymiseensä olleen valmentajan (61 % vastauksista), sitten itsensä (53 %), vanhempien (38 %) ja urheilu-kavereiden (35 %). Kun heiltä kysyttiin urheilun sosiaalista vaikutusta, he ilmoittivat tärkeimmiksi vaikuttajiksi urheilukaverit (80 %), vanhemmat (35 %) ja valmentajan (30 %). Valmentajan työssä nuoret urheilijat arvostivat eniten valmentajan taitoja suunnitella harjoitusohjelmat (80 %), auttaa urheilijaa onnistumaan (57 %) ja valmentajan psyykkisen harjoittelun tietämystä (18 %). Noin kolmannes vastaajista odotti valmentajalta autoritaarista päätöksentekoa. (Patriksson & Eriksson 1990.) Englannissa tehdyssä tutkimuksessa naisurheilijat odottivat valmentajan olevan asiantuntija harjoittelussa ja urheiluvammoissa, hyvä motivoija, huolehtivainen, osaavan tukea, rohkaista, neuvoa ja olla ystävä. Valmentajien ominaisuuksista positiivisiksi koettiin ymmärtäväisyys, ystävyys, asiantuntemus ja hyvä huumorintaju. Negatiivisiksi ominaisuuksiksi koettiin se, ettei valmentaja huomionnut urheilijaa yksilönä ja valmentajan herkkyyden puute. Puolet vastanneista halusi ammatillisen suhteen valmentajaansa ja puolet halusi läheisen suhteen, jolloin valmentajalla on lupa puuttua myös urheilijan yksityiselämään. Tutkijoiden mukaan se, että urheilija on voimakkaasti riippuvainen valmentajastaan ja valmentaja on autoritaarinen, on riski vallan väärinkäytölle ja esimerkiksi seksuaaliselle häirinnälle. (Tomlinson & Yorganci 1997.)

Valmentajaan kohdistuu siis paljon odotuksia ja valmentajan toiminnalla on vaikutusta urheilijaan. Suomessa valmentaminen perustuu pitkälti vapaaehtoistoimintaan ja erityisiä pätevyys- tai koulutusvelvoitteita valmentajille on vaikea asettaa. Englannissa tehdyssä tutkimuksessa nuorten urheilijoiden valmentajat kertoivat syyn valmentajaksi ryhtymiseen olevan sen, että oma lapsi urheilee. He kertoivat useimmiten ryhtyneensä valmentajaksi vahingossa, kun ketään muutaakaan ei löytynyt. Heillä ei ollut aloittaessaan valmentajakoulutusta. Silti he katsoivat olevansa valmistautuneita tehtävään oman urheilijataustansa vuoksi. Suurimmaksi ongelmaksi valmentamisessa valmentajat mainitsivat yhteistyön vanhempien kanssa. (McCallister, Blinde & Kolenbrander 2000.)

2.4. Onko valmentajan sukupuolella väliä?

Suurin osa valmentajan sukupuolta käsittelevistä tutkimuksista liittyy naisvalmentajien vähiiseen määrään ja mahdolliseen valmentajan ammatin valintaan. Tämän lisäksi myös mies- ja naisvalmentajien eroavaisuuksia on tutkittu. Harjoitus- ja kilpailutilanteissa on huomattu eroja siinä, miten ja millaista palautetta valmentajat antavat. Miesvalmentajat pitävät enemmän kuria ja naisvalmentajat rohkaisevat urheilijoita miehiä enemmän (Lacy & Goldston 1990; Millard 1996). Cote jne. (1995) eivät löytäneet sukupuolieroja valmentajien toiminnassa, mutta urheilijan sukupuoli vaikutti valmentajan toimintaan. Miesten valmentajien mielestä on tärkeää olla autoritaarinen, vaatia kunnioitusta ja käyttää ryhmän painetta ja naisten valmentajista oli tärkeää pitää etäisyyttä ja vaatia harjoittelun laatua. Valmentajien itse arvioidessa mahdollisia sukupuolieroja naisvalmentajat arvioivat itsensä pätevämmiksi esimerkiksi taitojen opettamisessa (Barber 1998). Jambor & Zhang 1997 eivät löytäneet sukupuolieroja valmentajien arvioissa, sen sijaan kilpailutaso vaikutti selvemmin.

Urheilijoiden arvioita selvitetessä on todettu, että urheilijoiden ennakoasenteisiin valmentajan sukupuolta kohtaan vaikuttaa se, kumpaa sukupuolta urheilijan nykyinen valmentaja on ja millaisia kokemuksia heillä on valmentajista (Fasting & Pfister 2000; Habif, Van

Raalte & Cornelius 2001; Medwechuk & Crossman 1994; Williams & Parkhouse 1988). Habif jne.(2001) totesivat lajin alakulttuurin vaikuttavan siihen, onko naisvalmentajaa kohtaan ennakkoluuloja vai ei. Urheilijat ovat arvioineet naisvalmentajien olevan yleensä parempia hoitamaan ihmissuhdettaan urheilijan kanssa ja ymmärtävän paremmin tunteita. (Molstad & Whitaker 1987) sekä olevan parempia psykologeja. Naisurheilijat olivat tyytyväisempiä naisvalmentajiinsa, sillä he kokivat, etteivät miesvalmentajat ota heitä vakavasti (Fasting & Phister 2000). Tomlinson & Yorganci (1997) tekivät kyselyn 154.lle naisurheilijalle Isossa-Britanniassa. Suurimmalla osalla vastanneista oli miesvalmentaja. Naisvalmentajien uskottiin olevan herkempiä ja ymmärtäväisempiä ja miesvalmentajien uskottiin pitävän paremmin kuria ja olevan parempia motivoimaan. Smith & Smoll (1983 ja 1989) totesivat, että tytöt haluavat poikia useammin tukevan ja rohkaisevan valmentajan kuin vaativan (Barnett, Smoll & Smith 1992).

Eizen & Pratt (1989) tutkivat nais- ja miesvalmentajien valmennusfilosofioita (valmentajan rooli, suhtautuminen menestykseen, joukkueen säännöt, aforismit ja urheilijoihin kohdistuvat odotukset) ja totesivat naisvalmentajien suhtautuvan miehiä perinteisemmin valmentamiseen ehkä pätevyytensä todistamiseksi. Tutkijoiden mukaan naisvalmentajat suhtautuivat vakavasti omaan toimintaansa, kun taas miesvalmentajat saattavat naisurheilijoita valmentessaan olla vähemmän vaativia, koska he eivät ota naisurheilua niin vakavasti.

2.6. Yhteenveto

Valmentajan toimintaa harjoitus- ja kilpailutilanteissa on tutkittu paljon. Näissä tilanteissa pääasiallisia tutkimuksen kohteita ovat olleet valmentajan antama palaute, valmentajan johtamistyyli sekä näiden vaikutukset urheilijaan. Valmentajan asiantuntemusta on selvitetty vertailemalla kokeneiden ja kokemattomien valmentajien toimintaa sekä purkamalla valmentajan toimintaa osiin. Valmentajan merkitystä urheilijalle ja hänen vaikutustaan urheilijaan on tutkittu urheilupsykologiassa, jolloin on selvitetty valmentajan vaikutuksia urheilijan psyykkisiin ominaisuuksiin ja harjoitteluilmapiiriin. Edelleen valmentajan merki-

tystä on tutkittu harrastusmotivaatioiden kautta sekä esimerkiksi niissä tutkimuksissa, joissa on selvitetty seksuaalista häirintää urheilussa.

Mitä valmentamisen ajatellaan olevan? Valmentamisen tavoitteeksi on asetettu urheilijan suorituskyvyn kehittäminen. Siten tavoitteeksi muotoutuu myös urheilijan menestyminen. Valmentaminen on urheilijan auttamista urheilijan urheilusuorituksessa. Valmentajan työ on harjoitus- ja kilpailutilanteiden johtamista ja organisointia ja vaikuttamista urheilijan harjoitteluun ja suoritukseen. Pystyäkseen hoitamaan tehtävänsä valmentaja tarvitsee organisointitaitoja ja hänen pitää valita tapansa johtaa urheilijoitaan. Hänellä täytyy olla tietoa lajitekniikasta ja taktiikasta sekä perustietoa harjoittelusta pystyäkseen antamaan urheilijalle ohjeita. Ohjeiden antaminen on valmentajan keskeinen tehtävä. Olennaista ohjeiden antamisessa on paitsi niiden sisältö, myös se, miten ohjeiden antotapa vaikuttaa urheilijaan (ja siten urheilusuoritukseen). Valmentajan tehtävänä on kehittää urheilijan urheilusuorituksessaan tarvitsemia psyykkisiä ominaisuuksia ja motivoida urheilijaa harjoittelemaan. Tärkeäksi asiaksi nousee myös urheilijan tukeminen. Se vaatii urheilijan yksilöllistä huomioimista ja tuntemista. Valmentajan määritelmässä valmennuskirjallisuudessa urheilijan tuntemista painotetaan siksi, että siten valmentaja pystyy laatimaan yksilölliset harjoitusohjelmat. Valmentajat itse näkevät roolinsa myös kasvattajana.

On todettu monien asioiden vaikuttavan siihen, miten urheilija arvioi valmentajaansa (mm. urheilulajin luonne, taso ja tilanne, urheilijan ja valmentajan sukupuoli, urheilijan psykologiset ominaisuudet, yhteensopivuus ja urheilijan odotukset). Tässä tutkimuksessa olen tarpeen mukaan huomioinut valmentajan ja urheilijan sukupuolen, urheilijan iän ja sen, onko kyseessä joukkue- vai yksilölaji.

3. TUTKIMUSAINEISTO JA SEN TULKINTA

3.1. Tutkimuskysymys

Tämän työn tavoitteena on kuvata valmentajuutta. Oletan, että valmentamisella on enemmän ulottuvuuksia, kuin olemassa olevat määritelmät kuvaavat. Tarkoituksena on tutkia mitä ja miten urheilijat kirjoittavat valmentajistaan ja millaisia merkityksiä he valmentajalleen ja hänen toiminnalleen antavat. Selvitän millaisia odotuksia valmentajalle asetetaan, miten valmentajan kerrotaan toimivan ja millainen on valmentajan ja urheilijan välinen ihmissuhde. Tavoitteena on tutkia valmentajan merkitystä urheilijalle. Onko valmentaja pääasiassa urheilijan suorituskyvyn kehittäjä vai onko hänellä urheilijalle jotain muutakin merkitystä?

3.2. Aineiston hankinta

Halusin tutkimusaineistoksi eri lajien ja eritasoisten urheilijoiden kuvauksia valmentajiensa toiminnasta. Olen työskennellyt liikunnanohjaajakoulutuksessa opettajana vuodesta 1989. Liikunnanohjaajaopiskelijoista suurin osa harrastaa tai on harrastanut jollakin tasolla kilpaurheilua. He edustavat useita eri urheilulajeja ja heistä noin puolet on miehiä ja puolet naisia. Niinpä tutkimusjoukko oli helposti tavoitettavissa.

Tutkimukseni alkuperäinen teema on ollut valmentajan etiikka. Keväällä 1998 tarvitsin tausta-aineistoa valmentajan eettisiä ohjeita valmistelevan työryhmän työtä varten ja miettiessämme Pajulahden opettajakunnan kanssa pääsykoetehtäviä, esitin yhdeksi kirjalliseksi tehtäväksi kirjoitelmaa aiheesta ”Valmentajan etiikka”. Kirjoitelma arvosteltiin viestinnän tehtävänä pääsykokeissa ja jälkikäteen poimin sieltä teemoja valmentajan etiikka-työryhmää varten.

Kun mietin aineiston hankkimista tutkimustani varten keväällä 1999, ajattelin, että pääsykoetehtävä olisi hyvä tapa kerätä aineistoa. Kuitenkin kirjoitelman aiheen valinta oli ongelma. Edellisen vuoden kirjoitelmat aiheesta ”valmentajan etiikka” eivät vaikuttaneet riittävän omakohtaisilta ja eläviltä. Vähemmistö kirjoittajista kirjoitti omista kokemuksistaan. Olkoonkin, että varsinkin ikävistä asioista on helpompi kirjoittaa ikään kuin muille tai muualla tapahtuneena, halusin omakohtaisia tarinoita. Toisaalta aihe ”valmentajan etiikka” tuntui vaativan pohjustusta. Kaikille ei ole välttämättä selvää, mitä se tarkoittaa. Halusin kuitenkin mahdollisimman vähän johdatella kirjoittajia. Roosin mukaan on tärkeää välttää liian spesifiä aiheen rajausta, jolloin kertoja kertoo tarinansa tutkimuksen erityisnäkökulmasta. Tuloksena ei ole enää ”autonominen” elämäntarina (Roos 1988,144). Halusin kirjoittajien kirjoittavan omista valmentajistaan ja jotenkin punnitsevan heidän toimintaansa. Valitsin kirjoitelman aiheeksi ”Minun valmentajani – mitä olen häneltä oppinut”. Kirjoittajille annettiin ohjeeksi käsitellä aihetta mahdollisimman laaja-alaisesti, ei esimerkiksi vain taitojen oppimisen kannalta. Lisäksi kirjoittajia kehoitettiin tarkastelemaan asiaa eri näkökulmista. Tämä siksi, että pelkäsin pääsykoetilanteen vaikuttavan siten, että kirjoittajat katsovat sosiaalisesti suotavaksi kirjoittaa vain positiivisia seikkoja ja kirjoitelman otsikko on lähtökohdaltaan positiivinen. ”Konteksti on tärkeä, sillä ilman sitä et voi todella tietää elämäntarinaa sisältävää intentiota. Jokaisella ihmisellä on useita potentiaalisia elämäntarinoita, useita versioita esitettäväksi kontekstin mukaisesti: kenelle, millä tarkoituksella, millä painotuksella ym. Kertomus vaihtelee myös elämänvaiheen mukaan” (Roos 1988,148). Vaikka pelkäsin pääsykoetilanteen vaikuttavan kirjoitelmien sisältöön, uskoin siitä olevan myös hyötyä, koska varmasti suurin osa kirjoittajista paneutuisi tehtävään huolella.

Kirjoittajat saivat valita joko edellä mainitun aiheen tai aiheen: ”Minun opettajani/ohjaajani – mitä olen häneltä oppinut?” Kirjoittajille kerrottiin, että heidän suostumuksellaan kirjoitelmia tulitaisiin käyttämään paitsi pääsykoetehtävinä myös tutkimusaineistoina. Mikäli he suostuivat kirjoitelmansa osallistumiseen tutkimukseen, heidän tuli kirjata paperiin koodausta varten sukupuolensa ja urheilulajinsa. Näin tutkimusaineistossa oli mahdollista heti peittää kirjoittajan nimi paperista. Mikäli he eivät halunneet kirjoitelmaa

tutkimukseen, he kirjasiivat paperiin ”ei tutkimukseen”. Heille vakuutettiin, ettei tutkimukseen osallistuminen tai osallistumatta jättäminen vaikuta heidän kirjoitelmansa arviointiin pääsykoetehtävänä ja kirjoitelmia tulotisiin tutkimuksessa käsittelemään nimettöminä. Tutkimukseen kirjoitelmista otettiin ne valmentaja-kirjoitelmat, joissa oli suostumus tutkimukseen.

Kirjoittajat saivat tehtävän pääsykoepäivän aamuna ja heillä oli aikaa kirjoittaa sitä koko pääsykoepäivä. Tehtävä oli määrä palauttaa illalla kokeiden päätyttyä. Pääsykoepäivä rytmittyi niin, että hakijoilla oli ruokatunnin lisäksi kaksi hyppy tuntia päivän aikana kirjallisia tehtäviä varten. Sen lisäksi heidän oli mahdollista jäädä kirjoittamaan illalla muun pääsykoeohjelman päätyttyä.

3.3. Kirjoittajien taustaa

Kirjoitelmia on 264 kappaletta. Yhteensä pääsykokeissa oli 336 hakijaa, joten suurin osa kirjoittajista kirjoitti valmentajistaan, opettajakirjoituksia ja sellaisia valmentajakirjoituksia, joiden kirjoittaja ei halunnut tarinaansa tutkimukseen, oli yhteensä 72 kappaletta. Kirjoittajista miehiä oli 138 ja naisia 126 ja he edustivat yhteensä 38:a urheilulajia (TAULUKKO 1.).

TAULUKKO 1. Kirjoittajien harrastamat urheilulajit.

LAJI	NAISET (lkm)	MIEHET (lkm)
Pallopelit yhteensä (lentopallo, koripallo, jalkapallo, pesäpallo, jääkiekko, ringette, salibandy, vesipallo, baseball, tennis, squash, golf)	52	104
Kamppailu- ja voimalajit yhteensä (karate, jujutsu, Tae Kwon Do, Krav Maga, judo, nyrkkeily, paini, voimannosto)	7	5
Taito- ja teholarit yhteensä (taitoluistelu, ratsastus, yleisurheilu, alppihiihto, keilailu, kilpa-aerobic, joukkuevoimistelu, baletti, telinevoimistelu, tanssi, motocross)	52	15
Kestävyyslajit yhteensä (suunnistus, hiihto, hiihtosuunnistus, ampumahiihto, uinti, melonta, triathlon)	14	13
Ei ilmoittanut lajia	1	1
Yhteensä	126	138

Kirjoittajat olivat n. 18-26-vuotiaita. Heillä oli jo kokemusta ja perspektiiviä kertoa sekä lapsuuden aikaisista valmentajista että viimeisimmistä valmentajistaan. Joukossa oli liikunnan harrastajia, jotka lapsuudessaan olivat jonkin verran harrastaneet kilpaurheilua, aktiivisia piiritason urheilijoita, kansallisen tason urheilijoita sekä huippu-urheilijoita (maajoukkue- ja olympiaedustajia).

Osa kirjoittajista kirjoitti lapsuudenaikaisista valmentajistaan ja ohjaajistaan ja osa tämänhetkisestä valmentajastaan. Siten kirjoitelmat peilaavat aikaa kirjoitushetkestä lähes 20 vuotta taaksepäin. Vanhimmat kirjoittajista aloittivat urheiluharrastuksensa 1980-luvun alussa ja nuorimmat kymmenisen vuotta myöhemmin.

3.4. Aineiston käsittely

Kirjoitelmia kertyi enemmän kuin odotin. Ennakkoon ajattelin, että noin puolet pääsykokeisiin osallistuvista kirjoittaa opettajistaan tai ei halua kirjoitelmaansa tutkimukseen. Suurin osa kirjoitti kuitenkin valmentajastaan, joten tunsin olevani aineistoni kanssa pulassa. Kvalitatiivista tutkimusotetta ajatellen vähempi olisi riittänyt. Ajattelin, että pystyn karsimaan kirjoitelmista osan pois analyysivaiheessa, mutta kirjoitelmat ovat koko ajan tuntuneet niin mielenkiintoisilta ja tärkeiltä, etten ole löytänyt perustetta jättää jotain pois.

Alkuun luin kirjoitelmat läpi muutamaan kertaan tekemättä muistiinpanoja. Halusin saada kokonaiskuvan aineistosta. Ryhmittelin tekstit miesten ja naisten kirjoittamiin sekä vielä lajiryhmittäin nippuihin. Vaikka tarkoituksena ei ollut varsinaisesti vertailla miehiä ja naisia keskenään, eikä selvittää lajien alakulttuurien eroja, ajattelin, että mikäli ilmeisiä eroja löytyy, voin perehtyä asiaan tarkemmin. Sitten aloitin kirjoitelmien puhtaaksikirjoittamisen. Kirjoittamisen ohessa tein muistiinpanoja kirjoitelmien herättämistä ajatuksista. Osan puhtaaksikirjoituksesta teetin Lahden tekstipalvelulla. Puhtaaksikirjoituksen jälkeen luin tekstit noin kymmeneen kertaan. Tekstien lukeminen ja puhtaaksikirjoitus veivät aikaa työn ohessa noin vuoden. Tein ajatustyötä siis kaikessa rauhassa ja annoin ajatusteni kypsyä. Samalla lukemani kirjallisuus ja keskustelut valmentajien kanssa toivat uusia näkökulmia ja ajatuksia aineiston analysoimiseen.

Tutustuin ladullisen analyysin apuvälineeksi kehitettyyn WinMax 1,0+- tietokoneohjelmaan, jonka avulla tekstiä voi leikellä ja luokitella. Ymmärrettyäni ohjelman idean, päätin käyttää apunani taulukkolaskentaohjelma Exceliä. Se osoittautui käyttökelpoiseksi ja halvaksi ratkaisuksi. Nimesin Excelin taulukot omien avainsanojeni mukaan ja siirsin tekstinkäsittelyohjelmasta tekstiotteita Exceliin. Kun laskin teksteistä eri ilmaisuja ja käytettyjä sanoja, merkitsin ne teksteihin yksinkertaisesti värikynillä ja analysoituani kaikki tekstit, siirsin tiedot Excel-taulukoihin. Näin pystyin tarkistamaan myöhemmin, ettei teksteistä ollut jäänyt mitään huomioimatta ja että luvut pitivät paikkaansa.

3.5. Tarinallisuus

Tutkimusaineisto koostuu kirjoitetuista kertomuksista, narratiiveista. Gergen (1999, 68-70) määrittelee kertomuksen seuraavasti:

- kertomuksella on sanoma
- kertomukseen on valittu tapahtumia, jotka ovat relevantteja sanoman kannalta
- tapahtumilla on ajallinen järjestys
- henkilöhahmot ovat riittävän pysyviä
- tapahtumat ovat usein syy-seuraus suhteessa keskenään ja kertomus tarjoaa selityksen tapahtumille
- kertoja rajaa yleensä itse kertomuksen

Hännisen (1994) mukaan tarina esittää ihmisen sekä aloitteellisena toimijana että tapahtumien kohteena ja henkilö esitetään aina suhteessa toisiin toimijoihin. Tarina kertoo mitä ihminen teki ja miten hänen kävi ja millaisia tunteita tilanteeseen liittyi. Tapahtumia ohjaavat sekä kausaaliset suhteet ja sosiaaliset säännöt että tunteiden ja moraalin logiikka. Polkinghorne (1995,7) korostaa tarinan juonta. Juoni rakentaa ja jäsentää tarinaa niin, että tarinan tapahtumat ja valinnat tulevat ymmärrettäviksi. Juonen tarkoituksena on jäsentää tarinaa ajallisesti ja sisällöllisesti. Tarinan avulla ihminen jäsentää kokemuksiaan ja tarina tekee oman ja muiden toiminnan ja kokemukset ymmärrettäviksi (Eskola & Suoranta 1998,22; Polkinghorne 1995; Chase 1995,1).

Kirjoittajia pyydettiin kirjoittamaan valmentajastaan ja siitä mitä he ovat valmentajaltaan oppineet. Aineiston kirjoituksia voisi kutsua keskitetyn ja lyhytkestoisen omaelämäkerrallisen muistelutyön tuloksena syntyneiksi (vrt. Innanen 2001,38). Saarenheimon mukaan muistelu tarkoittaa omaelämäkerrallisten merkitysten tuottamista, jäsentämistä sekä uudelleenarviointia. Hän korostaa, että merkitykset syntyvät ja muuttuvat kielenkäyttötilanteissa vuorovaikutuksellisesti. (Saarenheimo 1997,58.) Osa aineiston kirjoituksista on tarinoita, joissakin on tarinallisia osia ja joukossa on myös luettelomaisia selontekoja.

Tarinat ovat yhtäaikaan sekä ainutkertaisia että yleisiä. Ne kertovat sekä yksilöstä että siitä yhteiskunnasta ja kulttuurista, jossa ne elävät. (Hänninen 1994.) Tarinat eivät ole tosiasioiden kirjaamista siitä, kuinka asiat todella olivat vaan merkityksenantoa havainnoille ja kokemuksille (Josselson 1995,33). Tarina on monimutkainen sosiaalinen prosessi. Sitä pidetään ihmiselle tyyppillisenä tapana tehdä selkoa todellisuudesta. Se on sosiaalisen toiminnan muoto, joka kuvaa kertojan ja ympäristön suhdetta ja tarina on osa sosiaalisen todellisuuden rakentamista. (Eskola, Suoranta 1998,22,140; Chase 1995,2; Josselson 1995,33)

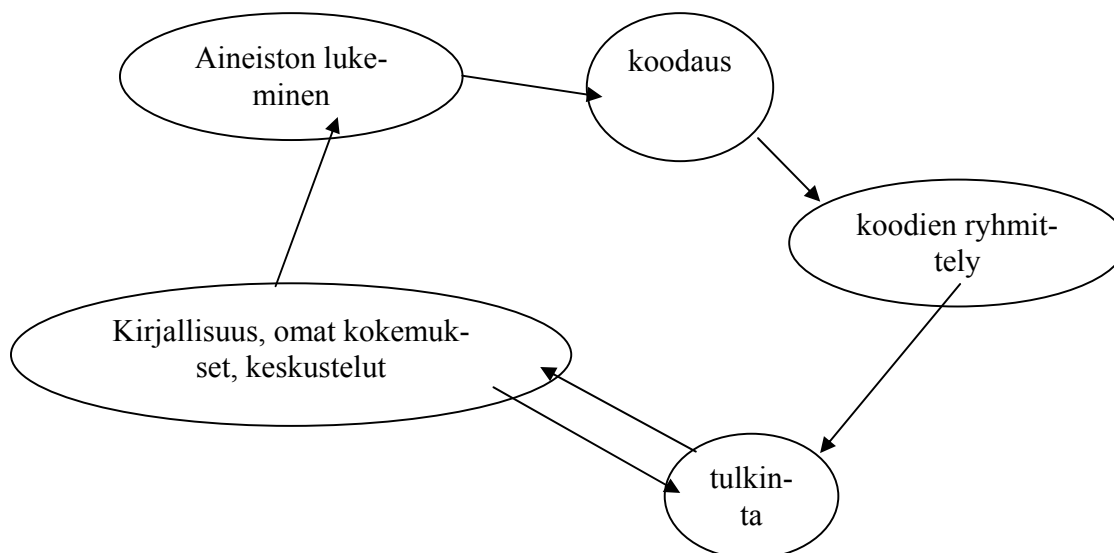
Tarinat kertovat ympäröivästä yhteiskunnasta ja kulttuurista. Chasen (1995,20) mukaan narratiivinen analyysi perustuu sille ajatukselle, että yleisten sosiaalisten prosessien ymmärtäminen vaatii keskittymistä varsinaisiin toimintoihin eli alkuperäisiin narratiiveihin. Toisin sanoen elämäkerrat ilmentävät sitä, mitä pitää tutkia: suhdetta varsinaisen elämäkerran ja sen maailman välillä, jonka kertoja jakaa muiden kanssa. Ne ilmentävät myös tapoja, joilla kulttuuri muotoilee ja rakentaa kertomusta ja tapoja, joilla kertoja käyttää kulttuurisia varantoja ja kamppailee kulttuurisissa rakenteissa. Analysoimalla narratiiveja opimme millaiset narratiivit ovat mahdollisia tietyille ihmisryhmille ja opimme kulttuurisesta ympäristöstä, joka tekee tietyt narratiivit mahdollisiksi tai ongelmallisiksi. Tarinoita ei ymmärretä todellisuuden heijastuksina, todellisuudesta välittömästi kertovina tekstikatkelmina, vaan diskurssiivinen lukutapa edellyttää niiden temantisointia kulttuurissa tuoteiksi kulttuurituotteiksi (Eskola & Suoranta 1998,140).

Kieli ei ole sosiaalisen todellisuuden neutraali heijastaja. Kieli on sosiaalisen todellisuuden tuote samalla, kun se itse tuottaa tätä todellisuutta. Kieltä käytetään eri tavoin pyrittäessä saavuttamaan erilaisia päämääriä. Tekstit eivät ainoastaan kuvaile tapahtumia vaan ne samalla rakentavat sosiaalista elämää. Tekstit eivät siis niinkään kuvaa kohdettaan, vaan pikemminkin aktiivisesti muodostavat jonkin version asioista. Ihmiset käyttävät kieltä tehdäkseen asioita, jolloin kielellä on tiettyjä tehtäviä ja rakentaakseen versioita sosiaalisesta todellisuudesta. Kuvaukset ovat tilanteen konstituioimia ja toisaalta tilannetta konstituivia. Ne nousevat tilanteesta ja myös luovat sitä. Se, mitä ihminen sanoo, on siis sidottava siihen kontekstiin mihin sanominen kuuluu. (Eskola, Suoranta, 1998, 141-142.) Narratiivin

avulla kertoja tulkitsee itseään. Teemme työtä sen kanssa mitä on sanottu ja mitä ei, siinä kontekstissa missä elämä on eletty ja siinä kontekstissa jossa siitä kerrotaan kuvataksaan tuota elämää. Meidän täytyy koodata, uudelleen jäsentää ja käsitteellistää sitä elämää löytääksemme tulkinnan aineistosta. (Josselson & Lieblich 1995, ix.)

3.6. Aineiston analyysi ja tulkinta

Narratiivin käsitettä käytetään varsin väljästi ja narratiivisen tutkimuksen piirissä on kehitetty suuri joukko erilaisia tutkimusmenetelmiä (Hänninen, 2000,30). Niinpä minunkin on ollut vaikeaa keksiä, miten aineistoani analysoisin. Olen saanut vaikutteita useista eri tutkimuksista ja rehellisyyden nimissä on sanottava, että monesti analyysi on alkuun ollut uteliasta kokeilemista. Aineiston analyysi ja tulkinta on ollut monivaiheinen prosessi. En pysty nojaamaan selvästi johonkin yhteen ja ainoaan analyysimenetelmään, vaan aineiston analyysi, tulkinta ja kirjallisuuteen palaaminen on ollut kehämäinen prosessi (KUVIO 2.).



KUVIO 2. Aineiston käsittely, analyysi ja tulkinta kehämäisenä prosessina

Vilkon mukaan omaelämäkertojen luentaa voi kuvata monivaiheiseksi prosessiksi, jossa aineisto vähitellen korjaa ja täsmentää tutkimusasetelmaa. Prosessin voi tiivistää kahteen vaiheeseen. Vaiheet voivat toistua ja alkaa uudelleen alusta, mutta periaatteessa ne ovat eriaikaisia ja analyttisesti eri kohtaan sijoittuvia tutkimusprosessin osia. Ensinnäkin jokin asiantila, ilmiö tai kerrontatapa voi elämäntarinoissa esiintyä niin silmiinpistävän selkeänä ja yleisenä, että se väistämättä kiinnittää tutkijan huomion. Ensi havainnon jälkeen tarvitaan kuitenkin kontrolloitua asetelmaa, jotta tutkija voisi edelleen arvioida havaintonsa merkitystä. (Vilkko 1992, 91.) Tutkimukseni lähtökohtana oli varsin väljä tutkimuskysymys, lähinnä vain tutkimuksen aihe. Tutkimuskysymys ja asetelma ovat tarkentuneet ja muuttuneetkin tutkimuksen kuluessa sen mukaan millaisia ajatuksia aineisto on herättänyt ja mitä olen oppinut matkan varrella.

Aineistoja analysoidessani olen kiinnittänyt huomiota pääasiassa kirjoitusten temaattiseen sisältöön. Selvästi vähemmän olen huomionnut tapoja, joilla tarinoita on kerrottu. Olen halunnut analysoida sitä, mitä kirjoittajat ovat tietoisesti halunneet sanoa ennemmin kuin sitä, millaisia merkityksiä he ehkä huomaamattaan ilmaisevat valitessaan jonkin ilmaisutavan. (vrt. Hänninen 2000,33)

3.6.1. Aineiston pilkkominen teemoihin

Aineiston analyysin lähtökohta perustuu Grounded theoryn (Strauss & Corbin 1990) ajatukseen aineistolähtöisyydestä. Aineistolähtöinen tutkimusote vie tutkimusta eteenpäin aineiston mukana. Aineistosta opitaan uusia asioita ja sen pohjalta nostetaan esille sellaisia miksi-kysymyksiä, joita ei olisi osannut tehdä ennen aineistoon ja samalla tutkittavaan ilmiöön perehtymistä. (Alasuutari 1999; Eskola & Suoranta 1998.) Laadulliseen analyysiin ja tulkintojen tekemiseen on olemassa kaksi periaatteellista lähestymistapaa. On mahdollista pitäytyä tiukasti aineistossa ja analysoida sitä ”Grounded”-mallin mukaisesti rakentaen tulkintoja tiiviisti aineistosta käsin. Toinen tapa on pitää aineistoa tutkijan teoreettisen

ajattelun lähtökohtana, apuvälineenä tai lähtökohtana tulkinnoille. (Eskola & Suoranta 1998,146.)

Ryhdyin analysoimaan kirjoitelmien sisältöä ilman testattavaa teoriaa tai valmiiksi laadittuja luokittelusääntöjä. Kuitenkin etsin alkuun aineistosta valmentajuuden ja valmentajan toiminnan representaatioita. Minua kiinnosti se, mitä valmentajasta sanottiin, mitä omalla tavallaan voi kyllä pitää valmiina luokittelusääntönä. Analyysin lähtökohtana oli kuitenkin aineistolähtöisyys ja muutaman lukukerran jälkeen aineistosta todella löytyi muutamia teemoja. Ensimmäisellä luokittelukierroksella poimin aineistosta sieltä selvästi esiin nousevat teemat. Ne olivat lauseita tai kappaleita, jotka nimesin niitä kuvaavilla nimillä. Tässä vaiheessa harjoitin paljon yksinpuhelua, sillä tietyt teemat toivat paljon omakohtaisia muistoja, joita en ollut muistanut kirjoittaessani auki omia muistojani valmentajistani (kts. luotettavuus). Yritin pohtia noiden muistojen merkitystä ja kirjoitin niitä alustavien tulkintojen sekaan muistaakseni ne myöhemmässä vaiheessa ja näin ehkä välttyäkseni tekemästä analyysistä vain omien muistojeni psykoterapointia. Yksinpuhelua aiheutti myös lauseiden ja kappaleiden sijoittaminen otsikoiden alle. Straussin & Corbinin (1990,63) ehdottamat kysymykset mikä tämä on ja mitä tämä edustaa auttoivat sijoittelussa.

Ensimmäisen luokittelukierroksen jälkeen palasin kirjallisuuden pariin ja etsin luokittelussa löytyneistä teemoista teoriataustaa. Edelleen kirjallisuudesta esiin nousseiden kysymysten siivittämänä palasin jälleen aineiston pariin tarkentamaan luokitusta. Tässä kehässä pyörin joitakin kierroksia. Paluu kirjallisuuteen aiheutti joka kerta melkoisen suon, sillä aineistosta löytyviä teemoja tuntui olevan paljon. Teemoja löytyi myös alkuperäisen ajatuksen (valmentajuus ja valmentajan toiminta) ulkopuolelta. Siksi ajattelen, että aineistolähtöisyys ainakin osassa teemoista toteutui.

Työn seuraavassa vaiheessa kategorisoin luodut teemat. Tämä tarkoittaa sitä, että liitin samaa asiaa edustavat teemat yhteen ja nimesin kategoriat niitä kuvaavalla nimellä (TAULUKKO 2). Kategorioita voidaan edelleen jakaa alakategorioihin, mitä osittain tein seuraavassa vaiheessa. (Strauss & Corbin 1990, 61-74, 96-115; Polkinghorne 1995,10.)

Oma lähestymistapa ei ole ollut puhtaasti Grounded theoryn mukainen vaan Laineen käyttämä teorian ja empiirisen tutkimusaineiston välinen jatkuva vuoropuhelu on lähempänä omaa työskentelytapaa. Tämä hermeneuttiseksi rekonstruktioksi nimetty lähestymistapa pyrkii yhdistämään arkitietoisuutta- ja kokemusta sekä teoriaa jatkuvana ja toisiaan täydentävänä prosessina. Tutkimus on jatkuvaa dialogia tutkijan ja tutkimusaineiston välillä. Tutkimusstrategiaan sisältyy ajatus siitä, että tutkija ja tutkimus eivät ole neutraaleja tai toisistaan erillisiä. Tutkimuksen kirjoittaja sisällyttää tutkimuksen kohteet tekstiinsä ja rakentaa uudelleen oman ymmärryksensä ja käsitteidensä välityksellä sen sosiaalisen maailman, jota kuvaa tutkimuksessaan. Tutkimuksen rajat piirtyvät tutkijan kielen ja tekstin kautta. Tämä rajaaminen tapahtuu osana sosiaalista todellisuutta ja kulttuurista tilannetta tietyssä ajassa ja tilassa. (Combe & Helsper 1991 teoksessa Laine 1997 b, 20-21; Laine 2000,14-15.)

Löysin aineistosta yhteensä 27 teemaa, jotka koodasin oman otsikkonsa alle. Teemojen aihealueita yhdistelemällä syntyi neljä kategoriaa: valta, vuorovaikutus, valmentajan toimintaympäristö ja urheilupuhe (TAULUKKO 2.).

Kirjoitin auki omiksi kokonaisuuksikseen neljä yläkategoriaa: valta, vuorovaikutus, valmentajan toimintaympäristö ja urheilupuhe. Tässä vaiheessa kirjoittaminen oli muistiinpanon omaista. Kirjoitin teemoja auki ja lisäilin väliin omia ajatuksiani muistaakseni ne siinä vaiheessa, kun otan asian tarkempaan käsittelyyn. Teemoja auki kirjoittaessa ne järjestäytyivät hieman eri lailla kuin alkuperäiset teemat (syntyi alakategorioita) ja tässä vaiheessa palasin aina alkuperäiseen aineistoon täydentääkseni ja tarkistaakseni luokitustani. ”Ensimmäinen”-teema löytyi myöhemmässä vaiheessa. Tässä työssä en käsittele kaikkia löytyneitä teemoja, vaan ne, jotka eivät suoraan liity tutkimuskysymykseeni, jätän myöhemmää vaihetta varten.

TAULUKKO 2. Aineiston luokittelussa syntyneet teemat ja niiden yläkategoriat.

Kategoria	Teema
Valta, vallan käyttö	auktoriteetti, asiantuntemus, jalusta, toinen isä tai äiti, ystävyysongelma, pettymys
Vuorovaikutus	kuuntelu, ristiriita, luottamus, kannustus, välittäminen, huumori, kommunikointi
Valmentajan toimintaympäristö	ajan uhraaminen, valmentajan olemus, käytöstavat, eettinen ongelma, ahkeruus, esimerkki, tasapuolisuus, asiantuntemus
Urheilupuhe	kova treeni, voittaminen, tehdään minusta, urheilijan tapa, kunnianhimo, minä ja valmentaja, laihdutus, tiukkana

3.6.2. Yksityiskohtaisempi sisällön analyysi

Kirjoituksia lukiessani minulle tuli mielikuva, että suurin osa kirjoituksista on melko positiivisia kuvauksia valmentajista. Halusin varmistaa onko asia todella näin ja onko eri ryhmien kirjoituksissa jotain eroja. Otin aineiston uudelleen esiin luokittaakseni sitä uudelleen uudesta näkökulmasta. Halusin selvittää, mitä kerrotaan valmentajan persoonasta ja toiminnasta. Tässä vaiheessa jätin luokittelusta pois ne asiat, jossa kerrottiin opitun valmentajalta jotain. Luokittelin ne myöhemmin erikseen. Näissä luokittelussa luokittelin miesten ja naisten kirjoitukset erikseen. Tavoitteena oli selvittää kerrottujen asioiden mittakaavaa. Kuinka paljon kerrotaan kielteisiä ja kuinka paljon myönteisiä asioita ja millaisia vastakohtaisuuksia kertomuksista löytyy. Luokitellessani poimin tekstiotteet ja niputin ne kategorioihin: asiantuntemus, toiminta, omistautuminen, valmentajan toiminta suhteessa kirjoittajaan, valmentajan toiminta suhteessa ryhmään, taustatiedot, luonteenpiirteet, rooli, suhtautuminen työhön. Näistä tekstiotteista poimin vielä asiaa kuvaavat termit Excel-työkaluun, jolloin pystyin laskemaan kuinka usein jokin asia mainitaan ja jätetäänkö jotain kokonaan

mainitsematta toisen sukupuolen kohdalla. Näin erot miesten ja naisten kirjoituksissa on mahdollista hahmottaa. Ajatuksen tähän sanojen ja sanontojen laskemiseen sain Eeva Jokisen (1996) tutkimuksesta, jossa hän laski mainintoja äitiyteen liittyvistä tuntemuksista.

Jatkoin seuraavaksi samaa luokitusta tarkentaen sitä siten, että erottelin vielä miesten ja naisten kirjoitukset sen mukaan onko valmentaja mies, nainen tai perheenjäsen (TAULUKKO 3). Kirjoitelmien instruktiossa ei pyydetty mainitsemaan valmentajan sukupuolta, mutta useimmissa tarinoissa se kuitenkin ilmenee joko suoraan kerrottuna tai esimerkiksi valmentajan nimi on kerrottu. Osassa niistä tarinoista, joissa valmentajan sukupuoli ei selviä, sen voi päätellä lajin perusteella (esimerkiksi joukkuevoimistelu) tai valmentajasta on mainittu jotain sukupuolen paljastavaa (esimerkiksi entinen NHL-pelaaja).

TAULUKKO 3. Valmentajien sukupuoli tai perheenjäsenyys.

valmentaja	naisurheilija (lukumäärä)	miesurheilija (lukumäärä)
naisvalmentaja	35	3
miesvalmentaja	37	107
perheenjäsen valmentajana	11	8
valmentajan sukupuolesta ei ole tietoa	43	20
yhteensä	126	138

Kokosin myös nämä luokitukset Excel-taulukkoon, jolloin erot sukupuolten välillä on helpompi havaita (LIITE 1.).

Kun olin jakanut valmentajasta kerrotut asiat näin sekä kertojan että valmentajan sukupuolen perusteella, kiinnostuin siitä, mistä ajasta kirjoittajat kertovat. Seuraavassa vaiheessa

säilytin edellisen sukupuolijaottelun ja jaoin edelleen valmentajasta kerrotut asiat sen mukaan, mistä ikäkaudesta kirjoittaja kertoo (LIITE 2.) (TAULUKKO 4.). Jaoin tarinat kolmeen ryhmään. Aikuisikä-kertomuksissa kertoja kertoo tämän hetken valmentajastaan tai parin viime vuoden aikaisista tapahtumista. Osa kirjoittajista on 18-19-vuotiaita, joten joukossa on myös A-juniori-ikäisten kertomuksia. Tähän ryhmään luokittelin myös sellaiset kertomukset, joissa sama valmentaja oli valmentanut urheilijaa koko urheilu-uran ajan kirjoitushetken saakka. Murrosikä-kertomuksissa kertoja kertoo olleensa 13-17-vuotias tai mainitsee tapahtumien sijoittuvan murrosikään tai esimerkiksi C- tai B-juniori-ikään. Lapsuus-kertomuksiin luokittelin ne, joissa kertoja kertoo tapahtumista, jotka ovat tapahtuneet hänen ollessaan 12-vuotias tai nuorempi. Lapsuus- ja murrosikä rajan sijoitin ikävuoteen, jolloin siirrytään ala-asteelta yläasteelle.

TAULUKKO 4. Ikäkausi, jota kirjoittaja kertomuksessaan kertoo jaoteltuna valmentajan ja kirjoittajan sukupuolen mukaan..

ikäkausi ja valmentajan sukupuoli	naiset, lukumäärä	miehet, lukumäärä
aikuisikä, miesvalmentaja	24	43
aikuisikä, valmentaja samaa sukupuolta	11	43
murrosikä, miesvalmentaja	6	45
murrosikä, valmentaja samaa sukupuolta	13	45
lapsuus, valmentaja samaa sukupuolta	8	12
yhteensä	62	100

Miesurheilijoilla on vain kolmessa tarinassa naisvalmentaja, joten ne tarinat oli helppo käsitellä erikseen. Siksi tässä jaottelussa oli mielekkäämpää jakaa kertomukset sen mukaan, onko kyseessä miesvalmentaja vai kerrotaanko samaa sukupuolta kirjoittajan kanssa olevasta valmentajasta. Lapsuusiästä kertovissa tarinoissa valmentaja sattuu aina olemaan samaa sukupuolta kirjoittajan kanssa. Tässä jaottelussa jäi kokonaan pois ne tarinat, joissa valmentajan sukupuoli ei selvinnyt.

Näiden luokittelujen jälkeen palasin jälleen aineistoon ja poimin sieltä ne tekstiotteet, joissa kerrotaan opituista asioista (LIITE 3.). Kirjoitelman otsikkohan oli ”Minun valmentajani – mitä olen häneltä oppinut”. Jaottelin opitut asiat kuuteen teemaan:

1. Omaan toimintaan tai luonteeseen liittyvät asiat, itseluottamus, käytöstavat jne.
2. Työpuhe: työnteko, taistelu, sisu ja sinnikkyys
3. Urheilupuhe 1. harjoittelu, tekniikka, taktiikka, ravinto
4. Sosiaalinen toiminta: joukkuepeli, henki, toisten huomioiminen
5. Urheilupuhe 2. voittaminen, häviäminen, hauskuus
6. Muut: valmentajan toiminta, elämänohjeet

Nämä teemat jaottelin urheilijan ja valmentajan sukupuolen mukaan. Sen lisäksi oli kiinnostavaa erotella ne vielä sen mukaan, kerrotaanko yksilö- vai joukkuelajista. Yksilöurheilusta aineistossa kerrotaan 105 kertomuksessa ja joukkueurheilusta 157:ssä. Kahdessa kertomuksessa kirjoittaja ei ole maininnut lajiaan.

Tässä vaiheessa olin hyvin selvillä siitä, millaisia eroja kertomuksissa on. Lukumääräinen luokittelu helpotti aineiston hallintaa ja auttoi huomaamaan sanomisia ja etenkin sanomatta jättämisistä. Sanomatta jättämisistä eli siitä, mitä jossain ryhmässä kerrottiin, mutta toisessa ei, löytyi eroja ryhmien kesken.

3.6.3. Tarinatyyppit

Valmentajan toimintaa analysoidessani ja yksittäisiä sanomisia laskiessani tuli tunne, että pieniä yksityiskohtia tutkiessani hukkaan kokonaiskuvan. Niinpä palasin taas alkuperäiseen aineistoon. Nyt luin tarinoita kokonaisuuksina ja jaottelin kirjoitukset sen mukaan miten kertomus rakentuu, kenestä kerrotaan ja miten. Tämä vaati useita lukukertoja. Ensimmäisellä lukukerralla kirjasin koodaukseni erilliselle paperille ja toisella lukukerralla

tarkistin lukemisen jälkeen olinko edelleen samaa mieltä. Ne kertomukset, joissa olin toisella lukukerralla päätenyt toisenlaiseen luokitteluun luin vielä useampaan kertaan. Edelleen lukiessa syntyi tietenkin uusia luokkia ja uusia ajatuksia siitä, mistä tässä tarinassa kerrotaan, joka aiheutti aina aikaisempien luokkien tarkistuksen. Joissain tapauksissa päädyin sijoittamaan kertomuksen kahteen luokkaan. Uskon, että tämä prosessi voisi jatkua loputtomien. Aineistosta tuntuu aina löytyvän jotain uutta, enkä ole varma, voiko aineiston kylläntymistä todella tapahtua. Jossain vaiheessa vain täytyy tyytyä siihen, mitä on saanut irti.

Jaottelin tarinatyyppit seuraavasti:

1. Sateentekijätarinat: Lähtökohtana on jollain lailla epätydyttävä tilanne tai nollatilanne. Valmentajan ilmaantuminen tarinaan muuttaa tarinan kulun parempaan suuntaan.
2. Pettymys sateentekijään: Nämä tarinat kertovat odotusten pettämisestä. Kaikki sateentekijätarinat kertovat valmentajaan kohdistuvista odotuksista.

Sateentekijätarinoita on yhteensä 70 kappaletta (26 % kaikista kirjoituksista), joista naisten kirjoittamia on 18 ja miesten 52. Naisten tarinoista pettymystarinoita on kolme kappaletta ja miesten kuusi. Naisten tarinoista 14 kertoo joukkuelajeista ja neljä yksilölajeista. Miesvalmentajista ja naisvalmentajista kertovia sekä sellaisia, joissa sukupuolta ei mainita on kaikkia kuusi kappaletta. Nykyhetkestä kerrotaan kahdeksassa tarinassa, murrosiästä kuudessa, lapsuudesta kahdessa tarinassa ja ikää ei ole mainittu kahdessa tarinassa. Miesten tarinoissa joukkuelajeista kerrotaan 44 tarinassa ja yksilölajeista kahdeksassa. Suurin osa kertoo miesvalmentajista, yhdessä tarinassa vanhempi on valmentajana ja kolmessa tarinassa valmentajan sukupuolesta ei ole tietoa. Nykyhetkestä kerrotaan 23 tarinassa, murrosiästä 25:ssä ja lapsuudesta neljässä tarinassa.

