

**”SEN MÄ HALUAN AINA SANUA KAIKILLE VALAMENTAJILLE, ETTÄ
IKINÄ EI PIRÄ SUOSIA OMAA TYTÄRTÄ”**

Tapaustutkimus isistä lastensa jalkapallovalmentajina

Noora Mäkisalo & Mira Vilponen

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma

Kevät 2014

Liikuntakasvatuksen laitos

Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Mäkisalo, N. & Vilponen, M. 2014. ”Sen mä haluan aina sanua kaikille valmentajille, että ikinä ei pirä suosia omaa tyttäätä”: Tapaustutkimus isistä lastensa jalkapallovalmentajina. Liikuntakasvatuksen laitos, Jyväskylän yliopisto, liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma, 92 s., 3 liitettä.

Pro gradu -tutkielmamme tarkoitus oli selvittää valmentajien käsityksiä hyvästä valmentajasta ja urheiluvalmennuksesta sekä millaisia kokemuksia omia lapsiaan valmentaneilla miesvalmentajilla oli. Lisäksi halusimme tutkia, millaisia vaikutuksia valmennussuhteella oli pelikentän ulkopuolelle perhesuhteisiin. Tutkimus oli luonteeltaan laadullinen, ja sen tieteenfilosofisena lähtökohtana oli fenomenologinen lähestymistapa. Tutkimusaineistomme muodostui neljän omia lapsiaan valmentaneen jalkapallovalmentajan teemahaastattelusta, jotka vaihtelivat 61 ja 86 minuutin välillä ja kestivät yhteensä 298 minuuttia. Niistä kertyi litteroitua aineistoa yhteensä 77 sivua. Aineiston analyysin teimme aineistosidonnaisen sisällönanalyysin avulla.

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että valmentajien käsitykset hyvästä valmentajasta liittyivät pääosin valmentajan vuorovaikutustaitoihin. Tutkittavat korostivat myös valmentajan auktoriteettia ja lajitaitojen hallintaa. Etenkin palautteen laadulla ja ajoituksella he kokivat olevan suuren vaikutuksen urheilija-valmentaja -suhteen kehittymiseen. Haastatellut valmentajat kokivat oman lapsen ja muiden pelaajien valmentamisessa eroavaisuuksia. Valmentajat myönsivät olevansa tiukempia ja vaativampia omille lapsilleen sekä ohjeiden- että palautteenannossa. Valmennussuhteella oli merkitystä myös kotioloihin harrastuksen ulkopuolelle. Valmentajien mukaan jotkut lapsista olivat hieman mustasukkaisia joko sisaruksille tai muille valmennettaville oman isän ajasta. Lisäksi valmentajat kertoivat, että vaimot olivat hyvin ymmärtäväisiä ja osa jopa mukana valmennustoiminnassa. Valmentajien kokemukset oman lapsen valmentamisesta olivat hyvin myönteisiä. Valmennussuhteen myönteiset kokemukset liittyivät yhteiseen aikaan oman lapsen kanssa ja valmennuksen helppouteen siitä syystä, että oman lapsen tuntee paremmin kuin muut pelaajat. Kielteiset valmennuskokemukset oman lapsen valmentamisessa liittyivät epätasa-arvoiseen kohteluun, etenkin omalle lapselleen valmentajat kokivat olleensa tiukempia ja vaatineensa enemmän kuin muilta pelaajilta. Oman lapsen mielipahan lisäksi valmentajat kokivat itse syyllisyyttä omasta toiminnastaan. Yksi valmentaja toi esille kielteisenä kokemuksena oman lapsen loukkaantumisen harrastuksessa, jolloin valmentajan ura meinasi jäädä kesken.

Avainsanat: jalkapallo, valmennus, valmentaja, urheilija, vanhemmat, tapaustutkimus

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

1 JOHDANTO	1
2 VALMENTAJAN VALMENNUSTAIDOT	4
2.1 Mitä on olla valmentaja ja vastata valmennustoiminnasta?	4
2.2 Jalkapallon valmennusjärjestelmä Suomessa	7
3 VALMENTAJA MONITAITURINA	10
3.1 Valmentajan valmennustyyli ja johtamistaidot	10
3.2 Vuorovaikutus pelaajien kanssa - itsensä ilmaiseminen: sanallinen ja sanaton vuorovaikutus	12
4 VANHEMPI OMAN LAPSENSA VALMENTAJANA	15
4.1 Vanhemman rooli lapsen urheiluharrastuksessa	15
4.1.1 Vanhemman odotukset	15
4.1.2 Vanhemman käytös urheilevaa lasta kohtaan	16
4.2 Matka oman lapsen valmentajaksi	20
4.3 Oman lapsen ja joukkueen valmentamisen haasteellisuus	222
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITTEET	255
6 TUTKIMUSMENETELMÄT JA -PROSESSI	266
6.1 Tapaustutkimus osana laadullista tutkimusta	26
6.2 Tutkimuksen tieteenfilosofinen lähtökohta	28
6.3 Lähestymistapamme tutkittavaan aineistoon	29
6.4 Aineiston keruu haastattelemalla	31
6.5 Haastateltavien valinta ja esittely	35
6.6 Tutkimusaineiston käsittely ja tulkinta	40
7 HYVÄ VALMENTAJA JA VALMENNUSTOIMINTA	47
7.1 Auktoriteetti ja vaativuus	47
7.2 Lajitaidot	48
7.3 Pelaajan kohtaaminen ja itseilmaisus	49
7.4 Palaute	52
7.4.1 Palaute hyvästä suorituksesta	52
7.4.2 Palaute huonosta suorituksesta	53

8 OMAN LAPSEN JA MUIDEN LASTEN VALMENTAMISEN ERILAISUUS	55
8.1 Tiukkana vai lempeänä valmentajana toimiva vanhempi?	55
8.2 Palautteen antaminen omalle lapselle ja muille pelaajille	56
8.3 Tasapuolisuus oman lapsen ja muiden pelaajien välillä	58
9 VALMENNUSSUHTEEN VAIKUTUS PERHESUHTEISIIN	60
9.1 Isän ja lapsen suhde jalkapallon parissa ja kotioloissa	60
9.2 Perheen muut lapset ja vaimo	62
10 OMAN LAPSEN VALMENTAMISEN HYVÄT JA HUONOT PUOLET	65
10.1 Valmennussuhteen myönteiset puolet	65
10.1.1 Yhteinen aika kentällä	65
10.1.2 Yhteinen aika kentän ulkopuolella	65
10.2 Valmennussuhteen kielteiset puolet	66
10.2.1 Oikeudenmukaisuuden vaikeus	66
10.2.2 Valmentajan ristiriitainen kaksoisrooli	68
10.2.3 Oman lapsen loukkaantuminen jalkapallossa	69
11 POHDINTA	70
11.1 Tärkeimpien tutkimustulosten tarkastelu	70
11.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	77
11.3 Katse tulevaan	82
LÄHTEET	85

LIITTEET

LIITE 1 Teemahaastattelurunko

LIITE 2 Kirje tutkittaville

LIITE 3 Tutkimuslupalomake

1 JOHDANTO

”- ei oo yks eikä kaks kertaa kun on pitäny pyytää anteeksi kotimatalla että tuli taas vähä tota puututtua vaan sun tekemisiin - -. Ehkä siinä näkee sen, et miks mä en oo ammattilainen, en pysty kaikkiin suhtautumaan samalla lailla.” (Esko)

Näin kertoo eräs tutkimukseemme osallistunut valmentaja, joka kuvaili oman lapsen valmentamisen haastavuutta. Valmennussuhde vaikuttaa myös pelikentän ulkopuolelle kotiin ja perheen muihin sisäisiin tapahtumiin. Tätä mielenkiintoista konseptia on pohtinut myös Kuusela (1994, 6-8) mielipidekirjoituksessaan. Hän pohtii, kuinka isä-poika -valmennussuhde saa uudet ulottuvuudet erilaisissa ympäristöissä ja tilanteissa. Jani Sievisen isä kertoi avoimesti vuosia valmennussuhteen jälkeen tiedotusvälineessä tarinan, jonka mukaan hän oli laittanut Janin polkupyörän lukkojen taakse, koska Jani ei sillä kerralla halunnut lähteä uimaharjoituksiin. Samaa aihetta pohti Jani itse Iltalehden viikonvaihdeliitteessä (Nieminen 2013, 12–15). Hänen mukaansa harjoituksia oli 6-16 -vuotiaana joka päivä, oli sitten jouluijuhannus. Yhteistyön sujumisen isän kanssa Jani kertoo onnistuneen: Esa oli valmentaja hallilla ja isä kotona, altaalla riideltiin, kotona ei. Isän ja pojan näkökulmissa on eroavaisuuksia.

Hyvän valmentajan ominaisuuksia ja toimintaa on tutkittu vuosikymmenten ajan (ks. esim. Chelladurai & Saleh 1980; Becker & Whitney 2012). Aihetta on käsitelty paljon myös pro gradu -tutkielmissa. Usein näkökulmana ovat olleet pelaajien omakohtaiset kokemukset joukkueurheilusta ja valmennuksesta (ks. esim. Harjunen & Pihlainen 2008; Hietala & Skyttä 2005; Lappalainen & Nissilä 2007). Myös ulkomaiset tutkimukset ovat suuntautuneet monesti urheilijoiden kokemusten keräämiseen (ks. esim. Patterson 2010; Vincer & Loughhead 2010). Oman vanhemman valmentamista on tutkittu hyvin vähän. Weissin ja Fretwellin (2005) tutkimuksessa selvisi, että oman vanhemman läsnäolo valmentajana urheiluharrastuksessa voi luoda lapselle paineita, mutta osaltaan aikaansaa mahdollisuuden kasvattaa ja kehittää lapsi-vanhempi -suhdetta. Erityisesti vanhemman kanssa vietetty laatu-aika ja päätösten pohtiminen yhdessä oli lapsille myönteinen asia. Sen sijaan epäoikeudenmukainen käytös omaa lasta kohtaan oli yhteistä monille lastaan valmentaville. Lisäksi oman lapsen reagointi joihinkin oman vanhemman kommentteihin tai käskyihin voi yllättää. Lapsi ja nuori kuitenkin peilaavat ympärillään tapahtuvia asioita aiemmin oppimaansa ja saattavat ihmetellä vanhemman

erilaista käytöstä kotona ja kentällä. (Weiss & Fretwell 2005, 34; Horn, Bloom, Berglund & Packard 2011.) Läheinen sukulaisuussuhde tekee aiheesta mielenkiintoisen myös laajemmin vuorovaikutussuhteita ajateltuna. Ainakaan 2000-luvun alkupuolella Suomessa ei vielä ollut julkaistu tutkimuksia, joissa olisi kartoitettu sekä toimivien että toimimattomien vanhempilapsi -valmennussuhteiden määriä tai onnistumista. (Mero, Nummela, Keskinen & Häkkinen 2004, 420.) Tästä syystä uuden näkökulman tuominen urheiluvalmennukseen sekä ajankohtaisen tutkimustiedon tuottaminen on perusteltua.

Omassa tutkielmassamme paneudumme oman lapsen valmentamiseen valmentajan näkökulmasta. Aiemman tutkimus- ja teoriatiedon mukaan myös valmentajat vaativat itseltään paljon. Sekä yksilö- että joukkuelajeissa valmentajan ja urheilijan välillä täytyy olla suhde, joka perustuu keskinäiseen luottamukseen, kunnioitukseen ja arvostukseen. (Mero, Nummela & Keskinen 1997, 344.) Meron ym. (1997) lisäksi myös Hämäläinen (2008) miettii väitöskirjassaan valmentajan ja valmennettavan suhdetta. Hän toteaa, että jokainen valmentaja haluaa olla hyvä. Valmentajan omat kokemukset opettajista, vanhemmista, aiemmista valmentajista, valmentajakoulutuksesta, keskustelut muiden valmentajien kanssa, valmentajan saama palaute urheilijoiltaan sekä kokemukset omasta valmentajan työstä vaikuttavat valmentajuuteen. (Hämäläinen 2008, 76.)

Valmentajan asema roolimallina vaikuttaa moniin lapsiin, sillä urheilu on lasten ja nuorten keskuudessa ylivoimaisesti suosituin harrastus. Urheiluseurojen toiminnassa on mukana lähes puolet (42 %) lapsista ja nuorista. Nykyään erilaisten lajien ja seurojen määrä on kasvanut. Suomessa lasten ja nuorten urheilua pyritetään pääosin vapaaehtoisten voimin. Esimerkiksi yli 260 000 jalkapallon pelaajista on lapsia tai nuoria. (Liikunnan ja Urheilun Maailma 2006). Toiminnan laajuudesta ja itsenäisestä toimintakulttuurista johtuen lasten ja nuorten urheilun kehittämisessä riittää haasteita (Nuori Suomi ja Suomen Olympiakomitea 2006.) Koulujen liikunnanopetuksen kehittämisen lisäksi on lasten liikunnallisuuden lisääminen (ks. Perusopetus 2020 – yleiset valtakunnalliset tavoitteet ja tuntijako) osaavien valmentajien kannustamana yhteiskunnallisesti todella tärkeä seikka tänä päivänä. Valmentajakoulutusten lisääminen ja uudistaminen sekä tietoisuuden lisääntyminen urheilijoiden valmennuskokemuksista avaavat valmennusajattelulle uusia ovia (ks. esim. Aarresola 2010). Suomen Valmentajien raportista kävi ilmi, että lajiliittojen tasokoulutuksissa oli suuria eroja niin koulutusten kestoissa kuin osallistujamäärissäkin (Lehtonen 2009, 19).

Suomessa valmennus- ja ohjaustoiminta perustuu pitkälti vapaaehtoistoimintaan, vaikka ammattimaisuus on kasvussa (Suomen Palloliitto 2009; Fortum Tutor 2009). Ohjaajana, kouluttajana tai apuvalmentajana toimii noin 173 000 suomalaista. Pääallekkäisyys huomioiden voidaan sanoa, että valmentaja- ja ohjaajakoulutus kouluttaa noin 250 000 suomalaista. Ammattivalmentajien lukumäärästä ei ole tarkkaa tietoa, mutta se sijoittunee 1000–2000 välille. (Aarresola 2010, 7.) Kansallisen liikuntatutkimuksen 2009–2010 mukaan valmentajina toimii noin 109 000 suomalaista. Vapaaehtoiset ja innokkaat vanhemmat ovat usein mukana jollakin tavalla lastensa urheiluharrastuksissa, sillä jalkapallovalmentajina toimii maassamme usein jonkun lapsen oma isä tai äiti (ks. esim. Suomen Palloliitto 2009; Fortum Tutor 2009).

Oman lapsen valmentaminen kiinnosti meitä erityisen kovasti siitä syystä, että meillä kummallakin on kokemusta oman isän valmennuksessa olemisesta: Miralla yksilölajissa, Nooralla joukkuelajissa – tarkkaan ottaen jalkapallossa. Joukkueen valmentaminen tuo valmentajalle uusia ja ehkä joskus myös ennalta arvaamattomia haasteita. Tämän haastattelututkimuksen tavoitteena on selvittää, mitä asioita neljä jalkapallovalmentajaa pitää tärkeänä valmentajan toiminnassa sekä millaisia ovat heidän kokemuksensa oman lapsen valmentamisesta. Onko oman lapsen ja muun joukkueen valmentamisen välillä eroja ja onko valmennussuhteella vaikutusta kotiin?

2 VALMENTAJAN VALMENNUSTAIDOT

2.1 Mitä on olla valmentaja ja vastata valmennustoiminnasta?

Valmentaja toimii ohjaajaan verrattuna selkeämmin tavoitteellisen kilpaurheilun piirissä. Valmentajan keskeisin tehtävä on auttaa urheilijaa saavuttamaan oma henkilökohtainen parhaansa. (Luhtanen 1984, 13; Suomen Valmentajat 2004, 9.) Hän on ehdottomasti urheilijan tärkein tukihenkilö, jonka merkitys urheilijan uran edetessä korostuu (Mero ym. 2004, 390). Raakman, Dorsch ja Rhind (2010) viittaavat tutkimuksessaan aikaisempaan kanadalaiseen tutkimukseen, jossa 96 % urheilijoista koki valmentajan olevan vaikutusvaltaisempi kuin heidän omat vanhempansa tai opettajansa.

Monissa lajeissa on tullut tavaksi käyttää valmentaja-nimikettä myös silloin, kun puhutaan lasten harrastusliikunnan ohjaamisesta. Valmentaja- ja ohjaajanimikkeiden käyttö onkin lajikohtaista. Yleisesti voidaan kuitenkin todeta, että *ohjaajan* tehtävänä on herättää ja ylläpitää kiinnostusta sekä lisätä lapsen lajitaitoja monipuolisesti ja turvallisesti. Ohjaajan taitoihin kuuluu laaja asiantuntijuus tavoitteellisen oppimisen, motivoinnin, kasvatuksen ja reilun pelin välineinä. (Suomen Valmentajat 2004, 9.)

Valmentajan täytyy hallita valmennusprosessin eri vaiheet: suunnittelu, harjoituksen toteutus, harjoittelun johtaminen sekä kehityksen seurannan ja palautteen merkitys (Suomen Valmentajat 2004, 9). Koripallovalmentajia tutkittaessa valmentajat, joilla oli hyvät valmennustaidot, olivat tärkeässä roolissa sekä joukkueen saavutusten suhteen että pelaajien lahjakkuuksien kehittämisessä ja lajin tunnettavuuden laajentamisessa (Sevim & Yaprak 2011). Valmentamisen voidaan ajatella olevan kokonaisuudessaan enemmän prosessi kuin sarja toimintoja, jotka on määritelty ennakkoon. Huippuvalmentajat arvioivat jatkuvasti, mihin pystyvät ja mihin eivät. He seuraavat tarkasti urheilijoiden lajin kannalta olennaisia ominaisuuksia, kehittymistä sekä muita tekijöitä, jotka vaikuttavat suorituskykyyn. Valmista mallia, jota valmentajat voisivat käyttää, ei siis ole vaan urheilijoiden kehittäminen vaatii valmentajalta jatkuvaa arviointia. (Hämäläinen 2008, 73–74.)

Valmentaja kehittyy pitkäaikaisen valmennustyön kautta ammattitaitoiseksi. Hän hallitsee perusteellisesti lajin tekniikkaan, välineisiin, harjoitteluun ja taitoihin liittyvät seikat ja osaa soveltaa näitä omassa valmentamisessaan. Valmentajan ammattitaito koostuukin valmennuksen perustiedoista, lajitiedoista, valmennustapahtuman kokonaisvaltaisesta hallinnasta, taitojen kehittämisestä, fyysisten ominaisuuksien harjoittamisesta, innostamis- ja kehittämiskyvystä, sitoutumisesta ja sitouttamisesta sekä esiintymis- ja johtamistaidoista (Mero ym. 1997, 337; Mero ym. 2004, 412). Valmentajan ammattitaito ja lajituntemus kasvavat vuosien valmennustyön tuloksena, käyttämällä höydyksi aikaisempaa tietoa ja kokemusta sekä hankkimalla koko ajan uutta tietoa (Kantola 1988 a, 223).

Valmentajalla on valinnanvapaus, miten hän hyödyntää valmennustietouttaan ja -taitojaan. Jones, Bezodis ja Thompson (2009) tutkivat huippupikajuoksijoiden valmentajia ja huomasivat, miten heidän valmennusajattelunsa poikkesi toisistaan lajitietouden käytön osalta. Kaikilla oli paljon tietoa lajista, mutta painotukset esimerkiksi pikajuoksun lähdössä eivät olleet samoja. Jokainen valmentaja näki asian omasta näkökulmastaan. Menestyneimmät valmentajat eivät olekaan sidoksissa johonkin valmennustyyliin, vaan he etsivät itselleen ja tilanteeseen sopivan johtamistyylin, joka on avain menestykseen (Huseinagic & Hodžić 2006).

Valmentajan tehtävä on tukea ja kannustaa urheilijaa omien taitojen kehittämisessä sekä motivoida valmennettavaa, jotta päästäisiin huippusuorituksiin. (Hakkarainen ym. 2009, 350; Mero ym. 2004, 216). Myös Pattersonin (2010) tutkimuksessa urheilijat ja valmentajat kokivat motivoijan roolin hyvin tärkeäksi valmentajalle. Urheilijoita tuleekin opettaa keskittymään jokaiseen suoritukseen ja pyrkimään parhaimpaansa aina, sillä uuden taidon oppiminen ja kehittyminen lajissa ruokkivat urheilijan sisäistä motivaatiota (Hakkarainen ym. 2009, 350).

Motivoijan roolin lisäksi valmentajan tulee itse olla motivoitunut valmentamaan urheilijoita. Siparin ja Blomqvistin (2010) kyselytutkimuksessa selvisi, että alussa valmentajia motivoi

eniten urheilijan kehittäminen, oma kiinnostus lajiin ja valmentamiseen. Kyselyhetkellä ylivoimaisesti tärkeimmäksi motivaatiotekijäksi valmentamisessa koettiin urheilijan kehittäminen. Kokonaisuudessaan tärkeimmäksi tekijäksi valmennuksessa valmentajat vastasivat urheilijan kehittämisen lisäksi urheilijan kasvattamisen. (Sipari & Blomqvist 2010, 20–22.) Traill'n, Cloughin ja McCormackin (1993) tutkimuksessa selvisi, että tyttöpelaaajien mukaan valmentajan tulisi haluta oppia lisää valmentamisesta ja huomioida jokaisen pelaajan taidot ja tarpeet yksilöllisesti (Traill ym. 1993, 68).

Urheiluvalmennuksella tarkoitetaan urheilijan suorituskyvyn suunnitelmallista parantamista. Tässä prosessissa käytetään hyväksi tietoon, kokemukseen ja tieteelliseen tutkimukseen perustuvaa harjoitusta, jolla urheilijaa kehitetään monipuolisesti ja kokonaisvaltaisesti. (Kantola 1988 a, 237.) Kokonaisvaltainen urheiluvalmennus koostuu urheilijan fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten tekijöiden huomioimisesta (Forsman & Lampinen 2008, 323; Närhi & Frantsi 1998, 35). Valmennustapahtumassa vaikutetaan yhden osa-alueen lisäksi aina myös väistämättä muihinkin alueisiin (Cassidy, Jones & Potrac 2009, 11).

Filosofi Jyri Puhakainen on jakanut kokonaisvaltaisen valmennuksen osa-alueet kolmeen osa-alueeseen. *Ensimmäisenä* tulee puhdas fysiologia, joka kattaa elintoimintoihin ja liikkeiden biomekaniikkaan liittyvät asiat. *Toisena* kohtana on urheilijan *psyykkinen valmennus*, joka tarkoittaa muun muassa minäkuva, itseluottamuksen kehittämistä ja keskittymis- ja mielikuvaharjoittelun käyttöä. *Kolmas* osa-alue muodostuu urheilijan sosiaalisista suhteista ja urheilija-valmentaja suhteesta, joukkueen kemian, opiskelun ja työn sekä muun elämän sovittamisesta urheilun kanssa. Käytännössä nämä osa-alueet liittyvät kiinteästi toisiinsa, eikä niitä voida kokonaan erottaa toisistaan. (Närhi & Frantsi 1998, 35–36.)

Tutkimuksemme osallistuneista valmentajista kaikilla valmentaminen alkoi vaivihkaa suunnittelematta, sillä heitä pyydettiin mukaan toimintaan – ensin hetkeksi ja sitten pidemmäksi aikaa. Tutkimuksessamme haastateltavilla kahdella (Matti ja Ville) valmentaminen alkoi oman lapsen valmentamisella (ks. luku 6.5 Haastateltavien valinta ja esittely). Weissin ja Fetwellin (2005) tutkimuksessa oma poika oli isän keskeinen syy alkaa valmentaa joukkuetta ja jatkaa edelleen valmentamista. Lehtosen (2009) mukaan eräs tyypillisimmistä valmentajapoluista etenee oman lajiharrastuneisuuden kautta ensin ohjaajaksi ja sen jälkeen valmentajaksi. Polku voi alkaa silloin, kun itse vielä aktiivisesti harrastaa lajia tai toisaalta silloin, kun jäädytellen lopetellaan omaa uraa ja keskitytään muiden

opastamiseen. Taustalla on lajirakkaus ja halu oman tieto-taidon siirtämiseen eteenpäin. Myös Lorimer & Holland-Smith (2012) kokosivat tutkimuksessaan useita syitä, miksi valmentajiksi ryhdytään. Tutkimuksessa esiin tulleet tulokset olivat hyvin ristiriitaisia. Yhdestä asiasta tutkittavat olivat kuitenkin yhtä mieltä – jokaisen tie valmentajaksi on täysin yksilöllinen.

Suomalaisessa valmentajille ja ohjaajille suunnatussa laajassa kyselytutkimuksessa kartoitettiin valmennuksen aloittamisen syitä, valmentamisen motivaatiotekijöitä ja valmentajien ajatuksia siitä, mikä valmennuksessa on tärkeää. Kyselyyn osallistui lähes 2 500 valmentajaa tai ohjaajaa. Vastanneista 30 % oli naisia ja 70 % miehiä. Joukkuelajien valmentajia osallistujista oli 57 %, niistä jalkapallovalmentajia 21 %. Suurimmat syyt valmennustoiminnan aloittamiseen olivat oma harrastustausta ja oman lapsen harrastus. (Sipari & Blomqvist 2010, 20–22.)

2.2 Jalkapallon valmennusjärjestelmä Suomessa

Suomessa toimii noin 200 000–300 000 valmentajaa ja ohjaajaa. Pieni osa heistä toimii ammattivalmentajina, osa harrastusmielessä omien lasten valmentamisen kautta. (Aarresola 2010, 5.) Suomen palloliitto yhdessä Fortumin kanssa käynnisti vuonna 2009 valtakunnallisen Fortum Tutor -ohjelman takaamaan alle 12-vuotiaille, parhaassa taitojenoppimisiässä oleville jalkapalloharrastajille laadukasta valmennusta sekä innostavan harrastusyhteisön, koska nuorempien lasten valmentajana toimii Suomessa usein jonkun lapsen oma isä tai äiti. Hänellä ei välttämättä ole muodollista pätevyyttä tehtävään ja hän kaipaa apua valmennustyössään. Ohjelman tarkoitus ei suinkaan ole syrjäyttää vanhempia valmennustehtävistään vaan tarjota mahdollisuus kouluttautua valmennuksen asiantuntijaksi. Fortum Tutor -ohjelma ei vaadi valmentajalta ajallista panostusta harjoitusten ja pelien lisäksi, koska kouluttautuminen tapahtuu harjoituksissa, joissa valmentaja on muutoinkin paikalla. Palloliiton keräämästä palautteesta käy ilmi, että peräti 77 % mukana olleista valmentajista ja ohjaajista koki tutoroinnin hyödylliseksi tai erittäin hyödylliseksi. Melko hyödyllisenä tutorointia piti viidennes vastaajista. Vastauksista voidaan päätellä, että ohjelmalle on valtava tilaus. (Fortum Tutor 2009; Suomen Palloliitto 2009.)

Jalkapallon valmentajan koulutustasoja on olemassa neljä erilaista alkaen D-tason valmennuskoulutuksesta A-tason koulutukseen. Suomen Palloliitto on perustettu vuonna 1907 ja siihen kuuluu noin 1000 jäsenseuraa ja 115 000 rekisteröityä pelaajaa harrastepelaajien

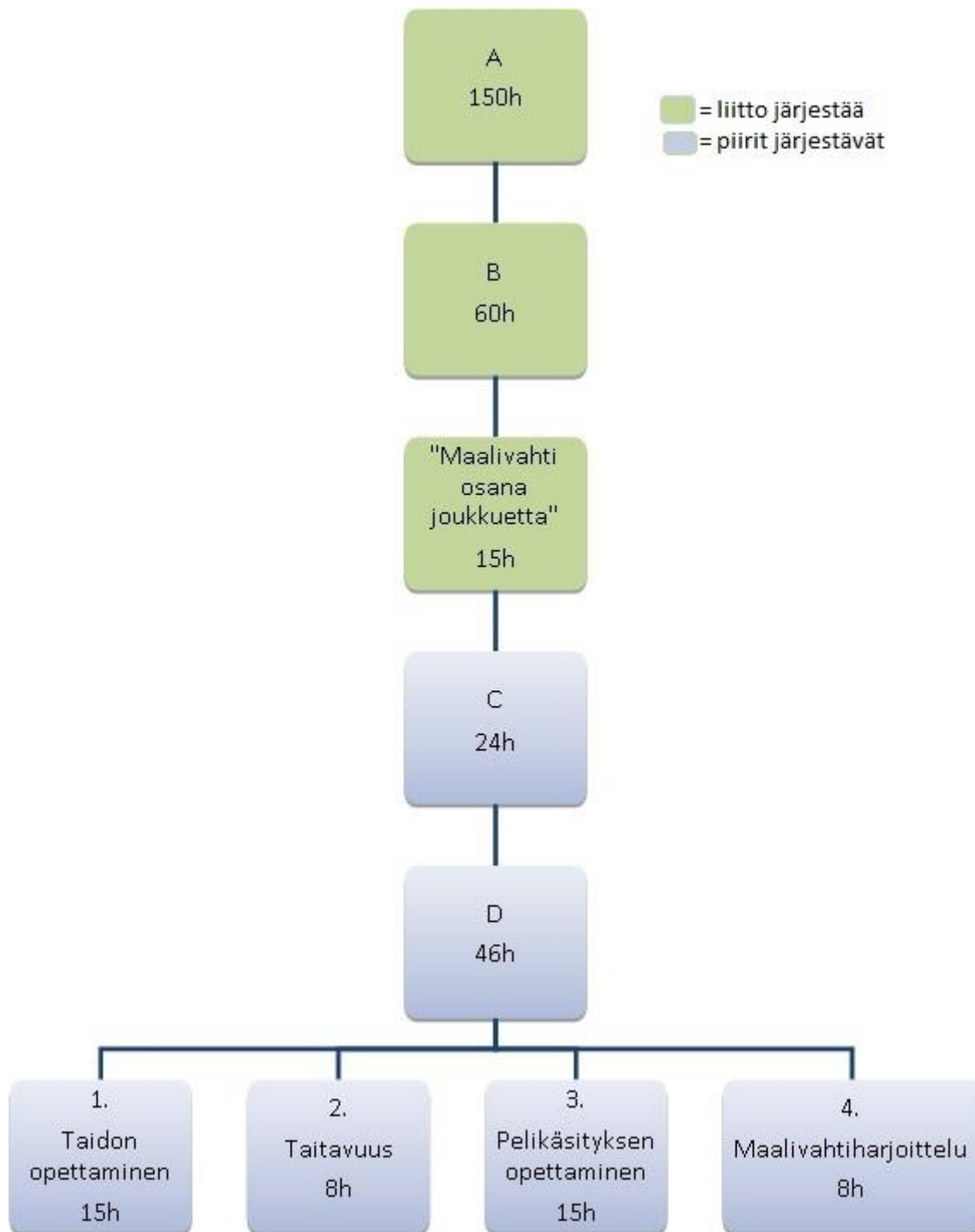
määrän ollessa noin 500 000. Suomen Palloliitto onkin harrastajamäärältään Suomen suurin urheilun lajiliitto. (Suomen Palloliitto 2013.)

Suomi on jaettu 12 piiriin, jotka vastaavat jalkapallotoiminnastaan omalla alueellaan. Piirit järjestävät joukkueilleen sarjoja lapsista aikuisiin. Liitto vastaa korkeimmista sarjatasoista sekä miehissä, naisissa että poikien A- ja B- ja tyttöjen B-ikäluokassa (ks. kuva 1). Miesten puolella maajoukkueita on 8 alkaen 15-vuotiaista ja naisten puolella 6 alkaen 16-vuotiaista. Nuori jalkapalloilija pääsee ensimmäisiä kertoja kosketuksiin maajoukkue toiminnan kanssa piirijoukkue toiminnassa. Piirijoukkue toiminnan jälkeen tulee aluejoukkue toiminta, johon kuuluu ikäluokka B16 sekä pojissa että tytöissä. (Suomen Palloliitto 2013.)

