

**KAIKKI PELAA – OHJELMASSA MUKANA OLLEIDEN LOPETTANEIDEN JA
JATKANEIDEN JALKAPALLON PELAAJIEN SISÄINEN MOTIVAATIO JA
TAVOITEORIENTAATIO**

Kai Ärling

Liikuntapedagogiikan
pro gradu – tutkielma
Syksy 2003
Liikuntakasvatuksen laitos
Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Kai Ärling. 2003. Kaikki Pelaa – ohjelmassa mukana olleiden lopettaneiden ja jatkaneiden jalkapallon pelaajien sisäinen motivaatio ja tavoiteorientaatio. 68 s. Liikuntapedagogiikan pro gradu – tutkielma. Jyväskylän yliopisto.

Tutkimuksen tarkoituksena oli vertailla lopettaneiden ja jatkaneiden jalkapallon pelaajien sisäistä motivaatiota ja tavoiteorientaatiota. Lisäksi selvitettiin oliko Kaikki Pelaa – ohjelmalla yhteyttä jatkaneiden pelaajien sisäiseen motivaatioon ja tavoiteorientaatioon.

Tutkimuksen aineisto kerättiin kyselytutkimuksena viidestä Palloliiton piiristä. Jokaisesta piiristä valittiin ositetulla otannalla mahdollisimman erityyppisiä seuroja. Alkumittaus suoritettiin keväällä 2000 ja loppumittaus syksyllä 2001. Tutkimukseen osallistui 360 jalkapallojunioria, joista 39 tyttöä ja 321 poikaa. Lopettaneita oli 18 % tutkimukseen osallistuneista.

Sisäistä motivaatiota mitattiin Intrinsic Motivation Inventory – mittarilla (IMI) ja tavoiteorientaatiota Perception of Success Questionnaire – mittarilla (POSQ). Mittarit oli muokattu jalkapalloon sopiviksi aikaisempien tutkijoiden toimesta.

Mittarien luotettavuutta analysoitiin Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimien, Cronbachin alfa – kertoimien sekä faktorianalyysin avulla. Tuloksia analysoitiin korrelaatiokertoimien ja t – testin avulla. Sisäisen motivaation mittari jakautui tutkimuksessa neljään faktoriin, joista valittiin luotettavuuden perusteella kolme faktoria: viihtyminen, koettu pätevyys ja yrittäminen. Tavoiteorientaatiomittarissa oli selkeä kahden faktorin rakenne.

Sisäisen motivaation ulottuvuuksien keskiarvot olivat alkumittauksessa lopettaneilla erittäin merkitsevästi alhaisemmat kuin jatkaneilla pelaajilla. Tavoiteorientaatioissa ei ilmennyt tilastollista eroa alkumittauksessa lopettaneiden ja jatkaneiden kesken. Jatkaneiden pelaajien sisäisen motivaation viihtymisen dimensio oli loppumittauksessa erittäin merkitsevästi heikompi kuin alkumittauksessa. Sisäisen motivaatiomittarin koetun pätevyyden ja yrittämisen dimensioiden sekä tavoiteorientaation arvoissa alkumittauksessa ei ilmennyt tilastollista eroa loppumittaukseen. Niissä ei ollut tapahtunut muutosta Kaikki Pelaa – ohjelman aikana.

Avainsanat: Kaikki Pelaa, dropout, jalkapallo, sisäinen motivaatio, tavoiteorientaatio

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

| | |
|---|----|
| 1. JOHDANTO | 5 |
| 2. KAIKKI PELAA - OHJELMA | 6 |
| 3. LOPETTAMINEN | 8 |
| 3.1 Dropout - tutkimukset urheilussa..... | 8 |
| 3.2 Dropout - tutkimukset jalkapallossa | 11 |
| 4. MOTIVAATIO | 13 |
| 4.1 Liikuntamotivaatio..... | 13 |
| 4.2 Suoritusmotivaatio | 14 |
| 5. SISÄINEN MOTIVAATIO | 17 |
| 5.1 Viihtyminen..... | 18 |
| 5.2 Koettu pätevyys | 18 |
| 5.3 Yrittäminen..... | 19 |
| 5.4 Ahdistuneisuus..... | 19 |
| 6. TAVOITEORIENTAATIO | 20 |
| 6.1 Tehtäväorientaatio | 20 |
| 6.2 Kilpailuorientaatio | 21 |
| 6.3 Aikaisempia tutkimuksia tehtävä – ja kilpailuorientaatiosta | 22 |
| 7. TUTKIMUKSEN VIITEKEHYS JA TUTKIMUSONGELMAT | 24 |
| 8. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN | 26 |
| 8.1 Tutkimuksen kohdejoukko | 26 |
| 8.2 Tutkimusaineiston keruu | 26 |

| | |
|--|----|
| 8.3 Tutkimuksessa käytetyt mittarit..... | 27 |
| 8.3.1 Tavoiteorientaatiomittari..... | 27 |
| 8.3.2 Sisäinen motivaatio – mittari..... | 27 |
| 8.3.3 Aineiston analysointi..... | 28 |
| | |
| 9. TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS | 29 |
| 9.1 Sisäisen motivaation mittari | 30 |
| 9.1.1 Sisäisen motivaatiomittarin validiteetti..... | 30 |
| 9.1.2 Sisäisen motivaatiomittarin eri ulottuvuuksien reliabiliteetit | 31 |
| 9.2 Tavoiteorientaatiomittari | 37 |
| 9.2.1 Tavoiteorientaatiomittarin validiteetti..... | 37 |
| 9.2.2 Tehtäväorientaatiomittarin reliabiliteetti..... | 38 |
| 9.2.3 Kilpailuorientaatiomittarin reliabiliteetti..... | 40 |
| | |
| 10. TULOKSET | 43 |
| | |
| 11. POHDINTA | 49 |
| | |
| LÄHTEET..... | 56 |
| | |
| LIITTEET | 62 |

1. JOHDANTO

Suuren kansallisen liikuntatutkimuksen (2002) mukaan 3 – 18 – vuotiaista lapsista ja nuorista peräti 92 % (972000) ilmoittaa harrastavansa liikuntaa jossain muodossa. Seuraharrastajien määrä on samaan aikaan lisääntynyt. Maassamme 40 % nuorista (427000) lasta ja nuorta harrastaa urheiluseurassa. Lähes joka toinen niistäkin, jotka eivät harrastaneet urheiluseuroissa, haluaisi tulla mukaan seuraan. (Nuori Suomi ry 2002.)

Seuraharrastajien määrän noustessa jatkavatko kaikki lapset ja nuoret harrastustaan vai kasvaako harrastuksensa lopettaneiden määrä samassa suhteessa? Viime vuosina ovat eri lajiliittojen kampanjat saaneet huomiota. Lajiliitot ovat tehneet yhdessä Nuori Suomi ry:n kanssa kehitysohjelmiaan juniorityön parantamiseksi. Valtakunnallinen Kaikki Pelaa - ohjelma on Suomen Palloliiton kehitysohjelma. Ohjelma käynnistyi vuonna 2000. Sen tavoitteena oli vähentää lasten ”vilttiketjukomennuksia” ja ehkäistä siten harrastuksen enneaikaista lopettamista. Miten ohjelma on tavoitteissaan onnistunut? Mitä kuuluu suomalaiselle junioripelaajalle? Onko Kaikki Pelaa - ohjelma edistänyt harrastajien asemaa ja ehkäissyt harrastuksen lopettamista? Näihin kysymyksiin pyrittiin saamaan vastauksia tämän tutkimuksen avulla.

Pelaajan viihtymiseen harrastuksen parissa vaikuttavat hänen motivaationsa vahvuus ja se perspektiivi tai orientaatio, jolla hän toivoo saavuttavansa tavoitteen. Sisäisen motivaation ja tehtäväorientaation on aiemmissa tutkimuksissa havaittu vaikuttavan positiivisesti urheilun harrastamiseen (Harter 1981; Kimiecik, Allison & Duda 1986; Digelidis & Papaioannou 1999). Alhainen sisäinen motivaatio ja kilpailuorientaatio vastaavasti vaikuttavat kielteisesti harrastuksen jatkamiseen. Tässä tutkimuksessa pyrittiin jalkapallonharrastajan sisäisen motivaation ja tavoiteorientaation perusteella saamaan selville harrastuksen lopettamiseen johtavia syitä sekä Kaikki Pelaa - ohjelman yhteyttä lasten ja nuorten motivaatioon ja tavoiteorientaatioon.

Tulevana liikunnanopettajana minua kiinnostaa lasten harrastamiseen kuuluvat seikat. Tämän tutkimuksen avulla on mahdollista saada tietoa lasten ja nuorten liikuntaharrastusten motiiveista ja lopettamisen syistä. Tulokset antavat kuvan suomalaisen junioripelaajan sisäisestä motivaatiosta ja tavoiteorientaatiosta. Tutkimuksen tuloksia voidaan käyttää jalkapallon juniorityön apuna ja valmennustoiminnan kehittämisessä.

2. KAIKKI PELAA - OHJELMA

Suomen Palloliiton valtakunnallisen Kaikki Pelaa -ohjelman tavoitteena on tarjota lapsen ja nuoren tasolla mielenkiintoisia pelejä ja leikkejä eri olosuhteissa ympäri vuoden. Jalkapalloharrastuksen aloittamisen helpottaminen sekä mahdollisuuksien luominen erilaisiin tehtäviin jalkapalloseurassa sisältyvät myös ohjelmaan. Seuratasolla ohjelman tarkoituksena on lasten ja nuorten kilpailujärjestelmän uudistaminen sekä sopimus- ja kannustuskulttuurin kehittäminen. Valmentajille, ohjaajille ja vanhemmille ohjelman tarkoituksena on antaa valmiudet ohjata sekä kannustaa lasta tai nuorta tämän omista lähtökohdista. Yhteiskunnallisella tasolla Kaikki Pelaa -ohjelman tarkoituksena on ottaa vastuuta lasten ja nuorten päivittäisestä elämästä yhdessä kodin, koulun ja muiden tahojen kanssa. (Suomen Palloliitto 1999, 9-10.)

Vuodesta 2000 lähtien toiminnassa olleen Kaikki Pelaa - ohjelman sääntöjä on uudistettu parantamaan lasten ja nuorten asemaa. Jokainen harrastaja voi olla mukana kannustavassa ja turvallisessa jalkapalloharrastuksessa omilla ehdoillaan. Vuosittain liittohallituksen vahvistamat Kaikki Pelaa – säännöt ovat ainoat viralliset lasten ja nuorten jalkapallosäännöt Suomessa. Sääntöjen ja toimintaperiaatteiden tärkein valvontavastuu on joukkueilla itsellään. (Suomen Palloliitto, 2002.)

Kaikki Pelaa -ohjelmassa lapset ja nuoret on jaettu kolmeen ryhmään: alle 11 -vuotiaat; 12 - 15 -vuotiaat; 16 - 20 - vuotiaat. Alle11-vuotiaat lapset muodostavat ”Jalkapallon LeikkiMaailman”. Tässä ryhmässä jokaisella tytöllä ja pojalla on oikeus turvalliseen ja monipuoliseen harrastamiseen aikuisen ohjauksessa. Toimintaa järjestetään lapsen lähtökohdista ja suositellaan useiden eri liikuntamuotojen harrastamista. Joukkueiden ohjaajat huolehtivat siitä, että joukkueen pelaajia peluutetaan tasapuolisesti vuoden aikana ”Puolen Pelin Takuu” -sääntöön perustuen. Peleissä ja turnauksissa on lapsille sovelletut säännöt, joista tärkeimpiä ovat paitsion puuttuminen, lentävät edestakaiset vaihdot sekä viidellä maalilla häviöllä ollessa ylimääräisen (jokeri)pelaajan mukaan ottaminen. Peleissä tuomarin tehtäviä hoitaa Pelinohjaaja, jolla on käytössään vain vihreä kortti. (Suomen Palloliitto, 2003.)

”Jalkapallon KaveriMaailmassa” 12 - 15 -vuotiaita tyttöjä ja poikia koskevat samat edellä mainitut säännöt. Paitsiot tosin tuomitaan lukuun ottamatta pienpelejä. Ikäryhmän keskeisiksi tekijöiksi nousevat kaveruus, yksilöllisyyden kunnioittaminen sekä opettaminen ja oppimisen tukeminen. Tärkeätä on huomioida pelaajien erilaiset tarpeet. Seuran järjestämät yleiset taitoharjoitukset mahdollistavat halukkaille useampia harjoituksia viikossa. Pelaajille järjestetään myös Pelinohjaaja- ja Lasten ohjaajakoulutusta vähintään joka toinen vuosi. (Suomen Palloliitto, 2003.)

Vanhimpaan ikäryhmään, ”Jalkapallon TulevaisuusMaailmaan”, kuuluvat 16 - 20 -vuotiaat tytöt ja pojat. Heillä on oikeus monipuoliseen harrastamiseen sekä pelaajina että ohjaajina. Toimintoja ohjaavia voimia ovat kaveruus, tulevaisuuden suunnitteleminen ja omiin mielenkiinnon kohteisiin suuntautuminen. Kaikki Pelaa – sääntö on voimassa, minkä perusteella peliaika jakautuu kauden aikana pelaajien kesken. Pienpeleissä ovat nuorempien ryhmien vaihto-, paitsio- ja jokeripelaajasäännöt voimassa. (Suomen Palloliitto, 2003.)

3. LOPETTAMINEN

Urheiluharrastuksen lopettanutta kutsutaan kansainvälisissä julkaisuissa sanalla ”dropout”. WSOY:n Ison Tietosanakirjan (1995, 193) mukaan dropout tarkoittaa poispuodonnutta, varsinaisesti yliopistosta tai lukiosta tai sosiaalisesta kilpailusta eroon jäänyttä. Kalliopuska, Miettinen ja Nykänen (1995,1) pelistä putoamisesta puhuessaan tarkoittavat dropoutilla nuoren urheiluharrastuksen ennakoimatonta ja eri tekijöistä johtuvaa lopettamista.

1970- ja 1980-luvuilla räjähdysmäisesti kasvanut ja kehittynyt lasten ja nuorten urheilu käynnisti keskustelun nuorisourheilun eduista ja haitoista. Länsimaissa lapsi- ja nuorisourheilun varhainen erikoistuminen, liika kilpailuihin osallistuminen, voittamisen korostaminen, stressi ja aikuisten näkökulma valmennuksessa aiheuttivat urheiluharrastuksen lopettamista. Ongelmat saivat paljon mielenkiintoa ja johtivat dropout - tutkimusten tekemiseen. (Patriksson 1988, 29 - 37.)

3.1 Dropout - tutkimukset urheilussa

Dropout - ilmiötä on tarkasteltu usean eri tieteen alan näkökulmasta. Andresen ja Kröger (1981) jaottelevat dropout- tutkimukset tarkasteltujen tekijöiden ja lähestytyjen näkökulmien perusteella. Tutkimukset jaetaan 1) sosiologiseen, 2) psykologiseen, 3) liikuntalääketieteelliseen ja 4) harjoitusmethodiseen näkökulmaan. (Andresen & Kröger 1981, 178.) Dropoutia on eniten tutkittu liikuntapsykologiassa, jossa tutkimuksen ensisijaisena kohteena ovat olleet liikuntamotiivit ja urheilusta poisjättäytyminen motivaatioanalyttisestä viitekehuksesta tarkasteltuna. (Virtanen 1999, 21 - 22.)

McPherson (1984) Virtasen (1999) mukaan on tutkinut huippu- urheilijoiden lopettamista elämänsäkaari - näkökulmasta liikuntasosiologisena ilmiönä. Suurin osa lopettaa vapaaehtoisesti tai pakosta noin 20 vuoden iässä. Lasten ja nuorten lopettamisprosessia tulisi täten arvioida luonnollisena siirtymänä yksilön kehitysvaiheesta toiseen, kun nuori etsii erilaisia kokemuksia. Dropout- tutkimusten tulisi keskittyä etsimään vastauksia kysymyksiin miksi, miten ja milloin lopettaminen tapahtuu yksilön tai tietyn ikäluokan elämänsäkaarella. (Virtanen 1999, 22 - 23.)

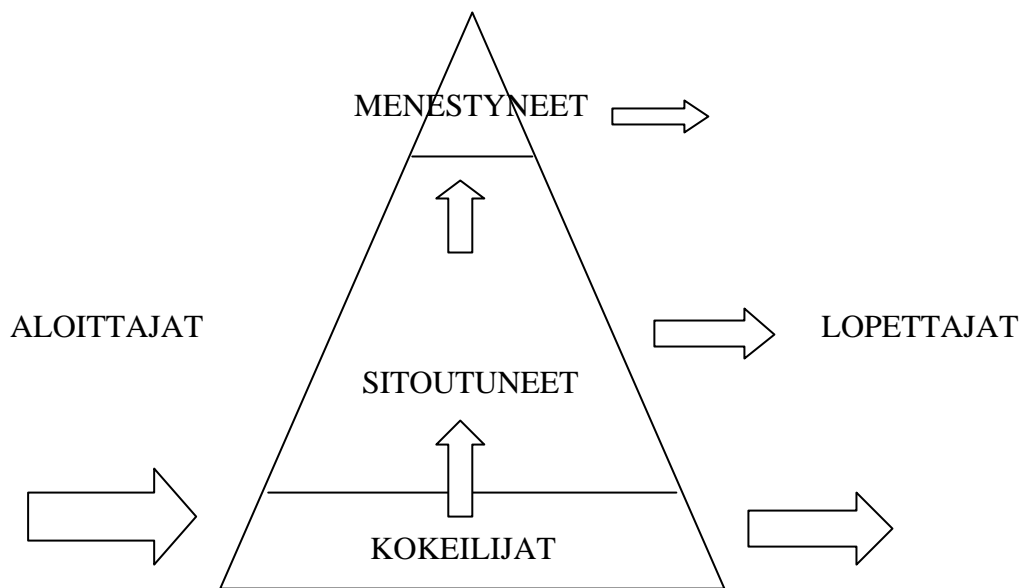
Patriksson (1988) viittasi tärkeimpiin dropout - tutkimusten löydöksiin, joissa urheiluharrastuksen lopettamista ja uuden etsimistä pidettiin positiivisena, lapsen tai nuoren kehittymiseen kuuluvana asiana. Toisena tärkeänä löydöksenä Patriksson mainitsi lopettaneiden tehneen päätöksensä sisäisten (mielenkiinnon suuntaaminen toisaalle) ja ulkoisten tekijöiden (koulu vie liikaa aikaa) summana. Lisäksi suurin osa lopettaneista oli vain vaihtanut lajia eikä ollut lopettanut urheilua kokonaan. (Patriksson 1988, 29 - 37.)