3. Ihmissuhde tarinat: Nämä kertovat urheilijan ja valmentajan välisestä ihmissuhteesta, suhteen kehittymisestä, vuorovaikutuksesta ja valmentajan persoonan merkityksestä urheilijalle.
4. Pettymys ihmissuhteessa

Ihmissuhdetarinoita on yhteensä 100 kappaletta (38 %), joista naisten kirjoittamia on 59 ja miesten 41. Naisten tarinoista 50 on myönteisiä tarinoita (näistä viisi myös sateentekijöitä) ja yhdeksän pettymyksiä. Miesten tarinoista 33 on myönteisiä tarinoita (kymmenen on luokiteltu myös sateentekijöiksi) ja kahdeksan pettymyksiä. Naisten ihmissuhdetarinoissa kerrotaan miesvalmentajasta 20 tarinassa, naisvalmentajasta 24:ssä, vanhemmasta kolmessa ja valmentajan sukupuolesta ei ole tietoa 12:ssa tarinassa. Joukkuelajeista on 23 tarinaa ja yksilölajeista 36. Miesten ihmissuhdetarinoissa miesvalmentajasta kerrotaan 35:ssä tarinassa. Tarinoita, joissa kerrotaan naisvalmentajasta, vanhemmasta valmentajana tai valmentajan sukupuolesta ei ole tietoa, on kaikkia kaksi kappaletta. Joukkuelajeista on 28 ja yksilölajeista 13 ihmissuhdetarinaa.

5. Täydellinen pettymys-tarinat: Kertomuksissa on yhdeksän pettymystarinaa, joita en osannut selvästi luokitella sateentekijöihin enkä ihmissuhdetarinoihin. Niissä valmentajaan on petytty kokonaan.
6. Tekninen tarina: Tarina keskittyy pääasiassa urheilusuoritukseen ja harjoittelun sisältöön.

Teknisiä tarinoita on yhteensä 24 (9 %), naisten kirjoittamia näistä on 13 ja miesten 11. Naisten tarinoista kaksi käsittelee joukkuelajia ja 11 yksilölajia. Miesten tarinoista seitsemän käsittelee joukkuelajia ja neljä yksilölajia.

7. Minätarina/oppimistarina: Tarina keskittyy kertojan omaan urheilemiseen ja elämään.

Minä-oppimistarinoita on yhteensä 42 (16 %) Miesten kirjoittamia on 22 ja naisten 20. Huomattava osa tarinoista, joissa kerrotaan vanhemmasta valmentajana, kuuluu minä-oppimistarinoihin (yhteensä 11 vanhemmista kertovaa). Niissä tarinoissa, joissa kerrotaan

omasta äidistä tai isästä ei juurikaan käydä kuvaamaan vanhemman persoonaa saati sitten arvioimaan sitä. Lienee helpompi kertoa omasta itsestä ja omasta oppimisesta.

8. Etäinen tarina: Näissä tarinoissa valmentajan toiminnasta kyllä kerrotaan, mutta valmentajaa ei mainita persoonana.

Etäisiä tarinoita on yhteensä 24 (9 %). Naisten kirjoittamia on kahdeksan ja miesten kirjoittamia on 16. Useimmissa tarinoissa ei mainita valmentajan sukupuolta ja monissa ajanjakso, mistä tarina kertoi jää myös epäselväksi. Kuitenkin tähän ryhmään osuu useita todella pitkiä kertomuksia. Tarinaa valmentajista yleisesti siis riittää, ilman että asiaa lähestytään henkilökohtaisemmin.

9. Valmentajatarina: Tarina kertoo valmentajan persoonasta ja toiminnasta, muttei valmentajan ja urheilijan välisestä ihmissuhteesta.

Valmentajatarinoita on yhteensä kahdeksan (3 %), joista naisten kirjoittamia on kuusi ja miesten kaksi.

3.7. Luotettavuus

Tutkimuksen aineiston keräsin liikunnanohjaajakoulutuksen pääsykoetehtävänä. Kirjoittajissa on edustettuna laaja urheilulajien kirjo ja miehiä ja naisia on lähes saman verran. Naisvalmentajista kertovia kertomuksia on selvästi vähemmän kuin miesvalmentajista. Mielestäni jakaumiltaan kirjoittajien joukko vastaa hyvin urheilumaailman todellisuutta. Kirjoittajat olivat pyrkimässä liikunta-alalle. Se kertoo heidän innokkaasta suhtautumisesta liikuntaan ja urheiluun. Vaikuttaako liikuntamyönteisyys siihen, millaisia muistoja kirjoittajilla on valmentajistaan tai millaisia tarinoita he valmentajistaan kirjoittavat? Varmaankin toisenlaisessa tutkimusjoukossa olisi saattanut olla enemmän pettymystarinoita kuin tässä aineistossa. En kuitenkaan ajattele, että liikunta-alalle pyrkivillä välttämättä on positiivisemmat kokemukset ohjaajistaan ja valmentajistaan kuin muilla.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuudessa on kysymys sekä aineiston että tulkin luotettavuudesta. Aineiston kohdalla luotettavuus merkitsee ennen kaikkea aitoutta: aineisto on aitoa, kun tutkimushenkilöt puhuvat samasta asiasta kuin tutkija oletti (Ahonen, 1994,129). Kirjoittaja saattaa leikitellä sosiaalisen hyväksyttävyyden, tarinan uskottavuuden ja käytännöllisen tiedonvälityksen rajamailla lyömällä tarinansa ”läskiksi” mutta silloinkin tarinaan tarttuu jotakin kirjoittajan merkitysmaailmoista ja minästä. Kirjoitus on aina kirjoitettu jossakin kontekstissa, ajassa ja paikassa, tiettyä tarkoitusta varten jollekin yleisölle. Kertojan tulee olla omassa lajissaan uskottava, jolloin ei ehkä niinkään pohdiskella sitä, onko tarina totta vai ei, faktaa vai fiktiota, vaan pikemminkin on kyse yksilöllisen kokemuksen esittämisen käyttökelpoisuudesta, sen aikaansaamasta vaikutuksesta ja sosiaalisesta hyväksyttävyydestä. (Hyvärinen, 1994, 53-63.) Se, ovatko tarinat totta vai ei, voi olla ongelmallista niissä kohdissa, joissa olen halunnut kertoa sen, mitä urheilijat kirjoittivat. Näin on kappaleissa ”Mitä valmentajasta kerrotaan” ja ”Mitä on opittu”. Niissä kuitenkin aineiston laajuus tuo luotettavuutta. Kirjoitusten totuudellisuus ei sen sijaan ole ongelma esimerkiksi tulkittaessa valmentajiin kohdistuvia odotuksia. Vaikka kirjoittaja kirjoittaisi täysin kuvitteellisesta tilanteesta, kertomuksesta voi silti tulkita, mitä odotuksia valmentajaan kohdistuu. Ajattelen, että aineiston voisi jakaa totuudellisuuden suhteen neljään tasoon. Ensinnäkin se, mitä on kerrottu voi olla joko todellista tai se voi olla toivetta. Kirjoittajan todellinen kokemus edelleen voi olla valmentajan ”aitoa” toimintaa tai se voi olla kuvaus valmentajan esittämästä roolista. Mikäli kirjoittaja kirjoittaa toiveestaan, hän voi kirjoittaa omasta henkilökohtaisesta toiveestaan tai hän mahdollisesti kuvaa hyvän valmentajan kulttuurista konstruktiota.

Pääsykoetilanteen uskon vaikuttaneen useimpien kirjoittajien kohdalla siten, että he paneutuivat tehtävään huolella. Toisaalta pääsykokeissa voi tulla tarve sosiaalisesti hyväksyttävään kirjoittamiseen, asioiden kaunisteluun ja pyrkimystä oman kuvan kiillottamiseen. Oman arvioni mukaan suurin osa kirjoituksista on hyvinkin aitoja. Mielestäni kukaan kirjoittajista ei ole lyönyt ”läskiksi” ja kilven kiillotustarinat on enimmäkseen mahdollista tunnistaa. Joissakin tapauksissa kirjoittaja on syytynyt kuvailemaan valmentajaansa niin värikkäästi ja estoitta, etten ehkä itse olisi samanlaista kieltä käyttänyt pääsykoetilanteessa.

Kirjoitustilanne on kuitenkin hetkestä kiinni. En tiedä syntyykö aidompia tarinoita siten, että kirjoittaja kirjoittaa paperille ensimmäisen mieleensä tulevan asian tai tilanteen tai siten, että hän pohtii ja punnitsee kirjoittamistaan. Jotkut kirjoittajat kertoivat kirjoituksessaan, että aihe aiheutti paljon päänvaivaa. ”*Aluksi kun kuulin kirjoitelman aiheen se tuntui todella helpolta. Nyt olen kuitenkin istunut pöydän ääressä, kynä kädessäni, jo pidemmän aikaa. Kaikki se, mitä ajattelin kirjoittaa ei tuntunutkaan niin todelliselta – oliko se todella niin?* (323, nainen, hiihto) Joillakin taas jokin tapahtuma tai tilanne oli aika tuore ja se oli helppo kaataa paperille. Joka tapauksessa pääsykoetehtävä, joka palautetaan nimellä varustettuna rajaa kirjoitelmien sisältöä. Omalla nimellä pääsykokeissa ei esimerkiksi dopingista tai seksuaalisesta hyväksikäytöstä varmaankaan kirjoiteta.

Kirjoitelman aiheen valinta oli vaikeaa. Päädyin lopulta aiheeseen: ”Minun valmentajani – mitä olen häneltä oppinut?” Toivoin sen innostavan kuvaamaan valmentajaa ja punnitsemaan hänen toimintaansa, niin kuin kävikin. Oppiminen on positiivinen ilmaus. Vaikka oppia tietenkin voi myös huonoiksi katsottavia asioita kuten vaikka itsekkyyttä tai epäterveellisiä tapoja. Kun kirjoittajat kirjoittavat oppimisesta, he kirjoittavat positiiviseksi kokemian asioista. Kukaan ei tällaisessa yhteydessä ymmärrettävästi kirjoita oppineensa urheilussa itsekkääksi, oppineensa joukkueen yhteisissä tilaisuuksissa polttamaan tupakkaa tai juomaan viinaa tai oppineensa suvaitsemattomuutta. Niinpä luetteloa opituista asioista voi pitää yleisesti katsottujen hyveellisten asioiden luettelona. Kuvattuja asioita oletetaan opittavan urheilussa ja niiden ajatellaan olevan hyviä ominaisuuksia. Toisaalta olisi kyy-nistä olla pitämättä niitä myös urheilijoiden rehellisinä kokemuksina. Uskon, että urheilussa voi oppia paljon negatiiviseksi katsottavia asioita. Ne eivät tällä tehtävänannolla tule esiin siten, että kirjoittaja suoraan kirjoittaisi oppineensa jotain negatiivista.

Tulkinta on tutkimusaineiston merkityksellistämistä tutkimusasetelman ohjaamana. Tulkinnan pätevyyttä ja kattavuusalueen laajuutta arvioitaessa tarkastellaan sen koeteltavuutta. Tulkinnan sisäinen koeteltavuus kattaa aineistoanalyysin uskottavuuteen liittyvät perusvaatimukset. Näistä ensimmäinen on tulkintasääntöjen riittävä eksplikointi eli se, että tutkimus riittävän selkeästi kertoo ne periaatteet, joita noudattaen aineistoa tutkimusasetelman varassa tulkitsemalla päädytään juuri niihin tuloksiin, jotka tutkimuksessa esitetään, eikä

joihinkin toisiin tuloksiin. Toinen sisäiseen koeteltavuuteen kuuluva perusteluvaatimus on riittävän aineistomäärän esittäminen tulkinnan tukemiseksi ja tulkintasääntöjen soveltamisen havainnollistamiseksi. Kolmas tulkinnan sisäiseen koeteltavuuteen kuuluva perusteluvaatimus on tulkinnan suhteuttaminen aineistolle mahdollisesti tarjoutuviin vaihtoehtoihin tulkintoihin. (Heiskala 1992,224.) Olen yrittänyt esittää aineistoa mahdollisimman paljon tehdäkseen sen lukijalle tutuksi. Olen myös yrittänyt kuvata aineiston käsittelyn ja analyysin yksityiskohtaisesti.

Johtopäätökset eli tulkitut merkitykset ja merkityskategoriat ovat valideja silloin, kun ne vastaavat sitä mitä tutkittavatkin tarkoittivat eli tutkija ei ole esimerkiksi ylitulkinnut aineiston ilmaisuja (Ahonen 1994, 129). Olen ennen analyysivaiheen aloittamista pyrkinyt ulkoistamaan intuitioni (Ehrnrooth 1992, 34-35) kirjoittamalla auki omat kokemukseni sekä valmentajana, urheilijana että opettajana. Tavoitteeni on pyrkiä tunnistamaan omat uskomukseni, asenteeni ja arvostukseni pystyäkseen peilaamaan niitä tulkintoihini (Eskola & Suoranta 1998, 140-141). Omien uskomusten ja arvojen tunnistaminen siten, etteivät ne millään lailla vaikuta tulkintaan on uskoakseni mahdotonta. Omien kokemusten kirjoittamisella on ollut kuitenkin merkitystä itsetuntemuksen kehittämisessä. Luotettavuuden kannalta tärkeää on ilmaista selkeästi, milloin kyseessä on oma mielipide ja milloin kirjallisuuden pohjalta aineistosta vedetty johtopäätös. Tätä selventääkseni päädyin työssä rakenteelliseen ratkaisuun, jossa tulos-osassa esittelen aineistoa ja omat tulkintani aineiston pohjalta ja pohdinnassa keskustelutan tuloksia kirjallisuuden kanssa. Aineiston analyysi oli pääasiassa sisällön analyysia. Tarinatyyppejä analysoidessani etsin myös juonirakenteen perusteella luokituksia. Joissakin kohden olen tyytynyt siihen, mitä kirjoittajat halusivat sanoa, enkä ole yrittänytkaan tulkita heidän sanomisiaan sen enempää. Joissain kohti olen mielestäni päässyt sisältöä syvemmälle ja pystynyt tulkitsemaan ainakin mahdollisia selityksiä urheilijoiden sanomisista ja valmentajan toiminnasta. Itsestäni en ole kuitenkaan päässyt yli enkä ympäri. Joku toinen olisi voinut saman aineiston perusteella tehdä tutkimuksen eri aiheesta tai olisi varmaankin valinnut sisällönanalyysissä erilaisia teemoja. Tunnistan omia kokemuksiani monessa kohtaa. Tunnistan valmentajan ihmeidentekijävaatimuksen. Alle kouluikäisenä suurin haaveeni oli tulla kestävyysjuoksijaksi. Juoksin aina tilanteesta tai paikasta riippumatta ja haaveilin jonkun valmentajan näkevän minun

juoksevan ja tekevän minusta huippujuoksijan. Tunnistan myös pettymyksen valmentajan asiantuntemattomuuteen, kun koin itse tietäväni enemmän ja kun koin, ettei hän tehnyt kukaan minusta huippua. Tunnistan myös lämpimän inhimillisyyden ja aidon välittämisen, kun valmentaja todella tuntui olevan meitä varten olemassa. Olen siis itse odottanut valmentajilta paljon, jopa mahdottomia ja itsekin olin kovasti pettynyt, jos nämä odotukset eivät toteutuneetkaan. On siis luonnollista, että nämä teemat löysin myös kirjoituksista. Löysinkö jotain muuta? Mielestäni löysin paljonkin sellaisia asioita jotka yllättivät minut ja joita en ollut tullut ajatelleeksi. Esimerkiksi valmentajaan kohdistuva ihailu, pienten asioiden tärkeys, aineiston positiivisuus ja kirjoittajien avoimuus olivat yllättäviä.

Hännisen (2000,34) mukaan tarinallisen lähestymistavan eettistä arvoa on luonnehdittu sanomalla, että se antaa tutkimukseen osallistuville ihmisille ”äänen”. Tutkimuksessa pyritään tuomaan esiin tutkimukseen osallistuvien ihmisten oma tapa antaa asioille merkityksiä. Analyysi on aineistolähtöistä, eli merkityksiä ei jäsennetä ennalta muotoillun teorian pohjalta. Periaatteena on dialogisuus ja tutkijan avoimuus aineistosta nouseville merkityksille. Kuitenkin ”äänen antaminen” on aina suhteellista. Analysoitiinpa ja esitettiinpa aineistoa miten tahansa, tutkija valikoi ja pelkistää aineiston rikkautta. Tulkinnessa ja esityksessä on aina viime kädessä tutkijan ääni. Tämä on tutkijan tulkitsemaa kertomusta valmentajuudesta. Se, että itse olen koko ikäni ollut osa urheilumaailmaa, urheilijana, liikunta-alan opiskelijana, valmentajana ja valmentajakouluttajana, vaikuttaa varmasti tulkitsoihini. Tuttuus estää näkemästä. Olen kehittänyt ”toisinajattelijan taitojani” yrittämällä kyseenalaistaa itsestäänselvyyksiä. Tässä on myös auttanut erittäin mielenkiintoinen ja ravisteleva tutkimusaineisto. Toisaalta omista kokemuksista valmentamisen eri puolilta on varmasti hyötyä. Se on helpottanut ainakin sitä, että olen mielestäni osannut asettua valmentajan asemaan tulkitessani urheilijoiden kirjoituksia. Mielestäni tärkeä seikka luotettavuuden kannalta on myös tutkijan perusteellinen perehtyminen aineistoon. Varsinkin teemaluokittelussa, jossa poimin tekstiotteita kirjoituksista, on vaarana, että tekstin yhteys alkuperäiseen tarinaan häviää, jollen muista koko kertomusta. Lyhyt tekstiote irrotettuna alkuperäisestä tarinasta voi tuoda erilaisen tulkinnan kuin mitä kirjoittaja on halunnut sanoa.

Aineiston laajuus on laadulliseen tutkimusotteeseen perinteisesti kuulumaton luotettavuustekijä, mutta se on mielestäni myös huomioitava tässä tutkimuksessa. Kirjoittajat edustavat yhteensä 38:a eri urheilulajia, jolloin urheilulajien alakulttuurit tulevat laajasti näkyviin. Tosin palloilulajit ovat vahvasti edustettuina ja niiden alakulttuurien vaikutus varmasti näkyy tässä työssä. Edelleen kirjoittajia on maajoukkue-urheilijoista harrastelijoihin, jolloin valmentajan toiminnan monet ulottuvuudet tulevat näkyviin.

4. VALMENTAJAAN KOHDISTUVAT ODOTUKSET

Tässä kappaleessa tarkoitukseni on selvittää, millaisista odotuksista valmentajaa kohtaan aineistossa kerrotaan. Kaikkien aineiston kertomusten voi tulkita kertovan valmentajaan kohdistuvista odotuksista. Siten kaikki seuraavat kappaleet kertovat myös näistä odotuksista. Tässä kappaleessa kuvaan niitä odotuksia, joista aineistossa kerrottiin tarinallisesti siten, että ne olivat kirjoittajan ennakkoon valmentajalle asettamia. Valmentajaan kohdistuvat odotukset kuvaavat mielikuvaa hyvästä valmentajasta. Valmentaja, joka haluaa hoitaa tehtävänsä hyvin, pyrkii toimimaan sen mielikuvan mukaan, joka hänellä on hyvästä valmentajasta. Tulkitsemalla valmentajaan kohdistuvia odotuksia teen näkyväksi näitä valmentajan rooleja. Hyvän valmentajan mielikuvia on erilaisia. En yritä enkä halua luoda stereotyyppiä hyvästä valmentajasta, vaan tuon esille sekä aineiston yleisiä kuvauksia että erityispiirteitä.

Valmentajaan kohdistuvista odotuksista kerrotaan aineistossani suoraan tai niitä voidaan tulkita teksteistä. Yksittäiset asiat tekstin sisällössä, kuten kertomukset ensitapaamisesta, tyytyväisyydestä tai pettymyksistä kertovat siitä, mitä valmentajalta odotetaan. Käsittelen tässä teemaluokittelustani löytyneen ensitapaamis-teeman. Myös tekstin rakenne voi ilmaista odotuksia ja kertoa siitä, miten odotukset täyttyvät. Tarinatyypeistä erityisesti ”saateentekijätarinoista” voi tulkita valmentajaan kohdistuvia odotuksia.

4.1. Ensitapaaminen

Aineiston kertomuksissa on useita konkreettisia kuvauksia ensitapaamisesta valmentajan kanssa. Kohtaamisesta kertominen on tarinallisesti luonteva tapa aloittaa kertomus jostain henkilöstä. Se, mitä ja miten tuosta tapaamisesta kerrotaan, kuvaa mielestäni niitä odotuksia, joita valmentajaan kohdistuu.

Odotukset valmentajan suhteen ovat korkealla sen suhteen, kokeeko urheilija itsensä hyväksytyksi. Kun ensitapaaminen sujuu hyvin ja valmentaja ottaa urheilijan siipiensä suojaan, kaikki edellytykset toimivalle ihmissuhteelle ovat olemassa.

8-vuotiaana menin ensimmäistä kertaa jalkapalloharjoituksiin, valmentajana joukkueessa oli pienikokoinen noin kolmekymppinen mies. Olin selvästi pienikokoisin ja muita vuoden nuorempi, mutta valmentajaa se ei häirinyt hän otti minut tavallaan omaksi suojatikseen ei mitenkään suosimalla minua vaan juttelemalla ja muuta. (101, mies, jalkapallo)

Hyvä valmentaja avaa urheilijalle kehittymisen ja jopa huipulle pääsyn mahdollisuuden. Hän on apuna haaveiden toteuttamisessa. Tämä mahdollisuuksien avaaminen rakentaa odotuksia valmentajan asiantuntemukselle.

Pujotan jalkapallokengät sukkelasti jalkaani ja lähdän kentälle pallo visusti kädessäni. Harjoituksia on vetämässä tunnettu suomalainen valmentaja, joka eläytyy viimeistä solua myöten hommaan siis jalkapalloon. Harjoitusten jälkeen olen väsynyt sekä sanaton. Sanaton siksi, että harjoitukset olivat niin valtavan tehokkaat ja ytimekkäät kuin harjoitukset voi ikinä olla. Luulin tietäväni jalkapallosta kaiken, vaikka todellisuudessa en tiennyt kuin hitusen verran siitä piti huolen valmentajani. Siitä lähti uusi innostus ja halu kehittyä paremmaksi jalkapalloilijaksi uuden valmentajan opein. (136, mies, jalkapallo)

Tässä tarinassa valmentajan asiantuntemukselle asetetaan suuret odotukset jo ennakoon, sillä valmentaja on tunnettu ja urheilija tietää mitä odottaa. Valmentaja onnistuu kuitenkin jopa ylittämään nuo odotukset. Urheilija kertoo sen olevan erittäin motivoiva tekijä. Hän haluaa kehittyä paremmaksi jalkapalloilijaksi. Valmentajan asiantuntemus tekee mahdolliseksi halun päästä huipulle. Valmentajan asiantuntemus voi myös tuoda odotuksia ja jopa paineita oman menestyksen suhteen.

Jo 10-vuotiaana minulle etsittiin hiihtovalmentajaa. Kun valmentaja viimein löytyi, onnekseni kysymyksessä oli suosittu ja arvostettu valmentaja. Ensimmäisenä nuorta urheilijaa jännitti, koska valmentaja oli saavuttanut paljon mm. Muutamat suojatit olivat MM-

mitalisteja ja paljon SM-tason urheilijoita. Tietylainen tavoitteellisuus tuli minulle heti mieleen. ”Ehkä minäkin joskus.” (058, mies, hiihto)

Huipulle pääsyn mahdollisuus avautuu myös valmentajan persoonassa tai hänen tavassaan toimia. Valmentajan toiminta muuttaa ryhmän toimintaa kertojalle mieluisampaan suuntaan. Valmentaja saa aikaan sen, että itse urheiluun keskitytään paremmin ja näin ollen hän mahdollistaa urheilussa kehittymisen.

Uusi kausi alkoi. Uudella valmentajalla. Hän esitteli tomerasti itsensä heti ensimmäisissä harjoituksissa ja me toimimme kuten aikaisemminkin. Muutama minuutti sinne tai tänne, ei meidän maailma kaatunut, jos astelimme harjoituksiin hieman myöhässä. Mutta nyt oli toinen ääni kellossa. Harjoituksiin oli tultava ajoissa ja alkuverryttelyt tehtävä ennen harjoitusten alkua. Olimme aivan ymmällämme. Kuinka joku nuori blondi kääkäräpä voi meitä komennella? Loppujen lopuksi tämä uusi nuori valmentajamme ei edes sanonut kuin kerran miten harjoituksissa käyttäydytään ja kuitenkin me tottelimme. (207, nainen, lentopallo)

Valmentaja voi myös persoonallaan valloittaa urheilijan niin, että tämä kokee odotustensa täyttyvän. ”Se jokin” valmentajan persoonassa kolahtaa heti ensi kohtaamisella. Urheilija ihailee valmentajaansa ja haluaa tulla tämän kaltaiseksi.

Joskus tietää heti ensi kohtaamisesta, että tää juttu toimii. Kun ensimmäisen kerran astuin tatamille ja kumarsin valmentajalleni, niin tiesin, että tähän jään jumiin - tää olisi mun laji. X:stä huokui sellainen itseluottamus, että toivoin sen tarttuvan muhunkin. Olenhan mä aina itseäni luottanu, mutta silloin tuli erilainen fiilis. (312, nainen, kamppailulajit)

Ensikohtaaminen voi olla myös paha pettymys. Odotukset ennen kohtaamista ovat korkealla ja ne eivät täytykään. Pettymyksen voi aiheuttaa valmentajan asiantuntemattomuus. Asiantuntematon valmentaja ei mahdollista urheilijan kehittymistä. Myös jokin seikka valmentajan persoonassa tai toiminnassa voi aiheuttaa pettymyksen. Tällainen seikka voi olla valmentajan huono käyttäytyminen, epäreilu kohtelu tai alkoholin käyttö.

Aloitin jalkapallon pelaamisen 9-vuotiaana ja siellä oli viiksekäs mies kentällä odottamassa meitä. Odotukset oli korkealla kavereiden löytämiseksi ja uuden harrastuksen löytymiseksi. Valmentajan suhteen sain karvaasti pettyä. Tämä viiksekäs mies oli juonut alkoholia aika runsaasti ja huusi meille kuin oltaisiin jo ammattilaisia. Tämä valmentaja X oli aina humalassa. (104, mies, jalkapallo)

4.2. Valmentaja ”sateentekijänä”

Kun luokittelin kertomuksia tarinatyypeittäin kertomuksen rakenteen ja sisällön mukaan, nimesin ”sateentekijätarinoiksi” sellaiset kertomukset, joissa lähtökohtana on jollain lailla epätydyttävä tilanne tai nollatilanne. Valmentajan ilmaantuminen tarinaan muuttaa tarinan kulun parempaan suuntaan. Näistä kertomuksista tulkitsem, että odotuksia ilmaistaan niillä asioilla, joilla valmentajan kerrotaan saaneen toivotun muutoksen aikaan. Odotuksia ilmaistaan myös kuvaamalla niitä asioita, joiden toivotaan muuttuvan. Yleensä muutosta toivotaan harjoittelun sisältöön, laatuun ja tehokkuuteen. Muutosta halutaan myös, jos nykyinen tilanne on kirjoittajan mielestä epäoikeudenmukainen.

Olin vähällä lopettaa jalkapallon 13-vuotiaana, sillä meininki harjoituksissa ja peleissä oli mielestäni melko ikävä tunnelma. Pelaajat laiskottelivat, huusivat toisilleen ja valmentajille ja muutenkin pelleilivät, ehkä myös itse menin tähän mukaan. Mutta joukkueellemme tuli juuri oikeaan aikaan uusi valmentaja, joka toi oikean asenteen mukanaan. (135, mies, jalkapallo)

”Sateentekijätarinoihin” luin mukaan myös sellaiset kertomukset, joissa kirjoittaja kirjoittaa yhden valmentajansa olleen yli muiden. Näissä kertomuksissa kirjoittaja kertoo hänellä olleen useita valmentajia, mutta yksi on ollut erityisen merkityksellinen. Erityisen merkityksellinen valmentaja on tehnyt muutakin kuin valmentanut. Hän on osallistunut urheili-

jan muuhun elämään esimerkiksi auttamalla häntä kouluasioissa tai hänen vaikutuksensa urheilijan elämään on ollut muuten merkittävä.

Valmentajani oli loistava persoona. Hän antoi minulle mahdollisuuden kehittyä pelaajana ja ihmisenä. Hän antoi minulle mahdollisuuden harjoitella ja pelata vanhempien joukossa. Yhdessä valmentajani kanssa keskustelimme usein tulevaisuudestani. Hän opetti minua ajattelemaan elämää laajakatseisesti. (120, mies, jalkapallo)

Valmentaja otti minut reeniä jälkeen eri koppiin ja kysyi, että: ”Mikä sua vaivaa?” minä kerroin ja hän kuunteli. Hän oli kannustava ja sanoi fiksusti, että hoida asiat kuntoon. Loppua kausi sujuikin sitten kuin unelma. Kaikki olivat tyytyväisiä: minä, valmentaja ja koko joukkue. (076, mies, jääkiekko)

”Sateentekijätarinat” saattavat olla myös ehdottomia kuvauksia valmentajan erinomaisuudesta. Valmentaja onnistuu aina ja kaikki ovat tyytyväisiä. Nämä ”onnellisen perheen” kuvaukset eivät vaikuta uskottavilta sen suhteen, mitä niissä kerrotaan, juuri niiden ehdottomuuden vuoksi. Kuitenkin ne ehdottomuudessaan kertovat siitä, mitä valmentajalta odotetaan. Asiantuntemuksen ja ammattitaidon lisäksi se, että valmentaja kohtelee tasaveroisesti kaikkia ryhmän jäseniä, tuntuu tärkeältä. Tehokkaissa harjoituksissa on kaiken lisäksi mukava tunnelma. ”Kummelivitsit lentää ja pelit kulkee” (089, mies, jääkiekko)

Tärkeää oli myös se, että X:llä ei ollut suosikkipoikia joukkueessamme. Vaikka pelasimme korkealla tasolla kaikki pelasivat mahdollisuuksien mukaan. Kaikkia keuhuttiin ja epäonnistumiset kuitattiin huumorilla. Virheistä keskusteltiin, mutta ne unohdettiin nopeasti. Kaikki koettiin positiivisesti. (089, mies, jääkiekko)

XX:n ohjaustyylillä on mielestäni yksi parhaista ja olen usein koettanut toimia kuin hän. Ensimmäisenä silmiin pistää asioiden selkeys. Hän onnistuu aina löytämään virheen tärkeimmän kohdan ja kertomaan selkokielellä kuinka virhe korjataan. Hänellä on selkeät tavoitteet joka oppitunnille ja ne ovat joka kerta saavutettavista, jos yrittää riittävästi. Kaikkein hienointa on asenteen kehitys, kaikkein yksitoikkoisimmistakin asioista hän onnistuu

saamaan mielenkiintoisen ja mielekkään. Yksikään harjoitus ei ole tylsä vaan jokainen löytää niistä jotain, kukin kykyjensä mukaan. Hän ei vähättele ketään vaan arvostaa kaikkia paljon ja kohtelee heitä tasavertaisesti. (309, Nainen, kamppailulajit)

”Sateentekijätarinassa” saatetaan mainita jokin valmentajan negatiivinen piirre, mutta yleensä se esitetään irrallisena tai sen merkitystä vähätellään. *Huono puoli hänessä on että hän hermostuu joskus tuomarille liikaa heidän virheistään. Toisaalta se on ymmärrettävää, koska hän on itsekin tuomari. (063, mies, salibandy)*

”Sateentekijätarinat” saattavat muuttua lopussa pettymystarinaksi. Valmentaja saattoi muuttaa vallitsevan tilanteen, siten että hän mahdollisti urheilullisen kehityksen, mutta muutoin hän aiheuttaa pettymyksen urheilijalle. Valmentaja on asiantuntija, joka keskittyy urheiluun ja saa siten urheilijan kehittymään. Urheilija arvostaa tätä ja kokee oppineensa paljon. Pettymyksen valmentaja kuitenkin aiheuttaa heikoilla ihmissuhdetaidoillaan.

Tulos on nyt nähtävissä sillä moni pelaaja kehittyi valtavasti niiden kahden vuoden aikana jonka kyseinen valmentaja valmensi. Kovan harjoittelun kautta tullut hyvä motivaatio ja nöyryys ovat tärkeimpiä asioita mitä opin tältä valmentajalta. Mutta on myös paljon muutaakin, mitä opin, myös negatiivista. Tämä kyseinen valmentaja ei ollut suuri ”ihmistietäjä” eli hän ei osannut kommunikoida hyvin ihmisten kanssa, paitsi ehkä jalkapallosta. Hän ei ollut kenenkään pelaajan ystävä vaan kylmä ja kova valmentaja. Tällainen lähestymistapa ei ole kovin hyvä silloin kun joukkuehenki punnitaan. Tällöin tavallaan on asetelma joukkue vastaan valmentaja ja silloin tulee ongelmia. Valmentajan pitää olla kova, ei kuitenkaan liian kova. Tätä kyseistä seikkaa ei tämä valmentaja aina muistanut. (110, mies, jalkapallo)

4.3. Yhteenveto valmentajaan kohdistuvista odotuksista

Kertomukset ensitapaamisesta valmentajan ja urheilijan välillä ja ”sateentekijätarinat”, joissa valmentajan kuvataan muuttavan epämieluisan tilanteen kertovat mielestäni valmen-

tajaan kohdistuvista ennakko-odotuksista. Valmentajaan kohdistuvat odotukset liittyvät urheilijan hyväksytyksi tulemisen kokemukseen, valmentajan asiantuntemukseen sekä valmentajan persoonaan. Valmentajan asiantuntemus, valmentajan oikeudenmukainen ja tasa-arvoinen toiminta ja se, että valmentaja urheilijan mielestä vaatii tarpeeksi, mahdollistavat urheilijan kehittymisen ja jopa huipulle pääsyn. Mukavat harjoitukset ja hyvä huumori ovat piste i:n päälle. Tuula Laineen tutkimuksessa opettajiin kohdistuvat odotukset olivat pääasiassa samanlaisia. Opettajaopiskelijoiden opettajamuistoissa opettajien negatiivisiksi piirteiksi koettiin puolueellisuus ja epäoikeudenmukaisuus, ankaruus ja huonosti hoidettu työ. Positiivisia tunteita saivat aikaan opettajan huumorintaju, positiivisuus, välittäminen, oikeudenmukaisuus ja vaivannäkö.(Laine, T. 1998, 114.) Vaatiminen ja sen toivottavuus korostuu valmentajiin kohdistuvissa odotuksissa. Opettajille ainakaan Laineen tutkimuksessa ei tällaista odotusta esitetä.

Erityisen merkitykselliseksi koettu valmentaja on enemmän kuin ”pelkkä valmentaja”. Tällaisella valmentajalla urheilija kokee olevan merkitystä myös urheilun ulkopuolisessa elämässä. Silloin kun urheilijan odotukset valmentajan suhteen eivät täyty, hän tuntee pettymystä. Vaikka valmentajan asiantuntemus ja siten kehittymisen mahdollistaminen tuntuvat korostuvan varsinkin ensitapaamisesta kerrottaessa, täytyy myös valmentajan persoonan täyttää odotukset. Epäreilu tai huonosti käyttäytyvä asiantuntija aiheuttaa pettymyksen, vaikka urheilija kokisi kehittyneensä. Kuitenkin urheilulliseen kehittymiseen keskittyvä valmentaja täyttää ”pelkän valmentajan” kriteerin.

5. MITÄ VALMENTAJASTA KERROTAAN?

Kun kertomuksissa piirretään kuvaa valmentajasta, hänen luonteen piirteitä kuvataan ja hänen ulkoisesta olemuksestaan mainitaan joitain seikkoja. Valmentajaa kuvataan työssään ja hänen työn tekemistään ja pätevyyttään arvioidaan. Tässä kappaleessa kuvaan sitä, millaisia asioita valmentajasta kerrotaan ja miten noita mainittuja asioita arvioidaan. Tässä

valmentaja on kuvattu ”itseksensä” ja myöhemmin keskityn valmentajan ja urheilijan välisen ihmissuhteen kuvaamiseen.

5.1. Hän ei ollut kovin urheilullinen

Valmentajan ulkoisesta olemuksesta kerrotaan pääasiassa silloin, kun valmentaja ei vastaa kertojan mielikuvaa valmentajasta. Valmentajaan liitetään urheilullisuuden mielikuva ja epäurheilullinen olemus innosti kirjoittajaa kuvaamaan valmentajaansa. Epäurheilulliseksi kuvataan ylipainoisuutta, epäsiisteyttä, tupakointia ja alkoholin käyttöä.

Minun valmentajani, mies, 45-vuotias, kaljamahainen siis ei juoppo, vaan niin sanottu laiskiainen. ”Joopa joo, ottakaa pojat siitä palloja ja vedelkää vähän aikaa” sanoi koutsii aina vähän ennen siirtymistään palloiluhallin kahvioon. (068, mies, salibandy)

Valmentaja ei itse ollut kovinkaan urheilullinen: lihava, poltti tupakkaa ja käytti alkoholia jopa pelireissuilla. (106, mies, jalkapallo)

On hämmästyttävää, mikäli valmentaja ei näytä lainkaan urheilulliselta ja silti hän tuntuu tietävän urheilusta aika lailla. Epäurheilullinen ulkonäkö ei ole vakuuttavaa urheilumaailmassa. Mikäli epäurheilullisen näköinen valmentaja osoittautuu ”kaikesta huolimatta” asiantuntijaksi ja mikäli hän pystyy itsekin urheilusuorituksiin, hän saavuttaa sillä jonkinlaista lausumatonta kunniaa. Hän saa urheilijat yrittämään enemmän ja saavuttaa arvostuksen ylittävyydellään.

Kun näkee tämän ulkoisesti mahdollisimman epäurheilullisen kaverin, ei heti uskoisi kuinka paljon hän tietää urheilusta ja erityisesti ihmisen valmentamisesta ja ohjaamisesta... Hän ei ulkoisesti tavoiltaan eikä liikuntatottumuksiltaan ollut mikään malliesimerkki. Päinvastoin, hän soti kaikkia terveen elämäntavan tavoitteita vastaan. Hän poltti tupakkaa, käytti alkoholia ja söi epäterveellisesti. Tämä ei kuitenkaan haitannut hänen valmen-

*tamistaan, hän jopa tarvittaessa näytti esimerkkiä. Se jos jokin sai meihinkin liikettä.
(002, mies, lentopallo)*

Urheilullisen ulkonäön voi tulkita edellisten kuvausten vastakohtaksi. Urheilullinen on reipas, hoikka, siisti ja raitis. Valmentaja ei välttämättä täyttänyt näitä kriteereitä, mutta saavutti valmentajan ulkonäön kriteerit esimerkiksi suuren kokonsa tai kovan äänensä avulla.

Viime kaudella jääkiekkjoukkueeseen tuli uusi valmentaja. Hän oli saman näköinen, kuin kaikki edeltäjänsäkin. Kyseessä oli siis iso mies, niin pituudeltaan kuin leveydeltäänkin, jolla oli tuuhea parta ja tukka. Kukaan ei voi näyttää enempää perinteiseltä jääkiekkovalmentajalta kuin hän. (079, mies, jääkiekko)

Murrosikäisille valmentajan olemus on varmasti merkityksellinen asia. Omien vanhempien ulkonäkö ja pukeutuminen voi olla häpeällinen asia ja samoin voi olla valmentajankin kanssa. Valmentajalta vaaditaan itsetuntoa kestää murrosikäisten mielenliikkeitä. Miltähän tuntuu keski-ikäisestä miehestä olla turnausmatkalla tirs kuvien ja supattelevien tyttöjen kanssa?

Valmentajana meillä oli silloin eräs kiharahiuksinen, pitkäkö, kaikkien inhoama mies. Hän oli epätavallinen joka suhteessa, niin myös valmennustyylyltään. Hän piti mm. vaimonsa valmistamia hirveitä yleensä myrkynevihreitä vaatteita, jotka eivät olleet silloista muotia nähneekään (vaikken mikään muotihullu ollut itsekään). Ja luin siihen lisäksi sen ”Tina Turner”-letin ja kunnon räkäsen epäsiistit viikset, oli lopputulos sellainen, ettei me tyttöjen kanssa kehdattu – niillä harvoilla pelireissuilla, joilla kävimme – kulkea lähelläkään valmentajaamme. (228, nainen, koripallo)

Naisvalmentajan ulkonäöstä mainitaan seikkoja, jotka myös eivät kirjoittajan mielestä istu mielikuvaan valmentajasta. Kun naisvalmentajan ulkonäköä kuvataan, kerrotaan erityisen naisellisista piirteistä. Naisvalmentajan kuvataan olevan: ”kaunein ja taitavin ihminen maailmassa, minihameinen blondi kakkäräpää tai 150 cm:n mittainen energiapakkaus”.

Naisvalmentajan ulkonäöstä ei käytetä neutraaleja eikä negatiivisia kuvauksia, ellei sellaisena pidä kommenttia, jossa valmentajan kerrotaan olevan aina dieetillä.

5.2. Valmentajan luonteenpiirteet – Maija Poppanen vai Nallekarhu?

Valmentajan luonteenpiirteiden kuvaaminen aineiston pohjalta tuo eteen keskimääräistämisen ongelman. Jokainen kuvattu valmentaja on persoonallisuus ja heidän kuvaamisensa yleisellä tasolla tuntuu väkivaltaiselta. Joukkoon mahtuu monenlaisia valmentajia: on pelottavia ja ankaria sekä hyväntuulisia ja empaattisia ja kaikkea siltä väliltä.

Mielenkiintoista valmentajien luonteen kuvaamisessa on kuitenkin se, miten eri tavoin kuvataan nais- ja miesvalmentajia. Kun naisvalmentajasta kerrotaan positiivisia piirteitä, häntä kuvataan tomeraksi, iloiseksi, energiseksi, aktiiviseksi, puheliaaksi ja innostuneeksi. *Sieltä hän jälleen saapuu. Punaisiin vaatteisiin kietoutunut 150 cm:n pituinen energiapakkaus. Elämän murheista ei ole tietoaakaan, kun hän astuu innokkaasti areenalle. (293, nainen, voimistelu)*

Toisaalta pitkissä valmennussuhteissa kerrotaan pelottavan ja vaativan naisvalmentajan muuttumisesta lämminsydämiseksi ja äidilliseksi ymmärtäjäksi. Kun miesvalmentajasta kerrotaan positiivisia piirteitä, hänet kuvataan rauhalliseksi, leppoisaksi, huumorintajuiseksi ja karismaattiseksi. Vain muutamissa tarinoissa miesvalmentaja on positiivisesti kuvattu tulieluiseksi ja räväkäksi. Ehkä hieman yllättäen miesvalmentajia kuvataan myös ujoksi, hiljaiseksi, herkäksi ja totiseksi. Naisista näitä kuvauksia ei käytetä kertaakaan.

Kun valmentajan luonteesta kuvataan negatiivisiksi koettuja piirteitä, nais- ja miesurheilijat kuvaavat miesvalmentajia eri tavoin. Miesurheilijoiden kertomuksissa miesvalmentaja huonoimmillaan on vihainen, jääräpäinen, kiroileva ja haukkuva. *”Kentän reunalla, vaihtopenkin edessä seisoo ja kiroaa itselleen sekä vaihtopenkille tuulitakkinen mies, joukkueen valmentaja. Hän tarjoaa vaihdossa istuville pelaajille ajatuksiaan, joita ei kentällä*

oleville julkisteta.” (126, mies jalkapallo) Naisurheilijoiden kuvatessa miesvalmentajaa, häntä kuvataan epämiellyttäväksi, omat ongelmansa mukanaan tuovaksi ja pahimmillaan kostajaksi. Naisvalmentaja on huonoimmillaan pelottava, huonotuulinen ja vaikea ihminen. Valmentajani on aina ollut ja tulee aina olemaan hyvin temperamenttinen ja päättäväinen ihminen. Nämä ominaisuudet hänessä saivat ehkä sen pienen tytön haukkomaan henkeään, mutta toisaalta yrittämään enemmän. (295, nainen, joukkuevoimistelu)

Kun urheilijat kuvaavat omaa perheenjäseniään valmentajina, valmentajan luonteenpiirteitä ei juurikaan kuvata. Valmentajan toimintaa kuvataan, samoin ihmissuhdetta, mutta valmentajasta persoonana ei kerrota. Ehkä omasta perheenjäsenestä kertominen on niin intiimi asia, ettei luonteenpiirteitä haluta käydä ruotimaan.

5.3. Valmentajan kuuluu hoitaa hommansa

Hyvän valmentajan työtä kuvataan siten, että hän on aina paikalla, hän ei myöhästy ja hän on suunnitellut harjoitukset etukäteen. Valmentajan täydellinen omistautuminen urheilulajilleen on urheilijoista ihailtava piirre. Omistautuminen näkyy kovana työmoraalina. Omistautunut valmentaja tekee paljon töitä onnistuakseen tehtävässään.

Hänen luonteenpiirteisiin kuuluvat tunnollisuus, täsmällisyys ja huolellisuus olivat aina läsnä myös harjoituksissa. Ei ollut olemassakaan myöhässä alkanutta harjoitusta tai harjoitusta, jossa jokin osio ei olisi toiminut. Valmentaja oli pitänyt huolen, että harjoitukset olivat viimeisen päälle suunnitellut. Tällaisissa harjoituksissa oli hyvä keskittyä itse harjoituksiin kunnolla, kun tiesi aina, että ne toimivat ja välineitä oli tarpeeksi (245, nainen, pesäpallo)

On ärsyttävää ja häiritsevää, mikäli valmentaja ei ole suunnitellut harjoituksia, sillä harjoituskerta tuntuu menevän hukkaan. Mikäli valmentaja ei saavu sovitusti harjoituksiin tai hän myöhästy, hän ei ole luotettava. Hän saattaa olla asiantunteva, mutta häneen ei voi luottaa.

Valmentajani saattaa välillä myöhästyä harjoituksista puolikin tuntia, eikä hän vaivaudu ilmoittamaan mitään. Tai sitten hänelle tulee yhtäkkiä kesken harjoitusten jokin tärkeä meno ja hän jättää meidät keskenään harjoittelemaan. Muuten asia olisi OK, mutta kun hän ei vaivaudu ilmoittamaan siitä meille etukäteen. (280, nainen, tennis)

Valmentajan ajan puute tai sitoutumattomuus aiheuttaa pettymyksen. Valmentajan kanssa on saatettu tehdä innostavia suunnitelmia, mutta sitten valmentajan panostus onkin loppunut. Valmentajalla on muitakin valmennettavia, jotka vievät hänen aikaansa ja urheilija kokee jääneensä paitsioon. Omistautumaton valmentaja on pettymys. ”*Ei miestä hommat nappaa.*” (068, mies, salibandy) Urheilija ei tee mitään valmentajalla, joka ei hoida tehtäviään. Valmentajan epäillään toimivan valmentajana vain rahan vuoksi. Kirjoittajat tuntuivat pitävän valmentamista kutsumustehtävänä, jota ei tehdä rahasta.

Valmentajan suoranaista uhrautumista työlleen arvostetaan ja toisaalta ihmetellään. Valmentajan työnkuvaan kuuluu kertomusten mukaan hyvin monenlaisia asioita esiintymisasujen ompelusta yökausien otteluvideoiden katsomiseen. Uhrautujavalmentajien kuvataan olevan täysin omistautuneita lajilleen. He tekevät töitä vuorokauden ympäri ja ovat aina tavoitettavissa.

Noustuani ikäni puolesta B-poikiin, tuli valmentajakseni taas aivan uusi henkilö. Päällisin puolin hän oli hyvin etevä valmentaja. Heti alusta lähtien hän otti ohjat tiukasti käsiin ja halusi oppia tuntemaan meidät (pelaajat) myös kentän ulkopuolella. Oli paljon 2-keskeisiä, henkilökohtaisia palaverieita, joissa käytiin lävitse niin teknistä, taktista ja henkilökohtaista osaamista sekä tietoa. Valmentaja vietti aikansa lajin parissa lähes 24 h/vrk. Hänelle tämä peli oli intohimo ja elämäntyylä. Illat kuluivat harjoituksissa, jonka jälkeen mahdollisesti menimme valmentajan kotiin analysoimaan erilaisia joukkueita, heidän pelityyliään ja yksilötasolla pelaajia. Näiden pohjalta laadittiin erilaisia taktiikoita eri tilanteisiin, sekä opetettiin vaihtoehtoja omiin teknisiin suorituksiin. Harjoitukset olivatkin hyvin suunniteltuja kokonaisuuksia, jotka olivat erittäin tehokkaita. Yleensä harjoitusten tai pelin jälkeen jäätiin kertaamaan tapahtumia, annettiin huonoa ja hyvää palautetta toinen

toisistaan. Valmentaja otti käyttöön myös tilastollisen vertailun, johon kuului muun muassa juoksutestejä, heittotestejä, loikkatestejä, lyöntitestejä ja testejä. Kuukauden välein oli aina testitilaisuus, jossa kyseisiä osa-alueita mitattiin ja vertailtiin kehityskäyriä. Valmentaja noudatti hyvin tarkasti ”sääntökirjan” ohjeita ja niiden mukaan myös harjoiteltiin. (020, mies, pesäpallo)

Valmentajan kova työmoraali on ihailun kohde. Valmentaja omistautuu tehtävälleen täysillä huolimatta siitä, että harjoituksissa käy vain osa joukkueesta tai urheilijat eivät menesty. *Armeijan aikoihin ei harjoituksissa käynyt paljon porukkaa, mutta valmentaja jaksoi vetää treenejä niille harvoille, jotka pääsivät lomille tai olivat siviilissä. Viikonloppuisin oli pelit, jotka sujuivat miten sujuivat, koska kuusikkotreenejä ei saatu kuin kerran viikossa. Urheasti koutsimme jaksoi tsempata meitä rankan inttiviikonkin jälkeen. (001, mies, lentopallo)* Myös valmentajan oma elämäntilanne ja sen hankaluudet antavat hänelle marttyyrin sädekehän. ”Kaikesta huolimatta” valmentaja jaksaa tehdä töitä urheilijoiden kanssa vaikka ”kotona ei kaikki ole kunnossa”..