Ohjaaja- ja valmennuskoulutuksesta vastaa Suomen Palloliiton lisäksi piirit, jotka järjestävät omilla alueillaan ohjaaja-, D-, C- ja B-tason kurssit. Kuvassa 1 esittelemme jalkapallovalmennusjärjestelmän. *D-tason* valmentajakoulutus koostuu neljästä eri osasta: taidon opettaminen, taitavuus, pelikäsityksen opettaminen ja maalivahtiharjoittelu. D-tasolla tavoitteena on, että valmentaja saa kokonaiskuvan lasten valmentajana toimimisesta. (Suomen Palloliitto 2013.) *C-tason* valmentajakoulutus keskittyy erityisesti pelipaikkakohtaisen taktiikan harjoittamiseen sekä pelaajien mutkattomaan yhteistyöhön. Se myös syventää D-tasolla opittua tietoa. C-tason koulutus käsitellään jalkapallovalmennusta myös johtamisen näkökulmasta. Ennen B-tasoa käydään ”Maalivahti osana joukkuetta” -kurssi, jossa tarkastellaan maalivahtivalmennusta joukkuevalmentajan näkökulmasta. (Suomen Palloliitto 2013.)

B-tason valmentajakurssi käsittelee nuorten ja aikuisten joukkueiden valmentamista ja johtamista ja sitä suositellaankin D-nuorten (13–14 v.) ja sitä vanhempien pelaajien valmentajille. Käsiteltäviä aiheita ovat valmennuksen suunnittelu, puolustus ja hyökkäyspelin taktiikka, taidon opettaminen ja oppiminen ja pelikäsityksen kehittäminen. ”Fyysinen harjoittelu” -kurssi edeltää A-valmentajakurssia, jossa valmentaja saa valmiudet edustustason joukkueiden valmentamiseen ja johtamiseen. A-valmentajatutkintoa vaaditaan miesten Ykkösessä ja Kakkosessa sekä naisten, A- ja B nuorten SM-sarjassa valmentavilta henkilöiltä. (Suomen Palloliitto 2013.)

Tutkimuksessamme Esko on käynyt palloliiton B-tason koulutuksen. Tapanille ja Matilla oli haastatteluhetkellä C-tason koulutus, Ville ei ollut käynyt lainkaan valmentajakoulutuksia.



KUVA 1. Suomen palloliiton valmentaja- ja ohjaajakoulutus (mukailtu Suomen Palloliitto 2007)

3 VALMENTAJA MONITAITURINA

3.1 Valmentajan valmennustyyli ja johtamistaidot

Jokainen valmentaja valmentaa omalla tyylillään. Valmentajan toimintaa ohjaavat hänen ajatuksensa siitä, miten ja miksi hän työtään tekee. Tätä toimintaa ohjaa oma valmennusfilosofia; valmennuksen takana olevat ajatukset. Oma valmennusfilosofia auttaa vastaamaan kysymyksiin: mitä, miksi ja kuinka. (Närhi & Frantsi 1998, 33.) Valmentajaa ohjaava valmennustyyli vaikuttaa myös siihen, miten valmentaja asettaa tavoitteensa. Tavoitteiden asettamisessa on tärkeä huomioida, että ne ovat tarkoitukseen sopivia, tavoittelemisen arvoisia ja saavutettavissa. (Cassidy ym. 2009; Miettinen 1992, 52.)

Valmentaja tekee päätökset sen suhteen, millaista valmennustyyliä hän käyttää tavoitteiden saavuttamiseen ja mitä asioita hän pitää tärkeänä. Päätösten tekeminen on yksi valmentajan tärkeimmistä tehtävistä. Huseinagićin ja Hodžićin (2010) tutkimuksessa oli mukana 25 koripallovalmentajaa, joista kahdella päätösten tekeminen havainnointitutkimuksen mukaan tuotti vaikeuksia. Syinä tähän pidettiin ohjeistuksen epäselvyyttä, hidasta reagointikykyä sekä puuttuvaa neuvokkuutta toimia ongelmantilanteissa. Myös heidän auktoriteeteissaan havaittiin puutteita. (Huseinagić & Hodžić 2010.) Valmentajan rooli urheilijan auktoriteettina onkin tärkeä ja siksi valmennustyylistä riippumatta valmentajan toimintaan kuuluvat keskeisenä osana johtamistaidot.

Johtamistyyliä voidaan luokitella hyvin monella tavalla. Kenties kuuluisin ja tutkituin luokittelutapa on Chelladurain ja Salehin (1980) vanhahko, mutta edelleen käytetty malli. He jakavat valmentajan johtamiskäyttäytymisen tyylit viiteen luokkaan: 1) harjoitus ja ohjeiden antaminen (harjoitteiden suunnittelu, urheilijoiden suorituskyvyn arviointi, asiantuntijuus ja vastuullisuus), 2) demokraattinen toiminta (rohkaisee urheilijoiden osuutta, hyväksyy virheitä ja ottaa ongelmat esille), 3) autoritaarinen toiminta (tekee itsenäisesti päätöksiä, käskee ja rankaisee), 4) sosiaalinen tukeminen (kuuntelee, keskustelee urheilijan kanssa) 5) myönteinen palaute (rohkaisee urheilijaa virheen jälkeen, korjaa enemmän kuin syyttää). Vincer ja Loughhead (2010) saivat tähän malliin pohjautuen selville, että urheilun johtohenkilöiden tulisi kehittää käytöstään jatkuvasti vaikuttaakseen myönteisesti joukkueensa vallitsevaan ilmapiiriin. Tämä tutkimuksesta saatu tieto on ollut avuksi urheilijoille ja valmentajille.

Tutkimus tehtiin urheilijoille, joiden vastauksista tutkijat selvittivät ryhmän toimivuutta, valmentajan ohjeiden antoa, käytöstä ja sosiaalista tukea. Valmentaja pystyy omalla toiminnallaan vaikuttamaan joukkueen sisäiseen yhteisymmärrykseen sekä valittujen tehtävien että sosiaalisten asioiden kautta. (Vincer & Loughhead 2010.)

Chelladurain ja Salehin (1980) malliin pohjautuen on tutkittu myös sitä, millaisesta valmentajan toiminnasta urheilijat pitävät. Selvisi, että tietyn tyyppinen urheilija odottaa tietynlaista toimintaa valmentajalta. Hämäläinen (2002) pohtii tutkielmansa tulosten pohjalta, että yleisesti joukkuelajien harrastajat pitivät autoritaarista johtamistyyliä parempana, kun taas yksilölajien harrastajat olivat enemmän demokratian kannalla. Nais- ja miesurheilijoiden välillä oli myös selvä ero. Naiset pitivät demokraattisesta johtamistyylistä ja miehet olivat enemmän autoritaarisen valmennustavan kannalla. (Hämäläinen 2002, 9.) Naisten ja miesten toiveita valmentajan johtamistyylistä ovat tutkineet myös Craig ja Owens (2011), jotka havaitsivat heikomman yhteyden naisten ja miesten mielipiteiden välillä. Valmentajan kaikista taidoista – mukaan lukien kaikki valmentajan taidot johtamistaitojen lisäksi – autoritaarista valmennustapaa piti tärkeimpänä 8 % miehistä ja 7 % naisista. Demokraattista johtamistapaa piti kaikkein tärkeimpänä valmentajan ominaisuutena 3 % miehistä ja 4 % naisista. (Craig & Owens 2011.)

Tutkittaessa valmentajan toimintaa, hänen ominaisuuksiaan ja johtamistyyliään, on saatu selville, että alemman tason valmentajat käyttävät enemmän hyödykseen demokratiaa omassa valmennuksessaan kuin ylemmän tason valmentajat. Nais- ja miesvalmentajien välillä Jambor ja Zhang (1997) eivät löytäneet eroja. Huang, Chen, Chen ja Chiu (2003) taas totesivat tutkimuksensa tulosten perusteella, että valmentajan tulisi käyttää demokraattisempaa otetta urheilijoihin sekä pelikentällä että sen ulkopuolella. Vastakkainen näkökohta on Heinolla (2000), joka arvelee työmoraalin löystyvän ja kommunikoinnin vaikeutuvan demokraattisen valmennuksen seurauksena. Perusteluna hän toteaa, että demokraattinen tapa ei saa urheilijaa toimimaan niin vastuuntuntoisesti ja päättäväisesti kuin autoritaarisemmassa johtamistavassa. Urheilijan tulisikin olla vastuuntuntoinen ja oma-aloitteinen, että demokraattinen valmennus toimii. (Heino 2000, 34, 103–106.)

Johtamistyyliä voidaan jakaa myös eri tavalla kuin Chelladurai ja Saleh tekevät. Merolta ym. (2004) löytyy tähän erilainen lähestymistapa. Tässä tavassa valmentajan johtamiskäyttäytyminen jakautuu kolmeen erilaiseen luokkaan: kokonaisvaltaiseen,

autoritaariseen ja edellisiä yhdistelevään tapaan. *Kokonaisvaltaisessa valmennuksessa* kehitetään ihmisen jokaista puolta – fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista – myönteisen palautteen ja avoimen vuorovaikutuksen kautta. *Autoritaarisessa johtamistyyliässä* valmentaja on usein etäinen ja käskevä. Samoin palaute on useimmiten kielteistä ja säännöt harjoituksissa tiukkoja. *Edellisiä yhdistelevä tapa* on jossain näiden kahden välillä tai se vaihtelee tilanteesta riippuen. (Mero ym. 2004, 416.)

Valmentajan johtamisprofiilit voidaan ajatella jakautuvan myös erilaisiin luokkiin, kuten Frantsin (2003) tutkimuksessa. Tutkimuksessa oli mukana 30 jääkiekkovalmentajaa eri sarjatasoilta. Pelaajien vastausten perusteella johtamisprofiileja oli erotettavissa tässä yhteydessä neljä kappaletta. 60 % tutkituista valmentajista luokiteltiin ”kontrollikeskeisiin perusvalmentajiin”, jotka käyttivät harjoituksissa hyvin paljon valmentajajohtoista ohjausta. Toinen luokka oli ”matalan profiilin valmentajat”, joita kuvattiin näkymättömäksi. ”Muutossuuntautuneet ihmisvalmentajat” olivat pelaajien mielestä ennen kaikkea luotettavia ja reiluja, heitä oli tutkittavista valmentajista 27 %. Viimeisenä luokkana olivat ”korkean profiilin valmentajat”, jotka erosivat muutosvalmentajista pelaajien kovempaan kontrolloimistaipumuksena. Käytännössä se tarkoitti näiden valmentajien puuttumista muutosvalmentajia enemmän pelaajien toimintaan. (Frantsi 2003, 43.)

3.2 Vuorovaikutus pelaajien kanssa - itsensä ilmaiseminen: sanallinen ja sanaton vuorovaikutus

Valmentajalla tulee olla hyvät vuorovaikutustaidot, jotta yhteistyö urheilijoiden kanssa toimii (Kaski 2006, 37). *Sosiaalinen vuorovaikutus* tarkoittaa ihmisten välistä toimintaa erilaisissa ympäristöissä. Se pitää sisällään sosiaaliset suhteet ja sosiaaliset taidot. *Sosiaaliset taidot* ovat yhteistoimintataitoja, jotka liittyvät sosiaalisten tilanteiden tiedolliseen hallintaan. (Kauppila 2006, 19.) Valmentaminen onkin ennen kaikkea ihmissuhdetyötä (Närhi & Frantsi 1998, 38; Robinson 2010, 37). Tästä syystä valmentajan on toiminnallaan varmistettava, että urheilijat viihtyvät harrastuksessaan, jotta se olisi jatkuvaa. Urheilijan suorituskyky ja tyytyväisyys liittyvät vahvasti siihen, kuinka lähellä valmentajan todellinen toiminta on urheilijan odotuksia. (Favor 2011.) Tämän vuoksi keskustelu ja yhteisymmärrys yksilö- ja joukkueetasolla on valmennussuhteessa ensiarvoisen tärkeää. Valmentajan tulee muistaa käytännönläheisyys, kun hän kertoo tärkeitä asioita yksittäiselle urheilijalle tai kokonaiselle joukkueelle. (Patterson 2010.)

Vuorovaikutukseen liittyy tiukasti myös kommunikaation käsite, jolla tarkoitetaan sanallista ja sanatonta viestintää. *Sanallinen viestintä* on puhumista ja esittämistä sosiaalisissa tilanteissa. *Sanaton viestintä* on sitä vastoin eleitä ja ilmeitä, jotka saattavat vaikuttaa vuorovaikutustilanteeseen enemmän kuin sanat. (Kauppila 2006, 19–20.) Onnistuneeseen vuorovaikutukseen tarvitaan valmentajan kykyä tunnistaa tilanteita, arvioida ja kuunnella vastaanottajaansa ja muuntaa omaa puheviestintäänsä sen mukaan. Puhuessaan valmentaja ei viesti pelkästään sanoilla, vaan koko olemuksellaan ja äänen eri sävyjä käyttäen. (Burton & Raedeke 2008.) Aina ei sanoja edes tarvita. Pattersonin (2010) tutkimuksessa nuori uimarityttö kertoi, että parasta antia harjoituksissa oli se, kun valmentaja leväytti kasvoilleen hymyn merkiksi urheilijan onnistumisesta. Tästä esimerkistä voi päätellä, että kannustava ote valmentajalta on toivottavaa ja mieleen jäävää. Selkeä sanallinen itseilmaisuus ja sitä tukeva sanaton viestintä ovat oleellisessa asemassa, kun puhutaan tehokkaasta valmennuksesta. Suuriin kilpailuihin valmistautuessa urheilijalla tulee olla selvä kuva siitä, mitä on tulossa, kuinka valmistautua ja miksi harjoitella kohti tavoitteita.

Vuorovaikutusta pelaajien ja valmentajan välillä edistää tehokkaan ja selkeän kommunikoinnin lisäksi keskustelu-, esiintymis-, viestintä-, yhteistyö- ja empatiataito (Kaski 2006, 37–39; Kauppila 2006, 24). Valmentajalta vaaditaan tilannetaajuutta ja ammattitaitoa, kun hän huomioi ja vastaa valmennettavien käytökseen ja tarpeisiin (Hämäläinen 2002, 69). Valmentajan on huomioitava että vaikka valmennettavia on joskus parikinkymmentä, on jokainen pelaaja silti oma yksilöllinen persoonansa. Nuorten valmentaja -tutkimuksen yhteydessä Heino (2000) kysyi 16- ja 20 -vuotiailta jääkiekon maajoukkuepelaajilta, mitä ominaisuuksia pelaajat arvostavat valmentajassaan. Kurinpidon ja lajitaidon ohella painotettiin joukkueen käsittelytaitoa ja yksilön kohtaamiseen liittyviä taitoja. (Heino 2000, 180.) Tämä osoittaa, että valmentaja ei ole vain koko joukkueen valmentaja vaan myös jokaisen yksilön. Mohammadin, Izadin ja Salehin (2011) tutkimus osoitti myös sen, että valmentajat itse pitävät tärkeimpinä asioina joukkuevalmennuksessa voittamista ja hyvien ihmissuhteiden luomista pelaajien kanssa.

Koska valmentajan tavoitteena on saada valmennettavat oppimaan ja kehittämään itseään, on palaute erittäin tärkeää valmennettavalle (Hämäläinen 2002, 70). Palautteen antaminen onkin tärkeä ja paljon käytetty keino suorituksen parantamiseksi. Palaute voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen palautteeseen. *Sisäinen palaute* on urheilijan sama palaute itsensä sisältä eri

aistikanavista tulevasta tiedosta. *Ulkoinen palaute* tarkoittaa urheilijan ulkopuolelta tullutta palautetta, kuten valmentajan kommenttia, videokameran kuvaa tai kellon aikaa. Urheilijan sisäisen palautteen käyttöä tulee korostaa valmennuksessa. Valmentaja voi aktivoida urheilijaa kysymyksillä tai viivyttämällä oman palautteensa antoa, mikä asettaa urheilijan aktiivisen oppijan rooliin. (Hakkarainen ym. 2009, 341–347.) Palautteenannon tekevät haastavaksi sisältö ja ajoitus, sillä niiden molempien on oltava kohdillaan halutun tuloksen saavuttamiseksi. (Hämäläinen 2002, 70.)

Valmentajan tulee antaa sekä yhteistä että yksilöllistä palautetta harjoituksissa ja otteluiden jälkeen. Halmeen (2005) pro gradu -tutkielmassa pelaajat olivat sitä mieltä, että valmentajat eivät huomioineet heitä tasa-arvoisesti. Tämä seikka näkyi muun muassa palautteenannossa – sen laadussa ja määrässä. Hyville pelaajille annettiin enemmän huomiota, eli he saivat heikompia pelaajia enemmän palautetta, kannustusta ja peliaikaa. (Halme 2005, 40.) On hyvä muistaa, että valmentaja voi palautteellaan saada paitsi paljon hyvää, mutta myös paljon huonoa aikaan. Kielteinen ja perustelematon palaute ei motivoi urheilijaa, saati sitten se, että urheilija ei saa palautetta valmentajaltaan juuri koskaan. Myönteinen ja rakentava palaute taas vaikuttaa edistävästi urheilijan itsetuntoon, koettuun pätevyYTEEN ja motivaatioon. Tällä tavoin valmentaja pystyy vaikuttamaan yksilöiden kautta edelleen joukkuehenkeen. (Horn, Bloom, Berglund, & Packard 2011; Hämäläinen 2002, 8-12.) Valmentaja pystyy vaikuttamaan omaan tapaansa antaa palautetta ja sitä kautta myös siihen, miten palaute otetaan vastaan. Palautteen ja ohjeiden vastaanottamiseen vaikuttavat auttamattomasti luottamus ja arvostus valmentajaa kohtaan. Favorin (2011) tutkimuksen mukaan ilman luottamusta ja arvostusta valmentajaa kohtaan softball-pelin pelaajat eivät olleet vastaanottavaisia tai halukkaita kuuntelemaan, oppimaan tai muuttamaan toimintatapaansa.

Valmentaja ei ilmaise aina itseään pelaajien toivomalla tavalla. Raakmanin ym. (2010) tutkimuksessa selvisi, että 80 % valmentajista ei käyttäytynyt mielestään mitenkään hyökkäävästi harjoituksissa tai peleissä. Kuitenkin valmentajan kommentteista, jotka tutkimuksessa kerättiin havainnoimalla pelitilanteita, kävi ilmi, että 53 % oli epäsuoraa psyykkistä herjausta tai nälvintää, jota esiintyi aggressiivisuuden muodoista eniten. Jonkin verran esiintyi myös pelaajiin kohdistuvaa suoraa laiminlyöntiä (9 %) sekä suoraa psyykkistä herjausta tai nälvintää (6 %). (Raakman ym. 2010.)

4 VANHEMPI OMAN LAPSENSA VALMENTAJANA

4.1 Vanhemman rooli lapsen urheiluharrastuksessa

4.1.1 Vanhemman odotukset

Vanhemmilla on suuri merkitys lastensa harrastuksissa. Heillä on monia mahdollisuuksia vaikuttaa lastensa urheilukokemuksiin niin myönteisessä kuin kielteisessäkin mielessä. (Partridge, Brustad & Babkes Stellino 2008.) Vanhemmat kuljettavat lapsiaan järjestäytyneen urheilun pariin, jossa he joutuvat jo varhain kilpailutilanteisiin. Voittaminen ja häviäminen nousevat pääasioiksi, jolloin urheilusta aiheutuva paine ja kielteiset kommentit lisääntyvät. Tätä painetta ja arvostelua ovat usein luomassa sekä vanhempi että valmentaja. Joissain tapauksissa nämä kaksi roolia ovat vieläpä kentän laidalla hääväällä yhdellä ja samalla ihmisellä.

Vanhemmat pyrkivät usein hallitsemaan sitä, missä ympäristössä heidän lapsensa viettävät aikaansa ja millaisia vaikutteita he kodin ulkopuolelta saavat. Vanhemmille on tärkeää, että vapaa-aika sisältää mahdollisuuksia kehittää omaa terveyttään, vastuuntuntoisuutta ja päämäärätietoisuutta. Vanhemmat ajattelevat, että hallitsemalla vapaa-ajan ympäristöä he pystyvät samalla vaikuttamaan siihen mitä arvoja, asenteita ja elämäntaitoja heidän lapsilleen välittyy tuona aikana. (Schwab, Wells & Arthur-Banning 2010.)

Vanhemmilla saattaa olla myös omia odotuksia siitä, miten heidän lapsensa osallistuu innoissaan organisoituun urheiluun. Tällainen järjestetty urheiluhetki ei välttämättä ole niin viaton ja iloinen tapahtuma jokaisen lapsen mielestä. Tästä syystä onkin kaikkein tärkeintä, että lasten liikkumisen ja urheilun aikuiset pitävät silmänsä auki. On hyvä antaa oman lapsen olla oppaana ja tarkastella harrastustoiminnassa ainakin seuraavia asioita: mistä lapsi pitää, missä on turvallista, ovatko välineet kunnossa, millaisia realistisia tavoitteita lapselle asetetaan, miten reagoidaan jos lapsi tahtoo lopettaa liikkumisen sekä miten hänelle tarjotaan häviämisen mahdollisuus. (Martin 1986, 144–146, 246–252.)

Vanhemmilla voi olla yhteinen näkemys siitä, mitä he odottavat valmentajalta tai harrastukselta ylipäätään. Perheen sisällä voi olla kuitenkin eroja sen suhteen, mitä äiti ja isä

odottavat lastensa saavan vapaa-ajastaan. Odotuksiin vaikuttavat myös lasten ikä, muut perhe-elämän tapahtumat, kokemukset urheilusta ja lasten vapaa-ajan liikkumismotiivit. Halu vapaa-ajan liikkumiseen on useammin arvokkaammalla paikalla vanhempien maailmassa kuin nuorison. Äidit ovat usein perheessä huolehtijoita ja toimivat tässä roolissa tarjoamalla lapsilleen myös vapaa-ajan kokemuksia. Isät puolestaan antavat äitejä helpommin lapsilleen palautetta, kritiikkiä ja vaihtoehtoisia toimintamalleja taitojen oppimiseen ja omien kykyjen kehittämiseen. Tämän vuoksi äidin ja isän odotukset valmentajaakin kohtaan saattavat olla erilaiset. Äidit ajattelevat monesti, että erilaiset ja mielenkiintoiset kokemukset ovat tärkeitä, kun taas isät tahtovat nähdä lastensa taitojen kehittyvän. (Schwab ym. 2010.)

Vanhempien kohtuuttomat odotukset lastaan kohtaan voivat toisinaan johtaa myös siihen, että lapsi ikään kuin yrittää täyttää vanhempiensa vaatimuksia. Joissain tapauksissa lapsi kokee vain tarvetta tulla hyväksytyksi sellaisena kuin on. Urheilu voi olla joillekin lapsille ja nuorille tapa toteuttaa omia, yksityisiä haaveita, olla erityinen ja erillään omasta perheestään. (Schwab ym. 2010.)

Vanhempien tulee olla varovaisia asettaessaan lapselleen odotuksia urheilun suhteen. Odotusten tulisi olla realistisia ja tavoiteltavissa. Vain harvoista urheilijoista tulee olympiamitalisteja tai niitä, jotka saavuttavat urheilulla kuuluisuutta, rahaa tai urheiluapurahoja. Tämän vuoksi aikuisen tehtävä olisi saada lapsi tuntemaan itsensä menestyneeksi urheilussa, vaikka lapsesta ei koskaan olympiamitalistia tulisikaan. Vanhemmat voisivat tehdä lastensa kanssa muutakin urheilullista, sen sijaan että vievät heitä vain organisoidun liikunnan pariin. Yhdessäolo ja hauskanpito ovat tärkeimpiä asioita. Vanhempien kanssa yhdessä tehty pyöräretki, ratsastus tai metsässä retkeily luovat erittäin sopivan vastapainon kilpailupainotteiselle organisoidulle urheilulle. (Hellstedt 1987.)

4.1.2 Vanhemman käytös urheilevaa lasta kohtaan

Aikuisten odotukset lastensa urheilusuorituksista saattavat siis olla hyvinkin korkealla. Kilpailutilanteissa vanhemmilla on valta näyttää välittömästi omat ajatuksensa ja tunteensa lapsen suorituksesta. Tämän käytöksen vanhemmat voivat viestittää ison joukon näkemänä joko sanallisesti tai sanattomasti. (Fredricks & Eccles 2004.) Jos vanhempien käytöksestä näkyy heidän tyytymättömyytensä, he viestittävät lapsilleen voittamisen tärkeydestä. Sen

sijaan he voisivat iloita lapsen asenteesta ja yrittämisestä sekä tuoda ilmi lapsen riittävyys sellaisena kuin hän on. (Eccles & Harold 1991.)

Vanhempien käytös urheilevaa lasta kohtaan ei ole paljon vuosikymmenten saatossa muuttunut. Tätä väitettä todistavat jo vanhat tutkimukset, jotka tehtiin kysymällä urheilijoilta heidän vanhempiansa suhtautumisesta heidän urheilussa harrastamiseen sekä epäonnistuneeseen suoritukseen. Hellstedin (1987) tutkimuksessa 15-vuotiaat kilpahihtäjät vastasivat, miten kokivat vanhempiansa suhtautumisen heidän urheilemistaan kohtaan. Vastaajista melkein puolet oli sitä mieltä, että vanhemmat olivat kannustavia ja tukivat heitä. Vastaajista vähän alle puolet sanoi vanhempiansa ”työntävän” heitä urheiluun ja reilu kymmenen prosenttia kertoi olevansa pakotettuja kilpailemaan. (Hellstedt 1987.) Uudempi tutkimus on osoittanut, että vanhemman kannustavalla käytöksellä on suuri yhteys lapsen urheilumotivaatioon ja kilpailemiseen (ks. esim. Power & Woolger, 1994; Ullrich-French & Smith, 2006a; Woolger & Power, 2000).

Hellstedt (1987) toteutti tutkimuksen myös 10–13 -vuotiaille kilpahihtäjille. Heiltä kysyttiin, millaisena he kokivat vanhempiansa reaktion, jos he eivät suoriutuneet hyvin kilpailuissa. Yli puolet vastanneista (52 %) oli sitä mieltä, etteivät vanhemmat olleet pettyneitä heihin. Kuitenkin jopa 37 % urheilijoista kertoi vanhempiansa pettyvän jonkin verran ja 11 % vanhempiansa olevan aivan tolaltaan jos heidän kilpailusuorituksensa oli ollut heikko. (Hellstedt 1987.) Tällaisesta vanhempien reagoinnista on sittemmin saatu lisää tietoa ja sen mukaan urheilijat kokevat valtavaa painetta vanhempien suunnalta, mikä voi saada urheilijan tuntemaan pelkoa ja jännitystä kilpailemisesta sekä aiheuttaa epäpätevyyden kokemuksia. (Bois, Lalanne & Delforge 2009; Leff & Hoyle 1995; Sagar & Lavallee 2010).

Knight, Neely ja Holt (2011) ovat tutkineet, miten urheilijat toivovat vanhempiansa käyttäytyvän ennen suoritusta, suorituksen aikana ja sen jälkeen. Joukkueurheilijat toivoivat, että vanhemmat olisivat ennen kilpailua varmistaneet, että lapsi on henkisesti ja fyysisesti valmis kilpailuun, jotta joukkue on parhaassa mahdollisessa voinnissa. Pelin aikana toivottiin myönteistä ja rentouttavaa ilmapiiriä, joka saavutettaisiin myönteisillä ja kannustavilla sanoilla sekä olemuksella. Heidän ei pitäisi häiritä pelin aikana tai viedä kenenkään huomiota. Pelaajille tulee antaa aikaa pelin jälkeen käydä asioita rauhassa läpi. Valmentajan puolestaan tulee tarjota myönteistä palautetta koko joukkueelle ja varmistaa joukkueen valmius

seuraavaan peliin. Näiden löydösten avulla vanhemmat pystyvät luomaan todella kannustavan ilmapiirin lastensa kilpaurheiluuksiin. (Knight, Neely & Holt 2011.)

Vanhemman käyttäytymisellä on lisäksi merkitystä lapsen ajatusmalliin, joka muodostuu urheilusta. Holt'n ym. (1999) tutkimus osoittaa, että lapset ottavat tavoissaan suoraan mallia heidän vanhemmiltaan. Jos vanhempi on kilpailusuuntautunut ja panostaa ainoastaan lopputulokseen ja voittoon, tulee lapsesta helposti myös voittoon pyrkivä. Jos taas vanhempi pitää tärkeämpänä itse kilpailusuoritusta ja siitä saatua kokemusta on hyvin todennäköistä, että lapsikin painottaa enemmän onnistunutta suoritusta eikä pelkää voittoa. Lisäksi vanhempien uskomukset ja käyttäytyminen vaikuttavat lapsen psykososiaaliseen kehitykseen urheilussa; lapset ottavat mallia vanhempiensa uskomuksista, käyttäytymisestä ja tavoitteista. Tästä syystä urheilua ei voi erotella muusta kasvatuksesta. Aiemmin opitut asiat ja toimintamallit kulkevat lasten mukana harjoituksiinkin. Vanhemman olisi hyvä olla tietoinen omista kasvatustavoistaan ja kiinnittää niihin huomiota jo ennen lapsen harrastuksen aloittamista.

Valmentajana toimivan vanhemman arvostelun myötä lapsen liikuntakokemukset saattavat muuttua kielteisiksi (Hellstedt 1987). Lisäksi lapsen ylisuojeleminen tai tekemisten rajoittaminen vaikeuttavat lapsen oppimiseen miten suhtautua ja selviytyä uusista haastavista tilanteista, mikä saattaa johtaa lapsen hätäntymiseen kilpailutilanteessa. Holtin, Tammisen, Blackin, Mandigon ja Foxin (1999) tutkimuksessa lapset raportoivat, että viihtyvät harrastuksissaan ja sallivat vanhempien läsnäolon, jos vanhemmat ovat myönteisiä ja tyytyväisiä heidän suorituksiinsa. Tutkimukseen osallistuneet lapset kokivat, että jos vanhemmat ovat yli-innokkaita, odottavat liikaa ja luovat suorituksiin paljon paineita, he eivät nauti harrastuksistaan.

Vanhemmat ovat välillä armottomia ja kommentoivat kriittisesti lastensa suorituksia, vaikka suoritusta enemmän kehittävä tapa olisi olla kannustava. Jotkut vanhemmat jopa kiroilevat, heittelevät tavaroita ja huutavat lapsilleen, jos he ovat suoriutuneet huonosti heidän mielestään. Vanhempien tulisi olla tarkkana, etteivät he näyttäisi vihaa ja pettymystä lapsen nähden, sillä jo pelkäävät sanaton viesti kehon kautta ilmaistuna riittää välittämään epäonnistumisen lapselle. Vaikka tällainen vanhempien käytös olisi vain satunnaista, se voi vaikuttaa lapseen todella paljon. Vanhemmat antavat lapsilleen välillä ristiriitaista viestiä siitä, mitä he oikeasti tarkoittavat. He saattavat sanoa, ettei voittaminen ole tärkeintä, mutta lapsen

urheilusuorituksen epäonnistuttua he voivat olla erittäin vihaisia. Tällainen tilanne hämmentää lasta. (Hellstedt 1987.)

Vanhemmilla on kentän laidalla käyttäytymistapoja, joista lapset itse eivät pidä. Kun 12–14 -vuotiaiden tyttöjalkapalloilijoiden mielipidettä kysyttiin, he olisivat poistaneet vanhempiensa käytöslistalta joitakin tapoja pelien ajaksi. Reilu kolmasosa tutkituista pelaajista (34 %) olisi halunnut vanhempien lopettavan huutamisen vastustajille. Lisäksi yli puolet (53 %) urheilijoista olisi halunnut vanhemmiltaan myönteistä, kannustavaa ja kritiikitöntä käytöstä ja kommentointia. Tässä samassa tutkimuksessa myös pelaajien vanhemmat olivat yhtä mieltä siitä, että myönteinen, kannustava asenne oli tärkeää (47 %). Ainoastaan noin 6 % oli sitä mieltä, että heidän tulisi olla huutelematta vastustajille. Kysyttäessä vanhemman roolista kentän laidalla, vanhemmat itse olivat sitä mieltä (31 %), että heidän ei tulisi valmentaa kentän laidalta, vaan jättää se valmentajan tehtäväksi. (Holt, Black & Tamminen 2007.)