Urheilun dropout-tutkimuksissa on tärkeätä selvittää keskeisen tekijän, urheilun, määritelmä. Patrikssonin (1988) mukaan tutkimukset eroavat urheilun määrittämisen laajuuden johdosta. Mitä kapeampi määritelmä on, sitä useampi luetaan lopettaneeksi ja päinvastoin. Jos henkilö vaihtaa seuraa kilpaurheiluseurasta kuntourheiluseuraan, hänet luokitellaan urheiluharrastuksen lopettaneeksi kapean määritelmän mukaan. Laajemmalla määritelmällä kyseinen henkilö luettaisiin edelleen urheilua harrastavaksi. (Patriksson 1988, 29 - 37.)

Patriksson (1988) pitää tutkimuksissa tärkeänä miettiä, tarkasteleeko ongelmaa yksilön, seuran vai lajiliiton tasolta. Jos nuori vaihtaa harrastusta jalkapallosta jääkiekkoon, luokitellaan hänet yksilötasolla edelleen urheilua harrastavaksi. Seuratasolla kyseinen nuori luokitellaan jalkapalloseurassa lopettaneeksi. Myös liittotasolla hänet luokitellaan lopettaneeksi. (Patriksson 1988, 29 - 37.) Tässä opinnäytetyössä lopettaminen on määritelty seuran ja lajiliiton tasolla.

Dropout - tutkimusten tuloksia luettaessa on syytä ottaa huomioon aika yhtenä näkökulmana. Urheiluharrastuksen lopettamispäätös ei aina ole lopullinen, vaan samaan harrastukseen saatetaan palata tai aloittaa kokonaan uusi harrastus. Tutkimuksessa pitäisi ilmetä, pysyykö lopettanut passiivisena urheiluun vai palaako hän aktiiviseen harrastamiseen. (Patriksson 1988, 29 - 37.)

Patriksson (1988) esittää, että 8-9 -vuotiaat lopettavat urheiluharrastuksen ja vaihtavat sen useammin kuin muun ikäiset lapset. Tämä on luonnollista, koska 8-9 -vuotiaat harrastavat useampia lajeja kuin vanhemmat lapset. Vastaavasti suomalaisen tutkimuksen mukaan (Telama, Laakso & Yang 1994, -73) 15-ikävuoden jälkeen lopettaminen kasvaa poikien osalta ja tyttöjen osalta se pienenee.



KUVIO 1. Liikunnan ja urheilun harrastamisen pyramidi (Lämsä & Mäenpää 2002, 8).

Nuoren harrastushistoria urheilussa tai lajissa on yleensä olennainen urheiluharrastuksen lopettamisessa. Lasten ja nuorten liikunnan harrastamista voidaan kuvata kuvion 1 pyramidimallin mukaisesti. Mallin alimman osan muodostaa lajikokeilijoiden joukko. He ovat lapsia ja nuoria, jotka vasta hakevat ensimmäisiä kokemuksiaan lajista. Pyramidin keskiosassa on sitoutuneiden ryhmä, jotka jo harrastavat tiettyä lajia. Pyramidin yläpäässä on pieni, kilpailullisesti menestynyt ja lajiaan jo useamman vuoden harrastanut joukko. (Lämsä & Mäenpää 2002, 7 – 8.)

Kokeilijat näkyvät lopettamistilastoissa suurena osuutena. Tämä ei ole kuitenkaan huolenaihe, koska se kuvaa lasten aktiivista lajien kokeiluvaihetta. Menestyneiden joukko on monen lajiliiton toiminnan ydin. Vastaavasti sitoutuneiden urheiluharrastuksen lopettaminen on koko lopettamista koskevan ongelman pääkohta. Tästä ryhmästä seurat ja lajiliitot saavat eniten aktiivisia harrastajia sekä myöhempiä puuhaihmisiä. (Lämsä & Mäenpää 2002, 7 – 8.)

Patrikssonin (1988) mukaan urheiluharrastuksen lopettamisen yleisin syy oli se, että harrastus on ”tylsää”. Tämä johtui siitä, että useat erilaiset syyt kuten omat epäonnistumiset, loukkaantumiset sekä huonot valmentajat selittivät joko yhdessä tai erikseen yksitoikkoisuuden tunnetta. Harrastuksen vaihtamisen suurimpina syinä olivat tyytymättömyys seuran erilaisiin osa-alueisiin (huono valmentaja, ei kavereita ja liian vähän pelejä) sekä mielipide, että toinen harrastus on mielenkiintoisempi. Ulkoiset tekijät, kuten esimerkiksi pitkät harjoitusmatkat, huonot harjoitusajat ja muutto toiselle paikkakunnalle, selittivät vain marginaalisen osan harrastusten vaihtamisista ja lopettamisista. Ajan puute, niin lisääntyvien koulutehtävien kuin harjoitustenkin suhteen, aiheutti 16 - 19 -vuotiaiden ikäluokassa tiettyyn harrastukseen erikoistumista ja muiden lopettamista. Kyseiset syyt osoittavat, että negatiiviset asiat, kuten menestymisen puute tai liioiteltu suoritusorientaatio, eivät ole suurimpia syitä lopettaa urheilu. (Patriksson 1988, 29 - 37.) Gouldin (1987, 61 - 85) mukaan yleisimmät lopettamissyöt ovat muut harrastukset ja kiinnostukset, intressien ristiriita, menestymättömyys, ”en enää kehittynyt”, peliajan puute, kyllästyminen (”ei ollut enää hauskaa”) ja loukkaantumiset.

3.2 Dropout - tutkimukset jalkapallossa

Nuorten varhainen lopettaminen on juniorijalkapalloilun suuri ongelma kaikkialla maailmassa. Joukkuepeleissä lopettaminen tapahtuu yleisimmin 13 – 16 - ikävuoden paikkeilla (Kalliopuska ym. 1995, 1). Kaudella 2000 – 01 lopettaneita 7 – 18 – vuotisia jalkapallon harrastajia oli 16985, 24,8 % kokonaismäärästä (Lämsä & Mäenpää 2002).

Suomessa vuosina 1994 ja 1995 C- ja B- junioreille tehtyjen selvitysten mukaan suurin osa pojista lopetti 4-8 vuoden harrastamisen jälkeen, kun suurin osa tytöistä lopetti 2-4 vuoden jälkeen. Selvityksen mukaan lopettamiseen vaikuttivat eniten muu urheilulaji, peliajan vähyys, muu harrastus, koulunkäynti, valmennuksen taso sekä loukkaantumiset. Muina syinä voidaan mainita joukkueen heikko menestys, oman seuran joukkueen puuttuminen sekä harjoitteluolosuhteet. (Kalliopuska ym. 1995.) Lämsän ja Mäenpään (2002) mukaan suuret massat tulevat jalkapallon lisenssijärjestelmän pariin 5 -10 vuoden ikäisinä. Lopettamista tapahtuu tasaisesti 8 – 16 – vuoden ikäisinä. Nuorten keskimääräinen lopettamisprosentti kaudella 1998/99 oli 27,5. Lopettamisprosentti oli kaudella 2001/02 laskenut 24,8 prosenttiin, jolloin erityisesti 7 – 15 – vuotiaiden lopettaminen oli pienentynyt. (Lämsä & Mäenpää 2002, 19).

Skardin ja Vaglum (1989) tekemän tutkimuksen mukaan kaverisuhteet, tyytyväisyys pelaamiseen ja jalkapallon ulkopuoliset tekijät vaikuttivat harrastuksen lopettamiseen enemmän kuin pätevyyden ja taitojen tunteet tai vanhempien asenne. Yksittäisistä muuttujista jalkapallokaverit vaikutti eniten lopettamiseen. (Skard & Vaglum 1989, 65 - 72.) Van Yperenin (1997) tutkimuksen mukaan huonosti viihtyvät kokevat enemmän ajatuksia lopettamisesta kuin muut. Hän havaitsi lopettamisoireiden ilmestyvän kauden lopulla useimmiten sellaisille pelaajille, joiden mielestä omat uhrukset olivat suuremmat kuin saavutetut tulokset (VanYperen 1997, 318 - 325). Pelaajien, jotka pitävät omia virheitään syynä epäonnistumisiin ja jotka samalla kokevat menestymisen jalkapallossa tärkeänä, voidaan ennustaa lopettavan pelaamisen (Ommundsen & Vaglum 1991, 45 - 50).

Ommundsen ja Vaglum (1997) tutkivat koetun pätevyyden merkitystä jalkapalloilun lopettamiseen nuorilla 12 - 16 -vuotiailla pojilla. Tutkimuksen mukaan alhainen koettu pätevyys selittää lopettamista nuoremmilla pelaajilla, jos pelaaja ei ole aloituskokoonpanossa. Vanhemmilla pelaajilla alhainen koettu pätevyys selittää lopettamista aloituspaikasta huolimatta. (Ommundsen & Vaglum 1997, 373 - 383.)

Virtasen (1999, 57 - 58) opinnäytetyön mukaan naispallotilun lopettamiseen nousee esiin kolme keskeistä syytä. Joukkueen hajoaminen, kyllästymisen lajiin ja monen eri asian summa selittivät suurimman osan lopettamispäätöksistä. Tuloksia ei voi täysin verrata tähän tutkimukseen harrastajien sukupuolen ja iän perusteella.

4. MOTIVAATIO

Motivaatiota tutkittaessa pyritään löytämään vastaus ihmisen käyttäytymiseen (Deci & Ryan 1985). Roberts (1992) mukaan motivaatio viittaa persoonallisiin tekijöihin, sosiaalisiin muuttujiin ja kognitiivisiin prosesseihin. Ne alkavat toimimaan, kun henkilö suorittaa tehtävää, jossa häntä arvioidaan, osallistuu kilpailuun toisten kanssa tai yrittää suoriutua hyvin jostakin asiasta. Tällaisissa tapauksissa oletetaan tehtävän itsessään sisältävän haasteen sekä tehtävän lopputuloksen riippuvan suorittajasta. Tehtävän suorittamista määräävät lähestymis- ja välttämismotiivit, odotukset sekä arviot onnistumisesta ja epäonnistumisesta. (Roberts 1992.)

Motivaatiotutkimuksella pyritään selvittämään käyttäytymisen suunta ja sen vaatima energia. Motivaatioteoriat vastaavat kysymykseen miksi. Tähän kysymykseen on esitetty erilaisia teoreettisia malleja aina mekaanisesta ja kognitiivisesta toiminnalliseen malliin. (Roberts 1992.)

Motivaation ymmärtämisessä merkittävimmän havainnon urheilun yhteydessä teki Roberts (1992) mukaan Murray (1938), jonka mukaan suoritusilanteessa esiintyy kaksi motiivia: onnistumisen saavuttaminen ja epäonnistumisen välttäminen. Tämä teoria on antanut pohjan monille nykyisille motivaatiotutkimuksen lähestymistavoille, vaikka kaikkia teorian johtopäätöksiä ei olekaan pystytty empiirisesti todistamaan. (Roberts 1992.)

4.1 Liikuntamotivaatio

Liikuntamotivaation kuvailussa voidaan tietyssä määrin soveltaa Telaman (1986) mukaan Maslowin (1954) hierarkista motivaatiomallia. Mallissa alimpina olevien biologisten tarpeiden tulee olla tyydytettyjä ennen kuin ylimpänä oleva itsensä toteuttamisen tarve voi syntyä. ”Liikuntamotivaatiota koskeva tutkimus pyrkii vastaamaan kysymykseen, mikä saa ihmiset liikkumaan ja mikä heitä liikunnassa kiinnostaa” (Telama 1986, 151). Yksittäisinä liikuntamotiiveina pidetään liikuntaharrastuksen taustalla olevia tai sen virittämiä tarpeita, perusteluita ja tavoitteita, jotka suuntaavat ja ylläpitävät harrastusta. (Telama 1986, 149 - 175.)

Motivaatioteoriat pyrkivät selittämään saavuttamiskäyttäytymistä, jota määritellään yrittämisellä, sinnikkyydellä, toiminnan valinnan mahdollisuudella ja suorituksella. Urheilussa saavuttamiskäyttäytymistä esiintyy osanottajien yrittäessä kovemmin ja kauemmin, keskittyessä paremmin, ollessa tarkkaavaisempia, suoriutuessa paremmin, harjoitellessa kauemmin sekä aloittaessa tai lopettaessa urheilun. (Roberts 1992.)

Yksi psykologian merkittävimpiä löydöksiä on, että ihmiset harvoin jatkavat itsepintaisesti esimerkiksi harjoittelua, jos siitä ei huomata olevan henkilökohtaista hyötyä tai etua. Mikäli toiminnan vaatimat ponnistukset ovat suhteellisesti suuremmat kuin toiminnasta aiheutuvat hyödyt, niin toiminta nähdään liiallisia uhrauksia vaativana ja se jätetään tekemättä. Mutta mikäli toiminnan hyödyt ovat suuremmat kuin sen vaatimat ponnistukset, suoritus tehdään. Ponnistus ja siitä saatava hyöty vaihtelevat ihmisistä ja tilanteista riippuen. (Fox & Biddle 1988, 79 – 82.)

Gouldin ja Hornin (1984) mukaan 6 – 18 – vuotiaiden lasten ja nuorten kuusi yleisintä liikuntamotivaatiota olivat tärkeysjärjestyksessä:

1. hauskanpitäminen
2. taitojen parantaminen ja uusien oppiminen
3. ystävien kanssa oleminen ja uusien saaminen
4. elämysten ja jännityksen kokeminen
5. menestyksen tai voiton saavuttaminen
6. kunnon kohentaminen (Gould & Horn 1984, 359 – 370.)

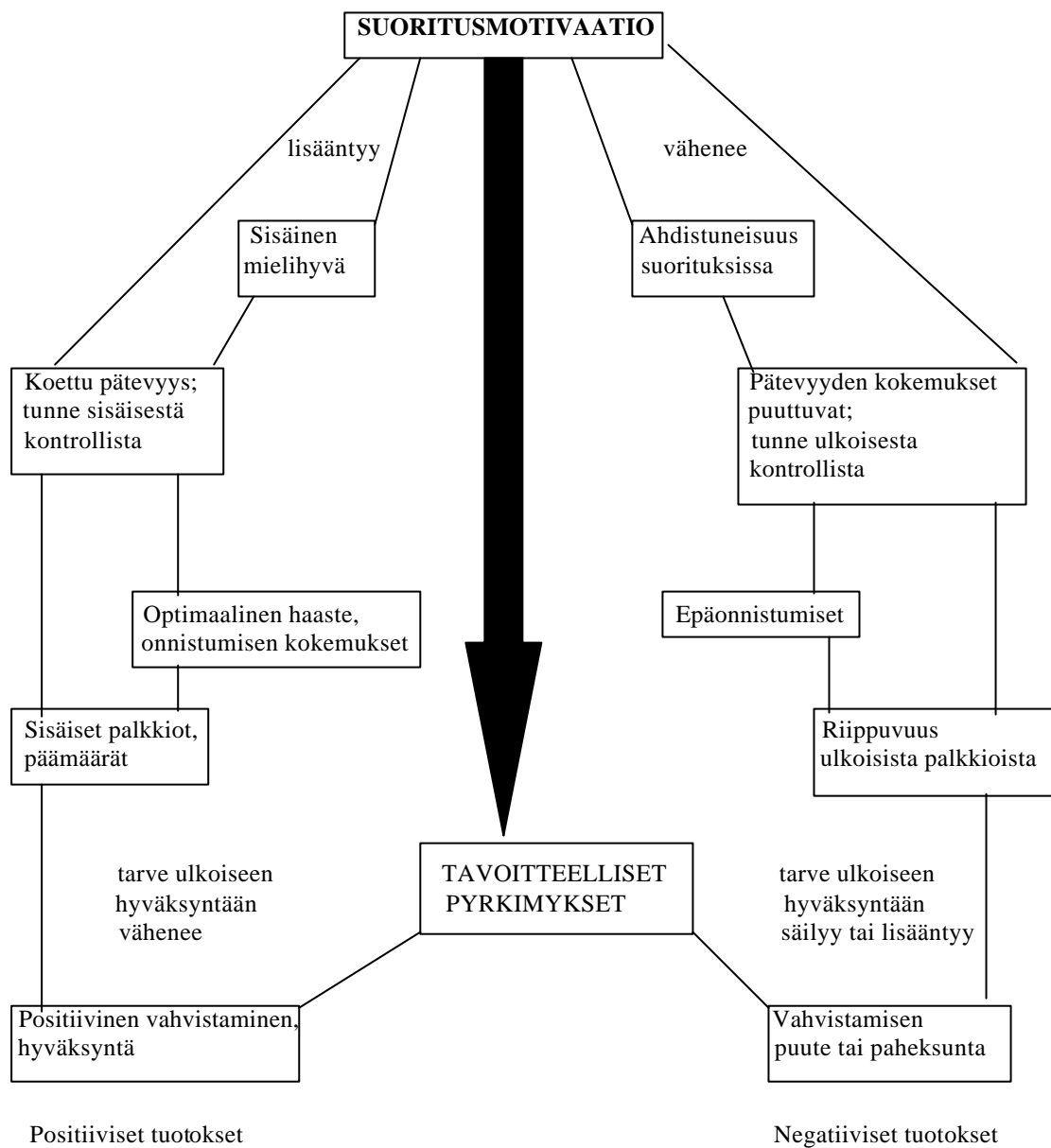
4.2 Suoritusmotivaatio

Harterin (1981) mukaan White (1959) kehitti teorian suoriutumismotivaatiosta, jossa motivaatio mahdollistaa pätevän suorituksen ja tuottaa sisäistä mielihyvää. Sisäinen motivaatio nähdään toiminnan tehokkuutena, josta saa sisäistä tyydytystä ja mielihyvää. (Harter 1981, 215 - 255.)

Harterin (1978) suoritusmotivaatiomallin teoreettinen malli sisäisestä motivaatiosta pohjautuu Whiten suoriutumismotivaatiomalliin. Harter lisäsi omaan malliinsa ulkoiset motivaatiotekijät, palkitsemistoiminnot, epäonnistumisen vaikutukset sekä kontrollin ja pätevyyden tunteen väliset yhteydet. (Harter 1978, 34 - 64.)