Valmentajan raataminen saattaa mennä myös liiallisuuksiin. Muutamassa tarinassa kerrotaan valmentajan burn-outista. Urheilija on huolissaan valmentajastaan ja siitä menettääkö hän pidetyn valmentajansa. Kirjoittaja on myös pettynyt valmentajaansa, joka aikoo yllärituksen vuoksi jättää valmentamisen. Hän kokee, että valmentaja luovuttaa liian helposti.

5.4. Valmentajan asiantuntemus

Valmentajan asiantuntemus-teeman alle olen luokittanut asiat, joissa kuvataan valmentajan tietoja lajista ja harjoittelusta yleensä ja sitä, kuinka hän soveltaa tietojaan käytäntöön. Joissain kertomuksissa valmentajan asiantuntemukseen luotetaan täysin. Valmentajan tiedoista ja hänen kyvystään soveltaa tietojaan kerrotaan ehdottomana totuutena. Hän tietää kaikesta kaiken. Mielestäni jotkut esimerkit ovat tai ainakin tuntuvat mahdottomilta toteut-

taa: Hänen harjoitusaikataulut ovat aina onnistuneet jokaisella kilpailijalla niin, että paras kilpailukunto on sattunut juuri tärkeimpiin kilpailuihin. (212, nainen, taitoluistelu)

Hyvää tässä miehessä oli se, että hän osasi laatia oikeat harjoitus-ohjelmat ja vielä niin, että palautuminen oli täsmällistä ja rasitusta ei tullut, vaan jokaiseen treeniin jaksoi panna. (318, nainen, suunnistus)

Valmentajan asiantuntemusta arvioidaan vertaamalla sitä kirjoittajaan omaan lajitietämykseen. Valmentaja ansaitsee urheilijan arvostuksen ylittämällä urheilijan omat tiedot. Kun kirjoittajat vertaavat valmentajan asiantuntemusta omiin tietoihinsa, he pitävät omaakin tietämystään kohtuullisen hyvänä.

”X harjoituksissa” oli mielestäni ”anteliain” hänen kolmesta persoonastaan. Kaikesta näki, että hän oli huolella valmistautunut jokaiseen harjoitukseen. Harjoitukset olivat miellikuvituksellisia, tehokkaita ja mielenkiintoisia. Ja vaikka olen pienestä pitäen tahkonnut jalkapallon parissa, X onnistui lähes aina yllättämään minut monipuolisella harjoitusrepertuaarillaan. Lisäksi hän osasi esimerkillään sitoa harjoitustapahtumia pelitilanteeseen ja näin neuvoa taktiikassa. Harjoitusvalmentajana hän oli siis mielestäni loistava. (096, mies, jalkapallo)

Mikäli valmentajan asiantuntemus ei tunnu ylittävän urheilijan asiantuntemusta, urheilija pettyy valmentajaansa ja jopa halveksii tätä. Valmentaja ei tiedä mistään mitään. Halveksunta suorastaan huokuu tekstistä ja urheilijan pettymys on käsin kosketeltavissa. Kirjoittajat ovat turhautuneita valmentajiinsa. He kokevat ansaitsevansa parempaa. Valmentaja ei hallitse lajiaan, eikä osoita arvostavansa urheilijoita näkemällä vaivaa valmentamisen eteen. Arvostus on kuin peili. Jollet arvosta minua en minäkään arvosta sinua. Urheilija katsoo, että hänellä on oikeus odottaa vaivan näköä valmentajaltaan. Hän pettyy ja on katkera ja vihainen.

Ensinnäkin valmentajalla tulisi olla hyvä auktoriteetti, jotta hän voisi välittää haluamansa tiedon valmennettaville. Mutta tätäkin vielä tärkeämpi on valmentajan ammattitaito eli

edes jonkinlainen visio lajista tai pelattavasta pelistä. Silloin kun pelaajilla on parempi idea pelistä ei voida puhua valmentajan hyvästä pelikäsityksestä. (088, mies, jääkiekko)

Ihan mukava mies, ei siinä mitään, mutta uskomattoman saamaton ja laiska, eikä lajitietoakaan ollut juuri keskivertokansalaista enempää saanut hankituksi. No ei se ole loppujen lopuksi mikään erikoistapaus. Näitä päätyökseen F-junioreita valmentavia äijiähän löytyy tästä maasta ainakin yksi olympiastadiollinen, Berliinin siis. (068, mies, salibandy)

Urheilija arvioi valmentajan asiantuntemusta myös siten, että hän arvioi omaa kehitystään urheilijana. Mikäli kehitystä ei ole tapahtunut, syy voi olla valmentajan asiantuntemattomuudessa. Sekä pettymys valmentajan asiantuntemattomuuteen että muuhun toimintaan kerrotaan siten, että kertoja kirjoittaa oppineensa valmentajan virheistä ainakin sen, ettei itse aio valmentajana toimia samalla tavalla.

Lajin tekniikan ja taktiikan suhteen en siis ole erityisemmin kehittynyt näinä kolmena vuotena, mutta sitäkin enemmän olen oppinut valmentajan sosiaalista käyttäytymistä. Voisinpa melkein sanoa, että kaiken mitä olen tänä aikana oppinut, olen oppinut sen valmentajani virheistä. Omaan maailmankuvaani en pysty millään sisäistämään valmentajani valmennusperiaatteita. Mielestäni hän tekee karkeasti sanottuna kaiken väärin. En voisi kuvitellakaan itse valmentavani niiden periaatteiden mukaan. (239, nainen, pesäpallo)

Kaikissa kertomuksissa arviointi valmentajan asiantuntemuksesta ei tietenkään ole mustavalkoista. Joukossa on niitäkin, joissa urheilija punnitsee valmentajan toimintaa ja löytää valmentajasta hyviä ja huonoja puolia. *Hänen harjoituksensa olivat hieman yksipuolisia, joka vaikutti hieman negatiivisesti oppimiseen. Harjoitusten olisi tullut olla monipuolisempia, niin olisin oppinut paljon enemmän. (022, mies, pesäpallo)*

Kun valmentaja nujertaa urheilijan, tuntuu hyvältä löytää puutteita valmentajan asiantuntemuksesta. Tyttö kertoo itsetuntonsa olevan heikko, eikä isä-valmentaja osannut antaa positiivista palautetta. Virhettä etsittiin aina urheilijasta, ei harjoitusohjelmasta. Harjoitusohjelmasta löytyi kuitenkin virhe. Urheilija havaitsi, että hänellä on tekniikkavirhe, jota

isä ei koskaan huomannut. Se ehkä helpottaa: kaikki vika ei ehkä sittenkään ollut urheilijassa.

Toisaalta, se hyvä puoli isäni käytöksessä oli, että jouduin itse ottamaan selvää asioista enemmän. Opin tavallaan vahvemmaksi sisäisesti. Jouduin opettelemaan selviytymään yksin. Viimeisenä yhteisenä vuotenaamme, en enää edes kuunnellut valmentajani neuvoja. Opin paremmaksi kilpailijaksi. En tarvinnut enää isää pitämään kädestä kiinni. Valmentaja isäni ei koskaan kunnioittanut minua urheilijana, enkä itsekään pystynyt arvostamaan häntä, joka ei mielestäni osannut tarpeeksi lajin tekniikkaa. Lajin alkeiden opettamisesta saan kuitenkin kiittää isääni. Mutta se taas vie arvoa alemmas, että tekniikassani on nykyään pari isoa virhettä, jotka ovat syvällä alitajunnassa. Isä ei osannut niitä korjata monien harjoitusvuosien aikana. (251, nainen, yleisurheilu)

Useimmiten valmentajan asiantuntemusta piettiin itsestään selvyytensä. Kaikki kirjoittajat eivät kuitenkaan odottaneet valmentajan olevan yli-ihminen. Joissain tapauksissa kirjoittaja toivoi myös valmentajan huomaavan tämän. ”Kunpa hän edes kerran myöntäisi olevansa väärässä.” Valmentajan asiantuntijuuden viitta on niin painava, ettei valmentaja välttämättä pysty myöntämään erehdyksiään.

Naisvalmentajan pätevyyttä ei kertomuksissa arvioida kuin muutaman kerran (7 kertaa). Miesvalmentajan pätevydestä on enemmän arvioita (36 kertaa). Tulkitsen myös valmentajan omasta urheilu-urasta kertomisen pätevyysarvioiksi. Miesvalmentajien urheilu-ura mainitaan 19 kertaa, mutta naisvalmentajien urheilu-urasta ei kerrota.

5.5. Yhteenveto valmentajan kuvauksista

Kun valmentajaa kuvataan, niin pääasiassa aineistossa kuvataan valmentajan luonteenpiirteitä sekä häntä nimenomaan valmentajan roolissa. Valmentajan roolissa arvioidaan hänen asiantuntemustaan ja tapansa tehdä työtä. Valmentajan ulkoista olemusta arvioidaan silloin, kun hän ei vastaa kertojan mielikuvaa valmentajasta. Valmentajaan liitetään urheilul-

lisuuden mielikuva. Urheilullinen on reipas, hoikka, siisti ja raitis. Mikäli valmentaja jotenkin poikkeaa tästä mielikuvasta, se oli mainitsemisen arvoista – jotenkin erikoista.

Naisvalmentajan ulkoista olemusta kuvattaessa keskitytään positiivisiin ilmaisiin. Kuitenkin naisvalmentajienkin olemuksesta kerrotaan siinä tapauksessa, kun se ei vastaa kirjoittajan mielikuvaa valmentajasta. Naisvalmentajassa mainitsemisen arvoista on hänen erityisen naiselliset piirteensä. Urheilullinen mielikuva on siis lähinnä maskuliininen ja atleettinen ja valmentajan ilmeisesti tulisi normaalisti täyttää tämä mielikuva. Poikkeus on mainitsemisen arvoista. Ylimääräistä kunniaa valmentaja saavuttaa sillä, että hän epäurheilullisesta ulkonäöstään huolimatta pystyy kiitettäviin urheilullisiin suorituksiin.

Jokainen valmentaja on persoonallisuus. Siksi koin ongelmalliseksi valmentajien persoonallisuuskuvausten ryhmittelyn tai tyypittelyn. Mielenkiintoista on kuitenkin se, miten eri tavoin kirjoitetaan mies- ja naisvalmentajista. Naisvalmentajan kuvauksista tuli Maija Poppanen-mielikuva; iloinen, tomera, energinen ja innostunut. Vastaavasti miesvalmentaja on enemmän rauhallinen, leppoisa ja huumorintajuinen ja jopa ujo ja hiljainen. Huonoimmillaan miesvalmentaja on miesurheilijoiden kuvauksissa vihainen, jääräpäinen, ki-roileva ja haukkuva. Naisurheilijoiden negatiivisissa kuvauksissa miesvalmentaja on epämiellyttävä, omia ongelmiaan urheilijoihin purkava ja kostaja. Naisvalmentaja huonoimmillaan on pelottava, huonotuulinen ja vaikea ihminen. Kirjoituksia miesvalmentajasta on enemmän kuin naisvalmentajista, mikä osaltaan selittää sen, että miesvalmentajilla tuntuu olevan enemmän mahdollisia rooleja ja enemmän tilaa olla oma persoonallisuutensa valmentajana. Naisvalmentajien persoonien kuvaukset edustavat kahta tyyppiä; Maija Pop-pasta sekä jonkinlaista julmaa äitipuolta tai ankaraa opettajaa, joka kuitenkin ajan myötä muuttui lempeäksi ja rakastavaksi.

Valmennustyöhön kuuluu urheilijoiden mukaan omistautua. Omistautuminen näkyy kovanä työmoraalina. Valmentaja tekee paljon työtä ja on aina saavutettavissa. Urheilija kokee, että omistautunut valmentaja tekee kaikkensa hänen kehittymisensä eteen ja näin mahdollistaa urheilijan menestyksen. Kaikenlaiset seikat, jotka osoittavat valmentajan sitoutumattomuutta aiheuttavat pettymyksen. Valmentajan raatamista ihailaan ja toisaalta

sen odotetaan olevan itsestäänselvyys. Jopa tarinassa, jossa kerrotaan valmentajan burn-outista, urheilija kokee pettymystä, koska valmentaja antoi periksi liian helposti.

Kirjoittajat arvioivat valmentajan asiantuntemusta verraten sitä omiin tietoihinsa lajista ja harjoittelusta. Valmentajan asiantuntemattomuus on urheilijalle pettymys, sillä urheilija kokee, ettei valmentaja näe riittävästi vaivaa urheilijan eteen. Näin ehkä urheilija ei koe tulevansa arvostetuksi eikä hänkään pysty arvostamaan valmentajaansa.

6. MITEN VALMENTAJAN JA URHEILIJAN IHMISSUHTEESTA KIRJOITETAAN?

Valmentajan ja urheilijan välisestä ihmissuhteesta aineistossa kerrotaan monella tavalla. Useissa kertomuksissa koko tarina keskittyy kuvaamaan ihmissuhdetta ja ihmissuhteen kehittymisen eri vaiheita. On myös tarinoita, joissa ihmissuhdetta ei kuvata lainkaan, vaan keskitytään kertomaan joko urheilusta, kertojasta itsestään tai valmentajasta. Tässä kappaleessa tuon esille erilaisia tarinatyyppjä: ihmissuhdetarinat, tekniset tarinat, minätarinat, oppimistarinat, etäiset tarinat ja valmentajatarinat. Ihmissuhdetarinoissa keskitytään ihmissuhteen kuvaamiseen. Kuitenkin on mielenkiintoista tarkastella tässä myös niitä tarinoita, joissa ihmissuhteesta ei suoraan kerrota. Omilla tavoillaan nekin kertovat jotain valmentajan ja urheilijan välisestä suhteesta.

6.1. Ihmissuhdetarinat

Ihmissuhdetarinat kertovat pääasiassa valmentajan ja urheilijan välisestä suhteesta, suhteen kehittymisestä, kommunikoinnista ja valmentajan merkityksestä urheilijalle. Lukumääräisesti tarinatyypeistä ihmissuhdetarinoita on kaikkein eniten. Pääasiassa ihmissuhdetarinoissa valmentajan ja urheilijan välistä suhdetta kuvataan myönteisesti ja useissa myönteisissä tarinoissa korostetaan läheistä ihmissuhdetta. Valmentajan ja urheilijan väliseen suhteeseen saattaa vaikuttaa monet asiat, kuten ikä, sukupuoli, kilpailutaso ja ihmissuhteen pituus. En löytänyt tästä aineistosta erityisiä eroja sukupuolen eikä iän suhteen. Kilpailutason mukaan en aineistoa luokitellut. Keskityn tässä kappaleessa kuvaamaan miten läheistä ihmissuhdetta aineistossa määritetään, miten sen kuvataan kehittyneen ja miksi ihmissuhde on aiheuttanut pettymyksen.

6.1.1. Miten läheistä valmennussuhdetta määritetään?

Ystävyys on yksi tapa määrittää valmentajan ja urheilijan välistä suhdetta. Näissä tarinoissa valmentajaa kuvataan hyväksi ystäväksi. Ihmissuhteen määrittäminen ystävyudeksi korostaa mielestäni suhteen tasa-arvoisuutta. Toisaalta ystävyys ja siten tasa-arvoisuus aiheuttaa myös pään vaivaa kertojille. Liian läheinen ystävyys on ongelmallista, koska valmentajan roolit eri tilanteissa saattoivat olla erilaiset. On vaikea erottaa, milloin valmentaja on ystävän ja milloin auktoriteetin roolissa. *Ystävystyttyäni henkilökohtaisesti valmentajani kanssa, minun oli vaikea olla hänen valmennettavana. Oli vaikeaa ” heittää päälle” harjoitteluvaihe, kun sitä tarvittiin. Oli helpompi olla kaveri. (014, mies, koripallo)*

Valmentajan ystävyys on myös erityistä. Valmentaja on ystävä juuri minun kanssani. Korostamalla kertojan ja valmentajan välistä ystävyyttä kirjoituksissa kuvataan hierarkiaa itsen ja muiden ryhmän jäsenten välillä. Näin kirjoituksessa tuodaan esille läheistä suhdetta. Kirjoittajan oma suhde valmentajaan on läheisempi kuin muiden ryhmän jäsenten. Tämän erityisen ystävyuden joukkueessa saattaa saavuttaa joukkueen kapteeni tai muita vanhempi pelaaja, jonka mielipiteitä valmentaja erityisesti kuuntelee. On hienoa olla arvostamansa valmentajan luottopelaaja. Kun valmentaja, joka on askelta ylempänä, kumartuu kuulemaan minun mielipidettä, eikä pelkästään kuuntele, myös uskoo minua ja toimii minun mielipiteeni mukaan, pääsen itsekin askelman ylöspäin. Itsetunto kasvaa. Välttämättä erityiselle ystävyydelle ei ole syytä, vaan sen kerrotaan syntyneen vähitellen.

Toinen tapa määrittää läheistä suhdetta on kuvata valmentajaa ”kuin” perheenjäseneksi. Sillä mielestäni halutaan kuvata toistensa tuntemista ja sitä, että valmentaja ja urheilija ovat tekemisissä toistensa kanssa myös urheilun ulkopuolella. ”Kuin” perheenjäsenenä valmentajaa kuvataan hyvin positiivisesti. Varaäiti ymmärtää aina ja varaisän tukeen voi aina luottaa. Kun valmentajalle annetaan vanhemman rooli, ihmissuhde ei ole tasaveroinen siten kuin se on ystävyuden kuvauksissa. Vanhemman roolin antaminen tai hyväksyminen kuvaa valmentajan kasvattajuutta.

Valmentajani on ollut minulle toinen äitihahmo, sillä harjoittelua on ollut monta tuntia päivässä ja olemme joutuneet viettämään paljon aikaa yhdessä. Häneltä olen saanut apua silloin kun olen sitä tarvinnut; niin murrosiässä kuin ensimmäisten poikaystävien kanssa. Hän on ollut valmis kuuntelemaan murheitani ja ymmärtänyt hyvin millaista on olla nuori – kokeilunhaluinen. Hänelle on ollut melkein helpompi kertoa asioista kuin omalle äidille. (215, nainen, taitoluistelu)

Valmentajan ja urheilijan välistä suhdetta määritetään myös valmentajan luotettavuuden avulla. Valmentajaan voi luottaa kaikissa tilanteissa ja suhteen eri vaiheissa. Valmentaja on sitoutunut tehtäväänsä ja hän on jotain, joka pysyy, tapahtui mitä tahansa.

Aivan valmennussuhteemme alussa valmentajani kohteli ja ohjasi minua niin kuin pientä ala-asteikäistä tyttöä tulee kohdella. Hän aikuisena ymmärsi lapsen tarpeet ja pelot ja lohdutti parhaansa mukaan. Jo siinä vaiheessa hänestä tuli yksi tärkeimmistä ja luotettavimmista ihmisistä, joita tunnen. Murrosikäni tullessani valmentajaltani vaadittiin kärsivällisyyttä. Olin kauan aikeissa lopettaa urheilemisen kokonaan, mutta onneksi valmentajani sai minut jatkamaan entistä motivoituneempana. Myös ruumiinkuvani muuttuessa murrosiässä oli valmentajani valmis tukemaan ja hyväksymään minut. Tuohon aikaan valmentajani toimi omien sanojensa mukaan "varaäitinäni". (296, nainen, voimistelulajit)

Valmentajan aito välittäminen urheilijoistaan kuvaa mielestäni lämmintä suhdetta. Aineistossa kuvataan valmentajan välittämistä pääasiassa valmentajan toiminnan avulla. Valmentajan sitoutuminen, paneutuminen työhönsä, sanomiset ja tekemiset ovat asioita, jotka urheilija kokee valmentajan välittämisen osoituksena. Joissain kertomuksissa välittämistä kuvataan myös kertomalla tunteista.

Samalla valmentajani on kuitenkin ollut loistava elämän opettaja; hänen opetuksensa, neuvonsa ja rakkautensa ei ole koskaan rajoittunut vain jumppasalin seinien sisäpuolelle. Meitä jokaista ryhmän jäsentä, yksilöä, on varmasti käsitelty ja opetettu henkilökohtaisesti – sekä fyysisellä että psyykkisellä tasolla. Olemme saaneet tuntea olevamme jotain erityistä, jotain arvokasta. (295, Nainen, voimistelulajit)

Valmentajan välittämistä kuvataan siten, että valmentaja on kiinnostunut urheilijasta urheilun ulkopuolellakin. Valmentaja on helppo lähestyä. *Hänelle saattoi lähettää tekstiviestin vaikka vain kysyäkseen mitä kuuluu. (247, nainen, pesäpallo)* Maininnan arvoista on se, että valmentaja pitää yhteyttä urheilu-uran ja valmennussuhteen päättymisen jälkeenkin. *Lisäksi minusta on loistavaa, että hän on kysellyt harjoittelustani ja kehityksestäni jälkeensä. Eli hän on todella kiinnostunut kuinka hänen valmennettavansa voivat. Tämä jos mikä antaa minulle lisää tsemppiä ja harjoitusintoa. (036, Mies, baseball)* Urheilun ulkopuolella myös tehdään kaikenlaista yhdessä. Valmentaja saattoi opettaa erätaitoja tai olla mukana kaikenlaisessa toiminnassa harjoitusten ja kilpailujen ulkopuolellakin. Myös kommunikointia kuvaamalla kuvataan valmentajan välittämistä. Se, että valmentaja kannustaa, kuuntelee, kyselee kuulumisia, neuvoa ja juttelee kaiken maailman asioista, kertoo läheisestä suhteesta

Toistensa tuntemista tuodaan esille kertomalla valmentajan omasta elämästä. Siten mielestäni halutaan tuoda esille suhteen läheisyyttä. Urheilija kertoo siitä, että hän tuntee valmentajansa melko hyvin ja urheilun lomassa on tilaa keskustella muustakin elämästä. Tätä tuntemista tuodaan esille kertomalla valmentajan perheestä, työstä ja harrastuksista.

6.1.2. Miten valmentajan ja urheilijan välinen suhde kehittyy?

Ihmissuhteen kehittymistä kuvattiin niissä tarinoissa, joissa kerrottiin pitkistä valmennussuhteista. Kehittymistä kuvattiin kolmenlaisina kasvutarinoina. Ihmissuhteen kehittymistä saatetaan kuvata nousujohteisena kertomuksena, joka etenee alkuvaikeuksista yhteisymmärrykseen.

Siirryin hänen valmennukseensa ollessani 9-vuotias. Alussa minulla oli vaikeuksia tulla toimeen valmentajani kanssa, koska en halunnut tehdä niin kuin hän halusi. Aikaa myöten yhteistyö alkoi sujua koko ajan paremmin. Yhteistyömme loppui ollessani 17 vuotta. Syy-

nä tähän oli valmentajani lähtö opiskelemaan toiselle paikkakunnalle ja oman uinti kiinnostukseni hiipuminen. (052, mies, uinti)

Meidän valmennussuhde oli aluksi hivenen etäistä ja vasta viime vuosina meidän valmennus- ja ystävyysuhde on mukautunut ja lujittunut läheiseksi ja hienoksi jutuksi. (039, mies, yleisurheilu)

Naisten kirjoittamissa tarinoissa tulee esiin valmentajan muuttuminen pelottavasta kurinpitäjäksi läheiseksi ja tärkeäksi ihmiseksi urheilu-uran edetessä. Yhdessä tarinassa tuo pelko haihtui vasta urheilu-uran päätyttyä. *Olin jo yläastetta käyvä tyttö, kun sain valmentajakseni virolaisen naisen, joka oli jo kahden lapsen äiti. Olen aina pitänyt valmentajaani ylempänä oppilaistaan. Muistan vieläkin sen pelon jota tunsin valmentajaani kohtaan astuessani jälle. Lopetettuani luistelun ja ryhdyttyäni valmentajaksi sain huomata valmentajani olevan aivan tavallinen ihminen. (210, nainen, taitoluistelu)*

Ihmissuhdetta on kuvattu myös sellaisena kehitystarinana, jossa alku on ollut hyvin positiivinen ja ajan kuluessa on tapahtunut vielä entisestään lähentymistä. *Meillä on ollut hyvin tasapainoinen suhde koko minun urheilu-uran ajan. Onhan suhteemme toki ollut hyvä jo aikaisemminkin, mutta urheilu on lähentänyt ja täydentänyt meitä kokonaisuuksina. Olemme eläneet ja toimineet hyvin paljon yhdessä, jolloin meille on syntynyt side, jollaista on vaikea muulla tavoin saavuttaa. (026, mies, ei lajia)*

Ihmissuhde voi olla myös yhdessä kasvamista. Kertoja kuvaa, että sekä valmentajalla että urheilijalla on kehittymisen varaa ja ihmissuhteesta haetaan voimaa tuohon kehittymiseen.

X saa mut joskus pysähtymään ja miettimään asioita. En ole koskaan ollut mitään murehtija tyyppiä - oon vaan porskutellu eteenpäin ja kokeillut kaikkea. X on myös sellainen, joka ei tekemisiään kadu. Välillä sitten ollaan yhdessä pysähdytty ja mietitty elämän meno. (312, Nainen, kamppailulajit)

Valmennussuhteen päätyminen saattaa tapahtua ilman tunnekuohuja. Urheilija saattaa lopettaa harrastuksensa ilman dramatiikkaa, koska jokin muu asia tuntuu tärkeämmältä. Vastaavasti valmentaja voi vaihtaa paikkakuntaa tai jostain kirjoittajan mielestä perustellusta syystä lopettaa valmentamisen. Parhaimmillaan yhteydenpito säilyy valmennussuhteen katkettuakin. Valmennussuhteen päätyminen saattaa aiheuttaa myös surua ja katkeruutta. Muutamissa tarinoissa urheilija kertoi olleensa surullinen, kun valmentaja päättikin lopettaa hänen valmentamisensa. Myös urheilijan lopettamispäätökset aiheuttavat pettymyksiä. Vanhemman ollessa valmentajana ”kotona vallitsi sotaisia tunnelmia” tai urheilija kokee itsensä hylätyksi. Valmentaja ei enää välitä, koska hän ei urheile. Valmennussuhde saattoi päättyä myös railakkaaseen riitaan, jota urheilija muistelee katkeruudella. Näissä kertomuksissa erityisesti valmentajan ”viimeiset sanat” ovat jääneet mieleen.

6.1.3. Pettymykset ihmissuhteessa

Pettymykset valmentajan ja urheilijan välisessä ihmissuhteessa liittyvät valmentajan sosiaalisten taitojen heikkouteen tai valmentajan käyttäytymiseen. Valmentajaan kohdistuu paljon odotuksia ja noissa odotuksissa pettyminen voi tuntua katkeralta. Valmentajalta odotetaan kannustusta. Siitä, ettei odotettua kannustusta koskaan tullut, kerrotaan jollain tapaa lakonisesti. Asia todetaan lyhyesti ja painavasti mutta kiihkotta. Valmentaja ei kuunnellut, ei osannut kannustaa ja saattoi ratkaisevassa tilanteessa jättää urheilijan yksin.

Yksi suuri syy oli se, että koko ajan näki valmentajaa, kotona sai ensin valituksia tekemis-tään asioista ja harjoituksissa piti kuunnella samaa papatusta, valitusta oikeastaan. Suurin virhe, jonka isäni teki valmentaessaan minua, oli liian kriittinen, negatiivinen suhtautuminen. Olen aina omannut huonon itsetunnon. Toiset voivat sisuuntua negatiivisista kommentista, mutta minulla on toisin. Olen ihminen, jota pitää kannustaa, ja sitä isäni ei osannut.(251, nainen, yleisurheilu)

Paljon opin omalta valmentajaltani, yksi tärkeä on raaka työ ja harjoittelu, jotta voisi menestyä. Mutta aina odotin kannustusta ja onnistumisen huomiointia omalta valmentajaltani ja todella usein jäin ilman niitä. (306, nainen, joukkuevoimistelu)

Valmentajan käyttäytyminen voi myös aiheuttaa pettymyksen. Joissain kertomuksissa valmentaja kuvataan ehdottomana ja omia tavoitteitaan ajavana. Tämä tuntuu urheilijasta itsekkäältä. Valmentaja ei olekaan suhteessa urheilijaa varten, vaan urheilija onkin valmentajaa varten.

Hän oli kova asenteinen piiskuri, jolla oli ammattitietoutta. Se tapa, jolla hän opetettavat asiat esitti, ei ollut ikäisillemme sopiva. Hän oli mielipiteissään ehdoton, eikä hyväksynyt epäonnistumista. Pelistä tuli monelle pakkomielle, jossa pitää vältellä virheitä. Pelistämme katosi luovuus, eikä kukaan uskaltanut tehdä omia ratkaisuja. (113, mies, jalkapallo)

Valmentajan motivaatio oli kova ja harjoitukset sen mukaiset. Pidettiin saunailtoja ja sovitettiin sääntöjä. Tosiasiassa valmentaja puhui omista tavoitteistaan ja uhkaili eroavansa, jos ei oltaisi kolmen parhaan joukossa syyskierroksen alkaessa. Se, mitä pelaajat tahtivat, oli vain pelata pilke silmäkulmassa ja treenata kavereiden kesken. (220, nainen, jalkapallo)

Joistakin kirjoituksista on tulkittavissa keskinäisen arvostuksen puute. Urheilija turhautuu valmentajan kyvyttömyyteen kohdata urheilija. Valmentaja ei urheilijan mielestä ansaitse kunnioitusta ja kun valmentajakaan ei arvosta urheilijaa, on toimivaa ihmissuhdetta mahdoton rakentaa.

Aktiiviurani viime metreillä opin vielä yhden tärkeän seikan, joka on seuraamus siitä kun valmentaja on täysin epäpätevä hommaansa, mistään ei tule mitään! Joukkueen moraali on nolla niin harjoituksissa kuin peleissäkin eikä asiaa yhtään parantanut valmentajan kiroominen ja karjunta korvan juuressa. Kuin pisteenä iin päällä tai viimeisenä tippana joka sai maljani vuotamaan yli oli valmentajan turhautunut tokaisu huonosti menneen pelin jälkeen: ”Ei sinusta ikinä tule pelimiestä!” (123, mies, jalkapallo)

Valmentaja saattoi myös haukkua ja nolata urheilijoita. Epäurheilijamainen ja huonosti käyttäytyvä valmentaja harmittaa ja hävettää – urheilijaa hävettää valmentajansa puolesta. Valmentaja saattoi toimia myös kirjoittajan mielestä epäoikeudenmukaisesti.

Kauden alusta valmentajallani oli tapana ottaa yksi pelaaja syyttelyn kohteeksi. Sain myös itse kokea tämän tilanteen. Jos siis joukkueesta joku epäonnistui, sain syyt niskoilleni. (204, nainen, lentopallo)

Kaikkein epäurheilijamaisin piirre mitä valmentajalla voi olla on tietenkin minun valmentajallani. Hän herjaa tuomaria pelin aikana ja nimittelee vastapuolen pelaajia. ”Vitun läskiperse!” raikui kerran toiselle puolelle kenttää, kun valmentajani kommentoi vastapuolen pelaajan ulkonäköä julkisesti. Luulisi hänelle riittävän vastustajien ja tuomarin herjaaminen, mutta eipä tuo riitä. kakkosvalmentajan kanssa on mukava haukkua omankin joukkueen pelaajia. Kerran istuessani vaihtopenkillä valmentajani kommentoi yhdestä omasta pelaajastamme: ”Minkä takia pitää yrittää tollasta, jos tietää ettei osaa!??” Luottamus omiin pelaajiin on siis täysin olematonta. Toisinaan tuntuu siltä, että joukkueemme on hyvä joukkue ja valmentajamme on sen suurin vihollinen. Jos valmentajamme ei sitä itse pysty huomaamaan, on hän täysin epäpätevä hoitamaan tehtäviään. (216, nainen, jalkapallo)

6.2. Kun ihmissuhteesta jätetään kertomatta

Kun jaoin kertomuksia tarinatyyppeihin, suurin osa oli luokiteltavissa ihmissuhdetarinoin. Syntyi kahtiajako: tarinat, joissa kuvataan ihmissuhdetta ja tarinat, joissa kerrotaan jostain muusta. Näissä muissakin tarinoissa ihmissuhteesta on tulkittavissa jotain. Ihmissuhteesta saatetaan kertoa kiertoteitse tai sitä ei mainita lainkaan. Se, että ihmissuhdetta ei

mainita, ei välttämättä kerro siitä, että ihmissuhde olisi huono tai niin vähäpätöinen, ettei siitä kannata mainita. Kirjoittaja saattaa haluta pysyä turvallisilla vesillä, eikä halua kirjoittaa henkilökohtaisista asioistaan tai kirjoittaessa jokin muu seikka vie mukanaan. Ihmissuhteen mainitsematta jättäminen voi kertoa myös siitä, että kirjoittaja ei valmentajaltaan odota muuta kuin urheiluun liittyvää asiantuntemusta.

6.2.1. Minä-tarinat ja oppimistarinat

Minä-tarinat ja oppimistarinat keskittyvät kertojan omaan urheilemiseen ja elämään ja kertojan oppimisiin asioihin. Valmentajan toiminnasta kerrotaan oman itsen kautta tyyliin: ”Hänen sanomisensa sai minut huomaamaan...” Minä-tarinassa ei kerrota valmentajan persoonasta eikä valmentajan ja urheilijan välisestä ihmissuhteesta. Yksi syy näihin sisältövalintoihin on kirjoitelman otsikko. Minä-oppimistarinat vastaavat suoraan asetettuun kysymykseen. Seuraava tarina on kokonaisuudessaan, sillä se on tyypillinen minä-oppimistarina. Valmentaja mainitaan valmentajanani kerran kertomuksen alussa. Valmentajan tehtävistä kerrotaan loppupuolella. Kuitenkin kertomus päättyy siihen, että valmentaja on opettanut kaikki elämisessä tarvittavat taidot ja on suuri ihminen.

Pidän jalkapallovalmentajaani yhtenä elämäni tärkeimmistä vaikuttajista sekä opettajista, häneltä olen oppinut halun voittaa, tappion vastaanottamisen, joukkuehengen luonnin, ihmisten kanssa toimeen tulemisen sekä toisten huomioon ottamisen. Olen oppinut pitämään oman itseluottamukseni korkealla valmentajan metodien avulla, koska jos olen jollain osalla alueella heikompi muita niin pyrimme tietysti parantamaan aluetta ja valmentajani hakee minusta parempia puolia esiin vaihtamalla rooliani tarpeen mukaan. Hyvien puolien esiin hakeminen alkoi jo nuorena juniorina, joten olen omannut kyvyn pitää itseluottamus korkeana jo pienestä pitäen. Itsehillintääni olen myös oppinut käsittelemään, ettei jokaisen epäonnistuneen suorituksen jälkeen voi hermojaan menettää, koska joukkuelajeissa joukkueen etu kärsii kiukuttelijoista. Voittamisen halu on myös tärkeä elämää ajatellen, jos hakee esim. työpaikkaa ja haastattelussa on kymmenen hakijaa, joista yksi valitaan niin haastatteluun ei voi mennä aivan sama asenteella. Ihmisellä pitää olla voittamisen halu

pärjätäkseen elämässä. Tappion oikeanlainen vastaanottaminen on myös erittäin tärkeää. Tappion kohdatessa on mahdollisimman nopeasti analysoinnin jälkeen pyrittävä nolamaan tilanne. Tappioista on hyvä ottaa opiksi ja pyrkiä niitä välttämään, koskaan niitä ei voi kokonaan välttää, mutta kannattaa opetella hyväksymään tappiot. Joukkuehengen luonti ja ylläpito ovat joukkuelajin menestyksen yksi avaimista, jos joukkuehenki rakoilee, pääsee esim. muodostumaan joidenkin kavereiden kuppikuntia, toiset eriytyvät ryhmästä jolloin menestystäkin on vaikea tavoitella. Joukkuehengen luomiseksi olisi järjestettävä mahdollisimman paljon joukkueenjäsenten kesken yhteistä toimintaa, kuten saunailtoja, vapaa-ajan harrastuksia golf, kalastus jne. Valmentajalla on tärkeä tehtävä pitää pelaajansa yhtenäisenä. Pelaajilla on itselläänkin yhtä iso rooli joukkuehengen luonnissa. Toisten ihmisten kanssa toimeen tulemisen kyky on yksi ihmisen tärkeimmistä kyvyistä, ellei halua olla erakko. Olen oppinut valmentajaltani sen, ettei ole ihmistä katsominen ikään, sukupuoleen, kaikkien ihmisten kanssa voi tulla toimeen. Ihmisten huomioon ottaminen on myös yksi tärkeimmistä valmentajalta oppimani asia, jos et osaa etkä pysty ottamaan toisia huomioon, et voi itsekään odottaa vastaavaa kohtelua.

Vastuunottaminen ja kantaminen on myös hyvä apu elämässä. Työelämässä ja yksityiselämässä pitää osata ja uskaltaa ottaa vastuuta omista tekemisistään. Työpaikan pitäminen voi olla hankalaa jos ei ota vastuuta omista tekemisistään. Olen oppinut mielestäni valmentajaltani kaikki elämisessä tarvittavat tiedot ja taidot hyviä sekä vähemmän hyviä asioita koettu yhdessä vihreällä veralla. Valmentajani on suuri ihminen. (116, mies, jalkapallo)

Osa minä-tarinoiden kertojista toimii itse valmentajina ja peilaa omaa tapaansa valmentaa muistoihin omasta valmentajastaan. Oppimistarinat ovat luettelomaisia selvityksiä opituista asioista. Valmentajaa ei mainita persoonana eikä omasta itsestään kerrota kuin opitut asiat. Teknisistä tarinoista nämä eroavat siten, että opitut asiat eivät välttämättä liity urheiluun ja harjoitteluun, vaan esimerkiksi käyttäytymiseen tai luonteenpiirteisiin. Näissä tarinoissa valmentajan merkitystä korostetaan kertomalla kuinka paljon positiivisia asioita kirjoittaja on oppinut. Vaikka valmentaja ei varsinaisesti kirjoitelmassa esiinny, hänen merkitystään ei suinkaan vähätellä. Päinvastoin joissakin minä-tarinoissa valmentajuus saa

melkoiset mittasuhteet. Valmentajan kerrotaan opettaneen mahdollisimman paljon erilaisia asioita ja olleen hyvin merkityksellinen ihminen.

6.2.2. Tekninen tarina

Tekninen tarina keskittyy pääasiassa urheilusuoritukseen ja harjoituksen sisältöön. Valmentajan persoonasta saatetaan mainita jotain, mutta se on sivuseikka. Kertoja saattaa kertoa myös omista tuntemuksista, mutta siirtyy pian takaisin ”asiaan”. Selkeimmillään tekniset tarinat ovat luetteloita harjoitelluista asioista tai valmennuksen perusteista.

Tietenkin olen oppinut lajitietoa paljon. Olen oppinut luistelemaan, laukomaan ja pelaamaan, nuorempana oli tärkeää osata luistella, laittaa jääkiekkovehkeet päälle ja solmia luistimen nauhat. Valmentaja opetti meille nämä taidot, jotka olivat nuorempana tärkeitä. Sitten opeteltiin sääntöjä eli mitä saa tehdä ja mitä ei eli valmentaja opetti meille kuvaa siitä, mikä on oikein ja mikä on väärin. Näillä taidoilla pärjäsi muutaman vuoden. Sitten alettiin opetella enemmän pelaamista, syöttöpelejä, mitä paikkaa pelaa ja mitä minä teen kun olen kentällä. Näillä pärjäsi taas vähän aikaa. Sitten alettiin opetella peliä hieman syvemmin, taktiikkaa eli miten pelaan missäkin tapauksessa. Miten pelaan kiekollisena, kiekottomana ja sitä miten pystyn pelaamaan, että se työ kentällä auttaa mahdollisimman paljon muita pelaajia. (094, mies, jääkiekko)

Valmentajan persoonasta saattaa tarinassa olla maininta, ehkä yksi persoonallisuuden piirre tai vain maininta, että valmentaja oli mukava. Asiaan ei jäädä pitemmäksi aikaa, vaan valmentaja ihmisenä tulee kuitatuksi yhdellä tai kahdella lauseella. Useimmissa tarinoissa valmentajaa ei persoonana ole lainkaan tai hänestä on ehkä mainittu nimi tai asema (esimerkiksi maajoukkuevalmentaja).

Tekninen tarina on samalla etäinen tarina. Valmentaja vaikuttaa kaukaiselta ja persoonattomalta ja valmentajan ja urheilijan välinen suhde tuntuu muodolliselta. Erityisesti nämä tekniset tarinat loppuvat kummallisesti julistukseen tai mottoon ja kertomuksen loppu tulee

yhtäkkiä ja erikoisesti. *Mahtava yhteishenki yhdistää meitä. Meidän mottomme onkin: "Joka solun on tehtävä töitä yhdessä toisten ihmisten kanssa". (283, nainen, ratalasku) Ehkä tärkein asia mitä olen valmentajaltani oppinut on, että elämää on myös urheilu-uran jälkeen. Koulutus on tärkeää. (049, mies, ampumahiihto) Jokaisen olisi hyvä huomata, että liikunta on ihmiselle hyväksi! (329, nainen, hiihto)*

6.2.3. Etäinen tarina

Etäisissä tarinoissa kertomuksen sisältö luo valmentajasta kuvan, kuin hän olisi urheilijalle vieras ja etäinen ihminen tai kertoja haluaa olla varovainen kertoessaan valmentajastaan. Etäisissä tarinoissa valmentajasta kyllä kerrotaan, mutta häntä ei mainita persoonana. *Olen harrastanut pikajuoksua viisi vuotta ja valmentajanani on tuon ajan toiminut sama liittovalmentaja tutkinnon suorittanut henkilö. (038, mies, yleisurheilu)* Etäisen tuntuiseksi tarinan tekee myös passiivin käyttö. *Tuo kannustus, jota valmentajat antavat lisää itseluottamusta. Ja jos on kritiikkiin aihetta, se annetaan yksityisesti. Näin ketään ei tunne oloaan vaivautuneeksi. (029, mies, golf)*

Sisällöltään etäiset tarinat saattavat olla synteesejä useista valmentajista tai eräänlaisia ohjelmanjulistuksia siitä, millainen on hyvä valmentaja. Etäisissä tarinoissa saatetaan kertoa, että valmentaja ja urheilija ovat ystäviä tai tuntevat toisensa hyvin. Kuitenkaan ihmissuhteesta ei haluta kertoa sen enempää eikä valmentajasta kertomalla osoiteta tuntevansa häntä ihmisenä. Ehkä valmentaja halutaankin pitää etäisenä. Vieraan kanssa on helpompi keskittyä olennaiseen. Valmentaja saattaa myös konkreettisesti olla etäinen. Hän tapaa urheilijan harvoin ja urheilija kaipaa henkilökohtaisempaa kontaktia.

Oma valmentajani antaa moniin muihin valmentajiin verrattuna minulle melko vapaat kädet harjoittelun suhteen. Hän tekee harjoitusohjelman ja antaa sitten minun sen itse toteuttaa. Tärkeimmät harjoitukset ja kilpailut hän tietenkin seuraa vierestä. Useat ihmiset ovat epäilleet tätä valmennustapaa, mutta silti vuosi toisensa jälkeen suoritukseni on kehittynyt tasaisen varmasti.... Välillä toivoisin kuitenkin valmentajasuhteessani olevan enem-

män kahdenkeskeistä keskustelua ja selkeitä suunnitelmia tulevaisuuden varalle. Toivoisin valmentajani ottavan hieman enemmän selkoa harjoitteluni toteuttamisesta ja antavan sen perusteella enemmän palautetta, sekä negatiivista että positiivista. Hänen kokemuksensa ja tietonsa ovat kuitenkin aivan eri luokkaa kuin minulla, joten palautetta antamalla hän voisi antaa enemmän tietoa siitä, toteutanko harjoitteluni oikealla tavalla ja että voinko tehdä jotakin paremmin. (047, mies, yleisurheilu)

Useimmissa etäisissä tarinoissa ei mainita valmentajan sukupuolta ja monissa ajanjakso, mistä tarina kertoo jää epäselväksi. Kuitenkin tässä ryhmässä on todella pitkiä kertomuksia. Tarinaa valmentajista yleisesti siis riittää, ilman että asiaa lähestytään henkilökohtaisemmin.

6.2.4. Valmentajatarina

Valmentajatarina kertoo valmentajan persoonasta ja toiminnasta, mutta kertoja kertoo niukasti itsestään tai valmentajan merkityksestä itselleen. Näin ihmissuhde valmentajan ja urheilijan välillä jää kuvaamatta. Omalla tavallaan nämä tarinat voisivat olla teknisiä tarinoita tai etäisiä tarinoita. Kun valmentajatarinoissa kerrotaan ihmissuhteesta kertomalla esimerkiksi kommunikoinnista, muuttuu tarina omalla tavallaan tekniseksi – valmentaja ja urheilija keskustelevat harjoittelun sisällöstä.

Valmentajani kyseli yleensä jokaisessa harjoituksessaan ennen harjoituksia, harjoitusten aikana ja niiden jälkeen meidän valmennettavien tuntemuksia. Hän kyseli onko ollut liian rankkaa tai onko olo väsynyt. Muutamalla kysymyksellä hän sai porukkaan kontaktia. Joskus harjoitusta on kyselyn jälkeen kevennetty, mutta yleensä tällä aikaansaatiin meihin tunne, että meistä huolehditaan. Minä ainakin tunsin niin. Nyt myöhemmin olen vasta huomannut yhden todella tärkeän asian, jonka tämä valmentaja osasi luontevasti.. Hän osasi kertoa miksi mitään tehdään ja mihin se vaikuttaa. Useimmiten hän kertoi sen vielä ennen kuin kukaan sitä edes ehti kysyä. Esimerkiksi hän kertoi, että nyt juostaan lyhyitä vetoja täysillä, että meidän lähtönopeus paranisi. (245, nainen, pesäpallo)

6.3. Yhteenveto ihmissuhteen kuvauksista

Tarinatyypeistä ihmissuhdetarinoita on lukumääräisesti eniten. Ihmissuhdetarinoiksi luokittelun sellaiset tarinat, joissa kerrotaan pääasiassa valmentajan ja urheilijan välisestä ihmissuhteesta, suhteen kehittymisestä, kommunikoinnista ja valmentajan merkityksestä urheilijalle. Ihmissuhdetta määritetään siten, että valmentajaa pidetään ystävänä tai perheenjäsenenä tai sitä kuvataan valmentajan luotettavuuden ja välittämisen avulla. Ihmissuhteen kehittymistä kuvataan kasvutarinana, jossa ihmissuhde kehittyy alkuvaikeuksista ymmärrykseen tai yhdessä kasvamisen kuvauksena. Pettymyksiä urheilijoille aiheuttaa valmentajien sosiaalisten taitojen heikkous tai valmentajan käyttäytyminen. Jos valmentaja ei osaa kannustaa, ei huomioi urheilijaa tai hän käyttäytyy huonosti, urheilija kokee pettymyksen.

Kirjoituksissa, joissa ihmissuhdetta ei kuvata, kerrotaan urheilijasta itsestään ja hänen oppimisestaan, harjoittelusta, valmentajasta tai valmennuksesta yleisesti. Se, että ihmissuhteesta ei kerrota, ei välttämättä kuvaa ihmissuhteen etäisyyttä tai muodollisuutta. Kirjoittaja on vastannut suoraan otsikon kysymykseen ja kertonut itsestään ja oppimisestaan, hän on luonut synteesin useista valmentajistaan tai jokin muu seikka on vienyt kirjoittajan mukanaan. Vaikka valmentajasta ei varsinaisesti kerrotakaan, hänen merkityksensä voidaan kuvata olleen erittäin suuren. On varmasti myös niin, että osa urheilijoista kaipaa valmentajaltaan vain urheiluun liittyviä asioita, eikä erityisemmin haluakaan siltä ihmissuhteelta sen enempää.

7. VALMENTAJAN VALTAA ON MONENLAISTA

Valmentajan ja urheilijan välinen suhde on aina valtasuhde. Valmentajalla on enemmän mahdollisuuksia vaikuttaa urheilijan toimintaan kuin urheilijalla valmentajan. Tässä kappaleessa esittelen valmentajan valtaan liittyvät teemat ja lopussa yhteenvedossa tuon esille, mihin olemassa oleviin vallan luokituksiin ne liittyvät. Olen tulkinut kirjoituksista valmentajan vallan käytön kuvauksia etsien paitsi vallan muotoja myös tapoja, kuinka valmentajien kerrotaan ottaneen paikkansa tai saavuttaneen kirjoittajan arvostuksen.