Holt ym. (1999) ovat jakaneet tutkimuksessaan vanhemmat kolmeen ryhmään kasvatustapojen mukaan. Ensimmäinen ryhmä korosti itsenäisyyttä ja kannustamista. Tällaiset vanhemmat olivat erittäin motivoituneita lastensa harrastusten parissa, mutta tarjosivat kuitenkin mahdollisuuden kehittyä ja kasvaa rauhassa kontrolloimatta. Lisäksi tämän ryhmän vanhemmat halusivat opettaa käytöksellään lapsilleen vastuunottoa ja tilanteen hallintaa sekä vähentää urheilun luomia paineita. Näissä tapauksissa oma isä oli usein myös valmentajan tehtävissä ja nämä tutkittavat kertoivatkin korostavansa sitä, etteivät anna valmiita toimintakäskejä lapselleen siitä miten tulee toimia ja miten ei. Tällä tavalla lapsi oppii itse ajattelemaan, mikä on hyväksyttävää käytöstä. Toisen ryhmän vanhempien käytös oli erittäin hallitsevaa. He eivät tarjonneet lapsilleen juurikaan mahdollisuutta itsenäisiin päätöksiin ja olivat tiukkoina odotusten kanssa. Tällaiset vanhemmat odottivat, että lapset tuntevat suurta syyllisyyttä ja alkavat toteuttaa vanhempiensa toiveita. Kolmannessa ryhmässä vanhempien käyttäytymisessä oli piirteitä sekä kannustavasta että hallitsevasta tavasta. Tähän ryhmään kuuluvien vanhempien käytös riippui tilanteesta ja kyseessä olevasta asiasta. (Holt ym. 1999.)

Mielenkiintoinen tulos saatiin tutkimuksessa, jossa havainnointiin 142 koripallonpelaajaa, heidän valmentajiaan ja vanhempiaan. Vanhemman ja valmentajan myönteinen käytös näytti siirtyvän pelikentällä oleviin pelaajiin. Valmentajan arvosteleva puhe vastustajista, huono käytös ja tuomarin kyseenalaistaminen eivät herättäneet erityisen vahvaa kielteistä käytöstä pelaajissa. Mutta mikäli vanhemmat tai muut katsojat käyttäytyivät samalla tavoin kentän

laidalla, huono käytös tarttui myös pelaajiin. Katsojan rooliin ei kuulukaan vastustajan arvostelu, vaan oman joukkueensa kannustaminen. (Arthur-Banning ym. 2009.)

4.2 Matka oman lapsen valmentajaksi

Lasten harrastuksesta tulee useissa tapauksissa koko perheen harrastus. Siihen käytetään yhteistä aikaa, rahaa ja energiaa. Coakleyn (2005) mukaan menestyvää poikaa tai tytärtä verrataan nykyään heti vanhempiin ja varsinkin isään. Vanhempia on aiemmin pidetty onnekkaina, kun heillä oli urheilussa menestyneitä lapsia. Aikuisena näille samoille lapsille taas todettiin, että he ovat varmasti ylpeitä omista menestyneistä lapsistaan.

Vanhemman rooli lasten urheiluharrastusten parissa on muuttunut. Se, että ympäristö luo paineita vanhemmille onnistua omien lasten urheilusuorituksilla, on ajanut vanhempia erilaisiin tehtäviin joukkueessa. Yhteiskunnassa verrataan vanhemmuutta paljolti siihen, miten hyvin lapset urheilussa pärjäävät. Aikuisten oletetaan olevan tukemassa, kannustamassa ja ohjaamassa omia lapsiaan samalla, kun lapset ovat mukana urheiluharrastuksissa. Jotkut vanhemmat ottavat tämän varsin vakavasti. Usein vanhemmat ajattelevat, että olemalla lähempänä toimintaa he voisivat vaikuttaa lastensa taitoihin, kehitykseen ja kasvatukseen. (Coakley 2005.)

Valmentamisen erityisalue muodostuu urheilijan ja valmentajana toimivan vanhemman valmennussuhteesta. Tällaisista vuosia hyvin toimivista valmennussuhteista on monia esimerkkejä, kuten uimari Jani Sievisen ura isänsä valmennettavana. (Mero 2004, 420.) Tällaisissa tapauksissa valmentajan täytyy tuntea hyvin urheilijan mielialat ja elämäntilanne (Heino 2000, 112). Eriksonin psykososiaaliseen kehitysteoriaan nojaten voidaan karkeasti ottaen sanoa, että parhaiten tällainen valmennussuhde toimii joko alle murrosikäisten tai aikuisikäisten urheilijoiden valmennuksessa. (Mero 2004, 421.)

Usein oman lapsen valmentaminen alkaa, kun lapsi on vielä nuori. (Mero, Vuorimaa & Häkkinen 1990, 15.) Lapsen valmentajaksi päädytään monesti silloin, kun omalle lapselle halutaan järjestää vapaa-ajan toimintaa. Ryhtymällä oman lapsen valmentajaksi joukkuelajissa

vanhempi antaa harrastusmahdollisuuden oman lapsen lisäksi joukkueelliselle lapsia. Valmentamisen lähtökohta voi olla myös vanhemman oma tausta lajin parissa tai syvälinen lajituntemus. (Heino 2000, 111.) 1990-luvun alkuvuosina omana vanhempi-valmentajana toimi australialaisen tyttöjalkapallotutkimuksen mukaan 4 % pelaajien äideistä ja 8 % pelaajien isistä (Traill ym. 1993). Lehtosen (2009) mukaan esimerkiksi lapsiaan valmentavien isien valmennusura loppuu kuitenkin usein lasten harrastamisen myötä – tai jopa aikaisemmin.

Lasten ja nuorten valmentajan rooli on ennen kaikkea kasvattajana toimiminen – sekä kasvattaminen urheilijaksi että kasvattaminen urheilulliseen elämäntapaan (Hakkarainen ym. 2009, 44). Kilpaileminen voi saada aikaan ahdistusta ja pelkoa, joita valmentajan täytyy osata käsitellä turvallisen kasvattajan tavoin. (Mero ym. 1990, 15–18.) Lapselle ja nuorelle valmentaja – oli se sitten oma vanhempi tai joku muu – on auktoriteetti, jota valmennettavat seuraavat. Urheilijan kasvaessa valmentajan ja urheilijan roolit muuttuvat tasa-arvoisemmiksi ja yhteistyö valmennuksen suunnittelussa ja toteutuksessa lisääntyy. (Mero 2004, 412.)

Valmennustehtävään lupautuneella vanhemmalla, varsinkin isällä, saattaa olla tavoitteenaan kouluttaa omaa poikaa mieheksi. Pojalle halutaan näyttää miten miesten maailmassa selvitään ja tullaan tarpeeksi kovaksi. Lisäksi poikien huonoa tai väärää suoritusta saatetaan verrata tyttöjen suoritukseen. Tyttäriään valmentavat miehet tiedostavat ja tuovat vahvasti esille asiantuntemuksensa miesten erilaisuudesta urheilussa. He kuitenkin kannustavat tyttäriään olemaan naisellisia siinä missä urheilullisiakin (Coakley 2005.)

Tie oman lapsen valmentajaksi voi olla erittäin selvä tai sitten pienen pohdinnan ja suostuttelun tulos. Joka tapauksessa suhde on hyvin ainutlaatuinen. Vanhemmalla on mahdollisuus luoda elämää rikastuttava, hyvin toimiva suhde. Tyttärelle isän valmentaminen saattaa merkitä suurta välittämistä. Toisaalta isä voi jättää innostuksessaan tyttärensäkin jalkoihin, ja pahimmillaan tytär pelkää tuottavansa isälleen pettymyksen esimerkiksi lopettamalla urheilun (Hämäläinen 2002, 62–64.) Jotkut vanhemmat ottavat tämän roolin vastaan hyvin vakavasti ja innostuneesti. (Coakley 2005.) Valitettavasti oman lapsen valmentamisen seurauksena voi olla lopullisesti tulehtuneet välit. (Hämäläinen 2002, 64).

4.3 Oman lapsen ja joukkueen valmentamisen haasteellisuus

Hämäläinen (2002) arvelee tutkielmassaan, että isän tai äidin valmentaessa omaa lastaan on varmasti vaikeaa erottaa urheilua ja muuta elämää toisistaan. Kotona syntyneet ristiriidat heijastuvat urheiluharjoituksiin ja toisin päin. Omaa vanhempaa kohtaan on myös lupa käyttäytyä eri tavoin kuin ketä tahansa muuta aikuista. Erilaiset kiukkukohtaukset kuuluvat siis yhtälöön, minkä takia valmennussuhde oman vanhemman kanssa saattaa olla paljon värikkäämpi ja myrskyisämpi kuin vieraamman aikuisen kanssa. Oman lapsen valmentaminen avaa uusia asioita suhteessa lapseen ja on ainutlaatuinen tapa oppia tuntemaan toista paremmin. Vanhempi-lapsi valmennussuhteessa ristiriidat pelikentällä tulevat helposti näkyviin myös kotona ja päinvastoin. Vaikka tällainen valmennussuhde voi olla myrskyisämpi, se voi avata molemmille osapuolille myös ovia itsensä ja toisen tuntemiseen ja sitä kautta lähentää suhteita. (Hämäläinen 2002, 62–65.)

Lapsen asema joukkueessa on erilainen, kun hänen oma vanhempansa toimii joukkueen valmentajana. Oma vanhempi saattaa vaatia lapseltaan enemmän kuin muilta, koska pelkää, ettei ole tarpeeksi oikeudenmukainen tai tasapuolinen kaikille pelaajille. Päinvastaisesti valmentajana toimiva vanhempi saattaa suosia omaa lastaan esimerkiksi peliajan tai myönteisen palautteen suhteen. (Heino 2000, 112.)

Vanhempi-valmentaja tehtävää vaikeuttaa joukkueurheilussa entisestään se, että valmennettavana ei ole ainoastaan oma lapsi, vaan lisäksi joukkueellinen muiden lapsia. Kaikki kolme osapuolta kokevat ja reagoivat asioihin eri tavoin. On vähän tutkimustuloksia siitä, mitä vanhempiensa valmentamat lapset ja joukkuekaverit ovat mieltä valmentaja-vanhemmasta. Weiss ja Fretwell (2005) kiinnittivät asiaan huomioita ja tutkivat juniori-ikäisten poikien jalkapallojoukkuetta. Haastatellut valmentajan lapset kertoivat myönteiseksi asiaksi edut, kuten valmentajan nimittäminen isäksi, voitettujen pokaaleiden kotona pitäminen ja ajoissa ehtiminen harjoituksiin. Etuna pidettiin myös teknisten taitojen opettamista, omien kykyjen ymmärtämistä, sisäpiiritietojen kuulemista ja päätöksentekoon vaikuttamista. Oman isän valmentamisella on myös hintansa. Pojat kertoivat isiensä huutavan ja suuttuvan heille enemmän kuin muille pelaajille. (Weiss & Fretwell 2005.)

Vanhempi lapsen valmentajana kohtelee lastaan eri tavoin joukkueessa, mutta usein myös joukkueoverit asettavat pelaajan erilaiseen asemaan muihin nähden. Oma poika saattaa

pilailla isänsä kustannuksella ja uskaltaa joukkueessa ehkä ainoana antaa valmentajalle suoraa palautetta. Joukkueoverit osaavat olla ilkeitä ja näyttää kateellisuutensa tai mielipahansa haukkumalla ja kiusaamalla. Jos valmentajan lapsi on kapteenina, he saattavat kyseenalaistaa asian. (Weiss & Fretwell 2005.)

Vanhemman on osattava huomioida joukkueessa myös kaikki muut pelaajat oman lapsensa lisäksi. Tutkimuksessa joukkueoverit ovatkin saaneet kertoa miten he kokevat tilanteen, jossa valmentaja on yhden pelaajan vanhempi. Haastatellut pojat olivat sitä mieltä, että valmentaja oli oikeudenmukainen, motivoiva, ammattitaitoinen ja hauska. Lisäksi valmentajan myönteisiä piirteitä olivat pelaajien kunnioitus, hyvä huumorintaju ja myönteinen asenne. Pelaajat eivät olleet valmentajiin aivan täysin tyytyväisiä; ongelmakohtina he näkivät huonot harjoitteet ja valmentamiskyvyn, huutamisen ja valmentajan oman lapsen erityisen huomioinnin. Ristiriita on siinä, että valmentaja koettiin sekä oikeudenmukaiseksi, että lapsensa erityisesti huomioivaksi. (Weiss & Fretwell 2005.)

Valmentajalle on suuri haaste motivoida ja kannustaa kilpailuun kaikkia joukkueen pelaajia tasapuolisesti. Valmentajalla ja vanhemmalla saattaa olla erilainen näkemys ja tapa kannustaa ja motivoida urheilijaa. Ei siis ole samantekevää, onko valmentajana oma vanhempi vai jonkun toisen vanhempi. Barber, Sukhi ja White (1999) ovat tutkineet, riippuuko pelaajien osallistumismotivaatio ja kilpailuahdistuneisuus siitä, valmentaaako heitä oma vanhempi vai joku vieras valmentaja. Tutkimukseen osallistuneista 9-14-vuotiaista joukkueurheilijoista osaa valmensi oma vanhempi ja loput olivat tulleet valituiksi satunnaisesti. Saadut tulokset eivät kuitenkaan vastanneet tutkijoiden odotuksia. Motivaation ja kilpailutilanteiden kannustuksen kokemuksissa ei löydetty suurta eroa, vaikka vastakkain olisi ollut pelaajan oma vanhempi ja jokin vieras valmentaja. Pieniä eroja kuitenkin oli, sillä omien vanhempien valmentamat pelaajat nostivat tärkeiksi motivaatiotekijöiksi myös haasteet, taitojen kehittämisen ja tiimityön. Toiset pelaajat taas kokivat tärkeiksi harjoituksen saamisen ja yleiskunnon hyvänä pysymisen. Pelaajat eivät pitäneet kilpailutilanteita myöskään ahdistavina. Yhteistä heille kaikille oli vähäinen ahdistuksen tunne ja hyvä itseluottamus. (Barber ym. 1999.)

Vanhempi on lapsen läheisin tukipilari ja monesti hänelle muodostuu myös läheinen suhde lajiin, jonka lapsi valitsee (Taylor 2002, 3). Tästä syystä etenkin murrosikäistä lasta pitäisi valmentaa jonkun ulkopuolisen, sillä oman vanhemman valmennuksessa ristiriitojen vaara on suuri. Oman vanhemman valmennuksessa olemalla voidaan saada kuitenkin aikaan parempia

urheilusuorituksia kuin vieraan valmennuksessa. Tätä väitettä Mero ym. (2004, 421) perustelee sillä, että osapuolet tuntevat toisensa hyvin ja koko perheen yhteinen elämänsäsenne ja tottumukset vastaavat paremmin urheilijan kehittymistarpeita.

Valmentajillakin on omat mielipiteensä oman lapsen valmentamisen eduista ja haitoista. Haastattelujen perusteella isät olivat innoissaan päästessään näkemään poikiensa saavutuksia ja opettamaan heille taitoja ja arvoja. Isät olivat mielissään saadessaan nähdä poikiensa sosiaalisia suhteita ja päästessään itsekin osalliseksi sosiaaliseen vuorovaikutukseen pelaajien vanhempien ja muiden joukkueiden kanssa. Isien mielestä huonosti menneen pelin jälkeen heidän on vaikea antaa kannustavaa palautetta omalle pojalle ja olisikin parempi jos heillä olisi kentän laidalla oma kannustaja. Oman pojan vastustusta pidettiin myös haasteena. On vaikeaa, kun oma poika ei suostu kuuntelemaan palautetta ja kehitysehdotuksia. (Weiss & Fretwell 2005.)

Valmentajat kommentoivat vielä joitain asioita joukkueesta, jossa heidän oma poikansakin pelaa. He kertoivat hyötyvänsä siitä, että heidän poikansa kertoi pelaajien kokemuksia ja mielipiteitä harjoituksista. Lisäksi oman pojan kanssa voi kotona harjoitella harjoituksissa tehtäviä asioita. Isät sanoivat odottavansa omilta pojiltaan enemmän verrattuna muihin pelaajiin ja luovansa heille liikaa paineita. Välillä isät huomasivat antavansa vahvistavia ja kannustavia palautteita eniten pojilleen, mutta palkintoja he eivät yleensä antaneet omalle pojalleen (Weiss & Fretwell 2005.)

Tutkimamme ensimmäisiin lukuihin sisällyttämämme aikaisempi tutkimuskirjallisuus on osoittanut monipuolisesti sen, miten pelaajat kokevat vanhemman valmentamisen, mitä myönteisiä ja kielteisiä asioita siihen kuuluu (ks. esim. Black, Mandigo & Fox 1999; Coakley 2005). Valmentajan monipuolisia taitoja korostetaan, mikä lisää valmentajalle asetettuja vaatimuksia lajitaitojen osaajasta urheilijoiden tunteiden tulkiksi (ks. esim. Patterson 2010; Traill 1993). Valmentajien kokemuksia oman lapsensa valmentamisesta on tutkittu hyvin vähän (ks. esim. Weiss & Fretwell 2005), ja aiheen tutkiminen onkin jäänyt aukkoiseksi.

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tässä tapaustutkimuksessa tutkimme neljää eteläpohjalaista jalkapallovalmentajaa, jotka ovat valmentaneet tai valmentavat yhä omaa lastaan – yhtä tai useampaa. Halusimme selvittää miesvalmentajien käsityksiä siitä, millainen on hyvä valmentaja ja millaista on hyvä valmennustoiminta. Erityisesti mielenkiintomme kohteena olivat haastateltavien valmentajien kokemukset oman lapsensa valmentamisesta. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää myös, mitä vaikutuksia oman lapsen valmentamisella on ollut haastateltavien valmentajien jalkapalloharjoituksiin ja -peleihin sekä perhesuhteisiin.

Tämän tutkimuksen tutkimuskysymykset ovat muodostuneet aineiston pohjalta seuraavanlaisiksi:

1. Millainen on hyvä valmentaja ja valmennustoiminta valmentaja-isien mielestä?
2. Millaisia kokemuksia haastatelluilla valmentajilla on oman lapsen valmentamisesta?
3. Mitä vaikutuksia lapsi-vanhempi valmennussuhteella on jalkapalloharjoituksiin, -peleihin ja perhesuhteisiin?

Tutkimusongelmat jäsentyivät tutkimusprosessin aikana yleisestä kiinnostuksesta, uteliaisuudesta ja epäilystä tarkempaan ongelmien määrittämiseen. Tutkija voi joutua muuttamaan ongelmiaan, jos ne eivät ole tutkittavissa tai oletukset ovat olleet virheellisiä. (Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari 1995, 23.) Tässä tutkimuksessa näin ei käynyt, vaikkakin tutkimuskysymykset hieman tarkentuivat aineiston pohjalta tutkimusprosessin aikana.

6 TUTKIMUSMENETELMÄT JA -PROSESSI

6.1 Tapaustutkimus osana laadullista tutkimusta

Tutkimuksemme on laadullinen tutkimus. Lähtökohtana laadullisessa tutkimuksessa on kuvata todellista elämää. Todellisen elämän kuvaaminen on kokonaisvaltaista ja juuri se onkin laadullisen tutkimuksen peruspiirre. Tyypillistä laadullisessa tutkimuksessa on, että tutkija pyrkii paljastamaan odottamattomia seikkoja. Aineistosta tulee usein esille uusia asioita, sellaisia, mitä ei hypoteeseissa olisi voinut arvata. Sen pohjalta voidaan vasta nostaa esille *miksi*-kysymyksiä. (Alasuutari 1995, 193.) Sen takia lähtökohtana ei olekaan teorian tai hypoteesien testaaminen, vaan aineiston monipuolinen ja yksityiskohtainen tarkastelu. (Alasuutari 1995, 193; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2008, 157, 160.) Laadullisessa tutkimuksessa on tarkoituksena ymmärtää tutkimuskohteena olevaa ilmiötä tutkittavien näkökulmasta, mikä tarkoittaa tutkimuksen keskittymistä laatuun, ei määrään (Tuomi & Sarajärvi 2011, 150). Tästä syystä laadullinen tutkimus oli tarkoitukseemme määrällistä tutkimusta sopivampi vaihtoehto.

Tapaukset ovat kiinnostaneet ihmisiä aina, etenkin jos niihin on liittynyt jotain jännittävää, uutta tai erilaista. *Tapaustutkimusta* (engl. case study) ei voida määritellä tarkasti, se on lähinnä ”toiminnassa olevan tapauksen tutkimista”. (Syrjälä ym. 1995, 10; Metsämuuronen 2006, 210.) Lyhykäisyydessään Metsämuuronen (2006, 210) luonnehtii tapaustutkimusta kokemusperäiseksi tutkimukseksi, jolla pyritään hankkimaan tietoa yksittäistapauksesta tietyssä ympäristössä. Se on yksityiskohtaista, ainutlaatuista ja rajattua (Denzin & Lincoln 2000, 436).

Tapaustutkimuksen tavoitteet sekä toteutus vaihtelevat tapauskohtaisesti. Tämä on luonteva tapa etenkin, kun tutkitaan opetusta tai oppimista, jolloin halutaan keskittyä tutkittavaan kohteeseen kokonaisvaltaisesti, mutta yksilöllisesti. (Syrjälä ym. 1995, 10–13.)

Tapaustutkimuksessa tutkittavia onkin usein hyvin vähän. Harkinnanvarainen, pieni otoskoko antaa mahdollisuuden ilmiön intensiiviseen tarkasteluun. (Denzin & Lincoln 2000, 446.) Siten se soveltuu hyvin myös urheiluvalmennuksen tutkimiseen. Tutkimuksessamme tapauksella tarkoitamme pitkään jalkapalloilijoita valmentaneiden miesten kokemuksia oman lapsen valmentamisesta ja käsityksiä hyvästä valmentajasta ja valmennuksesta.

Denzin & Lincoln (2000, 436) esittää epistemologisen kysymyksen, joka usein liitetään tapaustutkimukseen: mitä voimme oppia yhdestä tapauksesta? Tapaustutkimus ei pyri yleistettävyyteen, vaan yksittäisen tapauksen monipuoliseen ja syväluotaavaan tutkimiseen. Toisaalta yhden tapauksen tutkiminen ja siitä saadut tulokset voivat olla askel yleistämiseen, vaikka yleistäminen ei olekaan itsetarkoitus. Tutkimus etsii toisaalta tapauksen yhteisiä piirteitä esimerkiksi aiheen aiempaan tutkimukseen nähden ja toisaalta sitä jotain, mikä on juuri tässä tutkimuksessa erityistä ja ainutkertaista. (Metsämuuronen 2006, 211–212.)

Denzin & Lincoln (2000, 437) mukaan tapaustutkimuksessa halutaan ymmärtää tapausta mahdollisimman hyvin ennen kuin se yleistetään. Hyvän valmentajan ominaisuuksia ja toimintaa on tutkittu paljon Suomessa (ks. esim. Halme 2005; Harjunen & Pihlainen 2008; Hietala & Skyttä 2005; Lappalainen & Nissilä 2007; Sipari & Blomqvist 2010) ja muualla maailmassa (ks. esim. Patterson 2010; Raakman ym. 2010; Sevim & Yaprak 2011; Traill ym. 1993). Tässä tutkimuksessa pohdimme tutkimamme tapauksen yhteyttä aikaisempiin tutkimustuloksiin urheilijoiden ja valmentajien käsityksistä hyvästä valmentajasta ja valmennustoiminnasta. Erityistä ja vähän tutkittua on oman vanhemman toimiminen valmentajana. Ottaen huomioon sen yleisyyden etenkin lasten ja nuorten valmennustoiminnassa Suomessa (ks. esim. Suomen Palloliitto 2009; Fortum Tutor 2009), voidaan tutkimuksen tuloksia hyödyntää myös kansallisella tasolla.

Saarela-Kinnunen ja Eskola (2001, 159) muistuttavat, että tapaustutkimusta on kritisoitu edustavuuden puutteesta ja puutteellisesta kurinalaisuudesta aineistoa kerättäessä sekä analysoitaessa. Metsämuuronen (2006) kuitenkin painottaa tapaustutkimuksen edun olevan muun muassa juuri siinä, että aineisto on ”voimakkaasti totta”, mutta vaikeasti järjesteltävissä. Tämä johtuu tutkimuksen ”jalat maassa” -luonteesta; tutkimus perustuu tutkittavan omiin kokemuksiin. Metsämuuronen (2006) mukaan tapaustutkimus tarjoaakin toiminnallisen lähtökohdan, joka mahdollistaa myös soveltamisen käytännössä. Tapaustutkimuksen raportointi on mahdollista avata lukijalle selkeästi ja tieteellistä kieltä välttäen. Tutkimuksen raportti sallii myös lukijan omat johtopäätökset tutkimuksen tuloksista. (Metsämuuronen 2006, 211.) Tutkimuksessamme valmentajat määrittelevät hyvän valmentajan ominaisuuksia ja käyttäytymistä. ”Hyvä valmentaja” ei ole yksittäisen tutkimuksen tulosten mukainen yleistys kaikista valmentajista. Jokainen hyvä valmentaja on erilainen. Fenomenologinen lähtökohta tutkimukselle tarkoittaaakin sitä, että yleistyksen sijaan pyritään ymmärtämään

jonkin tutkittavan alueen ihmisten sen hetkistä merkitysmaailmaa (Laine 2010, 30–31), esimerkiksi urheiluvalmennuksesta.

6.2 Tutkimuksen tieteenfilosofinen lähtökohta

Tutkimuksemme tieteenfilosofinen lähtökohta on *fenomenologinen*. Muun muassa Metsämuuronen (2006, 212), Niskanen (2009, 101) ja Perttula (1995, 6-7) toteavat, että fenomenologian perustajana pidetty Edmund Husserl halusi luoda fenomenologiasta ennakkoletuksettoman tieteen, jonka tutkimuskohteena on puhdas kokemus. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 91,103) kirjoittavat, että ihminen pystyy ymmärtämään kokemuksensa avulla paljon enemmän kuin koskaan näkemällä. Fenomenologia korostaakin ihmisen omiin havaintoihin ja kokemuksiin perustuvaa tiedon tuottamista (Metsämuuronen 2006, 212; Niskanen 2009, 101; Syrjälä ym.1995, 121).

Syrjälä (1995, 122) muistuttaa kuitenkin, että tutkijan aikaisemmat tiedot ja odotukset vaikuttavat aina tahtomattaankin tutkimiseen. Perttula (2009, 115) yhtyy Syrjälän näkemykseen ja toteaa, että jyrkästi ajatellen ihmisen tapa ymmärtää kietoutuu hänen elämänhistoriaansa. Tässä tutkimuksessa se tarkoittaa, että meidän tutkijoina on vaikea asettua täysin objektiivisiksi, koska olemme itse jalkapalloilijoita ja olleet omien isiemme valmennettavina useita vuosia. Näin ollen meidän on myös mahdotonta tarkastella haastatteluaineistoa ilman minkäänlaisia ennakkokäsityksiä, joita kuvaamme tarkemmin tutkielmamme alaluvussa 6.3.

Fenomenologisen filosofian mukaan filosofisia ongelmia tutkimuksessa ovat *ihmiskäsitys* eli millainen ihminen on tutkimuskohteena sekä *tiedonkäsitys*, eli miten tietoa saadaan ja millaista se on luonteeltaan. Fenomenologisessa tutkimuksessa oleellista on saadun tiedon ymmärtäminen ja tulkinta. (Laine 2010, 28; Tuomi & Sarajärvi 2011, 34.) Hirsjärven (1984, 74) mukaan ihmiskäsitys voidaan määritellä myös ihmistä koskevien uskomusten, tietojen ja arvostusten järjestelmäksi. Fenomenologinen ihmiskäsitys on usein *holistinen*. Tämä tarkoittaa ihmisen kokonaisvaltaista ymmärtämistä ja selittämistä. Holistisen ihmiskäsityksen tasoina voidaan Rauhalan (1990, 37–42) mukaan ajatella tajunnallisuus, kehollisuus sekä situationaalisuus. *Tajunnallisuudella* hän viittaa olemassa olon kokemiseen ja *kehollisuudella* hän tarkoittaa ihmistä elävänä materiaana. *Situationaalisuus* liitetään elämäntilanteisiin, jotka luovat olosuhteet ihmisen elämiselle ja kehittymiselle. (Perttula 1995, 16–22; Rauhala 1990,

37–42.) Oma ajattelumme kietoutuu holistiseen ihmiskäsitykseen, sillä käsityksemme mukaan ihmisen olemassaolon voi selittää siten, että ymmärtää yksilön kokonaisvaltaisena, ajattelevana, toimivana ja tuntevana kokijana.

Kokemukset ja niitä ohjaavat merkitykset syntyvät vuorovaikutustilanteissa yksilön ja yhteisön välillä. Yhteisön jäsenenä meillä voidaan ajatella muotoutuneen yhteisiä piirteitä, yhteisiä merkityksiä. Sekä tutkijat että tutkittavat ovat osa jonkin yhteisön yhteistä merkityksiperinnettä. Merkitysten ymmärtäminen pohjautuu tulkitsijan ja tulkittavan yhteisiin merkityksmaailmoihin. (Laine 2010, 30.) Meidän lajitaustamme jalkapallosta, omien isien valmentamisesta ja kilpaurheilusta myös muissa lajeissa voidaan ajatella lukeutuvan samaan merkitysten perinneajatteluun tutkittavien valmentajien kanssa. Tämän vuoksi jokaisen yksilön kokemusten tutkimus paljastaa paitsi jotain ainutkertaista, myös jotain yleistä. Yksilöt ovat kokemusmaailmaltaan ainutkertaisia ja samoilla asioilla voi olla heille erilaiset merkitykset. (Laine 2010, 30.) Tästä syystä voidaan olettaa, että tulemme jakamaan tutkimusprosessin aikana erilaisia merkityssuhteita tutkittavien valmentajien kanssa liittyen valmennusajatteluun.

6.3 Lähestymistapamme tutkittavaan aineistoon

Laadullinen tutkimus on ainutkertaista ja tilanteeseen sidottua. Objektiivisuutta tai arvosidonnaisuutta ei voida täysin saavuttaa, sillä tutkija on aina tavallaan myös menetelmä toimiessaan esimerkiksi haastattelijana (Hirsjärvi ym. 2008, 157), kuten tässäkin tutkimuksessa. Tästä syystä tutkimustulokset eivät ole irrallisia tutkijasta tai käytetyistä menetelmistä (Tuomi & Sarajärvi 2011, 18).

Laadullisen tutkijan rooli on luovuutta vaativan taiteilijan ja omien kokemusten kautta syntyvän tulkitsijan lisäksi ”muuntajan” roolissa. Muuntaja tarkoittaa laadullisessa tutkimuksessa sitä, että haastatteluraportti antaa lukijalle uuden näkökulman ihmisenä olemiseen. Tähän tavoitteeseen laadullisen tutkijan tulisi pyrkiä. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 192.) Tässä tutkimuksessa pyrimme avaamaan lukijalle suorien aineistolainausten ja tulkintojemme avulla neljän jalkapallovalmentajan ajatuksia hyvästä valmentajasta ja valmennustoiminnasta sekä etsimään ja tuomaan esille niitä seikkoja, jotka muodostavat oman lapsen valmentamisesta erityislaatuisen valmennussuhteen.

Tutkimuksen teossa yhtenä lähtökohtana on tutkijan käsitys luontaisesta ymmärryksestään. Fenomenologiassa tätä ymmärrystä kutsutaan esiymmärrykseksi. Tutkimuksen yhteydessä sillä tarkoitetaan tutkijan luontaista tapaa ymmärtää tutkimuskohde jonkinlaisena jo ennen tutkimuksen alkamista. *Esiymmärrys* koostuu tutkijan arkikokemuksista, ihmiskäsityksestä ja ennakkoluuloista. Näiden ymmärtäminen mahdollistaa tutkijan tarkkailemaan omia käsityksiään ja samalla niiden vaikutusta aineiston tulkintaan. (Laine 2010, 32–34.)