Harterin suoritusmotivaatiomalli jaetaan sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon (kuvio 2). Sisäistä motivaatiota kuvataan vasemmalla ja ulkoista motivaatiota oikealla puolella.

Sarlinin (1995) mukaan suoritusmotivaatio saa lapsen ryhtymään tavoitteellisiin yrityksiin, joita voi olla niin fyysisellä, sosiaalisella kuin kognitiivisellakin alueella. Jotta motivaatio pysyisi yllä, lapsi tarvitsee tavoitteellisille yrityksilleen riittävän määrän positiivista vahvistamista. Positiivisella vahvistamisella tarkoitetaan vanhemman, kaverin tai valmentajan hyväksyntää tai kannustusta. Vahvistamista tulee tapahtua lapsen kehityksen varhaisessa vaiheessa ja vahvistamista tehdään nimenomaan tavoitteellisia yrityksiä kohtaan eikä ainoastaan onnistumista niissä. Mikäli lapsi on saanut riittävän määrän positiivista vahvistamista, hän vähitellen sisäistää kaksi vallitsevaa järjestelmää: itsepalkitsemisjärjestelmän ja tavoitteellisten päämäärien asettamisjärjestelmän. Itsepalkitsemisjärjestelmän tehtävänä on kannustaa lasta tavoitteellisiin päämääriin; lapsi ymmärtää häntä palkkinneiden sosiaalisten agenttien asettamat tavoitteelliset päämäärät. Riippuvuus ulkoisesta sosiaalisesta vahvistamisesta vähenee, kun ymmärtäminen etenee ja käyttäytymistä alkavat määrätä sisäiset palkkiot ja sisäinen motivaatio. Mutta mikäli lapsi saa negatiivista vahvistamista ja paheksuntaa, tulee käyttäytymistä määrääväksi tekijäksi ulkoinen motiivi. (Sarlin 1995, 48 – 50.)



KUVIO 2. Harterin suoritusmotivaatiomalli (Harter 1978,38; käänös Sarlin 1995,49).

5. SISÄINEN MOTIVAATIO

Sisäisellä motivaatiolla tarkoitetaan ihmisen luontaisia taipumuksia ryhtyä toimimaan mielenkiinnon kohteiden mukaan ja harjoittaa omia kykyjään. Käytös voi tapahtua ilman ulkoista palkitsemista tai ympäristön kontrollia. Sisäinen motivaatio toimii käyttäytymisen energianlähteenä motivoiden yksilöä optimaalisiin haasteisiin ja itsensä kehittämiseen. (Deci & Ryan 1985, 43.)

Sisäisesti motivoitunut ihminen on kiinnostunut ja kokee nautintoa suorittaessaan tehtävää sekä tuntee itsensä päteväksi ja itsemääräytyväksi. Koettu pätevyys on yhteydessä sisäiseen motivaatioon, eli mitä pätevämmäksi ihminen kokee itsensä, sitä suurempi sisäinen motivaatio hänellä on toiminnassa. Itsemääräytymisellä tarkoitetaan kykyä valita ja saavuttaa nämä valinnat määräämään ihmisen toimintaa. (Deci & Ryan 1985, 58.)

Merkittävänä olettamuksena sisäistyneen liikunnan harrastuksen syntymisen kannalta voidaan pitää perusolettamusta, että fyysisellä toiminta – alueella sisäisesti motivoitunut lapsi kokee itsensä suhteellisen päteväksi vastaavalla alueella ja itsenäiseksi tapahtumien säätelyn hallinnan suhteen. Tällä tarkoitetaan vastuun ottamista onnistumisista ja epäonnistumisista. (Liukkonen 1995, 95 – 122.)

Urheilu mahdollistaa omien taitojen ja pätevyysien yleisen vertailun. Todennäköisyys oikean palautteen saamisesta kasvaa ja sitä kautta sisäinen motivaatio vahvistuu. (Deci & Ryan 1985, 314.) Urheilutoiminnan sisäisiä motiiveja ovat ilo, hauskuus, mielihyvän tunteminen, henkilökohtaisten taitojen kehittäminen ja suoriutuminen sekä sosiaalisuus kuten ystävät ja joukkue-toimintaan osallistuminen. Toiminta on itsessään motivoivaa eikä palkkioista tai hyväksynnästä haeta ulkoista vahvistusta. Sisäisesti motivoituneelle henkilölle fyysinen toiminta tuottaa sisäistä mielihyvää ja hän pysyy kauemmin urheilutoiminnassa mukana kuin ulkoisesti motivoitunut. (Fox & Biddle 1988.)

Ryan ym. (1982) ovat kehittäneet sisäisen motivaation mittaria (The Intrinsic Motivation Inventory, IMI). Mittarissa analysoidaan sisäistä motivaatiota viihtymisen, koetun pätevyyden, yrittämisen ja ahdistuneisuuden avulla. Mittari on saavuttanut laajan hyväksynnän sisäisen motivaation mittaamisessa. (Markland & Hardy 1997.)

5.1 Viihtyminen

Viihtymistä voidaan pitää keskeisenä sisäisen motivaation tekijänä urheilussa. Se lisää urheiluun osallistumista ja vastaavasti viihtymisen puute vaikuttaa erittäin merkittävästi urheilusta luopumiseen. (Bakker, De Koning, Van Ingen Schenau & De Groot 1993, 432 – 442.) Liikunnan nautinto voi toimia tehokkaana motivoijana (Fox 1998, 16 - 20). Scanlan ja Lewthwaite (1986) määrittelevät liikuntanautinnon koostuvan sisäisistä ja ulkoisista tekijöistä. Sisäisillä tekijöillä tarkoitetaan liikuntaan sinänsä liittyviä elementtejä. Yksilö nauttii urheilusta, koska hän kokee itsensä päteväksi, oppii uusia asioita sekä kokee liikunnan iloa. Ulkoisia tekijöitä ovat yksilön koettu pätevyys muihin verrattuna sekä muilta saama tunnustus omista taidoistaan. (Scanlan & Lewthwaite 1986, 25 – 35.) Fox (1998, 16 – 20) toteaa myös sosiaalisten tekijöiden kuten ryhmään tai joukkueeseen kuulumisen tuottavan nautintoa varsinkin nuorille. Jalkapallossa viihtymiseen liittyvät Ommundsenin ja Vaglummin (1991) mukaan korkea koettu pätevyys jalkapallossa sekä vanhempien ja valmentajien positiivinen osallistuminen. Liukkosen (1998) väitöskirjassa nuorten jalkapalloilijoiden viihtyvyydestä korkeimmin viihtyvyyteen liittyi tehtäväilmasto. Seuraavaksi suurin merkitys oli tehtävääorientaatiolla. Kilpailuilmasto ja kilpailuorientaatio korreloivat viihtyvyyteen vähäisesti ja jopa negatiivisesti. Koettu pätevyys korreloi viihtymisen kanssa merkitsevästi ainoastaan viihtymisessä peleissä. (Liukkonen 1998.)

5.2 Koettu pätevyys

Sisäinen motivaatio ymmärretään Decin (1975) mukaan yksilön sisäisenä tarpeena toimia tehokkaasti ympäristössään. Yksilö tuntee luontaista mielihyvää tyydyttyään tämän tarpeensa. Deci toteaa myös, että ihminen etsii pätevyyden ja itsemääräävyyden tunteita. Saavuttaakseen näitä tunteita, ihminen etsii haastavia tilanteita, jotka ovat optimaalisia hänen kyvyilleen. Haasteiden voittaminen sekä epävarmuuden vähentäminen tuottavat luontaista tyydytystä. (Deci 1975, 54 - 63.)

Urheilussa tehtyjen tutkimusten perusteella koettua pätevyyttä säätelevät subjektiiviset onnistumisen ja epäonnistumisen kokemukset (Kimiecik, Allison & Duda 1986), jotka eivät aina vastaa objektiivista suoritustulosta (Spink & Roberts 1980). Lasten liikunnassa on tärkeää ylläpitää ja parantaa kyvykkyyden tunnetta sekä korostaa positiivisia tunteita liikunnassa (Liukkonen 1995). Kyvyt ja oma käsitys kyvyistä Harterin (1981) mukaan ovat

keskeisiä motivaation selittäjiä. Deci ja Ryan (1985) toteavat jokaisen tapahtuman, joka vahvistaa koettua pätevyyttä, lisäävän myös sisäistä motivaatiota.

Kimiecikin, Allisonin ja Dudan (1986) 9 -12 - vuotiaille pojille suoritetussa tutkimuksessa tuli esiin seikka, että huolimatta pelin lopputuloksesta lapsi kokee olevansa tyytyväinen suoritukseensa. Lisäksi saatiin selville, että lapsen oma koettu pätevyys oli paras keino ennustaa suoritustyytyväisyyttä. (Kimiecik, Allison & Duda 1986, 255 - 268.)

5.3 Yrittäminen

Sisäisesti motivoitunut henkilö uskoo kovan yrittämisen ja harjoittelun tuottavan menestystä ja tuloksia. Hän kokee pystyvänsä vaikuttamaan lopputulokseen omalla toiminnallaan. Tästä johtuva voimistunut kontrollin tunne johtaa yrittämiseen. Sisäisesti motivoitunut henkilö uskoo voittavansa vaikeudet kovan yrittämisen avulla. Hän toimii pitkäjänteisesti ja pysyy toiminnassa pitempään. (Roberts 1992.)

5.4 Ahdistuneisuus

Runsaan ulkoisen sekä vähäisen sisäisen motivaation on todettu vaikuttavan ahdistuneisuuteen ja suorituspaineisiin. Koettu pätevyys on epäonnistumisen hetkellä koetuksella, jos motivaatio on riippuvainen ulkoisista tekijöistä (hyväksyntä). Lapsi voi tuntea suoritustilanteen ahdistavaksi, jos hän kokee suoriutumisen olevan ainoa keino saavuttaa hyväksyntä hänelle tärkeiltä henkilöiltä. Suoriutumisesta tulee pakonomainen ja se johtaa suorituspaineisiin, jotka vastaavasti johtavat epäonnistumiseen. Kun hyväksyntää ei saavuteta, ahdistuneisuus lisääntyy ja viihtyminen on entistä vaikeampaa. (Sarlin 1995.) Mandlerin & Sarasonin (1952) mukaan ahdistuksella, joka aiheutuu arvostelutilanteesta ja sosiaalisesta suorituspaineesta, on vaikutusta suoriutumiseen sekä motivaation kehittymiseen (Roberts 1992, 8). Ommundsen ja Vaglum (1991) havaitsivat tutkimuksessaan alhaisen jalkapalloon liittyvän itsetunnon vaikuttavan ahdistuneisuuteen nuorten pelaajien keskuudessa. Vanhempien positiivisella käyttäytymisellä oli vastaavasti yhteyttä korkeaan itsetuntoon jalkapallossa.

6. TAVOITEORIENTAATIO

Suoritusmotivaatio jaetaan tiedollisten lähestymistapojen mukaan kahteen suureen tavoiteperspektiiviin: tehtävä- ja kilpailuorientaatioon (taulukko 1). Nicholls (1992) mukaan menestyminen koetaan näiden orientaatioiden johdosta eri tavoin erilaisissa ympäristöissä. Duda (1992) mukaan myös pätevyys koetaan eri tavoin. Tehtäväorientaatioissa yksilö suorittaa tehtävää sen itsensä takia, kun taas kilpailuorientaatioissa yksilö suorittaa tehtävää tavoitteenaan olla toisia parempi. (Duda 1992.)

Tavoiteorientaation on todettu olevan yhteydessä suoritustoiminnassa käytettyjen strategioiden valintaan. Tehtäväsuuntautuneisuus näyttää lisäävän suuntausta korostaa harjoittelun merkitystä oppimiseen ja kehittymiseen, kun vastaavasti kilpailusuuntautuneet näkevät harjoitukset vähemmän tehokkaana kilpailuun valmistautumisstrategiana. (Duda 1992.)

Eri tavoiteorientaatio - ryhmät eivät ole toisiaan poissulkevia, vaan niiden ajatellaan ilmenevän ihmisessä eri mittakaavoissa. Tavoiteorientaatio – perspektiivit ovat itsenäisiä ulottuvuuksia ja tämän vuoksi orientaatiot voivat olla korkeita / alhaisia kumpaakin orientaatioryhmää koskien. Korkea tehtäväorientaatio / korkea kilpailuorientaatio - ryhmän sekä korkea tehtäväorientaatio / matala kilpailuorientaatio – ryhmän on ajateltu olevan suhteellisen riskittömiä lopettamisen suhteen, kun taas matala tehtäväorientaatio / korkea kilpailuorientaatio - ryhmä ja matala tehtäväorientaatio / matala kilpailuorientaatio – ryhmä ovat alttiita lopettamiselle. (Fox, Goudas, Biddle, Duda & Armstrong 1994, 253 - 261.)

6.1 Tehtäväorientaatio

Tehtäväorientoituneet valitsevat haastavia tehtäviä, yrittävät kovasti ja sinnikkäästi sekä ovat sisäisesti motivoituneita (Duda 1992.) Koettu pätevyys on sisäisesti havaittua sekä tehtävän suorittaminen on tärkeitä. Menestyminen johtuu omasta kehittymisestä ja oppimisesta. Tehtäväorientoituneelle ihmiselle suoritusprosessi on tärkeämpi kuin lopputulos. (Duda, Chi, Newton, Walling & Catley 1995.) Tehtäväorientoituneelle ihmiselle urheilu merkitsee yksilöllistä kehittymistä ja elinikäisten taitojen hankkimista. Hän pitää onnistumisen syinä motivaatiota ja yrittämistä sekä saa tyydytystä täydellisen

hallinnan kokemuksista. Kohdatessaan vaikeuksia tehtäväorientoituneen ihmisen suorituskäyttäytyminen on mukautuvaa, eli hän yrittää loppuun saakka, ponnistelee enemmän, valitsee haastavampia tehtäviä ja on edelleen kiinnostunut tehtävästä. (Roberts, Treasure & Balague 1998, 337 - 347.)

6.2 Kilpailuorientaatio

Kilpailuorientoituneet vertailevat omia taitojaan toisiin. Urheilu merkitsee kilpailuorientoituneelle ihmiselle keinoa lisätä sosiaalista asemaa. Onnistuminen johtuu hänen mielestään taidosta ja ulkoisista tekijöistä sekä hän saa tyydytystä henkilökohtaisesta menestyksestään. (Roberts ym. 1998.) Kilpailuorientoitunut on huolissaan omasta suorituksestaan verrattaessa sitä toisten suorituksiin. Se voi johtaa jopa siihen, että oppimistilanteet jätetään käyttämättä epäonnistumisen pelon johdosta. (Lloyd & Fox 1992.)

Kilpailuorientoituneet urheilijat pitävät onnistumista mahdollisuutena sosiaaliseen hyväksyntään. Harjoittelu nähdään omien taitojen esittämisenä ja tyydytys saadaan taitojen vertailemisesta. Kilpailuorientoituneet urheilijat välttävät kovaa ponnistelua sekä sinnikkyyttä suoritusstrategioissaan ja kiinnittävät enemmän huomiota henkilökohtaisten taitojen vertailemiseen. Kyseiset seikat ovat epädaptiivisen suoritusponnistelun tunnusmerkkejä. Vaikeuksia tai epäonnistumisia kohdattaessa tehtävä jätetään kesken. (Lochbaum & Roberts 1993.) Kilpailuorientoituneelle ihmiselle taito on sisäinen tai peritty kyky eivätkä he näe harjoituksella olevan mitään vaikutusta taidon paranemiseen (Lintunen, Leskinen, Valkonen & Biddle 1999). Alhaisen koetun pätevyyden on havaittu vaikuttavan haitallisesti kilpailuorientoituneiden harrastuneisuuteen. Kyvykkyyden osittaminen ja alhainen koettu pätevyys aiheuttavat ongelmia, joiden seurauksena saattaa olla toiminnan lopettaminen. (Biddle 1995, 37 – 45.)

6.3 Aikaisempia tutkimuksia tehtävä – ja kilpailuorientaatiosta

Roberts ym. (1998) toteavat raportissaan, että useiden tutkimusten avulla on saatu selville tehtäväorientoituneiden pitävän urheilun tarkoituksena pysyvien taitojen ja sosiaalisen vastuun kehittämistä. Kilpailuorientoituneiden mielestä urheilulla lisätään sosiaalista asemaa. Menestyksen syinä kilpailuorientoituneet näkevät urheilulliset kyvyt ja muiden voittamisen. Tehtäväorientaatio liitetään motivaatiosta tai yrittämisestä johtuvaan menestykseen, kun vastaavasti kilpailuorientaatio liitetään kyvyistä ja ulkoisista tekijöistä riippuvaan menestymiseen. Tyydytystä tehtäväorientoituneille tuottaa pätevyyden ja hallinnan kokeminen suorituksissa. Kilpailuorientoituneet saavat tyydytystä pärjätessään vertailussa muihin. (Roberts ym. 1998.)

Duda ym. (1995) havaitsivat tehtäväorientaation ja sisäisen motivaatiomittarin viihtymisen ja yrittämisen ulottuvuuksien korreloivan merkittävästi toisiinsa. Myös sisäinen motivaatio korreloi tehtäväorientaatioon merkittävästi. Vastaavasti kilpailuorientaatio ja sisäinen motivaatio korreloivat alhaisesti tai jopa negatiivisesti toisiinsa. Negatiivisesti merkittävimmät korrelaatiot olivat viihtymisen ja yrittämisen ulottuvuuksissa. (Duda ym. 1995.) Ebbeckin ja Beckerin (1994) tutkimuksessa havaittiin vanhempien koettu tavoiteorientaatio lapsen tavoiteorientaation suurimmaksi ennustajaksi. Tutkimuksessa tavoiteorientaation ja tunteiden yhteydestä Ntoumanis ja Biddle (1999) saivat selville, että tehtäväorientaatio korreloi positiivisiin tunteisiin sekä huomattavasti vähemmän negatiivisiin tunteisiin, kun vastaavasti kilpailuorientaatio ei korreloinut yhtä selvästi kumpaankaan. Brunelin (1999) mukaan tavoiteorientaatiota parempi ennustaja sisäisen motivaation osoittamisessa oli motivaatioilmasto.