Valmentajan auktoriteetti perustuu ennen kaikkea asiantuntemukseen. Mikäli urheilija kokee valmentajansa asiantuntemattomaksi, on hänen vaikea saavuttaa urheilijan arvostusta jollain muulla ominaisuudellaan. Olen käsitellyt valmentajan asiantuntemusta aikaisemmin tässä työssä, enkä käsittele sitä uudestaan vallan käytön suhteen.

7.1. Auktoriteettia kaivataan

Urheilijoiden kertomuksissa etenkin miehet arvostavat kuria ja järjestystä harjoituksissa. ”Hän sai kurin ja hän vaati.” Parhaimmillaan valmentaja on toiminut sopivan tiukkana harjoitusvastuksena murrosiän pyörteissä. Naisten kertomuksissa samanlaista kurin toivetta ei tullut esiin. Kun naiset kertovat naisvalmentajistaan, kurista kyllä kerrotaan, mutta sitä ei erityisesti toivota tai odoteta. Naisurheilijoiden kertoessa miesvalmentajistaan kuria ja järjestystä ei mainita juuri lainkaan.

Valmentajani ovat toimineet kukin vuorollaan auktoriteettisina ankkurina läpi lapsuuteni kasvuajan, sosiaalisen epävarmuuden leimaaman murrosikäni sekä lopulta kasvamiseni nuoreksi mieheksi. He ovat olleet se taho jota olen kuunnellut ja totellut silloinkin kun olen menettänyt luottamukseni opettajiini. He ovat olleet myös se voima johon vanhempaini vetosivat, jos kiukuissani en toiminut heidän toivomallaan tavalla. (075, mies, jääkiekko)

Valmentaja voi nuorelle urheilijalle olla ainoa auktoriteetti. Urheilija uskoo valmentajaansa silloinkin, kun hän kapinoi vanhempiensa ja opettajien auktoriteettia vastaan. Parhaimmillaan valmentaja voi toimia merkittävänä apuna vanhemmille.

Valmentajani nautti meidän suurta kunnioitusta ja kukaan ei uskaltanut sanoa vastaan. Hän oli myös ehdottoman reilu, minkä luulen vaikuttaneen suuresti minun oikean ja väärän käsitykseen siinä iässä. Treenien ollessa kovimmillaan n. 16-vuotiaana sattui paljon asioita kehän ulkopuolella mitä ei olisi näin jälkikäteen halunnut. Toin "ongelmat" salille ja taistelin auktoriteettia vastaan. Hävisin ja kerrankin voin sanoa olevani hyvilläni tappiosta. Sain elämäni järjestykseen ja nyt ovat läheiseni sanoneet vahvimmaksi puoleksi juuri tasapainoisuuden. (133, mies, nyrkkeily)

...olimme valmiita kuuntelemaan paljon nähneen ja kokeneen auktoriteetin elämänohjeita. Ehkä juuri se ehdoton auktoriteetti, mikä hän oli, toi tietynlaisen turvallisuudentunteen porukkaamme. Silloin opin mitä merkitsee valmentajan kunnioitus ja mitä se saa aikaan. Mutta hän ei ollut mikään diktaattori vaan oli aina valmis kuuntelemaan pelaajia, eikä kukaan pelännyt tuoda omaa mielipidettään julki. Ja kovissa harjoituksissa ja pitkillä pelimatkoilla hänen hurtti huumorinsa pelasti monen päivän. (123, mies, jalkapallo)

Näissä tarinoissa kuria ja järjestystä arvostetaan. Valmentaja on erityisesti oikeudenmukainen ja suoraselkäinen. Oikeudenmukaisuutta kuvataan esimerkiksi siten, että uusi valmentaja korjaa kirjoittajan mieltä vaivanneen epäoikeudenmukaisuuden aloittaessaan joukkueen valmentamisen.

Järjestyksen pidosta huolimatta valmentajan ei koeta olevan määräilevä. ”Hän ei ollut mikään diktaattori vaan oli aina valmis kuuntelemaan pelaajia.” Tällainen valmentaja koetaan turvalliseksi. Se, että kirjoittaja mainitsee, ettei oma valmentaja ollut diktaattori kertoo valmentajan ”roolista” – tiukka valmentaja on yleisesti käsitetty diktaattoriksi. Mäinnällä, että valmentaja oli valmis kuuntelemaan pelaajia, painotetaan valmentajan erinomaisuutta.

Liikaa autoritaarisuutta pidetään yleisesti urheilussa ongelmana. Mielikuva yksinvaltiaasta valmentajasta, joka ei kuuntele urheilijaa elää sitkeässä. Tässä aineistossa urheilijat tuntuivat kaipaavan auktoriteettia tiettyyn rajaan saakka. Raja menee siinä, että valmentajalle voi puhua. Auktoriteettia kaivataan erityisesti rajojen asettamisessa. Valmentaja toimii kasvattajana ja asettaa toiminnalle mielekkään tuntuiset rajat.

Auktoriteetin puute voi olla ongelma. Se koetaan ongelmalliseksi silloin kun kurin puute estää urheilullisten tavoitteiden saavuttamisen. Auktoriteettia kaipailivat myös Jokereiden pelaajat Helsingin Sanomien artikkelissa ”Valmentaja Pietilän auktoriteetti loppui”. Walteri Immonen toteaa: ”Jäin odottamaan auktoriteettisempaa valmennusta, eikä se puoli toiminut”. Hänen mukaansa ainakin Jokereissa valmentajalta vaaditaan auktoriteettia. ”Kaksinkamppailuja ja luistelua kaipasimme enemmän.” (Miettinen, 1997.) Tässä valmentajan auktoriteetti liitetään kovaan harjoitteluun. Vaativa valmentaja, joka saa urheilijan harjoittelemaan kovaa, edustaa toivottua auktoriteettia sillä edellytyksellä, että hänen kanssaan voi keskustella.

Kovan harjoittelun ihannointi, ”työpuhe”, on aineistossa tyypillistä silloin, kun kirjoituksissa kerrotaan harjoittelusta. Valmentajan tehtävänä on huolehtia tiukasta harjoittelutahdista. Mikäli valmentaja lepsuilee, se urheilijoiden mukaan johtaa väistämättä harjoittelun löystymiseen. Valmentajan tehtävä on myös pitää päänsä tilanteissa, joissa urheilija haluaisi keventää tahtia. Valmentaja ei saisi olla liian ymmärtäväinen eikä hän saa suhtautua harjoitteluun leppoisasti. Valmentajalla on kontrollivelvoite ja vastuu urheilijoiden harjoittelusta.

Joskus peleissä valmentajani on vähän liian lepsu jolloin oma pelikin lepsahtaa aivan täysin. Ei riitä vain jos valmentaja sanoo virheen jälkeen, että ei se mitään, sattuuhan näitä. Näissä tilanteissa valmentajan täytyy olla tiukkana ja sanoa asia niin kuin se on. (203, nainen, lentopallo)

Koko joukkueeni tulee valmentajan kanssa todella hyvin toimeen, mikä on mielestäni tärkeä asia. Jos joukkueen ja valmentajan välillä on pienäkin ristiriitaa, yhteistyötä ei kannata jatkaa kovin pitkälle, koska sellainen suhde ei tuota tulosta. Toisaalta valmentajan täytyy pysyä tiukkana harjoituksissa, eikä löysäillä yhtään, sen takia että joukkue niin toivoo. Vapaa-aika ja työ pitää tässäkin asiassa osata erottaa. (208, nainen, lentopallo)

Useat aineistossa kuvatut valmentajat toimivat näin. Harjoituksissa keskitytään tiukasti harjoitteluun. Valmentaja vaatii paljon ja urheilijan mielestä se on oikein ja kohtuullista. Mikäli harjoittelu ei maistu, vika löytyy urheilijan asenteesta. Kirjoituksissa puhutaan usein asenteesta. Asenteella urheilupuheen yhteydessä tarkoitetaan ilmeisesti aina tiukkaa ja tavoitteellista suhtautumista harjoitteluun sekä sen esilletuomista yrittämällä täysillä. Erään kirjoittajan mukaan urheilijan perisynti on luovuttaminen ja valmentajan velvollisuus on estää urheilijaa sortumasta tuohon syntiin.

7.2. Liika on liikaa - kurinpidossakin

Liika vaatiminen ja liian tiukka kuri aiheuttavat suorituspelkoa tai jopa urheilun lopettamisen. Urheiluharjoituksiin tullaan pitämään hauskaa ja jos hauskuus häviää, häviää myös urheilun mielekkyys. Liian ankarasta valmentajasta kerrotaan aineistossa usein ”jossain muualla tapahtuneena”: ”Koska naapuriseurassa oli kamala äijä, niin pelaajat siirtyivät meidän seuraan.” Muutaman kirjoittajan kohdalle liian ankara valmentaja on kuitenkin osunut ihan henkilökohtaisesti.

Joukkueeni sai ensimmäisen todellisen valmentajan ollessamme 14-vuotiaita. Hän oli kova asenteinen piiskuri, jolla oli ammattitietoutta. Se tapa, jolla hän opettavat asiat esitti, ei ollut ikäisillemme sopiva. Hän oli mielipiteissään ehdoton, eikä hyväksynyt epäonnistumista. Pelistä tuli monelle pakkomielle, jossa pitää vältellä virheitä. Pelistämme katosi luovuus, eikä kukaan uskaltanut tehdä omia ratkaisuja. (133, mies, jalkapallo)

Opettajani oli alusta alkaen hyvin tiukka ja määrätietoinen ja moni kaverini lopetti baletin hänen takiaan. Niin tein minäkin 14-vuotiaana. Silloin minulla oli jo paljon muita harrastuksia mm. jalkapallo ja yleisurheilu joiden seurauksena lihakseni alkoivat voimistua "väärästä paikasta" balettia ajatellen. Opettajani alkoi huomautella mm. suurista reisistäni ja silloin sain tarpeekseni. (301, nainen, baletti)

Valmentajan ehdottomuus on ahdistavaa, vaikka hän olisikin oikeassa. Mikäli urheilija kokee valmentajan ehdottomuuden vielä vääräksi tai epäoikeudenmukaiseksi, on urheilun loppu aika lähellä. Tällaisessa tapauksessa valmentaja saattaa toteuttaa sellaista valmentajan roolia, jonka hän on oppinut omalta urheilijauraltaan tai jonka hän kokee oikeaksi. ”Todellinen” valmentaja vaatii kaiken mahdollisen tehtäväksi urheilun ehdoilla. Valmentajan tehtävään on auttaa urheilija pääsemään urheilu-urallaan mahdollisimman korkealle. Tässä onnistuakseen valmentaja vaatii, ei hyväksy epäonnistumista, tekee päätökset tehokkaasti ja tuo esille epäkohdat urheilijassa ja hänen toiminnassaan.

7.3. ”Kunnioitin ja melkein pelkäsin häntä”

Aineiston kirjoituksissa urheilijat kertovat valmentajastaan usein kunnioittavaan sävyyn. Valmentajan uhraamaa aikaa arvostetaan ja häntä persoonana kunnioitetaan. Joissain kertomuksissa valmentaja herätti pelkoa. Naisten kertomuksissa pelonsekainen kunnioitus valmentajaa kohtaan tulee esiin useammin kuin miesten kertomuksissa. Pelon aiheuttaa valmentajan huutaminen ja ankara opetustyyli.

Kunnioitin ja melkein pelkäsin valmentajaani. Minua otti todella päähän ja joskus itkettiin treenien jälkeen, kun valmentaja oli huutanut naama punaisena 10 cm:n päässä omista kasvoistani jostakin asiasta. Pian kyllä oivalsin, että hän huusi aina asiasta, sekä havaitsin, että hänen keinonsa todella auttoi. Siitä lähtien tein harjoituksissa aina kaiken kunnolla huolimatta siitä, kuinka väsynyt olin tai vaikka ei kiinnostanut yhtään juuri sinä päi-

vänä harjoitella. Opin tekemään kaiken parhaani mukaan, jotta minun ei tarvinnut pelätä, jotta ei tarvinnut kuunnella valmentajani karjumista. (233, nainen, koripallo)

Mikä pistää valmentajan huutamaan? Äänensä kuuluville saaminen hälinässä tai suuressa tilassa tietenkin pakottaa korottamaan ääntään. Tätä ehkä tarkoitetaan seuraavassa: *Hän saattoi huutaa meille paljonkin, mutta vain silloin kun siihen oli aihetta. Silloin ainakin minä tajusin, että nyt oli jossain mätää, ja että tarvitsisi tehdä jotain. Huutaminen ei ollut mitään ylenpalttista karjumista, vaan ohjeita antavaa ja selkeää. Vaikka olimmekin aika nuoria niin meihin se tepsii, eikä kukaan itkenyt että: ”miksi toi äijä huutaa?” (076, mies, jääkiekko)*

Toisaalta kyse voi olla myös tapahuutamisesta, valmentajan roolin toteuttamisesta. Ensimmäisen kerran havahduin oikein todella pohtimaan valmentajan roolin toteuttamista seurattessani liikunnanohjaajakoulutuksessa erästä valmennusopin ohjausharjoitusta. Eräs miesopiskelija piti ohjausharjoitusta jalkapallosta. Hän oli itse liigatason pelaaja, luonteeltaan rauhallinen ja lupsakka. Kun ohjausharjoitus alkoi, hän aloitti karjumisen ja karjui koko ohjausharjoituksen läpi. Kaikki ohjeet, kannustukset ja moitteet tulivat varsin vihaiseen äänensävyyn. Kysymys ei siis ollut vain äänen kuuluvuudesta. Hän oli oikeasti vihainen. Sekä osanottajina olleet opiskelijat että minä olimme melko hämillämme tilanteesta. Palautekeskustelun aluksi kysyin häneltä huutamisen syytä. Oliko hän sitä mieltä, että osanottajat eivät yrittäneet riittävästi, vai miksi hän karjui? Opiskelija oli aidon hämmästyntynyt ja hän vastasi: ”Valmentajat ovat tällaisia.” Hän oli ajatellut pitää erinomaisen ohjausharjoituksen ja päättänyt esittää ”oikeaa valmentajaa”.

Edeltävissä tarinoissa huutaminen oikeutetaan. ” Silloin ainakin minä tajusin, että nyt oli jossain mätää, ja että tarvitsisi tehdä jotain.” Huutaminen koetaan ikävänä, mutta se tepsii siinä mielessä, että on pakko yrittää enemmän. Kenelle silloin urheillaan ja miksi urheilija urheilee, jos hän vain huutamalla yrittää enemmän?

Onko huutamisessa kyse vihastumisesta vai jostain muusta? Huutaminen ystävällisesti on melko vaikeaa. Suuttuminen ja vihastuminen ovat tunteita ja sallittuja silloin kun niiden aika on. Oikeutetulla suuttumisella ja mielivaltaisella huutamisella on kuitenkin ero.

Huutava ja suuttunut ihminen on arvaamaton ja se pelottaa. Mitä tuntee tapahuutava valmentaja: miten hän kokee urheilijoiden pelon? Antaako toisten pelko vallanhuuman tunteen vai onko valmentajalla jatkuva paha olo oman toimintansa seurauksena? Käykö niin, että tapahuutajaa ei pitemmän päälle pelätä, koska hänhän ei ole arvaamaton?

Valmentaja voi huutaa myös heikkouttaan. Valmentajahan on kaikkien mielestä asiantuntija. Huutamalla valmentaja yrittää viestittää, että urheilijoiden toiminta on urheilijoiden syytä, ei valmentajan. Valmentaja kyllä hallitsee homman, mutta mokomat urheilijat eivät toimi valmentajan ohjeiden mukaan. Mikäli urheilijoiden suoritukset ovat heikkoja, valmentaja voi näin ikään kuin pelastaa nahkansa. Toisaalta, vaikka urheilijat onnistuisivatkin, huutava valmentaja viestittää, että hän osaisi homman vielä paremmin, jos urheilijat vain pystyisivät toteuttamaan hänen ideansa. Huutaja-valmentaja siis pesee kätensä urheilijoiden suorituksesta.

Myös vaativaa valmentajaa pelätään. Seuraava tarina piirtää kuvan täydellisyyttä tavoittelevasta baletinopettajasta, jolle baletti on tärkein asia maailmassa ja baletinharrastajat tulevat jossain perässä. Oppilaat noudattavat tunnollisesti ohjeita, laiskottelu ei tulisi mieleenkään, koska opettaja on pelottava. Opettajan antama palaute on pääasiassa negatiivista. Kertojakin mieltää tunnollisuuden ja tottelevaisuuden ihanteiksi, vaikkei opettajansa toimintaa täysin hyväksykään.

Opettajani oli täysin omistautunut baletille; lasten balettikoulun lisäksi hän valmensi aikuisia tanssijoita päivätyökseen. Hän on edelleen hyvin vaikuttava persoona tanssipiireissä. Huomasin heti ensimmäisellä balettitunnilla kuinka tunnollisesti kaikki tekivät sarjat hänen ohjeiden mukaan. Välillä hänen käskävä ja kurinalainen opetustyyliensä pelottikin, mutta siitä huolimatta kunnioitan edelleen häntä ja uskon muidenkin oppilaiden suhtautuvan häneen kunnioituksella. Kurinalaisuuden lisäksi opin häneltä tunnollisuutta; kaikki

tehtiin kunnolla eikä puolittaisia suorituksia koskaan hyväksytty. Laiskottelu ei tullut koskaan mieleenkään, osittain siksi, että hän seurasi koko ajan mitä teimme ja toiseksi pelkäsimme häntä kuitenkin jonkin verran. Herkimmät oppilaat eivät pitäneet hänen tavan taan arvostella suorituksia. Toisaalta baletin luonteeseen kuuluu hyvin kurinalainen harjoittelu. Hän olisi kuitenkin voinut arvostelujen lomaan välillä kehuakin kaikkia oppilaita, koska jatkuva negatiivinen arvostelu ei ole hyväksi etenkään lapsille. Hän ihannoit laihuutta ja oli itsekin koko ajan dieetillä. Tällaisella esimerkillä hän saattaa antaa murrosikäisille tytöille esimerkin siitä miten heidänkin pitäisi tavoitella mahdollisimman laihaa vartaloa ja syödä hyvin vähäkalorista ruokaa. Hän on kuitenkin jäänyt mieleeni vahvana persoonana, joka opettaa lapsille kurinalaisen harjoittelun lisäksi tunnollisuutta ja tottelevaisuutta. (260, nainen, baletti)

Varsinaisesti pelosta kirjoittivat naiset. Miesten kertomuksissa pelkoa sanana ei mainita kuin kerran. Miestenkin kertomuksissa kerrotaan vähintään pelonsekaisesta kunnioituksesta. Naisten pelko- kertomuksissa valmentajan ja urheilijan välinen suhde muuttuu vuosien kuluessa. Pelko tuntuu kuuluvan urheilu-uran alkuvaiheeseen ja joko uran loputtua tai jatkuessa urheilija huomaa, ettei valmentajaa tarvitsekaan pelätä ja myöhempää suhdetta kuvataan usein jotenkin erityiseksi.

Olin jo yläastetta käyvä tyttö, kun sain valmentajakseni virolaisen naisen, joka oli jo kahden lapsen äiti. Olen aina pitänyt valmentajaani ylempänä oppilaistaan. Muistan vieläkin sen pelon jota tunsin valmentajaani kohtaan astuessani jäälle. Lopetettuani luistelun ja ryhdyttyäni valmentajaksi sain huomata valmentajani olevan aivan tavallinen ihminen. (210, nainen, taitoluistelu)

Mitä vuosien saatossa tapahtuu? Miten pelon värittämästä ihmissuhteesta tulee jotakin erityistä, jota muistetaan kiitollisuudella jälkepäin? Kulutaako aika muistot? Oikeutetaanko valmentajan toiminta ja uskotaan se olevan omaksi parhaaksi – opitaan nöyryyttä ja tottelevaisuutta? Vai onko vaativan ulkokuoren alla aidosti välittävä ihminen, joka kuoriutuu suhteen kehittyessä? Vaatiminenkin on tietysti välittämisen osoitus. Usein vaativia opettajia muistetaan jälkikäteen lämmöllä. Kyse on siitä, miten vaatimisen osoittaa, kenen puo-

lolla on. Lause: Olemme saaneet tuntea olevamme jotain erityistä, jotain arvokasta.” saa ihon nousemaan kananlihalle. Se kertoo mielestäni välittävästä vaatimisesta.

Pelkäämiseen saattaa vaikuttaa myös muiden ryhmän jäsenten suhtautuminen valmentajaan. Mikäli ryhmässä myös muut pelkäävät valmentajaa, se varmasti lietsoo pelokasta tunnelmaa entisestään. Mutta esimerkiksi tilanteessa, jossa ryhmään kuuluu eri-ikäisiä urheilijoita, joista vanhemmilla on läheisempi suhde valmentajaan, nuoremmatkin saattavat kokea valmentajan vähemmän pelottavana.

Miksi valmentaja valitsee pelottavan valmentajan roolin? Yksi syy voi olla se, ettei hänellä itsellään ole muuta roolimallia. Tiukka auktoriteetti ja huutaminen vaikuttaa tehokkaalta ja tuloksetta. Mitä paremmin keskitytään siihen mitä ollaan tekemässä – urheiluharjoitteluun – sitä parempia tuloksia saadaan aikaan. Tuloksilla mitataan valmentajan taitoa. Tähän voi johtaa se, että valmentaja toteuttaa valmentaessaan itseään ja tekee valmennusta itseään varten. Tällöin urheilijat ovat pelinappuloita, joiden avulla valmentajan omat tavoitteet saavutetaan.

7.4. Koirakoulu – valta rangaista

Behavioristinen oppimis- ja opettamiskäsitys näkyy huonoimmillaan joissain tarinoissa. Puhakainen puhuu Pavlovin koirakokeista urheilussa ja on sitä mieltä että Pavlovin koiria urheilijoista ei saa, mutta valmentajia tähän malliin koulutetaan (Puhakainen 1997,160). Joidenkin urheilijoiden kertomuksissa ehdollistamismalli tunnutaan hyväksyvän. Hyvästä suorituksesta kuuluu palkita, heikolla hetkellä kannustaa ja mikäli urheilija ei yritä, hän ansaitsee rangaistuksen. *Valmentajan pitää olla motivoiva kannustaja, mutta hänen pitää*

*samalla myös tarvittaessa olla tiukka ja ankara. Huonoina, vaikka urheilija on tehnyt kai-
ken oikein ja yrittänyt kaikkensa, täytyy valmentajan olla se kannustaja. Jos urheilija ei
yritä kaikkeansa ja ei pärjää, täytyy valmentajan olla vastavuoroisesti tiukka ja ankara.
(076, mies, jääkiekko)* Itsellekin urheiluajoina tulivat todella tutuiksi maanantain ran-
kaisuharjoitukset, mikäli viikonlopun peli oli hävitty. Rankaisuharjoitukset olivat tavallis-
ta selvästi kovemmat harjoitukset, joissa ei suinkaan keskitytty pelin heikkojen kohtien pa-
rantamiseen tai taktiikan opetteluun, vaan ryömittiin läpi kaikista pahimmat maitohappo-
harjoitukset, mitkä valmentaja saattoi keksiä. Siinä sitä opittiin olemaan häviämättä ja yrit-
tämään seuraavalla kerralla enemmän. Mikäli sunnuntain peli voitettiin, saattoi maanantai
olla jopa vapaapäivä. Sekin kertoo jo paljon. Onnistuneesta suorituksesta saat palkinnoksi
sen, ettei sinun tarvitse harjoitella rakastamaasi urheilulajia.

Valmentajalla on kontrolli ja jopa vastuu urheilijan toiminnasta. Valmentaja on päätöksen-
tekijä, toiminnan suunnittelija ja arvioija. Mikäli urheilija ei toimikaan valmentajan arvion
mukaan valmentajan päättämällä ja suunnitteleamalla tavalla, valmentaja ilmaisee sen urhei-
lijalle olemalla tiukka ja ankara ja ehkä huutamalla. Näin urheilija ymmärtää, että jossain
on vikaa ja ymmärtää, että hänen täytyy muuttaa toimintaansa. *Hän saattoi huutaa meille
paljonkin, mutta vain silloin kun siihen oli aihetta. Silloin ainakin minä tajusin, että nyt oli
jossain mätää, ja että tarvitsisi tehdä jotain. (076, mies, jääkiekko)*

Toisaalta valmentajan mielenliikkeet ovat seurausta urheilijan toiminnasta ja urheilijan on
kannettava vastuu seurauksista eli valmentajan raivosta tai hänen määräämistään rangais-
tuksista. Valmentajan huono päiväkin selitetään urheilijoiden aiheuttamaksi – ”ja itse siitä
kärsimmekin.” Näin ollen urheilijoiden kertoman mukaan valmentajalla ei ole vastuuta
omasta käyttäytymisestään.

*Valmentajan suuri persoona on kuitenkin opettanut minua eniten näkemään asiat muista-
kin, kun pelkän pelaajan näkökulmasta. esimerkiksi, jos olemme viikon harjoitelleet tiettyä
puolustusta ja pelissä se menee aivan pieleen, on turha mieltä, mikä saa valmentajan rai-
voamaan. (230, nainen, koripallo)*

Valmentaja oli aurinkoinen ja positiivinen ja ehkä hän on loihtinut siitä osan myös minuun. Kuten sanotaan ”Ei niin hyvää että ei pahaakaan”, olihan valmentajallakin välillä huonot päivänsä, usein me olimme kuitenkin sen aiheuttajina, itse siitä kärsimmekin. (236, nainen, pesäpallo)

Valmentajalla on valta rangaista. Myös seuraavan tarinan urheilija tuntuu hyväksyvän tämän vallan: ”Tarpeen tullen kuri oli tiukkakin.” Kuria pidetään yllä käyttämällä rankaisuja, tässä tapauksessa kuntopiiriharjoitteita. Silloin tapahtumahetkellä rangaistukset ovat ilmeisesti tuntuneet ikäviltä, mutta ajan oloon ne muistettiin, ei ehkä hyväksytyinä, mutta nieltävinä: niistä oli, totta kai, meille hyötyä. Koetaanko hyöty siinä mielessä, että rangaistukset palvelivat samalla lihaskuntoharjoitteina ja siten hyödyttivät urheilijaa vai koettiinko hyöty siten, että otettiin opiksi rangaistukseen seuranneesta syystä, kurittomuudesta?

Valmentajani ohjaustyyli oli harjoitustilanteissa mukavan rento, mutta tarpeen tullen kuri oli tiukkakin. Yleensä ”rangaistus” keinoina hän käytti kuntopiiri tyyppisiä harjoitteita, joista oli, totta kai, meille hyötyä, vaikka emme sitä silloin ymmärtäneetkään. (016, mies, pesäpallo)

Seuraavassa kertomuksessa rangaistus koetaan vääräksi. Rangaistukset olivat arvaamattomia ja kertojan oikeuskäsityksen vastaisia – valmentaja langetti rangaistuksen varmistamatta syyllisen syyllisyyttä – hän luuli jonkun toimivan väärin. Mielenkiintoista tässä tarinassa on se, että epäoikeutetuksi koetun rangaistuksen syy on epäurheilijamainen käyttäytyminen. Muut rangaistukset kuvataan olevan seurausta kurittomuudesta tai epäonnistumisesta. Minä pitäisin valmentajana omaa suuttumistani oikeutetumpana, mikäli suuttuisin urheilijan epäurheilijamaisesta käytöksestä kuin jos suuttuisin hänen epäonnistumisestaan. Tässä tapauksessa kuitenkin urheilija kokee rangaistuksen arvaamattomaksi. Ehkä valmentaja on vaatinut toimintaa, minkä toivottavuutta hän ei ole tehnyt selväksi. Toisaalta ongelmaa aiheutti myös asian käsittelemättömyys. Asia unohdettiin ja myöhemmin toimittiin kuin mitään ei olisi tapahtunut. Asioiden käsittelemättä jättäminen lisää varmasti epävarmuuden tunnetta.

Joskus hänen toimintansa oli yllättävää ja ratkaisevalla tavalla väärää. Hän rankaisi helposti jos huomasi/luuli jonkun toimivan väärin (esim. epäurheilijamaisesti). Nämä asiat vaativat hermoja, sietokykyä ja silloin tällöin joku lähti harjoituksista kesken pois. Nämä tapahtumat kuitenkin unohdettiin ja myöhemmin toimittiin kuin mitään ei olisi tapahtunut. Itse selvitin erimielisyydet puhumalla. Toisin sanoen: keskustele ongelmistasi ja anna anteeksi. Hän opetti myös olemaan ajoissa. Jos myöhästyi täytyi punnertaa. (011, mies, koiripallo)

Usher kuvaa tällaista valmentajamallia ”perinteiseksi”. Perinteisessä kontrolloii – dominoi – määrää mallissa, valmentaminen on toimintaa, jossa valmentaja ohjaa ja opastaa urheilijan toimintaa. Usein valmentaja tekee päätöksiä, jotka vaikuttavat urheilijaan ja koko joukkueeseen ottamatta huomioon asianosaisten mielipiteitä. Perinteinen malli korostaa valmentajan auktoriteettia ja asemaa urheilijan yläpuolella. (Usher 1997.)

Lombardo nimeää vastaavanlaisen valmentajatyypin ”tyypilliseksi” valmentajaksi. Tyypillinen valmentaja ajattelee, että hänen päätehtävänsä on urheilijan energian suuntaaminen tavoitteena olevien suoritusten ja menestyksen saavuttamiseen. Valmentaja näkee itsensä vastuullisena organisoimaan joukkueen toiminnan. Siksi hänen täytyy motivoida ja johtaa urheilijoita, kontrolloida heidän toimiaan ja ohjata ryhmän jäsenten toimintaa niin, että tavoitteet on mahdollista saavuttaa. Urheilijoita täytyy palkita, rankaista ja kannustaa jotta he kamppailevat kehittyäkseen ja voittaakseen – saavuttaakseen tavoitteet, jotka valmentaja on asettanut. Tällaisen toiminnan oletukset ovat selvät:

1. Urheilijat haluavat tulla johdetuiksi ja ohjatuiksi
2. Urheilijat eivät kykene itseohjautuvaan toimintaan ja
3. Toiminnan kontrollointi on välttämätöntä. (Lombardo 1987, 30.)

Aineiston perusteella en pidä tällaista valmentajaa tyypillisenä, sillä näitä kuvauksia ei ollut kovin montaa. Perinteinen se varmasti on ja valmentaja saattaa toimia näin, koska hänellä itseään on valmennettu samalla periaatteella.

7.5. ”Pelkästään hänen nimensä kuuleminen herätti kunnioitusta”

Valmentaja, jolla on itsellään takanaan menestyksekkäs urheilu-ura, herättää kunnioitusta urheilusaavutustensa vuoksi. Toisaalta tällaisten meriittiauktoriteetin voi hankkia myös kovalla kunnolla – pystymällä vähintään yhtä koviin suorituksiin kuin urheilijatkin. Valmentajan menestys on ylpeyden aihe, se tuo hohtoa yhteenkuuluvuudelle.

Tämä henkilö oli itse ollut loistava pelaaja. Hän oli pelannut SM-liigassa, NHL:ssä, maajoukkueessa ja viimeiset vuodet ennen tuloaan meidän valmentajaksi ”jäähdytellyt” Ranskan sarjassa. Hän oli kuitenkin viimeisten pelivuosien aikana alkanut kouluttaa itseään valmentajaksi ja meidän joukkueesta tuli ensimmäinen hänen valmennettavansa. (ilman loistavaa peliuraa hän tuskin olisi päässyt näin kovan joukkueen valmentajaksi). Kokeuttomuus valmentajana ei kuitenkaan näkynyt missään vaiheessa, sillä hän todella osasi hommansa. Hänen persoonastaan loisti vahva karisma ja jopa alkuun pelkästään hänen nimen kuuleminen herätti kunnioitusta. Mutta hän ei kuitenkaan ratsastanut pelkän maineensa varassa, eniten kunnioitan hänen tyyliään valmentaa niin fyysisesti kuin psyykkisesti. (080, mies, jääkiekko)

Tämä urheilija kirjoittaa tiedostavansa, että pelkällä meriitillä voi saavuttaa kunnioituksen. Hän kyseenalaistaa meriittiauktoriteetin merkityksen, kun hän käy hieman puolustamaan sekä valmentajaansa (*hän ei kuitenkaan ratsastanut pelkän maineensa varassa*) että omaa kunnioittava asennettaan (*kunnioitan hänen tyyliään valmentaa, en pelkästään hänen meriittejään.*) Seuraavassa kertomuksessa valmentajan meriitteihin suhtaudutaan kiihkoisemmin. Meriitit todetaan siinä missä valmentajan perhesuhteetkin. Meriitit ovat faktoja ja tästä syystä on syytä uskoa mitä valmentaja neuvoo.

Minun valmentajani on 38-vuotias mies. Hänen perheeseensä kuuluu vaimo sekä kaksi lasta. Olen tuntenut hänet noin viiden vuoden ajan, joten meistä on tullut jossain määrin ystäviä. Valmentajallani on itsellään takan mittava peliura eri pääsarjatason joukkueissa,. Hän on myös edustanut maatamme. Hän on käynyt myös Suomen korkeimman jalkapallo-

valmentajan tutkinnon, joten uskon siihen mitä hän yrittää neuvoa ja opastaa. (112, mies, jalkapallo)

Myös kova fyysinen kunto voi olla meriitti. Urheilija tuntee harjoittelevansa kovaa ja valmentaja pystyy samoihin suorituksiin. Sille urheilijan on pakko nostaa hattua. Valmentajan oma fyysinen suorituskyky ei mitenkään liity hänen kykyynsä valmentaa, mutta positiivisesti esille tuotuna se voi olla hyvä motivointikeino innostaa urheilijoita harjoitteluun. *Koska välimatka kotipaikan ja harjoituspaikan välillä on melkoinen, olemme joutuneet valmentajan kanssa tekemään omia harjoituksia kotona. Olemme tehneet samat harjoitukset kuin muu joukkue, mutta valmentajan silmä on armoton. Olen kokenut asian omalta kannaltani positiiviseksi, koska aikaa veltoiluun ei ole. Olen itsekin kovan työn kannattaja, joten en kaihda koviakaan harjoitusohjelmia. Talvikauden lenkki- ja voimaharjoitukset vedimme valmentajan kanssa yhdessä. Siinä tuli sellainen olo, että vaikka hän on 20 vuotta vanhempi kuin minä hän tekee samat jutut ja kuviot kuin minä. Vaikka hän on lyhyempi kuin minä, silti joudun katsomaan häntä ylöspäin. (112, mies, jalkapallo)*

Kovalla kunnolla voi myös nujertaa urheilijat. Valmentaja voi pönkittää omaa itsetuntoaan nostamalla esiin omaa erinomaisuuttaan ja tekemällä tiettäväksi, että urheilijat eivät pysty lähellekään samoihin suorituksiin. Valmentaja saattaa rehvastella ominaisuuksillaan, jotka eivät edes ole urheilijalle hänen lajissaan tärkeitä, ja silti hän saa urheilijan tuntemaan itsensä huonoksi. Toisaalta tiedän tätä oman itsetunnon pönkitystä tehtävän kertomalla legendaarisia tarinoita siitä, miten ennen harjoiteltiin ja urheiltiin.

7.6. Hän otti paikkansa ja vaati kunnioitusta

Joissakin tarinoissa valmentaja on ottanut paikkansa urheilijoiden yläpuolelta ja tekee tavoittelemisen arvoiseksi oman ystävyytensä, luottamuksen ja arvostuksensa. Valmentajan ystävyys tai luottamus ei ole kaikkien saavutettavissa. Siihen yltävät vain parhaat. Kun

aseman valmentajan silmissä on saavuttanut, siitä armosta on valmis vaikka syömään valmentajan kädestä.

Hänessä oli karismaa, joka saa pelaajat yrittämään viimeiseen hikipisaraan saakka. Jokaisen pelaajan oli ansaittava hänen kunnioitus, eikä kaikilta onnistunut. Monet löivät luistimet naulaan ja luovuttivat. Itse en sitä onneksi tehnyt ja kehityin hänen valmennuksessa. Välillä kun reenaus maistui puulta, valmentaja vei meidät irti jääkiekosta esim. ralliautoilemaan, pitämään hauskaa. Hän tiesi realiteetit eikä vaatinut meiltä liikoja vaan myös pelaajilla oli mahdollisuus ilmaista mielipiteensä. Valmentajana hänellä oli hirvittävästi auktoriteettia saada pelaajat pelaamaan juuri hänen taktiikkansa mukaisesti. (071, mies, jääkiekko)

En epäillyt tippaakaan koskaan tämän miehen suunnatonta ammattitaitoa. Jouduimme silloin todella taistelemaan pelipaikoista, joukkueessa oli paljon hyviä pelaajia, jotka halusivat kentälle. Niin halusin minäkin, ja aina avaukseen. Se oli luottamuksen osoitus tältä valmentajalta, jos pääsi ensimmäiseen kokoonpanoon. Ja ei voi sanoin kuvailla kuinka hyvältä tuntuikaan olla tuon luottamuksen arvoinen. (219, nainen, jalkapallo)

Seuraavan tarinan valmentajasta tulee mieleen Kummisetä-elokuvat. Valmentaja on kuin mafioso. Kertoja kuvaa ihailleensa hänen käytöstään kentän laidalla. Roskikset lentävät ja valmentaja kohentaa pelaajien motivaatiota kärkkäillä kommenteilla. Valmentajan seura on ansaittava ja hän kulkee saavutuksesta toiseen ja luo suuntia Suomen jalkapallon kehitykselle. Kaikki haluaisivat hänet valmentajakseen, mutta valmentaja valitsee...

Ystävänä hän valitsee seuransa, toisaalta hän luottaa jokaisen osaavan valita oikean seuran, hänen seuransa. Harva tietää hänen perusteita tässä asiassa. saattaa olla, että jalkapallon jälkeen pitää ymmärtää hänen huumoria, olla hiljaa oikeaan aikaan ja olla aina oikeassa paikassa, alta poissa. (114, mies, jalkapallo)

Näissä kertomuksissa kertojat kuvaavat itseään valmentajan silmissä jotenkin erityisenä suhteessa muihin urheilijoihin. Valmentaja on vaativa, tiukka ja vain vahvat selviävät.

Moni luovutti, mutta minä selvisin läpi kiirastulen. Arvostuksen ja ihailun voi saavuttaa tällaisella Darwinismi- mallilla: Vaatimalla niin paljon, että osa putoaa pois kyydistä, saa jäljelle jääneet tuntemaan itsensä erityisiksi. Valmentaja saattaa omaksua tällaisen toimintatavan, koska hän on itse sisäistänyt urheilun ”perimmäisen tarkoituksen”. Hän uskoo, että urheilussa on kysymys kilpailusta, jossa parhaat voittavat ja vahvimmat jaksavat. Koko urheilujärjestelmä pönkittää tällaista toimintaa esimerkiksi siten, että valmentajia arvostetaan ja palkitaan pääasiassa urheilijoiden menestyksen perusteella. Usein myös valmentajan työpaikka on kiinni urheilijoiden menestyksestä. Miksi eteenpäin pyrkivä valmentaja haluaisi ryhmäänsä muita kuin menestykseen pystyviä urheilijoita?

7.7. Ystävyysongelma

Valmentamissuhde ja ystävyysuhde ovat monessa tarinassa ristiriidassa keskenään. Valmentajan ystävyyttä arvostetaan, mutta se aiheuttaa ongelmia. Valmentajan eri roolit valmentauksessa ja vapaa-ajalla ovat hämmentäviä. *Valmentamista helpottaa se, että tunnemme toisemme jo varhaisilta ajoilta joten olemme hyviä ystäviä. Tunnemme toistemme heikkoudet ja vahvuudet. Vaikka olemme hyvät ystävät, kuitenkin harjoittellessa emme ajattele sitä vaan teemme työtä kuin vieraan kanssa. (031, mies, keilailu)*

Valmentaja kyllä paikkasi tulehtunutta joukkuehenkeä puhumalla esim. saunaillassa suoraan ja kuitenkin lähes kaverillisesti. Tämä olikin tyypillistä ”valmentaja vapaalla” persoonan toimintaa. Hän ei ollut se auktoriteetti mikä harjoituksissa ja peleissä vaan tavallaan ”yksi joukkueesta”. Toisaalta tälläkin käytöksellä on kaksi puolta. Kun hyvä kaveri muuttuukin yhtä äkkiä tiukaksi, vaativaksi auktoriteetiksi, saattaa tilanne olla hieman hämmentävä. Harjoituksissa ei tiedä mitä voi sanoa, kun taas saunaillassa voi sanoa mitä vaan. Yksikin väärä sana häviön jälkeen ruokapaikassa saattaa maksaa pelipaikan avauksessa. (096, mies, jalkapallo)

Ne kirjoittajista, jotka kertovat olevansa ystäviä valmentajansa kanssa, arvostavat kovasti valmentajan ystävyyttä. Vaikka näin tuodaan esille suhteen tasa-arvoisuutta, se ei kuitenkaan ole ongelmatonta. Joissakin kirjoituksissa toivotaan, ettei valmentaja ryhtyisi kaveriksi, vaan jonkinlainen hierarkia suhteessa pysyisi yllä. Erityisen ongelmallisiksi koetaan se, että valmentaja on ystävä joidenkin ryhmän jäsenten kanssa. Se aiheuttaa epäoikeudenmukaisuuden pelkoa. Suhdetta valmentajaan kuvataan onnistuneena, jos se on ”riittävän läheinen”. Valmentajan kanssa voidaan keskustella kaikenlaisista asioista. Tätä keskustelun tärkeyttä tuodaan esille monissa kertomuksissa. Läheisyydessä katsotaan tärkeäksi kuitenkin se raja, ettei urheilu kärsi.

7.8. ”Hän oli kaunein ja taitavin ihminen maailmassa”

Aineistossa on monta kertomusta, jossa valmentajaan kohdistuu rajatonta ja kritiikitöntä ihailua. Valmentaja on kaikkivoipainen yli-ihminen, joka hallitsee tehtävänsä suvereenisti. Valmentajaa luonnehditaan mm. lajinsa messiaaksi, puolijumalaksi, neroksi, kartaksi ja kompassiksi. Osa ihailutarinoista kertoo lapsuudesta. Valmentaja oli aikuinen ja osasi kaiken.

Yksi lapsuuteni suurimmista ihailunkohteistani oli kilpavoimisteluryhmäni valmentaja X. Hän oli mielestäni kaunein ja taitavin ihminen maailmassa. Muistan vieläkin elävästi voimistelutuntimme ihailevat katseet, kun hän näytti meille liikkeitä malliksi. Kukapa tyttö ei haluaisi olla "kaunis, hento ballerina". (294, nainen, joukkuevoimistelu)

Valmentaja voi nyky-yhteiskunnassa toimia kasvattajana ja minun valmentajani oli siinä hyvä. Aloitin vesipallon pelaamisen 11-vuotiaana ja kuten sen ikäiset pojat minäkin etsin itselleni esikuvaa. Valmentajasta tuli heti suuri idolini. (035, mies, vesipallo)

On helppo ymmärtää lapsen ihailua. Valmentaja on aikuinen, jolle kaikki näyttää mahdolliselta. Hän saattaa olla juuri sellainen, jollaiseksi lapsikin haluaa tulla. Valmentaja on lapselle konkreettinen ihailun kohde. White ja O'Brien (1999) selvittivät sankaruuden käsitettä eri-ikäisten lasten ja nuorten parissa. Kun lasten piti määritellä sankari, he antoivat tälle toiminnallisia määrittämiä, mutta kun heidän piti nimetä tai tunnistaa sankari, he nimesivät henkilön, jonka olivat tavanneet tai tunsivat. Lapsen ihailu voi olla myös miellyttämisen halua. Kun lapsi ihailee avoimesti valmentajaansa, hän samalla esittää toiveen, että valmentajakin pitäisi hänestä. Ihailun kohteena oleminen tuo mukanaan valtavan vastuun. Tarinoissa valmentaja tunnutaan nostavan niin korkealle jalustalle, että pelkästään lukiessa huimaa. Siellä jalustalla seistessään valmentajan on huomattava, että kaikki hänen tekemisensä ja sanomisensa näkyy ja saattaa vaikuttaa kauaskin tulevaisuuteen. Varmasti jokainen muistaa yksittäisiä asioita, joita valmentaja tai opettaja on sanonut ja joilla tuntuu jälkeensä ajatellen olleen merkitystä, joko hyvässä tai pahassa. Positiiviset asiat ja kannustus ihailemalta ihmiseltä kannattaa pitkään. Samoin ajattelematon töksäytys tai pahat sanat saattavat kaivella vielä vuosienkin päästä.

Ihailutarinoita ei kerrota vain muistellen lapsuutta, niitä löytyy tästäkin päivästä.

Pesäpallon tekniikan maailmaan hänellä on Suomen parhaat avaimet. Hänen tietonsa esim. lyöntien tekniikasta on aivan käsittämätöntä. Olen tänä vuonna taistellen opetellut uudestaan lyöntitekniikan. Sen myötä olen oppinut kärsivällisyyttä ja antamaan itselleni enemmän aikaa kehittyä. Kaiken ei enää tarvitse tapahtua heti. Myös ajatukseni pesäpallosta taktisena pelinä ja pelifilosofiani ovat kehittyneet hänen opissa. (248, nainen, pesäpallo)

Valmentajani kyvyt eivät vain jääneet harjoituksiin vaan myös peleissä hän näytti neroutensa. Hän pyrki aina samaan kuusikkoon, mutta osasi oikean paikan tullen sekoittamaan paikat niin, että peli alkoi kulkea entistä paremmin. Hänellä tuntui aina olevan ratkaisu joka paikkaan. Hän ei myöskään ikinä luovuttanut toivoaan, ennen kuin viimeinen pallo oli pelattu. (002, mies, lentopallo)

Näissä kertomuksissa ihailu liittyy valmentajan asiantuntemukseen. Luottamus valmentajan tietoihin on ehdoton. Valmentaja hallitsee lajinsa täydellisesti ja hänellä on ratkaisu kaikkiin kysymyksiin. Kertomuksista huokuu innostus. Urheilija kokee edistyvänsä, valmentajan neuvoista on hyötyä ja valmentajan ansiosta harjoittelu on paitsi tehokasta myös nautittavaa. Tällainen asiantuntija-ihailu asettaa kovat vaatimukset valmentajan tiedoille. Valmentaja ei välttämättä itse koe olevansa täydellinen ja silloin hän varmaan osaa itsekin kriittisesti arvioida omia tietojaan. Mutta mikäli valmentaja kaipaa itsetunnon kohennusta, on asiantuntijan imago pidettävä yllä loppuun saakka. Silloin ei tule tilaisuutta myöntää erehdystään tilanteen tullen, vaan se on peitettävä ja toivottava, ettei kukaan huomaa. Silloin urheilija saattaa tilanteesta kärsiä. Mikäli urheilija luottaa sokeasti valmentajan asiantuntemukseen, voi pahimmillaan koko urheilijan ura mennä karille.

Seuraavat ihailutarinat liittyvät valmentajan persoonallisuuteen. Valmentaja on hyvä kuuntelija. Ihailutarinaksi ensimmäisen tekee sen ehdottomuus. Valmentaja selitti asiat syvemmin kuin mitä asia itse asiassa edes oli ja osasi vastata jokaiseen kysymykseen. Toisessa tarinassa valmentajan edessä onnistuminen aiheuttaa elämää suuremman fiiliksen.

Minulle hän oli harjoituksissa kuin isovelji ja hän selitti aina asiat niin pikkutarkasti kuin pelaaja sitä halusi. Hän opetti ajattelemaan asioita vähän syvemmin kuin mitä asia itse asiassa edes oli. Hän osasi vastata jokaiseen kysymykseen, oli se sitten mitä tahansa esim. mitä pitää tehdä, kun kotona on vaikeaa ja harjoitukset ei oikein kulje tai huvita. (067, mies, salibandy)

Elävästi jäi mieleen eräs vaihto joka venyi liian pitkäksi ja vastustaja teki minun virheestä maalin. Hän tuli ja sanoi, ” X nyt loppu se surffaus”. Peli voitettiin jatkoajalla maalin tekijä olin minä. Hän vinkkasi vain silmää ja näytti tyytyväiseltä. Silloin oli semmoinen elämää suurempi fiilis. (072, mies, salibandy)

Omanlaisia ihailutarinoita olivat ne, joissa valmentajan merkitys urheilijan elämälle koetaan erityisen suurena. Valmentaja on vaikuttanut urheilijan arvomaailmaan ja elämäntavoihin. Nämä kuvaukset jäivät useimmiten pinnalliseksi. Asiaan ei mennä tarkem-

min, valmentajan vaikutuksella vaan hehkutetaan. Yksi tarina on kuitenkin hyvin konkreettinen. Mies kertoo olleensa hyvin masentunut, sillä hänen tyttöystävänsä oli ollut raskeana. Mies oli abortin kannalla, mutta nainen ei. Kerrottuaan pitkän empimisen jälkeen tilanteesta valmentajalle, valmentaja pyysi kertojan oluelle ja keskustelemaan. Miehen kertomuksen mukaan keskustelulla valmentajan kanssa oli suuri merkitys ja hän kertoo että hänellä on terve, reipas, kaksivuotias poika.