Tutkijan esiymmärrys ja ennako-oletukset ja niiden sulkeistaminen ovat yksi fenomenologisen tutkimuksen kriittisiä kohtia. Esiymmärryksestä tietoiseksi tuleminen ja esiymmärryksen sulkeistaminen on välttämätöntä, jotta tutkimukseen osallistuvien eletyt kokemukset voivat tulla tutkimuksessa esiin. *Sulkeistaminen* tarkoittaa tutkittavaan ilmiöön liittyen ennakkokäsitysten siirtämistä sivuun tutkimuksen ajaksi. Sulkeistamisen idea on, että tutkija pohtii kriittisesti muodostuvien kokemustensa alkuperää: ovatko ne itse rakennettua tulkintaa aiempien kokemusten pohjalta vai puhtaasti tästä tutkimusaineistosta. (Perttula 2009, 144–145.) Tutkimus alkaakin tavanomaisen ja vaistomaisen ymmärryksen kyseenalaistamisella. Kriittisyys, etenkin itsekritiikki, sekä reflektiivisyys auttavat tutkijaa pääsemään tutkimukselliselle tasolle. Itsekritiikki tarkoittaa tutkijan tapaa kyseenalaistaa omat tulkintansa. Reflektio auttaa tunnistamaan näitä tutkijaa ennalta ohjaavia malleja, jotka tulisi siirtää mielestä tutkimuksen ajaksi. Aiemmat tutkimukset, omat kokemukset ja yleiset teoriat ovat saattaneet muokata tapaamme nähdä tietty ilmiö. (Laine 2010, 34–35.)

Tutkimuksessamme esiymmärrys tarkoittaa kokemuksiamme jalkapallovalmennuksesta, oman isän valmennettavana olemisesta ja aikaisempien tutkimusten tietojen ja tulosten hankintaa. Näihin tutkimuksiin olemme uppoutuneet omissa kandidaatin tutkielmissamme sekä Mira Rovaniemen ammattikorkeakoulun opinnäytetyössään (ks. Vilponen 2012). Kiinnostuksemme urheiluvalmennusta ja sen tutkimista kohtaan on peräisin omista lapsuus- ja nuoruusvuosista kilpaurheilun piiristä. Olemme molemmat harrastaneet kilpaurheilua eri lajeissa useita vuosia niin yksilö – kuin joukkuelajeissa. Mielenkiinto nimenomaan jalkapalloharrastusta kohtaan heräsi yläasteella, kun joukkueen syntymisen mahdollisti Nooran isän ryhtyminen joukkueen valmentajaksi.

On yhteiskunnallisesti merkittävää, että kiinnitetään huomiota entistä enemmän tähän valmennuksen erikoistilanteeseen. Etenkin, kun aikaisempien tutkimusten (ks. esim. Bois, Lalanne & Delforge 2009; Leff & Hoyle 1995; Sagar & Lavalley 2010) mukaan kielteisten

kokemusten määrä tällaisissa valmennussuhteissa on suuri. Olemme molemmat pelanneet useissa joukkueissa, joissa mukana on ollut yksi tai useampi joukkueen valmentajan lapsista. Kokemuksemme johdattivat meidät tutkimaan aihetta nimenomaan oman lapsensa valmentajana toimivien isien näkökulmasta. Omiin kokemuksiimme perustuen oletamme, että valmennussuhde vaikuttaa sekä myönteisesti että kielteisesti harjoitusten ja otteluiden lisäksi perhesuhteisiin.

6.4 Aineiston keruu haastattelemalla

Kirjoitimme keväällä 2011 ja syksyllä 2012 omat kandidaatin tutkielmamme hyvästä valmentajasta ja vanhemman toimimisesta oman lapsen valmentajana. Tuolloin tutustuimme keskeisimpiin käsitteisiin sekä aikaisempaan tutkimukseen, jota hyvän valmentajan ominaisuuksista ja toiminnasta sekä oman lapsen valmentamisesta on urheiluvalmennuksen saralla tehty. Syksyllä 2012 palasimme aiheen pariin tutkimussuunnitelman teon merkeissä. Koska tutkimuksemme tarkoituksena oli selvittää omaa lasta valmentaneiden jalkapallovalmentajien kokemuksia oman lapsen valmentamisesta ja yleisesti käsityksiä hyvän valmentajan ominaisuuksista ja tehokkaasta valmennustoiminnasta, muodostui luontevimmaksi tiedonkeruun menetelmäksi kysyminen näistä aiheista suoraan valmentajilta. Asioiden kysyminen suoraan tutkittavalta henkilöltä onkin haastattelun perusidea (Hirsjärvi ym. 2008, 199).

Etuina tässä tutkimusmenetelmässä ovat myös joustavuus aineiston keruuta tehdessä sekä tutkittavan tavoitettavuus ennen tutkimusta ja sen jälkeen. Lisäksi haastattelun uudelleen kuuntelu voi tuoda esiin uusia sävyjä ja oivalluksia, joita haastattelija ensi kuulemalta ei ehkä ole ollenkaan pannut merkille. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 34; Tiittula & Ruusuvoori 2005, 14–15; Tuomi & Sarajärvi 2011, 73.) Haastattelutavaksi valitsimme tähän tutkimukseen yksilöhaastattelut, sillä halusimme nimenomaan selvittää valmentajien käsityksiä hyvästä valmentajasta ja henkilökohtaisia kokemuksia oman lapsen valmentamisesta. Mieli-erot ja esimerkit omista valmennuskokemuksista eivät olisi ehkä tulleet esiin samalla tavalla yhteishaastattelun aikana. Hirsjärvi ym. (2008, 205) toteavatkin, että tutkijan on itse pohdittava, mikä menettely omaan tutkimukseen sopisi, jotta saavutettaisiin paras tulos.

Aineiston keruumenetelmänä käytimme *teemahaastattelua* (liite 1), joka on lomakehaastattelun ja avoimen haastattelun välimuoto, niin sanottu *puolistrukturoitu*

haastattelu. Nimensä mukaisesti teemahaastattelussa oleellisinta on, että haastattelu etenee keskeisiä teemoja mukaillen, ei tarkkojen kysymysten avulla (Hirsjärvi & Hurme 2001, 48; Hirsjärvi ym. 2008, 203–204). Teemahaastattelussa ei useinkaan haeta ilmauksia tietyistä teemasta, vaan halutaan juuri kuvata teemaa (Tuomi & Sarajärvi 2011, 87–89). Aineistosta nousseet asiat on luokiteltava merkityssisältöjensä mukaan erilaisiin teema-alueisiin. Yhteen kategoriaan voi tulla yksi tai useampi ilmaisu. Merkityksensä perusteella jaoteltu aineisto on lukijan kannalta selkeämpi ja helpommin ymmärrettävissä. (Syrjänen ym. 1995, 125, 127.) Teemahaastattelu ottaa huomioon, että ihmisten antamat merkitykset asioille ovat keskeisessä asemassa (Hirsjärvi & Hurme 2001, 48).

Teemahaastattelun valitsimme siitä syystä, että koimme aiheen itsellemme tutuksi ja arvelimme osaavamme kysyä aiheesta ja tarttua haastateltavalta tuleviin ajatuksiin ilman, että meillä olisi tarkkaa kysymyslistaa, kuten lomakehaastattelussa eli strukturoidussa haastattelussa (Hirsjärvi & Hurme 2001, 44–45; Metsämuuronen 2006, 234). Toinen syy valintaamme oli, että halusimme henkilökohtaisen kontaktin tutkittaviimme esimerkiksi päiväkirjatyyppisen aineistonkeruun sijaan. Tiedonantajina, esimerkiksi haastateltavina, tulee Ilmosen (2010) mukaan olla sellaisia ihmisiä, joilla on kokemuksia tutkittavasta ilmiöstä. Tästä syystä esimerkiksi satunnaisotanta ei välttämättä tuota sopivia tutkittavia. Ilmonen (2010, 131) tähdentää, että kannattaa miettiä harkinnanvaraista otantaa, jotta tavoittaa sopivia tiedonantajia. Tässä tutkimuksessa harkinnanvaraisen otannan etu oli se, että pääsimme valitsemaan haastateltaviksemme sellaisia vanhempia, joilla on kokemusta oman lapsen valmentamisesta enemmän kuin yksi tai kaksi vuotta.

Teemahaastattelurunkoa tehdessämme mietimme mitä haluaisimme saada selville tutkittavista. Haastattelurungon tekemistä ohjasivat vahvasti tutkimuskysymyksemme, jotka esihaastattelun myötä tarkentuivat aivan kuten myös haastattelurunko. Aiheen mielenkiintoisuus aiheutti osaltaan ongelman: haastatteluun liittyviä teemoja alkoi alkuinnostuksen myötä olla jo liiankin monta, joista karsimme osan pois. Etsimme teemahaastattelulla toteutettuja tutkimuksia ja erilaisia teemahaastattelurunkoja, joista saimme vihiä siitä, mihin aiheemme kannattaisi rajata.

Esihaastattelun tarkoituksena on testata haastattelurunkoa, aihepiirien järjestystä ja hypoteettisten kysymysten muotoilua. Esihaastatteluilla saadaan myös selville haastattelujen keskimääräinen pituus. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 72.) Ne kannattaakin aina tehdä ennen

varsinaisia haastatteluja, jotta varmistetaan haastattelun onnistuminen ja tarkoituksenmukaisuus tutkimukseen nähden. Esihaastattelut antavat myös kokemusta haastattelutilanteesta ja virheiden määrä vähenee varsinaisissa haastatteluissa. Hirsjärvi ja Hurme (2001, 73) painottavat, että esihaastattelut ovat teemahaastattelun välttämätön ja tärkeä osa. Niitä tulisi tehdä mieluummin runsaasti kuin liian vähän. Hirsjärvi ja Hurme (2001, 73) muistuttavat myös, että tuskin kukaan tutkija pystyy menemään haastattelutilanteeseen ja kysymään ”oikeita” kysymyksiä suoralta kädeltä. Suoritimme ennen varsinaisia tutkimushaastatteluja yhden esihaastattelun omia lapsiaan useita vuosia valmentaneelle miesvalmentajalle. Noora otti yhteyttä esihaastateltavaan puhelimella heinäkuussa 2011. Olimme yhdessä tekemässä esihaastattelun, jonka avulla testasimme haastattelurungon toimivuutta ja haastattelutilannetta, kuten Hirsjärvi ja Hurme (2001, 72) neuvovat. Olimme päättäneet jo esihaastatteluvaiheessa, että Noora haastattelisi kaikki valmentajat, jotta haastattelujen teossa ei tulisi eri haastattelijoina johtuvaa vaihtelua haastattelujen kesken. Esihaastattelussa olikin hyvä, että Noora sai harjoitella haastattelijan roolia ja Mira toimi havainnoijana haastattelun sujuvuudesta kokonaisuudessaan.

Esihaastattelumme kesti 63 minuuttia. Esihaastattelussa haastattelurungossa teema-alueita oli neljä: valmentajan valmennustaito, valmentajan persoonallisuus, kokemukset urheilijoiden valmentajista sekä oman lapsen valmentaminen. Kysyimme esihaastattelussa olleelta valmentajalta myös hänen tuntemuksiaan haastattelusta sekä mahdollisia huomioita tai puutteita esimerkiksi jonkin oleellisen teeman käsittelyssä. Esihaastateltavamme oli pääosin tyytyväinen haastattelun luonteeseen ja haastattelurunkoon joten totesimme, ettei syytä suuriin muutoksiin haastattelurungon osalta ollut. Esihaastattelun perusteella teimme kuitenkin jatkokysymyksiä esitiedoista ja oman lapsen jalkapallon pelaamisen aloituksesta. Lisäksi linkitimme kaikki teema-alueiden kysymykset vahvemmin oman lapsen valmentamiseen, jottei oman keskeinen mielenkiintomme kohde – oman lapsen valmentaminen – jää näkymättä ja aiheen käsittely liian pintapuoliseksi.

Esihaastatteluvaiheessa tutkimuksessamme tutkimuskysymyksiä oli vain kaksi: Mitä haasteita vanhemmalla on valmentaa omaa lastaan? Ja mitkä ovat vanhempi-valmentaja-lapsi-suhteen vaikutukset (perhe-elämä, valmennustapahtuma, peli, pelimatkat, vanhempi-lapsi-suhde)? Tutkimuskysymyksissä emme olleet huomioineet valmentajan valmennustaitoja, vaikka keskeisenä teema-alueena haastattelurungossa se kuitenkin oli. Huomasimme esihaastattelun perusteella, että yhden teema-alueen (valmentajan persoonallisuus) sisällä olevat ”kysymykset” olivat päällekkäisiä. Tästä saimme palautetta myös esihaastateltavalta. Hyvän

valmentajan luonteenpiirteiden kysymisen totesimme esihaastattelun perusteella olleen turhaa, sillä haastateltavilla oli vaikeaa vastata luonteenpiirteitä koskevaan kysymykseen. Tämä johtui siitä, että samat vastaukset toistuivat hyvän valmentajan ominaisuuksien ja valmentajan valmennustoimintaan liittyvien asioiden kuvaamisessa seuraavissa teema-alueissa. Ratkaisimme asian yhdistämällä persoonallisuuteen liittyvän aihealueen edellisiin alueisiin. Esihaastattelun pohjalta huomasimme, että yksi huomioitava seikka tulevissa tutkimushaastatteluisissa tuli olla puolueettomana pysyminen ja tutkittavien vastausten johdattelun välttäminen.

Kerätessämme aineistoa käytimme kaikissa haastatteluissa, myös esihaastattelussa, digitaalista nauhuria. Tämä helpotti haastattelutilannetta paljon, sillä haastattelijana Noora sai keskittyä kuuntelemaan haastateltavaa ja miettiä jatkokysymyksiä kiinnostavasta aiheesta. Ilman nauhuria aika olisi mennyt vastausten ylöskirjoittamiseen (Hirsjärvi & Hurme 2008, 92). Kaksi haastattelua sujui täysin keskeytyksettä alusta loppuun asti: toinen näistä haastateltavan kotona (Ville) ja toinen haastateltavan työpaikalla sulkemisajan jälkeen (Esko). Kuuluvuus oli hyvä, eivätkä ulkopuoliset ihmiset häirinneet haastattelua. Kolmannessa haastattelussa (Matti) paikkana oli urheilutalo, joka oli todella vilkas ja meluisa. Neljäs haastattelu tapahtui haastateltavan kotona (Tapani), jossa oli paikalla kaksi hänen lastaan, joita hän on valmentanut. Haastattelutilanteessa Noora ja Tapani olivat kuitenkin erillään muista perheenjäsenistä, mutta muutaman kerran lapset kulkivat haastattelupaikan ohitse, mikä on saattanut vaikuttaa valmentajan vastauksiin.

Haastattelut alkoivat Hirsjärven ja Hurmeen (2008) neuvon mukaisesti vapaamuotoisemmalla keskustelulla ja Noora kysyi esimerkiksi yleisiä asioita lapsista ja aiheen ulkopuolisista asioista ensin. Tällainen keskustelu voi edesauttaa haastattelijan ja haastateltavan välisen luottamuksen kehittymistä ja antaa molemmille aikaa luoda käsitystä toisesta. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 90.) Teemahaastattelua tehdessä haastattelijan on varauduttava sekä puheliaisiin että myös hiljaisempiin haastateltaviin (Hirsjärvi ym. 2008, 206). Tutkimushaastatteluissa huomasimme juuri tämän seikan. Kolmessa haastattelussa tutkittavat kertoivat hyvin avoimesti ja laajasti aiheista. Joitakin teemoja käsitellessämme he saattoivat sivuta jo seuraavaa aihealuetta. Näissä haastatteluissa Noora koki pääsevänsä haastattelijana helpolla. Yhden haastateltavan kanssa täytyi olla aktiivisemmin tarttumassa haastattelussa nousseisiin asioihin tarkennuksin ja syvällisempien kysymysten avulla. Kokemattomana haastattelijana

tämä tuntui haasteelliselta. Tämän takia olisimme voineet ottaa haastateltavaksi myös alustavasti tutkimukseen lupautuneen viidennen miesvalmentajan.

6.5 Haastateltavien valinta ja esittely

Mahdollisiin tutkittaviin otimme yhteyttä puhelimitse ja kerroimme lyhyesti tutkimuksemme tarkoituksen. Yhteydenotoissa kartoitimme alustavasti valmentajien kiinnostusta osallistua tutkimukseen. Kerroimme ottavamme yhteyttä uudestaan niihin valmentajiin, joille tekisimme tutkimushaastattelut. Valmentajille tehtiin heti selväksi, että tutkimukseen osallistumisen voi lopettaa missä tutkimuksen vaiheessa hyvänsä. Heidän nimensä eivät ilmene tutkielmastamme, kaikki nauhoitettu materiaali tullaan hävittämään tutkimuksen jälkeen ja he saavat lukea työn ennen sen julkaisemista.

Otimme alustavasti yhteyttä viiteen miesvalmentajaan, joista jokainen suostui saman tien tutkimukseen. Sovimme kuukauden sisälle kaikki haastatteluajat, mutta päätimme jättää yhden haastateltavan pois rajataksemme omaa työmääräämme. Haastattelujen ajankohta oli kesäkuu 2010 ja tällöin haastateltavat saivat allekirjoitettavakseen tutkimukseen osallistumisen suostumuksen (ks. liite 2 ja 3).

Tutkimuskohde on valittava tarkoituksenmukaisesti, jotta perusteellinen syventyminen aiheeseen olisi mielekästä. Oma valintakriteerimme tässä tutkimuksessa oli ainutkertaisuus. (Syrjälä ym. 1995, 23.) Halusimme tutkimuksessamme selvittää erikoistilannetta, jossa isä toimii lapsensa ja koko muun joukkueen jalkapallovalmentajana. Kaikilla haastateltavilla oli takanaan useita vuosia jalkapallovalmentajina. Ainutkertaista haastatteluissa on ollut se, että jokaisella oli ollut valmennettavanaan vähintään yksi oma lapsi. Yhdellä isällä (Ville) valmennettavanaan ovat olleet kaksostytöt, toinen isä on valmentanut kaikkia kolmea lastaan (kaksi tyttöä ja yksi poika), kolmas on valmentanut kahta lastaan (yksi tyttö ja yksi poika) ja neljäs valmentaja (Matti) on valmentanut kahta poikaansa. Kaikki haastateltavat asuivat Länsi-Suomessa 45 kilometrin säteellä toisistaan, joten haastattelumatkat eivät venyneet pitkiksi. Haastateltujen valmentajien ja heidän lastensa nimet on muutettu. Lisäksi paikkakuntien nimet on muutettu, jottei haastateltavien henkilöllisyys paljastuisi. Taulukosta 1 ilmenevät tutkimuksemme haastattelutiedot.

TAULUKKO 1. Haastateltujen jalkapallovalmentajien haastattelutiedot

Haastateltava	Ikä	Haastattelun ajankohta	Valmennusvuodet (vuosi)	Oman lapsen valmennusvuodet (vuosi)	Haastattelun kesto (min)	Litterointi (sivumäärä)
Tapani	53	28.8.2011	n. 25	n. 11	86	17
Esko	49	30.8.2011	n. 14	n. 11	77	28
Matti	42	29.8.2011	n. 12	n. 12	61	12
Ville	49	31.8.2011	n. 10	n. 10	74	20

Haastateltavat olivat haastatteluhetkellä iältään 42–53 -vuotiaita. Tutkimukseen valittujen tutkittavien iät olivat sattumalta lähellä toisiaan, sillä tutkittavien valinnassa emme olleet ajatelleet tätä seikkaa etukäteen. Jo ennen tutkimuksen aloittamista tiesimme kuitenkin, että haluamme haastateltavien valmentajien valmentaneen omaa lastaan useita vuosia. Lisäksi pidimme tärkeänä, että lapset olisivat jo sen ikäisiä, että he osaavat antaa omille vanhemmilleen palautetta sekä lasten harrastaminen on tavoitteellisempaa kuin pelkkä pallokoulussa pelaaminen. Pienet lapset eivät välttämättä osaa myöskään vielä perustella sanomisiaan ja mielipiteitään. Koimme tärkeäksi, että valmentajilla on vuosien kokemus valmentamisesta (ks. luku 2.2 Jalkapallon valmennusjärjestelmä Suomessa) ja mahdollisesti monen oman lapsen valmentamisesta. Valintamme kohdistui pelkästään miesvalmentajiin, joilla oli valmennettavanaan sekä poikia että tyttöjä. Halusimme tutkimukseemme sekä vanhempien valmentamia tyttöjä että poikia, koska halusimme selvittää, onko sukupuolten välillä eroja valmentajien mielestä. Jotta tutkimukseen ei olisi tullut liikaa erilaisia tekijöitä, valitsimme tutkimukseen ainoastaan miesvalmentajia. Seuraavaksi esittelemme tutkimukseen osallistuneet valmentajat yksi kerrallaan.

Tapani

Tapanilla on omaa pelitaustaa 12-vuotiaasta A-juniori-ikään eli noin 18-vuotiaaksi. Hänellä oli yksi välivuosi ennen siirtymistä miesten edustusjoukkueeseen pelaamaan alempiin divisiooniin. Noin 30-vuotiaana oma pelaaminen loppui kokonaan. Tapani alkoi valmentaa vuonna 1978, jolloin hän oli 18-vuotias. Ensimmäiset valmennettavat olivat C-ikäiset (15–16 -vuotiaat) pojat. Omia lapsia ei tuolloin vielä pelannut Tapanan valmentamassa joukkueessa.

Kun hänet pyydettiin mukaan toimintaan, hänellä ei vielä ollut jalkapallovalmentajakoulutuksia. Valmennusvuosia oli kertynyt kaiken kaikkiaan 25, vaikkakin hän on ollut mukana jalkapallotoiminnassa jollakin tasolla koko ajan haastatteluajankohtaan saakka. Omien lasten valmennus alkoi oman pojan valmentamisella vuonna 1985, kun poika oli 12–13 -vuotias. Tapani kuvailee valmentamisen aloittamista näin:

”Siinä joukkueessa nää entiset valmentajat pikkuhiljaa lopetteli ja niiltä niinku motivaatio loppu ja sitten tietysti ku mulla oli jo valmentajakokemusta ja Niko pelas siinä joukkuees niin mua pyyrettiin mukaan siihen sitte.” (Tapani)

Nikoa Tapani ehti valmentaa vain kevätkauden, jonka jälkeen valmennussuhde loppui. Tämän jälkeen Tapani siirtyi suoraan naisjalkapallovalmennukseen vielä saman kauden aikana, taaskin pyynnöstä. Valmennettavat joukkueet pelasivat pääasiassa ensimmäistä divisioonaa tai SM-sarjaa. Oman tyttären valmentaminen alkoi Tapanin muistin mukaan vuonna 2000 valmentamalla nuorempaa tytärtä, Jessicaa (noin 8-vuotias). Vuonna 2001 Tapani siirtyi vanhemman tyttärensä; Johannan valmentajaksi (noin 14-vuotias). Tämä valmennussuhde kesti vuoteen 2007. Tämän jälkeen Tapani valmensi taas nuorempaa, tuolloin 14-vuotiasta tytärtään yhden kauden. Vuonna 2009 molemmat tyttäret olivat Tapanin valmennuksessa edustusjoukkueessa.

Esko

Eskolla omaa pelitaustaa on 6-vuotiaasta 18-vuotiaaksi piirijoukkueetasolla. Pelaamisen lopettaminen johtui terveydellisistä syistä. Hänen valmennusuransa alkoi vuonna 1990 10–12 -vuotiaita poikia valmentaen. Hänellä ei tuolloin ollut minkäänlaista valmentajakoulutusta. Samaisen poikajoukkueen valmentaminen kesti noin kaksi vuotta.

”Mä menin vaan sinne, sinne kerran kentän laidalle ja, ja tota siinä rupesin jutteleen yhen kaverin kanssa joka siinä oli valmentajana. Ja sit mä menin hänen avuksi muutaman kerran mut sitte mulle katottiin samantien uus ryhmä kun ne kuuli mun taustasta ja. - - silloin mä ettei mulla ollu mitää valmentajakoulutusta siinä vaiheessa eikä mitää aikomustakaa ruveta niinku valmentamaan sen enempää.” (Esko)

Valmentaminen jatkui vuonna 2000, kun oma poika aloitti jalkapallon 5-vuotiaana. Tyttöjen valmentaminen alkoi vuonna 2005 oman tyttären ollessa 12-vuotias. Valmennussuhde kesti kolme vuotta tyttären siirtyessä parempaan joukkueeseen naapurikaupunkiin. Tyttöjalkapallon huono taso ja vähäinen harrastajamäärä saivat Eskon vaihtamaan poikien valmentamisen tyttöjen valmentamiseen.

”En mä edes tiedä kehtaanko mä sanoa, miks mä sitte vaihdoin tyttöpuolelle mutta tuota. Sillon ei Kauhavalla ollu minkään näköstä tyttöfutista - - ajattelin et pitäskö sitä koittaa saada Kauhavalla tyttöjen jalkapalloa niinku jalkeille - - sit me perustettiin sinne tota tyttöjoukkue ja se kyl lähti sitte jotenki kummasti vetämään.” (Esko)

Oman tyttären siirtyessä toiseen kaupunkiin Eskon valmentajana toimiminen päättyi Kauhavalla. Yhden vuoden oma tytär Lotta pelasi toisen valmentajan valmennuksessa, kunnes Eskokin siirtyi pyynnöstä samaan seuraan valmentajaksi taas omalle tyttärelle vuonna 2008. Siitä asti Esko on toiminut naisten edustusjoukkueen valmentajana joukkueen pelatessa vuoroin ensimmäistä ja toista divisioonaa.

Matti

Matilla varsinaista pelitaustaa kilpailumielessä ei jalkapallossa ole. Valmentaminen lähti liikkeelle omien lasten valmentamisella vuonna 1999 kahden vanhimman pojan pelatessa joukkueessa. Pojat olivat tuolloin vasta 5- ja 6-vuotiaat.

”Niin lupasin hetkeksi mennä valmentamaan, kunnes toinen valmentaja löytyy. Sillä lailla lähti se kuvio Ilimajoella aikanaan. Sitte tuota niin, siitä se on jatkunu. Sitte lajiin syntyny kova kiinnostus sittemmin. Toki oli kova kiinnostus silloonki, en sitä sano.” (Matti)

Valmentajakoulutusta Matilla ei tuolloin ollut. Sittemmin hän on käynyt C-tason koulutuksen. Nuoremman pojan, Jimin valmentaminen jatkui vuoteen 2009. Vanhempi poika, Joni siirtyi vuoden 2008 aikana pelaamaan toiselle paikkakunnalle. Vuonna 2009 myös Jimi vaihtoi seuraa Jonin perässä. Samaan aikaan myös Matti siirtyi valmentamaan vanhempaa poikaansa, Jonia vuoteen 2011 asti ja sen jälkeen nuorempaa poikaansa, Jimiä kauden 2012.

Ville

Villellä jalkapalloharrastus alkoi 7-vuotiaana seuroja vaihdellen miesten kakkosdivisioonaan asti. Alusta asti hän on aina pelannut joukkueen maalivahtina. Omaa pelitaustaa hän pitää tärkeänä valmentajana kehittymisen kannalta:

”Oon ite saanu silloin ku mä siirryyn Töysästä Soinihin, sielä mua valamennettihin niin jotta sielä mä reenasin jopa ykstoista kertaa viikos, erilaisia reenejä. - - No on sieltä tullu kyllä niin hyvät eväät, että sen jälkehen mä oon valamentanu piirijoukkueen maalivahteja, aluejoukkueen maalivahteja ja jos nyt mennähän niin pitkälle niin mä oon valamentanu oman tyttöni maajoukkueeseen asti.” (Ville)

Jalkapallon valmentaminen alkoi oman tyttären maalivahtivalmennuksella vuonna 2001, tyttären ollessa noin 10-vuotias. Villellä, kuten muillakin tutkimukseen osallistuneilla valmentajilla, valmentaminen alkoi hieman vaivihkaa.

”En halunnu ite, ei halunnu tytär vaan otettihin yhteyttä ja haluttiin että mä tuun valamentahan. - - Mä ensi ajattelin niin että, omaa tyttöä, ettei siitä tuu mitää. Mä muistelin, että mä oon jutellu Riikan kans niitä asioota ja sitte tultihin siihen johtopäätökseen, että kokeillaan. Että jos me ei sovita yhtehen niin me ei sitte sovita yhtehen, että sitte joku muu valamentaa, mutta jos sovitan niin ok.” (Ville)

Samassa joukkueessa pelasi myös toinen Villen tytöistä, Maija. Maalivahtivalmentajana Ville keskittyi kuitenkin kokonaan Riikan valmentamiseen. Minkäänlaista valmentajakoulutusta Villellä ei ole, vaikka vaatimusta seuratasolta onkin tullut.

”Yleensä ku valamentaa niin pitää olla käyty valamentajakouluja ja tälläisiä mutta mä oon ite ajatellu niin, että jos mä oon itte valamentanu yhtä ihmistä, niin mulla on varmasti siihen semmonen kokemus, että siihen ei oo kellää muulla. Ja oon aina tietäny sen, mitä oon valamentanu niin heikkouret ja hyvyret.” (Ville)

”Kukaa ei oo tullu ehrottamaan tai vaatimaan, että sun pitäis käydä jotain koulutuksia?” (Noora)

”On tullu, mutta mä oon pitäny oman linjani.” (Ville)

”Ei oo sitte sanottu, että et saa sitte enää valmentaa?” (Noora)

”Ei oo, aina on seuraavana vuonna sitte taas kysytty että tuukko valamentamahan.” (Ville)

6.6 Tutkimusaineiston käsittely ja tulkinta

Tutkielmassamme tulkitsemme *litteroitua* eli *sanatarkasti puhtaaksikirjoittamaamme* aineistoa (Hirsjärvi & Hurme 2000, 138). Käytimme nauhoitettujen haastatteluiden litteroinnissa apuna Windows media player-tietokoneohjelmaa sekä kirjoittamisessa Word-tekstinkäsittelyohjelmaa, jossa käytimme Times New Roman -fonttia ja riviväliä 1,5. Jaoin litteroitavan aineiston niin, että Mira litteroi haastatteluista kolme ja Noora yhden. Aineistojen litterointiin kului yhteensä aikaa noin 40 tuntia. Litteroimme aineiston sanasta sanaan. Litterointi onnistui pääosin helposti. Ainoastaan yhden haastattelun kohdalla oli välillä vaikeuksia kuulla haastateltavan vastauksia selvästi. Tämä johtui siitä, että haastattelu suoritettiin meluisassa ympäristössä urheilutalolla sekä siitä, että haastateltava puhui hyvin hiljaisella äänellä. Aloitimme aineiston litteroinnin muiden opintojen ja perhesyiden takia vasta kesällä 2012 ja saimme litteroinnit valmiiksi syyskuuhun 2012 mennessä. Litteroituja haastatteluja kertyi yhteensä 77 sivullista tekstiä, jota aloimme analysoida jouluna 2012. Tässä tutkimusraportissa esiintyviä aineistosta keräämistämme haastattelukatkelmista olemme lukijaa helpottaaksemme jättäneet epäröintiä kuvaavia sanoja ja tutkimuksen kannalta epäolennaisia toistoja pois, vaikka hyvät ohjeet lyhyiden taukojen, naurahdusten ja painotusten merkitsemiseksi olisi ollut saatavilla Ruusuvooren ja Tiittulan (2005, 303) kirjassa. Myös paikkakuntia, lasten nimiä ja muita yksityiskohtia kuvaavia sanoja olemme muuttaneet, jotta tutkittavien henkilöllisyys ei työstämme paljastuisi.

Aineiston käsittelyssä olisimme voineet käyttää aineiston käsittelyyn tarkoitettuja analyysiohjelmia (ks. mm. Metsämuuronen 2006, 248–250). Koimme, että aineistomme oli kuitenkin niin pieni, että sen syöttäminen analyysiohjelmaan olisi vienyt enemmän aikaa ja ollut työläämpää kuin aineiston käsittely tekstinkäsittelyohjelmalla. Etsimme aineistosta

valmentajien käsityksiä hyvästä valmentajasta ja tehokkaasta valmennustoiminnasta, valmentajan ominaisuuksista ja valmentajan omista kokemuksista oman lapsen valmentajana. Tätä tapaa etsiä työn kannalta oleellisia tekstikatkelmia ja tulkintoja kutsutaan koodaukseksi (Tuomi & Sarajärvi 2011, 92).