Ommundsenin ja Pedersenin (1999) tutkimuksessa nuorten urheilijoiden korkeilla tehtäväorientaatiolla ja koetulla pätevyydellä on ahdistuneisuutta vähentävä vaikutus urheilussa kilpailtaessa. VanYperen ja Duda (1999), tutkiessaan nuorten hollantilaisten jalkapalloilijoiden uskomuksia menestyksestä, havaitsivat kilpailuorientoituneiden pelaajien uskovan menestymisen johtuvan synnynnäisistä kyvyistä. Tehtäväorientaatio vaikutti menestykseen yhdessä yrittämisen, joukkuepelaamisen ja vanhempien tuen kanssa. Lisäksi kauden aikana parantuneen taidon havaittiin johtuvan tehtäväorientaatiosta ja uskomuksista, että menestys on peräisin kovasta työstä ja vanhempien tuesta. (VanYperen & Duda 1999.)

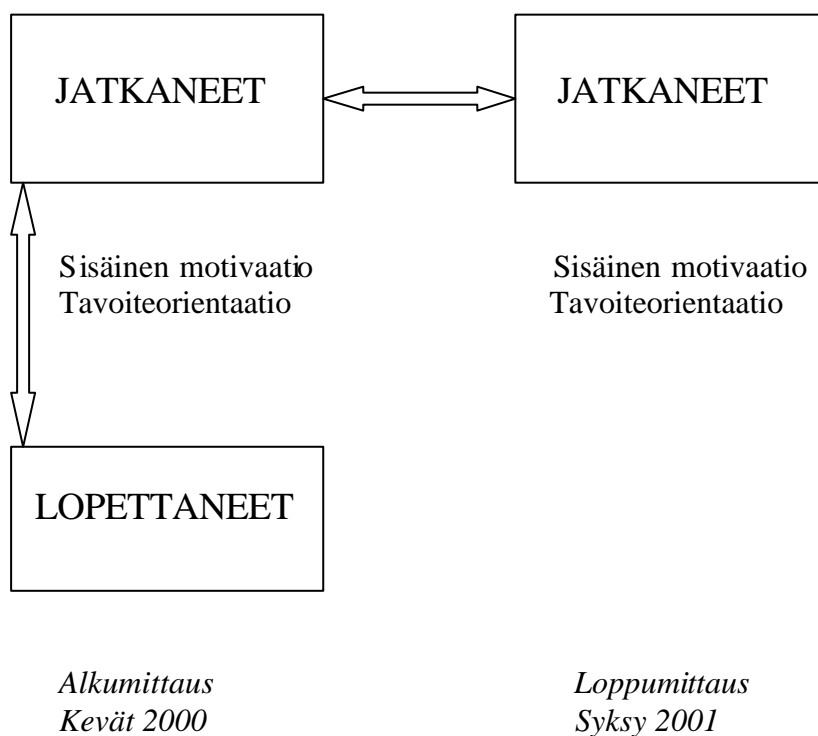
Digelidis ja Papaioannou (1999) tutkivat iän merkitystä sisäiseen motivaatioon, tavoiteorientaatioon, koettuun pätevyyteen ja ulkonäköön sekä motivaatioilmastoon koululiikunnassa. Tutkimus osoitti, että vanhetessaan oppilaiden tehtäväorientoituneisuus vähenee koululiikunnassa. Kun ala - asteelta siirrytään yläasteelle oppilaat muuttuvat tyytymättömämmiksi ruumiiseensa ja huolestuneemmiksi virheiden tekemisestä. (Digelidis & Papaioannou 1999.) Jaakkola ja Sepponen (1997) ovat opinnäytetyössään koonneet aiemmista tutkimuksista yhteenvetotaulukon tehtävä – ja kilpailuorientaation ominaispiirteistä (taulukko 1).

TAULUKKO 1. Yhteenvetotaulukko tehtävä- ja kilpailuorientaatiosta (Jaakkola & Sepponen 1997, 24)

| Tavoiteorientaatio | Ominaispiirteitä |
|---------------------|--|
| Tehtäväorientaatio | <p>Tehokkaat suoritusstrategiat Kova yrittäminen Yhteistyö muiden kanssa Tavoitteena henkilökohtainen kehittyminen Pätevyyden tunteminen omissa suorituksissa onnistumisesta ja kovasta yrittämisestä Virheet osa oppimista Pitkäjänteisyys ja haastavien tehtävien valinta</p> |
| Kilpailuorientaatio | <p>Tehottomat suoritusstrategiat Ei usko harjoittelun kehittävään vaikutukseen Uskoo kontrolloimattomiin tekijöihin menestymisessä, kuten onni ja lahjakkuus Menestymisen kokeminen, kun saavuttaa lopputuloksen vähemmällä työllä kuin muut Luovuttaa helpommin Saattaa käyttää menestyäkseen vilpillisiä keinoja Kokee pätevyyttä ollessaan kyvykkäämpi kuin muut</p> |

7. TUTKIMUKSEN VIITEKEHYS JA TUTKIMUSONGELMAT

Tutkimuksen tavoitteena oli vertailla lopettaneiden ja jatkaneiden nuorten jalkapalloilijoiden sisäistä motivaatiota ja tavoiteorientaatiota. Alkumittauksessa keväällä 2000 mukana olleet nuoret jaettiin jatkaneisiin ja lopettaneisiin. Jatkaneiden ryhmä muodostettiin niistä pelaajista, jotka olivat maksaneet lisenssimaksun loppumittauksen aikana syksyllä 2001 ja vastaavasti lopettaneiden ryhmä muodostui loppuista alkumittaukseen osallistuneista pelaajista. Jatkaneiden ja lopettaneiden sisäisen motivaation ja tavoiteorientaation vertailulla pyrittiin saamaan selville, miten lopettaminen näkyy sisäisessä motivaatiossa ja tavoiteorientaatiossa. Lisäksi jatkaneiden pelaajien osalta pyrittiin tuomaan esiin Kaikki Pelaa – ohjelman vaikutukset sisäiseen motivaatioon ja tavoiteorientaatioon alku – ja loppumittauksen välisenä aikana.



KUVIO 3. Tutkimuksen viitekehys

Tutkimusongelmat:

Miten 11 – 15 vuotta vanhojen nuorten lopettaneiden ja jatkaneiden jalkapalloilijoiden sisäiset motivaatiot eroavat toisistaan?

Hypoteesi 1. Lopettaneiden pelaajien sisäinen motivaatio on matala ja jatkaneiden pelaajien sisäinen motivaatio on korkea.

Miten lopettaneen nuoren jalkapalloilijan tavoiteorientaatio eroaa jatkaneen pelaajan tavoiteorientaatiosta?

Hypoteesi 1. Lopettaneet pelaajat ovat kilpailuorientoituneempia kuin jatkaneet pelaajat.

Hypoteesi 2. Jatkaneet pelaajat ovat tehtäväorientoituneempia kuin lopettaneet pelaajat.

Miten jatkaneiden pelaajien motivaatio ja tavoiteorientaatio ovat muuttuneet Kaikki Pelaa – ohjelman kuluessa?

Hypoteesi 1. Jatkaneiden pelaajien motivaatio ja tehtäväorientaatio ovat nousseet sekä kilpailuorientaatio on laskenut Kaikki Pelaa – ohjelman aikana.

8. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

8.1 Tutkimuksen kohdejoukko

Tutkimuksen kohdejoukko valittiin kattavalla otoksella ympäri Suomea, Kaikki Pelaa –toimintaan sitoutuneista jalkapalloseuroista. Tutkimuksen perusjoukko muodostui 11 – 16 -vuotiaista tytöistä ja pojista. Tutkimuksen ulkoista validiteettia lisättiin sillä, että mukana olevat nuoret edustivat juniorijalkapalloilijoita koko maasta. Tutkimuksessa tehtiin ositettu otanta. Ensin valittiin viisi Palloliiton piiriä. Jokaisesta piiristä valittiin mukaan kaksi jalkapalloseuraa. Valinta tehtiin yhteistyössä Palloliiton kanssa siten, että kustakin piiristä on edustettuna ison ja pienen harrastajamäärän seura. Lopulliseen tilastolliseen analyysiin osallistui 360 jalkapallon harrastajaa, joista poikia oli 321 (89 %) ja tyttöjä 39 (11 %). Mittareiden luotettavuuden tarkastelussa loppumittauksessa oli mukana 68 lopullisesta tilastollisesta analyysistä pois jäänyttä pelaajaa.

8.2 Tutkimusaineiston keruu

Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisen tutkimusotteen mukaisesti. Tutkimusmenetelmänä käytettiin kyselytutkimusta. Tutkimustilanne järjestettiin siten, että valmentajan sijasta tutkimuksen suoritti ulkopuolinen henkilö. Tällä pyrittiin ehkäisemään ns. sosiaalisesti suotavat vastaukset. Piiripäälliköt teettivät kyselyt ohjelmaan osallistujien harjoitusten yhteydessä.

Kyselyiden esitestaus suoritettiin Helsingissä ja Lahdessa maaliskuun 2000 aikana. Esitestauksen perusteella lomakkeita muokattiin sopivimmiksi ja ensimmäiset varsinaiset kyselyt tehtiin toukokuussa 2000. Loppumittaus tehtiin samoille lapsille syksyllä 2001.

8.3 Tutkimuksessa käytetyt mittarit

Kyselylomake sisälsi Robertsinkin ja Balaguen (1997) tavoiteorientaatiomittarin lapsille tehdyn version (Perception on Success Questionnaire, POSQ) ja McAuleyn, Duncanin ja Tammenin (1989) sisäisen motivaatiomittarin (Intrinsic Motivation Inventory, IMI). Mittarit oli muokattu jalkapalloon sopiviksi (liite 1). Esimerkkinä sisäisen motivaatiomittarin 3 ensimmäistä väittämää: 1)Nautin jalkapallon pelaamisesta erittäin paljon. 2)Olen mielestäni melko hyvä jalkapallossa. 3)Pelatessani jalkapalloa otan kaiken irti itsestäni.

8.3.1 Tavoiteorientaatiomittari

Tavoiteorientaatiota mitattiin Robertsinkin ja Balaguen (1997) Perception of Success Questionnaire – mittarilla (POSQ), joka on lapsille tehty versio. Tavoiteorientaatiomittarilla mitattiin tehtävä- ja kilpailuorientaatioita. Mittarin sisältämästä 12 kohdasta osioilla 3,4,7,8,10 ja 11 mitattiin tehtäväorientaatiota ja osioilla 1,2,5,6,9 ja 12 mitattiin kilpailuorientaatiota (liite 1). Tehtävä- ja kilpailuorientaation vastausvaihtoehtoina oli Likertin 5-portainen asteikko: 1 (täysin eri mieltä) – 5 (täysin samaa mieltä). Mittareiden kummankin dimension teoreettiset minimi- ja maksimipistemäärät olivat 6 ja 30.

8.3.2 Sisäinen motivaatio – mittari

Sisäistä motivaatiota mitattiin McAuleyn, Duncanin ja Tammenin (1989) Intrinsic Motivation Inventory – mittarilla (IMI). Mittari sisälsi neljä eri ulottuvuutta: viihtyminen, koettu pätevyys, yrittäminen ja ahdistuneisuus (liite 1). Esitestauksen perusteella alkuperäisestä mittarista poistettiin neljä osiota: Tunnen itseni jännittyneeksi pelatessani jalkapalloa (ahd.), Pelatessani jalkapalloa ajattelen kuinka paljon nautin pelaamisesta (viiht.), Olen itsevarma pelatessani jalkapalloa (k.pät.) ja Peleissä keskittymiseni on huono (viiht.). Jäljelle jäi 14 väittämää. Mittarin asteikkona käytettiin Likertin 5-portaista asteikkoa: 1 (täysin eri mieltä) – 5 (täysin samaa mieltä). Osioiden 9, 10, 11 ja 12 pistemäärät käännettiin, jotta eri osiot ja ulottuvuudet saatiin vertailukelpoisiksi. Ahdistuneisuus tarkoittaa siten, kuinka ei-ahdistunut lapsi on.

TAULUKKO 2. Sisäisen motivaatiomittarin jakautuminen eri ulottuvuuksiin ja osioihin sekä ulottuvuuksien teoreettiset minimi- ja maksimi-arvot.

| Ulottuvuudet | Osiot | Min | Max |
|-----------------|----------------|-----|-----|
| Viihtyminen | 1, 6 ja 7 | 3 | 15 |
| Koettu pätevyys | 2, 8, 13 ja 14 | 4 | 20 |
| Yrittäminen | 3, 4, 5 ja 11 | 4 | 20 |
| Ahdistuneisuus | 9, 10 ja 12 | 3 | 15 |

Cronbachin alfa-kertoimen perusteella poistettiin koetun pätevyyden ulottuvuudesta osio 8 ja yrittämisen ulottuvuudesta osio 11. Poistaminen nosti alfa-kerrointa ja paransi sisäisen motivaatiomittarin luotettavuutta. Ahdistuneisuuden ulottuvuus poistettiin kokonaan mittarista faktorianalyysin ja alhaisen Cronbachin alfa - kertoimen perusteella. Sisäistä motivaatiota mitattiin kolmella faktorilla: viihtyminen, koettu pätevyys ja yrittäminen.

8.3.3 Aineiston analysointi

Mittareiden luotettavuutta tarkasteltiin osioiden välisten Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimien ja Cronbachin alfa-kertoimien avulla. Mittareiden pätevyyttä analysoitiin pääakselifaktorianalyysin ja obliminrotaation avulla. Muuttujien välisiä yhteyksiä tutkittiin korrelaatiokertoimilla. Ryhmien välisiä eroja analysoitiin t-testin avulla. Erojen merkitsevyyttä tarkasteltaessa käytettiin kolmea merkitsevyystasoa: $p < .05$ melkein merkitsevä, $p < .01$ merkitsevä ja $p < .001$ erittäin merkitsevä.

9. TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS

Mittareiden luotettavuutta tarkasteltiin osioiden reliabiliteetin ja validiteetin avulla. Reliabiliteetilla tarkoitetaan mittauksen satunnaisvirheettömyyttä. Mittareiden reliabiliteettia tarkasteltiin eri osioiden keskinäisten Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimien ja Cronbachin alfa – kertoimen sisäisen yhdenmukaisuuden avulla.

Validiteetti kuvaa mittarin pätevyyttä eli mittaako mittari sitä, mitä sen pitääkin mitata. Jos validiteetti on huono, on mittauksessa systemaattisia virheitä. Mittareiden pätevyyttä tarkasteltiin sisällöllisen validiteetin avulla. Käsitteen ja mittarin yhdenmukaisuutta analysoitiin eksploratiivisella faktorianalyysillä. Faktorirakennetta tarkasteltiin pääakselifaktorianalyysillä ja obliminrotaatiolla.

Piiripäällikköjen koulutuksella kyselyiden pitämiseen pyrittiin nostamaan mittausten luotettavuutta. Ulkopuolisen henkilön pitämällä kyselyllä pyrittiin vähentämään sosiaalisesti suotavien vastausten jättämistä.

Jalkapalloseurojen valinta maantieteellisesti eri piireistä ympäri Suomea ja kunkin piirin suuren ja pienen seuran valinta nostavat tutkimuksen yleistettävyyttä. Lopulliseen tilastolliseen analyysiin osallistuneiden määrä jäi melko pieneksi, joten tuloksia ei voi yleistää koskemaan koko maan juniorijalkapalloilijoita. Tulosten avulla kuitenkin saadaan suuntaa antavia johtopäätöksiä jalkapalloilun tilasta Suomessa.

9.1 Sisäisen motivaation mittari

Sisäisen motivaation mittaria analysoitiin ensin neljän dimension avulla, joita ovat viihtyminen, koettu pätevyys, yrittäminen ja ahdistuneisuus. Marklandin ja Hardyn (1997) mukaan mittari on saavuttanut hyväksynnän sisäisen motivaation mittaamisessa. Dimensiot sisälsivät yhteensä 14 osiota. Pääakselifaktorianalyysissä yhdessä oblimin – rotaation kanssa faktoreita ei pakotettu edellä mainittuihin neljään faktoriin.

9.1.1 Sisäisen motivaatiomittarin validiteetti

TAULUKKO 3. Sisäisen motivaatio – mittarin neljän faktorin oblimin – rotatoitu faktorimatriisi (n = 358).

| Muuttujat | Faktori 1 | Faktori 2 | Faktori 3 | Faktori 4 | h ² |
|----------------------------------|------------|------------|------------|------------|----------------|
| Viihtyminen | | | | | |
| 1.Nautin pelaamisesta ... | .79 | .18 | .39 | .32 | .90 |
| 6. ... pelaaminen hauskaa | .76 | .29 | .35 | .34 | .90 |
| 7. ... mielenkiintoisia | .64 | .10 | .31 | .36 | .65 |
| Koettu pätevyys | | | | | |
| 2. Olen hyvä ... | .45 | .20 | .77 | .28 | .91 |
| 8. Olen tyytyväinen ... | .39 | .10 | .54 | .41 | .62 |
| 13.Olen taitava ... | .32 | .20 | .84 | .14 | .87 |
| 14. Peleissä olen hyvä | .31 | .11 | .78 | .39 | .87 |
| Yrittäminen | | | | | |
| 3. ... otan kaiken irti ... | .52 | .14 | .40 | .68 | .92 |
| 4. ... tärkeää onnistua peleissä | .32 | .09 | .30 | .40 | .36 |
| 5. Yritän kovasti ... | .62 | .15 | .36 | .66 | .96 |
| 11. Yrittämiseni ... vähäistä | .23 | .41 | .25 | .24 | .34 |
| Ahdistuneisuus | | | | | |
| 9. Tunnen suorituspainetta ... | .06 | .44 | .03 | -.20 | .24 |
| 10. Tunnen ... levottomaksi ... | .21 | .93 | .16 | .08 | .94 |
| 12. Olen rentoutunut ... | .36 | .24 | .37 | .14 | .34 |
| <hr/> | | | | | |
| Ominaisarvo | 3.15 | 1.57 | 3.17 | 1.93 | 9.82 |
| Osuus % | 29.40 | 8.40 | 7.80 | 3.10 | yht.48.70 |

Sisäisen motivaation mittarin (IMI) 4 dimension mukaan pääakselifaktorianalyysin lataukset sijoittuivat 4 faktoriin (taulukko 3). Faktorianalyysin latausten perusteella viihtymisen ulottuvuus latautui hyvin faktoriin 1 (.64 - .79), koettu pätevyys faktoriin 3 (.54 - .84) ja yrittäminen faktoriin 4 (.40 - .68). Yrittämisen dimensiossa väittämä 11 latautui paremmin faktoriin 2. Ahdistuneisuutta mittaavaan faktoriin 2 latautui kaksi osiota 9 ja 10 (.44 - .93), osion 12 latautuessa faktoriin 3 (.37). Ahdistuneisuuden ulottuvuuden luotettavuus oli huono, joten se jätettiin pois jatkoanalyysistä. Kolmen faktorin ratkaisu selitti 40,3 % sisäisen motivaation kokonaisvarianssista. Sisäisen motivaatiomittarin osiot korreloivat toistensa kanssa välillä .19 ja .66 ja olivat tilastollisesti erittäin merkitseviä (taulukko 12).