7.9. Kuin isä tai äiti

Valmentajan vertaaminen isään tai äitiin on mielestäni hieno kunnianosoitus valmentajalle. En pidä sitä kuitenkaan samanlaisena ihailu tarinana kuin edellisiä tarinoita. Vertaus vanhempaan antaa valmentajalle erilaisen aseman kuin ihailutarinoissa. Kuin isä tai äiti-valmentajasta kerrotaan lämpimään sävyyn. Valmentaja tunnetaan ihmisenä ja valmentaja tuntee urheilijansa. Tarinoista kuuluu molemminpuolinen välittäminen.

Valmentajani otti minut siipiensä suojaan 14 vuotta sitten. Yhteistyö jatkui kymmenen vuotta. Jäähallista tuli toinen kotini, näin ollen myös valmentajastani toinen äitini. Valmentajani onkin vaikuttanut minun persoonaani ja kehitykseeni äidin tavoin. (211, nainen, taitoluistelu)

Myös palautteen saaminen ja antaminen on kehityksen kannalta tärkeää. Mutta kritiikin ja myös positiivisen palautteen tulee olla rakentavaa. Hän jaksoi aina antaa palautetta ja kannustaa. Hän kertoi omista vaikeuksistaan ja siitä, miten oli niistä selvinnyt. Hänen selkeä viestinsä meille oli se, että kaikista ongelmista voi selviytyä. Voinkin hyvin sanoa, että fyysisen kunnon kohottamisen lisäksi hän kohotti psyykkistä terveyttämme. Hän oli meille kaikille "toinen äiti". Toisten kanssa keskustellessa hän puhui ryhmästämme nimellä "minun tyttöni". (298, nainen, joukkuevoimistelu)

Kuin isä tai äiti vertauksia käytetään tilanteissa, joissa kerrotaan keskustelusta valmentajan kanssa. Valmentajan kanssa saattaa puhua sellaisistakin asioista, joista ei voi tai on vaikea puhua omien vanhempien kanssa.

Yksi asia, josta haluaisin kiittää valmentajaani on sosiaalinen kasvatus. Hän on ollut kuin toinen isä minulle. Muistan kun olin jo murrosiässä tai melkein sen jo ohittanut, kun valmentajani alkoi puhua alkoholista ja tupakasta. Tosin sukupuolivalistusta hän ei ole vielä pitänyt. (212, nainen, taitoluistelu)

Keskustelun helppous ei vielä tee valmentajasta vanhempiin verrattavaa. Urheilija kokee valmentajan kasvattajana ja se tekee hänestä vanhempiin verrattavan aikuisen. Valmentaja antaa päihdevalistusta, auttaa sydänsuruissa ja koulutehtävissä. Hän opettaa käytöstapoja ja asettaa rajoja. Tärkeää on myös se, että valmentaja tuntuu olevan käytettävissä.

7.10. Isä tai äiti valmentajana

Oma vanhempi valmentajana on aihe, josta on paljon keskusteltu. Niin kuin muutkin valmennussuhteet, se voi olla elämää rikastuttava, hyvin toimiva suhde. Toisaalta oman lapsen valmentaminen voi olla keino tulehduttaa välit lopullisesti. Vanhempi- lapsi valmennussuhteen ongelmallisuudesta on ilmeisesti puhuttu niin paljon, että hyvästä valmennussuhteesta kertova kokee tarpeelliseksi puolustaa näkemystään ja todistaa, että valmennussuhde todella on hyvä.

Minulle valmentajan on ollut merkittävä vaikuttaja koko elämäni aikana, eikä vähiten siksi, että hän on isäni. Meillä on ollut hyvin tasapainoinen suhde koko minun urheilu-uran ajan. Onhan suhteemme toki ollut hyvä jo aikaisemminkin, mutta urheilu on lähentänyt ja täydentänyt meitä kokonaisuuksina. Olemme eläneet ja toimineet hyvin paljon yhdessä, jolloin meille on syntynyt side, jollaista on vaikea muulla tavoin saavuttaa. Tietysti isä valmentajana voi joskus olla ongelmallinen ja aiheuttaa ristiriitoja perheessä ja myös ur-

heilussa, mutta se on yksilöllistä. Me olemme isäni kanssa kyetneet suhtautumaan asioihin ja tilanteisiin objektiivisesti, jolloin ongelmia ei hirveästi ole syntynyt. Mahdolliset riskitiridat olemme selvittäneet keskustelemalla avoimesti, joka on ollut hyvä ohjenuora myös tavallisessa elämässä. (026, mies, lajia ei mainittu)

Sen, että isä osallistuu tyttärensä harrastukseen, seuraava kirjoittaja kokee välittämisen osoituksena. Sitä se varmasti onkin. Urheilu on mukava tapa viettää vapaa-aikaa lapsen kanssa ja voi olla, että monelle isälle se on luontevin keino keksiä yhteistä tekemistä tyttären kanssa. Ongelmiakin suhteessa on, niin kuin muissakin valmennussuhteissa. Niihin kertoja viittaa ohimennen aluksi, mutta palaa asiaan myöhemmin toteamalla, että isä on joskus enemmän innoissaan tyttärensä harrastuksesta kuin tyttö itse.

Isä-tytär valmentaja-valmennettavasuhteeseen liittyi paljon hyviä hetkiä, mutta myös negatiivisia puolia. Opin isältäni monet tiedot ja etenkin yleisurheiluun liittyvät taidot. Hän oli mukana jokaisessa harjoituksessa, johon kykeni tulemaan sekä aina mukana kilpailuissa. Lisäksi hän kannusti minua parhaansa mukaan, vaikkei aina niin hyvin sujunutkaan. Oli kiva huomata, että isä on täysillä mukana menossa, joskus jopa enemmän kuin minä. Opin, että joskus tulevaisuudessa, jos minulla on omia lapsia tai valmennettavia, menen heidän mukanaan urheilukentille. Se merkitsee paljon, kun joku välittää. (265, nainen, yleisurheilu)

Isä-innokas ongelma pahenee urheilu-uran edetessä ja kertomuksen edetessä. Lapsi aiheuttaa valmentajaisälleen pettymyksen lopettamalla urheilun.

Kuten jo mainitsin isä valmentajana ei aina ollut ruusuilla tanssimista. Joskus olisi ollut hyvä viedä ajatukset pois urheilusta, mutta isän mukana ne seurasivat kotiinkin. Etenkin loppuvaiheissa "kilpailu-uraani" isä oli enemmän innoissaan urheiluistani kuin minä. Hän päätti, mihin kilpailuihin menen ja koska. hän ei myöskään hyväksynyt sitä, että kiinnostukseni yleisurheilua kohtaan oli vähentynyt. Lopettaessani kilpaurheilun, kotona vallitsi "sotaisia" tunnelma. Olen oppinut, ettei ketään voi urheilla toisen puolesta, vaan lapsen tai nuoren on itse saatava tehdä valintansa. Tietysti on syytä kannustaa jatkamaan, jos moti-

vaatio urheiluun hetkeksi katoaa. Minuun, silloiseen lukiolaiseen, tämä pakonomainen harrastaminen vähensi entisestään motivaatiota. (265, nainen, yleisurheilu)

Vanhempien ei ole helppoa vetää rajaa kannustamisen ja tuputtamisen välillä. On tärkeää arvioida kasvatukselliselta kannalta myös lapsensa harrastuksia, jotka lapsi saattaa jättää ehkä vähäpätöistenkin vastoinkäymisten jälkeen. Vanhempien on lapsen kyllästymisen syitä tulkitessa syytä pohtia, olisiko kasvatuksellisia perusteita tukea lasta jatkamaan harrastustaan. Toisaalta lapsi saattaa pakonomaisesti ja velvollisuudentuntoisesti jatkaa esimerkiksi ahdistavaksi muuttunutta kilpaurheilijan uraansa, vaikka hänen itsensä vuoksi olisi parempi lopettaa ja etsiä joku muu aktiivisuuden kohde. Tällöin vanhempien kasvatusvastuun olennaisin kysymys on, miten saisi lapsen lopettamaan kärsimystä aiheuttavan urheilu-uransa ja löytämään korvaavan kiinnostuksen alueen, tai miten auttaa lasta löytämään urheilusta jonkin uuden, harrastuksen pakonomaisuutta purkavan merkityksen. Vaikuttaessaan lapsensa harrastusvalintaan vanhemmat tulevat joko tiedostaen tai tiedostamattaan hyväksyneeksi myös ne ihanteet ja arvot, joita harrastus edustaa ja asettaa. (Värrä 1997, 152.)

Oma keilaukseni on alkanut luistaa paljon paremmin kun valmentajani vaihtui. Aluksi äitini valmensi minua, mutta se ei johtanut muuhun kuin punaisiin naamoihin ja mykkäkouluihin. Ei se sitä kuitenkaan tarkoittanut etteikö äidiltäni oppimat asiat olisi yhtä oikein kuin nykyisen valmentajan opit. Mutta siinä ei pasmat sopineet yhteen. (284, nainen, keilailu)

Toki moneen asiaan olen itse vaikuttanut, näistä negatiivisista puolista. En todella ole ollut ihannevalmennettava, vaan kauhukakara lähinnä. Kukaan muu valmentajanani ei olisi kestänyt kiukunpuuskiani tai ailahtelevaisuuttani. Se minua usein harmitti, ettei isäni suostunut myöntämään, ettei hän osaa kaikkea ja ole täydellinen. Vikaa etsittiin aina minusta, eikä esim. valmennusohjelmasta. No, kukaan ei ole täydellinen. Viime syksynä välimme olivat jo niin tulehtuneet, että edessä oli joko valmentajan vaihto tai urheilun lopettaminen. Onneksi valitsin jatkamisen. Uusi valmentajani ei kuitenkaan ole ollut niin hyvä kuin odotin. Se johtunee paljon siitä, että hänellä ei vuosiin ole ollut tyttövalmennettavaa. Pitää

kuitenkin katsoa myös peiliin, syyllinen vaikeuksiin taitaa pitkälti löytyä sieltä. (251, nainen, yleisurheilu)

Vanhempi-lapsi valmennussuhteessa urheilun ja muun elämän erottaminen on varmasti vaikeaa. Ristiriidat kotona heijastuvat urheiluharjoituksiin ja päinvastoin. Lapsella on myös lupa käyttäytyä omaa vanhempansa kohtaan eri tavoin kuin jotain muuta aikuista. Kiukun puuskat kuuluvat ikään kuin asiaan. Näin valmennussuhde oman vanhemman kanssa saattaa olla myrskyisämpi kuin vieraamman aikuisen kanssa. Kuitenkin oman lapsen valmentaminen avaa varmasti uusia ulottuvuuksia suhteessa lapseen ja se on ainutlaatuinen tapa oppia tuntemaan toisensa paremmin.

7.11. Yhteenveto vallan käytöstä

Weber (1989,212) määrittelee vallan seuraavasti: ”Valta tarkoittaa kaikkia mahdollisuuksia saada oma tahto läpi sosiaalisen suhteen sisällä myös vastarinnan edessä, samantekevää mihin tämä mahdollisuus perustuu.” Lagerspetzin mukaan valta voidaan nähdä kykynä tehdä jotakin tai suhteena, jolloin tarkoitetaan valtaa jonkun yli. Hän määrittää auktoriteetin yhdeksi vallan muodoksi. Auktoriteetilla on oikeus antaa käskyjä, joita toisten pitäisi totella. Jos käskyjä totellaan, auktoriteetilla on valtaa. Auktoriteetin valta perustuu vallankäytön kohteiden hyväksymiseen ja suostumiseen. (Lagerspetz 1993, 29-43.) Vallankäyttö voi olla voimankäyttöä, pakottamista, palkitsemista tai manipulointia. Edelleen valta voi perustua vallankäyttäjän asemaan (legitiimi auktoriteetti), asiantuntemukseen tai henkilökohtaisiin ominaisuuksiin. Vallankäytön muotoihin voidaan edellisten lisäksi lukea vakuuttaminen ja mahdollistava valta. (Lagerspetz 1993, 33-35; Tomlinson & Strachan 1996, 12-15.) Tämän tutkimuksen aineistoissa valmentajan valta perustuu useimmiten asiantuntija-auktoireettiin tai henkilökohtaiseen auktoireettiin. Henkilökohtaisen auktoireetin alle voidaan luokitella monenlaisia vallan perusteita: valmentajan meriitit, ystävyys, karisma, ihailu ja kunnioitus. Valmentajan meriitit voivat olla perustana myös legitiimille auktoireetille, joka perustuu vallankäyttäjän asemalle. Muista vallan käytön muodoista myös pa-

kottamista, palkitsemista, vakuuttamista ja mahdollistavaa valtaa esiintyy aineistossa. Pakottamiseksi voidaan luokitella syyllistäminen, uhkailut pelipaikan menetyksellä ja myös tarinat, joissa urheilija kertoo urheilu-uran lopettamisen aiheuttaneen ristiriitoja. Palkitsemiseksi voidaan luokitella positiivinen palaute ja erilaiset palkkiot. Esimerkiksi taitoluistelijana nainen kertoo valmentajansa lahjoneen häntä satasilla, mikäli kolmoishyppy onnistuu. Vakuuttamista on vaikea erotella asiantuntija-auktoriteetista, sillä asiantuntija-auktoriteetti perustuu urheilijan uskomukselle valmentajan asiantuntijuudesta, ei todelliselle tietämykselle. Näin asiantuntija-auktoriteetin perusteet voivat alun alkaen olla vääristyneet, jolloin valmentaja on pystynyt vakuuttamaan urheilijan omista tiedoistaan. Mahdollistavaa vallankäyttöä voisi sisältyä sekä ihailutarinoihin että asiantuntija-tarinoihin. Ne tarinat, joista huokuu innostuksen palo, voisivat kertoa siitä, että valmentajalla on kyky saada urheilijat kehittymään ja tekemään parhaansa.

Niissä tapauksissa, joissa valmentajalla on selkeästi auktoriteettia ja hän käyttää valtaansa näkyvästi valmentajan valta on selvää sekä vallan käyttäjälle että vallan käytön kohteelle. Urheilijoiden kirjoituksissa nimenomaan nimetön vallankäyttö aiheutti itselleni enemmän pohdittavaa. Joissain aineiston tarinoissa valmentajaa ihailaan niin paljon, että lukiessakin huimaa. Valmentajan voi olla vaikea tiedostaa tällaista ihailua ja oman toimintansa vaikutusta urheilijaan. Itse en ainakaan ollut koskaan tullut edes ajatelleeksi, että aikuisenkin ihmisen ihailu valmentajaa kohtaan voi olla niin ehdotonta. Toinen nimettömän vallan käytön tilanne on se, jossa valmentaja ja urheilija ovat ystäviä. Urheilijoita ystävyys selvästi vaivaa ja se koetaan jossain määrin ongelmalliseksi. Tässäkin tapauksessa voi olla niin, ettei valmentaja tiedosta vaikutustaan urheilijaan, koska kokee itsensä tasavertaiseksi. Valmentajan ja urheilijan välinen ystävyysuhde on toimiva, mikäli se on riittävän läheinen. Riittävän läheinen tarkoittaa, ettei ystävyys haittaa harjoittelua.

Useissa kertomuksissa valmentajan auktoriteettia arvostetaan. Valmentajan odotetaan olevan aikuinen, joka asettaa rajoja ja päättää mitä tehdään. Valmentajan vallan käyttö koetaan ongelmalliseksi tilanteissa, joissa valmentaja on liian ehdoton eikä urheilija kokenut tulevaisuutta kuulluksi. Liian kova kurinpito huutamalla ja käyttämällä erilaisia rankaisuja on pelottavaa. Valmentaja saattaa toteuttaa kovan auktoriteetin roolia, koska hänellä on itsel-

lään sellainen malli valmentajasta. Hän toimii niin kuin ajattelee hyvän valmentajan toimivan.

Valmentajan vallankäytöstä löytyi aineistosta monenlaisia esimerkkejä ja samoin urheilijat kokivat valmentajan toiminnan hyvin eri tavoin. Näiden vallan käytön muotojen niputtaminen autoritaarinen (tekee itsenäisesti päätöksiä, kääsee ja rankaisee)-demokraattinen (urheilija osallistuu päätöksentekoon, hyväksyy virheitä, ottaa ongelmat esille) kahtiajakkoon olisi suoranaista väkivaltaa tai vähintään manipulaatiota. Siinä valmentajakeskustelussa, missä on tuomittu autoritaarinen johtamistyyli ja hyväksytty demokraattinen on suljettu silmät ensinnäkin muilta mahdollisilta vallan käytön muodoilta ja toisaalta hukattu näiden kahden harmaan sävyjä. Nimetön vallankäyttö, jollaista voi olla ”ystävyyss”, ”ihailu” ja ”kuin vanhempi” –kertomuksissa mahdollistaa vallan väärinkäytön yhtä lailla kuin avoin vallankäyttö, jossa valmentaja selkeästi ottaa auktoriteettiaseman urheilijaan nähden. (vrt. Puolimatka 1997, 259-273).

8. VUOROVAIKUTUS

Valmentajan ja urheilijan välisestä vuorovaikutuksesta varsinaisessa työssä, harjoituksissa ja kilpailuissa, on kertomuksissa useita kuvauksia. Tällöin kuvattiin valmentajan antamaa palautetta, ohjeiden antamista, kannustamista, motivointia, haukkumista ja huutamista. Näissä kuvauksissa vuorovaikutus oli usein yksisuuntaista. Valmentajan kuvattiin puhuvan ja toimivan ja urheilija kuvasi omia tuntemuksiaan näissä tilanteissa. Kun aineistossa kuvattiin keskustelua, se tapahtui yleensä harjoitus- ja kilpailutilanteiden ulkopuolella.

8.1. Palautteen antaminen ja kannustaminen

Parhaimmillaan valmentajan kuvataan olevan urheilijaa varten ja urheilijan apuna. Pelkkä valmentajan läsnäolo lisää urheilijan itsevarmuutta ja turvallisuuden tunnetta. Urheilija luottaa, että valmentaja auttaa häntä tekemään parhaansa. Valmentajan hymy tai silmänsävy on kannustava ele samoin kuin näennäisen pienistä asioista kuten verryttelymusiikista huolehtiminen. *Kun pelissä ollessamme valmentajamme, joka toimii myös pelinjohtajamme, seisoo kaarella tai ulkovuorossa ollessamme 2-rajalla, tunnen oloni turvalliseksi, että hän on siellä ja ohjaa koko ajan, että onnistuisin tekemään parhaani. (242, nainen, pesäpallo)*

Yksi valmentajan tehtävistä harjoituksissa ja kilpailuissa on ohjeiden antaminen urheilijalle. Onnistuneimmillaan valmentajan antama palaute saa urheilijan tuntemaan osaamisen iloa ja urheilija kokee valmentajan löytävän hänestä hänen hyvät puolensa. Toinen tapa kuvata onnistunutta palautetta on korostaa valmentajan rauhallista ja analyttistä tapaa opettaa.

Pidin siitä rauhallisesta ja kärsivällisestä tavasta toistaa jo opittua asiaa. Hän ei koskaan menettänyt malttiaan eikä juuri koskaan korottanut ääntään. Huonosti menneen pelin jälkeen hän kävi ottelun läpi pukuhuoneessa analysoiden ja kyselemällä, miksi ei peli kulkenut. (223, nainen, jalkapallo)

Moni urheilija arvostaa vaativaa valmentajaa. Näissä kertomuksissa räväkämpikin palautteen antaminen on positiivista tai ainakin se oikeutetaan, koska urheilija kokee oppivansa. Huutavasta orjapiiskurista ei yleensä kerrottu arvostavasti. Seuraava tarina on kuitenkin poikkeus.

Kuinka tämä minihameinen blondi oikein pystyi suoritukseen, johon ei raavaat miehetkään pystyneet? Vastaus on helppo. Hän oli tehnyt meistä joukkueen isolla J:llä. Harjoituksissa hän oli armoton orjapiiskuri, joka ei pelännyt antaa ohjeita ja korjata virheitämme. Jokainen sai varmasti kuulla osansa. Toisaalta hän myös osasi kannustamisen taidon, kun joku pelaajista onnistui. Peleissä hän oli vastustajien kauhu huutaessaan kovaan ääneen ohjeita ja kannustuksia meidän joukkueen pelaajille. Mielestäni tämän valmentajan ja pelaajien välinen vuorovaikutus on erittäin tärkeää, jotta voitaisiin savuttaa haluttuja tuloksia. (207, nainen, lentopallo)

Mikäli tarinassa kerrottaisiin minihameisen blondin sijasta raavaasta miehestä, sen sävy muuttuisi. Valmentajan olemus tekee hyväksyttäväksi hänen tiukan toimintansa. Minihameinen blondi ei ole pelottava, vaikka hän huutaisi kuinka kovaan ääneen. Kirjoittaja hyväksyy hänen toimintansa myös siksi, että valmentaja tuntuu olevan urheilijoidensa kanssa samalla puolella.

Moni valmentaja kokee tarinoissa oikeudekseen haukkua tai nolata urheilijansa. Hän kaataa sanottavansa urheilijan niskaan ja jättää urheilijan yksin nielemään haukkumisen. Hän saattaa myös kommentoida julkisesti urheilijan suoritusta ja siten nolata urheilijansa. Kilpailutilanteissa, missä valmentajan käyttäytyminen on julkista, urheilijaa hävettää valmentajan puolesta ja häntä sääliittää ne pelaajat, jotka joutuvat haukkumisen kohteeksi. Seuraavassa tarinassa kertoja itse on sivullinen eikä haukkuminen koske häntä.

Joskus tuntuu, ettei valmentajani itse aina muista peli-ilon pitämistä. Kun peli alkaa kääntyä vastustajan voitoksi peli-ilo unohtuu valmentajaltamme täysin. Hän alkaa huutamaan naama punaisena tuomareille ja joillekin tietyille pelaajille. Usein alkaa hävettämään hä-

nen puolestaan. Meidän joukkue onkin usein saanut jäähyn valmentajamme hölmöyksistä. Minua alkaa säälittämään myös ne pelaajat, joille hän alkaa huutamaan tiukassa pelissä. (226, nainen, ringette)

Haukkuminen, arvostelu ja nolaaminen voivat nujertaa urheilijan. Valmentaja ehkä ajattelee arvioivansa vain urheilijan suoritusta, mutta urheilija kokee itsensä kokonaan huonoksi.

Suurin virhe, jonka isäni teki valmentaessaan minua, oli liian kriittinen, negatiivinen suhtautuminen. Olen aina omannut huonon itsetunnon. Toiset voivat sisuuntua negatiivisista kommentteista, mutta minulla on toisin. Olen ihminen, jota pitää kannustaa, ja sitä isäni ei osannut. (251, nainen, yleisurheilu)

Jotkut saattavat todella sisuuntuakin negatiivisista kommentteista. Urheilija puree hampasta ja kovettuu. Hän huomaa kestävänsä haukkumisen ja se jopa kasvattaa itsetuntoa.

Parissa kuukaudessa kehityin yksilöpelaajana enemmän kuin kahden viimeisen vuoden aikana yhteensä. Vähitellen valmentajani sai karjumisellaan minut yltämään mitä suurempiin saavutuksiin, kunto nousi, potkut kovenivat, tekniikka parani ja ennen kaikkea kovuus lisääntyi huomattavasti. Fyysisyys on tärkeä asia jalkapalloilussa, ilman sitä ei voi pärjätä. Olen siis oppinut kaiken tämän, tullut paremmaksi pelaajaksi, tärkeintä on kuitenkin se sisäinen tunne, jonka olen saavuttanut. Valmentajani on karjumisellaan kasvattanut minua henkisesti hyvin paljon. (216, nainen, jalkapallo)

Nämä karjumalla kasvatetut kertovat tulleen vahvemmiksi tai jo valmiiksi omanneensa hyvän itsetunnon. On vaikea uskoa, etteivätkö kovat sanat kuitenkin satuttaisi ja jättäisi jostain jälkiä. Kovuus lisääntyy sekä urheilusuorituksessa että henkisesti.

Valmentajakoulutuksessa taidon opettamista käsiteltäessä usein korostetaan virheen korjaamisen tärkeyttä. Sen tärkeyttä ei voi kiistää, mutta jotkut valmentajat ovat ymmärtäneet asian niin, että heidän on sanottava ääneen joka ikinen virhe, jonka he havaitsevat ja heidän kuuluu tietää myös se, miten virhe korjataan. Valmentajasta tulee virheenkorjausautomaat-

ti. Hän saattaa kokea olevansa tehokas ja asiantunteva valmentaja, kun hän herpaantumatta poimii virheet urheilijan suorituksesta. Valmentajan tehokkuus saa urheilijan tuntemaan itsensä silmätikuksi. Hän kuulee sen, mitä valmentaja sanoo, eikä sitä, mitä valmentaja ajattelee. Urheilijat ymmärtävät negatiivisen palautteen merkityksen, mutta silti se ei tunnu mukavalta.

Pelitilanteessa hän on armoton. Virheen tehtyäni hän antaa myös palautteen siitä välittömästi. Hän tietää miten virhe korjataan joten on helppoa taas pelata sen jälkeen. Neuvoja ja opastuksia satelee pitkin pelin kulkua. On myös tilanteita, jossa tekisi mieli huutaa takaisin jotain, mutta uskon kyllä että pelin jälkeen on vasta aika itsetutkiskeluun ja sitten puhua asia halki. (112, mies, jalkapallo)

Totta kai oli aikoja, jolloin minulle tuli erimielisyyksiä valmentajani kanssa. Joskus suutuinkin siitä, että hän korjasi vain minun virheitäni eikä kenenkään muun joukkueoverini. Myöhemmin ymmärsin, että se oli vain kuvittelua. Ja virheistähän me opimme. Negatiivista palautetta on toisinaan ikävä ottaa vastaan, mutta sen avulla saa suoritukset korjattua puhtaammiksi. (286, nainen, voimistelu)

Joukkueen sisällä tasapuolisuuden vaatimus on kova. Joukkueen jäsenet usein ajattelevat, että tasapuolisuudella tarkoitetaan sitä, että kaikki harjoittelevat samoja asioita yhtä paljon ja kaikki saavat yhtä paljon huomiota. Kaikille tasan kaikkea. Pienetkin poikkeamat tästä tasapuolisuuden vaatimuksesta aiheuttavat kateutta ja katkeruutta. Se, että minä joudun harjoittelemaan enemmän kuin muut tai minun suoritustani korjataan enemmän, ei saakaan urheilijaa tuntemaan itseään tärkeäksi. Hän ei koe, että hänen eteensä tehdään töitä, vaan hän kokeekin tilanteen epäreiluna. Joukkueen sisäisten erojen korostaminen tai esilletuominen vaikuttaa samoin. Voittajia kehuaan ja se aiheuttaa joukkueessa jakaumia.

On selvää, että valmentaja työssään tekee virheitä eikä voi mitenkään olla kaikille mieliksi. Urheilijat ymmärtävät, että valmentajakin on väsynyt ja stressaantunut ja saattaa sanoa sel-laista, mitä ei välttämättä tarkoita. Anteeksi pyytäminen ja molemminpuolinen ymmärrys pelastavat paljon. *Joskus valmentajani pinna kiristyy ja jopa katkeaa mielestäni liian no-*

*peasti. Hän ei ole "anteeksipyytelevää tyyppiä", eikä myönnä omia virheitään helpolla.
(259, nainen, yleisurheilu)*

Vaikka elämäni pyöriikin täysin pesäpallon ympärillä, olen vielä turvallisessa tilanteessa. Hirvittävän työmäärän ja urheiluelämän paineiden rasittamana eläminen on tullut minulle tutuksi X:n kautta: liika on liikaa, mutta sietääkin täytyy. X kuten muutkin ihmiset muuttuvat stressaavassa tilanteessa. X:ssa tämä näkyy paineiden purkamisena joukkueemme pelaajiin. Tapana tämä ei varmasti ole paras mahdollinen, mutta tärkeintä on se, että X itse tiedostaa tilanteen jälkeenpäin ja osaa pyytää anteeksi. Olen X:n myötä oppinut sietämään kritiikkiä ja hänen tunteiden purkauksensa saavat minut nykyään yrittämään edelleen paremmin ja paremmin. (248, nainen, pesäpallo)

Kannustamisesta aineistossa kerrotaan paljon. Kannustaminen lämmittää mieltä ja sen kerrotaan vaikuttavan ratkaisevasti urheilusuoritukseen. Kannustaminen vaikuttaa myös urheilijan muuhun elämään. Sen kerrotaan nostavan itsetuntoa ja siten vaikuttavan elämään urheilun ulkopuolellakin. *Jos olet kokenut olevasi tärkeä, olet onnistunut, on se avain hyvään itseluottamukseen ja samalla menestykseen. (327, nainen, melonta)*

Kannustus on tärkeää onnistuneen suorituksen jälkeen. Urheilussa onnistumisesta voi tulla itsestäänselvyys. Onnistumisen ajatellaan olevan kovan harjoittelun seurausta ja epäonnistuminen kertoo siitä, ettei työtä ole tehty riittävästi. Näin työn tekemisestä, harjoittelusta, tulee itsetarkoitus ja siten onnistumisesta itsestäänselvyys ja epäonnistumisesta heikkouden merkki. Urheiluun kuuluu myös suorituksen jatkuva kehittäminen ja hiominen. Suoritus ei ole koskaan täydellinen. Tämä aiheuttaa sen, että virheiden huomaamisesta tulee tärkeämpää kuin mistään muusta ja onnistumiset jäävät mainitsematta. Paitsi onnistuessa, erityisesti heikoilla hetkillä valmentajalta odotetaan kannustusta ja motivointia. Taputus olkapäälle, huumori ja oikeaan osuvat ohjeet voivat saada ihmeitä aikaan. Mikäli kannustusta ei kuulu, urheilija kokee jäävänsä yksin. Motivoinnista aineistossa kerrottiin monenlaisia esimerkkejä. Valmentajat saattoivat lahjoa rahalla, uhkailla eroamisella tai pelotella. Toisaalta valmentajat osasivat asettaa urheilijoille sopivia tavoitteita ja juhlistaa niiden saavuttamista. Valmentajien kerrotaan myös osaavan viedä urheilijoiden ajatukset pois urheilusta

ja siten helpottavan urheilijan jaksamista. Yksi motivointitapa on velvollisuudentunteeseen vetoaminen. Harjoitukset ovat rankkoja ja urheilijan tekee mieli luovuttaa. Mutta koska valmentajakin vaivautuu paikalle ja jopa tekee itse samat treenit, niin on pakko yrittää. Omistautuva valmentaja ehkä ajattelee samoin. Urheilijat ovat hänelle velkaa edes sen, että harjoittelevat.

Harjoitukset olivat varsinkin kesäisin melko rankkoja. Välillä tuntui ettei jaksakaan panostaa ja teki mieli luovuttaa. Valmentaja kannusti ja oli itsekin hyvänä esimerkkinä ja joka kerta sitä tuli harjoituksiin lähdettyä. Se oli aina semmoinen homma että ei viittiny jättää väliin lätkätreenejä, koska ei halunnut kohdata sitä valmentajan katsetta joka se seuraavalla kerralla heitti. Jos katse voisi tappaa... (072, mies, jääkiekko)

8.2. Kuule koutsia

Aineiston urheilijat kokevat avoimen keskustelun valmentajan kanssa erityisen tärkeäksi. Avoimeksi kuvataan sellaista keskustelua, jossa valmentajalle saattoi puhua kaikista asioista ja valmentajaan saattoi luottaa. ”Kaikkia asioita” ei tarkemmin määritelty. Useimmissa kertomuksissa niillä tarkoitetaan urheilijan huolia ja murheita – mieltä vaivaavia asioita. Ne olivat myös ”tyttöjen juttuja tai muuten vaan juoruilua.”

X on ollut joukkueemme isähahmo, johon on aina voinut luottaa ja kertoa ne kaikki asiat, jotka ovat vaivanneet mieltä. Joskus on vuodatettu pari kyyneltäkin saunaillassa, mutta tiedäthän suomalaiset miehet...hyvät ja huonotkin hetket ovat osa elämää ja on hyvä että on ihmisiä jotka ymmärtävät ja auttavat.. (001, mies, lentopallo)

Hyvää ja luottamuksellista keskustelusuhdetta korostetaan kertomalla, että valmentajan kanssa voi keskustella sellaisistakin asioista, joista on vaikeaa keskustella omien vanhempien kanssa. Näiden keskustelujen tärkeyttä korostettiin erityisesti murrosiässä.

Häneltä olen saanut apua silloin kun olen sitä tarvinnut; niin murrosiässä kuin ensimmäisten poikaystävien kanssa. Hän on ollut valmis kuuntelemaan murheitani ja ymmärtänyt hyvin millaista on olla nuori – kokeilunhaluinen. Hänelle on ollut melkein helpompi kertoa asioista kuin omalle äidille. (215, nainen, taitoluistelu)

Paitsi, että valmentajalle on helpompi puhua kuin omille vanhemmille, hänen mielipiteillään on enemmän merkitystä kuin vanhempien mielipiteillä. *Sain myös kuulla kritiikkiä jos olin toilaillut vapaa-ajallani ja luulen että kuuntelin murrosikäisenä enemmän valmentajan neuvoja kuin vanhempieni ohjeita. (035, mies, vesipallo)*

Keskustelun sisällöissä korostetaan puhumista urheilun ulkopuolisista asioista. Useimmiten keskustelua kuvataan siten, että urheilija kertoo valmentajalle asioitaan ja valmentaja kuuntelee. Harvemmin valmentajan kerrotaan uskoutuvan urheilijalle. Mikäli näin on, kyse on jonkin asian opettamisesta urheilijalle. *Hän kertoi omista vaikeuksistaan ja siitä, miten oli niistä selvinnyt. Hänen selkeä viestinsä meille oli se, että kaikista ongelmista voi selviytyä. (298, nainen, voimistelu)*

Keskusteluyhteys ei syntynyt itsestäänselvästi valmentaja-urheilija suhteen alkaessa, vaan se vaati ponnistelua asian eteen tai se saattoi kehittyä vuosien yhteistyön aikana. Keskustelun syntymiseen tarvittiin yleensä jokin tila: pelimatkat ovat pidentyneet, asumme niin lähelläkin, saunailta tai valmentajan organisoima säännöllinen keskusteluhetki.

Meillä oli ihanteelliset olot sen vuoksi, että asuimme lähellä toisiamme. Olimmekin lähes päivittäin jotenkin yhteydessä toisiimme. Vuosien kuluessa meille kehittyikin hyvin tiivis suhde. Oli upeaa, että pystyin puhumaan hänelle kaikesta, mikä onkin mielestäni hyvän valmennussuhteen edellytys. (326, nainen, hiihto)

X paneutui hyvin järjestelmällisesti valmennukseen opiskelun ohella. Hän jutusteli kahden kesken lähes viikoittain ja kyseli fiiliksistä ja huolista. X:lla oli tapana myös suorittaa kyselyitä joukkueen kesken ja näin luoda hyvää joukkuehenkeä sekä positiivista ajatteluta-

paa. Hän oli todella kiinnostunut meistä myös ihmisinä ei vain harjoittelukoneina. (009, mies, koripallo)

Valmentajan kuvataan myös opettaneen keskustelua ja rohkaisseen urheilijaa lähestymään valmentajaa huolineen.

X:n kanssa jutellessa on tullut myös esille se, ettei koskaan ole väärin kysyä jos jotain ei tiedä tai jos on epävarma. Kuten sanotaan "Tyhmiä kysymyksiä ei ole olemassakaan". Tä-hän perään voisi jatkaa siitä miten X on saanut koko porukan puhumaan pienistäkin asi-oista. Ei ole asiaa, josta ei voisi X:lle puhua. (256, nainen, yleisurheilu)

Heti alussa sovittiin, jos minulla on jotain asiaa tai jokin painaa mieltä voin mennä jutte-leen tai soitan milloin vaan. (030, mies, voimannosto)

Valmentajan kuvataan useimmiten olevan aktiivinen osapuoli keskustelun aloittamisessa. Valmentaja muisti kysellä kuulumiset, hän tervehti jokaista ja huomioi hiljaisimmatkin henkilöt. Hän myös huomasi, kun urheilijaa painoi jokin asia ja avasi keskustelun tai ky-syi, mikä hätänä.

Hän vaihtoi verkkareihin samassa pukuhuoneessa ennen harjoitusten alkua, hän muisti ai-na kysellä kuulumiset ja vaihtaa mielipiteet ennen harjoitusten alkua. (014, mies, koripal-lo)

X on hieno ihminen. Hän tulee usein juttelemaan ja kyselemään, miten menee, onko huo-lia/murheita ja on aina valmis keskustelemaan asiasta kuin asiasta. (066, mies, salibandy)

Ensinnäkin hänen tulonsa treeneihin tai matsiin. Hän tervehti jokaista, jos jokin oli yksi-nään hän meni juttelemaan ja kyselemään kuulumisia. (077, mies, jääkiekko)

Valmentajan ”käytettävissä oleminen” on merkityksellistä. Valmentaja on tavoitettavissa ja hänelle voi soittaa milloin vaan. Häneen voi myös ottaa yhteyttä ilman mitään varsinaista asiaa.

Esimerkiksi juuri nyt X on perheensä kanssalomalla Rohdoksella, ensimmäistä kertaa kolmeen vuoteen. Ennen lähtöänsä hän kuitenkin sanoi, että jos jotain asiaa tulee niin hänelle voi soittaa, vaikka hänen vastaamisensa ulkomailla maksaa hänelle itselleen. (066, mies, salibandy)

Hyvä keskusteluyhteys tekee valmentajasta mukavan ihmisen. Silloin hänen seurassaan voi vapautua, saa olla myös huono ja tehdä virheitä. Keskusteleva valmentaja on enemmän kuin ”pelkkä” valmentaja.

Valmentajalle saattoi puhua melkein mistä tahansa ja hän oli aina valmis kuuntelemaan. Kun tunsin olevansa sinut valmentajan kanssa, oli harjoituksiin todella mukava mennä. Virheitä sai tehdä ilman että tunsin itsenä kömpelöksi tai huonoksi ja siksi niiden korjaaminenkin oli usein helppoa. Ei tarvinnut kärsiä suorituspaineista. (213, nainen, taitoluistelu)

Valmentajani seurassa oli mukava olla, enkä koskaan ole ajatellut häntä pelkkänä valmentajana. Hän oli aina myös aidosti kiinnostunut kuulumisistamme jne. (209, nainen, taitoluistelu)

Kaikkien valmentajien kanssa ei voi keskustella. Joissain kertomuksissa kerrotaan omasta valmentajasta vastakohtana jollekin toiselle, huonolle valmentajalle. Huonon valmentajan kanssa ei ole voinut keskustella. Tuo huonompi valmentaja on joko ollut oma entinen valmentaja tai sitten hänestä on kuultu tarinoita.

Valmentajana hän on hyvä ja asiansa osaava valmentaja. Tarvittaessa tiukka, mutta pääasiassa mukava ja leppoinen, jonka kanssa voi jutella asiasta kuin asiasta. Mielestäni on hyvin tärkeää, että tulee valmentajansa kanssa toimeen. Tiedän tapauksia, joissa valmen-

taja on ollut niin tiukka ja ankara ettei sille ole uskaltanut edes soittaa. (028, mies, telinevoimistelu)

Entiset valmentajani olivat totuttaneet minut ajattelemaan, että on valmentajan tehtävä neuvoa ja luistelija tottelee häntä kyselemättä. X:n kanssa loin aivan uudenlaisen valmentaja-oppilassuhteen. Hän keskusteli kanssani tasavertaisena kumppanina, kyseli omia mielipiteitäni ja opetti minut itsenäiseen työskentelyyn. Minun kohdallani tämä järjestelmä sopi todella hyvin. Sain kuitenkin huomata, että kaikki valmentajat eivät pidä liikaa kyselevistä oppilaista. (214, nainen, taitoluistelu)

Myös omasta nykyisestä valmentajasta löydettiin puutteita keskustelutaidon suhteen. Valmentajan odotetaan lähestyvän pelaajaa, kyselevän kuulumisia ja mielipiteitä. Se ei riitä, että valmentaja kyselee koko joukkueelta tai ryhmältä mielipidettä, vaan urheilija haluaa saada nimenomaan oman äänensä kuuluviin.

Valmentajassani on mielestäni yksi huono puoli. Hän ei koskaan lähesty yhtä pelaajaa, eikä kysele tämän tunteja tai mielipiteitä, vaan hän lähestyy koko joukkuetta ongelmissa tai vajaavaisuuksissa. Vaikka kyseessä on joukkuelaji, se koostuu kuitenkin yksilöistä. (234, nainen, koripallo)

Ne, urheilijat, joilla on henkilökohtainen keskusteluyhteys valmentajan kanssa, kokevat itsensä tärkeiksi ja erityisiksi. Se, että valmentaja keskustelee urheiluun liittyvistä kysymyksistä erityisesti jonkun ryhmän jäsenen kanssa, on status-asia. Tuo urheilija on hierarkiassa muiden yläpuolella. Hän kokee, että valmentaja on hyötynyt hänen mielipiteistään ja hän on siksi tärkeä ihminen valmentajalle.

Vastapalvelukseksi myös valmentaja on löytänyt uusia näkemyksiä vanhan lisäksi. Muistan elävästi yhden kesän, jolloin valmentajalla oli käsissään nuori ja kokematon ryhmä, jolla oli edessään kovatasoinen sarja. Sarja osoittautuikin tällä yhdistelmällä hiukan liian kovaksi, ja on sanomattakin selvää, mitä kunnianhimoinen valmentaja ajattelee, kun joukkue etenee kesän läpi tappiosta toiseen. Monta tulikivenkatkuista purkausta tarvittiin siitä

kesästä selviytymiseen. Yritin silloin parhaan kykyni mukaan auttaa häntä näkemään edes jotain hyvää epätoivoisessa tilanteessa. Näin jälkeen päin on helppo huomata, että onnistuin tehtävässäni ihan mukavasti. Valmentaja jatkoi pitkäjänteistä työtään ryhmän parissa. Tänä kesänä pelaan itse samassa joukkueessa niiden silloin tappio kierteeseen joutuneiden nuorten naisten kanssa, ja heistä, kuten valmentajastakin on ajan kanssa kasvanut iskukykyinen kokonaisuus, sillä tänä suvena emme ole tähän mennessä joutuneet antautumaan kertaakaan. (249, nainen, pesäpallo)

Ne urheilijat, jotka ovat hierarkiassa alempina, kokevat tilanteen epäoikeudenmukaisena. Valmentaja ei ole kiinnostunut heidän mielipiteistään ja tämä saa urheilijan suuttumaan. Valmentaja on epäpätevä. Urheilija kertoo, että valmentaja ei kuuntele pelaajia, mutta kertoo heti perään, että vain muutamia kokeneita ja parhaita pelaajia kuunnellaan, mutta valmentajaa ei kiinnosta hänen mielipiteensä eikä hän saa suunvuoroa.

Valmentajani karjumisesta pääsemmekin niihin negatiivisiin asioihin, joita häneltä kyllä löytyy. Hän ehkä opetti minulle kovuuden ja jalkapallon fyysiset salat, mutta muuten hän on valmentajana täysin epäpätevä valmentamaan naisten SM-sarja tasoista joukkuetta. Hän ei kuuntele pelaajia. Esillä ovat vain muutamit niin sanotut kokeneet ja parhaat pelaajat. Muilla ei ole meidän valmentajallemme suunvuoroa. Häntä ei kiinnosta mitään mieltä esimerkiksi minä olisin meidän pelistämme, kun niitä ruvetaan analysoida. Olen ehkä kokematon tällä sarjatasolla, mutta pelikäsitystä minulla on. Harjoituksissa on turha yrittää kysyä tai kommentoida jotain asiaa. Ei, ei se tule kuuloonkaan. (216, nainen, jalkapallo)

Kritiikin sieto tuntuu olevan monien valmentajien heikko kohta. ”Juhlapuheissa” kuten aloituspalavereissa palautetta valmentajan toiminnasta halutaan, mutta todellisuus on toinen. Valmentaja varmasti toimii työssään parhaansa mukaan ja näin ollen odottaa positiivista palautetta. Negatiivinen palaute saattaa olla valmentajalle yllätys, hän ei osaa odottaa sitä. Joka tapauksessa se aiheuttaa mielipahaa, jota on vaikea käsitellä. Urheilijat kertovat kostosta. Negatiivinen palaute kostetaan ja sen antaja on merkattu mies.

Kehittämisestä ja yhteistyöstä puhutaan usein aloituspalavereissa. Sanotaan, että palautetta, positiivista ja negatiivista pitää antaa ja sen mukaan korjataan virheitä. Kaunis idea, mutta toimii harvoin. Valmentajillani on ollut tapana kuunnella positiivinen palaute ja kuulla negatiivinen palaute, jonka antaja on merkattu mies, pahimmassa tapauksessa koko kauden. Valmentajat ovat juurtuneet niin omiin tapoihinsa, että kritiikki niitä varstaan on kuin puukolla iskemistä. (015, mies, pesäpallo)

Ensimmäinen valmentaja tuntui mukavalta kaverilta. Valmentajan motivaatio oli kova ja harjoitukset sen mukaiset. Pidettiin saunailtoja ja sovittiin sääntöjä. Tosiasiassa valmentaja puhui omista tavoitteistaan ja uhkaili eroavansa, jos ei oltaisi kolmen parhaan joukossa syyskierroksen alkaessa. Se, mitä pelaajat tahtoivat, oli vain pelata pilke silmäkulmassa ja treenata kavereiden kesken. Pelaajiemme sisäinen henki oli korkea ja toisia suojeleva, josta muodostui ongelma kun tiettyjä tähtiä peluutettiin kentällä. Nämä tähtipelaajat poistuivat kentältä antaakseen tilaa muille, koska pidimme itseämme tasavertaisina. erimielisyyksien kuilu kasvoi jengin ja valmentajan välillä, koska hän ei halunnut kuulla mielipiteitämme ja pelaamisen motiiveja ja lopulta sulki korvansa kaikelta. Kaverivalmentajasta syntyi kostajavalmentaja, joka vähensi peliajan niiltä, jotka yrittivät antaa vihjeitä jengin omista haluista. Hän saapui harjoituksiin ilman suunnitelmia ja alkoi siirtää vastuuta kakkosvalmentajalle, jolla oli omia ongelmia harjoituksiin saapumisten kanssa. (220, nainen, jalkapallo)

8.3. Ristiriidat

Valmentajan ja urheilijan välisessä suhteessa tai urheilujoukkueen sisällä syntyy ristiriitoja. Näin tapahtuu ainakin, mikäli ihmissuhde on riittävän kiinteä ja läheinen ja yhdessä ollaan paljon. Valmentaja voi joutua välittäjäksi ja sovittelijaksi urheilijoiden välisiin ristiriitoihin tai hän saattaa olla itse riidan osapuolena.

Toinen tärkeä asia on, että väkivalta ei kuulu urheiluun, eikä tietenkään ”siviili elämään”. Muistuu mieleeni kerta, jolloin harjoituksissa syntyi pieni tappelu. No valmentaja laittoi pojat punnertamaan energiensa pois ja ensi kerralla kertoi meille mitä voi sattua tappelussa. Hän myös kertoi, että paras puolustus on pakojuokseminen. En ole kertaakaan joutunut tappeluun. Tämä ei tietenkään ole pelkästään valmentajani ansiota, mutta se asia on jäänyt mieleen. (015, mies, pesäpallo)

Tappelun syntyessä valmentaja oli ratkaissut tilanteen laittamalla pojat punnertamaan. Hän käytti valta-asemaansa lopettaakseen tappelun ja määräsi rangaistuksen. Ilmeisesti asia oli kuitenkin vaivannut valmentajaa enemmänkin (tai voi olla, että hän tarkoituksella siirsi asian käsittelyä), koska hän oli palannut asiaan seuraavissa harjoituksissa. Asian käsittely on tehnyt urheilijaan jonkinlaisen vaikutuksen, koska hän muistaa sen jälkeenpäin. Ristiriita sinällään ei ole ihmeellistä, mutta se, miten asia käsitellään vaikuttaa ratkaisevasti siihen, jääkö riita haittaamaan ihmissuhteita.

Joskus hänen toimintansa oli yllättävää ja ratkaisevalla tavalla väärää. Hän rankaisi helposti jos huomasi/luuli jonkun toimivan väärin (esim. epäurheilijamaisesti). Nämä asiat vaativat hermoja, sietokykyä ja silloin tällöin joku lähti harjoituksista kesken pois. Nämä tapahtumat kuitenkin unohdettiin ja myöhemmin toimittiin kuin mitään ei olisi tapahtunut. Itse selvitin erimielisyydet puhumalla. Toisin sanoen: keskustele ongelmistasi ja anna anteeksi. X opetti myös olemaan ajoissa. Jos myöhästyi täytyi punnertaa. (011, mies, koripallo)

Tällä valmentajalla oli suoran toiminnan linja. Hänen arvionsa mukaan väärästä toiminnasta rangaistiin välittömästi eikä asiasta ollut tarpeen sen kummemmin keskustella. Urheilijat kuitenkin kokivat rangaistukset epäoikeudenmukaisiksi ja mielivaltaisiksi. Mielivallasta on kyse seuraavassakin. Kertoja on seurannut sivusta valmentajan mielivaltaista kasvatustapaa ja lopulta yrittänyt puuttua asiaan. Ilmeisesti valmentaja ei ollut ymmärtänyt puuttumisen perimmäistä tarkoitusta – joka tapauksessa tilannetta ei korjattu.