Koodauksen jälkeen jatkoimme aineiston käsittelyä teemoittelemalla haastateltaviemme vastaukset alkuperäisten teemojeni mukaisesti, koska halusimme selvittää, millaisia näkemyksiä jalkapallovalmentajilla oli hyvästä valmentajasta ja valmennuksesta. Aineiston *teemoittelua* pidetään yksinkertaisimpana toimintatapana järjestää aineisto. Siinä painotetaan, mitä kustakin teemasta on kerrottu. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 93.) Koska toteutimme aineistonkeruun teemahaastattelulla, aineiston pilkkominen ja jakaminen teemoihin oli suhteellisen helppoa. Kokosimme jokaiselta valmentajalta kutakin valmennustaitoa koskevat kommentit oman otsikkonsa alle Word-tekstinkäsittelyohjelman leikkaa ja liimaa -toiminnon avulla. Hyvää valmentajaa koskevia teema-alueita oli tässä vaiheessa neljä, joista ensimmäinen koski hyvän valmentajan luonteenpiirteitä ja kolme seuraavaa vuorovaikutustaitoja itsensä ilmaisemisesta hyvän ja huonon palautteen antamiseen. Oman lapsen valmentamisen kokemukset jakautuivat teemoitteluvaiheessa kolmeen teemaan: valmentamisen erot oman lapsen ja muiden lasten kohdalla, oman lapsen valmentamisen vaikutukset pelikentälle ja perhe-elämään sekä oman lapsen valmentamisen hyvät ja huonot puolet.

Teemoittelun jälkeen aloitimme varsinaisen analyysivaiheen, sillä teemat eivät itsessään kerro vielä mitään tutkimuksen tuloksista. Laadullisessa tutkimuksessa tuloksia ei voida vain esittää, vaan tutkijan tulee tulkita niitä. (Hirsjärvi ym. 2008, 229.) Hirsjärven ym. (2008) tapaan Ruusuvuori ym. (2010) korostavat, että aineiston taakse ei voi piiloutua eikä aineistoa voi jättää keskustelemaan puolestaan. Analyysivaiheen tehtävä on saada aineistosta järjestelmällisen läpikäynnin avulla irti jotain, mitä suorissa lainauksissa ei sellaisenaan ole nähtävissä. (Ruusuvuori ym. 2010, 19.) Tässä tapauksessa tulkinta tarkoittaa sitä, että pohdimme analyysin tuloksia ja teimme niistä omat johtopäätöksemme. Tutkittavan, tutkijan ja lukijan tulkinnat tekevät tutkimuksesta moninkertaisen. He tulkitsevat tutkimusta tai sen osaa omalla tavallaan. Näissä tulkinnoissa on päällekkäisyyksien lisäksi eroavaisuuksia. Emme havaitse asioita samalla tavalla, saati sitten, että tulkitsisimme niitä samoin. (Hirsjärvi ym. 2008, 229.)

Aineiston analyysin tarkoitus on tuoda aineistoon selkeyttä ja siten rakentaa uutta tietoa ilmiöstä. Aineisto tulee tiivistää kadottamatta kuitenkaan sisällön informaatiota. (Eskola & Suoranta 1999, 138.) Tulosten tulkinnassa käytimme suoria lainauksia tutkittavien kertomuksista, jotta lukijalle välittyisi selkeä kuva koko aineistosta. Halusimme tuoda lukijalle tutkimuksen kannalta aineistosta oleellisimpia kuvauksia esille. Olemme tarkoituksenmukaisesti valinneet haastateltavien lainauksia, vaikkakaan kaikista haastatteluista ei aina joka teeman alle tullut suoraa lainausta.

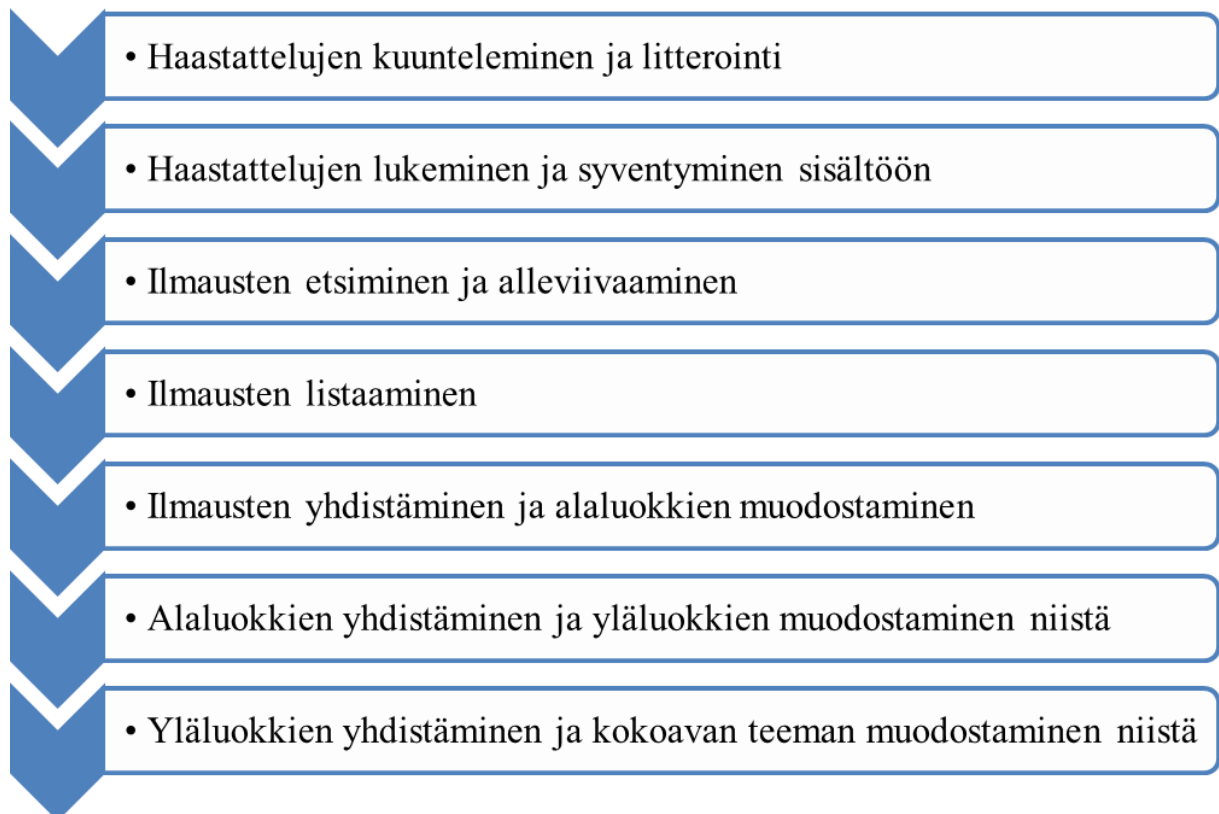
Laadullisessa tutkimuksessa elämänläheisyys ja aineiston runsaus tekevät analyysivaiheesta mielenkiintoisen ja haastavan (Hirsjärvi ym. 2008, 225). Aineiston analyysivaiheessa tutustuimme aineistoomme perin pohjin ja esitimme siitä omia tulkintoja. Laadullisen aineiston analyysissä tulisi tehdä tarkka rajaus siitä, mikä aineistossa on kiinnostavaa ja jättää kaikki muu pois. Tuomi ja Sarajärvi (2011) toteavatkin tämän olevan etenkin aloitteleville tutkijoille haaste, sillä mielenkiintoista ainesta riittäisi monesti muutamaankin tutkimukseen. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 92.) Tunnin kestävässä haastattelusta saadaan monipuolinen ja laaja aineisto, joka tuntui meistä aloittelevina tutkijoina isolta ja sekavalta kasalta tekstiä.

Vaikka tutkimusprosessi voidaan nähdä jatkumona, käytännössä vaiheet liittyvät tiukasti toisiinsa ja ovat jossain määrin myös päällekkäisiä. Tuomen ja Sarajärven (2011, 150) sekä Metsämuurosen (2006, 242) mukaan raportin eri vaiheita ei välttämättä voi erottaa täysin eri vaiheiksi. Esimerkiksi aineistonkeruu ja analyysi saattavat liittyä hyvin läheisesti toisiinsa, joten niitä ei voida kokonaan erottaa toisistaan. Tässä tutkimuksessa suoritimme aineiston keruun kokonaan ennen analysointia.

Laadullisen aineiston analyysitapana käytimme sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysin avulla saadaan kerätty aineisto järjestetyksi johtopäätöksiä varten (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91, 103). Tässä tutkimuksessa sillä tarkoitetaan litteroidun haastatteluaineiston järjestämistä. Sisällönanalyysi onkin tekstianalyysiä; tekstin merkitysten etsintää. *Sisällönanalyysi* tarkoittaa pyrkimystä kuvata dokumenttien sisältöä sanallisesti. Tutkittava aineisto kuvaa tutkittavaa ilmiötä ja analyysin tarkoituksena on luoda sanallinen ja selkeä kuva tutkittavasta ilmiöstä. Sisällönanalyysillä yritetään tiivistää aineisto ja saamaan se selkeään muotoon kadottamatta kuitenkaan sen sisältämää sanomaa. Aineiston laadullinen käsittely perustuu loogiseen päättelyyn ja tulkintaan, jossa aineisto ensin hajotetaan pienempiin osiin ja sen

jälkeen kootaan muokattuna loogiseksi kokonaisuudeksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 104, 106–108.)

Tuomi ja Sarajärvi (2009, 109) ovat kuvanneet aineistolähtöisen analyysin tekemistä vaihe vaiheelta (ks. kuva 2). Tutkimuksemme eteni tällä tavalla aineistolähtöisen analyysin vaiheiden kautta.



KUVA 2. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin eteneminen (muokattu Tuomen ja Sarajärven (2009, 109) kuviosta.)

Aineiston *koodauksen* eli ilmauksien poimimisen aineistosta teimme aineistolähtöisesti ilman teoreettisia etukäteisolettamuksia (Eskola & Suoranta 1999, 153). Koodausta tehdessämme valitsimme tulkinnoista kaiken, mikä mielestämme liittyi tutkimaamme asiaan. Eskola ja Suoranta (1999, 153) muistuttavat, että temahaastattelurunko on mainio työväline aineiston koodaukseen. Osa aineistosta poimimistamme asioista liittyi useampaan teema-alueeseen. Tämän koimme hieman hankalaksi, sillä asiat tuntuivat olevan yhteydessä jokaiseen teema-alueeseen jollakin tavalla. Tärkeäksi seikaksi tässä vaiheessa havaitsimme teemojen pitämisen mahdollisimman yksinkertaisina ja rajattuina. Tuomen ja Sarajärven (2011, 92) mukaan aineiston läpikäynnissä tulisikin erotella ja merkitä asiat, jotka sisältyvät tutkijan

kiinnostukseen. Merkityt asiat tulisi kerätä yhteen ja erilleen muusta aineistosta. Näin toimimme myös omassa tutkimuksessamme. Eskola ja Suoranta (1999, 156) kuvailevat koodimerkintöjä tekstin sisään kirjoitetuiksi muistiinpanoiksi. Ruusuvuori ym. (2010) muistuttavat, että kynnys siirtyä aineistonkeruusta analyysiin on laadullisessa haastattelututkimuksessa usein korkea, koska aineisto on usein laaja ja monipuolinen (Ruusuvuori ym. 2010, 11). Analyysivaiheessa tajusimme, että meidän olisi kannattanut heti litteroitaessa kirjoittaa ylös ajatuksia, joita heräsi litterointivaiheessa. Tämä olisi helpottanut meitä myöhemmin aineiston tulkinnaissa, koska aineiston käsittelyvaiheessa aineisto tuntui paljon suuremmalta ja sekavammalta kuin se oli litteroitaessa tuntunut.

Käytimme aineiston analyysissä *aineistolähtöistä* eli *induktiivista* sisällönanalyysiä. Tässä analyysimenetelmässä kyse on siitä, että edetään yksittäisestä tapauksesta yleiseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108–109.) Aineistolähtöinen tutkimus antaa paljon tilaa uusien ja ennestään tuntemattomien, joskus yllättävienkin asioiden oppimiselle. Aineiston keräämisvaiheessa tutkijan on oltava tarkkana, ettei havainnoi vain sellaisia asioita, jotka ovat hänelle jo entuudestaan tuttuja ja hän osaa helposti nimetä. (Kakkuri-Knuutila & Heinlahti 2006, 97.) Tutkimuksessamme tämä tarkoittaa esiyymmärrystämme tutkijoina (ks. luku 6.3 Lähestymistapamme tutkittavaan aineistoon).

Aineistolähtöinen analyysi voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen: aineiston *pelkistämiseen* eli *redusointiin*, aineiston *ryhmittelyyn* eli *klusterointiin* sekä *teoreettisten käsitteiden luomiseen* eli *abstrahointiin*. Aineiston *pelkistämisessä* aineistosta karsitaan tutkimukselle epäolennainen tieto pois. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108–109.) Omassa tutkimuksessamme huomasimme, kuinka paljon tutkimukselle epäolennaista tietoa aineistosta jäi pois tässä vaiheessa. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 109) muistuttavatkin, että pelkistämistä ohjaavat tutkimuskysymykset, joiden kannalta olennaisin tieto ja aineistosta nousseet ilmaukset otetaan mukaan analyysiin. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 109) toteavat, että aineistoa voidaan pelkistää jo litterointivaiheessa. Tässä tutkimuksessa litteroimme kuitenkin koko aineiston, emmekä vielä litterointivaiheessa rajanneet haastatteluaineistoista mitään pois. Pelkistäminen voi tapahtua siten, että aineistosta etsitään tutkimuskysymyksiin olennaisesti vastaavia ilmauksia, joita voidaan esimerkiksi alleviivata erivärisillä kynillä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109). Teimme tässä tutkimuksessa merkinnät suoraan Word-tiedostoilla oleville litterointiaineistoille käyttämällä eri värejä ja lihavoitteja kuvaamaan teemoihin sopivia ilmauksia. Taulukossa 2 on esimerkki aineistomme pelkistämisestä.

TAULUKKO 2. Esimerkki aineistomme pelkistämisestä

Alkuperäisilmaukset	Pelkistetty ilmaus
<i>"No pikkusen ankarampi oon ollu omalle likalle."</i> (Ville)	Ankaruus omalle lapselle
<i>"Mä yritän olla mahdollisimman tasapuolinen joka suhteen."</i> (Matti)	Tasapuolisuuden pyrkiminen
<i>"Se oli helppo sit ottaa se oma tyttö pois sieltä (kentältä)."</i> (Esko)	Läheisen sukulaisuussuhteen vaikutus tasapuolisuuteen

Aineiston ryhmittelyssä aineistosta koodatut alkuperäisilmaukset käydään tarkasti läpi etsien samankaltaisuuksia tai eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä. Samaa asiaa kuvaavat ilmaukset kootaan omiksi luokiksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110.) Taulukossa 3 on esimerkki tutkimuksemme aineiston ryhmittelystä, jossa tutkittavien ilmauksista kootaan alaluokka: tasapuolisuus oman lapsen ja muiden pelaajien välillä.

TAULUKKO 3. Esimerkki aineiston ryhmittelystä

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka
Ankaruus omalle lapselle	Tasapuolisuus oman lapsen ja muiden pelaajien välillä
Tasapuolisuuden pyrkiminen	
Läheisen sukulaisuussuhteen vaikutus tasapuolisuuteen	

Viimeisenä vaiheena aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä on teoreettisten käsitteiden luominen (*käsitteellistäminen*). Aineiston *käsitteellistämässä* eli abstrahoinnissa edetään alkuperäisen aineiston kielellisistä ilmauksista teoreettisiin käsitteisiin ja johtopäätöksiin (Tuomi & Sarajärvi 2009, 111), joka oli analyysimme viimeinen vaihe (ks. kuvio 3). Käsitteellistämässä edetään tutkittavien suorista sitaateista ja niiden pelkistämisestä yhdistämään ryhmittelyssä muodostuneita teemoja pääluokiksi ja lopulta tutkimuskysymyksiin vastaaviksi alaluokiksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 111–112.) Tutkimusaineisto järjestetään siihen muotoon, että sen perusteella tehdyt johtopäätökset ja

tulkinnat voidaan irrottaa yksittäisistä henkilöistä, tapahtumista ja ilmauksista ja siirtää yleisemmälle tasolle (Metsämuuronen 2006, 242). Tässä tutkimuksessa se tarkoittaa neljää jalkapallovalmentajaa, heidän käsityksiään ja kokemuksiaan, joita voidaan yleisemmin hyödyntää valmennustoiminnan kehittämisessä. Taulukossa 4 on esimerkki luokkien synnystä aineistosta käsin.

TAULUKKO 4. Esimerkki teoreettisten käsitteiden luomisesta

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka eli teema
Tasapuolisuus oman lapsen ja muiden pelaajien välillä	Oman lapsen ja muiden lasten valmentamisen erilaisuus	Valmentajien kokemukset oman lapsen valmentamisesta
Kahdenlaiset valmentajat		
Palautteen antaminen omalle lapselle ja muille pelaajille		
Palautetta valmentajalle omalta lapselta		
Valmentajan yhteys valmennettaviin		

Tuomi ja Sarajärvi (2011) toteavatkin, että aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä yhdistellään analyysivaiheessa saatuja käsitteitä, jolloin saadaan vastaus tutkimusongelmiin.

Sisällönanalyysi perustuu puhtaasti tulkintaan ja päättelyyn, mikä tarkoittaa etenemistä kerätystä aineistosta kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta ilmiöstä (Tuomi & Sarajärvi 2011, 112), tässä tapauksessa valmentajan käsityksistä hyvästä valmentajasta ja valmennustoiminnasta sekä kokemuksia oman lapsen valmentamisesta.

7 HYVÄ VALMENTAJA JA VALMENNUSTOIMINTA

7.1 Auktoriteetti ja vaativuus

Valmentajien mielipiteet hyvästä valmentajasta ja valmennustaidosta olivat kokonaisuudessaan hyvin samansuuntaiset. Kaikki haastatellut valmentajat korostivat tavalla tai toisella valmentajan auktoriteettia ja johtamistaitoja. Myös Hämäläisen (2002, 32–35) tutkielmassa urheilijat arvostivat auktoriteettia. Vaikka hyvän valmentajan ei koettu olevan yksinvaltiainen, riittävä kuri koettiin hyödylliseksi ja tavoitteita edistäväksi.

Haastatelluista valmentajista osa koki auktoriteetin ja vaativuuden erittäin keskeiseksi valmentajan ominaisuudeksi, kun taas toiset valmentajat painottivat pelaajien tuntemista ja yksilöllistä huomiointia auktoriteettia enemmän. Auktoriteettia painottavat valmentajat korostivat, että pelaajien kunnioitus ja valmentajan auktoriteetti ovat tiukasti sidoksissa toisiinsa: *”Mut tietysti kaiken a ja o on se osaaminen - - Et jos on tarpeeks auktoriteettiä niin sä pystyt sen niinku vähemmälläkin volyymilla saamaan perille sen että tota.”* (Esko)

Valmentajan johtamistaitojen ja oman lajin asiantuntijuuden ohella Tapani toi esiin hyvän valmentajan taidon vaatia urheilijoiltaan parasta suoritusta. *”Niinku semmonen kaveri joka pystyy vaatimaan niinku hyviä suorituksia. Eli on vaativa, mut se on sitten aivan eri asia, vaatiminen ja kaikki tempo ja hyvä tekeminen ei tarvi tulla huutamalla.”* Hyvän valmentajan tuleekin Waiters’n (2010) mukaan asettaa korkeita vaatimuksia pelaajilleen, jotta he haastaisivat itsensä. Tehokkaan valmentajan tulee myös tarjota erilaisia vaihtoehtoja ja haasteita jokaisen omalle tasolle. Tavoitteiden tulee olla haastavia, mutta toisaalta toteutettavissa. Rovio (2002) viittaa artikkelissaan aikaisempiin tutkimustuloksiin, joiden mukaan keskimääräisen vaikeat tavoitteet toimivat parhaiten. Valmentajan tulee tukea urheilijaa hänen epäillessään omaa pystyvyyttään tavoitteiden saavuttamisessa.

Valmentaminen on ennen muuta intensiivistä yhteistyötä urheilijan kanssa. (Rovio 2002, 18.) Tutkimuksessamme Tapani kuvaa asiaa näin:

”Tietysti mulla on ainaki ollu, en tiedä onko se väärin vai oikein mutta tota, mutta ainaki tällä tasolla mis me nyt ollaan oikeus vaatia työiltä tietynlaista asennetta ja oikeanlaista yrittämistä harjoituksissa ja jos ei sitä oo niin, niin

mun nähdäkseni valmennusjohdolla on oikeus siihen aika äänekkäästikin puuttua.”

7.2 Lajitaidot

Lehtosen (2009) tutkimuksessa keskeiseksi teemaksi nousi valmentajan itsevarmuuden lisääntyminen koulutuksen myötä, mikä luo pohjaa myös valmennustilanteisiin ja niiden hallintaan. Matti, Esko ja Tapani eivät korostaneet mitenkään erityisemmin valmentajan lajitaitoja. Matin kohdalla tämä saattaa johtua siitä, että omaa pelitaustaa jalkapallosta ei hänellä ollut itsellään lainkaan. Eskolla ja Tapanilla pelaaminen alkoi lapsena ja loppui 18-vuotiaana. (ks. 6.5 Haastateltavien valinta ja esittely). Villellä nousi lajiasiantuntemus tärkeämmäksi kuin muilla tutkituilla. Omaa pelitaustaa vuosissa ja sarjatasoilla tällä valmentajalla oli tutkituista eniten, vaikkakin kaikilla valmentajilla omaa pelitaustaa oli takana useampi vuosi. On kuitenkin mielenkiintoista, että Villellä ei ollut minkäänlaista koulutusta jalkapallovalmennukseen. Toisaalta meriittää antaa se, että hän on ollut haluttu valmentaja niin piiri- kuin aluetasollakin Suomen lupaavimpien nuorten pelaajien valmentajana.

”Pitää tietää itte että mitä on itte osannu ja mitä itte pystyy tekemähän. Jos yhtäkkiä se valmennettava sanoo, että no näytä se, niin se pitää osata näyttää.” (Ville)

Toisaalta Ville toteaa kuitenkin, ettei omaa osaamista tarvitse erikseen tuoda esille valmennettaville vaan sen tulee välittyä valmentajan kokonaisosaamisesta.

”Tuora se sillee, että se valamenettava ei ajattele, että tuo vain tuos höpisee omiaan. Ettei sen tartte toitottaa sitä, että oon maailmanmestari tai joku muu mestari. Että se valamennettava vaan tietää, että tuo tietää mitä se sanoo.”

Valmentajilla onkin monesti valmentamansa lajin asiantuntijuutta ja omakohtaista kokemusta lajin harrastamisesta. Valmentajan lajiasiantuntemus lisää myös pelaajien kunnioitusta valmentajaa kohtaan. Lehtonen (2009) kuitenkin muistuttaa, että oman harrastuksen kautta tullut tieto-taito voi kompensoida koulutustarpeet vaikka valmentaja ei olisi käynyt minkäänlaisissa koulutuksissa.

7.3 Pelaajan kohtaaminen ja itseilmaisus

Tutkimuksessamme nousi esille valmentajan kyky kohdata pelaaja ja tuoda itseään selkeästi esille. Cassidy, Jonesin ja Petracin (2009) tutkimuksessa urheilijat korostivat valmentajan selkeän itseilmaisun taitoa. Kun heitä pyydettiin kuvailemaan hyvää valmentajaa, nousi valmentajan taito kommunikoida urheilijoiden kanssa keskeisenä esille. (Cassidy ym. 2009, 47.) Vuorovaikutusosaamista hyvän valmentajan taitona Tapani korosti tällä tavalla: ”*Sillon aina kaikki toimii niinku ajatus, mutta paremmin niinku tunnetaan niinku valmennettavat ja valmentajan.*” Sama valmentaja toi esille myös valmentajan taidon huomioida valmennettavien mielipiteet valmennustoiminnassaan ja sen suunnittelussa.

Kysyttäessä haastatelluilta valmentajilta, miten heidän mielestään hyvä valmentaja ilmaisee itseään vastauksissa korostui keskustelu ja vastavuoroisuus. Valmentajat peilasivat hyvän valmentajan ilmaisua monesti oman valmennuksensa kautta: ”*Ku kyselee, välillä tuntuu siltä et kaikki on aina hyvin ja hienosti, et vaikka mitä kysyy.*” (Esko). Myös selkeyttä ja johdonmukaisuutta korostettiin kaikissa vastauksissa: ”*Jos jollaki on jotain epäselvyyttä sen asian suhteen, niin sitte niinku kysyy, miks tätä tehdään.*” (Tapani). Valmentajan vastauksesta ei tule esille, onko hänen valmentamiinsa joukkueisiin osunut aina vain sellaisia pelaajia, joiden on helppo ilmaista itseään vai jääkö hiljaiset pelaajat niin sanotusti pimentoon ja huomioimatta.

Pelaajien mielipiteet huomioivaa, pelaajalähtöistä valmennustapaa on tutkittu myös Suomessa. Nikanderin (2007) liseniaatin työn tarkoituksena oli tutkia, miten valmentajan ja urheilijan yhteistyö valmennuksen suunnittelussa vaikuttaa urheilijan vastuunoton edistymisessä. Kaikilla 22 tutkittavalla miesjalkapalloilijalla vastuunotto oli lisääntynyt yhteistyön tuloksena. Uusiseelantilainen soutuajien valmentajiin kohdistuva tutkimus osoittaa myös, että urheilijakeskeisen oppimisen avulla parannetaan suoritusten laatua ja menestystä kilpailuissa. Tämä vaatii valmentajalta urheilijan autonomiaa eli itsemääräämisoikeutta korostavaa ja kilpailua tukevaa menettelytapaa käytettäväksi osana valmennusta. (Millar, Oldham & Donovan 2011.)

Valmentajan, jolla on läheinen suhde urheilijaan, on helpompi auttaa urheilijaa oppimaan ja onnistumaan. Tämän kaltainen ohjaus edellyttää urheilijan hyvää tuntemista ja läheistä valmennussuhdetta. Luottamuksen synnyttäminen vaatii sitä, että urheilijan on tunnettava

olonsa turvalliseksi. (Närhi & Frantsi 1998, 38.) Kun 200 opiskelijaa pyydettiin kuvailemaan hyvää valmentajaa, nousi esille valmentajan taito kommunikoida urheilijoiden kanssa (Cassidy, Jones & Potrac 2009, 47). Haastattelemistamme valmentajista eniten valmentajan urheilijantuntemusta korosti Ville, joka kuvaili asiaa näin:

”Koetko sä tarpeelliseksi että sulla pitää olla jotain muutaki tietoa niistä pelaajista ku vain se pelitaito?” (Noora)

”Pitää olla, mulla pitää olla tieto siitä, onko perheasiat kunnos, onko niillä, no kaikki tuollaset perusasiat kunnos. Mä kysyn niiltä.” (Ville)

”Niin perheasioita kyselet ja?” (Noora)

”No kaikkea semmosta mikkä voi vaikuttaa keskittymiseen ja siihen pelaamiseen.” (Ville)

Muita valmentajia enemmän Ville korosti henkilökohtaisten asioiden jakamista valmentajan kanssa.

”No tullahan siihen, että miten vaikuttaa kuukautiset sun elämään? Jos on kauren tärkein peli ja sulla alakaaki ne sinä päivänä, kyllä mun pitää se tietää. Tää on varmahan susta outoa ja kukaa muu ei tällasesta puhunu, mutta mä oon ottanu siitä selevää ja se on tärkeä asia. Joku voi olla sinä päivänä niin että se tuloo lyömähän mua, että mitä sää siinä, painu helevettihin.”

Valmentajan vastauksissa on pohjimmiltaan kyse kuitenkin puhtaasti lajitaitojen täysimittaisesta hyödyntämisestä ja kehittämisestä, eikä pelkästään ihmissuhteen luomisesta tai kaveeraamisesta.

”Mun on pitäny niitten kans jutella, että osaaksä esimerkiksi ottaa pallon kiinni näin vai pitääkö mun opettaa seki vielä. Että mä teirän suurin piirtein, että mä osaan teherä ne harjootukset sitte, että siitä lähäretään luontevasti liikkeelle.” (Ville)

Suuren joukkueen valmennuksessa – siten myös jalkapallossa – valmentajan on tärkeää ottaa pelaajat huomioon yksilöinä. Pelaajien henkilökohtaiset ominaisuudet ja taustat vaihtelevat sekä jokaisen urheilijan ura on hieman eri vaiheessa. (Heino 2000, 165.) Valmentajan tulisi

tutustua pelaajiinsa, jotta hän osaisi paremmin motivoida ja käsitellä pelaajiaan (LaPrath 2009, 9). Jakamalla tietojaan ja taitojaan pelaajien kanssa, saa valmentaja heistä paljon enemmän irti. Valmentajan tulisi ohjeiden lisäksi selvittää pelaajille myös, miksi jotain tehdään. (Miettinen 1992, 51.) Tätä seikkaa korosti myös Tapani: ”*Mulla on niinku tapana että ennen treenejä mä kerron että mitä me niinku tehdään ja miksi.*”

Harjoitusten organisoinnin, suunnittelun ja selkeyden tärkeyttä korostettiin useammassa haastattelussa osana vuorovaikutteista valmennustapahtumaa:

”Se on sellaista selekiää ja kaikki ymmärtää hyvin kaikki harjoitukset. Ja homma pyörii hyvin sielä harjoituksis. Ja sitte pitää keskeyttää välillä jos pitää huomauttaa jostain tai kysellä pelaajilta aina välillä, ymmärtääkö ne mitä teherään minkäki takia ja tälläisiä.” (Matti)

Lehtosen (2009) tutkimuksessa osaavan valmentajan yhdeksi tärkeimmistä ominaisuuksista nousi taito kannustaa ja luoda harjoituksiin myönteinen ilmapiiri. Kysyttäessä hyvän valmentajan kommunikointitaidoista tutkittavien haastatteluista nousi esiin vastavuoroinen keskustelu valmennettavien kanssa. Esko kiinnitti erityistä huomiota valmentajan taitoon kuunnella pelaajia sekä joustavuutta muuttaa suunnitelmiaan keskustelujen pohjalta: ”*Mut todella usein ollaan sit vaihdettu mun suunnittelemaan harjoitukseen joku elementti, et siiton tullu vähä toisenlainen.*”

Hämäläisen tutkielmassa urheilijat kuvaavat hyvän valmentajan olevan hyvä kuuntelija. Valmentajan kanssa oli tärkeää keskustella ja hyvä valmentaja oli aina käytettävissä ja tavoitettavissa. (Hämäläinen 2002, 43.) Kansanen (1988, 265, 267) kuvailee, kuinka kannustava ja tehokkaasti toimiva puheviestintä valmennuksessa parantaa valmennettavan sitoutumista harjoitteluun.

Tutkimuksessamme nousi esille myös valmentajan niin sanottu ”liian hyvä pelaajantuntemus”. Läheinen urheilija-valmentaja -suhde voi Eskon mukaan olla jopa haitaksi valmennussuhteelle. Toisaalta hän näki sen mahdollisuutena kehittyä itse valmentajana saadessaan pelaajilta palautetta molemminpuolisen luottamuksen takia;

”Että kun ei ole liian läheiset välit, on helpompi valmentaa. Mutta toisaalta siinä on se huono puoli, et jos ne ei oo läheiset niin sit sä et saa sitä palautetta. Tällai henkilökohtasesti mitä mä nyt saan ja kaikkia parannusehdotuksia. Ja ne uskaltaa sanoa et: ’eiks tätä voisi tehdä näin’. Et se on kakspiippunen juttu, että tota se on hyvä siinä mielessä että tulee hirveesti palautetta ja ne uskaltaa puhua.” (Esko)

7.4 Palaute

7.4.1 Palaute hyvästä suorituksesta

Tutkimushaastatteluihin kaikki valmentajat painottivat palautteen antamisen tärkeyttä: *”Joka kerta se pitää tulla se hyvä palaute.”* (Ville). Tavat antaa palautetta merkitsevät lapselle ja nuorelle paljon niin itsetunnon kuin yleisen liikuntamotivaation kannalta. Se, että asia on todellakin merkittävä ja tärkeä myös lasten ja nuorten itsensä näkökulmasta, antaa vahvistuksen, että valittu linjaus on ollut oikea. (Lehtonen 2009.) Palautteen antamisen ajankohdasta tutkimuksemme valmentajat olivat hieman eri mieltä. Osa valmentajista painotti palautteen antamista välittömästi hyvän suorituksen jälkeen: *”Välittömän palautteen, palaute tulee reenien aikana.”* (Esko), kun taas toiset valmentajat eivät suosineet palautteen antamista heti suorituksen jälkeen: *”Varsinki ne hyvät suoritukset niin ne pitää aina käyrä läpitte seuraavis harjoituksis.* (Ville)

Palautteen ajankohdan lisäksi palautteen laadulla on suuri merkitys valmennustapahtumaan. Rakentavan ja kannustavan palautteen saaminen on yksilön itsetunnon ja jaksamisen kannalta ratkaisevaa, mikä on valmentajan hyvä muistaa kehittäessään urheilijaa. (Weinberg 2010.) Steinin, Bloomin ja Sabistonin (2012) tutkimuksessa selvisi, että palautteen laadulla on suuri merkitys yksilölle ja koko joukkueelle. Valmentajan myönteinen palaute lisäsi joukkueen motivaatiota ja halua yhteisten tavoitteiden saavuttamiseen. Kielteinen palaute sitä vastoin lisäsi kilpailua yksilöiden välillä. Tavoite ja siihen yhdistettynä palaute aikaansaa parempiin suorituksiin kuin tavoite yksinään tai palaute yksinään (Weinberg 2010).