9.1.2 Sisäisen motivaatiomittarin eri ulottuvuuksien reliabiliteetit

Viihtymistä mitattiin seuraavilla osioilla:

1. Nautin jalkapallon pelaamisesta erittäin paljon
6. Jalkapallon pelaaminen on hauskaa
7. Jalkapallopelit ovat mieleenkiintoisia

TAULUKKO 4. Viihtymistä mittaavien osioiden keskinäiset ja summamuuttujien (Viihtyminen, Koettu pätevyys ja Yrittäminen) väliset Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimet.

| Osio | Viihtyminen | | |
|----------------------------|-------------|--------|--------|
| | 1. | 6. | 7. |
| 1. Nautin pelaamisesta ... | | | |
| 6. ... pelaaminen hauskaa | .62*** | | |
| 7. ...mielenkiintoisia | .49*** | .49*** | |
| Viihtyminen | .83*** | .81*** | .81*** |
| Koettu pätevyys | .33*** | .30*** | .28*** |
| Yrittäminen | .48*** | .47*** | .42*** |

n = 344 – 360

***) $p < 0.001$

Osiot korreloivat toistensa kanssa tilastollisesti erittäin merkitsevästi .49 ja .62 välillä, joten osioiden välillä oli yhteyttä (taulukko 4). Myös osioiden ja vastaavan summamuuttujan korkeat korrelaatiokertoimet (.81 - .83) sekä osioiden ja muiden summamuuttujien alhaisemmat kertoimet (.28 - .48) todistavat yhteyttä. Cronbachin alfa – kerroin oli alkumittauksessa .77 ja loppumittauksessa .82. Minkään osion poistaminen ei olisi nostanut Cronbachin alfa – kerrointa (taulukko 5).

TAULUKKO 5. Viihtymistä mittaavien osioiden sisäinen yhdenmukaisuus alku- ja loppumittauksissa, Cronbachin alfa – kerroin.

| Osio | Alfa, jos osio poistetaan (alkumittaus) | (loppumittaus) |
|---------------|--|----------------|
| 1. | .65 | .76 |
| 6. | .66 | .70 |
| 7. | .76 | .78 |
| n = 359 – 428 | Alfa .77 | Alfa .82 |

Koettua pätevyyttä mitattiin seuraavilla osioilla:

2. Olen mielestäni melko hyvä jalkapallossa
8. Olen tyytyväinen suorituksiini peleissä
13. Olen melko taitava jalkapallossa
14. Peleissä olen melko hyvä

TAULUKKO 6. Koettua pätevyyttä mittaavien osioiden keskinäiset ja summamuuttujien (Viihtyminen, Koettu pätevyys ja Yrittäminen) väliset Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimet.

| Osio | Koettu pätevyys | | | |
|-------------------------|-----------------|--------|--------|--------|
| | 2. | 8. | 13. | 14. |
| 2. Olen hyvä ... | | | | |
| 8. Olen tyytyväinen ... | .41*** | | | |
| 13. Olen taitava ... | .66*** | .39*** | | |
| 14. Peleissä olen hyvä | .59*** | .46*** | .63*** | |
| Viihtyminen | .39*** | .34*** | .27*** | .27*** |
| Koettu pätevyys | .86*** | .48*** | .88*** | .85*** |
| Yrittäminen | .37*** | .36*** | .25*** | .36*** |

n = 344 -360

***) $p < 0.001$

Osiot korreloivat toistensa kanssa tilastollisesti erittäin merkitsevästi .39 ja .66 välillä, joten osioiden välillä oli yhteyttä (taulukko 6). Cronbachin alfa – kerroin oli alkumittauksessa .81. Osio 8 korreloi muita osioita huonommin koetun pätevyyden summamuuttujaan (.48). Osion 8 poistaminen nostaisi alfa – kertoimen .83:een, joten osio 8 poistettiin mittarin luotettavuuden parantamiseksi. Loppumittauksessa Cronbachin alfa – kerroin oli .86 (taulukko 7).

TAULUKKO 7. Koettua pätevyyttä mittaavien osioiden sisäinen johdonmukaisuus alku- ja loppumittauksissa, Cronbachin alfa – kerroin.

| Osio | Alfa, jos osio poistetaan (alkumittaus) | (loppumittaus) |
|---------------|--|----------------|
| 2. | .74 | .82 |
| 8. | .83 | |
| 13. | .74 | .78 |
| 14. | .74 | .80 |
| n = 358 – 428 | Alfa .81 | Alfa .86 |

Yrittämistä mitattiin seuraavilla osioilla:

- 3. Pelatessani jalkapalloa otan kaiken irti itsestäni
- 4. Minulle on tärkeää onnistua hyvin peleissä
- 5. Yritän erittäin kovasti pelatessani jalkapalloa
- 11. Yrittämiseni jalkapallossa on melko vähäistä

TAULUKKO 8. Yrittämistä mittaavien osioiden keskinäiset ja summamuuttujien (Viihtyminen, Koettu pätevyys ja Yrittäminen) väliset Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimet.

| Osio | Yrittäminen | | | |
|----------------------------------|-------------|--------|--------|--------|
| | 3. | 4. | 5. | 11. |
| 3. ... otan kaiken irti ... | | | | |
| 4. ... tärkeää onnistua peleissä | .32*** | | | |
| 5. Yritän kovasti ... | .56*** | .32*** | | |
| 11. Yrittämiseni ... vähäistä | .19*** | .22*** | .24*** | |
| Viihtyminen | .46*** | .30*** | .54*** | .23*** |
| Koettu pätevyys | .35*** | .29*** | .31*** | .23*** |
| Yrittäminen | .79*** | .70*** | .76*** | .26*** |
| n = 345 – 360 | | | | |

***) $p < 0.001$

Osion 11 pistemäärät käännettiin, jotta eri osiot saataisiin vertailukelpoisiksi. Osiot korreloivat toisten kanssa .19 ja .56 välillä tilastollisesti erittäin merkitsevästi (taulukko 8). Osio 11 korreloi heikoimmin yrittämisen osioista, vain .19 - .24 toisiin ja yrittämisen summamuuttujaan vain .26. Cronbachin alfa – kerroin oli alkumittauksessa .62 ja osion 11 poistaminen nostaisi alfa – kertoimen .66:een. Mittarin luotettavuuden parantamiseksi osio 11 poistettiin jatkoanalyysistä. Loppumittauksessa Cronbachin alfa – kerroin oli .78. Osion 4 poistaminen olisi nostanut alfa – kerrointa vain 0,01 pistettä, joten se pidettiin mukana lopullisessa mittarissa (taulukko 9).

TAULUKKO 9. Yrittämistä mittaavien osioiden sisäinen johdonmukaisuus alku – ja loppumittauksissa, Cronbachin alfa – kerroin.

| Osio | Alfa, jos osio poistetaan (alkumittaus) | (loppumittaus) |
|---------------|--|----------------|
| 3. | .50 | .66 |
| 4. | .56 | .79 |
| 5. | .48 | .65 |
| 11. | .66 | |
| n = 358 – 428 | Alfa .62 | Alfa .78 |

Ahdistuneisuutta mitattiin seuraavilla osioilla:

9. Tunnen suorituspainetta pelatessani jalkapalloa
10. Tunnen itseni levottomaksi pelatessani jalkapalloa
12. Olen rentoutunut pelatessani jalkapalloa

TAULUKKO 10. Ahdistuneisuutta mittaavien osioiden keskinäiset ja summamuuttujien (Viihtyminen, Koettu pätevyys ja Yrittäminen) väliset Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimet.

| Osio | Ahdistuneisuus | | |
|---|----------------|--------|--------|
| | 9. | 10. | 12. |
| 9. ... suorituspaineita ... | | | |
| 10. ... levottomaksi ... | .40*** | | |
| 12. Olen rentoutunut ... | .12* | .18** | |
| Viihtyminen | .04 | .19*** | .31*** |
| Koettu pätevyys | .03 | .13* | .33*** |
| Yrittäminen | -.05 | .14** | .23*** |
| n = 343 – 359 | | | |
| *) p < 0.05, **) p < 0.01, ***) p < 0.001 | | | |

Osioiden 9 ja 10 pistemäärät käännettiin, jotta eri osiot saataisiin vertailukelpoisiksi. Osiot korreloivat huonosti keskenään .11 ja .40 välillä (taulukko 10). Tähän saattoi vaikuttaa se, että vastaajat eivät olleet ymmärtäneet ahdistuneisuutta ja rentoutta toistensa vastakohtina. Alkumittauksessa Cronbachin alfa – kerroin oli .49 (taulukko 11), eikä minkään osion poistaminen olisi nostanut alfa – kerrointa niin paljon, että ahdistuneisuuden ulottuvuus olisi kannattanut säilyttää. Ahdistuneisuus päätettiin poistaa jatkoanalyysistä eikä sen summamuuttujaa tarvinnut muodostaa.

TAULUKKO 11. Ahdistuneisuutta mittaavien osioiden sisäinen johdonmukaisuus alkumittauksessa, Cronbachin alfa – kerroin.

| Osio | Alfa, jos osio poistetaan (alkumittaus) |
|----------|--|
| 9. | .31 |
| 10. | .22 |
| 12. | .57 |
| n = 356 | |
| Alfa .49 | |

Sisäisen motivaatiomittarin viihtyisyyden, koetun pätevyyden ja yrittämisen ulottuvuuksien sisäistä yhdenmukaisuutta voi pitää hyvänä, koska Cronbachin alfa – kertoimet olivat korkeita kaikissa osioissa .66 ja .86 välillä. Koetun pätevyyden ja yrittämisen ulottuvuudet paranivat osioiden 8 ja 11 poistamisella. Ahdistuneisuuden ulottuvuus poistettiin kokonaan jatkoanalyyseistä alhaisen alfa – kertoimen ja faktorianalyysin perusteella. Faktorianalyysissä ahdistuneisuuden osiot latautuivat vaihtelevasti. Vain osio 10 latautui hyvin ahdistuneisuuden faktoriin ja koska se olisi jäänyt ainoaksi ahdistuneisuutta mittaavaksi osioksi, se siis päätettiin poistaa lopullisesta analyysistä. Viihtyisyyden, koetun pätevyyden ja yrittämisen ulottuvuuksien valitut osiot korreloivat hyvin vastaavien summamuuttujien kanssa .70 - .88 välillä.

9.2 Tavoiteorientaatiomittari

Tavoiteorientaatiomittari koostuu ortogonaalisesta 2 dimensiosta: kilpailu- ja tehtäväorientaatiosta. Tavoiteorientaatiomittari sisältää yhteensä 12 osiota.

9.2.1 Tavoiteorientaatiomittarin validiteetti

Tavoiteorientaatiomittarilla oli selkeä kahden faktorin rakenne (taulukko 12). Faktori 1 mittaa kilpailuorientaatiota ja faktori 2 tehtäväorientaatiota. Kaksi faktoria selittää 49,15 % tavoiteorientaatiomittarin kokonaisvarianssista. Faktorit korreloivat huonosti keskenään (.15), joten tavoiteorientaatiomittaria voidaan pitää pätevänä.

TAULUKKO 12. Tavoiteorientaatiomittarin faktorimatriisi, pääakselifaktorointi ja oblimin – rotaatio.

| Muuttujat | Faktori 1 | Faktori 2 | h2 |
|-----------------------------|------------|------------|------------|
| Kilpailuorientaatio | | | |
| 1. Voitan toiset | .65 | .13 | .44 |
| 2. Olen paras | .78 | .08 | .62 |
| 5. Pärjään paremmin ... | .80 | .19 | .68 |
| 6. Näytän ... | .71 | .07 | .51 |
| 9. Pärjään sellaisessa ... | .66 | .16 | .46 |
| 12. Olen selvästi ... | .83 | .07 | .69 |
| Tehtäväorientaatio | | | |
| 3. Yritän kovasti | -.10 | .62 | .39 |
| 4. Huomaan kehittyväni | .15 | .60 | .38 |
| 7. Voitan vaikeudet | .28 | .71 | .58 |
| 8. Onnistun ... | .22 | .60 | .41 |
| 10. Teen ... | -.15 | .66 | .46 |
| 11. Saavutan ... tavoitteen | .26 | .61 | .44 |
| Ominaisarvo | 3.55 | 2.51 | 6.06 |
| Osuus % | 30.64 | 18.51 | yht. 49.15 |

9.2.2 Tehtäväorientaatiomittarin reliabiliteetti

Tavoiteorientaatiossa tehtäväorientaatiota mittasivat seuraavat osiot:

Kun pelaan jalkapalloa, tunnen itseni onnistuneimmaksi silloin, kun

- 3. Yritän kovasti
- 4. Huomaan todella kehittyväni
- 7. Voitan vaikeudet
- 8. Onnistun sellaisessa, mitä en ole aikaisemmin osannut
- 10. Teen kaiken parhaan kykyni mukaan
- 11. Saavutan itselleni asettamani tavoitteen

TAULUKKO 13. Tehtäväorientaatiota mittaavien osioiden keskinäiset ja summamuuttujien (Kilpailu- ja Tehtäväorientaatio) väliset Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimet.

| Osio | Tehtäväorientaatio | | | | | |
|-----------------------------|--------------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | 3. | 4. | 7. | 8. | 10. | 11. |
| 3. Yritän kovasti | | | | | | |
| 4. Huomaan kehittyväni | .31*** | | | | | |
| 7. Voitan vaikeudet | .36*** | .46*** | | | | |
| 8. Onnistun ... | .32*** | .42*** | .51*** | | | |
| 10. Teen ... | .57*** | .35*** | .42*** | .24*** | | |
| 11. Saavutan ... tavoitteen | .32*** | .38*** | .44*** | .44*** | .37*** | |
| Tehtäväorientaatio | .64*** | .68*** | .77*** | .70*** | .67*** | .71*** |
| Kilpailuorientaatio | -.07 | .14** | .28*** | .19*** | -.14 | .27*** |

n = 322 – 360

*) p < 0.05, **) p < 0.01, ***) p < 0.001

Osioiden väliset korrelaatiokertoimet vaihtelivat .31 - .51 välillä ja olivat tilastollisesti erittäin merkitseviä (Taulukko 13). Tämän perusteella tehtäväorientaatiota mittaavat osiot olivat yhteydessä toisiinsa. Osioiden ja vastaavan summamuuttujan korkeat korrelaatiokertoimet (.64 - .77) sekä tehtäväorientaation osioiden ja kilpailuorientaation summamuuttujan alhaisemmat kertoimet (-.14 - .28) selittävät yhteyttä. Cronbachin alfa – kerroin oli alkumittauksessa .79 ja loppumittauksessa .84, minkä perusteella osiot mittasivat johdonmukaisesti. Minkään osion poistaminen ei olisi nostanut Cronbachin alfa – kerrointa (taulukko 14).

TAULUKKO 14. Tehtävorientaatiota mittaavien osioiden sisäinen yhdenmukaisuus alku- ja loppumittauksissa, Cronbachin alfa – kerroin.

| Osio | Alfa, jos osio poistetaan (alkumittaus) | (loppumittaus) |
|---------------|--|----------------|
| 3. | .77 | .82 |
| 4. | .77 | .80 |
| 7. | .75 | .82 |
| 8. | .77 | .82 |
| 10. | .77 | .84 |
| 11. | .77 | .81 |
| n = 354 – 418 | Alfa .79 | Alfa .84 |

9.2.3 Kilpailuorientaatiomittarin reliabiliteetti

Tavoiteorientaatiomittarissa kilpailuorientaatiota mittasivat seuraavat osiot:

Kun pelaan jalkapalloa, tunnen itseni onnistuneimmaksi silloin, kun

1. Voitan toiset
2. Olen paras
5. Pärjään paremmin kuin toiset
6. Näytän toisille olevani paras
9. Pärjään sellaisessa asiassa, mitä toiset eivät osaa
12. Olen selvästi toisia parempi

TAULUKKO 15. Kilpailuorientaatiota mittaavien osioiden keskinäiset ja summamuuttujien (Kilpailu- ja Tehtäväorientaatio) väliset Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimet.

| Osio | Kilpailuorientaatio | | | | | |
|----------------------------|---------------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | 1. | 2. | 5. | 6. | 9. | 12. |
| 1. Voitan toiset | | | | | | |
| 2. Olen paras | .61*** | | | | | |
| 5. Pärjään paremmin ... | .55*** | .63*** | | | | |
| 6. Näytän ... | .46*** | .56*** | .54*** | | | |
| 9. Pärjään sellaisessa ... | .37*** | .47*** | .53*** | .49*** | | |
| 12. Olen selvästi ... | .49*** | .65*** | .64*** | .61*** | .59*** | |
| Kilpailuorientaatio | .75*** | .85*** | .82*** | .79*** | .73*** | .85*** |
| Tehtäväorientaatio | .14** | .11* | .20*** | .10* | .17*** | .10* |

n = 322 – 360

*) p < 0.05, **) p < 0.01, ***) p < 0.001

Osioiden väliset korrelaatiokertoimet vaihtelivat .37 - .65 välillä ja olivat tilastollisesti erittäin merkitseviä (taulukko 15). Tämän perusteella kilpailuorientaatiota mittaavat osiot olivat yhteydessä toisiinsa. Myös osioiden korrelointi vastaavaan summamuuttujaan oli korkeata (.73 - .85) ja vastaavasti tehtäväorientaation summamuuttujaan matalaa (.10 - .20), mikä sekin osaltaan selittää yhteyttä. Cronbachin alfa – kerroin oli alkumittauksessa .88 ja loppumittauksessa .90, minkä perusteella osiot mittasivat johdonmukaisesti. Minkään osion poistaminen ei olisi nostanut Cronbachin alfa – kerrointa (taulukko 16). Kilpailu- ja tehtäväorientaatiota mittaavat osiot korreloivat erittäin merkitsevästi vastaaviin summamuuttujiin, mikä sekin todistaa mittarin luotettavuutta. Ristikkäin korrelointi oli alhaista (taulukko 17).