Pahinta mitä valmentaja voi tehdä on syyttely ja kettuilu. Esimerkki tältä vuodelta: Valmentajani otti silmätikuksi erään pelaajan. Valmentaja kettuili ja löysi negatiivista jokaisesta suorituksesta. Mikään ei riittänyt. Kerran juttelin valmentajan kanssa tästä tapauksesta ja kysyin Miksi?! Hän sanoi kasvattavansa pelaajasta miehen. Lainaus: ”kesällä v...tuilua tulee kaikkialta, ja silloin sitä pitää kestää ja nyt sitä on hyvä harjoitella....” Loppujen lopuksi tämä johti siihen, että pelaaja on ollut loukkaantuneena eri syistä koko kauden. Päästä kiinni. Pari viikkoa sitten hän sanoi ettei enää jaksa, hän lopettaa pesäpallon. Onneksi toinen joukkue otti pelaajan. (015, mies, pesäpallo)

Sekä edellisessä että seuraavassa tarinassa valmentaja riitelee ”yksin”. Kertojan mukaan valmentaja on yksin syyllinen tilanteeseen. Näin voi ollakin. Valmentaja voi olla valtansa sokaisema ja simputtaa urheilijoita aivan miten haluaa. Edellisessä tarinassa kertoja kertoo toisen puolesta, jolloin se tuntuu uskottavalta. Seuraavassa on katkeraa sävyä. Vain luottopelaajat saavat pelata, heitä kehutaan, vaihtopelaajat eivät saa pelata, vaan sen sijaan napalmia niskaan. Kertoja todennäköisemmin kuuluu vaihtopelaajien joukkoon. Se ei tee tarinasta vähemmän uskottavaa, mutta selittäisi katkeran sävyn.

Sisältäpäin tarkkaillessa tilannetta eivät asiat kuitenkaan olleet aivan näin hyvin. Joukkueen ja valmentajan välillä oli usein riitoja. Kerrankin yhdessä pelissä valmentajaltamme meni hermot ja hän lähti kotiin kesken ottelun ja joukkueemme kapteeni joutui toimimaan pelinjohtajana. Valmentajamme oli perfektionisti, joka ei ymmärtänyt, että ihminen tekee virheitä. Hän ei myöskään ymmärtänyt että hyväkin joukkue häviää välillä. Tähän tulokseen päästiinkin pelien kautta, joissa luottopelaajat pelasivat aina ja kun heillä ei ollut hyvä päivä ei valmentajamme uskaltanut tai osannut käyttää muuta materiaalia hyväkseen. Harjoitukset, kuten teemaan sopii, olivat varsinaisia ”näyttöpaikkoja”. Aina valmentajamme kehui luottopelaajia, mutta vaihtopelaajat saivat ”napalmia” niskaan jatkuvalla syötöllä. Valmentaja tunnettiin myös kovista haastatteluista, joissa hän loi joukkueelle ylimääräisiä paineita tai antoi aiheita liialliseen hyvänolon tunteeseen. Toisin sanoen hän puhui aina omasta puolestaan ei joukkueen puolesta. Valmentajamme eli pesäpallo tyhjiössä ymmärtämättä sitä mitä itsekkin lähti alun perin ajamaan takaa. Elämässä on muutaakin kuin itse pesäpallo – Suomen kansallispeli. (020, mies, pesäpallo)

Toinen ääriä on se, että urheilija ottaa syyn ristiriidasta omalle kontolleen. Urheilijat kertovat, että valmentaja on aina oikeassa, eikä löydä itsestään virheitä ja kokevat tämän vääräksi. Silti he kokevat oman osuutensa ristiriidasta merkittäväksi.

Toki moneen asiaan olen itse vaikuttanut, näistä negatiivisista puolista. En todella ole ollut ihannevalmennettava, vaan kauhukakara lähinnä. Kukaan muu valmentajanani ei olisi kestänyt kiukunpuuskiani tai ailahtelevaisuuttani. Se minua usein harmitti, ettei isäni suostunut myöntämään, ettei hän osaa kaikkea ja ole täydellinen. Vikaa etsittiin aina minusta, eikä esim. valmennusohjelmasta. No, kukaan ei ole täydellinen. Viime syksynä välimme olivat jo niin tulehtuneet, että edessä oli joko valmentajan vaihto tai urheilun lopettaminen. Onneksi valitsin jatkamisen. Uusi valmentajani ei kuitenkaan ole ollut niin hyvä kuin odotin. Se johtunee paljon siitä, että hänellä ei vuosien ole ollut tyttövalmennettavaa. Pitää kuitenkin katsoa myös peiliin, syyllinen vaikeuksiin taitaa pitkälti löytyä sieltä. (251, nainen, yleisurheilu)

Valmentaja oli aurinkoinen ja positiivinen ja ehkä hän on loihtinut siitä osan myös minuun. Kuten sanotaan ”Ei niin hyvää että ei pahaakaan”, olihan valmentajallakin välillä huonot päivensä, usein me olimme kuitenkin sen aiheuttajina, itse siitä kärsimmekin. (236, nainen, pesäpallo)

8.4. Yhteenveto vuorovaikutuksesta

Valmentajan ja urheilijan välisestä vuorovaikutuksesta on aineistossa paljon kuvauksia. Valmentajaa kuvataan työssään, jossa hän parhaimmillaan luo urheilijalle turvallisuuden tunnetta ja auttaa urheilijaa yltämään parhaaseensa. Toisaalta kuvataan myös valmentajan loukkaavaa käyttäytymistä ja urheilijan julkista nolaamista. Urheilijat ymmärtävät virheiden korjaamisen merkityksen. Silti negatiivinen palaute – virheiden korjaaminen – ei tunnu hyvältä. Valmentaja ehkä ajattelee vain antavansa suorituksen korjausohjeita, mutta ur-

heilija kokee arvostelun kohdistuvan itseensä. Negatiivinen palaute ja positiivisen palautteen puute suututtaa ja masentaa. Joissakin kertomuksissa valmentajan karjuminen saa urheilijan sisuuntumaan

Kannustaminen tuntuu mukavalta. Kannustamista voivat olla hyvin pienetkin asiat – pelkkä hymy saattaa riittää. Rohkaiseva ja kannustava valmentaja saa urheilijan tuntemaan olonsa turvalliseksi. Valmentaja välittää ja auttaa urheilijaa onnistumaan. Ei ole mitään hätää, kun valmentaja seisoo kaarella ja ohjaa.

Keskustelut valmentajan kanssa koetaan erityisen tärkeiksi. Hyvälle valmentajalle voi kertoa kaikenlaisista asioista, jopa sellaisista, joista on vaikea puhua omille vanhemmille. Keskustelun syntymiseen tarvitaan jokin tila eikä se synny itsestään, vaan vaati harjoittelua ja opettelua. Valmentajan kerrotaan usein avaavan keskustelun. Hän kysyy kuulumisia, tervehtii jokaista ja huomaa, kun urheilijaa painaa jokin asia. Vuorovaikutuksesta kerrottaessa kerrotaan usein aika pienistä asioista. ”Valmentaja kysyi mitä minulle kuuluu.” Tulkitsen, että tällaiset pienet, arkipäiväiset asiat ovat hyvin merkityksellisiä, koska ne on koettu kirjoittamisen arvoisiksi. Kun urheilija kirjoittaa valmentajastaan muutaman sivun ja käyttää osan kertomuksestaan siihen, että hän kertoo valmentajan aina tervehtineen jokaista, niin varmasti se on merkityksellinen asia. Valmentaja, jonka kanssa voi keskustella, on enemmän kuin ”pelkkä” valmentaja.

Urheilija haluaa tulla kuulluksi, itse, henkilökohtaisesti. Mikäli joukkueen jäsen ei koe tulleensa kuulluksi, hän kertoo siitä katkeraan sävyyn. Toisaalta kun ryhmän jäsen kokee, että valmentaja keskustelee nimenomaan hänen kanssaan, hänen statuksensa ryhmän hierarkiassa nousee.

Aina vuorovaikutus ei toimi. Valmentajan kanssa ei voi keskustella. Valmentaja ei joko osaa tai ei halua keskustella urheilijan kanssa tai hän on niin pelottava, ettei häntä voi lähestyä. Valmentajien heikko kohta tuntuu olevan palautteen vastaanottaminen. Valmentaja varmasti vilpittömästi tekee parhaansa ja siksi negatiivinen palaute tuntuu vaikealta kesittää.

9. VALMENTAJA KASVATTAJANA

Kirjoitelman aihe ohjasi kirjoittajia kuvaamaan oppimiaan asioita. Opittuja asioita onkin paljon. On selvää, että kirjoittajat kertovat oppineensa harjoittelusta, lajin tekniikasta ja taktiikasta. Oli myös odotettavaa, että työn tekemisen ja kovan harjoittelun merkitystä painotetaan. Valmentajan kerrotaan opettaneen kaikenlaista erätaidoista käytöstapoihin.

Nais- ja miesurheilijoiden välillä on vähän eroja. Naiset mainitsevat useammin asiaryhmän: kärsivällisyys, keskittyminen, itsehillintä, rauhallisuus, itsetuntemus ja käyttäytyminen (naiset 32 mainintaa / miehet 16 mainintaa). Naiset mainitsevat useammin myös valmentajan toiminnan – miten he itse toimisivat tai eivät toimisi tai miten valmentajan pitäisi toimia tehtävässään (32 /15). Myös sosiaaliset suhteet mainitaan naisten kirjoituksissa useammin. Muuten selviä eroja miesten ja naisten kirjoituksissa ei ole. Esimerkiksi työn teon oppimisesta puhutaan yhtä paljon.

Yksilöurheilijoita kirjoittajista oli 105 ja joukkueurheilijoita 157. Yksilöurheilijat korostavat suhteessa vähän enemmän työntekoa (yksilöurheilijat 32 mainintaa/ joukkueurheilijat 33 mainintaa), toisaalta joukkueurheilijat korostavat yritystä ja taistelua (14/22). Odotettiin joukkueurheilijat korostavat sosiaalisia suhteita, joukkuepeliä, sosiaalisia taitoja sekä tassa-arvoa. Sen sijaan esimerkiksi toisten huomioimisessa ei ole eroa. Yksilöurheilijat mainitsevat useammin saaneensa yleisiä elämänohjeita. Nämä elämänohje-maininnat jäävät usein aika pinnallisiksi: ”paljon on elämän viisautta pääkoppaan kertynyt.” Viisautta tai elämänohjeita ei tarkemmin kuvata.

Kun erotellaan yksilö- ja joukkueurheilijat vielä sukupuolen mukaan, erottuvat miesyksilöurheilijat jonkin verran joukosta. He mainitsevat harvoin sosiaaliset suhteet ja erityisen harvoin valmentajan toiminnan.. Pääosa opituista asioista painottuu työntekoon ja harjoitteluun liittyviin kysymyksiin. He keskittyvät itse asiaan – urheiluun.

9.1. Räkänökistä kunnon ihmisiä

Valmentajan merkitystä painotetaan kuvaamalla, että valmentajan ansiosta kirjoittaja ei ole enää sama ihminen, vaan hän on kasvanut ja kehittynyt. Näin kerrotaan silloin, kun valmentajaan ollaan tyytyväisiä. Valmentaja opetti myös siten, että kirjoittaja kertoo oppineensa valmentajan virheiden kautta toimimaan täysin päinvastaisesti kuin valmentajansa. Valmentajan merkitystä kasvattajana halutaan korostaa useassa kertomuksessa. Kertomukset, joissa valmentajaa verrataan vanhempaan, ovat jo sinällään kasvatustarinoita. Jos valmentaja rinnastetaan vanhempaan, hänelle annetaan kasvattajan rooli.

Varttuessani minua ovat kasvattaneet vanhempani lisäksi monet urheiluvalmentajat. Heiltä kaikilta olen saanut arvokkaita neuvoja elämääni. Joskus tuntuu että olen enemmän tekemisissä valmentajani kanssa kuin omien vanhempieni. (200, nainen, lentopallo)

Yksi tapa kuvata valmentajan kasvattajuutta on kertoa muutoksista omassa itsessä tai ryhmässä. Valmentajan merkitys muutosten aikaansaamisessa koetaan merkittäväksi. Erityisesti omaan murrosikään suhtaudutaan jälkepäin kauhistellen. Kuinkahan valmentaja oikein jaksoi? Valmentajan todettiin jaksaneen ja murrosiän murheista selvittiin valmentajan avulla. Kirjoittajat kuvaavat itseään ja joukkuekavereitaan murrosikäisinä kokemuksen tuomalla huvittuneisuudella. Murrosikäisinä itseä kuvataan esimerkiksi ripuliranne mikkihiiriksi, räkänökiksi, tuittupäiksi ja ruikuttajiksi.

Pelasimme 4-sarjassa, kun hän aloitti, ja viime kauden pelasimme jo 2-sarjassa. Hänen tehtävänsä ei todellakaan ole ollut helppo. Murrosikä, armeija ja muut huolet ovat olleet harmina ja kestämistä on ollut riittävästi. Onneksi hän on ollut ymmärtäväinen ja jaksanut katsella kun meistä räkänökistä on pikkuhiljaa tullut pelimiehiä...tai ainakin täysi-ikäisiä miehiä. (001, mies, lentopallo)

Valmentajan työ on henkisesti hyvin haasteellista, mutta myös erittäin raskasta. Pahimpina aikoina valmentajani komennuksessa luisteli parikymmentä murrosikäistä tuittupäätä. Näin jälkepäin katsottuna mietin usein, kuinka hän ja me oppilaat selvisimme vaikeasta puberteetti-ikästä. Kiitos selviytymisestäämme kuuluu ehdottomasti valmentajalleni. (211, nainen, taitoluistelu)

Valmentajan kasvattajuutta kuvataan myös rajojen asettamisella. Valmentaja on ollut auktoriteetti, jota vastaan on taisteltu. Jälkepäin todetaan tyytyväisenä, että valmentaja piti päänsä. Näitä tarinoita, joissa auktoriteettia vastaan taistellaan, on muutamia. Yleensä rajojen asettaminen on vähemmän myrskyisää. Valmentaja opettaa tapoja ja neuvoa ongelmassa. Näissä kertomuksissa valmentajan merkitystä korostetaan hämmästelemällä sitä, mitä kirjoittajasta olisi ilman valmentajaansa mahtanut tulla.

Useissa tarinoissa valmentaja on selvästi ottanut kasvattajan roolin. Kahdessa kirjoituksessa valmentajan ei toivota ryhtyvän kasvattajaksi vaan kirjoittajalle riittää, että valmentaja valmentaa. Pääasiassa kasvattajuutta kuvataan keskusteluilla valmentajan ja urheilijan välillä. Jotkut kirjoittajista kertovat valmentajan opettaneen heille käytöstapoja, esimerkiksi tervehtimistä ja anteeksipyyttämistä. Myös aikuisten kanssa keskustelemaan oppiminen koettiin merkitykselliseksi.

Valmentajaltani olen oppinut paljon valmennukseen liittyviä asioita mutta myös useita elämänohjeita opin häneltä. Lisäksi hän oli erityisen tarkka käytöstavoista ja siitä, että me hänen valmennettavansa käyttäydyimme esimerkillisesti sekä kentällä että kentän ulkopuolella. Tätä pidän erityisen tärkeänä, sillä vietimmehän tuolloin useita tunteja päivässä luistelunparissa ja jos valmentajamme ei tuolloin olisi vaatinut meiltä minkäänlaisia tapoja, millaisia ihmisiä meistä olisi kasvanutkaan! (209, nainen, taitoluistelu)

Käytöstapoja kerrotaan opetetun paitsi valmentajan oman esimerkin avulla, myös siten, että valmentaja on vaatinut sivistynyttä käytöstä. *Urheilullisuudesta ja reilusta pelistä loistava esimerkki, että hän ei julkisesti arvostellut tai kritisoinut edes erotuomareita, vaan asialliset keskustelut olivat jälleen hänen tapansa. Myös joukkueella oli selvä sääntö, että*

sopimaton käytös kentällä tai matkoilla ”palkittiin” seuraavissa harjoituksissa. Varsin reilua peliä ja oikeutettua vaatia myös joukkueelta sivistynyttä käytöstä. (124, mies, jalkapallo)

Joissakin kertomuksissa valmentajalla on ollut vaikutusta urheilijoiden tupakointiin tai nuuskan ja alkoholin käyttöön. *Tämä valmentaja opasti meitä kaikkia myös siviilielämän asioissa (ruokatottumukset, alkoholi, ihmissuhteet) vaikka tunsimmekin itsemme jo aikuisiksi. Esimerkkinä tästä on kiekkopiireissä yleisen nuuskan käytön loppuminen meidän joukkueessa. (080, mies, jääkiekko)*

Valmentajan oma esimerkki saattaa olla hyvin mieleenpainuva kokemus. Valmentaja saattoi todella yllättää urheilijansa omalla toiminnallaan. *Kauden avausottelumme oli vierasottelu ja todellinen yllätys odotti bussissa. Siellä ei ollut valmentaja likaisissa verkkareissa, kuten aiempina kesinä, vaan valmentaja tyylikäs puku päällä tervehtimässä pelaajat. Hie-man suureelliselta tuo tuntui, mutta jälleen valmentaja oli sanojensa mittainen mies. Talvesta alkaen hän oli muistuttanut että ottelut ovat joukkueen juhlatilaisuuksia ja sen hän halusi myös konkreettisesti osoittaa meille. En voi kieltää etteikö hänen esimerkki olisi tehnyt vaikutusta. Enää ei otteluihin halunnut lähteä ja esiintyä muusta joukkueesta poiketen, eli varmasti oli aina oikeat lämmittelyasut jne. mukana otteluissa. Otteluista oli tullut juhlatilaisuuksia ja tappionkin jälkeen tyylikkyys ja yhtenäisyys säilyi. (124, mies, jalkapallo)*

Valmentajan reilua toimintaa kilpailutilanteissa arvostetaan. Jostain syystä valmentajan reilusta toiminnasta kerrotaan yleensä kieltomuodon kautta: hän ei vetänyt kotiinpäin tai huutanut tuomareille.

Joskus X myös tuomaroι peliämme ja silloin hän ei kyllä yhtään ”vetänyt” kotiinpäin. Hänenstä huokui näin esikuvaksi reiluus ja rehtiys ja myös vierasjoukkueen pelaajat saivat hänestä toivottavasti unelmavalmentajan kuvan. (243, nainen, pesäpallo)

Yksi merkittävimmistä ominaisuuksista, jonka tosin tajusin paljon myöhemmin, hänellä oli ottelukäyttäytyminen. Tuomarille räyhääminen ei kuulunut hänelle. Keskustellessani vuosia hänen valmentajanani olemisen jälkeen, hän perusteli käyttäytymistään selkeästi. On olemassa liikaa räyhääviä juniorivalmentajia! Pitämällä hermot ja äänen kurissa pystyy parhaiten keskittymään omaan suoritukseen, eli ohjeiden antamiseen. Räyhäävät valmentajat ovat kaikkien peliosallisten kauhu: erotuomareiden, toisen joukkueen, omien pelaajien ja yleisön. (014, mies, koripallo)

9.2. Valmentaja on kasvattaja tahtomattaankin

Valmentaja on vaikuttaja ja esimerkki halusi hän sitä tai ei. Valmentajan toimintaa seurataan ja arvioidaan. Valmentajan huonot tavat kirjoituksissa liittyvät tupakointiin, alkoholiin, kiroiluun tai huonoon kilpailukäyttäytymiseen. Valmentajan alkoholin käytöstä kertovat vain miehet ja se mainitaan neljä kertaa. Kirjoittajat ovat vihaisia valmentajalleen tai suhtautuvat häneen säälien.

Tämä viiksekäs mies oli juonut alkoholia aika runsaasti ja huusi meille kuin oltaisiin jo ammattilaisia. Tämä valmentaja X oli aina humalassa. myöhemmin sain tietää, että X on alkoholisti. Onneksi X:llä oli kaksi kaveria, huomattavasti nuorempia, valmentamisessa apuna. Kun X:llä meni esim. harjoituksissa ns. överiksi, nämä kaverit onneksi hoitivat homman kotiin eli tekivät valmennustehtävän X:n puolesta. Turnaus matkoilla X ei voinut olla alkoholista erossa. Meitä joukkueen jäseniä tämä raivostutti hirveästi ja osa pelaajista lopetti hänen takiaan. (104, mies, jalkapallo)

Muihin valmentajan paheisiin suhtaudutaan kiihkottomammin. Kun valmentaja on urheilijan mielestä huono esimerkki, urheilija tulkitsee sen niin, että valmentaja ei välitä, mitä urheilija häneltä oppii. Valmentajaa pidetään esimerkkinä ja mikäli hän suhtautuu esimerkiksi kirooliinsa välinpitämättömästi, se tulkitaan niin, ettei hän välitä urheilijoistaan.

Ratsastuksen opettajallani on myös paljon tapoja ja ajatuksia, joita olisin häneltä voinut oppia ja omaksua, mutta en ole niitä ottanut myös omikseni. Hänellä on epäterveelliset ruokailutavat, hän tupakoi ja sortuu usein vieraisiin miehiin. Olen kyllä kovin tyytyväinen, että näitä en ole omaksunut häneltä. (278, nainen, ratsastus)

...Häneltä monet oppivat varmasti myös pahoja tapoja esimerkiksi tupakoinnin, koska hän aina poltti meidän nähden eikä tuntunut välittävän siitä, että opimme hyville vai huonoille elämäntavoille. (087, mies, jääkiekko)

Välinpitämättömyydeksi tulkitaan myös se, ettei valmentaja puutu urheilijoiden tekemisiin. Valmentajalta odotetaan rajojen asettamista.

Murrosiässä meille tuli eri valmentaja. Häneltä opin sen että jos murrosikäisille antaa liikaa narua, niin hommista tulee silloin paljon vaikeampaa. Välillä touhu oli ihan levotonta. Jätkät kävi tupakalla aina ennen treenejä ja pelejä. Yhteisissä palavereissa sovittiin että jos joku haluaa välttämättä polttaa niin polttaa sitten useamman kilometrin päässä hallista. Valmentajaltani pääsi ote lipsumaan, eikä puuttunut asiaan tarpeeksi kovalla kädellä. Siitähän kehkeytyi jutut, jolla koko seura-78 ikäluokkaa alettiin kutsua ”rakkaritiksi”. (076, mies, jääkiekko)

Valmentajan reilun pelin vastaisesta toiminnasta kerrotaan varsin eloisesti. Valmentajan toiminta on todella jäänyt mieleen ja kuohuttaa kirjoittamaan aidon tuntuista tekstiä.

Mutta kaikki mikä ei liittynyt peliin oli lähes ala-arvoista toiminta. Hän huusi tuomarille, katsomolle ja joskus jopa 10-12-vuotiaille pallopojille, jotka olivat ”liian hitaita”. Vaihdonpenkkiläiset saivat pelin aikana kuulla kentällä olevien pelaajien huonoudesta, mikä aiheutti jonkin verran tulehtuneita suhteita joukkueen sisällä. Armoton arvostelu kaikui tietysti niihinkin korviin, joihin ei olisi pitänyt. (096, mies, jalkapallo)

Kaikkein epäurheilijamaisin piirre mitä valmentajalla voi olla on tietenkin minun valmentajallani. Hän herjaa tuomaria pelin aikana ja nimittelee vastapuolen pelaajia. ”Vitun

läskiperse!” raikui kerran toiselle puolelle kenttää, kun valmentajani kommentoi vastapuolen pelaajan ulkonäköä julkisesti. Luulisi hänelle riittävän vastustajien ja tuomarin herjaaminen, mutta eipä tuo riitä. kakkosvalmentajan kanssa on mukava haukkua omankin joukkueen pelaajia. Kerran istuessani vaihtopenkillä valmentajani kommentoi yhdestä omasta pelaajastamme: ”Minkä takia pitää yrittää tollasta, jos tietää ettei osaa!?” Luottamus omiin pelaajiin on siis täysin olematonta. Toisinaan tuntuu siltä, että joukkueemme on hyvä joukkue ja valmentajamme on sen suurin vihollinen. Jos valmentajamme ei sitä itse pysty huomaamaan, on hän täysin epäpätevä hoitamaan tehtäviään. (216, nainen, jalkapallo)

Pääsääntöisesti valmentajan huono käytös ja esimerkki tuomitaan, mutta joukkoon mahtuu myös muutamia ihailutarinoita. Valmentajan käytös tiedetään huonoksi, mutta se oikeutetaan hyvän urheilutuloksen vuoksi.

Vanhemmille ja ystäville X:n tyylisen valmentajan näkeminen ja KUULEMINEN jalkapallokentällä on ensimmäisellä kerralla shokki. Huonon kenttäsuorituksen jälkeen X:n tielle osuva roskis kokee varmasti ilmalennon. Toisellakin kerralla vanhemmat halusivat jälkikasvunsa pois joukkueesta, mutta kolmannella kerralla huomio kiinnittyy roskiksen sijaan kentälle. Jokainen pelaaja kasvaa pituutta, yrittää kovemmin, onnistuu ja saa koko joukkueelta kannustavia huutoja, X:ltä myös. Se on X:n filosofia. Vanhemmatkin ymmärtävät ja katkerina vastustajatkin. Kaikki halusivat X:n valmentamaan joukkuettaan... (114, mies, jalkapallo)

Joissain kertomuksissa valmentajan toiminta arveluttaa kirjoittajaa. Hän tuo ongelman esille, muttei ota selkeästi kantaa puolesta tai vastaan. Kanta on kuitenkin luettavissa jo siitä, että asia tuodaan esille. Toinen tapa arvella on asian pyöristäminen – asia esitetään ”kautta rantain” tai asian esittäminen yhdellä sanalla. Toisaalta asiaan saattaa olla voimakaskin kanta, mutta sitä ei katsota sopivaksi tuoda esiin, tai siitä on vaikea kirjoittaa.

Nykyinen valmentajani on XX, 24-vuotias mies, joka oli poikamies ennen kuin aloitti seurustelun joukkueemme nuorimman pelaajan kanssa. Myös hänen entinen tyttöystävänsä pelaa kanssamme samassa joukkueessa. (204, nainen, lentopallo)

Minulla ja joukkueellamme oli sama valmentaja yli 6 vuotta. Valmentajamme oli keski-ikäinen nainen ja erittäin kunnianhimoinen. Tuo kunnianhimo juurtui myös minuun vuosien aikana, kuten monet muutkin valmentajani opit ja tavat. Olin melko nuori, n. 10-vuotias, kun kyseinen nainen tuli valmentajaksemme. Täten hän on ollut myös yksi kasvattaja elämässäni ja ehkä tahtomattanikin myös roolimalli ja esikuva. Hän on vaikuttanut suuresti minäkuvaani ja esimerkiksi kielteiseen käsitykseeni omasta vartalostani. (306, nainen, joukkuevoimistelu)

9.3. Mitä on opittu?

Poimin kirjoituksista asiat, joita kirjoittajat kertovat valmentajansa opettaneen tai joita he ovat oppineet urheiluharrastuksessaan. Tein opituista asioista luettelon (LIITE 3.). Luettelo kuvaa luterilaisia ihanteita. Oman toimintaan ja luonteenpiirteisiin liittyvissä asioissa korostuvat sellaiset ominaisuudet kuten vastuu, vaatimattomuus, keskittyminen, itsehillintä, käyttäytyminen, rauhallisuus ja rehellisyys. Hieman toisenlainen mielikuva syntyy itsevarmuuden, tavoitteellisuuden ja kunnianhimon oppimisesta. Esimerkiksi rohkeus ei ilmeisesti ole sellainen hyve, jonka oppiminen liitettäisiin urheiluun. Urheiluun kuuluvat voimakkaat tunteet: onnistumisen riemu, epäonnistumisen suru ja kihelmöivä jännitys. Niistä ei kuitenkaan kerrota, kun kuvataan opittuja asioita. Ennemmin puhutaan tunteiden hillinnästä. Myös voittamis-häviämispuheessa kyse on tunteiden hillinnästä. Häviämään on täytynyt opetella. Häviämään oppimisella tarkoitetaan tunteiden hillintää.

Nyt kun mietin aikaa vuosia taaksepäin, huomaan kuinka paljon olen urheilijana kasvanut ja kehittynyt - valmentajani ansiosta. Muistan ensimmäiset SM-kilpailuni, finaalissa tuli katkera 2-1 tappio ja itkien piti toisen kädennostamista ylös voitonmerkiksi katsoa ja selit-

tely ja syyttely omasta tappiosta matsin jälkeen oli mahtava. Nyt, valmentajani on "opettanut" minut häviämään ja nyt pystyn jopa olemaan iloinen toisen voitosta. Silloin tiedän sen, että sillä kertaa parempi voitti, eikä tappiota tarvitse selitellä ja lykätä syitä jonkun muun harteille. (315, nainen, nyrkkeily) Valmentajan suhtautumista voittamiseen ja häviämiseen kuvataan paitsi lohdutuksella ja keskustelulla, myös muilla toiminnoilla, jotka herättävät kirjoittajassa ihmetystä. Tappioista ei puhuttu, tappion jälkeen juostiin rangaistukseksi tai valmentaja suhtautui todella tiukasti.

Voittamiseen suhtautuminen oli hänellä hiukan kummastuttavaa. Hän piti itsestäänselvyystenä menestymistä. Mutta tappion tullen hän ei selitellyt! Hävitty mikä hävitty! Ilmeisesti hän katsoi ettei ollut tarpeen selittää junioripelaajilleen, mikä meni pieleen, vaan harjoituksissa korjata menneiden pelien virheet. Toisaalta tilanteet olisivat olleet paremmin mielessä tuoreeltaan ottelun jälkeen. (014, mies, koripallo)

Kentän laidalla valmentajani oli hieman liian eläytyväinen. Jos peli kulki huonosti, niin puoliajalla kopin seinät tutisi valmentajan saarnasta. Mutta epäonnistumisista huolimatta hän jaksoi kannustaa parempaan suoritukseen ensi kerralla. Jos peli hävittiin niin pari seuraavaa kertaa oli juoksua, mutta sitten se unohdettiin ja keskityttiin voittamaan seuraava peli. (131, mies, jalkapallo)

Urheilussa opitaan aineiston mukaan tekemään työtä, yrittämään ja taistelemaan. Kova harjoittelu, yrittäminen, jaksaminen, kivun sietäminen, tahto, asenne, veri, hiki ja kyyneleet kuvastavat tosissaan olemista. Tuomittavaa on löysäily, luovuttaminen ja omistautumisen puute.

Opittujen asioiden luettelo vaikuttaa siltä, että urheiluharrastuksen parissa ei ole erityisen hauskaa ja mukavaa. Tiukasta harjoittelusta kerrotaan paljon enemmän kuin harjoittelun hauskuudesta. Harjoittelun nautinto on juuri kovassa työssä ja hiessä. Harjoittelu on hauskaa, vaikkei se naurattaisikaan. Hauskuus on onnistumisessa ja taistelussa. Harjoittelun mukavuus liittyy varmasti myös ystäviin. Sosiaalisten taitojen oppimisesta kerrotaan

usein. Kirjoittajat kertovat oppineensa joukkuepeliä, toisten huomioimista, toisten kunnioittamista, auttamista ja kannustamista

9.4. Yhteenveto kasvatuksesta

Urheilijat kirjoittivat oppineensa paljon erilaisia asioitaan valmentajiltaan. Naisurheilijat mainitsevat useammin oppineensa kärsivällisyyttä ja rauhallisuutta sekä sosiaalisia suhteita. Joukkueurheilijat korostavat odotetusti sosiaalisia suhteita enemmän kuin yksilöurheilijat. Miesyksilöurheilijat tuntuvat keskittyvän urheiluun, sillä opituista asioista pääosa liittyy työntekoon ja harjoitteluun liittyviin asioihin. Kirjoituksissa usein korostetaan valmentajan kasvattavaa merkitystä. Valmentajaa rinnastetaan vanhempaan, jolloin hänelle annetaan kasvattajan rooli. Toinen tapa kuvata oppimista oli kuvata muutosta itsessä tai omassa toiminnassa. Urheilijat muistelevat kauhistellen erityisesti omaa murrosikänsä ja ihmettelevät näin jälkeenpäin valmentajan jaksamista.

Valmentaja on tahtomattaankin esimerkki. Hänen käyttäytymistään seurataan ja siitä voidaan ottaa mallia. Kun urheilija kertoo valmentajan huonosta esimerkistä, hän tulkitsee sen välinpitämättömyydeksi. Kuitenkaan valmentajan hyvää esimerkkiä ei pidetty siten itsestään selvyytenä, ettei siitä olisi tarvinnut edes mainita. Valmentaja saattoi näyttää esimerkkiä hyvinkin mieleenpainuvasti ja sävyyttävästi. Valmentajan reilusta toiminnasta kilpailutilanteissa ollaan ylpeitä ja vastaavasti valmentajan epäreilu toiminta hävettää urheilijaa.

Urheilussa saadaan voiton ja tappion kokemuksia. Yleisesti ajatellaan, että urheilu kasvat-
taa voittamaan ja häviämään. Häviämään oppiminen tarkoittanee tunteiden hillintää. Keinoja, joita kirjoittajat kuvaavat valmentajan käyttäneen häviämään opettelussa ovat lohduttaminen ja keskustelut sekä myös erilaiset rankaisuharjoitukset ja valmentajan tiukat nuhteet tai puhumaton hiljaisuus. Urheilijoiden oppimat asiat kuvastavat aika askeettista maailmaa. Se kuvastaa opittua urheilupuhetta, mutta myös urheilun maailmaa. Urheilun mu-

kavuus ei näytä olevan naurua vaan keskittyneen ponnistelun ja taistelun tuomaa nautintoa ja urheilun suuret tunteet tuntuvat opettavan itsehillintää.

10. POHDINTA

Valmentaja on tämän tutkimuksen perusteella hyvin merkityksellinen ihminen urheilijan elämässä. Useimmissa aineiston tarinoissa valmentajista kirjoitetaan myönteisiä ja arvostavia kuvauksia. ”Minusta on ihailtavaa, kuinka joku voi antaa niin paljon itsestään toisten onnistumisen hyväksi...” (269, nainen, salibandy) Tarinoita, joissa valmentajaa kuvataan neutraalisti, tai häntä ei juuri mainita, on muutamia kymmeniä. Täydellisen pettymyksen valmentaja on aiheuttanut urheilijalle vain noin kymmenessä tarinassa. Pettymyksistä kirjoitetaan voimakkaan tunteenomaisesti, mikä kertoo siitä kuinka paljon valmentajilta odotetaan.

Tämän tutkimuksen lähtökohtina olivat:

- Ajatus siitä, että hyvän valmentajan mielikuvaa olisi syytä avata. Purkamalla valmentajien omaksumia rooleja on mahdollista pohtia valmentajan toiminnan syitä ja seurauksia ja siten auttaa valmentajaa itse arvioimaan omaa toimintaansa ja kehittämään itseään.
- Valmentajan määritelmät valmennuskirjallisuudessa määrittelevät valmentajan toiminnan ja valmentajan taidot harjoitus- ja kilpailutilanteesta käsin urheilijan suorituskyvyn kannalta. Valmentajan toimintaa on tutkittu pääasiassa harjoitus- ja kilpailutilanteissa. Tarkoitukseni on laajentaa valmentajuuden käsitettä selvittämällä miten urheilijat kertovat valmentajansa merkityksestä. Onko valmentajalla jotain muuta merkitystä kuin urheilijan suorituskyvyn kehittäminen?
- Edelleen tavoitteena on ollut tuoda oma panokseni valmentajuuskeskusteluihin Suomessa. Niissä on pohdittu tieteellistä valmennusta suhteessa käytännön kokemukseen, valmentajan johtamistyylejä, valmentajan ihmiskäsitystä sekä urheilvalmennuksen tavoitteita. En pysty aineiston perusteella ottamaan kantaa näihin kaikkiin, mutta yritän ravistella joitain näkökulmia.

Näistä lähtökohdista asetin tutkimustehtäväksi valmentajuuden kuvaamisen. Tarkoituksena oli tutkia, mitä ja miten urheilijat kirjoittavat valmentajistaan ja millaisia merkityksiä he

valmentajalleen ja hänen toiminnalleen antavat. Tavoitteena oli selvittää valmentajaan kohdistuvia odotuksia, valmentajan ja urheilijan välistä ihmissuhdetta, valmentajan toimintaa ja valmentajan merkitystä urheilijalle.

Mitä valmentaja tekee?

Yksi valmentajan tehtävistä harjoitus- ja kilpailutilanteissa on urheilijan opettaminen ja neuvominen. Valmentajan palautteenantoa on tutkittu eri näkökulmista. Tutkimusten mukaan tehokas valmentaja antaa paljon palautetta ja näin maksimoi urheilijoiden oppimista (Douge & Hastie 1993). Tämänkin tutkimuksen aineistossa valmentajan antama palaute ja erityisesti kannustaminen on tärkeällä sijalla. Parhaimmillaan urheilija kokee olonsa turvalliseksi, koska hän voi luottaa valmentajan antamiin ohjeisiin ja valmentaja tuntuu olevan läsnä urheilijaa varten. Valmentajan antamat ohjeet auttavat urheilijaa onnistumaan suorituksessaan. Sopiva sekoitus kannustamista ja suoritusvirheiden esilletuomista rennossa ilmapiirissä valmentajalta, joka tuntuu välittävän urheilijastaan, vaikuttaa toimivalta reseptiltä. Pahinta kirjoittajista on jatkuva negatiivinen palaute ja kannustuksen puute. Kannustuksen puute jättää urheilijan yksin. Kun valmentaja ei kannusta, urheilija ei itsekään usko itseensä ja saattaa jättää harrastuksen sikseen. Kannustuksen puutteesta kerrotaan laukonisesti, mikä luo yksinäisyyden ja masennuksen tunnelman.

Urheilijat kertovat positiivisen palautteen ja kannustuksen lisäävän itseluottamusta. Itseluottamus vaikuttaa urheilusuoritukseen ja sillä kerrotaan olevan vaikutusta muutenkin. Hyvin pienet eleet valmentajalta koetaan kannustavina. Valmentaja ”hymyili hirveän kannustavasti” tai valmentajan silmänisku kesken ottelun kertoo urheilijalle, että valmentaja luottaa häneen. Kannustamista odotetaan onnistuneen suorituksen jälkeen, mutta epäonnistumisen hetkellä sen merkitys korostuu. Pahimmillaan valmentaja voi ohjeillaan nitistää ja nujertaa urheilijan. Kirjoituksissa kuvataan, kuinka valmentaja antaa vain negatiivista palautetta eikä koskaan löydä mitään hyvää urheilijan suorituksesta. Valmentaja saattaa antaa palautteen liian suoraan, kaatamalla sen urheilijan niskaan. Erityisesti julkinen nolaa-

minen on kirjoittajista nöyryyttävää. Jotkut ”karjumalla kasvatetut” kirjoittavat sisuuntu-neensa valmentajan toiminnasta, mutta valmentajan ”kovat ja pahat sanat” voivat nitistää urheilijan itsetunnon täysin. Näissä tapauksissa valmentaja on sisäistänyt tehokkuuden vaatimuksen kirjaimellisesti ja näin hänestä on tullut ”virheenkorjausautomaatti”. Hän on tehokas huomattaessaan kaikki mahdolliset virheet urheilijan suorituksesta ja sanoessaan ne ääneen.

Valmentajasta kirjoitetaan myös niin, että hänen kuuluu olla vaativa. Vaativan valmentajan pitää kuitenkin olla urheilijan kanssa samalla puolella. Vaativa valmentaja auttaa urheilijaa yrittämään enemmän. Erityisesti tilanteissa, joissa urheilija on luovuttamassa, valmentajan periksiantamattomuus tuntuu tärkeältä. Vaatiminen voi olla välittämisen osoitus. Valmentaja näkee vaivaa urheilijan eteen. Vaatiminen voi olla myös osa urheilupuhetta. Kirjoittaja on sisäistänyt urheilun kipu ja tuska-mentaliteetin, jossa tie menestykseen on rakennettu rankasta harjoittelusta ja kivun kestämisestä (Tiihonen 2002, 276-270). Urheilijalta vaaditaan kovuutta – kovuutta kestää harjoittelua ja kovaa kilpailua. Kovuuden kasvatuksen nimissä valmentajalta ollaan valmiita sietämään kaikenlaista. Ajatellaan, että heikot sortuu elon tiellä; ne jotka, eivät kestä, putoavat pois ja eihän heistä mitään olisi tul-lutkaan.

Kun kirjoittajat kertovat toiveistaan valmentajaansa kohtaan tai valmentajan toiminnan puutteista, he mainitsevat usein urheilijan tuntemisen. Samanlainen palaute ei toimi kaik-kien urheilijoiden kohdalla. Joku kertoo negatiivisen palautteen vievän jo valmiiksi heikon itseluottamuksen ja toinen kaipaa vaativaa valmentajaa, joka potkisi urheilijaa eteenpäin.

Palaute ja kannustaminen eivät välttämättä ole yksisuuntaista viestintää valmentajalta urheilijalle. Erityisen merkityksellistä aineiston kirjoituksissa on valmentajan kanssa keskusteleminen. Keskusteleminen voi liittyä kirjoittajan urheilusuoritukseen. On tärkeää, että urheilijan mielipiteet huomioidaan. Valmentajan aito kiinnostus urheilijan käsityksistä tuntuu mukavalta. Kirjoittajien mielestä on toivottavaa, että valmentajan toiminnasta voisi antaa rehellistä palautetta, mutta se ei vaikuttanut kovin mahdolliselta.

Kirjoitusten mukaan valmentajan tehtävänkuvaan kuuluu harjoitusten ohjaamisen lisäksi kaikenlaista. Valmentajat ompelivat urheilijoiden esiintymisasuja, kuljettivat urheilijoita harjoituksista kouluun, katsoivat yökaudet otteluvideoita ja olivat aina tavoitettavissa. Valmentajan tehtävään liitetään omistautuminen. Valmentajan kuuluu omistautua tehtävälleen. Valmentajan omistautumista ja jaksamista ihmetellään niissä tilanteissa, joissa urheilijat kilpailevat alhaisella tasolla, eivät menesty tai eivät pysty harjoittelemaan. Näissäkin tarinoissa valmentaja kuitenkin kaikesta huolimatta jaksaa ja omistautuu. Valmentajan myöhästeleminen on jossain määrin siedettävää, mutta tehtävien laimin lyönti on anteeksi antamatonta.

Miten valmentaja johtaa?

Suomalaisessa Valmennusopissa (1988) valmentajan johtajuus perustuu valmentajan luontaiseen auktoriteettiin ja pettämättömän ammattitaidon luomaan luottamukseen. Suomalaisessa valmennuskeskustelussa valmentajan johtamisesta on keskusteltu vertailemalla autoritaarista ja demokraattista päätöksentekoa. Valmentajan johtamista käsittelevissä tutkimuksissa on käsitelty johtamista kokonaisuutena, joka käsittää valmentajan toimintatapoja ja ominaisuuksia. Tutkimuksissa on huomioitu myös erilaisia valmentajan toimintaan ja urheilijoiden arviointeihin vaikuttavia tekijöitä. Tässä tutkimuksessa etsin aineistosta teemoja ja kuvauksia siitä, miten valmentajan auktoriteetti ja asema urheilijaan nähden rakentuu ja miten urheilijat kirjoittivat kokeneensa valmentajan toiminnan.

Tämän tutkimuksen aineistossa valmentajalta odotetaan auktoriteettia. Valmentajan auktoriteetti koetaan positiiviseksi sillä edellytyksellä, että hänen kanssaan saattoi keskustella. Valmennuksen myyttinen tarina on autoritaarinen, huutava valmentaja, joka toteuttaa urheilijoiden avulla omia päämääriään. Näitäkin kertomuksia aineistosta löytyy. Valmentaja saattaa olla ehdoton yksinvaltiainen, joka käyttää mielivaltaisia rangaistuksia ja katsoo oikeudekseen nujertaa ja nöyryyttää urheilijaa. Tällaiset valmentajat ovat aiheellisesti herättäneet keskustelua valmentajan vääränlaisesta vallan käytöstä. Se on kuitenkin usein ym-

märretty siten, että valmentajan auktoriteetti olisi kaiken kaikkiaan huono asia ja hyvä suhde valmentajan ja urheilijan välillä on aina demokraattinen. Samaan aikaan, kun valmentajia on kritisoitu liiasta autoritaarisuudesta, on koulua ja vanhempia moitittu auktoriteetin katoamisesta. Miten valmentajan sankaruus ja auktoriteetti suhtautuvat koulun ja vanhemmuuden murrokseen? Autoritaarisuus koetaan urheilussa menneen maailman menetelmäksi, jota on tarpeen muuttaa (esim. Lombardo 1987), mutta koulun ja kodin auktoriteetin katoamisesta ollaan huolissaan.

Kaarlo Laineen mukaan koulun asema on muuttunut nuorten elämässä vähemmän tärkeäksi verrattuna aiempiin sukupolviin. Vapaa-ajan eli kodin ja koulun ulkopuolisen elämän merkitys on kasvanut ja nuorten suhde opettajiin on epävirallistunut. Aikuisuus ja auktoriteetti ovat menettäneet tai menettämässä asemaansa. (Laine, K. 1997a, 15, 111,114.) Myös Ziehen (1991, 42-43) mukaan aikuisten ja nuorten välisissä suhteissa rajat hämärtyvät. Laineen tutkimuksessa opettaja ei ole autoritaarisen tukahduttava, ei myöskään ihannoitu esikuva. Opettaja on maallistunut ja arkipäiväistynyt. (Laine, K. 2000, 155-156.) Laineen tutkimuksessa oppilaat kirjoittivat aiheesta ” Olipa hyvä/huono oppitunti”. Oppituntikirjoitukset kiinnittyivät harvoin yksittäisen opettajan henkilöön ja persoonalliseen identiteettiin. Opettaja näyttäytyi instituution edustajana, jonka tehtävänä ja kohtalona on opettaa tätä kyseistä ainetta. Suuret opettajapersoonat loistivat poissaolollaan. Omassa aineistossani kirjoitusten aiheena oli ” Minun valmentajani – mitä olen häneltä oppinut” ja se kirjoitti kuvaamaan valmentajan persoonaa. Ehkä nämä kirjoitelmien aiheet vaikuttavat osaltaan siihen, miksi opettajan persoonaa ei kouluaineistossa kuvattu, mutta valmentajaa kuvataan tämän tutkimuksen aineistossa hyvinkin värikkäästi.

Laine tulkitsee, että opettajapersoonallisuuksien kuvaamisen puuttuminen liittyy opettajan aseman yhteiskunnalliseen ja kulttuuriseen aseman muutokseen. Vanhempien sukupolvien muistelmista on havaittavissa opettajapersoonien läsnäolo. Näihin hahmoihin liittyy tavattomasti sekä positiivista että negatiivista psyykkis-emotionaalista energiaa. Vaikuttaa siltä, että auktoriteetti on ollut mielessä koulun ulkopuolella ja kouluajan jälkeenkin. Opettaja on herättänyt ihailua, mutta myös pelkoa ja vihaa. Aiemmin myös autoritaarinen kasvatusilmapiiri on omalla painollaan tukenut auktoriteettien ylöspanoa ja ehdotonta opettaja-

auktoriteettia.(Laine 2000, 50-51.) Ojakankaan mukaan (1998, 35-69) kuri on ollut koulu- kasvatuksen keskeinen ydin. Se on ollut väline lapsen luonnon kesyttämiseksi ja hänen kulttuurin piiriin saamiseksi, myös jatkuva pohdinnan aihe sekä uusien kasvatustenetelmien kiistakapula. Kuria on vaadittu lisää mm. poikien pahatapaisuuden, tyttöjen seksuaalisen käyttäytymisen, nuorten alkoholin käytön tai yleisen nuorison mielen rappeutumisen perusteella. Opettajan auktoriteetti on ollut tässä ”kesytetyn lapsuuden kulttuurihistoriasa” keskeinen kontrollin ja kurin lähde.

Valmentajuuteen vaikuttaa liittyvän enemmän hyväksytyä ja odotettua autoritaarisuutta kuin opettajuuteen. Valmentajalta kaivataan auktoriteettia, jotta voitaisiin kehittyä urheilussa. Varmaankin samanlaista autoritaarisuutta kaivataan opettajalta. Toivotaan, että opettaja mahdollistaisi työrauhan. Auktoriteetin odotus ja opettajien ihailu ei ehkä vain kuulu nykyajan koulupuheeseen siten kuin valmentajuuden odotukset kuuluvat urheilupuheeseen. Koulumenestys ei ole samoin arvostettua kavereiden keskuudessa kuin urheilumenestys.