”Koska silloin se valamennettava tietää sen, mitä se on tehny hyvin ja toistaa niitä seuraavalla kertaa.” (Ville)

Palautteen ajoituksen ja laadun lisäksi tutkimukssamme haastatellut valmentajat ottivat esille erot palautteen antamisessa yksilöllisesti verrattuna palautteen antamiseen yhteisesti

kaikkien joukkueoverien kuullen. Hyvän suorituksen huomioimisesta valmentajat olivat hyvin samaa mieltä. Kaikkien mielestä hyvä palaute voitiin antaa koko joukkueen kuullen, mutta myös yksilöllisesti kahden kesken.

”Mun mielestä hyvän suorituksen voi aina huutaa sinne kentälle, että hyvin tehty, mutta pitäis teherä sillä lailla ettei sinne kentälle huutaisi yksittäiselle pelaajalle.” (Matti)

7.4.2 Palaute huonosta suorituksesta

Huonon suorituksen huomioimisesta kaikki haastatellut valmentajat olivat samaa mieltä: se tulee aina huomioida, kuten myös hyvä suoritus: *”Tulee aina huomioora. Se käyrähän vaikka kakskyt kertaa läpitte.”* (Ville). Palaute huonosta suorituksesta tuli kolmen valmentajien mielestä antaa heti pelin tai harjoitusten lopussa, kuten seuraavista haastatteluaineiston sitaateista selviää:

”Jos joku tekee jonku mokaan niin se pitää sanoa sitte periaattees vasta pelin loputtua tai puoliajalla sille, että voi käyrä kahestaan. Toki se kannattaa heti käyrä siinä sitte pelin yhteyres tai heti pelin jälkehen niin molemmat muistaa vielä sen tilantehen.” (Matti)

Palaute huonosta suorituksesta on usein laadultaan korjaavaa, kriittistä palautetta. Se saattaa herättää urheilijassa tunteita, joten valmentajan tulisi oppia antamaan sitä tavalla, josta vastaanottaja ei loukkaannu. Korjaavan palautteen antamisessa sanamuodon voi muotoilla monella eri tavalla. Joskus valmentaja saattaa välttää korjaavan palautteen antamista, koska pelkää urheilijan reaktiota. (Favorin 2011.) Ville korosti peliin liittyvän korjaavan palautteen antamista vasta seuraavissa harjoituksissa, ei heti pelin jälkeen.

”Mutta jos on huono peli niin sitä ei pirä arastella sanoa - - ei heti sen pelin jälkehen, siinä ei pirä sanoa ikänä mitää ku peli on päättyny - - sitä ei voi ottaa samana päivänä. Se otetaan seuraavis harjootuksis. Ja sitte tietää yleensä se valmennettavaki, että ku mä alan ottaa sitä selville niin seki jo tietää missä ne virheet on tullu.”

Valmentajat kuitenkin myönsivät, ettei huonosta suorituksesta osaa aina antaa rakentavaa palautetta. Palautteen antamisen vaikeutta, etenkin pelitilanteessa, korosti myös Matti: *”Jos sä huurat sille pelaajalle kentällä niin tulee tavallaan vielä suurempi taakka sille ku kaikki huomaa, että se mokas ny. Silloin se ei mun mielestä oo hyvä juttu sitä pelaajaa kohtahan.”* (Matti)

Toisaalta myös urheilija ei välttämättä pysty ottamaan palautetta rakentavasti vastaan. *”No sielon välillä tullu sillai, että mikä sä luulet olevas, että sitte mä oon sanonu että emmä luule mitää, mää tierän.”* (Ville) Valmentaja kertoo kuitenkin pitäneensä kiinni kannastaan ja tilanne on lopulta kääntynyt myönteiseksi myös valmennussuhteen kannalta: *”Sitte on vain menty ja aina sitte lopuksi kaikki on kiittäny mua sitte. Saa sanoa että kaikki on halannu sitte aina lopuksi ku on kaikki turnaukset sun muut pelattu.”* (Ville)

Palautteen ajankohdan ja laadun lisäksi haastatellut valmentajat pitivät tärkeänä huonon suorituksen huomioimista kahden kesken, ei koko joukkueen läsnä ollessa ja kaikkien pelaajien kuullen.

8 OMAN LAPSEN JA MUIDEN LASTEN VALMENTAMISEN ERILAISUUS

8.1 Tiukkana vai lempeänä valmentajana toimiva vanhempi?

Valmentaminen on muutakin kuin helppoa, jatkuvan tuloksellista ja täynnä onnistumisia. Lisämausteen tuo mukanaan omien lasten valmentaminen. Haastattelemamme isät olivat sitä mieltä, että eroja löytyy kun verrataan oman lapsen ja muiden lasten valmentamista. Kaksi valmentajaa toi esille hyvin vahvasti, että he kokevat valmentajien jakautuvan kahteen ryhmään. Ensinnäkin on niitä, jotka ajattelevat oman lapsensa olevan kaikki kaikessa ja he tekevät kaiken oikein. Sitten on ”*meitä idiootteja, jotka näkee kaiken pahan tyttäressä.*” (Esko)

Saimme kuulla mielenkiintoisen tapauksen tällaisesta tiukasta valmentajasta, joka tyttären hyvästä suorituksesta huolimatta teki seuraavan ratkaisun:

”Lotta pelas todella hyvän pelin – ja otin sen sieltä pois ja sanoin sä et oo ikinä pelannu noin hyvää peliä. Ja se sano et: ’silti sä otit mut vaihtoon’. Mut se oli just se, et mun piti saada yks tyttö kentälle, kun mä en tienny kenet mä oisin vaihtanu. Niin se oli helppo sit ottaa se oma tyttö pois sieltä.” (Esko)

Oli valmentaja sitten tiukka tai lempeä omaa lastaan kohtaan, hän ei pysty käyttämään täyttä demokratiaa valmennuksessa. Pelaaja ei voi vaikuttaa kaikkiin asioihin joukkueessa, vaikka sattuisikin olemaan valmentajan lapsi. Valmentajan tulee kuitenkin huomioida pelaajien mielipiteet, ajatukset ja tunteet (Miettinen 1992, 26.) Tässä tapauksessa valmentajan oli helpompi ajatella asiaa isänä ja ottaa oma tytär pois kentältä, vaikka tämä oli pelannut loistavaa peliä siihen asti. Valitettavasti tyttären tunteita ei ehditty tilanteessa huomioida ja hän jäi ihmettelemään, miksi isä – hänen valmentajansa – toimi sillä tavoin.

Äiti tai isä valmentajana saattaa olla myös lempeä. Ville oli sitä mieltä, että hänellä on piirin paras pelaaja (tytär) valmennettavanaan, kysyisi sitten asiaa vaikka miltä ulkopuoliselta taholta. Siltikään oman tyttären pelaaminen ei ole koskaan ollut itsestäänselvyys.

”Mutta hyvin paljon siinä on nyt käynyt niin, koska Riikka on ikäluokkansa paras ollu aina tällä alueella. Joten se on yleensä pelannu, mutta jos on

ollu pieniki maharollisuus siihen, että mä oon voinu peluuttaa jotaki toista pelaajaa niin aina mä oon pannu sen sinne kentälle oppimaan sitä mitä Riikka tekee. Mulla on ittellä, en sano isänä sitä, mutta mulla on ollu aina ikäluokkansa paras valmennettava. Tätä ei pirä ny ottaa sillä lailla että mä ny täs rupian kehumahan omaa likkaani. Mulla vain sattuu olla niin että mulla on vain paras valmennettava.”

Tämä ylpeän isän kommentti ei ole ristiriidassa kahden edellisen valmentajan mielipiteeseen. Tässä korostuu ammattimaisuus: se joka osaa, pelaa. Valmentaja on ollut valmis laittamaan kentälle myös muita pelaajia kuin omaa tytärtään.

”Mutta ikänä en oo suosinu omaa tytärtä että jos joku on ollu samalla viivalla niin en oo suosinu enkä tuu ikänä suosimahan.” (Ville)

8.2 Palautteen antaminen omalle lapselle ja muille pelaajille

Kaikkien haastateltujen puheessa toistui Weissin ja Fretwellin (2005) tutkimuksessa havaittu valmentajan palautteen antaminen omalle lapselle. Tapani totesi haastatteluissa olevansa kriittinen ja tiukka omille lapsilleen palautteenantamisessa. Myös Matti oli vahvasti samalla kannalla: *”Varmahan tuloo huurettua enemmän omalle.”*

Kaksi valmentajaa oli sitä mieltä, että omalle lapselle uskaltaa sanoa paljon jyrkemmin kuin muille joukkueen pelaajille. Myös tilanteisiin reagoidaan eri tavoin riippuen siitä, kuka tekee virheen harjoituksissa.

”- - suurempaa, valitettavasti, mutta kyllä mä niinku kaikille sitä palautetta annan, välillä kovaäänistäki että. Tai kyl se oikeestaan jos oikeen rehellinen on, niin tulee tehtyä, se siinä onkin erillainen nyt, kun oikeen ajattelee, elikkä jos sun tytär tekee huonosti, sä sanot sen samantien ja hänelle. Ja kaikki tietää varmasti kenestä on kysymys. Mut sit kun joku toinen tekee semmosen, sanotaanko suorituksen et tekee mieli antaa tosi kovaa palautetta niin ottaa vaan kaikki koolle ja puhuu niinku yleisesti. Että näin ja näin ei sais tehdä.”
(Esko)

Kuitenkin Ville oli ehdottomasti sitä mieltä, että kaikki saavat kuulla sen, mikä on tarpeellista. Hän sanoi jo aiemmin, ettei aina voi tietää, miten muut valmennettavat kuin se oma lapsi reagoi, joten tässä on tuloksien osalta pieni ristiriita.

”Ei oo, mä oon kummallekki, oon sanonu vieraalle ja omalle tytölle samalla tavalla. Niinku se asia on. Jos sitä asiaa rupiaa siinä kaunistelemahan niin se on aiva sama valamennaksää vai et.”

Myönteinen palaute on kaikille tärkeää. Weissin ja Fretwellin (2005) tutkimuksessa isänsä valmennuksessa olleet pojat pitivät myös paljon kehuista, joita isältä sai hienon pelin jälkeen. Palautteen antamisen tasapuolisuudessa tutkimamme valmentajat kokivat eroja, mutta yrittivät tietoisesti myös puuttua omiin tekemisiinsä:

”Jos Lotta tekee, ihan sen takia, koska mä annan sitä huonoakin palautetta helpommin sille, et kyl mä oon siinäkin niinku tarkkana et heti, kun tulee joku hyvä suoritus niin varmasti saa Lotta kyllä hyvää palautetta. Sillä vähän sitte sitä huonoa omaatuntoani parannella.” (Esko)

Haastatteluissa nousi esiin myös isien omille lapsilleen antama myönteinen palaute. Nuorten urheilijoiden kovista paineista muistuttaa Harri Selänne Wuolion (2000, 37–38) artikkelissa, että sekä yksilölajin edustajalla että kokonaisella joukkueella voi olla itsetunto-ongelmia ja kovia onnistumisen paineita. Suurena kysymysmerkkinä Selänne pitääkin nuorten urheilijoiden psyykkistä kuormittumista. Urheilu on vain osa urheilijan elämää. Identiteettiä rakennetaan läpi elämän, eikä pelkästään urheilua varten.

Valmentajan täytyy olla hyvä palautteenantaja, mutta myös palautteen vastaanottaja. (Walters 2010.) Eskon mielestä tyttärestä kyllä huomaa, kun hän haluaisi antaa palautetta, mutta ei sitä kuitenkaan tee.

”Kyllä sen joskus niinkun näkee siinä harjotuksen sisällä, et sen tekis mieli sanoa, et pidä nyt turpas kiinni, mutta eipä se sitä tietenkään niinkun sano.”

Weissin ja Fretwellin (2005, 33) tutkimuksessa isänsä valmennuksessa jalkapalloa pelanneiden poikien mielipiteistä selvisi, että oma lapsi saattaa pilailta isän kustannuksella ja

uskaltaa joukkueessa ehkä ainoana antaa valmentajalle suoraa palautetta. Haastatteluissamme ei tämän kaltaisia asioita noussut esille.

8.3 Tasapuolisuus oman lapsen ja muiden pelaajien välillä

Jokainen valmentaja kokee tasapuolisuuden ja moraaliset ratkaisut omalla tavallaan ja toimii sen mukaan. Tutkimamme valmentajat yhtyvät kaikki Matin kommenttiin: ”- *mä yritän olla mahdollisimman tasapuolinen joka suhteen.*”, mutta aina sitä ei ole koettu helpoksi.

Objektiivisuus ei ole valmentajalle aina helppoa, etenkin jos joukkueessa pelaa oma lapsi. Hardman ja Jones (2011) kuvaavat, että urheilua ja valmentajan toimintaa ohjaavat arvot ja etiikka. Valmentajalle saattaa tulla eteen tilanteita, joissa eettiset periaatteet joutuvat koetukselle. Voiton tavoittelu saattaa hämärtää valmentajan mieltä ja hän tekee epäonnistuneita valintoja pelissä. Esimerkiksi paineiden asettaminen pelkästään jonkun pelaajan harteille voi olla pelaajalle ahdistava ja epäreilu tilanne. (Hardman & Jones 2011, 59, 62.)

”Ei siinä eroa mitään, mutta mä oon aina tiennyt että no Riikka on ollut no, ikäluokkansa paras. Mutta mun on pitänyt aina mennä niitten vähiten osaavien taharis. Ja käytin toki lopuksi Riikkaa avustamaan niitä reenejä. Mitä ei olisi saanut teherä, mutta ku mä olin yksin niin mulla oli hyvä, että mulla oli siinä toinen jonka panna, ku sielä oli 2-4 maalivahtia aina niin mä sain harjoitteita niin, että Riikka oli aina toisen kans ja mä toisen.”

(Ville)

Valmentajalla on oltava tilannetajua, vaikka tietäisi oman tyttärensä olevan taidollisesti vahvoilla. Perconte (2010) varoittaa nostamasta urheiluvaa ja menestynyttä lasta liian korkealle jalustalle perheessä ja muiden ihmisten keskuudessa. Lapselle ei tee hyvää saada itsestään täysin ylimielistä kuvaa tai sellaista oloa, että koko perheen elämä pyörii hänen urheilunsa ympärillä. (Perconte 2010.) Haastattelussamme tällaista ei ollut havaittavissa. Isä vain toteaa näin olevan, mutta samalla kertoo, ettei se vaikuta tyttären kohteluun tai peliaikaan.

Esko koki tasapuolisuuden kaikkien pelaajien kesken aika ajoin todella vaikeaksi ja puuttui oman lapsen virheisiin helpommin kuin muiden pelaajien. Hän koki myös olevansa huono

esimerkki isä-valmentaja, isä-tytär-valmentajasuhteesta, koska toimii eri tavalla muiden kuin oman lapsen kohdalla:

”Kun vaikka siis muut tekee jotain huonosti siinä rajoilla et puutunko mä vai enkö mä puutu ja sit Lotta, vaikka ne muut on tehny siellä sitä väärin niin mä otan sitte vasta kiinni, ku Lotta sen tekee. Siinä mielessä ei oo menny aivan kaikki niinkun pitää. - - ei oo yks eikä kaks kertaa kun on pitäny pyytää anteeksi kotimatalla että tuli taas vähä tota puututtua vaan sun tekemisiin - -. Ehkä siinä näkee sen et miks mä en oo ammattilainen, en pysty kaikkiin suhtautumaan samalla lailla.”

9 VALMENNUSUHTEEN VAIKUTUS PERHESUHTEISIIN

9.1 Isän ja lapsen suhde jalkapallon parissa ja kotioloissa

”No kyllä se helpompaa on. Siinä mieles, että se on oma lapsi niin kyllä sen kans ku keskustele paljo muutaki ku pelijuttuja niin onhan se erilaista tietysti.” (Tapani) Haastatellut vanhemmat kokivat mielekkäänä ja helpottavana sen, että oman lapsen kanssa tulee vietettyä aikaa muutenkin kuin harjoituksissa ja peleissä. Myös Poczwadowski ym. (2002) esittelee asian niin, että mitä enemmän valmentajalla ja valmennettavalla on muutakin yhteistä kuin urheilutavoitteet, on suhteella todella hyvä mahdollisuus muodostua onnistuneeksi.

Suuren joukkueen valmennuksessa – siten myös jalkapallossa – valmentajan on tärkeää ottaa pelaajat huomioon yksilöinä. Pelaajien henkilökohtaiset ominaisuudet ja taustat vaihtelevat ja on huomioitava, että jokaisen urheilijan ura on eri vaiheessa. (Heino 2000, 165.) Valmentajan on helpompi valmentaa pelaajia, kun hän tietää heistä mahdollisimman paljon. Tästä voimme päätellä, että omaa lasta olisi ihanteellisinta valmentaa juuri tästä syystä. On monia tilanteita, joissa vanhempi on läsnä oman lapsensa elämässä ja tämä suhde voi tukea myös valmennussuhdetta. (Heino 2000, 165.)

”Kotona puhuu monista muista asioistaki omien lasten kans, niin ehkä ne ei aina ota sillä lailla. Ehkä siinä on sitte vähä eroa vastakaius, että oman lapsen ja sitte jonku muun pelaajan. Muttei siinä ny suurta eroa varmahan. ”
(Matti)

Tuki, rohkaisu ja perheen kanssa vietetty aika jutellen jalkapallosta ja harjoitellen jalkapallotaitoja yhdessä olivat Traill'n ym. (1993, 67) tutkimuksen mukaan tärkeässä osassa tyttöjen jalkapallokokemuksissa. Tämä toteutuu monen haastatellun mielestä, sillä yhdessä vietettyä aikaa tulee väistämättä harjoituksissa, pelimatkoilla ja harjoituksiin kulkiessa. Toisaalta yhteiset matkat tuovat myös haasteen, sillä silloin on oltava samassa paikassa. Harjoituskertoja kun saattaa olla neljäkin viikossa, ei se ole aina helppoa isälle eikä tyttärille. Yksi isä oli kokenut tämän toisaalta hyväksi ja totesikin, että vaikka olisi tullut pientä sanomista harjoituksissa tai peleissä niin aina ovat samassa autossa tulleet sekä lähteneet.

Oman vanhemman toimiminen joukkueen valmentajana tuo uuden näkökulman tilanteeseen, jossa yleensä pelaaja ja valmentaja lähtevät harjoitusten jälkeen eri teille ja näkevät toisensa

vasta seuraavissa harjoituksissa. Valmentajana toimiva vanhempi ja urheilija-lapsi lähtevät harjoituksista yhdessä ja palaavat kotiin ”vanhempana ja lapsena”, ei ”valmentajana ja pelaajana”. On kuitenkin mahdotonta erottaa näitä rooleja kokonaan toisistaan, vaan valmennuksella on aina vaikutusta perheen muuhun elämään.

Haastateltujen mukaan omien lasten kanssa asiat olivat sujuneet erikoisen hyvin sekä harjoituksissa, peleissä että kotona. Kenellekään ei ollut sattunut kokemusta kovin vaativasta teini-ikäisestä, joka haastaisi vanhempansa kotona. Toisaalta nämä vanhemmat viettivät lastensa kanssa todella paljon aikaa, että he eivät osanneet vastata vaikuttiko sekin asiaan.

”No ei ei, ei oikeestaan. Emmä tiä et onko sillä ei oo ollu hirveetä murkkua, et mistä se johtuu mut ei meillä kyllä oo mitää erityistä ongelmaa ollu. Eikä kyllähän jos siinä olis jotain niin niin todennäköisesti Lotta äitinsä kanssa juttelis ja saisin sieltä kautta aika nopeesti sitte palautetta, et mikä on menny Lotan sietokyvyn yli. Tuskinpa hän harrastais tätä ja jatkais vielä ens vuonnaki jos tää olis niinku kamalaa. Et se on niinku vapaaehtoista ja tykkää siitä ja ei oo meidän väleihin vaikuttanu millää lailla et tota.” (Esko)

Valmentaja saa valmennustehtävää vastaanottaessaan muutakin huolenaihetta kuin pelkästään harjoitusten järjestämisen, urheilijoiden kehittymisen, joukkuehengen kasvattamisen, pelaajien motivoimisen ja monet muut pelaajiin liittyvät seikat. Hän saa seurakseen myös urheilijoiden vanhemmat mielipiteineen, kommentteineen ja käyttäytymisineen. Usein valmentajien isoimmaksi ongelmaksi tulevatkin vanhemmat. (Stewart 1994.) Nykyään Tapani ei toimi enää valmentajan tehtävissä ja näimme tämän mielenkiintoisena asiana. Halusimme tietää, miten tämä isä nykytilanteessa toimii ollessaan kentällä seuraamassa tyttäriensä peliä ja miten hän kommentoi pelin jälkeen. Tällaista selvisi haastattelussa:

”Emmä oo kauheesti enää lähteny neuvomaan. Kyllä mä oon tietysti sillon ku on hyviä suorituksia ja hyviä pelejä niin kyllä mä siitä mainitsen, mutta emmä enää rupee ruotimaan virheitä ja asioita että kyllä ne on ton ikäsiä että ne on monta kertaa kuullu ne asiat ja omat puutteensa ja mihin pitäis puuttua, ei niitä enää tartte.” (Tapani)

Tässä toteutuu Stewartin (1994) näkemys siitä, että vanhempien tulee kunnioittaa valmentajan työtä ja antaa hänelle mahdollisuus toimia tavallaan. Valmentaja ja vanhempi edustavat kahta isoa aikuisryhmää nuoren ja lapsen elämässä. Nuoret ottavat heiltä mallia elämään ja tapoihin reagoida asioihin. Urheilijan, vanhempien ja valmentajan välillä sanotaan olevan urheilun triangeli eli kolmio. Ilman hyvää vuorovaikutusta nämä kolmion vahvimmat kärjet eli vanhemmat ja valmentaja ajautuvat ongelmiin aiheuttaen harmia kolmannelle triangelin kärjelle eli urheilijalle. Valmentajan on ymmärrettävä, että valmentamalla lasta hän on myös osallisena koko perheen elämään. On hyvä huomioida ja hyväksyä erilaiset perheet ja vanhemmat, jolloin saadaan paremmat lähtökohdat onnistuneelle suhteelle urheilijoiden vanhempien kanssa. Vuorovaikutuksen parantuessa saadaan urheilukaudesta toimiva ja tuloksekas. (Stewart 1994.)

9.2 Perheen muut lapset ja vaimo

Vastauksissa huokui se, että valmennussuhde on tuonut koko perhettä lähemmäs toisiaan. Yhdessä tapauksessa valmentajan lapselle, kentällä pelaavan sisarukselle oli jonkun pelin aikana käynyt niin pahasti, että häntä oli kiidätetty sairaalaan tajuttomana. Tämän jälkeen sekä isä, että sisar ovat olleet erittäin tarkkoja mitä itsensä satuttaneelle lapselle ja sisarukselle pelissä tapahtuu, joka on osaltaan varmasti lähentänyt näitä kolmea.

”Aina ku joku pieniki kontakti tulee niin se jää kattomaan mitä nyt tapahtuu ja niin jään muuten minäki. Joka kerta ku joku pieniki, vaikka tietää, ettei se ny ollu mikää niin jää kattomaan että mitäs ny tapahtuu.” (Ville)

Stewartin ja Meyersin (2004) tutkimuksessa selvisi, että motivaatio jalkapalloharrastusta kohtaan oli suurempi vastaajilla, joilla oli sisaruksia, kuin vastaajilla, jotka olivat perheen ainoita lapsia. Tämän kaltaisia asioita on aiemmin tutkittu hyvin vähän ja varsinkin valmentajan näkökulmasta. Kun kysyimme valmentajan mielipidettä lasten välisistä suhteista ja hänen suhteestaan heihin, saimme Villeltä alkuun vahvan mielipiteen siitä, miten hän toimii omassa elämässään ja kohtelee lapsiaan:

”Meillon aina ollu hyvä suhure. Kyllä vaimollaki. Mutta mulla on aina ollu hyvä suhure mun kaikkiin lapsiin ja kaikki on ollu aina tasavertasia.

Mutta pakostaki on tullu sillai, että Riikka on ollu vähä enemmän mun kans ja ollaan puhuttu ja oltu tekemisis.”

Ville yhtyi muiden ajatuksiin siitä, että pientä mustasukkaisuutta ja eripuraa on silloin tällöin syntynyt lasten välille. Yhdessä tapauksessa yksi lapsi ei ollut niinkään harmissaan isän antaessa aikaa muille sisaruksille, vaan kun hän antoi aikaansa muille pelaajille, jotka eivät olleet samasta perheestä. Saman huomion on tehnyt myös Melgares (2003), jonka mukaan lapsesta tuntuu kummalliselta nähdä, kun oma vanhempi huomioi toista lasta. Tapani kertoo oman kokemuksensa lasten reaktioista toisiaan kohtaan:

”- - sellaista leikkimielistä herjanheittoa on saattanu olla. Jotain tämmöstä mä muistan että olis joskus ollu, mutta ei mitää vakavamielistä tai kateutta en oo kyllä huomannu.”

Muissakin haastatteluissa ilmeni vastaavanlaisia asioita. Kuitenkin Esko totesi vahvasti, että lasten reagoinneissa on eroja, kun isä valmentaa toista sisarusta ja viettää tämän kanssa paljon aikaa. Lisäksi he pääsevät yhteisille matkoille ja pelireissuille.

”Me ollaan nyt niinku tosi paljo yhdessä. Jos nyt vertaa sitä, mitä mä oon pojan kanssa, mikä tässä onki kaikista huonointa, että kun poikaa näkee aamulla aamupalapöydässä ja sitte ei oikeestaan muualla näekkää. - - tota jossaki välissä herättäny ihan katkeruuttaki se, tota, et mä en oo koskaan ehtiny sen harrastuksiin.”

Kaikki haastatellut olivat kuitenkin pyrkineet siihen, että seuraavat myös muiden lasten harrastusta ja ovat paikalla aina kun se on mahdollista. Varsinkin pienille lapsille on heidän mielestään tärkeää, että isä näkee juuri heidät kentällä yrittämässä maalia. Nykyään, kun lapset ovat vanhempia, on heidän helpompi hyväksyä ja ymmärtää, ettei isä voi olla seuraamassa kaikkia harjoituksia ja pelejä omien harjoitusten vuoksi. Siltikään pahalta mieleltä ei aina vältytä.

Näissä tapauksissa kaikkien haastateltujen vaimot, miesten sanojen mukaan, ovat olleet osa perheen yhteistä harrastusta. Matti toteaaakin: *”Että kyllä siinä pitää olla perhe kokonaan mukana tälläses harrastukses mikä on näin aktiivista. Eihän siitä tulis mitää jos ei siinä olis*

kaikki mukana”. Yhden valmentajan kommentti olikin, että perheessämme on tällainen ”mielipuolinen tilanne”, jossa myös vaimo valmentaa jalkapallojoukkuetta. Usein kyseessä on ollut sama joukkue. Toisen haastatellun vaimo oli jo tottunut äitienpäivinä varautumaan seuraamaan jalkapallopelejä kentän laidalta ja saamaan ansaitsemansa juhlapäivän ja ruokailun vasta sen jälkeen. Kuitenkin heillä kaikki päätökset tehdään yhdessä ja joka vuosi katsotaan uudelleen, jatkuuko miehen valmentaminen vai ei. Suuri joukko (37 %) saman ikäisistä suomalaisista valmentajista, kuten haastattelemamme, toimii juuri tällä tavalla; he miettivät aina yhden vuoden kerrallaan eteenpäin valmentamisen suhteen. (Lehtonen 2009.)

Vaimot olivat miestensä arvioiden mukaan siis suurimmalta osin erittäin myönteisiä miestensä ja lastensa harrastuksesta. Tapani kuitenkin muisteli aikaa ennen omia lapsia, jolloin ajankäytöstä oli ollut hieman enemmän keskustelua.

”- - kyllä mä uskon että Leena on ollu tyytyväänen että niillä on ollu hyvä harrastus ja mä oon siinä mukana. Että ennenku omia lapsia oli niin vedin jo vuosia muita porukoita. Ne vuodet on ollu, silloin on saattanu jotain kritiikkiä tullakin ku vietin paljon aikaa, mutta ei enää täs vaihees ku on omia lapsia.”

10 OMAN LAPSEN VALMENTAMISEN HYVÄT JA HUONOT PUOLET

10.1 Valmennussuhteen myönteiset puolet

10.1.1 Yhteinen aika kentällä

Haastatteluissa valmentajat pohtivat kokonaisuudessaan oman lapsen valmentamisen hyviä ja huonoja puolia. Keskeisimpänä hyvänä puolena nousi kaikkien vastauksissa esiin yhteisen ajan viettäminen oman lapsen kanssa, kuten seuraava Matin kommentti viestii:

”Paljo sitä yhyresoloa. Siitähän se on aikansa niinku lähtenykki, että on harrastuksehen ja seuratoimintaan lähteny. Paljon yhteistä aikaa siinä sivus.” (Matti)

Samaan tulokseen päätyivät Weiss ja Fretwell (2005) tutkimuksessaan. Valmentajana toimivat isät kokivat yhteisen ajan olevan tärkeää ja he kertoivat myös saavansa aivan erityisen kontaktin, johon ei kotioloissa päästä aivan yhtä helposti. Yhteisen ajan yhteyden parempaan isä-lapsi -suhteeseen otti esille myös Tapani: *”Me ollaan oltu tekemässä sitä yhyressä. Ei se nyt varmaan haitaksikaa oo ollu meidän suhteelle.”* Vaikka harrastuksen ansiosta yhteistä aikaa tuntui kaikkien haastateltavien mukaan olevan kiitettävästi, muistutti Esko kuitenkin yhteisen ajan rajoittuvan lähinnä pelikentälle ja pelimatkoihin.

”Paljo aikaa, niinku viettää paljo tyttären kanssa mutta, voi olla että kotona ei muuten sitte nää ku siinä on se poikaki ja vaimoki sitte.”

Yhteisen ajan merkitys myös urheileville lapsille tuntui olevan tärkeää ainakin Weiss'n ja Fretwellin (2005) tutkimuksessa, jossa oman isän valmennuksessa olleiden poikien mielestä oman isän kanssa vietetty laatu-aika ja erityishuomio olivat tärkeitä. Pelaajat korostivat myös ongelmatilanteiden ja lisäharjoittelun mahdollisuutta kotioloissa. Lisäksi pojat olivat yhtä mieltä hyvän harjoittelumotivaation syntymisestä oman isän valmennuksessa.