TAULUKKO 16. Kilpailuorientaatiota mittaavien osioiden sisäinen yhdenmukaisuus, Cronbachin alfa – kerroin.

| Osio | Alfa, jos osio poistetaan (alkumittaus) | (loppumittaus) |
|---------------|--|----------------|
| 1. | .87 | .89 |
| 2. | .85 | .88 |
| 5. | .85 | .88 |
| 6. | .86 | .89 |
| 9. | .87 | .90 |
| 12. | .84 | .88 |
| n = 355 – 425 | Alfa .88 | Alfa .90 |

TAULUKKO 17. Tehtävä – ja kilpailuorientaatiota mittaavien osioiden väliset Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimet.

| Osio | Kilpailuorientaatio | | | | | |
|-----------------------------|---------------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | 1. | 2. | 5. | 6. | 9. | 12. |
| Tehtäväorientaatio | | | | | | |
| 3. Yritän kovasti | .02 | -.05 | -.06 | -.09 | -.04 | -.10 |
| 4. Huomaan kehittyväni | .11* | .08 | .18*** | .06 | .14** | .09 |
| 7. Voitan vaikeudet | .21*** | .18*** | .31*** | .20*** | .20*** | .18*** |
| 8. Onnistun ... | .09 | .15** | .24*** | .08 | .21*** | .12* |
| 10. Teen ... | -.06 | -.12 | -.10 | -.09 | -.08 | -.16 |
| 11. Saavutan ... tavoitteen | .19*** | .17*** | .24*** | .16** | .26*** | .19*** |
| n = 360 | | | | | | |

*) $p < 0.05$, **) $p < 0.01$, ***) $p < 0.001$

Tavoiteorientaatiomittarin sisäistä yhdenmukaisuutta voidaan pitää hyvänä, koska Cronbachin alfa - kertoimet olivat korkeita, alkumittauksessa kilpailuorientaatio .88 ja tehtäväorientaatio .79 sekä loppumittauksessa kilpailuorientaatio .90 ja tehtäväorientaatio .84.

10. TULOKSET

Muuttujien keskiarvoja tarkasteltiin t – testin avulla alkumittauksessa lopettaneiden ja jatkaneiden pelaajien kesken. Lisäksi jatkaneiden pelaajien alku – ja loppumittausten tulosten keskiarvoja vertailtiin keskenään. Sisäisestä motivaatiosta mukana olivat dimensiot viihtyminen, koettu pätevyys ja yrittäminen sekä tavoiteorientaatiosta tehtävä – ja kilpailuorientaatio. Keskiarvojen teoreettiset minimi – ja maksimi-arvot olivat 1 – 5. Keskiarvojen merkitsevyyttä tarkasteltaessa käytettiin kolmea merkitsevyytystasoa: $p < .05$ melkein merkitsevä, $p < .01$ merkitsevä ja $p < .001$ erittäin merkitsevä.

TAULUKKO 18. Viihtymisen keskiarvo lopettaneilla ja jatkaneilla pelaajilla alkumittauksessa sekä n, kh, t – arvo ja p - arvo (t – testi).

| Ryhmä | n | ka | kh | t - arvo | p - arvo |
|-------------|-----|------|-----|----------|----------|
| lopettaneet | 53 | 4.36 | .63 | 3.25 | .001*** |
| jatkaneet | 295 | 4.61 | .49 | | |

***) $p < .001$

Lopettaneiden viihtymisen keskiarvo oli 4,36 ja jatkaneiden keskiarvo 4,61. Keskiarvot olivat melko korkeita (taulukko 18). t – testillä tutkittiin, oliko lopettaneiden ja jatkaneiden viihtymisessä eroja. Jatkaneiden keskiarvo oli tilastollisesti erittäin merkitsevästi suurempi ($p < .001$) kuin lopettaneiden keskiarvo. Tulos tukee aiempia tutkimuksia, joissa eräs lopettamisen syistä oli alhainen viihtyvyys (Patriksson 1988).

TAULUKKO 19. Koetun pätevyuden keskiarvo lopettaneilla ja jatkaneilla pelaajilla alkumittauksessa sekä n, kh, t – arvo ja p - arvo (t – testi).

| Ryhmä | n | ka | kh | t - arvo | p - arvo |
|-------------|-----|------|-----|----------|----------|
| lopettaneet | 54 | 3.57 | .79 | 3.13 | .002** |
| jatkaneet | 299 | 3.89 | .67 | | |

**) $p < .01$

Lopettaneiden koetun pätevyuden keskiarvo oli 3,57 ja jatkaneiden keskiarvo 3,89 (taulukko 19). t – testillä tutkittiin, oliko lopettaneiden ja jatkaneiden koetussa pätevyudessa eroja. Jatkaneiden keskiarvo oli tilastollisesti merkitsevästi suurempi ($p < .01$) kuin lopettaneiden. Tulos tukee aiempia tutkimuksia, joiden mukaan alhainen koettu pätevyys vaikuttaa lopettamiseen (Ommundsen & Vaglum 1997).

TAULUKKO 20. Yrittämisen keskiarvo lopettaneilla ja jatkaneilla pelaajilla alkumittauksessa sekä n, kh, t – arvo ja p - arvo (t – testi).

| Ryhmä | n | ka | kh | t - arvo | p - arvo |
|-------------|-----|------|-----|----------|----------|
| lopettaneet | 51 | 4.10 | .60 | 2.73 | .007** |
| jatkaneet | 287 | 4.32 | .53 | | |

**) $p < .01$

Lopettaneiden yrittämisen keskiarvo oli 4,10 ja jatkaneiden keskiarvo 4,32. Keskiarvot olivat melko korkeat (taulukko 20). t – testillä tutkittiin, oliko lopettaneiden ja jatkaneiden yrittämisessä eroja. Jatkaneiden keskiarvo oli tilastollisesti merkitsevästi suurempi ($p < .01$) kuin lopettaneiden keskiarvo. Tutkimushypoteesi sai tukea sisäisen motivaatiomittarin eri ulottuvuuksien osalta. Lopettaneiden sisäinen motivaatio oli alhaisempi kuin jatkaneiden.

TAULUKKO 21. Tehtäväorientaation keskiarvo lopettaneilla ja jatkaneilla pelaajilla alkumittauksessa sekä n, kh, t – arvo ja p - arvo (t – testi).

| Ryhmä | n | ka | kh | t - arvo | p - arvo |
|-------------|-----|------|-----|----------|----------|
| lopettaneet | 52 | 4.13 | .49 | 1.28 | .20 |
| jatkaneet | 295 | 4.24 | .61 | | |

Lopettaneiden tehtäväorientaation keskiarvo oli 4,13 ja jatkaneiden keskiarvo 4,24 (taulukko 21). t – testillä tutkittiin, oliko lopettaneiden ja jatkaneiden tehtäväorientaatiossa eroja. Lopettaneiden ja jatkaneiden keskiarvot olivat tilastollisesti yhtä suuret. Tutkimushypoteesi ei saanut tukea. Lopettaneiden tehtäväorientaation arvot eivät olleet jatkaneiden arvoja alhaisemmat.

TAULUKKO 22. Kilpailuorientaation keskiarvo lopettaneilla ja jatkaneilla pelaajilla alkumittauksessa sekä n, kh, t – arvo ja p - arvo (t – testi).

| Ryhmä | n | ka | kh | t - arvo | p – arvo |
|-------------|-----|------|-----|----------|----------|
| lopettaneet | 48 | 2.93 | .82 | .10 | .92 |
| jatkaneet | 272 | 2.94 | .94 | | |

Lopettaneiden kilpailuorientaation keskiarvo oli 2,93 ja jatkaneiden keskiarvo 2,94 (taulukko 22). t – testillä tutkittiin, oliko lopettaneiden ja jatkaneiden kilpailuorientaatiossa eroja. Lopettaneiden ja jatkaneiden keskiarvoissa ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa. Tutkimushypoteesi ei saanut tukea. Kilpailuorientaation arvoissa ei ollut eroa lopettaneiden ja jatkaneiden välillä.

TAULUKKO 23. Viihtymisen keskiarvo jatkaneilla pelaajilla alku – ja loppumittauksissa sekä n, kh, t – arvo ja p - arvo (t – testi).

| Viihtyminen | n | ka | kh | t - arvo | p – arvo |
|--------------|-----|------|-----|----------|----------|
| alkumittaus | 200 | 4.64 | .48 | 3.40 | .001*** |
| loppumittaus | 200 | 4.48 | .67 | | |

***) $p < .001$

Jatkaneiden pelaajien viihtymisen keskiarvo alkumittauksessa oli 4,64 ja loppumittauksessa 4,48. Keskiarvot olivat melko korkeat. Keskiarvo oli laskenut loppumittauksessa 0,16 pistettä (taulukko 23). t – testillä tutkittiin, oliko alku – ja loppumittauksissa eroja. Viihtyminen oli vähentynyt tilastollisesti erittäin merkitsevästi ($p < .001$). Tutkimushypoteesi ei saanut tukea. Kaikki Pelaa – ohjelma ei ollut vaikuttanut positiivisesti pelaajien viihtymiseen.

TAULUKKO 24. Koetun pätevyuden keskiarvo jatkaneilla pelaajilla alku – ja loppumittauksissa sekä n, kh, t – arvo ja p - arvo (t – testi).

| Koettu pätevyys | n | ka | kh | t - arvo | p – arvo |
|-----------------|-----|------|-----|----------|----------|
| alkumittaus | 201 | 3.86 | .68 | .37 | .72 |
| loppumittaus | 201 | 3.84 | .78 | | |

Jatkaneiden pelaajien koetun pätevyuden keskiarvo alkumittauksessa oli 3,86 ja loppumittauksessa 3,84 (taulukko 24). t – testillä tutkittiin, oliko alku – ja loppumittauksissa eroja. Koetussa pätevydessä ei ollut tapahtunut muutosta. Tutkimushypoteesi ei saanut tukea. Kaikki Pelaa – ohjelma ei ollut vaikuttanut positiivisesti jatkaneiden pelaajien koettuun pätevyteen.

TAULUKKO 25. Yrittämisen keskiarvo jatkaneilla pelaajilla alku – ja loppumittauksissa sekä n, kh, t – arvo ja p - arvo (t – testi).

| Yrittäminen | n | ka | kh | t - arvo | p – arvo |
|--------------|-----|------|-----|----------|----------|
| alkumittaus | 193 | 4.33 | .51 | 1.71 | .09 |
| loppumittaus | 193 | 4.25 | .65 | | |

Jatkaneiden pelaajien yrittämisen keskiarvo alkumittauksessa oli 4,33 ja loppumittauksessa 4,25 (taulukko 25). t – testillä tutkittiin, oliko alku – ja loppumittauksissa eroja. Yrittämisessä ei ollut tapahtunut tilastollista muutosta. Tutkimushypoteesi ei saanut tukea. Kaikki Pelaa – ohjelma ei ollut vaikuttanut positiivisesti jatkaneiden pelaajien yrittämiseen.

TAULUKKO 26. Tehtäväorientaation keskiarvo jatkaneilla pelaajilla alku – ja loppumittauksissa sekä n, kh, t – arvo ja p - arvo (t – testi).

| Teht or. | n | ka | kh | t - arvo | p – arvo |
|--------------|-----|------|-----|----------|----------|
| alkumittaus | 196 | 4.22 | .60 | .26 | .80 |
| loppumittaus | 196 | 4.21 | .63 | | |

Jatkaneiden pelaajien tehtäväorientaation keskiarvo alkumittauksessa oli 4,22 ja loppumittauksessa 4,21 (taulukko 26). t – testillä tutkittiin, oliko alku – ja loppumittauksissa eroja. Tehtäväorientaatiossa ei ollut tapahtunut tilastollista muutosta. Tutkimushypoteesi ei saanut tukea. Kaikki Pelaa – ohjelma ei ollut vaikuttanut positiivisesti jatkaneiden pelaajien tehtäväorientaation paranemiseen.

TAULUKKO 27. Kilpailuorientaation keskiarvo jatkaneilla pelaajilla alku – ja loppumittauksissa sekä n, kh, t – arvo ja p - arvo (t – testi).

| Kilp.or. | n | ka | kh | t - arvo | p – arvo |
|--------------|-----|------|------|----------|----------|
| alkumittaus | 166 | 2.91 | .95 | | |
| loppumittaus | 166 | 2.95 | 1.00 | -0.46 | .64 |

Jatkaneiden pelaajien kilpailuorientaation keskiarvo alkumittauksessa oli 2,91 ja loppumittauksessa 2,95 (taulukko 27). t – testillä tutkittiin, oliko alku – ja loppumittauksissa eroja. Kilpailuorientaatiossa ei ollut tapahtunut tilastollista muutosta. Tutkimushypoteesi ei saanut tukea. Kaikki Pelaa – ohjelma ei ollut vaikuttanut jatkaneiden pelaajien kilpailuorientaation vähenemiseen. Tulokset Kaikki Pelaa – ohjelman vaikutuksesta jatkaneiden pelaajien sisäiseen motivaatioon ja tavoiteorientaatioon saavat tukea aiemmista tutkimuksista, joiden mukaan lasten ja nuorten liikuntatottumuksiin ei lyhyellä aikavälillä ole helppoa vaikuttaa (Jaakkola 2002).

11. POHDINTA

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää lopettaneiden ja jatkaneiden jalkapallon pelaajien sisäinen motivaatio ja tavoiteorientaatio. Lopettaneiden ja jatkaneiden pelaajien tuloksia vertailtiin toisiinsa, jotta saataisiin selville tulosten erot. Lopettamisen syiden selkiytyminen mahdollistaisi Kaikki Pelaa – ohjelman kehittämisen. Mahdollisia Kaikki Pelaa - ohjelman vaikutuksia pyrittiin tarkastelemaan vertaamalla jatkaneiden alkumittauksen tuloksia loppumittauksen tuloksiin.

Tutkimus kuuluu osaksi LIKES - tutkimuskeskuksen Lasten ja nuorten elämäntavan tutkimusyksikön Kaikki Pelaa - seurantatutkimusta. Aineisto saatiin tätä työtä varten käyttöön. Aineisto oli valmiiksi kerättyä ja kyselylomakkeet esitettyä. Kyselyt oli lähetetty Suomen Palloliiton avustuksella sen eri piireihin, joissa piiripäälliköt pitivät huolen kyselyjen täytöistä. Kyselyjä palautettiin vaihtelevasti. Lopulliseen tilastolliseen analyysiin osallistui 360 kyselyä. Tutkimuksen otos ei riitä yleistämään tutkimustuloksia koko maan laajuisesti, vaan toimii vain suuntaa antavana tutkimustuloksena. Myöskään maantieteellisesti tutkimus ei riitä yleistämään koko Suomen tilannetta.

11.1 Tutkimuksen kohdejoukko

Kohdejoukkona oli 11 - 16 - vuotiaat jalkapalloa harrastavat tytöt ja pojat. Lopullisen tilastollisen analyysin alkumittaukseen osallistui kaiken kaikkiaan 360 jalkapalloilijaa. Poikia oli 321 (89 %) ja tyttöjä 39 (11 %). Tutkimuksessa ei eritelty lopettaneita ja jatkaneita sukupuolen suhteen. Ryhmät jaettiin alkumittaukseen vastanneista ja myöhemmin Palloliiton rekisterin mukaan lisenssimaksun maksamatta jättäneistä lopettaneisiin (54 kpl) sekä lisenssimaksun loppumittauksen aikana maksaneet jatkaneisiin (299 kpl). Kaikki Pelaa - ohjelman seurauksia tutkittaessa jatkaneiden loppumittauksen ryhmä muodostettiin alku- ja loppumittauksiin osallistuneista pelaajista. Jatkaneista pelaajista 97 puuttui loppumittauksista ja lopullisen tilastollisen analyysin loppumittaus sisälsi 202 jatkanutta pelaajaa. Poisjääneiden suuri määrä epäilyttää. Olisiko syys loppukyselyn ajankohtana haitallinen harrastustoiminnan tarkkailuun? Osa poisjääneistä jättää varmaankin lisenssin hankkimatta seuraavana kautena, joten osa voidaan lukea lopettaneisiin.

Tutkimuksessa lopettaneiden osuudeksi muodostui 18 % lopulliseen tilastolliseen analyysiin osallistuneista pelaajista. Se on hieman pienempi kuin Lämsän & Mäenpään (2002) tutkimuksen tulos kaikista Palloliiton lisenssipelaajista (kaudella 2000/01 lopettaneita 24,8 %). Tosin pienemmät ikäluokat sekä aktiivisten piirien mukanaolo saattavat pienentää tämän opinnäytetyön lopettamisprosenttia.

11.2 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltiin Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimen, Cronbachin alfa – kertoimen ja faktorianalyysin avulla. Sisäisen motivaation mittari (IMI) ei osoittautunut niin luotettavaksi kuin tavoiteorientaatiomittari (POSQ). Sisäisen motivaatiomittarin faktorianalyysi ei onnistunut odotetulla tavalla. Mittari ei jakautunut neljään faktoriin eri dimensioiden mukaan. Ahdistuneisuuden ulottuvuus ei toiminut faktorianalyysissä toivotulla tavalla ja kun sen sisäinen yhdenmukaisuuskin oli huono, se jätettiin pois lopullisesta analyysistä. Sisäisestä motivaatiomittarista poistettiin alhaisten Cronbachin alfa – kertoimien perusteella osioita eri dimensioista. Koetun pätevyyden dimensiossa osion 8 ja yrittämisen dimensiossa osion 11 poistaminen nosti mittarin luotettavuutta. Ahdistuneisuuden osiot 9 ja 10 sekä yrittämisen osio 11 olivat vaikeita vastattavia niiden käänteisyyden vuoksi. Lapsille täytyisi tehdä selvempiä kysymyksiä kyseisistä aiheista. Tässä mittarissa sisäisen yhdenmukaisuuden mittauksissa oli mukana ylimääräisiä osallistujia (n = 358 - 428). Myös aiemmassa tutkimuksessa (Jaakkola & Sepponen 1997) ahdistuneisuuden mittaaminen oli tuottanut ongelmia.