Ovatko urheiluseuran harjoitukset autoritaarisuuden viimeinen linnake? Joissain tapauksissa ehkä ovat. Onko urheilu sitten jäljessä aikaansa vai onnistunut säilyttämään jotakin vastuullisesta aikuisuudesta muiden instituutioiden hukatessa jotain olennaista? Aineistossa valmentajaa saatetaan verrata vanhempaan. Toisaalta valmentajan merkitystä korostetaan kertomalla, että valmentajan kanssa voi keskustella sellaisistakin asioista, joista omien vanhempien kanssa ei voi keskustella. Valmentaja toimii nuorten vapaa-ajassa. Urheilijat yleensä harrastavat urheilua vapaaehtoisesti. Tämä tekee valmentajasta erilaisen auktoriteetin vanhempiin ja opettajiin nähden. Valmentaja ei edusta samanlaista auktoriteettia ja siten häntä vastaan ei käydä samanlaisia itsenäistymistäisteluja kuin vanhempia tai opettajia vastaan. Tosin joitain tällaisiakin kertomuksia aineistossa on. Valmentajista suurin osa on ollut ja joissain lajeissa on edelleen miehiä. Tämä voi osaltaan myös selittää valmentajuuden erilaista auktoriteettia naisvaltaiseen opettajuuteen nähden.

Missä menee raja sopivalle auktoriteetille? Loukkaako valmentajan auktoriteetti urheilijan itsemääräämisoikeutta? Itsemääräävä ihminen on itse omien valintojensa lähde. Tämä

edellyttää, että ihminen pystyy rationaalisesti arvioimaan omia valintojaan. Itsemääräävällä ihmisellä on aitoja valintoja. Olosuhteet ja toisten ihmisten teot eivät rajoita hänen tosiasiallisia valinnanmahdollisuuksiaan olemattomiin. Itsemääräämisoikeuden tarkoituksena on suojata tätä valinnanvapautta. Jonkun oikeudesta seuraa toisen velvollisuus. Itsemääräämisoikeudesta seuraa vaatimus, jonka mukaan muiden ihmisten on käyttäydyttävä yksilöä kohtaan tietyllä tavalla. (Lagerspetz 1993, 26-27.) Puolimatkan (1997,253) mukaan väite, että auktoriteetti loukkaa lasten luontaista vapautta, perustuu pakkovallan ja auktoriteetin käsitteiden sekoittamiseen. Oikeutettu auktoriteetti on rationaalisesti perusteltavissa, joten oppilaan on mahdollista ymmärtää sen mielekkyys. Lapsen on mahdollista ymmärtää, miksi on järkevää noudattaa auktoriteetin antamia ohjeita, vaikka olisikin niistä yksityiskohdissaan eri mieltä. Tällainen ymmärrykseen perustuva toiminta ei ole ristiriidassa lapsen vapauden kanssa.

Pakottamiseksi aineiston kertomuksista voi tulkita ne, joissa valmentajan vallankäyttö on kirjoittajan mielestä kohtuutonta ja diktatorista. Valmentaja ei kuuntele urheilijoita, häntä on ehdottomasti toteltava ja hänellä on valta rangaista jopa mielivaltaisesti. Tosin näissäkin tilanteissa urheilijalla on valinnan mahdollisuus. Valintavaihtoehtona on harrastuksen lopettaminen tai seuran vaihtaminen. Näin aineistossa on muutamalle kirjoittajalle tapahtunut. Puolimatkan mukaan siis pakkovalta loukkaa itsemääräämisoikeutta, mutta oikeutettu auktoriteetti ei. Oikeutettu auktoriteetti ei ole ongelmallinen, koska valmentaja auttaa onnistumaan siinä, mitä urheilija itsekkin haluaa? Valmentajan toiminnassa on varmasti paljon rajatapauksia, jolloin voi pohtia, onko urheilijalla itsemääräämisoikeutta. Urheilija ei välttämättä pääse osallistumaan häntä koskeviin päätöksiin, vaan hän on valmentajan päätöksenteon armoilla. Valmentaja arvioi hänen suorituskäytöksensä ja tekee sen mukaan ratkaisuja kuuntelematta ehkä lainkaan, mikä olisi urheilijan oma arvio. Tällainen tilanne syntyy esimerkiksi joukkuelajeissa, kun valmentaja tekee päätöksiä siitä ketkä pelaavat.

Ne tilanteet, joissa valta ei ole näkyvää, voivat olla ongelmallisia. Tällaisia ovat aineistossa kirjoitukset, joissa kerrotaan valmentajan ihailusta, kunnioituksesta ja ystävytydestä. Nämä tilanteet eivät ehkä täytä manipulaation kriteeriä. Manipulaation erityispiirre on, että vallankäytön kohde on tietämätön, että hän on vallankäytön kohteena tai ainakin hän on

tietämätön sen tavoitteista (Lagerspetz 1993, 34). Näissä tapauksissa valmentajakin voi olla tietämätön omaamastaan ja käyttämästään vallasta. Urheilijan ihailu saattaa imarrella tai olla kiusallista tai voi olla, että valmentaja on onnellisen tietämätön ihailusta. Näissä kaikissa tilanteissa valmentaja voi kokea valmennussuhteen tasa-arvoiseksi, eikä tiedosta sanomisiensa ja tekemisiensä vaikutuksia.

Urheilijat tuntuvat sietävän valmentajalta kaikenlaista. Urheilusuorituksen kehittymisen ja kilpailumenestyksen varjolla ollaan valmiita hyväksymään valmentajan muutoin tuomittava toiminta. Valmentajan on luvallista huutaa ja haukkua, koska silloin urheilijat ymmärtävät, että jotain on pielessä. Jos valmentajalla on huono päivä, syy löytyy urheilijoiden mukaan heistä itsestään. Jopa nöyryyttämistä ja nujertamista siedetään vuodesta toiseen. Valmentaja herättää pelkoa. Pelon aiheuttaa valmentajan arvaamaton toiminta, huutaminen ja ankaruus. Samat ominaisuudet herättivät pelkoa myös opettajamuistoissa (Kosonen 1998, 124-125). Näiden urheilijoiden täytyy todella rakastaa urheilua! Millä oikeudella valmentaja katsoo, että hän voi toimia näin? Koska ajattelen, että valmentajan valmentajaksi ryhtymisen lähtökohtana on (lähes) poikkeuksetta se, että hän haluaa olla hyvä valmentaja, niin syy tällaiseen toimintaan täytyy olla hyvän valmentajan mielikuva. Nämä valmentajat esittävät tehokasta ja menestyvää valmentajaa. Valmentajan mielikuva siirtyy perimätietona. Valmentaja valmentaa kuten häntä itseään on valmennettu ja näin perinteet siirtyvät valmentajapolvelta toiselle. Jokainen tietenkin poimii omista kokemuksista niitä, joita haluaa toteuttaa ja niitä, joita ei missään nimessä halua enää toistaa. Perimätietona tieto kuitenkin siirtyy helposti sellaisenaan, eikä sitä välttämättä kyseenalaisteta. Valmentajankin voi siis ajatella olevan manipuloinnin uhri. Tässä näen valmentajakoulutuksen merkityksen tärkeänä. Koulutuksessa on mielestäni erittäin tärkeää pyrkiä tekemään näkyväksi ja purkamaan hyvän valmentajan mielikuvia.

Valmentajan asiantuntemus

Valmennuskirjallisuudessa korostetaan valmentajan asiantuntemusta. Suomalaisessa valmennusopissa valmentajalta edellytetään jopa pettämätöntä ammattitaitoa (Kantola 1988, 225). Tutkimuksissa, joissa on selvitetty urheilijoiden odotuksia valmentajiltaan, valmentajan asiantuntemus on saanut suurimman äänivyöryn (Patriksson & Eriksson 1990; Tomlinson & Yorganci 1997). Valmentajan asiantuntemusta selvittäneiden tutkimusten mukaan valmentajan ammattitaitoon kuuluu keskeisesti harjoittelu- ja kilpailutilanteissa organisointi-, vuorovaikutustaidot ja taitojen opettamisen taidot. Valmennusprosessiin vaikuttavat valmentajan persoonallisuus, urheilijan persoonallisuus ja kehitystaso sekä erilaiset taustatekijät. (Cote ym. 1995.)

Myös tämän tutkimuksen tarinoissa valmentajalta odotetaan asiantuntemusta. Valmentajan asiantuntemus mahdollistaa urheilussa kehittymisen ja jopa huipulle pääsyn. Asiantuntemusta arvioidaan vertaamalla valmentajan tietämystä omiin tietoihin ja arvioimalla urheilijan omaa kehitystä. Asiantuntemuksella tarkoitetaan valmentajan tietämystä urheilulajista ja harjoittelusta yleisesti. Silloin, kun kirjoittaja on tyytyväinen valmentajan asiantuntemukseen, hän kertoo paitsi valmentajan tiedoista myös valmentajan kyvystä innostaa ja motivoida urheilijaa. Pelkkä asiantuntemus ei aineiston urheilijoille riitä, mikäli valmentajan sosiaaliset taidot ovat riittämättömät. Valmentajaa arvostetaan hänen asiantuntemuksensa perusteella, mutta hän aiheuttaa pettymyksen, jos hän ei osaa esittää asioitansa tai urheilija kokee tulleen huonosti kohdelluksi. Valmentajan kriteerit täyttyvät sillä, että valmentaja tietää mitä tekee ja hänellä on riittävät vuorovaikutustaidot.

Valmentajan kuuluu odotusten mukaisesti olla asiantuntija lajissaan ja urheilussa yleisesti. Menestyvä valmentaja oletetaan automaattisesti asiantuntijaksi, samoin pitkällisen valmentajauran tehnyttä valmentajaa pidetään asiantuntijana. Usein valmentajan oletetaan olevan asiantuntija heti – uransa alkutaipaleellakin. Riippumatta koulutuksestaan valmentaja kantaa asiantuntijan viittaa harteillaan. Valmentajan asiantuntemus voi olla todellista. Ihminen, joka harrastukseksensa tai työkseen ryhtyy valmentajaksi, täytyy olla suunnattoman innostunut asiastaan. Innostunut valmentaja todennäköisesti paneutuu tehtäväänsä opiskelemalla, pohtimalla ja keskustelemalla ja hänellä voi peruskoulutuksensa pohjalta olla erinomaiset valmiudet arvioida tietoa ja reflektoida omaa toimintaansa. Valmentaja saattaa

tuntea myös epävarmuutta oman asiantuntemuksensa suhteen. Tässä tapauksessa hän saattaa sen tunnustaa ja ottaa selvää asiasta tai ehkä luopua tehtävästään. Hän voi pyrkiä myös peittämään asiantuntemattomuuttaan. Syitä siihen voi olla monia: halu menestyä, kuulua joukkoon, status tai se, että valmentaja toteuttaa sellaista valmentajan roolia, jonka hän uskoo olevan oikeanlainen – hän esittää asiantuntijaa, koska hän ajattelee, että sellainen valmentajan kuuluu olla. Tällainen asiantuntemattomuuden peittäminen onnistuu esimerkiksi oman vallan korostamisella. Riittävän autoritaarisen rakenteen luominen estää epäilyjä valmentajan asiantuntemattomuudesta. Tämä voi näkyä esimerkiksi valmentajan jatkuvana karjumisena ottelutilanteessa. Hän haluaa karjumisella viestittää, että hän itse on selvästi parempi valmentaja kuin miltä urheilijoiden suoritukset näyttävät ja hän kyllä tietäisi miten tämä homma pitäisi hoitaa. Riittävän kova auktoriteetti estää myös tietojen kyseenalaistamisen. Se estää paljastamasta, ettei perusteita asioille olekaan tai että ne ovat vääriä tai yksipuolisia.

Valmentajan asiantuntemus mahdollistaa menestyksen ja huipulle pääsyn. Urheilijan menestys on myös valmentajan menestystä. Vuoden valmentaja on varmaankin poikkeuksetta menestyneimmän urheilijan valmentaja. Hyvä valmentaja menestyy ja vain menestyneet huomioidaan. Vain menestyneet tienaaivat leipänsä valmentamisella. Kun arvostamme vain menestystä, madallamme samalla kynnyistä menestystä hinnalla millä hyvänsä.

Valmentajan vaikutus ja merkitys urheilijalle

Valmentajalla on merkitystä urheiluosuorituksen kehittäjänä. Hän mahdollistaa kehittymisen ja huipulle pääsyn. Tähän vaikuttavat valmentajan asiantuntemus ja toimintatavat, joilla pystytään keskittymään urheiluun. Näitä toimintatapoja ovat esimerkiksi vaatiminen ja palautteen antaminen. Osalle urheilijoista valmentajan merkitys on nimenomaan urheiluosuorituksen kehittämisessä. He eivät välttämättä valmentajalta sen enempää odota. Mies- ja naisurheilijoiden kertomuksia, joissa keskitytään urheiluun, voisi tulkita siten, että he en-

sisijaisesti haluavat valmentajan olevan apuna urheilusuorituksen kehittämässä. Useimmissa kertomuksissa kuitenkin valmentajalta odotetaan enemmän.

Urheilijat kertovat valmentajalla olevan merkitystä kasvattajana. Usein kirjoituksissa mainitaan, että valmentaja on muuttanut kertojaa ihmisenä, auttanut kasvamaan ja että kirjoittaja ei olisi se ihminen, joka hän on, ilman valmentajaansa. Valmentaja on esimerkki ja hänelle voidaan antaa jopa vanhemman rooli; hän on minulle kuin vara isä tai toinen äiti. Tasaveroinen suhde, jollaiseksi tulkitseen ne kertomukset, joissa valmentajan kerrotaan olevan ystävän, koetaan jossain määrin ongelmalliseksi. Ongelmallista ystävyysuhteessa on valmentajan roolien muutokset. Harjoitustilanteissa valmentaja on jotain muuta kuin ystävä ja harjoitusten ulkopuolella on ystävyydellekin sijaa. Ongelmattomampaa olisi jos roolit eivät muuttuisi. Ystävyys sinällään koetaan hienoksi asiaksi, mutta harjoitustilanteessa valmentajan toivotaan olevan tai valmentajan kerrotaan olevan ylempänä hierarkiassa.

Valmentajan kanssa keskusteleminen korostuu kirjoituksissa. Keskustelu voi olla pieniä ja arkipäiväisiä asioita. Valmentaja kyselee kuulumisia ja siten osoittaa olevansa kiinnostunut urheilijasta. Valmentajan kanssa keskustellaan harjoittelusta ja kilpailuista ja erityisen merkityksellisiä ovat keskustelut urheilun ulkopuolisesta elämästä. Kirjoittajista on hienoa, että valmentajan kanssa voi keskustella ihan kaikesta.

Urheiluun on kautta aikojen liitetty kasvatustavoitteita. Se, mihin on haluttu kasvattaa, on muuttunut vuosikymmenten saatossa. Viime vuosisadan alkupuolella urheilu myönteiseksi koettuna liikkeenä liitettiin esimerkiksi sellaisiin aatteisiin kuin maanpuolustus, raittiusliike ja terveys (Pyykkönen & Vasara 1999). Nykyisin saattaa olla ennemminkin niin, että urheilun olemassaoloa perustellaan sen oletetuilla kasvatustaikutuksilla. Urheilun arvokkuus itsessään on useaan otteeseen kyseenalaistettu. Ennen aatteisiin tuotiin nostetta urheilun avulla, nyt urheilun kilpeä kiilloitetaan kasvatuksellisilla seikoilla. Aineiston urheilijat kertovat kasvaneensa, oppineensa, tulleensa kasvatetuiksi ja he usein odottavat, että valmentajalle on väliä, mitä he oppivat. Valmentaja on joissain tarinoissa hyvin vahva kasvattaja. Hän on aikuinen, auktoriteetti, hän vaatii ja näyttää mallia. Usein kirjoitetaan myös läheisestä kasvattajasta. Hän keskustelee, neuvoo ja välittää. Valmentajan huono esi-

merkki koetaan välinpitämättömyyden osoituksena. Valmentajan kasvattajuus korostuu aineistossa murrosiässä. Harrastuksen merkitystä painotetaan ehkä opitunkin mallin mukaan rokotusmallilla (Hoikkala 1993, 95). Hyvä harrastus pitää poissa pahanteosta ja valmentaja jaksaa sietää toilailuja.

Jyri Puhakainen (1995, 16) kritisoi väitöskirjassaan valmentajien ja tutkijoiden mekanistista valmennuksen lähtökohtaa pyrkii etsimään uutta valmennuksellista identiteettiä, joka ottaa vakavasti valmennuksen kokonaisvaltaisuuden ja ihmisen ainutkertaisuuden. Hänen lähtökohtanaan on Rauhalan holistinen ihmiskäsitys, jonka perusajatuksena on se, että ihminen voidaan ymmärtää kehollisuuden, tajunnallisuuden ja situationalisuuden muodostamaksi kokonaisuudeksi. Kehollisuus tarkoittaa ihmisen olemassaoloa orgaanisena tapahtumisena. Tajunnallisuus eli psyykkis-henkinen merkitsee ihmisen olemassaoloa kokemisen erilaisina laatuina ja asteina. Situationaalisuus eli elämäntilanteisuus tarkoittaa ihmisen olemassaoloa suhtautuneisuutena omaan elämäntilanteeseen. (Rauhala 1983,24-37.) Tästä lähtökohdasta Puhakainen kuvaa valmentajan tehtäviä seuraavasti: Valmentaja vaikuttaa urheilijaan kehon, situaation ja tajunnan kautta ja säätelee toimenpiteillään urheilijan elämän laatua.

Urheilijan kehon kanavan kautta vaikuttaessaan valmentajan on ymmärrettävä kehon kanavan kaksijakoinen luonne. Toinen on kehon elintoimintojen, aistien ja lihashermostojärjestelmän kyky vastaanottaa fyysinen harjoittelu ja siinä toteutettavan liikkeen ja toinen on urheilijan kyky myötäelää ja kuunnella kehoaan fyysisen rasituksen ja erilaisten liike- ja suorituskuvioiden aikana. (Puhakainen 1995, 124-125.)

Urheilijan tajunnan kanavan kautta tapahtuvalla vaikuttamisella tarkoitetaan sellaista toimintaa, missä valmentaja pyrkii elämysten tietä vaikuttamaan urheilijan psyykkis-henkiseen olemassaoloon. Valmentaja valistaa urheilijaa tiedoillaan, pyrkii urheilijan kanssa kokemukselliseen vuorovaikutukseen, suggeroi kilpailutilanteessa urheilijaan positiivisia tunteita, kokee urheilijan kanssa voiton iloja ja tappion kärsimyksiä ja pyrkii kehittämään urheilijan itseluottamusta. Nämä kaikki toimet ovat valmentajalta aina puuttumista

urheilijan kokemusten organisoitumisen kokonaisprosessiin, johon hän pyrkii tarkoituksellisesti vaikuttamaan. (Puhakainen 1995, 130-131.)

Urheilijan tilanteen tuettavana komponenttina valmentaja vaikuttaa monin tavoin. Hän toimii itse valmennuksellisen ihmissuhdetyön ja urheilulajinsa erityistietämyksen osaavana ammattiesimerkkinä, joka esimerkiksi näyttää urheilijalle ihmisenä olemisen, ihmistyön, valmentamisen ja urheilun perusarvoja ja -vaatimuksia. Samalla hän antaa toiminnallaan ja mielipiteillään sitä tosiasia-ainesta, jonka varassa urheilija jäsentää ja kehittää minäkuvaansa urheilijana ja ihmisenä. Hän suunnittelee ja toteuttaa erilaisia harjoitussituaatioita, joissa urheilija voi kehittää niitä ominaisuuksia, jotka ovat keskeisiä juuri tämän urheilijan lajissa ja sen jossakin erityisosaamista vaativissa suorituksissa. Hän osallistuu sen tunneilmaston luomiseen, joka tunnekylmänä tai perusturvallisena on vaikuttavana tekijänä yksittäisen urheilijan suorituksissa ja joukkueurheilussa koko joukkueen ilmapiirin rakentumisessa. (Puhakainen 1995, 158-159.)

Lombardo esittää teoksessaan *Humanistic Coach* autoritaarisen, kilpaurheilun lähtökohdistaa ja organisaatioiden asettamien tavoitteiden perustalle rakennetun valmentajuuden tilalle kokonaisvaltaista humanistista valmentajuutta. Siinä painotetaan ihmisen valinnan vapautta ja ihmisarvoa. Pääajatus on siirtyminen tottelevaisuuden kulttuurista luovuuden ja avoimuuden kulttuuriin. Lombardon mukaan tämä vapauttaisi valmentajan olemaan oma itsensä, eikä hänen tarvitsisi toimia valmentajan roolin mukaan. Valmentajan ei myöskään täytyisi enää olla ylimmäinen tiedon haltija, vaan hänen roolinsa olisi ennemmin auttaja ja fasilitaattori. Koska valmentajan rooli muuttuisi urheilijan kasvun auttajaksi, hänen toimintaansa ei enää arvioitaisi pelkän voitto-tappio suhteen perusteella. Urheilijalle urheilijakeskeinen valmennuskulttuuri merkitsisi itseensä tutustumista ja oman potentiaalinsa mukaisen suorituksen saavuttamista myös muilla elämän alueilla. Urheilijan ei tarvitsisi yrittää miellyttää valmentajaa, vaan hän toimisi sisäisen motivaationsa mukaan. (Lombardo, 1987, 3-34.)

Puhakainen haluaa laajentaa valmentajan näkemystä kehollisuudesta muihin osa-alueisiin. Mielestäni aineiston kertomuksissa kuvataan paljon valmentajan toimintaa siten, että val-

mentaja tuntuu täyttävän Puhakaisen kuvaaman kokonaisvaltaisen valmennuksen kriteerit. Puhakaisen ja Lombardon kuvaamista ongelmistakin aineistossa kirjoitetaan. Näiden ”perinteisten” valmentajatyyppeiden toiminnan taustalla on Lombardon mielestä kysymys roolista ja valmentaja pitäisi vapauttaa olemaan oma itsensä. Myös Smoll & Smith (1989) kuvaavat valmentajan omaksumien roolien vaikuttavan valmentajan toimintaan. Lombardo kuvaa tätä vapautumista aika yksinkertaiseksi prosessiksi. Omaksumalla humanistisen näkemyksen valmentaja vapautuu aikaisemmasta roolistaan. Mielestäni roolista vapautuminen ei ole kovin helppoa. Valmentajan roolit istuvat syvällä lajien perinteissä ja alakulttuurissa. Vaatii valmentajalta aika hyvää itsetuntoa ja itsearviointia pystyäkseen poikkeamaan lajinsa alakulttuurin valtavirrasta.

Puhakaisen määritelmän kokonaisvaltaisesta valmentamisesta voisi äärimmillään ymmärtää siten, että toimintaa kuvataan kovin yksisuuntaisena valmentajalta urheilijalle päin. ”Valmentaja vaikuttaa urheilijaan kehon, tilanteen ja tajunnan kautta ja säätelee toimenpiteillään urheilijan elämän laatua.” Valmentajan ja urheilijan välinen vuorovaikutus ei tässä määritelmässä tule esiin toisin kuin tämän tutkimuksen aineistossa. Tiihonen (2002, 397-399) arvioi urheilijakeskeisyyden tulleen väärinymmärretyksi siten, että valmentaja saattaa väärinymmärretyssä urheilijakeskeisyydessä jäädä statistiseksi sivustakatsojaksi. Myös kokonaisvaltaisuuden käsitteessä on väärinymmärretyksen riskinsä. Urheilija saattaa tulla tahtomattaan haltuun otetuksi täysin ja kokonaan. Urheilijan elämää järjestellään siten, että hän pystyy keskittymään urheiluun. Hänen asioistaan pidetään huolta. Tämä hyvää tarkoittava urheilijan kokonaisvaltainen haltuunotto voi pahimmillaan olla uudenlainen totalitaarinen systeemi.

Onko sukupuolella väliä?

Urheilu on perinteisesti maskuliininen maailma, jossa naisten osallistumista on vuosikymmenten aikana pikkuhiljaa laajennettu. Urheilusuoritusten arviointi tapahtuu miesten saavuttamien tulosten perusteella ja nainen voi parhaimmillaan yltyä arviointiin ”ihan hyvä

naiseksi” (vrt. Tiihonen 2001). Aineiston kertomuksissa mielenkiintoista on se, miten eri tavoin kuvataan mies- ja naisvalmentajien luonteenpiirteitä. Miesvalmentajia aineistossa on enemmän ja osittain siitä syystä myös erilaisia valmentajarepresentaatioita on enemmän. Naisvalmentajista löytyy kahdenlaisia kuvauksia. Naisvalmentajat ovat tehokkaita ja iloisia Maija Poppasia tai pelottavia ja ankaria aikuisia, jotka muuttuvat valmennussuhteen edetessä. Tulkitsen Maija Poppas- imagoa siten, että naisvalmentajat ehkä edelleenkin elävät urheilussa pätevyyden todistamisen velvoitteen alla. Olemalla tehokkaan oloinen, energinen ja reipas naisvalmentaja pyrkii täyttämään hyvän valmentajan kriteereitä ja siten ehkä todistamaan pätevyyttään. Miesvalmentajilla tuntuu olevan enemmän mahdollisuuksia ja liikkumavaraa valmentajan roolissa. Mies saattaa olla herkkä, ujo ja hiljainenkin. Onko naisvalmentajien Maija Poppas-imago yritys täyttää maskuliinisen urheilumaailman kriteerit vai onko se, että nais- ja miesvalmentajia kuvataan eri tavoin osoitus tasa-arvon edistymisestä? Onko se osoitus siitä, että naisilla on todellakin tilaa olla erilaisia kuin miehet urheilun maailmassa? Naisvalmentajat tässä aineistossa edustavat pääasiassa taitoteholajeja kuten voimistelu, yleisurheilu ja taitoluistelu. Voi olla, että Maija Poppas-imago on tyypillinen erityisesti naisvaltaisissa lajeissa kuten joukkuevoimistelu ja taitoluistelu. Tosin tässä aineistossa Maija löytyy myös palloilulajeista. Ehkä Maija Poppanen kertoo näiden lajien alakulttuurista. Se on myönteisen tuntuinen tapa olla tehokas.

Miesvalmentajien pätevyyttä kirjoituksissa arvioidaan vähän useammin kuin naisvalmentajien. Myös miesvalmentajan omasta urheilu-urasta kerrotaan ja vastaavasti naisvalmentajien urheilu-uraa ei mainita kertaakaan. Useimmiten valmentajien kuvataan olevan omistautuneita. Naisvalmentajien kohdalla omistautumisen puutetta ei mainita kertaakaan, miesvalmentajista kerrotaan muutamaan kertaan, että he ovat myöhässä tai heillä ei ole tarpeeksi aikaa urheilijalle. Valmentajaa kuvailtaessa miesvalmentajaa innostutaan kuvailemaan, mikäli hänen olemuksensa ei ole kirjoittajan mielestä urheilullinen. Naisvalmentajan olemuksesta taas kuvataan hänen erityisen naisellisia piirteitään, joita ei ilmeisesti myös pidetä urheilullisina piirteinä. Naisellisuus tai epämiehekkyyys ei kuulu urheilukentälle (Tiihonen 2002,255). Naisurheilijoille naisellisuus on jo sallittua, mutta naisvalmentajien kohdalla tilanne ei ehkä ole sama. Naisvalmentajia kuvattaessa ei käytetä negatiivisia ilmauksia. Naista valmentajana ei siis kuvata urheilijana eikä naisvalmentajista innostuta kerto-

maan samanlaisia negatiivisia kuvauksia kuin miesvalmentajista. Naisvalmentajat ovat tehtävälleen omistautuneita eikä heidän pätevyyttään ilmeisesti ole syytä arvioida tai kyseenalaistaa. Innasen (2001, 132) työssä lukiolaiset kirjoittivat isistään ja äideistään. Äideistä kirjoitettiin kauniisti ja ymmärtäväisesti ja isäkirjoituksissa ruodittiin armotta isän onnistumisia ja epäonnistumisia. Samoin Korhosen (1994, 116-118) tutkimuksessa keskiikäiset naiset kirjoittivat isistään kielteisemmin kuin äideistään. Naisopettajista kuitenkin Kososen (1998) tutkimuksesta löytyy hyvinkin värikkäitä negatiivisia kuvauksia. Se, että naisvalmentajista ei kerrota kovin negatiivisesti, voisi kertoa naisvalmentajan ja urheilijan läheisestä suhteesta. Ehkä nainen valmentajana usein ottaa empaattisen ja äidillisen otteen urheilijoihinsa.

Ihmissuhde

Valmentajan ja urheilijan välistä ihmissuhdetta on aineistossa kuvattu ja olen tulkinnut siitä monenlaisia sävyjä ja tasoja. Olen kuvannut, miten aineistossa määritetään läheistä ihmissuhdetta, miten suhde kehittyy ja millaiset asiat aiheuttavat pettymyksiä. Joissain tapauksissa ihmissuhteesta ei ole kerrottu tai mitään erityistä ihmissuhdetta valmentajaan ei ehkä kaivata. Valmentajan vallankäyttö kuvaa myös ihmissuhteen luonnetta ja valmentajan rooli kasvattajana on omanlaisensa suhde. Yritän päästä valmennussuhteen tasoihin sekä urheilijan odotuksiin ja tarpeisiin vähän syvemmälle tulkitsemalla valmennussuhdetta Josselsonin (1996) psykologisen teorian mukaan. Olen hieman vierailta vesillä psykologian parissa ja yritän liikkua varovasti. Käsittelen Josselsonin luokituksista tässä kiinnipitämistä, kiinnittymistä, peiliefektiä, ihannointia, yhteenkuuluvuutta sekä juurtumista.

Kiinnipitäminen (holding) on Josselsonin mukaan ensimmäinen ihmissuhdekokemus ja se edustaa turvallisuutta ja luottamusta. Kiinnipitäminen on tuntemuksena kannattelua. Voimakkaat käsivarret estävät putoamasta. Se rajaa turvallisen elinympäristön. Iän myötä laajennamme rajoja, mutta aikuisenakin, varsinkin vaikeuksissa, tarvitsemme kiinnipitämistä. Kiinnipitämiseen liittyy läsnäolo. Turvallinen ihminen on varmasti läsnä aina tar-

vittaessa. Tämä perusturvallisuuden tunne antaa hyväksytyksi tulemisen tunteen. Kiinnipitävä opettaja antaa tilaa tutkia, erehtyä ja olla tietämätön. (Josselson 1996, 6, 29-43.) Tällainen turvallisen aikuisen odotus liittyy myös valmentajakokemuksiin. Auktoriteettiodotusta voisi tulkita turvallisuuden toiveena. Ne kirjoittajat, jotka odottavat valmentajalta auktoriteettia, ehkä odottavat turvallisia toiminnan rajoja. Epävarmuutta tuo liiallinen autoritaarisuus, joka tappaa luovuuden ja tuo epäonnistumisen pelon. Läsnäolosta ja turvallisuudesta kerrotaan ihan konkreettisesti. Kun valmentaja seiso i kaarella, olo oli turvallinen, koska hän oli paikalla ja auttoi onnistumaan. Hän ikään kuin pitää kiinni ja rajaa epäonnistumisen peikon käsivarsiensa ulkopuolelle. Valmentajan saavutettavissa oleminen on tärkeää. Hänelle voi soittaa ilman asiaakin ja hänen läsnäoloonsa voi luottaa, tapahtui mitä tahansa.

Kiinnittyminen (attachment) on kiinnipitämistä toisesta. Kun kiinnipitämisen vastakohta on putoaminen, on kiinnittymisen vatsakohtana yksinäisyys. Kiinnittyminen on tunne kuulumisesta jollekin tai kuulumisesta yhteen. Kun kiinnipitämiseen tarvitsemme itseämme vahvemman, voimme kiinnittyä myös itseämme heikompaan. Riittää, että kiinnittymisen kohde reagoi. Reaktio itsessään tuntuu olevan tärkeämpi kuin reaktion luonne. Jopa negatiivinen reaktio on toivottavampaa kuin reagoimatta jättäminen. (Josselson 1996, 44-69.) Kiinnittymisestä tässä aineistossa kertovat kuvaukset, joissa kirjoittajan omaa suhdetta valmentajaan korostetaan. Valmentajan ystävyys juuri minun kanssani on merkityksellistä ja se, että valmentaja kuuntelee juuri minun mielipiteitä, nostaa asemaani ryhmän sisällä. Urheiluharrastuksessa kiinnittyminen joukkuekavereihin on merkityksellistä. Harrastusmotiiveissa ryhmään kuuluminen on tärkeää (Wrisberg 1996) ja urheilukaverit ovat merkittäviä sosiaalisia vaikuttajia (Patriksson & Eriksson 1990). Vaativan valmentajan toive voi olla tulkittavissa kiinnittymisen tarpeena. Vaatiminen on välittämisen osoitus. Kun valmentaja vaatii urheilijalta parempia suorituksia, hän reagoi urheilijan tekemisiin, ja siten osoittaa, ettei hänelle ole ihan sama, mitä teet ja kuka olet.

Peiliefekti (eye-to-eye validation) auttaa tunnistamaan merkityksemme toiselle. Seuraamme, mitä tuntemuksia olemassaolomme ja tekemme aiheuttaa toiselle. Me arvostamme itseämme sen mukaan, kuinka paljon uskomme merkitsevämme jollekulle muulle. Lapselle

olemassaolon merkitys on hänen merkityksensä vanhemmalle. Empaattinen reagointi on merkityksellistä oman itsen rakentumiselle. Tarvitsemme itsemme tunnistamiseen toisten toimimista peileinä. (Josselson 1996 98-126.) Valmentajan silmäniskun kuvataan tuovan elämää suuremman fiiliksen. Urheilija on saanut kokea itsensä arvokkaaksi. Valmentaja on lohduttanut tappion hetkellä ja riemuinnut voitosta urheilijan kanssa. Hän on pukeutunut parhaimpiinsa ottelumatkalle ja pitänyt yhteyttä urheilu-uran päättymisen jälkeenkin. Urheilija on kokenut olevansa valmentajalle tärkeä, ei vain urheilijana vaan ihan omana itsenään. Kannustuksen puute on jättänyt yksin. Ei ole merkitystä sillä, mitä urheilija tekee. Samoin puhumaton hiljaisuus, tappion käsittelemättä jättäminen tai riidan painaminen vilkaisella jättää epävarmuuden tunteen.

Ihannoiminen on sisäinen prosessi, joka vetää meitä muita kohti voidaksemme omia heidät tai heidän ominaisuutensa. Se alkaa huomattuaamme, että toisilla on ominaisuuksia ja kykyjä, jotka ovat erilaisia kuin omamme. Kun ihannoimme muita, me sijoitamme heihin ominaisuuksia, joita toivomme itsellemme. Yritämme kasvaa ihailun kohteen kaltaiseksi. Lapset ihannoivat vanhempiaan. Iän myötä vanhempien ihailu vähitellen vaihtaa kohdetta. Myös vastakkainen reaktio on tyypillinen, kun vertaamme itseämme muihin. On henkilöitä joiden kaltaisiksi emme halua tulla. (Josselson 1996, 127-147.) Aineistossa on esimerkkejä sekä ihailusta että vastakkaisesta reaktiosta. Lapsuudesta kertovat ihailutarinat kertovat kertakaikkisesta ihailusta. Valmentaja oli täydellinen ja siinä hehkussa oli mukava paistatella. Aikuisuuden ihailu kohdistuu valmentajan asiantuntemukseen, jota ei kyseenalaisteta. Se voi kohdistua myös valmentajan ehkä kyseenalaiseen toimintaan, joka oikeutetaan hyvän urheilutuloksen vuoksi. Muutama kertoo myös oppineensa valmentajaltaan ainakin sen, ettei kirjoittajasta itsestään tule samanlaista valmentajaa. Valmentajaan kohdistuu ihanneihmisen odotuksia, jotka kertovat tarpeesta nostaa valmentajaa jalustalle. Mitä ihailtavampi valmentaja, sitä enemmän itsellä on mahdollista kasvaa.

Yhteenkuuluvuus (mutuality and resonance) on molempien osapuolien tunnetta yhteensovittavuudesta. Se on yhdessä oleilua, tarinointia, jakamista ja yhteistyötä. Yhteenkuuluvuutta voi olla monen tasoista. Joka tapauksessa se antaa voimaa, pystymme enempään kuin yksin. (Josselson 1996, 148-177.) Yhteenkuuluvuus on kumppanuutta, ystävyyttä ja yh-

dessä viihtymistä. Tällaista todellista kumppanuutta aineistossa kuvataan hyvin vähän. Siellä kerrotaan tarinoinnista ja yhdessä olosta nuotiolla sekä suhteen kasvamisesta läheiseksi ja hienoksi jutuksi.. Näissä varmankin on kyse kumppanuudesta. Useimmiten kuitenkin kirjoittajat kuvaavat jonkinlaista hierarkiaa. Valmentaja on aikuisempi, kokeneempi ja ylempänä. Kumppanuuden eleitä arvostetaan. Valmentaja tulee viettämään vapaa-aikaa yhdessä, pyytää oluelle ja kertoo omista asioistaan. Yhteenkuuluvuus kuvaa aikuisen urheilijan suhdetta valmentajaan, jonka rooli on muuttunut harjoitusten suunnittelijasta ja vetäjästä keskustelukumppaniksi. Urheilijan oma vastuu harjoittelusta on suuri ja valmentaja on apuna ja läsnä tarvittaessa.

Juurtuminen (embeddedness) on tunne ryhmään tai yhteisöön kuulumisesta. Se on tunnetta oikean paikan löytymisestä. Se antaa kehykset, jotka antavat muodon itseydelle ja kontekstin, jossa määrittelemme itsemme. Juurtuminen sosiaaliseen verkostoon on tunnetta mukana olemisesta, ominaisuuksien jakamista ja itsensä likoon laittamista yhteisyyden hyväksi. Voidakseen juurtua täytyy oppia yleiset tavat. Mukautamme käytöksemme ryhmän tapoihin. Ryhmään kuulumattomuuden vaarana on eristäytyminen ja hyljeksintä. Ryhmän toiminnassa on aina jännite yksilöllisyyden ja yhteisöllisyyden välillä. Ryhmään kuulumisen edellyttää ryhmään mukautumista. Liika yksilöllisyys voi katkaista siteet ryhmään. (Josselson 1996, 178-195.) Joissakin kirjoituksissa kuvataan uuteen joukkueeseen liittymistä. Uusi jäsen kuvaa olleensa pienempi kuin muut, tasoltaan huonompi, fyysisesti heikompi tai jotain muuta, mikä heikensi hänen lähtökohtiaan joukkueeseen hyväksymiseen. Valmentajan kuvataan olleen apuna tässä liittymisessä. Hän otti siipiensä suojaan, opetti, antoi peliaikaa ja auttoi. Ryhmään kuulumisen tärkeyttä voi tulkita myös niistä tarinoista, joissa kirjoittaja kokee, ettei hänen mielipiteensä paina ryhmän sisällä. Kuulematta jääminen tuo eristäytymisen tunteen. Myös valmentajaa saatetaan kuvata joukkueen ulkopuolisenä, ryhmään kuulumattomana. Valmentajalla on eri tavoitteet kuin joukkueella tai valmentaja osoittautuu joukkueen viholliseksi. Joukkueen sisällä kerrotaan myös syntyvän toimintakäytäntöjä. Joukkue lepsuilee, pinnaa tai ryhtyy rakkaritiimiksi siksi, ettei valmentaja tuo kuria mukanaan. Vaativa valmentaja muuttaa joukkueen toimintaa, jolloin niistä, jotka eivät halua harjoitella uuden normin mukaan, tulee ryhmän ulkopuolisia. Kirjoituksia voi tulkita myös niin, että juurtuminen urheilun maailmaan edellyttää tiettyjen

toimintamallien ja tietynlaisen puheen omaksumista. Ollaksesi kunnan urheilija, täytyy omaksua esimerkiksi kovan harjoittelun ihanne. Silloin valmentajan odotetaan olevan vaativan ja autoritaarisen ja silloin kuuluu puhua verestä, hiestä ja kyyneleistä.

Valtavat odotukset

Aineiston kirjoituksissa valmentajilta odotetaan paljon. Useimmiten valmentajan erinomaista suoriutumista harjoitus- ja kilpailutilanteiden ohjaamisessa pidetään itsestäänselvyytenä. Myös ohjaustilanteiden ulkopuolella valmentajaan kohdistuu suuria odotuksia. Näitä odotuksia täyttämällä valmentaja lunastaa ”enemmän kuin pelkkä valmentaja” - odotuksia. Valmentajan inhimillisyyttä ja erehtyväisyyttä kohtaan ei kovin paljon tunneta ymmärrystä. Valmentaja, joka ei pysty täyttämään kirjoittajan odotuksia, aiheuttaa pettymyksen. Valmentajan inhimillisyyden saa sympatiaa tilanteissa, joissa valmentaja vaikeuksistaan huolimatta jaksaa hoitaa hommansa kunnialla. Valmentajan tehtävien vaikeutta ymmärretään myös toteamalla, ettei ole helppoa olla valmentaja tai siten, että urheilija ymmärtää myös omien toimiensa vaikutuksia valmentajaan.

”Pelkän valmentajan” kriteerit valmentaja täyttää hoitamalla hommansa. ”Pelkkä valmentaja” tekee valmennustyönsä. Urheilija arvostaa hänen asiantuntemustaan, sillä urheilijan arvion mukaan valmentajan asiantuntemus ylittää hänen oman asiantuntemuksensa. Valmentaja on vaativa ja siten auttaa urheilijaa keskittymään harjoitteluun. Valmentaja käyttää auktoriteettiaan siten, että pysytään asiassa – urheilussa. Valmentajan vuorovaikutustaidot harjoitus- ja kilpailutilanteessa ovat riittävät. Valmentaja antaa palautetta ja valmentajan ja urheilijan välillä on urheiluun liittyvä keskusteluyhteys.

” Enemmän kuin pelkkä valmentaja” on jotain erityistä. *Hän oli valmis olemaan meille pienille luistelijatytöille muutakin kuin valmentaja. Valmentajani seurassa oli mukava olla, enkä koskaan ole ajatellut häntä pelkkänä valmentajana. Hän oli aina myös aidosti*

kiinnostunut kuulumisistamme jne. (209, nainen, taitoluistelu) Erityiseksi hänet tekee hyvä keskusteluyhteys ja läheinen ihmissuhde urheilijan kanssa. Valmentajalla on aikaa ja halua keskustella urheilijan kanssa myös urheilun ulkopuolisista asioista. Urheilija kokee valmentajan merkityksen suurena myös urheilun ulkopuolisilla elämänalueilla. Millainen olisi valmentaja, joka täyttäisi kaikki odotukset? Jos tarinoista kiteyttää koosteen urheilijoiden suurimmista odotuksista ja asioista, joita he arvostavat valmentajissaan, ihannevalmentaja olisi seuraavanlainen: Urheilija voisi olla ylpeä valmentajastaan. Olemukseltaan valmentaja olisi urheilullinen eli reipas, hoikka, siisti ja raitis. Hän ottaisi urheilijan siipiensä suojaan ja urheilija kokisi, että valmentaja hyväksyy hänet ja hänen tavoitteensa. Valmentaja olisi suuri asiantuntija. Hän tietäisi kaiken tietämisen arvoisen urheilusta ja harjoittelusta. Hänellä olisi myös elämäkokemusta ja siten hän osaisi neuvoa elämän ongelmatilanteissa. Hän olisi haaveiden toteuttaja ja ihmeidentekijä. Hänen avullaan urheilija ylittäisi päiväuniensa urheilusaavutuksiin. Valmentaja omistautuisi urheilulle. Hän suunnittelisi harjoitukset huolella, olisi aina paikalla, käyttäisi paljon aikaa urheilijan kanssa ja olisi aina saavutettavissa. Hänelle voisi soittaa milloin tahansa ja hänellä olisi aina aikaa keskustella. Hän tekisi paljon työtä, muttei olisi koskaan kiireinen. Hyvä valmentaja olisi vaativa, mutta samalla herkkä aistimaan urheilijan mielentiloja. Valmentajalla ja urheilijalla olisi läheinen ihmissuhde. Valmentaja tuntisi urheilijansa ja olisi kiinnostunut tämän asioista. He keskustelisivat paljon kaikenlaisista asioista ja valmentajalle olisi helppo puhua. Hän olisi viisas kasvattaja. Hän osaisi kannustaa ja antaa palautetta urheilijan toivomalla tavalla.

Valmentajan kriteereitä ei täytä valmentaja, joka aiheuttaa urheilijalle pettymyksen. Pettymyksen valmentaja voi aiheuttaa asiantuntemattomuudellaan. Urheilija arvioi itsensä valmentajaansa paremmaksi asiantuntijaksi. Valmentajan heikot ihmissuhdetaidot aiheuttavat myös pettymyksen. Valmentajalle ei voi puhua ja hän ei kestä kritiikkiä. Urheilija kokee, ettei valmentaja arvosta urheilijaa, tai urheilija pelkää valmentajaansa. Pelon voi aiheuttaa huutaminen, liika tiukkuus ja ehdottomuus. Urheilija kokee, ettei valmentaja välitä hänestä, mikäli valmentaja ei tunnu paneutuvan tehtäväänsä tai ei kannusta. Valmentajan toiminta saattaa myös hävettää urheilijaa. Valmentaja toimii epäreilusti, käyttäytyy

huonosti, nolaa ja nujertaa urheilijansa tai käyttää alkoholia urheilijan mielestä sopimattomasti.

Yllättävää on se ehdottomuus, millä valmentajien hyvistä ja huonoista puolista kerrotaan. Joukossa on toki kertomuksia, joissa ”pelkkä valmentaja” tuntuu riittävän. Osa urheilijoista ei kaipaa valmentajalta sen enempää kuin urheiluun ja harjoitteluun liittyvää apua. Useimmiten kuitenkin valmentajaan kohdistuvat odotukset ovat valtavia. Toisaalta aineistossa kerrotaan usein pienistä, arkipäiväisistä asioista. Valmentaja kyselee kuulumisia, hymyilee kannustavasti tai vaihtaa vaatteet samassa pukukopissa. Onko hyvä valmentajuus loppujen lopuksi pienien asioiden summa? Innanen (2001, 151) esittää tutkimuksessaan lasten ja vanhempien suhteesta, että myös nuoren ja valmentajan välisessä suhteessa kiireetön läsnäolo olisi tärkeää ja merkityksellistä. Tämän tutkimuksen aineistossa ei samanlaista kiireettömän tekemättömyyden ilmapiiriä löytynyt kuin Innasen aineistossa lasten ja vanhempien suhteista, mutta ehkä jotain samaa kertovat kuvaukset näennäisen pienistä, ulkopuolisen mielestä triviaaleista tapahtumista. Valmentaja voi hyvinkin pienillä asioilla osoittaa välittämistään ja luoda keskinäisen arvostuksen ilmapiiriä. Joissakin tapauksissa valmentaja saattaa olla ainoa ihminen, joka on huomannut osoittaa kiinnostuksensa siitä, mitä nuorelle kuuluu.

Olisiko valmentajaa syytä hieman armahtaa?

Valmentajaan kohdistuu valtavia odotuksia. Valmennuskirjallisuudessa valmentajalta vaaditaan lähes mahdottomia asiantuntemuksen suhteen ja aineiston kirjoituksista tulkittavat odotukset kertovat vähintään ihmeestä. Tässä työssä en ole lainkaan käsitellyt muualta tulleita odotuksia. Myös vanhemmat, yleisö, seuran johto, urheilujärjestöt ja valmentaja itse asettavat odotuksia. Pitää pystyä enempään ja parempaan. Kuka enää uskaltaa valmentaa? Valmentajaparka taitaa kuristua paineiden alle.

Valmentajaan kohdistuvat odotukset rakentavat kuvaa hyvästä valmentajuudesta. Valmentajan yritykset täyttää nuo odotukset voivat johtaa ojasta allikkoon. Esittämällä hyvää valmentajaa valmentaja hukkaa itsensä ja oman harkintansa ja saattaa katsoa oikeudekseen tehdä lähes mitä tahansa. Lombardon (1987) mukaan humanistinen lähestymistapa auttaa valmentajaa riisumaan valmentajan roolin ja olemaan oma itsensä. Roolia on vaikea riisua näkemättä sitä. Mielestäni ainoa tapa auttaa valmentajia kehittämään itseään on hieman armahtaa heitä. Valmentajakin on ihminen, joka voi erehtyä ja epäonnistua. Purkamalla valmentajuutta ja valmentajuuden myyttejä on ehkä mahdollista tehdä tilaa valmentajille olla oma itsensä. Yksi valmentajakoulutuksen haasteista on tehdä näkyväksi erilaisia valmentajan stereotyyppioita ja laajentaa variaatioita hyvästä valmentajasta. On tehtävä mahdolliseksi olla oma itsensä: mahdollisesti hiljainen, mahdollisesti väärässä ja mahdollisesti epäonnistua – ja silti olla hyvä valmentaja.