10.1.2 Yhteinen aika kentän ulkopuolella

Läheisen sukulaisuussuhteen ansiosta isä tuntee lapsensa paremmin kuin muut pelaajat, mikä tuli esiin useassa haastattelussa. Ville kuvaili tilannetta elävästi esimerkkien kautta:

”No ainaki hyvänä puolena se että mä tunnen sen ketä mä valmennan. taas mä tierän koska sillä on menkat, koska sillä on poikakaverin kans bänksit tai jotain muuta mitä ei voi tietää esimerkiksi se joka tulee Kauhavalle valamentamaan, ku mä tierän täälä kotona ne jutut.- - Mutta se joka sielä on niin ei voi tietää, onko sillä menkat, onko sillä poikakaveri jättäny tai onko tullu jotaki muuta; koulusta nelonen tai tentit menny päin helevettä tai. Että se on ainaki etu.” (Ville)

Valmentajan kyky kehittää urheilijaa nousi esiin haastatteluissa. Samanlaisia asioita pohdittiin myös Siparin ja Blomqvistin (2010) kyselytutkimuksessa, jossa selvisi, että alussa valmentajia motivoikin eniten urheilijan kehittäminen. Oman lapsen taidollisen kehittämisen mahdollisuudet toi esille Tapani, joka kuvaili asiaa tähän tapaan:

”Ja tietysti se on jotenki täs, yritän koko ajan funtsia, että oonko mä pystyny niitten valmentautumista eristämähän. Ja kyllähän se toisaalta on aina se, ku on ittellä jalkapallotaustaa ja on aina tiettyjä odotuksia ja näkee tiettyjä puutteita niin siinä mieles on pystyny valmentajana vaikuttaan siihen, pystyny hiomaan niinku.”

10.2 Valmennussuhteen kielteiset puolet

10.2.1 Oikeudenmukaisuuden vaikeus

Oman lapsen valmentaminen ei ole aina kuitenkaan pelkästään myönteinen asia, vaan kun tilannetta tarkastellaan kokonaisuutena, voi valmennussuhteesta nousta esiin monia kielteisiäkin piirteitä. Weissin ja Fretwellin (2005) tutkimuksessa oman isänsä valmennuksessa pelanneet pojat eivät kokeneet saavansa yhtään vähempää kritiikkiä kuin muutkaan, jopa enemmän.

Tutkimukseen osallistuneiden keskeisimpinä pitämiä huonoja puolia oman lapsen valmentamisessa olivat epävarmuus oikeudenmukaisuudesta ja oman lapsen kriittinen arvostelu. Weissin ja Fretwellin (2005) tutkimuksessa oman isän valmentaminen loi pelaajalle paineita ja oman isänsä valmennuksessa pelanneet pojat tunsivat saavansa paljon kielteistä palautetta epäonnistuneesta suorituksesta. Pojat kertoivat, että välillä isän käytös oli erittäin epäoikeudenmukaista heitä kohtaan. Tutkimuksemme haastatelluista Matti mainitsi, että:

”Huonoja puolia niin se, että oonkohan mä ollu tarpeeksi oikeurenmukaanen - - omaa tai muita kohtaan”.

”Huonoja puolia ajattelee niin niin kyllä hän se tietysti, että tytöt on varmasti joskus kokenu sen mun valmentamisen, että ne on ollu jotenki suurennuslasin alla, vaikka en suuremmin oo niistä asioosta meteliä nostanu. Mutta ei se varmaan aina niin kivaa oo niille ollu. Ja tietysti saattaa olla se, en tierä, mun korviin ei oo koskaa tullu, että mua olis jotenki arvosteltu. Että tytöt olis joutunu sellasta kuulemahan, että omaa isää pannahan alta lipan ja näin, että, ei oo koskaa tullu mun korvihin, mutta tällaanen tilanne saattaa tietenkki olla.” (Tapani)

Tilanne vaikutti paitsi ajatukseen oman lapsen kokemasta mielipahasta myös valmentajan omaan olotilaan harjoitusten tai pelien jälkeen, kun valmentaja ei ollut toiminut täysin oikeudenmukaisesti omaa lasta kohtaan. Esko kuvailee tilannetta näin:

”Negatiivisenä on tietysti se paha mieli joka reenien jälkeen mikä ittelle tulee kun oikeen tyttarelleen annattaa niin tota se ei nyt aina mee pelkästään sillä anteeksiantamisella ja -pyytämisellä, et aika huono mieli välillä on siitä et tulee aika rumasti puhuttua.”

Tapani oli kokenut oman lapsen valmentamisen jopa niin hankalaksi, että jättäytyi oman lapsen joukkueen valmennustehtävästä kokonaan pois. Näin valmentaja muistelee asiaa:

”No kyllä siinä oli sellaset suhteet, että mä katsoin että siinä kummankaan meirän kannalta hyvä asia. Me ollahan aika temperamenttisia kuitenkin molemmat ja se ei oikein pelannu sitte. Että voi sanoo, että lopettamisen syyt oli se, että se homma ei pelaa niinku nimenomaan oman pojan suhteen.”

Hankalasta valmennussuhteesta kertoo myös Hämäläinen (2002) tutkielmassaan, jossa eräs urheilija koki isänsä valmennuksen ahdistavana tuputtamisena ja koki tuottaneensa isälleen pettymyksen lopettamalla urheilun. Tällaiset tilanteet vaikuttavat väistämättä kotiolosuhteisiin ja perheen välisiin suhteisiin. (Hämäläinen 2002, 63.) Matti mainitsi kuitenkin, ettei tasapuolisuus oman lapsen ja muiden pelaajien suhteen ole omassa toiminnassa haastavaa. *”Kuitenki jos ajattelee kilpaurheilua niin jos joku pelaa kentällä hyvin, oli se ny sitte oma*

lapsiki niin minkä takia se pitää ottaa pois vaihtohon. Mutta tuota, se joukkueen etu on aina se.”

10.2.2 Valmentajan ristiriitainen kaksoisrooli

Oman lapsen valmennuksessa valmentaja kokee väistämättäkin hetkiä ja tilanteita, jotka tuntuvat vaikeilta ja oman lapsen läsnäolo tilanteessa aiheuttaa pään vaivaa ennestäänkin ehkä hankalaan ongelmaan. Weissin ja Fretwellin (2005) tutkimuksessa haasteeksi listattiin myös se, että on vaikea erottaa valmentaja-urheilija suhdetta isä-poika suhteesta.

Yksi haastateltavista valmentajista koki oman lapsen valmennussuhteen olleen rankka ja ainoa positiivinen asia, jonka hän yhteisen ajankäytön lisäksi mainitsi, oli taito olla valmentajana tasapuolinen kaikille. Näin hän kuvaili tilanne:

”No se on niinku tavallaan ainu mitä nään, niinkun positiivisena, et voi huolehtia siinä et muut ei koe ainakaan vääryyttä. Et Lotta ei varmasti saa yhtään enempää peliaikaa kun se ansaitsee mut jos se ansaitsee, se myös saa. Se on se ainut mikä mulle tulee konkreettinen asia niinku mieleen.” (Esko)

Ongelmatilanteita tulee valmentajalle uran aikana auttamattomasti jossain vaiheessa vastaan. Hedstrom (2012) antaa neljä ohjetta, kuinka ratkaista konfliktitilanteita joukkueen sisällä. Aktiivinen kuunteleminen, sanaton viestintä, viestinnän esteiden välttäminen sekä minäviestien käyttäminen voivat ehkäistä ongelmien suurenemista osaksi jokaista harjoituskertaa. *Minäviesteillä* tarkoitetaan tässä yhteydessä taitoa ilmaista, mitä itse ajattelee, tuntee ja pitää tärkeänä (Gordon 1974). Kokonaisuutta pohtiessaan Tapani kuvailee asiaa kuitenkin hyvin myönteisesti ja pohtii valmennussuhteen muutosta ajan kuluessa ja oman valmennustaidon kehittyessä.

”Tyytyväinen oon, että sain valmentaa myös omia lapsia, että kivaa on. Vaikka mä olin vähä kriittinen silloin aikasemmin, kun mä vedin näitten muitten lapsia ja valmennusinto oli kovimmillaa ja korkeimmillaan ja näin niitä samas seuras rinnalla tällasia isä-lapsi valmennussuhteita ja ne ei oikein antanu mulle hyvää kuvaa siitä. Olin vähä kriittinen - - nää esimerkit oli vähä sellasia sillon.”

10.2.3 Oman lapsen loukkaantuminen jalkapallossa

Kielteiset kokemukset ja ajatukset oman lapsen valmentamisesta liittyivät lähinnä vuorovaikutukseen ja sosio-emotionaalisiin seikkoihin. Ville kertoi kuitenkin, miten yhtäkkinen lapsen loukkaantuminen pelitilanteessa oli pelikentällä muuttanut hänen roolinsa valmentajasta täysin ja ainoastaan isän rooliksi. Valmentajan ja isän rooleja tilanteessa hän kuvailee näin:

”Räikein esimerkki on ku oltiin neljä vuotta sitte Joensuu-areenas pelaamas pääsiäislauantaina harjoitusottelua ja Riikka meni vastaan, leukaluut murtu, molemmilta puolilta kaharesti nenä meni lyttyhyn, korvista, nenästä ja suusta tuli verta ja ku siihen meni minä ja valmentaja vierehen niin Maija sano että nyt Riikka kuoli. Ei kuollu. Se on ollu kova paikka. No siinä jäi valmennus aika kauas. Sillon piti vain miettiä, mitäs nyt tapahtuu. Ambulanssin tulo kesti kakskytä minuuttia, siihen asti ei tieretty mitä tapahtuu. Riikka oli tajuttomana siinä maas.” (Ville)

Ville vastauksesta huokuu syvä rakkaus omaa tyttöä kohtaan sekä kunnioitus, koska: *”Siitä kuuren viikon päästä Riikka pelas maaliss, ja meni vastahan.”*

Tämä esimerkkitapaus laittoi valmentamisen jatkamisen mietinnän alle:

”Että jos tästä valmennusjutusta haluaa jonku sellaa sen jutun, jonka haluaa päällimmäiseksi, niin silloin teki mieli sanoa että nyt tämä leikki on loppu. Että silloin ittellä kävi niin että eiköhän tämä ollu täs.” (Ville)

11 POHDINTA

11.1 Tärkeimpien tutkimustulosten tarkastelu

Tutkimuksessamme selvitimme neljän jalkapallovalmentajan näkemyksiä ja kokemuksia jalkapallovalmennuksesta oman lapsen valmentamisen näkökulmasta. Koska jalkapallovalmennustoiminnan kehittämiseksi on tarvetta (ks. esim. Suomen Palloliitto 2013), on perusteltua miettiä asiaa monesta näkökulmasta. Urheilijoiden kokemusten ja näkemysten lisäksi on tärkeää selvittää valmentamiseen liittyviä kokemuksia myös valmentajien kannalta, jolloin valmennuksen kehittäminen olisi kokonaisvaltaista ja hyödyttäisi tulevaisuudessa samalla myös urheilijoita itseään.

Tarkastelimme tässä tutkimuksessa, minkälaisia asioita neljä jalkapallovalmentajaa pitivät tärkeänä valmentajan toiminnassa. Aikaisempi tutkimuskirjallisuus on osoittanut, että valmentajalta ja hänen toiminnaltaan odotetaan paljon (ks. esim. Dowdell 2010; Lehtonen 2009; Waiters 2010). Waiters (2010) kuvailee hyvän valmentajan olevan ennennäkemättömän omistautunut. Ilon välittyminen valmentajan olemuksesta pelaajille on myös ensiarvoisen tärkeää. Menestyneet valmentajat ovat motivoivia, rohkaisevia, vilpittömiä ja ohjaavia. Tällaiset valmentajat tuovat tavoitteet selkeästi esille sekä tekevät heti alussa pelaajille selväksi valmennuksen suunnan ja odotukset. Tehokkaiden valmentajien tulee olla myös luovia, kärsivällisiä ja luotettavia. Samansuuntaisia tutkimustuloksia sai Dowdell (2010) haastatellessaan voimisteluvälmentajaa, jolta kysyttiin millainen on tehokas ja hyvä valmentaja. Hänen mukaansa hyvältä valmentajalta vaaditaan lajituntemusta, suunnitelmallisuutta, ennustettavuutta, kovaa työn tekoa, tulosten saavuttamista ja pelaajien taitojen jäsentämistä ja hyödyntämistä täysipainoisesti.

Tutkimuksessamme halusimme selvittää jalkapallovalmentajien kokemuksia oman lapsen valmentamisesta. Aikaisempi tutkimustieto osoittaa, ettei oman lapsen valmentaminen ole aina helppoa ja joskus se voi johtaa valmennussuhteen katkeamiseenkin (ks. esim. Hellstedt 1978; Hämäläinen 2002; Weiss & Fretwell 2005). Kokemuksia oman lapsen valmentamisesta tutkimuksemme haastateltavat kuvailivat pohtimalla asioita sekä yleisellä tasolla että omalla kohdallaan. Tutkittavilla valmentajilla oman lapsen valmennusvuosia oli vuosikymmenen verran (Tapani 11 v., Esko 11 v., Matti 12 v. ja Ville 10 v., ks. luku 6.5 Haastateltavien valinta ja esittely). Valmentajat saivat vastata kysymyksiin millainen on hyvä valmentaja, miten oman

lapsen valmentaminen eroaa muiden valmentamisesta, millä kaikilla tavoilla isän ja lapsen valmennussuhde vaikuttaa muuhun perheen elämään ja mitä myönteistä ja kielteistä valmentajat löysivät tästä kaikesta.

Taulukossa 5 esittelemme tutkimusaineistosta nousseet pääluokat eli teemat, yläluokat sekä niiden alaluokat.

TAULUKKO 5. Aineisto jaoteltuna kokonaisuudessaan

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA ELI TEEMA
Auktoriteetti ja vaativuus Lajitaidot Pelaajan kohtaaminen ja itseilmaisu Palaute - palaute hyvästä suorituksesta - palaute huonosta suorituksesta	Hyvä valmentaja ja valmennustoiminta	Valmentajien käsitykset hyvästä valmentajasta ja valmennustoiminasta
Tiukkana vai lempeänä valmentajana toimiva vanhempi? Palautteen antaminen omalle lapselle ja muille pelaajille Tasapuolisuus oman lapsen ja muiden pelaajien välillä	Oman lapsen ja muiden lasten valmentamisen erilaisuus	Valmentajien kokemukset oman lapsen valmentamisesta

(jatkuu)

TAULUKKO 5. Aineisto jaoteltuna kokonaisuudessaan (jatkuu)

Isän ja lapsen suhde jalkapallon parissa ja kotioloissa	Valmennussuhteen vaikutus perhesuhteisiin	Valmentajien kokemukset oman lapsen valmentamisen vaikutuksista perhesuhteisiin
Perheen muut lapset ja vaimo	Valmennussuhteen vaikutus perhesuhteisiin	Valmentajien kokemukset oman lapsen valmentamisen vaikutuksista perhesuhteisiin
Valmennussuhteen myönteiset puolet - yhteinen aika kentällä - yhteinen aika kentän ulkopuolella	Valmennussuhteen hyvät ja huonot puolet	Valmentajan myönteiset ja kielteiset kokemukset oman lapsen valmentamisesta
Valmennussuhteen kielteiset puolet - oikeudenmukaisuuden vaikeus - valmentajan ristiriitainen rooli - oman lapsen loukkaantuminen jalkapallossa	Valmennussuhteen hyvät ja huonot puolet	Valmentajan myönteiset ja kielteiset kokemukset oman lapsen valmentamisesta

Teemahaastattelussa kysimme jalkapallovalmentajilta, millainen valmentaja on heidän mielestään hyvä, miten tällainen valmentaja ilmaisee itseään joukkueen pelaajille sekä millaista on hyvän valmentajan palautteen antaminen hyvästä ja huonosta suorituksesta. Lehtosen (2009) kyselytutkimuksessa yleisnäkemyksistä urheilijoiden, valmentajien ja seurajohdon vastauksista oli, että mikään vaihtoehtoina ollut hyvän valmentajan ominaisuus ei noussut selkeästi muita suositummaksi. Tämä kertonee mielipiteiden moninaisuudesta. Haastatteluista selvisi, että myös valmentajat kokivat Lehtosen (2009) tutkimustulosten tapaan hyvän valmentajan tarvitsevan monia ominaisuuksia ja taitoja.

Haastatellut valmentajat painottivat hyvän valmentajan olevan auktoriteetti joukkueelle. ”*Jos mä sanon valmennettavalle että hyppää puuhun niin sen valmennettavan pitää tietää että silloin pitää hypätä puuhun. Mun ei tarte sitä sanoa sille, miksi sinne pitää hypätä.*” (Ville)

Tutkittavat tähdensivät myös valmentajan kykyä johtaa joukkuetta. Lajitaitojen ohella valmentajan käytännöllisiä taitoja, kuten organisointia ja suunnittelua pidettiin hyvien harjoitusten pohjana. Vuorovaikutustaitojen osaamista ja etenkin yksilöiden huomioimista koko joukkueesta pidettiin tärkeänä useassa haastattelussa. Valmentajan tulisikin tutustua pelaajiinsa, jotta hän osaisi paremmin motivoida ja käsitellä pelaajia (LaPrath 2009, 9). Jakamalla tietojaan ja taitojaan pelaajien kanssa, saa valmentaja heistä paljon enemmän irti. Valmentajan tulisi ohjeiden lisäksi selvittää pelaajille myös, miksi jotain tehdään. (Miettinen 1992, 51.)

Valmentajan oma lajiasiantuntemus tuli tutkimuksessamme selkeimmin esille Villen haastattelusta. Omaan lajitaustaan Villellä oli 7-vuotiaasta saakka. Hän on pelannut maalivahtina ja valmennusurakin on keskittynyt maalivahtivalmennukseen. (ks. luku 6.5 Haastateltavien valinta ja esittely). Lajiasiantuntemus korostuu maalivahdin spesifissä roolissa, sillä taitovaatimukset ovat erilaisia kuin kenttäpelaajilla. Maalivahdin on hyvän jalkapelin lisäksi hallittava kätensä, sijoittuminen maalilla, pelaajien ohjaaminen ja Villen mainitsema pieni ”hulluus” syöksyttäessä pää edellä toisten jalkoihin, kun vastustaja yrittää potkaista palloa maalivahtia kohti.

Vuorovaikutustaitojen osaamista korostettiin valmentajan ja joukkueen välisessä kommunikoinnissa. Tutkimukseemme osallistuneet valmentajat ovat aloittaneet valmentamisen pienten lasten valmentamisella. Lasten ja nuorten valmennuksessa on huomioitava erilaisia asioita, kuin aikuisia valmentaessa. Lasten ja nuorten valmennuksessa yksittäisten urheilijoiden keskinäinen kommunikointi ja yhteistyö ryhmän tai joukkueen kesken korostuu. Yhteisten sääntöjen ja toimintatapojen luomisessa tulisi seura- tai valmennusjohdon olla yhteistyössä lasten vanhempien sekä urheilijoiden itsensä kanssa. (Hakkarainen ym. 2009, 349.)

Valmentajan palautteenannossa tärkeänä pidettiin sen määrää ja laatua. Palautetta tuli antaa niin hyvästä kun huonosta suorituksesta. Palautteen ajankohdasta oltiin montaa mieltä, pitääkö palaute antaa saman tien suorituksen jälkeen vai vasta seuraavissa harjoituksissa. Ville

oli sitä mieltä, että palaute huonosta suorituksesta tulee antaa vasta seuraavissa harjoituksissa, kun muut haastateltavat kertoivat antavansa huonon palautteen heti harjoituksissa tai pelin jälkeen. Kaikki haastatellut valmentajat painottivat kuitenkin, että korjaava palaute huonosta suorituksesta tuli antaa kahden kesken, ei koko joukkueen läsnä ollessa. Urheilijoille kohdistetun palautteen lisäksi esimerkiksi Tapani sanoi, että toivoi pelaajien kertovan palautetta harjoitusten tehosta ja laadusta, jotta pystyisi kehittämään valmennustoimintaansa jatkossa. Paitsi pelaajien lajitaitojen kehittymisen kannalta, ovat keskustelutilanteet oivallisia tapoja lisätä vuorovaikutusta joukkueen pelaajiin.

Kahdenlaiset valmentajat. Haastattelemiemme valmentajien mielestä on olemassa kahdenlaisia valmentajia; niitä, jotka antavat erityishuomiota omalle lapselle ja niitä, jotka ovat erityisen tiukkoja. Kaikki haastattelijat olivat huomanneet, että olivat jälkimmäisiä valmentajia. Omalle lapselle tuli heidän mukaansa annettua enemmän ja rajumpaa palautetta. Lisäksi tasapuolinen käytös ei aina toteudu näiden valmentajien mielestä. Esko kertoi miten tiukan paikan tullen saatetaan oma lapsi ottaa pois jalkapallokentältä, jotta saadaan toisille peliaikaa. Tämän taustalla voikin olla halu näyttää, että ainakaan oma lapsi ei saa erityiskohtelua joukkueessa. Jatkossa voisi selvittää onko tarkoitus vakuuttaa muut pelaajat tai vanhemmat vai mikä ajaa tällaiseen toimintatapaan.

Aiemmissä tutkimuksissa on havaittu, että omien lasten on helpompi antaa valmentajalle palautetta (Weiss & Fretwell 2005). Tämä ei kuitenkaan noussut esiin meidän haastattelujemme aikana. Valmentajat olivat kuitenkin yhtä mieltä siitä, että omaan lapseen saa aivan erityisen kontaktin yhdessä vietetyn ajan ansiosta. Pelikentän ulkopuolella vietetty aika helpottaa valmennustapahtumaa ja ehkä on osaltaan senkin vuoksi helpompi tarttua oman lapsen toimintaan myös pelikentällä, koska tuntee hänen reagoitavat. Haastateltavista Ville mietti tilannetta niin, että ei voi olla varma miten muut pelaajat reagoivat, jos heille antaa tiukkaa palautetta: lopettavatko he pelaamisen kokonaan tai alkavatko itkeä kesken harjoituksen.

Kuten aiemmin jo totesimme, on valmentajan tutustuttava pelaajiinsa, jotta hän voi saada parhaan mahdollisen tuloksen aikaan joukkueen kanssa. Hänen on myös huomioitava tärkeät asiat, jotka vaikuttavat nuorten ja lasten elämässä sillä hetkellä. (LaPrath 2009, 9; Härkönen 2004, 14–15.) Ville kertoikin vaativansa naispelaajilta tiedon siitä, milloin heillä on kuukautiset tai milloin poikakaveri on jättänyt. Oman lapsen kohdalla hän kuvailee asiaan tarttumista näin: ”*En mä oo heti voinu ku on autohon istuttu sanua vaan mun on pitäny*

mieltä se että voinko mä nyt sen täs sanua vai sanonko vasta huomenna vai vasta viikon päästä.” Tämä on mielestämme ällistyttävää huomiointia miesvalmentajalta. Elämän sen hetkisillä sosiaalisilla ja henkisillä asioilla on monesti yhteys kuukautiskiertyöön ja sitä kautta naisen henkiseen ja sosiaaliseen elämään. Tutkimamme valmentajat kokivat henkilökohtaisista asioista puhumisen helpommaksi toteuttaa oman lapsen kohdalla kuin joukkueen muiden pelaajien.

Haastatellut valmentajat ovat yhtä mieltä siitä, että oman lapsen kanssa vietetty aika on tuonut myönteisiä asioita perheen arkeen. *”Meille on muodostunu aika samanmoinen huumori, että meillä on aika hauskaakin sitte vielä.*” (Esko) Osa valmentajien lapsista on kokenut hieman mustasukkaisuutta ajasta, jonka isä viettää muiden perheiden lasten kanssa. Valmentajien puoliset ovat olleet erittäin myötämielisiä valmennusharrastuksen suhteen ja perheen päätöksiä valmennuksen jatkumisesta on tehty yhdessä.

Heino (2000, 112) pukee asian sanoiksi niin, että oman lapsen valmentajana vanhempi joutuu niin sanotusti kaksoisrooliin ollessaan sekä lapsen vanhempi että valmentaja. Haasteena tällaisissa tilanteissa onkin tasapainon löytäminen valmentajan ja vanhemman roolien kanssa elämän muuttuvissa tilanteissa. Omassa tutkimuksessamme emme törmänneet suurempiin ongelmiin näiden roolien yhteensovittamisessa. Se voi johtua lasten luonteesta, keskusteluyhteydestä vanhemman ja lapsen välillä tai koko perheen yhteisestä tavasta toimia. Miettisen (1999) mukaan lasten ja nuorten valmentajan tulisi olla erityisen pitkäjänteinen opettaja, ohjaaja ja kasvattaja. Valmentajan tulisi huomioida, että lapsen harjoittelussa painottuu fyysis-motoristen ominaisuuksien lisäksi myös persoonallisuus ja itsetunto. (Miettinen 1999, 55, 245, 248.) Aina ei valmentajan ole helppoa toimia johdonmukaisesti, ei myöskään vanhemman. Reagointitapojaan on vaikea analysoida, jos ei sitä tietoisesti tee. Tällaiset esimerkit ja kokemukset elämästä tuovat lisää mielenkiintoa tutkimukseemme. Esko kommentoikin reagointejaan, että joskus vain tulee sanottua rumasti, mutta *”- - pitää olla pokka välillä pyytää anteeksi omia tekemisiään ja ihan syystäkin.*”

Valmentajan on lohdullista tietää, että tutkimukseen (Bennie & O'Connor 2012) viitaten, valmennettavat voivat todella hyvin joukkueessa, jossa on kotoinen valmennusilmapiiri. Valmentajan on hyvä välillä istahtaa valmennettavien kanssa samaan kahvipöytään ja kysyä mitä kuuluu. Toisaalta kotoisan ilmapiiriin luo myös se, ettei valmentajallakaan ole aina hyvä päivä. Tämä tuo inhimillisyyden esiin ja pelaajien on helpompi kohdata valmentajansa.

Valmennussuhde voi myös olla pelkästään ammattimainen ja silti toimiva. Kunhan valmentaja ja valmennettava ovat samoin odotuksin liikkeellä. (Bennie & O'Connor 2012.) Molemmissa tapauksissa tulokset voivat olla loistavat ja tämä on luultavasti suuri syy siihen, miksi joukkueen valmentajana voi toimia sekä isä että ulkopuolinen valmentaja.

Mielenkiintoista on, että aiemmista tutkimuksista päätellen valmennettavat kokevat oman vanhemman valmentamisen tuovan paineita, eikä omalle vanhemmalle haluta missään nimessä tuottaa pettymystä. Hämäläisen pro gradu (2002, 62–63) -tutkielmassa osa tutkituista kuvasi oman vanhemman olevan painostava valmentaja ja lopettamalla urheilun lapsi tuotti pettymyksen valmentajana toimivalle vanhemmalleen. Yksi tutkituista koki vanhemman olevan kiinnostuneempi harrastuksesta kuin urheilija itse oli. (Hämäläinen 2002, 62–63.) Haastatelluissa valmentajissa ei ollut ketään, kenen lapsi olisi lopettanut harrastamisen isän valmentamisen vuoksi. Tässä suhteessa tulos poikkesi aiemmasta tutkimustiedosta. Toisaalta emme ole kysyneet pelaajilta itseltään kokivatko he paineita oman vanhemman valmentamisesta. Ainakaan he eivät niin ahdistavaksi olleet kokeneet isänsä valmentamista, että olisivat jättäneet harrastuksensa. Toisaalta olisi kysyttävä Tapanin pojalta, että mitä mieltä hän oli isänsä lopettaessa valmentamisen. Oliko se hänenkin mielestään ainut oikea vaihtoehto, vai olisiko keskustelemalla päästy johonkin muuhun lopputulokseen?

Valmentamassa omaa lastaan – mahdollisuus? Tutkimamme valmentajat kokivat oman lapsen valmentamisen olleen pääosin hyvin myönteinen asia. Ville toteaa oman lapsen valmennussuhteen olleen kokolailla myönteinen asia hänen mielestään. Oman tytön pelissä loukkaantumisen lisäksi varsinaisessa valmennussuhteessa hän ei nähnyt mitään korjattavaa. Mielenkiintoinen tämä tutkimustulos on siitä syystä, että Miran tekemässä opinnäytetyössä yksi tutkittavista oli tämän samaisen valmentajan lapsi, esimerkkitapauksen pelitilanteessa loukkaantunut tyttö. Tutkimuksessa haastateltu tyttö, *Riikka*, ei osannut myöskään nimetä mitään kielteisiä asioita oman isän valmentamisesta. (Vilponen 2012, 42–60.)

Suosiollisimpana haastateltavat pitivät mahdollisuutta viettää paljon aikaa oman lapsen kanssa.

Valmentamassa omaa lastaan – uhka? Suurimmaksi kulmakiveksi valmennussuhde muodosti tasapuolisuuden ja oikeudenmukaisuuden ongelman. Kuten luvussa 8.3 ”*Tasapuolisuus oman lapsen ja muiden pelaajien välillä*” vaikeus tasapuolisuuteen kentän sisällä tuli jo esille. Tässä luvussa käsittelemme kuitenkin valmentajan kokemia huonoja puolia kokonaisuudessaan

valmennussuhteesta omaan lapseen. Haastatellut valmentajat korostivat mielipahan aiheutumista oman lapsen lisäksi itselle siitä syystä, että oli harjoituksissa ollut epäreilu tai liian vaativa omaa lasta kohtaan. Tapani lopetti poikajoukkueen valmentamisen, koska ” *homma ei pelaa niinku nimenomaan oman pojan suhteen, ollahan aika tempperamenttisia kuitenkin molemmat.* ” Kielteisenä seikkana Ville piti oman lapsen fyysistä loukkaantumista jalkapalloharrastuksessa ja siitä aiheutuvaa pelkoa isänä – ei valmentajana.

Niemi-Nikkola (2004) kuvaa mielipidekirjoituksessaan hyvää valmentajaa. Hän painottaa, että valmentaja on ennen muuta läsnä. Valmentajan vuorovaikutustaitoihin ja etenkin niiden puuttumiseen hän viittaa viimeaikaisten otsikoiden pohjalta. Kirjoituksessaan hän arvostelee Jyväskylän yliopiston valmentajakoulutusta, jossa sosiaalisten ja pedagogisten taitojen oppimista ei sisällytetä koulutukseen. (Niemi-Nikkola 2004, 46.) Kun mietitään nuoria aloittelevia urheilijoita, on hyvä palata urheilijoiden kokemuksiin hyvästä ja yhtä lailla huonosta valmennuksesta ja valmentajasta. Valmennuksen kehittäminen tulee lähteä urheilijoista. Valmentajan vuorovaikutustaidot ja urheilijoiden aito kohtaaminen ovatkin mielestämme hyvin tärkeässä asemassa.

11.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Arvioimme tutkimusprosessimme luotettavuutta seuraavien Perttulan (1995) kriteerien perusteella: tutkimusprosessin johdonmukaisuus, reflektointi ja reflektoinninkuvaus, aineistolähtöisyys, kontekstisidonnaisuus, metodien yhdistäminen sekä tutkijan subjektiivisuus ja vastuullisuus (Perttula 1995, 102–104.) Edellisten lisäksi tarkastelemme tutkimuksemme eettisyyden toteutumista.

Perttula (1995, 102) kutsuu *tutkimusprosessin johdonmukaisuudeksi* sitä, että tutkielmassamme menetelmäosiossa olemme käyneet läpi tutkimuksen etenemisen eri vaiheet läpi tarkasti raportoiden. Prosessin aikana meidän olisi kannattanut heti aluksi kirjoittaa ylös, milloin tehtiin mitään niin sanotun ”pro gradu -päiväkirjan” tapaan. Hirsjärvi ja Hurme (2001) sanovatkin, että mahdollinen haastattelupäiväkirja auttaa laadun parantamisessa. Siihen voidaan merkitä vaikeuksia tuottaneita kysymyksiä, joista halutaan vielä tietoa tai erityisen hyväksi todettuja kysymyksiä. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 184–185.)

Yksinkertaisimmillaan se olisi voinut olla yksi tiedosto, johon merkitsemme päivämäärät, haastatteluissa esiin nousseita huomioita; onnistumisia ja epäkohtia. Tämä olisi huomattavasti

helpottanut asioiden muistamista siinä vaiheessa, kun aloimme kirjoittaa tutkimusprosessiin liittyviä asioita ylös. Lisäksi itse litterointi olisi kannattanut tehdä heti haastattelujen suorittamisen jälkeen, jolloin asiat olisivat olleet tuoreessa muistissa ja litteroinneista olisi ehkä noussut esille jotain, mikä nyt jäi pimentoon. Hirsjärvi ja Hurme (2001, 184–185) muistuttavatkin, että tutkimuksen luotettavuus paranee, kun haastattelut litteroidaan mahdollisimman nopeasti haastattelujen suorittamisen jälkeen.