Tavoiteorientaatiomittari oli luotettava ja pätevä. Tehtävä – ja kilpailuorientaation eri osiot korreloivat erittäin merkitsevästi vastaaviin summamuuttujiin. Tehtävä – ja kilpailuorientaatioiden osioiden ristikkäinen korrelointi oli myös heikkoa, mikä osaltaan todistaa mittarin pätevyyttä. Tavoiteorientaatiomittarissa oli kaksi selkeää faktoria: tehtävä – ja kilpailuorientaatio. Ne korreloivat keskenään heikosti (.15) mikä todistaa mittarin luotettavuudesta eli ne mittaavat eri asioita. Myös Cronbachin alfa – kertoimien suuruus alku – ja loppumittauksissa osaltaan todistavat mittarin luotettavuudesta. Tavoiteorientaation Cronbachin alfa – kertoimia mittaavissa taulukoissa suuren joukon (n = 354 - 425) selitys on, että loppumittauksessa mukana oli ylimääräisiä osallistujia, jotka muuten jätettiin pois lopullisesta tilastollisesta analyysistä. Tavoiteorientaatiomittarin

luotettavuuden tulokset ovat samansuuntaisia aiempien tutkimusten kanssa (Jaakkola & Sepponen 1997; Jääskeläinen & Nikunen 2000).

11.3 Tutkimuksen tulokset

Tilastollinen analyysi suoritettiin Windowsin SPSS - ohjelmalla. Tutkimuksessa analysoitiin t – testillä vertaamalla lopettaneiden ja jatkaneiden pelaajien ryhmien keskiarvoja toisiinsa sekä jatkaneiden ryhmän alku – ja loppumittauksen keskiarvoja. Lopettaneiden pelaajien viihtyminen, koettu pätevyys ja yrittäminen olivat jatkaneiden pelaajien arvoja alhaisemmat.

Vertailtaessa lopettaneiden ja jatkaneiden pelaajien viihtyvyyttä t – testillä huomattiin, että jatkaneiden keskiarvo oli tilastollisesti erittäin merkitsevästi suurempi kuin lopettaneiden keskiarvo. Aikaisemmat tutkimukset ovat osoittaneet huonon viihtymisen olevan suurin harrastuksen lopettamiseen johtava syy (Patriksson 1988; Skard & Vaglum 1989). Kavereiden puuttuminen, huonot välit valmentajiin jne. voivat olla huonon viihtyvyyden aiheuttajia.

Alhaisen koetun pätevyyden on todettu myös vaikuttavan harrastuksen lopettamiseen (Ommundsen & Vaglum 1997). Tässä opinnäytetyössä lopettaneiden koettu pätevyys oli tilastollisesti merkitsevästi huonompi kuin jatkaneiden. Alhainen koettu pätevyys aiheuttaa harrastuksessa viihtymisen kannalta negatiivisia asioita: harjoituksissa ei viihdytä, kun pelaaja kokee itsensä huonoksi. Jos vielä omaa vähän heikomman tehtäväsuuntautuneisuuden, saattaa lopettamispäätös tulla helpommin kuin jos omaisi korkean tehtäväsuuntautuneisuuden.

Lopettaneiden yrittäminen oli tilastollisesti merkitsevästi alhaisempaa kuin jatkaneiden pelaajien. Yrittäminen, koettu pätevyys ja viihtyminen vaikuttavat toisiinsa - omat taidot koetaan alhaisiksi, ei yritetä eikä viihdytä. Sisäisen motivaation eri ulottuvuudet ovat yhteydessä toisiinsa. Jos yhdistetään lopettaneiden pelaajien hieman alhaisempi tehtäväorientaatio, selvästi alhaisempi viihtyminen ja koettu pätevyys sekä alhaisempi yrittäminen saadaan helposti tulokseksi korkeampi lopettaminen. Lopettaneiden ja jatkaneiden yhtä suuri kilpailuorientaatio ei vaikuta suuntaan eikä toiseen.

Tutkimuksessaan nuorten koulun lopettamista Vallerand, Fortier ja Guay (1997) havaitsivat lopettaneiden vähäisemmän sisäisen motivaation, itsenäisyyden puutteen ja epävarmuuden sekä lopettaneiden saavan vähemmän kannustusta opettajilta ja vanhemmilta. Tulokset perustuvat koulun lopettamisen motivaatiomalliin. Mallissa opettajien vanhempien ja koulun hallinnon käytös oppilaita kohtaan vaikuttaa näiden koettuun pätevyYTEEN ja itsemääräämiseen. Tutkimuksen tulokset väittävät, että oppilaiden koettu pätevyys johtuu ulkopuolisten henkilöiden positiivisen käytöksen runsaudesta. (Vallerand, Fortier & Guay 1997.) Joutuvatko pelaajat, jotka kuuluvat lopettamisen riskiryhmään, kavereiden, valmentajien ja vanhempien kannustuksen ulkopuolelle? Se ei ainakaan saisi olla mahdollista nykyisessä Kaikki Pelaa - valmennustoiminnassa.

Tavoiteorientaatiossa ei ollut eroja t - testin mukaan lopettaneiden ja jatkaneiden välillä. Tehtävä- ja kilpailuorientaation keskiarvot olivat tilastollisesti yhtä suuret jatkaneiden ja lopettaneiden välillä. Lopettamisen syyt eivät johdu tässä tutkimuksessa pelaajien tehtäväsuuntautuneisuudesta, vaikka tutkimukset osoittavat, että tehtäväsuuntautuneet lapset viihtyvät paremmin harrastuksessaan.

Tämän opinnäytetyön perusteella lopettaneiden pelaajien viihtyvyys on erittäin merkittävästi sekä heidän koettu pätevyytensä ja yrittämisensä merkittävästi alhaisempia kuin jatkaneilla pelaajilla. Lopettaneiden pelaajien tehtävä – ja kilpailuorientaatioissa ei ollut eroa jatkaneiden vastaaviin arvoihin.

Lopettaneiden ja jatkaneiden pelaajien sisäisen motivaation vertailun tulosten voidaan sanoa olleen odotuksen mukaiset. Sitä vastoin tavoiteorientaation tilastollinen yhtäsuuruus hämmästyttää hieman eli se että lopettaminen ei johtunut tavoiteorientaatiosta. Aiempien tutkimusten (Duda 1992; Nicholls 1992) mukaan tehtäväorientaation tulisi olla selvästi sidoksissa yrittämiseen ja pitkäjänteisyyteen (harrastuksessa pysymiseen) sekä kilpailuorientaation sidoksissa haasteiden ja yrittämisen välttämiseen (harrastuksen lopettamiseen). Tässä tutkimuksessa korkeammin sisäisesti motivoituneilla jatkaneilla pelaajilla oli vain hieman korkeampi tehtäväsuuntautuneisuus. Ero lopettaneisiin ei ollut tilastollisesti merkittävä.

Kaikki Pelaa – ohjelman vaikutuksia mitattaessa esiin nousi vain yksi muutos, viihtyminen oli laskenut. Tätä voidaan pitää hälyttävänä nuorten lopettamisajatuksia ajatellen.

Loppumittauksessa jatkaneiden pelaajien viihtymisen keskiarvo laski alkumittauksen keskiarvosta. Ero oli tilastollisesti erittäin merkitsevä ($p = .001$). Suuri ero saattaa osaltaan johtua loppumittauksen ajankohdasta. Loppumittaus suoritettiin kauden lopulla eli syksyllä. Tutkimukset osoittavat että kauden lopulla uhrauksiinsa nähden vähän hyötyneillä jalkapallon harrastajilla on enemmän ajatuksia jalkapallon lopettamisesta kuin kauden alussa (VanYperen 1997). Mikäli pelaajien kauden alussa itselleen asettamat tavoitteet ja toiveet eivät jostain syystä toteudukaan tunnetaan harrastuksen eteen tehdyt uhraukset turhina. Tästä saattaa aiheutua koettuun pätevyyyteen sidoksissa olevan liikuntanautinnon laskua. Ohjaajien ja valmentajien tulisi kiinnittää huomiota jokaisen lapsen ja nuoren omaan henkilökohtaiseen kehittymiseen ja siten ylläpitää ja kehittää kyvykkyyden tunnetta ja korostaa positiivisia tunteita liikunnassa (Liukkonen 1995). Ohjaajien ja valmentajien tulisi muuttaa junioreiden ehkäpä liian subjektiivisia käsityksiä omista kyvyistä vastaamaan lähemmäs objektiivista suoritustulosta (Kimiecik ym. 1986; Spink & Roberts 1980). Digelidis ja Papaioannou (1999) tutkivat iän merkitystä sisäiseen motivaatioon, tavoiteorientaatioon, koettuun pätevyyyteen ja ulkonäköön sekä motivaatioilmastoon koululiikunnassa. Tutkimus osoitti, että vanhetessaan oppilaiden tehtäväorientoituneisuus vähenee koululiikunnassa. Kun ala - asteelta siirrytään yläasteelle oppilaat muuttuvat tyytymättömämmiksi ruumiiseensa ja huolestuneemmiksi virheiden tekemisestä. (Digelidis & Papaioannou 1999.) Olisiko pelaajien vanheneminen vaikuttanut ahdistumisen nousuun, joka olisi vaikuttanut taas viihtyvyyden laskuun? Tärkeiden pelien mukanaan tuomat paineet saattavat vähentää viihtymistä. Myös olosuhteet, esimerkiksi syksyn sateet, saattavat vaikuttaa viihtyvyyteen.

Jatkaneiden pelaajien koettu pätevyys ei laskenut tilastollisesti loppumittauksessa. Tulosta voidaan pitää positiivisena. Mutta tarkoittaako tulos sitä, että pelaajat eivät kehittyneet ohjelman aikana? Eräs Virtasen (1999) opinnäytetyön naispelaajien lopettamissyiden tuloksista oli se, että pelaajat lopettivat harrastuksen kun he eivät enää kehittyneet. Loppumittauksen ajankohta kauden lopulla on saattanut tuoda pelaajille esiin uusia kohtia omista taidoista. Omien taitojen realistinen arviointi alkukaudesta on vaikeampaa vähemmän harjoituksen vuoksi ja ehkäpä optimistisemmän asenteen takia. Kun kauden aikana kohdataan useissa peleissä uusia vastustajia ja joukkueita, saattaa omien taitojen kokeminen hieman muuttua. Omat taidot voidaan kokea hieman huonommiksi kuin ne todellisuudessa ovat. Pelaajien koetun pätevyuden kohottaminen olisi kehittämiskohta valmentajille, kehittäviä ja vaihtelevia harjoituksia ei ole ikinä liikaa.

Jatkaneiden pelaajien yrittämisessä keskiarvo ei ollut tapahtunut tilastollista muutosta alkumittauksen ja loppumittauksen välisenä aikana. Myös tässä tapauksessa mittaajajankohdalla saattaa olla vaikutusta. Kauden lopulla pelaajat saattavat vain odottaa viimeisiä pelejä ja toivoa lomaa jalkapallosta. Myös ulkopuoliset tekijät, kuten olosuhteet, saattavat vaikuttaa yrittämiseen. Jos syksyllä sataa paljon, niin harjoituksiin ja peleihin ei lähdetä niin mieluusti kuin kesäisin. Pitkän kauden aiheuttama väsymyskin voi vaikuttaa pelaajien yrittämiseen ja viihtymiseen.

Jatkaneiden pelaajien loppumittauksen tehtäväorientaatio ja kilpailuorientaatio eivät olleet muuttuneet tilastollisesti yhtään alkumittauksesta. Tehtäväorientaatio pysyi samalla korkealla tasolla huolimatta loppumittauksen kyselyajankohdasta, joka oli loppukaudella. Loppukauden tärkeät pelit eivät vaikuttaneet negatiivisesti pelaajien tehtäväsuuntautuneisuuteen. Olisiko tasaisella peluuttamisella ollut jotain tekemistä asian kanssa (puolen pelin takuu)? Ihmisten persoonallisiin ominaisuuksiin ei lyhyellä aikavälillä ole helppoa vaikuttaa (Jaakkola 2002). Positiivista tuloksessa oli, ettei kilpailuorientaatio noussut.

Dropout – tutkimusten (Patriksson 1988) yleisin lopettamisen syy, huono viihtyminen, nousi myös jatkaneilla pelaajilla erääksi merkittävimmistä tuloksista tässä opinnäytetyössä. Viihtyneisyyden erittäin merkittävä lasku jatkaneiden pelaajien kohdalla loppumittauksessa antaa viitteitä mahdollisista lopettamisista. Syitä viihtymisen ulottuvuuden laskemiseen voi olla useita. Viihtyminen on tavallaan herkkä ”tuntosarvi”, joka aistii herkät muutokset. Olisiko ilmapiiri harjoituksissa mennyt vakavampaan suuntaan? Olisiko harjoitusten motivaatioilmasto muuttunut tutkimuksen aikana? Harjoittelun tulee olla nousujohteista tuottaakseen kehitystä. Keskittyminen henkilökohtaisten taitojen parantamiseen tuottaa lapsille ja nuorille mahdollisia onnistumisen elämyksiä ja tunteita kokea pätevyyttä ja hallintaa. Positiivisten tunteiden kautta viihtyminen nousee. Valmentajan ja vanhempien tuki lisää lasten ja nuorten viihtymistä. Rakentavat palautteet niin jalkapallon kuin muunkin elämän piiristä tuottavat edelleen positiivisuutta. Viihtymisen laskun seuraukset näkyvät ensin yrittämisen ulottuvuudessa, kun ei ole hauskaa niin ei jaksa yrittääkään niin paljoa. Vastaavasti koetaan itse kuitenkin yhtä päteväksi, se ei muutu niin helposti oli kivaa tai ei.

11.4 Jatkotutkimusehdotukset

Laajemmalla tarkastelulla saadaan kyseisestä aineistosta selvempiä tuloksia. Tavoiteorientaation ja sisäisen motivaation yhteydestä olisi mielenkiintoista saada lisää tietoa. Miten lopettaneiden tavoiteorientaatio on sidoksissa motivaatioon. Onko jatkaneiden tehtäväorientaatiolla ja korkealla sisäisellä motivaatiolla yhteyttä? Esimerkiksi motivaatioilmaston lisääminen avartaa näkökulmaa lopettamisen syiden ja kehitysohjelman vaikutusten esille saamiseen.

Jalkapallon harrastajia voisi vertailla myös koetun pätevyyden tason mukaan. Miten matala ja toisaalta korkea koettu pätevyys vaikuttaa lapseen ja nuoreen? Mitattaisiin koetun pätevyyden eri tasoja viihtyvyyden, yrittämisen, ahdistuneisuuden sekä tehtävä - ja kilpailuorientaatioiden kanssa. Millä tavalla erilaiset kehitysohjelmat vaikuttavat koettuun pätevyyteen ja miten muutos vaikuttaa edelleen muihin motivaatiotekijöihin?

Onko harrastajan iällä merkitystä koettuun pätevyyteen? Ovatko nuoremmat alttiimpia kehitys – ohjelmien vaikutuksille? Miten kasvupyrähdykset vaikuttavat koettuun pätevyyteen? Onko syntymäajalla merkitystä? Jos samassa joukkueessa pelaa alku – ja loppuvuoden lapsia, niin miten koettu pätevyys jakautuu?

Aineistosta voisi poimia joukkueen, jossa on korkeimmat tulokset tehtäväorientaatiossa sekä sisäisessä motivaatiossa ja tarkastella sen joukkueen ja seuran valmennustoimintaa. Tuloksista voisi yrittää kehittää Kaikki Pelaa – ohjelmaa edelleen.

Tutkimusta voisi laajentaa koskemaan myös muita jalkapallon äärellä toimivia henkilöitä. Ovatko esimerkiksi erotuomarit havainneet muutoksia nuorten pelaajien taidoissa tai käyttäytymisessä Kaikki Pelaa – ohjelman aikana? Ovatko he huomanneet valmentajien peluuttavan pelaajiaan sääntöjen mukaisesti? Kannustavatko valmentajat kaikkia tasapuolisesti ja positiivista palautetta käyttäen. Mikä on valmentajien mielipide asiasta, ovatko he noudattaneet sääntöjä ja mitkä olisivat heidän parannusehdotuksensa? Miten vanhemmat ovat reagoineet ohjelman tuomiin muutoksiin? Millä tavalla seuraorganisaatio on hyötynyt ohjelmasta?

LÄHTEET

- Bakker, F.C., De Koning, J.J., Van Ingen Schenau, G.J.V. & De Groot, G. 1993. Motivation of Young Elite Speed Skaters. *International Journal of Sport Psychology* 24, 432 – 442.
- Biddle, S. 1995. Motivaatio ja osallistuminen liikuntaan sekä urheiluun. Suom. N. Hirsiaho. Teoksessa J. Liukkonen (toim.) *Psyykkisen valmennuksen uudet haasteet*. Suomen Urheilupsykologinen Yhdistys ry., 37 - 45.
- Brunel, P.C. 1999. Relationship between achievement goal orientations and perceived motivational climate on intrinsic motivation. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 9, 363 - 374.
- Deci, E.L. 1975. *Intrinsic motivation*. New York: Plenum Press.
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. 1985. *Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour*. New York: Plenum Press.
- Digelidis, N. & Papaioannou, A. 1999. Age - group differences in intrinsic motivation, goal orientations and perceptions of athletic competence, physical appearance and motivational climate in Greek physical education. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 9, 375 - 380.
- Duda, J.L. 1992. Motivation in sport settings: A goal perspective approach. Teoksessa G.C. Roberts (toim.) *Motivation in Sport and Exercise*. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 57-91.
- Duda, J.L., Chi, L., Newton, M.L., Walling, M.D. & Catley, D. 1995. Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport. *International Journal of Sport Psychology* 26, 40-63.
- Ebbeck, V. & Becker, S.L. 1994. Psychosocial Predictors of Goal Orientations in Youth Soccer. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 65, 355 - 362.