Valmentamisessa korostetaan urheilijakeskeisyyttä. Valmentajan pitää tuntea urheilija ja harjoitteluohjelmat pitää rakentaa urheilijan lähtökohdista käsin. Samoin pitäisi olla valmentajakoulutuksen laita. Jokainen koulutukseen tuleva valmentaja on erilainen. Siinä tapauksessa pitää hyväksyä paitsi erilaisia tapoja oppia niin myös erilaisia tapoja valmentaa ja olla hyvä valmentaja. Onko hyvä valmentaja nykykäsityksen mukaan humanistisesta ihmiskäsityksestä lähtevä, kokonaisvaltaista valmentajuutta toteuttava, tehtäväkeskeisen ilmapiirin rakentava, konstruktivistista oppimismenetelmää soveltava demokraatti? Vai onko niin, että hyvin (tai huonosti) voi valmentaa, oli aate tai ajatus toiminnan takana lähes mikä tahansa? Riski toimia huonosti tai pahoin on suuri silloin, kun valmentaja hukkaa itsensä ja yrittää toimia jonkun mielikuvan mukaan, jonka perusteita hän ei ymmärrä eikä huomaa. Valmentajan koulutus pitäisi rakentua valmentajan omista lähtökohdista ja hänen yksilöllisistä ominaisuuksistaan. Valmentajakoulutuksissa suurin osa valmentajista on aktiivivalmentajia. Koulutuksen sisällöissä olisi mielestäni tarpeen painottaa valmentajan ja urheilijan yhteistä oppimista. Tehtävät, joissa valmentajan ja urheilijan täytyy yhdessä keskustellen ja tietoa etsien ratkaista tehtävä, kehittäisivät myös valmentajan ja urheilijan välistä keskusteluyhteyttä. Se ehkä tekisi mahdolliseksi ainakin hiukan löysätä valmentajan asiantuntijan viittaa.

Valmentajuus

Valmentajan määritelmät valmennuskirjallisuudessa määrittelevät valmentajan toiminnan ja valmentajan taidot harjoitus- ja kilpailutilanteesta käsin urheilijan suorituskyvyn kannalta. Valmentajan toimintaa kuvataan pääasiassa yksisuuntaisena viestintänä valmentajalta urheilijaan päin. Silti valmentaja on sivustakatsoja. Urheilusuoritus on urheilijan suoritus ja valmentajan tehtäväksi kuvataan urheilijan auttaminen urheilusuorituksen kehittämisessä. Tämän tutkimuksen aineistossa vuorovaikutus valmentajan ja urheilijan välillä on korostunut. Vuorovaikutuksesta kerrottaessa erityisesti keskustelut valmentajan kanssa ovat urheilijoista tärkeitä. Kuulluksi tuleminen on merkityksellistä. Vaikka useat urheilijat odottavat valmentajalta auktoriteettia, he eivät halua valmentajan olevan yksinvaltias. Haluan siirtää valmentajan sivustakatsojasta tekijäksi ja korostaa valmentajan ja urheilijan yhteistä tekemistä.

- Valmentajuus on valmentajan ja urheilijan välistä yhteistyötä.

Heillä on yhteinen tavoite. Urheiluharrastus ei ole vain urheilijan harrastus, urheilusuoritus ei ole vain urheilijan ”juttu” eikä menestys vain urheilijan menestystä. Kummankin urheiluharrastuksen (tai työn) lähtökohtana on omat sisäiset motiivit. Näin valmentaja ei ole urheilijan kontrolloija, rankaisija ja palkitsija eikä valmentajan roolina ole toisten puolesta uhrautuminen.

Aineistossa kuvataan valmentajan ja urheilijan välistä ihmissuhdetta eri tavoin. Urheilija voi tarvita läheistä valmennussuhdetta aikuisen kanssa, ystäväyteen perustuvaa valmennussuhdetta tai etäisempää suhdetta valmentajaan, joka suunnittelee ja ohjaa urheilijan harjoitukset. Aikaisemmissa tutkimuksissa on myös todettu urheilijoiden odotusten valmentajiansa kohtaan olevan erilaisia. Myös valmentajan lähtökohdat valmentamistyölle voivat olla hyvin erilaiset. Haluan korostaa, että on monenlaisia hyviä valmennussuhteita.

- Valmentajan ja urheilijan välinen ihmissuhde perustuu toistensa tuntemiseen.

Jokainen urheilija ja jokainen valmentaja on persoonallisuus. Näin ihmissuhteella on erilaisia piirteitä, sävyjä ja tasoja. Kummallakin on oikeus olla oma itsensä ja valmennussuhteen luonne rakentuu kummankin lähtökohdista. Valmennussuhteessa tärkeää on toimiva keskusteluyhteys. Valmentaja ja urheilija keskustelevat oppiakseen tuntemaan toisensa. Keskustelun avulla selkeytetään rooleja, selvitetään tarpeita ja odotuksia, sovitaan toimintatavoista ja arvioidaan toimintaa.

Valmentajan asiantuntemukselle asetetaan suuria odotuksia. Asiantuntemuksella yleensä tarkoitetaan valmentajan lajitietämystä, tietoa harjoittelun periaatteista, organisointitaitoja ja vuorovaikutustaitoja. On selvää, ettei urheilijalla ole juuri käyttöä asiantuntemattomalle valmentajalle. Kuitenkin juuri kova asiantuntijuuden vaatimus voi olla syynä valmentajan vallan väärinkäytölle ja siten jopa este valmentajan ammattitaidon todelliselle kehitymiselle. Miten voisi purkaa liian kovaa asiantuntemuksen vaatimusta ilman, että ammattitaidon merkitystä vähätellään? Yksi mahdollisuus on valmentajuuden tavoitteen asettaminen.

- Valmentajuuden tavoite on sekä urheilijan urheilusuorituksen että valmentajan ammattitaidon kehittyminen.

Ehkä tavoite toisi mielikuvan valmentajan mahdollisuudesta oppia ja kasvaa. Valmentajuudelle voidaan asettaa muita tavoitteita. Urheilijan lähtökohdista riippuen valmentajuus on myös kasvatusta tai yhdessä kasvamista. Asetan tässä lähtökohdaksi urheilijan, sillä valmentaja ei voi valita, onko hän kasvattaja vai ei. Hänen toimintansa varmasti on vähintään vaikuttamista. Valmentajuuden päämäärätavoitteina voi olla esimerkiksi urheilumestys, harrastuksen säilyminen ja terveyden edistäminen.

Asetin tutkimustehtäväksi valmentajuuden käsitteen laajentamisen. Selvitin aineistosta, mitä valmentajasta kerrotaan, miten valmentajan kerrotaan toimivan ja millaisia odotuksia valmentajaan kohdistuu urheilijoiden taholta. Näiden perustella pohdin ja etsin mahdollisia syitä valmentajien toiminnan taustalla. Päädyin laajentamaan valmentajuutta ensinnä-

kin valmentajan suuntaan korostamalla yhteistyötä ja valmentajan jatkuvaa oppimista. Päädyin myös laajentamaan valmentajuutta korostamalla valmentajan ja urheilijan välistä ihmissuhdetta: ensinnäkin sen moninaisuutta, mutta erityisesti toistensa tuntemista. Olen samaa mieltä aikaisempien määritelmien kanssa siitä, että valmentajalla pitää olla asiantuntemusta. Se on myös tämän tutkimuksen aineistossa yksi valmentajuuden kulmakivistä. Jatkuvan oppimisen esilletuomisella voisi olla mahdollista vähentää valmentajaan kohdistuvia paineita. Muiden tekijöiden kohdalla yritän helpottaa valmentajan toimintaa, mutta valmentajan on mielestäni välttämätöntä huomioida kasvatusvastuunsa. Valmentajan kasvattajuuden käsittely jää tässä työssä pinnalliseksi, koska tarkoitukseni on keskittyä siihen tulevassa väitöskirjatyössä.

Tutkimusprosessista

Tutkimusprosessi on ollut kuin lumipallon tekemistä. Alussa oli aihe. Se oli hajanainen ja levällään kuin lumisade. Joskus ajatukseni olivat selkeät ja kuvittelin tietäväni mitä olen aloittamassa. Taivaalta leijaili suuria hiutaleita rauhalliseen tahtiin. Välillä olin vaakasuorassa lumipyryssä, joka nietosti kinoksia, joiden yli jouduin kahlaamaan. Tutkimuksen tavoitteen selkiytyminen vaati monta talvea ja tuiskua. Tämä työ on välityö ja osa tulevaa väitöskirjaa. Alun perin tarkoitukseni ei ollut tehdä tätä työtä lainkaan. Keräisin aineiston ja taputtelin siitä lumipalloa. Aineisto oli niin suuri, että pallo ei oikein tahtonut pysyä hanskoissa. Vaati ponnistelua ja perehtymistä saada aikaan edes jotakuinkin pyöreä pallo. Yritin saada varmuutta pallon muodosta kolmenlaisilla analyyseillä ja aineiston perusteellisella tuntemisella. Uskon tietäväni, mistä palloni on tehty. Samalla luin kirjallisuutta, joka kaiken aikaa toi uusia näkökulmia ja ulottuvuuksia ja aineistosta löytyi kaikenlaisia mielenkiintoisia juonteita, joita oli pakko seurata ainakin jonkun matkaa. Pallo oli pakko laskea maahan, koska se oli jo liian suuri käsissä pyöriteltäväksi. Pyörittelin siis palloa kinoksessa. Siihen tarttui koko ajan lisää lunta ja muutin pallon suuntaa aina jotain mielenkiintoista havaitessani. Välillä oli pakko tasoitella palloa ja lyödä kämmensyrjällä ylimääräistä lunta pois. Kaikki mielenkiintoiset juonteet eivät olleetkaan seuraamisen ar-

voisia. Palloa eteenpäin pyörittäessä tulee väistämättä eteen hetki, että pallo on liian painava, eikä enää liiku eteenpäin. On pakko pysähtyä. Pallosta pitää poistaa ylimääräistä lunta ja sitä täytyy tasoitella ja taputella tiukemmaksi ja vähän paikkaillakin. On pakko valita, mitä työhön ottaa mukaan ja mitä jättää pois. Lopputulokseksi kuitenkin tuli aika suuri ja muhkurainen lumipallo. Halusin tuoda esille aineiston rikkautta ja valmentajuuden monenlaisia piirteitä. Siksi oli vaikeaa pitää tutkimusta ”asiassa”. Erilaiset sivujuonteet, joita olen katsonut mielenkiintoisiksi ja välttämättömiksi pitää mukana, ovat pallon muhkuroita. Vaikka kaikki, mitä olen tulos-osassa esittänyt, ei ole välttämättä vienyt eteenpäin valmentajuuden käsitettä, olen kuitenkin halunnut kuvata sitä todellisuutta ja arkipäivää, missä valmentajat ja urheilijat toimivat.

Tämä tutkimus on minun tekemäni pallo. Tässä on minun kädenjälkeni ja minun tulkintani valmentajuudesta. Tulkinnoissani olen mennyt aineiston yli, kun mietin syitä valmentajan toimintaan. Niissä kohti puhuu myös oma kokemukseni ja näkemykseni aineiston lisäksi. Voin ajatella, että oma valmentajatarinani on tarina muiden joukossa, jonka täytyy myös näkyä tulkinnassani. Olen pohtinut omaa toimintaani valmentajana tarinoiden valossa. Ne ovat herättäneet minussa muistoja ja tunteita ja ne ovat muuttaneet käsityksiäni. Siten aineisto kietoutuu omiin kokemuksiini, käsityksiini ja mielipiteisiini ja siten myös tulkintoihini.

LÄHTEET:

Ahonen, S. 1994. teoksessa Syrjälä, L. Ahonen, S. Syrjäläinen, E. Saari, S. (toim). Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Helsinki: Kirjayhtymä.

Alasuutari, P. 1999. Laadullinen tutkimus, Tampere: Vastapaino.

Barber, H. 1998. Examining gender differences in sources and levels of perceived competence in interscholastic coaches. *Sport Psychologist*, 12(3), 237-252.

Bar-Eli, M. Tenebaum, G. Levy-Kolker, N. 1993. A three-dimensional crisis-related analysis of perceived coach's behavior in competition. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 3, 134-141.

Barnett, N. P. Smoll, F. L. Smith, R.E. 1992. Effects of Enhancing Coach-Athlete relationships on Youth Sport Attrition. *The Sport Psychologist*, 6,111-127.

Black, S. J. & Weiss, M. R.1992. The relationship among perceived coaching behaviors, perceptions of ability, and motivation in competitive age-group swimmers. *Journal of Sports and Exercise Psychology*, 14, 309-325.

Chase, S. 1995. Taking Narrative Seriously. Consequences for Method and Theory in Interview Studies. Teoksessa Josselson, R. & Lieblich, A. (eds.) *Interpreting Experience. The Narrative Study of Lives*, Thousand Oaks: Sage Publications.

Chaumonton, N. R.& Duda, J. L. 1988. Is It How You Play the Game Or Whether You Win or Lose? The Effect of Competitive Level and Situation on Coaching Behaviors. *Journal of Sport Behavior*, Vol. 11, 3, 157-173.

Chelladurai, P.& Arnott, M. 1985. Decision styles in coaching: Preferences of basketball players. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 56.15-24.

Chelladurai, P. & Carron, A. 1978. Leadership. Ottawa ON: Sociology of Sport Monograph series, Canadian Association for Health, Physical Education and Recreation.

Chelladurai, P. 1984. Discrepancy between preferences and perceptions of leadership behavior and satisfaction of athletes in varying sports. *Journal of Sport Psychology*, 6, 27-41.

Chelladurai, P. & Haggerty 1978. Inattu Gordon, S. 1988. Decision Styles and Coaching Effectiveness in University Soccer. *Can. J. Sport Sci.* Vol 13, 1, 56-65.

Chelladurai, P. 1980. Leadership in sport organizations. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 5, 226-231.

Chelladurai, P. & Saleh, S.D. 1980. Dimensions of leadership behavior in sports. Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2, 34-45.

Cote, J. Salmela, J. H. Russel, S. 1995a. The Knowledge of High-Performance Gymnastic Coaches: Competition and Training Considerations. *The Sport Psychologist*, 9, 76-95.

Cote, J. Salmela, J.H. Russel, S. 1995b. The Knowledge of High-Performance Gymnastic Coaches: Methodological Framework. *The Sport Psychologist*, 9, 65-75.

Cote, J. Salmela, J. Trudel, P. Baria, A. & Russel, S. 1995. The Coaching Model: A Grounded Assessment of Expert Gymnastic Coaches' Knowledge. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 1-17.

D'arripe-Longueville, F. Fournier, J.F. Dubois, A. 1998. The Perceived Effectiveness of Interactions Between Expert French Judo Coaches and Elite female Athletes. *The Sport Psychologist*, 12, 317-332.

Douge, B. & Hastie, P. 1993. Coach Effectiveness. *Sport Science Review*, 2, 14-29.

Ehnroth 1992. teoksessa Mäkelä K. (toim.) Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta. Helsinki: Gaudeamus.

Eizen, D. S. & Pratt, S. R. 1989. Gender Differences In Coaching Philosophy: The Case Of Female Basketball Teams. *Research Quarterly For Exercise And Sport*, Vol. 60, No 2, 152-158.

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino

Fasting, K. & Pfister, G. 2000. Female and male coaches in the eyes of female elite soccer players. *European Physical Education review*, Vol.(1) 91-110.

Gardner, D.E. Shields, D.L. Bredemeier, B. J. Bostrom, A. 1996. The Relationship Between perceived Coaching behaviors and Team Cohesion Among Baseball and Softball Players. *The Sport Psychologist*, 10, 367-381.

Garland, D. J.& Barry, J. R. 1988. The effects of personality and perceived leader behavior on performance in collegiate football. *The Psychological Record*, 38, 237-247.

Gergen, K. J. 1999. *An Invitation to Social Construction*. London: SAGE Publications Ltd.

Gilbert, D.W.& Trudel, P. 2000. Validation of the Coaching Model (CM) in a Team Sport Context. *International Sports Journal*, Summer, 120-128.

Gordon, S. 1988. Decision Styles and Coaching Effectiveness in University Soccer. *Can. J. Sport Sci.* Vol 13, 1, 56-65.

- Habif, S. Van Raalte, J. L. Cornelius, A. 2001. Athletes' Attitudes Toward and Preferences for Male and Female Coaches. *Women in Sport and Physical Activity Journal*. Vol. 10, No.1 Spring. 73-88.
- Harre, D. 1983. *Valmennusoppi*. Jyväskylä: Gummerus Oy.
- Heiskala, 1992. Teoksessa Mäkelä, K. (toim.) *Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkin- ta*. Helsinki: Gaudeamus.
- Hoikkala, T. 1993. *Katoaako kasvatus, himmeneekö aikuisuus? Aikuistumisen puhe ja kulttuurimallit*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Hyvärinen, 1994. *Viimeiset taistot*, Tampere: Vastapaino
- Hänninen, V. 1994. *Ei toimijaa ilman tarinaa*. Teoksessa Weckroth, K.& Tolkki-Nikkonen Mirja (toim.) *Jos A niin...*, Tampere: Vastapaino.
- Hänninen, V. 2000. *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampere: Tampereen Yliopisto.
- Innanen, M. 2001. *Isyys ja äitiys nuorten kertomana – lukiolaisten tyttöjen ja poikien kir- joituksia*. LIKES Research Reports on Sport and Health. Jyväskylä: Kopi-Jyvä Oy.
- Jambor, E. A.& Zhang, J. J. 1997. Investigating Leadership, Gender, and Coaching Level using the Revised Leadership for Sport Scale. *Journal of Sport Behavior*, Vol. 20, 3, 313-321.
- Jansson, L. 1988. teoksessa Kantola, H. (toim.) *Suomalainen Valmennusoppi 1, Valmen- taminen*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Jokinen, E. 1996. *Väsynyt äiti. Äitiyden omaelämäkerrallisia esityksiä*. Tampere: Tam- mer-paino.

Jones, F.J. Housner, L.D. Kornspan, A.S. 1997. Interactive Decision Making and Behavior of Experienced and Inexperienced basketball Coaches During Practice. *Journal of Teaching Physical Education*, 16, 454-468.

Josselson, R. 1995. *Imagining the Real: Empathy, narrative, and the Dialogic Self*. Teoksessa

Josselson, R. & Lieblich, A. *Interpreting Experience. The Narrative Study of Lives*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Josselson, R & Lieblich, A. 1995. *Interpreting Experience. The Narrative Study of Lives*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Josselson, R. 1996. *The Space between Us. Exploring the dimensions of human relationships*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Kantola, H. (toim.) 1988. *Suomalainen Valmennusoppi 1, Valmentaminen*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Kenow, L. & Williams, J. M. 1999. Coach-Athlete Compatibility and Athlete's Perception of Coaching Behaviors. *Journal of Sport behavior*, Vol. 22, 2, 251-259.

Kenow, L. & Williams, J. M. 1992. Relationship between anxiety, self-confidence, and evaluation of coaching behaviors. *Sport Psychologist*, 6, 4, 344-357.

Klint, K. A. & Weiss, M. R. 1986. Dropping In and Dropping Out: Participation Motives of Current and Former Youth Gymnasts. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*. 11(2), June, 106-114.

Korhonen, M. 1994. Keski-ikäisten naisten lapsuuskokemukset ja oma vanhemmuus. *Psykologian tutkimuksia N:o 15*. Joensuu: Joensuun Yliopiston monistuskeskus.

Kosonen, U. 1998. Koulumuistoja naiseksi kasvamisesta. Yhteiskuntatieteiden, valtio-opin ja filosofian julkaisuja 21. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopistopaino.

Lacy, A. C. & Goldston, P.D. 1990. Behavior analysis of Male and female Coaches in High School Girl's Basketball. *Journal of Sport Behavior*, Vol. 13,1, 29-39.

Lagerspetz, E. 1993. Itsemäärääminen ja valta. Teoksessa Launis, V. ja Räikkä, J. (toim.), Itsemääräämisoikeus. Käytännöllisen filosofian julkaisuja vol.7. Turku: Turun Yliopisto.

Laine, K. 1997a. Ameba pulpetissa: koulun arkikulttuurin jännitteitä. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopistopaino.

Laine, K. 2000. Koulukuvia. Koulu nuorten kokemistilana. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopistopaino

Laine, K. 1997 b. Koulun arkikulttuurin jännitteitä. Julkaisematon lisensiaatintyö, Jyväskylän Yliopisto.

Laine, T. 1998. Opettajakin on ihminen. Teoksessa Niemi, H. (toim.) Opettaja modernin murroksessa. Juva: WSOY.

Lesyk, J. J. & Kornspan, A. S. 2000. Coaches' Expectations and Beliefs Regarding Benefits of Youth Sport Participation. *Perceptual and Motor Skills*. 90, 399-402.

Liukkonen, J. Laakso, L. Telama, R. 1996. Educational Perspectives of Youth Sport Coaches: Analysis of Observed Coaching Behaviors. *Int.J. Sport.Psychol*, 27, 439-453.

Lombardo, B.J. 1987. *The Humanistic Coach. From Theory to Practice*. Springfield, Ill., USA: Charles C. Thomas Publisher.

- McCallister, S. G. Blinde, E. M. & Kolenbrander, B. 2000. Problematic Aspects of the Role of Youth Sport Coach. *International Sports Journal*, Winter, 9-26.
- Medwechuk, N. & Crossman, J. 1994. Effects of gender bias on the evaluation of male and female swim coaches. *Perceptual and motor skills*, 78(1), 163-169.
- Mero, A. Keskinen, K. Nummela, A. 1997. *Nykyaikainen urheiluvalmennus*. Jyväskylä: Mero Oy.
- Miettinen, H. 1997 Valmentaja Pietilän auktoriteetti loppui. *Helsingin Sanomat Verkkoliite* 20.10.1997. <http://www.helsinginsanomat.fi/uutisarkisto/> 4.12.2000.
- Millard, L. 1996. Differences in Coaching behaviors of Male and Female High School Soccer Coaches. *Journal of Sport Behavior*, Vol. 19, No 1.
- Molstad, S. & Whitaker, G. 1987. Perceptions of female basketball players regarding coaching qualities of males and females. *Journal of Applied research in coaching and athletics*, 2(1), 57-71.
- Ojakangas, M. 1998. *Lapsuus ja auktoriteetti. Psykologisen vallan historia Snellmanista Koskenniemeen*. Helsinki: Cosmoprint Oy.
- Paterson, G. D. 1999. Coaching for the development of athlete self-esteem: The relationship between the self-perceptions of junior cricketers and their perceptions of coaching behaviour. *Sociology of Sport Online* Vol. 2, issue 1. <http://www.brunel.ac.uk/depts/sps/sosol/v2ilal.htm> 8.8.2000.
- Patriksson, G. Eriksson, S. 1990. Young Athletes' Perception of their Coaches. *International journal of Physical Education*, 27(4), 9-14.

- Polkinghorne, D. 1995, Narrative configuration in qualitative analysis. Teoksessa Hatch, J. & Wisniewski, R. Life History and Narrative. London: The Falmer Press.
- Potrac, P. Brewer, C. Jones, R. Armour, K. & Hoff, J. 2000. Toward an Holistic Understanding of the Coaching Process. *Quest*, 52, 186-199.
- Puhakainen, J. 1995. Kohti ihmisen valmentamista. Tampere: Tampereen Yliopisto
- Puolimatka, T. 1997. Opetusta vai indoktrinaatiota? Valta ja manipulaatio opetuksessa. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Pyykkönen, T. Vasara, E. 1999. Viinamäen urheilumiehet. Urheilu ja raittius 1900-luvulla. Liikuntatieteellisen seuran Impulssi XVI.
- Rauhala, L. 1983. Ihmiskäsitys ihmistyössä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Roos, J. P. 1988. Elämäntavasta elämänkertaan. Jyväskylä: Tutkijaliitto.
- Saarenheimo, M. 1997. Jos etsit kadonnutta aikaa: vanhuus ja oman elämän muistelemisen. Tampere: Vastapaino.
- Smoll, F. L. & Smith, R. E. 1989. Leadership Behaviors in Sport: A Theoretical Model and Research Paradigm. *Journal of Applied Social Psychology*, 19, 18, 1522-1551.
- Strauss, A. & Corbin, J. 1990. Basics of Qualitative Research. Grounded Theory Procedures and Techniques. Sage Publications.
- Telama, R. 1988. teoksessa Kantola, H. (toim.) Suomalainen Valmennusoppi 1, Valmentaminen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tiihonen, A. 2002. Ruumiista miestä, tarinasta tulkintaa: Oikeita miehiä – ja urheilijoita? Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 134, Jyväskylä: Kopijyvä Oy.

Tiihonen, A. 2001. SuVaa valmennukseen. Sukupuoli ja urheiluvalmennus. SLU-julkaisusarja 7/01.

Tomlinson, A. & Yorganci, I. 1997. Male Coach/Female Athlete relations: Gender and Power relations in Competitive Sport. *Journal of Sport & Social Issues*, Vol. 21, No. 2, May, 134-155.

Tomlinson, P. & Strachan, D. 1996. Power and Ethics in Coaching. Coaching Association of Canada.

Trudel, P. & Cote, J. Bernard, D. 1996. Systematic Observation of Youth Ice Hockey Coaches During Games. *Journal of Sport Behavior*, Vol.19, 1, 50-65.

Usher, P. 1997. A Forum On Ethics: What is meant by coaching for excellence through empowerment. *Coaches Report*, Vol. 4, 2,12.

Vealey, R. S. Armsrong, L. Comar, W. & Greensleaf, C. A. 1998. Influence of Perceived Coaching behaviors on Burnout and Competitive Anxiety in Female College Athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10, 297-318.

Vilkko, A. 1992. teoksessa Mäkelä K. (toim.) Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkin- ta. Helsinki: Gaudeamus.

Värri, V-M. 1997. Hyvä kasvatus, kasvatus hyvään, Vammala: Vammalan kirjapaino.

Weber, M. 1989. Maailmanuskonnot ja moderni länsimainen rationaalisuus. Tampere: Vastapaino

Weinberg & Gould 1995. *Foundations of Sport and Exercise psychology*, Champaign, IL: Human Kinetics.

Weineck, J. 1984. *Optimaalinen harjoittelu*. Vaasa: Vaasa Oy

Weiss, M. & Friedrichs, W. 1986. The influence of leader behaviors, coach attributions and institutional variables on performance and satisfaction of collegiate basketball teams. *Journal of Sport Psychology*, 8, 332-246.

White, S. & O'Brian, J. 1999. What is a hero? An exploratory study of students' conceptions of heroes. *Journal of Moral Education*, Vol. 28,1, 81-95.

Williams, J. M. & Parkhouse, B. L. 1988. Social Learning Theory as a Foundation for Examining Sex Bias in Evaluation of Coaches. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 10, 322-333.

Woodman, L. 1993. Coaching: A Science, An Art, An emerging Profession. *Sport Science Review*, 2, 1-13.

Wrisberg, C. A. 1996. Quality of Life for Male and Female Athletes. *Quest*, 48,392-408.

Ziehe, T. 1991. *Uusi nuoriso. Epätavanomaisen oppimisen puolustus*. Tampere: Vastapaino.

LIITE 1. (1/5) Urheilijoiden käyttämät sanat ja sanonnat jaoteltuna urheilijan ja valmentajan sukupuolen mukaan.					
Miesurheilija		Naisurheilija		Naisurheilija	
Valmentajana perheenjäsen n=8		Valmentajana perheenjäsen n=11		Valmentajan sp, ei tietoa n=43	
TAVOITTEELLISUUS		TAVOITTEELLISUUS		TAVOITTEELLISUUS	
vaivautuu seuraaman		omistautuminen	3	kuri	2
PÄTEVYYS		PÄTEVYYS		tiukka	2
KOMMUNIKOINTI		asiantunteva		vaativa	3
kanttia sanoa		epäpätevä		ei vaadi tarpeeksi	
keskustelu		KOMMUNIKOINTI		auktoriteetti	2
helppo puhua		innosta	2	omistautuminen	8
ristiriitojen ratkominen		kannusti	2	myöhästyy	
IHMISUHDE		lohduttaa		ei panostanut	2
ottaa mukaan		valittaa		PÄTEVYYS	
tasapainoinen suhde		ei kannusta		asiantunteva	7
oli ylpeä minusta		negatiivinen palaute		epäpätevä	
oppi tuntemaan		riidat	4	kokenut	
POSITIIVISET PIIRTEET		luo toivoa		oma urh. ura	4
antaa mahdollisuuden		urheilu tulee kotiin	2	KOMMUNIKOINTI	
"+ / -"PIIRTEET		IHMISUHDE		kannusti	14
NEGATIIVISET PIIRTEET		auttaa		pyytää anteeksi	
vaikea lopettaa urheilu		tukee		antaa palautetta	4
ei tasapuolinen		heikensi itsetuntoa		lohdutti	
		tuntee minut		ei syylissä	
		tunnen hänet		karjuu	
		ymmärtää		huutaa	2
		ei arvosta		kehuu jos on aihetta	
		ei pakota		kannusti väärin	
		POSITIIVISET PIIRTEET		negatiivinen palaute	
		periksiantamaton		keskustelu	8
		sitkeä		ei kannusta	
		tasapuolinen		ei kuuntele	2
		"+ / -"PIIRTEET		kuuntelee	
		NEGATIIVISET PIIRTEET		IHMISUHDE	
				uskoi minuun	3
				luotti että harjoittelen	
				ei luota	
				auttaa	
				välitti	
				kiinnostunut	
				rohkaisee	
				tukee	2
				kunpa valaisi itseluottamusta	
				vahvitsi itsetuntoa	3
				kuin äiti tai isä	
				ystävä	
				esimerkki	2
				tunnen hänet	4
				tuntee meidät	2
				aliarvioi	
				POSITIIVISET PIIRTEET	
				avoin	
				huolellinen	
				tunnollinen	
				pitkäjänteinen	

LIITE 1. (2/5)				
			Naisurheilija	
			Valmentajan sp, ei tietoa	
			POSITIIVISET PIIRTEET	
			sitkeä	
			reipas	
			pirteä	
			iloinen	
			värikäs	
			rento	
			positiivinen	3
			kärsivällinen	2
			huumorintajuinen	2
			tasapuolinen	
			suvaitsevainen	
			rauhallinen	
			persoona	
			mainio	
			rehellinen	
			palkitsi	
			"+ / -"PIIRTEET	
			hiljainen	
			NEGATIIVISET PIIRTEET	
			kova huumori	
			huumorintajuton	
			yrmeä	
			hymytön	
			pinna kiristyy	2
			pelottava	
			ei tasapuolinen	
			epäurheilijamainen	
			herjaa tuomaria	
			kiroilee	2
			haukkuu	
			solvaa	

LIITE 1. (3/5)					
Naisurheilija		Naisurheilija		Miesurheilija	
Naisvalmentaja		Miesvalmentaja		Miesvalmentaja	
n=35		n=37		n=108	
TAVOITTEELLISUUS		TAVOITTEELLISUUS		TAVOITTEELLISUUS	
kuri	4	vaativa	5	kuri	10
ohjat käsissä		auktoriteetti	2	ohjat hallussa	3
orjapiiskuri	2	omistautuu	7	tiukka	4
käskevä		oli myöhässä		vaativa	8
vaativa	7	ei panostanut	2	ei kuria	2
ei vaatinut tarpeeksi		motivoitunut		auktoriteetti	8
kunnianhimoinen		PÄTEVYYS		omistautunut	17
auktoriteetti	2	asiantunteva	15	myöhästyy	
omistautui	4	ei asiantunteva		ei aikaa	
PÄTEVYYS		kokematon		jaksoi valmentaa	
asiantunteva	5	oma urh. ura	6	ehdoton	3
ei asiantunteva	2	KOMMUNIKOINTI		ei auktoriteettia	2
KOMMUNIKOINTI		innostaa		ankara	
piristi		kannustaa	7	PÄTEVYYS	
valoi puhtia		antaa palautetta		asiantunteva	19
kannusti	7	pyytää anteeksi		epäpätevä	2
ei moittinut		ei kannustanut		oma urheilu-ura	13
lohdutti		keskustelu	7	monipuolinen	
ei haukkunut		riidat		KOMMUNIKOINTI	
nolasi		ei kuunnellut		innostaa	3
huutaa	3	arvosteli		kannustaa	14
negatiivinen palaute	2	IHMISUHDE		positiivinen palaute	2
konstalematon palaute		luottaa	2	huutaa	5
ei kannusta		luotti että harjoittelen		negatiivinen palaute	
huomautteli ulkonäöstä		auttoi	4	suorapuheinen -	
keskustelu	10	välittää		keskustelu	22
IHMISUHDE		huomioi		kuuntelee	3
luotti kykyihini		tuki ja turva		arvostelee	
luotti että harjoittelen		paransi itseluottamusta		IHMISUHDE	
antoi vastuuta		ei vähättele ketään		luottaa	2
auttaa	3	toinen isä /isällinen	4	auttaa	6
välitti		kaveri /ystävä	4	välittää	2
rakasti	2	esikuva	6	kiinnostunut	7
sai tuntemaan arvokkaaksi		tuntee minut		tukee	
tukee	2	ymmärtää	2	parantaa itseluottamusta	3
vahvasti itsetuntoa		aliarvioi		hyvät välit	2
ei väheksynyt		POSITIIVISET PIIRTEET		isovehi	
muistaa minut		avoin		toinen isä	8
tärkeä minulle		elämää nähnyt		ystävä	8
vahvasti itsetuntoa NEG		ahkera		esimerkki	6
äitihahmo	6	rempseä		ymmärtää	4
ystävä	7	iloinen	2	petti luottamuksen	2
esikuva	5	energinen		POSITIIVISET PIIRTEET	
oli ylpeä meistä		positiivinen		tunnollinen	
POSITIIVISET PIIRTEET		kärsivällinen	2	räväkkä	2
avoin uusille ideoille		herkkä		iloinen	
tarkka		huumorintajuinen		nauttii valmentamisesta	
järkevä		itsevarma		rento	2
päättäväinen		tasapuolinen	2	ihmisläheinen	
ahkera		luotettava		kärsivällinen	2

LIITE 1. (4/5)					
Naisurheilija		Naisurheilija		Miesurheilija	
Naisvalmentaja		Miesvalmentaja		Miesvalmentaja	
POSITIIVISET PIIRTEET		POSITIIVISET PIIRTEET		POSITIIVISET PIIRTEET	
tomera	3	ei menetä malttiaan	4	huumorintajuinen	4
pirteä		reilu		itsevarma	2
iloinen	2	ymmärtäväinen		tasapuolinen	7
energinen		rauhallinen	3	luottamusta herättävä	
pieni ja pippurinen	2	harkitsi sanojansa		reilu	
innostunut		leppoinen	2	ymmärtäväinen	
puheliias		persoona		rauhallinen	3
rento		"+ / -"PIIRTEET		leppoinen	
aktiivinen		ujo		karisma	3
positiivinen		totinen		kohtelias	
elämänmyönteinen		hiljainen	2	rehellinen	
taitava	2	NEGATIIVISET PIIRTEET		vaatimaton	
kaunis	2	kostaja		mukava	
kärsivällinen		purki omia ongelmiaan	2	meitä varten	
tunteellinen		hermoili		motivoi	4
lämminsydäminen		ei tasapuolinen	2	"+ / -"PIIRTEET	
itsevarma		jännitti kilpailuissa		totinen	
tasapuolinen	3	epämiellyttävä		hiljainen	
ei välittänyt tappiosta		epäreilu		NEGATIIVISET PIIRTEET	
säännöt/turvallisuus				rankaisi	2
eläytyi työhönsä				tuo murheensa mukanaan	
luotettava				jääräpäinen	
"+ / -"PIIRTEET				vihainen	
vanhoillinen				huonot elämäntavat	6
temperamenttinen				ei tasapuolinen	6
vahva luonne				rääväsuinen	
kovaääninen				epärehellinen	
lahjoi				huitoo	
NEGATIIVISET PIIRTEET				huono kritiikinsieto	5
pelottava	3			kiroilee	
ihannoi laihuutta				haukkuu	2
huonotuulinen				joustamaton	
vaikea ihminen				kylmä	
aggressiivinen				kova	
huonot elämäntavat	2				
ei antanut lopettaa					

LIITE 2. (1/5) Urheilijoiden käyttämät sanat ja sanonnat jaoteltuna sen mukaan, mistä ikäkaudesta kerrotaan.					
Miehet/aikuisikä		Miehet/ murosikä			
n=50		n=49			
			Miehet/ lapsuus n=15		
TAVOITTEELLISUUS		TAVOITTEELLISUUS	TAVOITTEELLISUUS		
omistautuu	7	omistautunut	9	kuri	
uhrautuu	3	ei luovuta		ei vaatinut liikaa	
vaatii	5	otti ohjat		joskus ankara	
kuri		kuri	5	tiukka	
aktiivinen		vaativa	4	jaksoi valmentaa	
nauttii lajista	3	tiukka	3	PÄTEVYYS	
tunnollinen		ammattimainen		oma urheilu-ura	2
laiska		asenne		tietoa muttei taitoa	
PÄTEVYYS		vaivautui aina paikalle		KOMMUNIKOINTI	
asiantunteva	5	motivoitunut	2	keskustelu	2
pätevä	3	valmistautunut	3	kannustaa	
oma urheilu-ura	9	lepsy		antoi palautetta	2
valmentajakoulutus	5	liikaa valmennettavia		huutaa	3
soveltava		PÄTEVYYS		rääväsuinen	
kokenut		tiesi vastaukset		arvostelee	
epäpätevä	2	pätevä	9	huitoo	
kokematon	2	oma urheilu-ura	4	IHMISUHDE	
KOMMUNIKOINTI		valmentajakoulutus	2	ystävä	
keskustelee	11	kokematon		isähahmo	
kannustaa	8	epäpätevä		auktoriteetti	
antaa palautetta	5	KOMMUNIKOINTI		tasapuolinen	
kyselee kuulumisia	2	keskustelu	10	auttoi meidät ystäviksi	
kuuntelee	3	kannustus	9	vieläkin tekemisissä	
innostaa	2	antaa palautetta	5	ei auktoriteettia	
motivoi	3	kysyy kuulumiset	2	POSITIIVISET PIIRTEET	
negatiivinen palaute	2	ei huuda tuomarille		luotettava	
lannistaa		innostaa	2	"+ / -"PIIRTEET	
ei osaa keskustella	3	ei hauku		hiljainen	
huutaa		selkeä		NEGATIIVISET PIIRTEET	
iva		käyttää ääntään		huono käytös	
syyttely		ei huuda tuomarille		tupakoi	
		motivoi	2	alkoholi	2
IHMISUHDE		kuuntelee			
ystävä	6	kanttia sanoa			
isähahmo	5	karjuu			
esimerkki	2	kiroaa	2		
auktoriteetti	4	haukkuu			
uskoo minuun		IHMISUHDE			
on kiinnostunut	3	ystävä	4		
auttaa	4	isähahmo	4		
välittää	2	esimerkki	3		
luottaa		auktoriteetti	3		
antaa aikaa	2	neuvoo	3		
paransi itseluottamusta	4	auttaa			
tukee		ymmärtäväinen			
POSITIIVISET PIIRTEET		ei tyranni			
maltaa mielensä		huolehtii			
ymmärtäväinen	3	välittää	4		
huumorintajuinen	3	antaa itseluottamusta			
tiukka	2	tukee			

LIITE 2 (3/5)					
Naiset/ aikuisikä		Naiset/ murrosikä		Naiset/ lapsuus	
n=63		n=30		n=19	
TAVOITTEELLISUUS		TAVOITTEELLISUUS		TAVOITTEELLISUUS	
omistautunut	7	omistautunut	4	omistautunut	
ahkera	3	armoton		ankara	
vaativa	2	kuri	3	ei jousta	
laadusta ei tingitä		orjapiiskuri		ohjat käsissä	
kuri	3	tiukka	2	kuri	
tavoitteellinen		kunnianhimoinen		ei hyv. laiskottelua	
suunnittelee	2	määrätietoinen		ihannoi laihuutta	
antautuu rooliinsa		näki vaivaa		tavoitteet korkealla	
omat tavoitteet		aina tavoitettavissa		tarkka	
ei suunnittele		lahjoi		eläytyy työhönsä	2
liian ymmärtäväinen		ei välittänyt tappioista		ei vaatinut paljoo	2
ei täysillä mukana		PÄTEVYYS		vaati rohkeutta	
liian lepsu		ammattitaitoinen	3	aina mukana	
myöhästyy		hyvä lajissaan		ei koskaan väsynyt	
PÄTEVYYS		oma urheilu-ura	3	PÄTEVYYS	
asiantuntija	14	valmentajakoulutus		kaikkietävä	2
pätevä		kokenut		taitava	
oma urheilu-ura	8	kokematon		KOMMUNIKOINTI	
valmentajakoulutus		KOMMUNIKOINTI		keskustelu	2
ei valmentajakoulutusta + uskalsi kokeilla uutta		keskustelu	3	kannustaa	5
kokenut	2	kannustaa	7	antaa palautetta	2
epäpätevä	2	antoi palautetta	2	kyselee kuulumisia	
KOMMUNIKOINTI		piti yhteyttä		ojentaa	
keskustelu	11	uskalsi antaa palautetta		ei moittinut	
kannustaa	17	kuuntelee	2	käskevä	
antaa palautetta	6	innostaa	2	arvosteli	
kysyy mielipidettä		ei kannustanut	2	IHMISUHDE	
voi puhua suoraan		huutaa	2	nykyisin ystävä	
luo toivoa		kovaääninen		äitihahmo	
innostaa	3	purkaa huolensa meihin		esikuva	2
hymyilee		huomautti ulkonäöstä		antoi vastuuta	
neuvoo				muistaa minut	
pyytää anteeksi	2	IHMISUHDE		lohdiutti	
rohkaisee	2	ystävä	3	tasavertainen	5
ei huuda		äitihahmo	3	kiinnostunut	
syyttelee		esikuva	4	pitää yhteyttä	
huono ulosanti		auktoriteetti	3	POSITIIVISET PIIRTEET	
antaa kritiikkiä	3	auttoi	3	kaunis	2
purkaa ongelmansa	2	tasapuolinen		aikuismainen	
ei kuuntele		ajanvietto		taitava	
valitti	2	ymmärtää		pirteä	
arvosteli		luottaa		iloinen	
käskee		ylpeä meistä		topakka	2
ei kannusta	2	kiinnostunut	2	jämpti	
mykkäkoulu		oli mukana		napakka	
solvaa		huomioi		tomera	
huutaa		ymmärsi		positiivinen	
karjuu		tukee		temperamenttinen	
ei kuuntele	2	uskoo minuus		päättäväinen	2
		vaikuttaa minäkuvaan -		rakastava	

LIITE 2. (4/5)				
Naiset/ aikuisikä		Naiset/ murrosikä		Naiset/ lapsuus
n=63		n=30		n=19
		IHMISSUHDE		POSITIIVISET PIIRTEET
IHMISSUHDE		ei tasapuolinen		lämminsydäminen
ystävä	7	ei tukenut		sitkeä
varaäiti/isähahmo	5	POSITIIVISET PIIRTEET		pitkäjänteinen
esimerkki	4	itsevarma		kärsivällinen
roolimalli		tomera		suvaitsevainen
auttaa	2	aktiivinen		"+ / -"PIIRTEET
tukee	5	terhakas		NEGATIIVISET PIIRTEET
pitää yhteyttä		positiivinen	3	pelottava
lohduttaa		elämämyönteinen		epätavallinen
hyväksyy		taiteellinen		
huolehtii		rauhallinen	2	
vaikuttaa itseluottamukseen	3	leppoisa		
auktoriteetti	3	tunnollinen		
ymmärtää	2	täsmällinen		
luottaa	4	huolellinen		
tuntee minut		reipas		
ei vähättele		värikäs		
huomioi kaikki		"+ / -"PIIRTEET		
tasapuolinen		aggressiivinen		
arvostaa		enemmän innoissaan		
antaa vastuuta		NEGATIIVISET PIIRTEET		
neuvoo		kovakourainen		
lohduttaa		tupakoi		
aliarvioi		kova huumori		
vain osan kaveri	2	yrmeä		
ei kunnioita				
ei anna itseluottamusta				
POSITIIVISET PIIRTEET				
ei lannistu				
puhelias				
rento	2			
innostunut	4			
kärsivällinen	6			
energinen	2			
pieni ja pippurinen				
tarkka				
järkevä				
taiteellinen				
avoin	3			
tunteellinen				
herkkä	2			
temperamenttinen				
päätäväinen				
rakastava				
sosiaalinen				
huolehtivainen				
leppoinen				
ei harmostu	3			
rauhallinen	3			
luotettava				
positiivinen				
huumori	4			

LIITE 2. (5/5)				
Naiset/ aikuisikä				
n=63				
POSITIIVISET PIIRTEET				
johdonmukainen				
reilu				
rempseä				
rehti				
rehellinen	2			
elämää nähnyt				
herkkä				
viisas				
luottaa itseensä				
symppis				
selkeä				
monipuolinen				
iloinen				
tarkka				
sitkeä				
"+ / -"PIIRTEET				
vahva luonne				
vanhoillinen				
ujo				
hiljainen	2			
ei kadu tekemisisään				
NEGATIIVISET PIIRTEET				
epäterveelliset tavat				
tupakoi				
vieraat miehet				
pelottava				
ei positiivinen				
ei mukava				
totinen				
ei hallinut tilanteita				
jännittää				
liian kriittinen				
negatiivinen				
huumorintajuton				
hymytön				
arvostelevat ilmeet				
epäurheilijamainen				
ei peli-iloa				
suuttuu helposti				
ei myönnä virheitään				

LIITE 3. Mitä urheilijat kertovat oppineensa valmentajiltaan					
Naisurheilija / joukkue		miesurheilija / joukkue		naisurheilija / yksilö	
n=57		n=101		n= 69	
miesurheilija /yksilö				n= 36	
Omaan toimintaan tai luonteeseen liittyvät asiat					
itsevarmuus	7	itsevarmuus	8	itsevarmuus	9
korvien väli	4	korvien väli	2	korvien väli	
		myönteinen asenne	3	myönteinen asenne	2
		omaehtoisuus		omaehtoisuus	
vastuu	2	vastuu	2	vastuu	3
vaatimattomuus, nöyryys		vaatimattomuus, nöyryys	2	tasapaino	
tavoitteellisuus, kunnia	3	tavoitteellisuus, kunnia	3	tavoitteellisuus, kunn	3
		päätösten teko	2	päätösten teko	
		aikuisuus		aikuisuus	
kärsivällisyys	4			kärsivällisyys	4
keskittyminen	4	keskittyminen	5	keskittyminen	3
itsetuntemus	3	itsetuntemus		itsetuntemus	4
itsehillintä	2	itsehillintä	2	itsehillintä	3
käyttäytyminen		käyttäytyminen	3	käyttäytyminen	3
rehellisyys	2			rehellisyys	
rauhallisuus				rauhallisuus	
Työpuhe: työnteko, taistelu, sisu ja sinnikkyys					
kivunsieto		ajankäyttö	2	ajankäyttö	
kurinalaisuus	2	kurinalaisuus	2	kurinalaisuus	4
työnteko	11	työnteko	21	työnteko	16
		motivaatio			
yritys, taistelu	13	yritys, taistelu	9	yritys, taistelu	11
asenne	2	asenne	5	asenne	2
Urheilupuhe 1: harjoittelu, tekniikka, taktiikka, ravinto					
harjoittelun sisältö	6	harjoittelun sisältö	10	harjoittelun sisältö	10
tekniikka ja taktiikka	14	tekniikka ja taktiikka	21	tekniikka ja taktiikka	15
ravinto, terv elämäntav	4	ravinto, terv elämäntava	3	ravinto, terv elämänt	4
				ravinto, terv elämänt	6
Sosiaalinen toiminta: joukkuepeli, henki, toisten huomioiminen, vuorovaikutus					
joukkuepeli	9	joukkuepeli	15	joukkuepeli	3
vastustajan kunnioitus	3	vastustajan kunnioitus	3	vastustajan kunnioitu	5
toisten huomioiminen	5	toisten huomioiminen	4	toisten huomioiminen	
		valmentajan kunnioitus	2	valmentajan kunnioitus	
kannustaminen	3	kannustaminen	3	kannustaminen	2
		auttaminen	2		
		luottamus muihin	2	luottamus muihin	
sosiaaliset taidot	7	sosiaaliset taidot	4	sosiaaliset taidot	
tasa-arvo	6	tasa-arvo	7	tasa-arvo	3
suvaitsevaisuus		suvaitsevaisuus		suvaitsevaisuus	
keskustelu	3	keskustelu	3	keskustelu	3
Urheilupuhe 2. voittaminen, häviäminen, hauskuus					
reilu peli		reilu peli	7	reilu peli	
voittaminen	3	voittaminen	5	voittaminen	2
häviäminen	4	häviäminen	7	häviäminen	5
hauskuus, nautinto	7	hauskuus, nautinto	9	hauskuus, nautinto	8
elimistön kuuntelu		elimistön kuuntelu		elimistön kuuntelu	2
virheistä oppiminen,av	6	virheistä oppiminen,avoim		virheistä oppiminen,av	4
				virheistä oppiminen,av	3
kilpaileminen				kilpaileminen	3
Muut: valmentajan toiminta, elämänohjeet					
valmentajan toiminta	14	valmentajan toiminta	18	valmentajan toiminta	17
		koulutuksen tärkeys	2	koulutuksen tärkeys	2
elämänohjeet	2	elämänohjeet	4	elämänohjeet	14
				erämiestaidot	7