- Fox, K. 1998. Palkkiojärjestelmät. Teoksessa E-L. Sarlin, H. Sarlin, T. Lintunen, J. Liukkonen ja A. Pönkkö (toim.) Motivaatio ja minäkäsitys liikunnassa ja urheilussa. Vuokatin liikuntapsykologinen seminaari. Oulun yliopiston Kajaanin opettajankoulutuslaitoksen julkaisuja, 16 – 20.
- Fox, K. & Biddle, S. 1988. The child's perspective in physical education, part 2: Children's participation motives. *British Journal of Physical Education* 19, 79-82.
- Fox, K., Goudas, M., Biddle, S., Duda, J. & Armstrong, N. 1994. Children's Task and Ego Goal Profiles in Sport. *British Journal of Educational Psychology* 64, 253 – 261.
- Gould, D. 1987. Understanding Attrition in Children's Sport. Teoksessa D. Gould ja M.R. Weiss (toim.) *Advances in Pediatric Sport Sciences. Volume Two. Behavioral Issues.* Champaign, Illinois: Human Kinetics, 61 – 85.
- Gould, D. & Horn, T. 1984. Participation motivation in young athletes. Teoksessa J.M. Silva ja R.S. Weinberg (toim.) *Psychological Foundations of Sport.* Champaign, Illinois: Human Kinetics, 359 – 370.
- Harter, S. 1978. Effectance motivation reconsidered: Toward a developmental Model. *Human Development* 21, 34 – 64.
- Harter, S. 1981. A model of mastery motivation in children: Individual differences and developmental change. Teoksessa W.A. Collins (toim.) *Aspects on the development of competence. The Minnesota Symposium of Child Psychology* 14. New Jersey: Hillsdale, 215-255.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. 3. - 4. painos. Helsinki: Kirjayhtymä oy.
- Jaakkola, T. & Sepponen, K. 1997. Tavoiteorientaation ja motivaatioilmaston yhteydet sisäiseen motivaatioon koululiikunnassa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu - tutkielma.

- Jaakkola, T. 2002. Changes in students' exercise motivation, goal orientation, and sport competence as a result of modifications in school physical education teaching practices. Jyväskylä: LIKES – Research Center for Sport and Health Sciences.
- Jääskeläinen, A. & Nikunen, T. 2000. Tavoiteorientaatio ja koettu pätevyys koululiikunnassa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu – tutkielma.
- Kimiecik, J.C., Allison, M.T. & Duda J.L. 1986. Performance satisfaction, perceived competence and game outcome: The competitive experience of boys' club youth. *International Journal of Sport Psychology* 17, 255 - 268.
- Lintunen, T., Valkonen, A., Leskinen, E. & Biddle, S.T.H. 1999. Predicting physical activity intentions using a goal perspective approach: a study of Finnish youth. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 9, 344 - 352.
- Liukkonen, J. 1995. Motivaatioilmasto nuorisourheilussa. Teoksessa J. Liukkonen (toim.) *Psyykkisen valmennuksen uudet haasteet*. Suomen Urheilupsykologinen Yhdistys ry., 95 - 122.
- Liukkonen, J. 1998. Enjoyment in youth sports: a goal perspective approach. Jyväskylä: LIKES – Research Center for Sport and Health Sciences.
- Lochbaum, M.R. & Roberts, G.C. 1993. Goal Orientations and Perceptions of the Sport Experience. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 15, 160 - 171.
- Lämsä, J. & Mäenpää, P. 2002. Kuinka moni lopettaa? Tietoja ja näkemyksiä nuorten urheiluharrastuksen aloittamisesta ja lopettamisesta. Nuori Suomi ry.
- Maslow, A.H. 1954. *Motivation and Personality*. New York: Harper & Brothers.
- Nicholls, J.G. 1992. The General and the Specific in the Developmental and Expression of Achievement Motivation. Teoksessa G.C. Roberts (toim.) *Motivation in Sport and Exercise*. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 31 – 56.

- Ntoumanis, N. & Biddle, S.J.H. 1999. Affect and achievement goals in physical activity: a meta - analysis. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 9, 315 - 332.
- Nuori Suomi ry. 2002. Suuri kansallinen liikuntatutkimus 2001 – 2002: lapset ja nuoret. Suomen liikunta ja urheilu.
- Ommundsen, Y. & Vaglum, P. 1991. The influence of attributional style on the soccer-related self-esteem and persistence in soccer of young boys. *Scandinavian Journal of Medicine & Sciences in Sports* 1, 45-50.
- Ommundsen, Y. & Vaglum, P. 1997. Competence, perceived importance of competence and drop-out from soccer: a study of young players. *Scandinavian Journal of Medicine & Sciences in Sports* 7, 373-383.
- Ommundsen, Y. & Pedersen, B.H. 1999. The role of achievement goal orientations and perceived ability upon somatic and cognitive indices of sport competition trait anxiety. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 9, 333 - 343.
- Patriksson, G. 1988. Theoretical and empirical analyses of drop-outs from youth sports in Sweden. *Scandinavian Journal in Sports Sciences* 10, 29-37.
- Roberts, G.C. 1992. Motivation in sport and exercise: Conceptual constraints and convergence. Teoksessa G.C. Roberts (toim.) *Motivation in Sport and Exercise*. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 3-29.
- Roberts, G.C., Treasure, D.C. & Balague, G. 1998. Achievement goals in sport: The development and validation of the perception of success questionnaire. *Journal of Sport Sciences* 16, 337 - 347.
- Sarlin, E.L. 1995. Minäkokemuksen merkitys liikuntamotivaatiotekijänä. *Studies in Sport Physical Education and Health*, 40. Jyväskylän yliopisto.
- Scanlan, T.K. & Lewthwaite, R. 1986. Social Psychological Aspects of Competition for Male Youth Sport Participants: IV. Predictors of Enjoyment. *Journal of Sport Psychology* 8, 25 – 35.

- Skard, O. & Vaglum, P. 1989. The influence of psychosocial and sport factors on dropout from boys' soccer: a prospective study. *Scandinavian Journal of Sports Sciences* 11, 65 - 72.
- Spink, R.N. & Gerson, R.F. 1980. Athletic Competition for Children: Motivational Considerations. *International Journal of Sport Psychology* 11, 249 – 262.
- Suomen Palloliitto. 1994. Lapsi ja nuori valmennettavana. Helsinki: Suomen Palloliitto, 9.
- Suomen Palloliitto. 1999. Kaikki pelaa: jalkapallo – ohjelma jokaiselle lapselle ja nuorelle. Helsinki: Suomen Palloliitto, 9 – 10.
- Suomen Palloliitto. 2002. Kaikki Pelaa – ohjelma kolme vuotta. Saatavana WWW: muodossa: >URL:<http://palloliitto.fi/viestinta/?num=12335.htm><. 16.1.2003.
- Suomen Palloliitto. 2003. Kaikki Pelaa – säännöt. Saatavana WWW: muodossa: >URL:http://palloliitto.fi/kaikki_pelaa/materiaalit/esitteet_oppaat.htm<. 16.1.2003.
- Telama, R. 1986. Mikä liikunnassa kiinnostaa? Liikuntamotivaatio. Teoksessa P. Vuolle, R. Telama & L. Laakso (toim.) Näin suomalaiset liikkuvat. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 50, 149 - 175.
- Telama, R., Laakso, L. & Yang, X. 1994. Physical activity and participation in sports of young people in Finland. *Scandinavian Journal of Medicine & Sciences in Sports* 4, 65-74.
- Vallerand, R.J., Fortier, M.S. & Guay, F. 1997. Self - Determination and Persistence in a Real - Life Setting: Toward a Motivational Model of High School Dropout. *Journal of Personality and Social Psychology* 72, 1161 - 1176.
- VanYperen, N.W. 1997. Inequity and vulnerability to dropout symptoms: an exploratory causal analysis among highly skilled youth soccer players. *The Sport Psychologist* 11, 318-325.

- Van-Yperen, N.W. & Duda, J.L. 1999. Goal orientations, beliefs about success, and performance improvement among young elite Dutch soccer players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 9, 358 - 364.
- Virtanen, S. 1999. Dropout – ilmiö naisjalkapalloilussa: tapaustutkimus nuorten naisjalkapalloilijoiden lopettamiseen vaikuttavista tekijöistä. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan sosiaalitieteiden laitos. Pro gradu - tutkielma.
- WSOY: n Iso Tietosanakirja. 1995. Helsinki, Porvoo, Juva: WSOY, 193.

LIITTEET

LIITE 1

Kaikki Pelaa – kysely

Olemme Veli-Pekka ja Ville, liikunnan jatko-opiskelijoita. Tarkoituksenamme on saada selville, miten jalkapalloharjoituksia ja pelejä voitaisiin saada entistä viihtyisemmiksi ja hyödyllisemmiksi Teidän kannaltanne ja näin hieno harrastuksenne voisi jatkua aikuisikään asti. **Kysymyksiin ei ole oikeita tai väärä vastauksia – Sinun mielipiteesi on tärkeä.** Vastauksesi käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti, eikä niitä näe kukaan muu kuin me. Kiitoksia jo etukäteen kyselyyn vastaamisestasi!

Veli-Pekka ja Ville

Nimesi

(tekstaamalla tai tikkukirjaimin): _____

Osoite: _____

Syntymäaika: _____

Seura: _____

Joukkue: _____

Monta vuotta olet harrastanut jalkapalloa seurassa? _____ vuotta

Sitten aloitetaan, käännä sivua!!!

Seuraavassa sinulle esitetään kysymyksiä tuntemuksistasi. Vastaa jokaiseen kysymykseen rengastamalla yksi numero, joka vastaa tunteitasi kysytystä asiasta.

1= Täysin eri mieltä ...5= Täysin samaa mieltä

Kun Pelaan jalkapalloa, tunnen itseni onnistuneimmaksi silloin kun:

| | |
|-------------------------|---------------------------|
| Täysin eri mieltä | Täysin samaa mieltä |
|-------------------------|---------------------------|

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. Voitan toiset..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Olen paras..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Yritän kovasti..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Huomaan todella kehittyväni..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. pärjään paremmin kuin toiset..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Näytän toisille olevani paras..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Voitan vaikeudet..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Onnistun sellaisessa, mitä en ole aikaisemmin osannut..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. pärjään sellaisessa asiassa, mitä toiset eivät osaa..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Teen kaiken parhaan kykyni mukaan..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. Saavutan itselleni asettamani tavoitteen..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. Olen selvästi toisia parempi..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Seuraavassa sinulle esitetään kysymyksiä tuntemuksistasi jalkapallosta.

Vastaa jokaiseen kysymykseen rengastamalla yksi numero, joka vastaa tunteitasi kysytystä asiasta.

| | |
|-------------------|---------------------|
| Täysin eri mieltä | Täysin samaa mieltä |
|-------------------|---------------------|

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. Nautin jalkapallon pelaamisesta erittäin paljon..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Olen mielestäni melko hyvä jalkapallossa..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Pelatessani jalkapalloa otan kaiken irti itsestäni..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Minulle on tärkeää onnistua hyvin peleissä..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Yritän erittäin kovasti pelatessani jalkapalloa..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Jalkapallon pelaaminen on hauskaa..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Jalkapallopelit ovat mielenkiintoisia..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Olen tyytyväinen suorituksiini peleissä..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Tunnen suorituspainetta pelatessani jalkapalloa..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Tunnen itseni levottomaksi pelatessani jalkapalloa..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. Yrittämiseni jalkapallossa on melko vähäistä..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. Olen rentoutunut pelatessani jalkapalloa..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. Olen melko taitava jalkapallossa..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. Peleissä olen melko hyvä..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

LIITE 2

PELAAJIEN TAVOITEORIENTAATIOMITTARIN OSIOIDEN PROSENTUAALISET
FREKVENSsit ALKUMITTAUKSESSA (n = 360)

| | Täysin eri mieltä | | | | Täysin samaa mieltä |
|--|--------------------------|----------|----------|----------|----------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Voitan toiset | 6 | 15 | 34 | 30 | 15 |
| 2. Olen paras | 16 | 21 | 31 | 20 | 12 |
| 3. Yritän kovasti | 1 | 2 | 9 | 32 | 56 |
| 4. Huomaan todella kehittyväni | 0 | 3 | 16 | 38 | 43 |
| 5. Pärjään paremmin kuin toiset | 7 | 21 | 42 | 22 | 8 |
| 6. Näytän toisille olevani paras | 22 | 28 | 26 | 17 | 7 |
| 7. Voitan vaikeudet | 1 | 5 | 27 | 37 | 30 |
| 8. Onnistun sellaisessa, mitä en ole aikaisemmin osannut | 0 | 2 | 18 | 32 | 48 |
| 9. Pärjään sellaisessa asiassa, mitä toiset eivät osaa | 5 | 19 | 38 | 27 | 11 |
| 10. Teen kaiken parhaan kykyni mukaan | 1 | 2 | 13 | 30 | 55 |
| 11. Saavutan itselleni asettamani tavoitteen | 2 | 4 | 18 | 35 | 41 |
| 12. Olen selvästi toisia parempi | 21 | 23 | 33 | 16 | 7 |

LIITE 3

PELAAJIEN SISÄISEN MOTIVAATIOMITTARIN OSIEN PROSENTUAALISET FREKVENSIT ALKUMITTAUKSESSA (n = 360, osioiden 9, 10 ja 11 pistemäärät on käännetty)

| | Täysin eri mieltä | | | | Täysin samaa mieltä |
|--|-------------------|----|----|----|---------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Nautin jalkapallon pelaamisesta erittäin paljon | 0 | 1 | 7 | 33 | 59 |
| 2. Olen mielestäni melko hyvä jalkapallossa | 1 | 2 | 20 | 52 | 25 |
| 3. Pelatessani jalkapalloa otan kaiken irti itsestäni | 0 | 1 | 17 | 45 | 37 |
| 4. Minulle on tärkeää onnistua hyvin peleissä | 0 | 3 | 16 | 38 | 43 |
| 5. Yritän erittäin kovasti pelatessani jalkapalloa | 0 | 1 | 11 | 43 | 45 |
| 6. Jalkapallon pelaaminen on hauskaa | 0 | 1 | 5 | 24 | 70 |
| 7. Jalkapallopelit ovat mielenkiintoisia | 0 | 1 | 9 | 30 | 60 |
| 8. Olen tyytyväinen suorituksiini peleissä | 1 | 3 | 27 | 51 | 18 |
| 9. Tunnen suorituspainetta pelatessani jalkapalloa | 10 | 24 | 30 | 26 | 10 |
| 10. Tunnen itseni levottomaksi pelatessani jalkapalloa | 3 | 7 | 20 | 38 | 32 |
| 11. Yrittämiseni jalkapallossa on melko vähäistä | 2 | 6 | 7 | 34 | 51 |
| 12. Olen rentoutunut pelatessani jalkapalloa | 3 | 11 | 32 | 34 | 20 |
| 13. Olen melko taitava jalkapallossa | 2 | 4 | 28 | 49 | 17 |
| 14. Peleissä olen melko hyvä | 1 | 4 | 29 | 50 | 16 |

LIITE 4

JATKANEIDEN PELAAJIEN TAVOITEORIENTAATIOMITTARIN OSIoidEN
PROSENTUAALISET FREKVENSSIT LOPPUMITTAUKSESSA (n = 212)

| | Täysin eri mieltä | | | | Täysin samaa mieltä |
|--|--------------------------|----------|----------|----------|----------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Voitan toiset | 9 | 18 | 36 | 24 | 13 |
| 2. Olen paras | 15 | 20 | 35 | 20 | 10 |
| 3. Yritän kovasti | 1 | 2 | 10 | 41 | 46 |
| 4. Huomaan todella kehittyväni | 1 | 3 | 16 | 34 | 46 |
| 5. Pärjään paremmin kuin toiset | 7 | 19 | 40 | 24 | 10 |
| 6. Näytän toisille olevani paras | 18 | 28 | 32 | 14 | 8 |
| 7. Voitan vaikeudet | 0 | 5 | 26 | 40 | 29 |
| 8. Onnistun sellaisessa, mitä en ole aikaisemmin osannut | 1 | 2 | 15 | 39 | 43 |
| 9. Pärjään sellaisessa asiassa, mitä toiset eivät osaa | 6 | 17 | 38 | 25 | 14 |
| 10. Teen kaiken parhaan kykyni mukaan | 1 | 3 | 11 | 34 | 51 |
| 11. Saavutan itselleni asettamani tavoitteen | 1 | 2 | 24 | 37 | 36 |
| 12. Olen selvästi toisia parempi | 19 | 25 | 37 | 12 | 7 |

LIITE 5

JATKANEIDEN PELAAJIEN SISÄISEN MOTIVAATIOMITTARIN OSIoidEN
PROSENTUAALISET FREKVENSsit LOPPUMITTAUKSESSA (n = 207 - 209)

| | Täysin eri mieltä | | | | Täysin samaa mieltä |
|--|-------------------|----|----|----|---------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Nautin jalkapallon pelaamisesta erittäin paljon | 0 | 1 | 7 | 33 | 59 |
| 2. Olen mielestäni melko hyvä jalkapallossa | 1 | 2 | 20 | 52 | 25 |
| 3. Pelatessani jalkapalloa otan kaiken irti itsestäni | 0 | 1 | 17 | 45 | 37 |
| 4. Minulle on tärkeää onnistua hyvin peleissä | 0 | 3 | 16 | 38 | 43 |
| 5. Yritän erittäin kovasti pelatessani jalkapalloa | 0 | 1 | 11 | 43 | 45 |
| 6. Jalkapallon pelaaminen on hauskaa | 0 | 1 | 5 | 24 | 70 |
| 7. Jalkapallopelit ovat mielenkiintoisia | 0 | 1 | 9 | 30 | 60 |
| 8. Olen tyytyväinen suorituksiini peleissä | 1 | 3 | 27 | 51 | 18 |
| 9. Tunnen suorituspainetta pelatessani jalkapalloa | 10 | 24 | 30 | 26 | 10 |
| 10. Tunnen itseni levottomaksi pelatessani jalkapalloa | 3 | 7 | 20 | 38 | 32 |
| 11. Yrittämiseni jalkapallossa on melko vähäistä | 2 | 6 | 7 | 34 | 51 |
| 12. Olen rentoutunut pelatessani jalkapalloa | 3 | 11 | 32 | 34 | 20 |
| 13. Olen melko taitava jalkapallossa | 2 | 4 | 28 | 49 | 17 |
| 14. Peleissä olen melko hyvä | 1 | 4 | 29 | 50 | 16 |