Tutkijan on kiinnitettävä erityistä huomiota aineiston analyysin konkreettisen etenemisen kuvaamiseen. Tätä kuvailua Perttula (1995, 102) sanoo *tutkimusprosessin reflektoinniksi*. Haastattelu aineistonkeruutapana sekä analyysimenetelmät nivoutuvat yhteen esimerkiksi siinä, että olemme käyttäneet aineistolähtöistä sisällönanalyysiä tutkimuksessamme. Tämä lisää Perttulan (1995, 102) kuvailemaa johdonmukaisuutta. Perehtyminen aikaisempaan tutkimuskirjallisuuteen on myös osaltaan tukenut teemahaastattelurungon muodostumista sekä tutkimustuloksiamme. Tutkimustehtävien kuvaaminen sekä oman esiymmärryksemme avaaminen lukijalle ovat osa tutkimusprosessin reflektointia ja kuvausta.

Aineistolähtöisyydellä Perttula (1995,102) viittaa tutkimusaineiston keskeisyyteen tutkimuksen teossa. Perehdyimme aineistoomme hyvin tarkasti lukemalla sen useaan otteeseen läpi ennen varsinaisen analyysin aloittamista. Huomasimme, että haastattelupaikkojen valintaan olisi pitänyt kiinnittää enemmän huomiota. Urheilutalo haastattelupaikkana oli melko meluisa, mikä vaikeutti litterointia, koska äänitallenteen kuuluvuus oli paikoitellen erittäin huono. Litteroitua tekstiä tuli paljon vähemmän kuin muissa haastatteluissa, vaikka se kestoltaan olikin hyvin samanpitäinen (ks. luku 6.5 Haastateltavien valinta ja esittely). Haastattelu pysyi melko pinnallisella tasolla, eikä Nooran esittämät tarkentavat kysymykset eivät tuoneet kaikkiin kysymyksiin tarkempaa tietoa. Yhtenä syynä tästä haastattelusta saadun aineiston niukkuuteen voi olla se, että omien kokemusten reflektointi ja niiden avaaminen haastattelussa osoittautui liian hankalaksi. Voi myös olla, että emme esihaastattelun perusteellakaan onnistuneet haastattelutilanteen tarkentavissa kysymyksissä, emmekä omien puutteellisten haastattelutaitojen vuoksi kyenneet esittämään kuvailevampaan tietoon johtaneita kysymyksiä. Perttula (1995, 103) muistuttaakin, että eri *tutkimusmenetelmien yhdistämisellä* voitaisiin lisätä tutkimuksen luotettavuutta, mutta päätimme tutkimuksen laajuuden vuoksi pitäytyä ainoastaan haastatteluin kerätyissä aineistoissa ja niiden analysoinnissa. Ajattelimme ennen tutkimushaastattelujen tekoa, että neljä valmentajaa on sopiva otoskoko tutkimukseemme. Näin jälkeinpäin mietittynä olisimme

hyvin voineet ottaa mukaan myös viidennen haastateltavan, johon otimmekin alustavasti yhteyttä tutkimuksen alkumetreillä. Viides tutkittava olisi ehkä tuonut työhömmе lisäärvoa ja monipuolisuutta. Hirsjärvi ym. (2008, 200) muistuttaakin, että ennen tutkimuksen aloittamista tulisi aina miettiä, mikä on tutkimuksen tarkoitukseen sopiva otoskoko, jolla saadaan tarpeeksi laajasti tietoa tutkittavasta asiasta.

Kontekstisidonaisuus viittaa Perttulan (1995, 102) mukaan haastattelutilanteeseen kokonaisuudessaan sekä haastateltavien kokemusmaailmaan. Tutkimukseen vaikuttaa aina tutkittava itse sekä ainutkertainen tutkimustilanne ja siihen liittyvä vuorovaikutus. (Syrjälä ym. 1995, 130–131.) Haastattelu onkin ainutlaatuinen tiedonkeruumenetelmä, koska siinä ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa (Hirsjärvi ym. 2008, 200). Tutkimuksen halusimme toteuttaa haastattelemalla, jotta saisimme mahdollisimman tarkkoja kuvauksia valmentajan käsityksistä ja kokemuksista. Olemme pyrkineet pitämään ja tulkitsemaan valmentajien kommentit sellaisenaan tarkasti raportoiden.

Uskomme, että ennen varsinaisia haastatteluja suoritetusta esihaastattelusta oli apua, sillä teemoittain etenevä haastattelu onnistui kaikissa haastatteluissa hyvin. Hirsjärvi ja Hurme (2001, 68) painottavatkin, että jo ennen tutkimusta tulisi miettiä etukäteen, miten haastattelun aikana teemoja voidaan syventää ja tarkentaa. Lisäksi huolella tehty haastattelurunko auttaa haastattelun jälkeistä analysointia ja antaa paremmin vastauksia asetettuihin tutkimusongelmiin. Esihaastattelun pohjalta mietimmekin haastattelurungon toimivuutta ja haastattelutilannetta: millainen haastattelijan olisi hyvä olla, missä haastattelemme, miten kysyä asioita, missä järjestyksessä teemat olisi hyvä käydä läpi, miten muistaa pyytää esimerkkejä ja kuinka tarttua haastateltavan vastauksiin ja tarkentaa niitä. Uskomme, että omasta jalkapallotaustasta ja siitä, että meitä molempia on valmentanut oma isä, oli apua haastattelutilanteissa kysymysten tarkentamisessa ja esimerkkien kaivelemisessa. Hirsjärvi ja Hurme (2001, 68–69) mainitsevatkin, että haastattelijan tulisi olla tutkimusaiheen tunteva, selkeä, herkkä haastateltavan käyttäytymisvihjeille sekä rauhallinen, avoin ja luottamusta herättävä.

Perttula (1995, 104) muistuttaa *tutkijan subjektiivisuudesta*, mikä tarkoittaa tutkijan roolia subjektina; refleктоivana, analysoivana ja raportoivana tulkitsijana. Tutkijan ylitulkinta on esimerkki tulkintojen vääristelemisestä. Haastattelukysymysten liittäminen tiukasti tutkimusongelmiin ja niiden kautta myös teoriaan kartuttaa tutkimuksen luotettavuutta.

Käytännössä tämä tarkoittaa kysymysten muotoilemista niin, että tutkijan teoreettiset kysymykset kohtaavat tutkimushenkilöiden ajatukset. (Syrjälä ym. 1995, 129, 136.) Mietimme tutkimuskysymykset ennen haastattelurungon tekemistä, jolloin kysymykset ohjasivat haastattelurunkoa toivomaamme suuntaan. Esihaastattelun perusteella jouduimme hieman muuttamaan haastattelurunkoa, sillä hyvän valmentajan luonteenpiirteiden kysyminen tarkoitti tutkittaville samaa kuin miten valmentaja toimii harjoituksissa ja peleissä. Tajusimme tässä vaiheessa myös sen, että pelkkien luonteenpiirteiden listaaminen ei vastaa tutkimuskysymyksiimme eikä antanut laadullisen tapaustutkimukselle ominaista syväluotaavaa tietoa.

Tutkijan aikaisemmat tiedot ja odotukset vaikuttavat aina tahtomattaankin tutkimiseen. Tutkijan tulisi tiedostaa ja käsitellä omat lähtökohtansa ennen tutkimuksen toteutusta. Tämäntyyppistä hallittua subjektiivisuutta voidaan osaltaan pitää yhtenä tutkimuksen luotettavuuden takaajista. (Syrjälä ym. 1995, 122.) *Tutkijan subjektiivisuuden* olemme tutkimuksemme raportoinnissa huomioineet avaamalla menetelmäosuudessa esiyymmärrystämme tutkimusaihetta kohtaan ja tarkastelleet laajasti, mistä tekijöistä tämä esiyymmärrys on muodostunut. Olemme pyrkineet tiedostamaan esiyymmärryksen merkityksen tutkimuksen teossa, vaikka esiyymmärryksen raportointi tutkimuksen eri vaiheissa on jäänyt hieman vajanaiseksi.

Tutkimuksessamme tutkijan *vastuullisuutta* parantaa se, että teimme tutkimuksemme parityönä. Tutkimuksen eteneminen ja raportointi olivat helppo toteuttaa, koska tutkimuksen kaikista vaiheista pystyi aina keskustelemaan parin kanssa. Perttula (1995, 104) arvioi kuitenkin, ettei täysin aukotonta kerrontaa tutkimusprosessista ei voi toteuttaa ja vain tutkija voi viime kädessä punnita vastuullisuutensa toteutumista.

Tapaustutkimuksena toteutettu tutkimus edellyttää aina luottamusta ja joskus myös sopimusta tutkijan ja tutkittavan välillä. Aineiston analysoinnissa, tai oikeammin koko tutkimuksen ajan tutkijan tulisi olla mahdollisimman objektiivinen. Tutkijan tulee miettiä eettisesti, mitä varten tutkimus toteutetaan. Kuka omistaa tiedot ja kuka saa tutustua tietoihin? Mitä velvollisuuksia tutkijalla on tutkittavilleen? Esimerkiksi nämä asiat tutkijan on hyvä miettiä ennen tutkimuksen aloittamista. (Syrjälä ym. 1995, 14.) Eettisyyteen tutkimuksen teossa liittyy myös tutkittavien vapaaehtoisuus tutkimukseen osallistumisessa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 131). Ennen tutkimuksen aloittamista otimme puhelimitse yhteyttä mahdollisiin tutkittaviin ja

tiedustelimme kiinnostusta osallistua tutkimukseen. Otimme neljään valmentajaan yhteyttä uudelleen ja kerroimme, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja sen voi keskeyttää missä tutkimuksen vaiheessa tahansa. Tässä tutkimuksessa tutkijoista osa tiesi Nooran entuudestaan ulkonäöltä, mutta emme usko, että se olisi voinut vaikuttaa olennaisesti tietojen antamiseen. Tämän lisäksi haastateltavat päättivät osallistumisestaan täysin vapaaehtoisesti. Eettisyyden korostaminen tulee esille tutkimuksessamme kirjallisen tutkimusluvan muodossa (ks. liite).

Kun aineistosta nousseita asioita raportoidaan, on otettava huomioon tutkittavien tunnistamiseen liittyviä kysymyksiä. Haastattelussa tulee usein esiin arkaluontoisia ja hyvin henkilökohtaisia tietoja tutkittavasta, joten on erityisen tärkeää, ettei henkilöllisyys ole raportista tunnistettavissa. (Tiittula & Ruusuvoori 2005, 17.) Tässä tutkimuksessa kaikkien tutkittavien nimet, paikkakunnat sekä muiden henkilöiden nimet olemme muuttaneet. Tällöin tutkittavien yksityisyys on otettu aineistoa analysoidessa huomioon.

Tutkimuksen eettiset ratkaisut ovat tiukasti yhteydessä tutkimuksen uskottavuuteen. Hyvän tieteellisen käytännön noudattaminen on perusta uskottavuudelle. Toimintatavat tutkimusta tehdessä tulisi olla tiedeyhteisön tunnustamia ja eettisesti tutkimuksen kriteerien mukaisia. Tutkimuksen eettisyyteen viittaa esimerkiksi tutkimuksen tuloksien avoin julkistaminen. Lisäksi tutkijan tulisi antaa arvoa muiden tutkijoiden työlle omassa työssään. Tutkimuksen toteuttamisessa raportin tulisi olla yksityiskohtainen ja kunnioittaa tutkittavien henkilöiden yksityisyyden suojaa. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 132–133.)

Haastattelun luotettavuutta saattaa heikentää se, että haastattelussa on yleisesti taipumus antaa sosiaalisesti suopeita vastauksia ja pyrkiä vastaamaan niin kuin ajattelee tutkijan haluavan. Omia heikkouksiaan ei haluta tuoda esille haastattelussa ja omia vahvuuksia saatetaan korostaa. (Hirsjärvi ym. 2008, 201–202.) Aineiston analysoinnissa tulisi aina miettiä myös, miten luotettavia annetut faktatiedot ovat sekä ovatko aineistona olevat kertomukset ja kuvaukset totuudenmukaisia. Lähdekritiikki onkin aina osa aineiston analyysiä. (Alasuutari 1995, 86.)

11.3 Katse tulevaan

Tämä tutkimus vahvistaa entisestään sitä näkökulmaa, että urheilijoiden lisäksi myös valmentajat odottavat paljon itseltään. Oman lapsen urheileminen isänsä valmentamassa joukkueessa toi mukanaan sekä myönteisiä että haastavampia piirteitä. Aiemmat tutkimukset toivat esille myös erinäiset ongelmat valmentajan ja muiden pelaajien vanhempien välillä. Vastaavaa tulosta emme saaneet neljän haastattelumme perusteella. Arthur-Banningin ym. (2009) tutkimuksessa kävi ilmi, että vanhemmilla on kaikenlaisia tapoja käyttäytyä kentän laidalla lastensa otteluiden aikana. Suurin osa lapsista ja nuorista koki vanhempiensa toiminnan häiritseväksi ja epämiellyttäväksi. Mielestämme oli yllättävää, että tutkimuksissa selvisi miten helposti katsomon käytös siirtyy kentällä oleviin pelaajiin (Arthur-Banning ym. 2009.) Mielenkiintoinen tulevaisuuden tutkimuksen näkökulma voisi olla vanhempien haastattelemineen. Tutkimuksessa voisi selvittää, ovatko vanhemmat tietoisia lainkaan omasta käytöksestään ja sen vaikutuksista pelaajiin. Jos useampi vanhempi tietäisi kielteiset vaikutukset, he luultavasti jättäisivät huutamisen ja rumat kommentit väliin. Greendorferin (1992) tutkimuksessa pelaajat vastasivat vanhempiensa ja valmentajansa toimintaan samalla mitalla, huutamalla ja rumilla kommentteilla. Pelaajien kilpailustressiä voisi tutkia lisää suhteessa vanhemman ja valmentajan toimintaan.

Joukkueurheilua tutkittaessa on mahdollisuus tutkia myös oman lapsen lisäksi joukkueen kokemuksia ja mielipiteitä tilanteesta, jossa jonkun pelaajan vanhempi on joukkueen valmentajana. Vaikuttaako isä-lapsi -valmennussuhde muihin pelaajiin ja miten? Kun valmentajana toimii yhden pelaajan isä, on mukana aivan uudenlainen kokoonpano. Kun harjoituksissa ja kentällä ovat muut pelaajat, lapsi ja tämän vanhempi (muiden valmentaja) on monta tapaa reagoida asioihin. Kaikki kolme osapuolta kokevat asiat eri tavoin. Siitä onkin vähän tutkittuja tuloksia, mitä lapsi ja muut joukkueen jäsenet ovat mieltä valmentajasta, joka on yhden pelaajan isä tai äiti (ks. Weiss & Fretwell 2005).

Jalkapallossa tyttöjen harrastajamäärät ovat jatkaneet nousuaan vuodesta 2001 lähtien. Sen sijaan naisten harrastajamäärissä on tapahtunut vain vähäisiä muutoksia. (Vehviläinen & Itkonen 2009, 109.) Urheilu on mielletty niin pieneksi alueeksi naisten ja naistutkimuksen kentässä, että myös tutkimus on jäänyt vähäiseksi. (Vehviläinen & Itkonen 2009, 16–17.) Yli 600-sivuisessa teoksessa *Jalkapallon pikkujättiläinen* (Kanerva, Arponen, Heinonen, Tamminen & Tikander 2003) naisjalkapalloa on sivuttu ainoastaan parin sivun verran. Naisten

tilastotiedotkin rajoittuvat luetteloon Suomen mestaruuksia voittaneista joukkueista.
(Vehviläinen & Itkonen 2009, 20.)

Lasten kasvattaminen ei ole yksinkertaista, eikä myöskään valmentaminen. Vaikka urheilussa kuitenkin on mukana lapsille ja nuorille roolimalleja, miksi 70 % järjestetyn urheilun parissa olevista urheilijoista päätyy lopettamaan 13 ikävuoteen mennessä. (Arthur-Banning ym.2009.) Johtuuko se kasvatus ja valmennustavoista? Nuoret eivät tahdo kasvaa lähellä olevien aikuisten kaltaisiksi, vai etsivätkö he hyväksyntää ikäistensä parista? Junioritasolle tulisikin kohdentaa lisää koulutusta. Jos valmentajan toiminta ja samalla koko lajista saatu mielikuva ei vastaa urheilijan odotuksia, ei se motivoi jatkamaan lajin parissa. Helposti ilman huomiota tai kunniamainintoja jäävät vaille pohjatyötä tekevät, lasten ehdoilla toimivat, niin sanotut ”perusvalmentajat.” Vain niistä, jotka saavat urheilijan huipulle puhutaan. Entäs palkattomat innostajat, jotka kasvattavat lapsia liikuntaharrastuksen alussa?

Tutkimuksesta saatavat vastaukset herättävät usein uusia kysymyksiä ja uusia ongelmia ratkottavaksi (Alasuutari 1995, 249). Vaikka urheiluvalmennusta on tutkittu vuosikymmenten ajan, muuttuva yhteiskunta ja uudet näkökulmat aiheeseen antavat uusille tutkimuksille tilaa. Tutkimalla urheiluvalmennusta eri näkökulmista, pystytään kehittämään valmennusjärjestelmää niin, että valmennuksella saataisiin aikaan mahdollisimman hyviä tuloksia. Urheilijoiden yksilöllisyyden huomioiminen on myös ensiarvoisen tärkeää. Näiden yksilöllisten piirteiden huomioon ottaminen valmennuksessa paranee varmasti tutkimalla urheiluvalmennusta lisää ja monipuolisemmista näkökulmista. Tutkimustuloksemme luovat omalta osaltaan tietoutta siitä, millaisena tutkimamme jalkapallovalmentajat näkevät hyvän valmentajan sekä millaisia kokemuksia heillä itsellään on valmentamisesta yleensä ja erityisesti oman lapsen valmennuksesta.

Tutkimustamme voisi hyödyntää useassa eri käyttötarkoituksessa. Urheilijan joukkue koostuu valmentajista, joukkueenjohtajista ja joukkueenhuoltajista. Nämä ovat harrasteseuroissa todella usein pelaajien vanhempia ja siksi tutkimuksemme on hyödyksi myös näille toimijoille. Tieto voisi kulkeutua heille palloliiton kautta. Palloliitto voisi ottaa tiedot osaksi valmentajakoulutustaan ja jakaa tuloksia avoimesti piireihin. Lisäksi muissakin lajeissa, kuin jalkapallossa on valmentajina urheilijoiden vanhempia. Siksi on perusteltua, miksi tämä tieto olisi tarpeellista myös yleisseuroille. Eikä ole harvinaista sekään, että koulussa opettaja saa oppilaakseen oman lapsen. Tällaisessakin tilanteessa ollaan pohtimiemme ajatusten äärellä.

Aiempien tutkimusten lisäksi erilaisia oman lapsen valmentamiseen liittyviä asioita tulisi ehkä esille tutkimalla aihetta laadullisen menetelmän sijasta määrällisenä, jolloin tarvittaisiin huomattavasti suurempi otanta kuin tutkimuksemme oli. Tutkittavien määrä tulisi olla paljon suurempi ja tutkimusmuodoksi olisi järkevämpää ottaa joku muu kuin haastattelu. Vaikka valmennusaihetta on koluttu jo pitkän aikaa, on hyvä huomioida, että monipuolinen ja syvälinen tutkimus etenkin erikoisemmista – esimerkiksi juurikin oman lapsen – valmennukseen liittyvistä ilmiöistä on vielä aika vähäistä. Määrällisesti aiheesta saisi toistettavamman ja toisi useamman valmentajan näkökulman esille, jolloin valmennuksen kehittämiseen saataisiin lisää syitä.

LÄHTEET

- Aarresola, O. 2010. VOK-hankkeen vaikuttavuus. Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kehittämishankkeen arviointi 2010. Jyväskylä: Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU.
- Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus. 2. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.
- Anton, A. & Rodriguez, G. 2011. Basketball players' perception of their coaches. *Human Movement* 12, 374-377.
- Arthur-Banning, S., Wells, M., Baker, B. & Hegreiness, R. 2009. Parents behaving badly? The relationship between the sportsmanship behaviors of adults and athletes in youth basketball games. *Journal of Sport Behavior* 32, 1, 3-16.
- Barber, H., Sukhi, H. & White, S.A. 1999. The influence of parent-coaches on participant motivation and competitive anxiety in youth sport participants. *Journal of Sport Behavior* 22, 2, 162-180.
- Becker, A.J. & Whitney, J. 2012. An investigation into the coaching approach of a successful world class soccer coach: Anson Dorrance. *International Journal of Sports Science & Coaching* 7, 3, 463-466.
- Bengoechea, E. G., Strean, W., Williams, D. J. 2004. Understanding and promoting fun in youth sport: coaches' perspective. *Physical Education & Sport Pedagogy* 9, 2, 197-215.
- Bennie, A. & O'Connor, D. 2012. Coach-athlete relationships: A qualitative study of professional sport teams in Australia. *International Journal of Sport and Health Science* 10, 58-64.
- Bois, J. E., Lalanne, J., & Delforge, C. 2009. The influence of parenting practices and parental presence on children's and adolescents' pre-competitive anxiety. *Journal of Sports Science* 27, 995-1005.
- Burton, D. & Raedeke, T. 2008. *Sport Psychology for Coaches*. Champaign: Human Kinetics.
- Cassidy, T., Jones, R. & Potrac, P. 2009. *Understanding sports coaching. The social, cultural and pedagogical foundations of coaching practice*. 2nd ed. New York: Routledge.
- Chelladurai, P. & Saleh., S.D. 1980. Dimensions of leadership behavior in sports. Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology* 2, 34-45.
- Coackley, J. 2005. The good father: Parental expectations and youth sports. *Leisure Studies* 25, 153-163.
- Craig, S. & Owens, L. 2011. Coaching: behavioral characteristics of "favorite" coaches: implications for coach education. *Soccer Journal* 56, 7, 8-11.

- Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. 2000. Handbook of qualitative research. California: Sage Publications.
- Dowdell, T. 2010. Characteristics of effective gymnastics coaching. *Science of Gymnastics Journal* 2 (1), 15-24.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus.
- Favor, J. 2011. The relationship between personality traits and coachability in NCAA divisions I and II female softball athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching* 6, 2, 302-304.
- Forsman, H. & Lampinen, K. 2008. Laatu käytännön valmennukseen. VK-Kustannus.
- Fortum Tutor 2009. Viitattu 16.3.2013.
<http://www.fortumtutor.fi/esittely/>
- Frantsi, P. 2003. Jääkiekkovalmentajien johtamiskäyttäytyminen. *Valmentaja* 4, 42–43.
- Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. 2004. Parental influences on youth involvement in sports. *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective*. *Fitness Information Technology* 145–164.
- Greendorfer, S. L. 1992. Sport socialization. *Advances in sport psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gordon, T. 1974. *Teacher's effectiveness training*. New York, NY: David McKay.
- Hakkarainen, H., Jaakkola, T., Kalaja, S., Lämsä, J., Nikander, A. & Riski, J. 2009. Lasten ja nuorten urheiluvallennuksen perusteet. Lahti: VK-Kustannus.
- Halme, J. 2005. Nuorten puheenvuoro – etnografia juniorijääkiekkoilusta. *Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma*. Jyväskylän yliopisto: Liikuntatieteiden laitos.
- Hardman, A. & Jones, C. 2011. *The ethics of sports coaching*. New York: Routledge.
- Hedstrom, R. 2012. *Coaching through conflict: effective communication strategies*. *Perspective winter* 8-9.
- Hellstedt, J.C. 1987. The coach-parent-athlete relationship. *Sport Psychologist* 1, 151-160.
- Hellstedt, J.C. 1987. Sport psychology at a ski academy. *Sport Psychologist* 1, 55–56.
- Heikinaro-Johansson, P. & Huovinen, T. (toim.) 2007. *Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan*. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: Werner Söderström Oy.
- Heino, S. 2000. *Valmentautumisen psykologia. Iloisemmin, rohkeammin, keskittyneemmin!* Lahti: VK-Kustannus.

- Hietala, M. & Skyttä, A. 2005. "Tosi fiksu valmentaja". Juniorijääkiekkoilijoiden kokemuksia valmennuksesta. Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto: Liikuntatieteiden laitos.
- Hirsjärvi, S. 1984. Kasvatusfilosofia ja ihmiskäsitys. Jyväskylän yliopisto: Kasvatustieteen laitos.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2008. 15. uudistettu painos. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Kirjayhtymä.
- Holt, N., Black, D. & Tamminen, K. 2007. Rules for parents in youth sport? Opinions of children and their parents. *Journal of Sport & Exercise Psychology* 29, 170-172.
- Holt, N., Tamminen, K., Black, D., Mandigo, J. & Fox, K. 2009. Youth sport parenting styles and practices. *Journal of Sport & Exercise Psychology* 31, 1, 37-60.
- Horn, T., S., Bloom, P., Berglund, K., M. & Packard, S. 2011. Relationship between collegiate athletes' psychological characteristics and their preferences for different types of coaching behavior. *The Sport Psychologist* 25, 190–211.
- Huang, J.M., Chen, S., Chen, C.W. & Chiu, T.C. 2003. A study of perceived leadership styles, preferred leadership styles, and team cohesion of high school basketball teams in East Taiwan. *Missouri Journal of Health, Physical Education, Recreation and Dance* 13, 38-42.
- Huseinagić, E. & Hodžić, A. 2010. Coach as a decision maker. *Sport SPA* 7, 43-45.
- Huseinagić, E. & Hodžić, A. 2006. Behavior of the coach in leader's role. *Sport SPA* 6, 51.
- Hämäläinen, K. 2002. "Ei kuitenkaan mikään diktaattori" – Valmentajan valta ja vallan käyttö urheilijoiden kirjoituksissa. Liikuntapedagogiikan syventävien opintojen tutkielma. Jyväskylän yliopisto: Liikuntakasvatuksen laitos.
- Hämäläinen, K. 2008. Urheilija ja valmentaja urheilun maailmassa. Eetokset, ihanteet ja kasvatus urheilijoiden tarinoissa. Lisensiaatintyö. Jyväskylän yliopisto: Liikuntatieteiden laitos.
- Iimonen, K. 2010. Muuan diskurssianalyysi. Esimerkkinä Chydenius-instituutin vaikuttavuustutkimus. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Juva: PS-kustannus 127-142.
- Jambor, E.A. & Zhang, J.J. 1997. Investigating leadership, gender, and coaching level using the revised leadership for sport scale 20, 313–321.

- Jones, R., Bezodis, I. & Thompson, A. 2009. Coaching sprinting: expert coaches' perception of race phases and technical constructs. *International Journal of Sports Science & Coaching* 4, 3, 388.
- Jowett, S. & Timson-Katchis, M. 2005. Social networks in sport: parental influence on the coach-athlete relationship. *The Sport Psychologist* 19, 267–287.
- Kakkuri-Knuuttila, M.-L., & Heinlahti, K. 2006. Argumentaatio ja tieteenfilosofia. Helsinki: Oy Yliopistokustannus.
- Kansallinen liikuntatutkimus 2009–2010: Lapset ja nuoret. Viitattu 23.11.2013.
www.slu.fi/materiaalit/julkaisut_ja_oppaat/kansallinen-liikuntatutkimus
- Kantola, H. (toim.)1988a. Suomalainen valmennusoppi 1. Valmentaminen. Jyväskylä: Gummerus Oy.
- 1988b. Valmentaminen. Jyväskylä: Urheilusyke Oy.
- Kaski, S. 2006. Valmentautumisen psykologia kilpa- ja huippu-urheilussa. Helsinki: Edita.
- Knight, C.J., Neely, K.C. & Holt, N.L. 2011. Want parents to behave? *Journal of Applied Sport Psychology* 23, 76–92.
- Kujala, A. 1999. Uskalla olla erilainen. *Valmentaja* 1, 26–27.
- Kuusela, M. 1994. Isä, poika ja pyhä urheilu. *Onnimanni* 1, 6-8.
- Laine, T. 2010. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Juva: PS-kustannus.
- LaPrath, D. 2009. Coaching girls' soccer succesfully. Champaign IL: Human Kinetics.
- Leff, S. S., & Hoyle, R. H. 1995. Young athletes' perceptions of parental support and pressure. *Journal of Youth and Adolescence* 24, 187–203.
- Lehtonen, K. 2009. Ohjaajat ja valmentajat lasten ja nuorten seuratoiminnan kehityshankkeissa. *Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja* 225, 32-33.
- Liikunnan ja Urheilun Maailma. 2/2006. Jalkapallon harrastajamäärä saavutti 110 000 pelaajan rajan. Viitattu 16.2.2012.
http://www.slu.fi/lum/02_06/jarjestot_toimivat/jalkapallon_harrastajamaara_saav/
- Lorimer, R. & Holland-Smith, D. 2012. Why coach? A case study of the prominent influences on a top-level UK outdoor adventure coach. *The Sport Psychologist* 26, 571-583.
- Luhtanen, P. 1984. Jalkapallon alkeet ja valmennuksen perusteet. Espoo: Amer-yhtymä Oy.
- Martin, K. 1986. Is winning everything? *Journal of Sport Psychology* 1, 246–252.

- Melgares, P. 2003. Parents as coaches? Talk with your child to avoid conflict. K-State Research and Extension. Viitattu 1.6.2013 (<http://www.k-state.edu/media/webzine/0202/parentsascoaches.html>)
- Mero, A., Nummela, A., Keskinen, K. & Häkkinen, K. 2004. Urheiluvalmennus. Jyväskylä: VK-Kustannus Oy.
- Mero, A., Nummela, A. & Keskinen, K. (toim.) 1997. Nykyaikainen urheiluvalmennus. Jyväskylä: Mero Oy.
- Mero, A., Vuorimaa, T. & Häkkinen, K. 1990. Lasten ja nuorten harjoittelu. Jyväskylä: Mero Oy.
- Metsämuuronen, J. 2006. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä 2. Helsinki : International Methelp.
- Miettinen, P. (toim.) 1999. Liikkuva lapsi ja nuori. Jyväskylä: VK-Kustannus Oy.
- Miettinen, P. 1992. Valmentaminen ja johtaminen. Joukkuelajit. Jyväskylä: Valmennuskolmio.
- Millar, S-K., Oldham, A. & Donovan, M. 2011. Coaches' self-awareness of timing, nature and intent of verbal instructions to athletes. *International Journal of Sports Science and Coaching* Vol 6. 4/11. 505-511.
- Mitchell, S., Oslin, J. & Griffin, L. 2006. Teaching sport concepts and skills. A tactical games approach. 2nd edition. Champaign IL: Human Kinetics.
- Mohammadi, S., Izadi, B. & Salehi, N. 2011. Attitudes of the national team's coaches towards the role and importance of it in sport. *Sport Management International Journal* 7, 2, 19-34.
- Nieminen, A. 2013. Raju räkki. *Iltalehden viikonvaihdeliite* 26.–27.1.2013. Helsinki.
- Niemi-Nikkola, K. 2004. Hyvä valmentaja on ennen muuta läsnä. *Valmentaja* 2. 46.
- Nikander, A. 2007. Tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston edistäminen miesten jalkapallojoukkueen valmennuksessa. *Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja* 203. Jyväskylä: LIKES.
- Niskanen, S. 2009. Fenomenologia. Teoksessa Perttula, J. & Latomaa, T. (toim.) *Kokemuksen tutkimus: merkitys – tulkinta – ymmärtäminen*. 3. painos. Tartu: Dialogia Oy.
- Nuori Suomi ja Suomen Olympiakomitea 2006. Urheilevien lasten ja nuorten fyysis-motorinen harjoittelu. (http://www.nuorisuomi.fi/files/ns2/Urheiluseurat_PDF/Hyva_harjoittelu_A4vedos.pdf)
- Närhi, A. & Frantsi, P. 1998. Psykykinen valmennus. Järkeä ja sydäntä. Helsinki: Otava.

- Partridge, J. A., Brustad, R. J., & Babkes Stellino, M. 2008. Social influence in sport. In T.S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics 3, 269-292.
- Patterson, P. 2010. What makes a good coach? *American Swimming Coaches Association Newsletter* 5, 1-2.
- Perconte, J. 2010. Parents need to be careful of falling into the star treatment trap. Viitattu 1.6.2013. (<http://articles.submyyourarticle.com/parents-need-to-be-careful-of-falling-into-the-star-treatment-trap-122961>)
- Perconte, J. 2011. When parents should coach their own child. Viitattu 1.6.2013. (<http://articles.submyyourarticle.com/when-parents-should-coach-their-own-child-141503>)
- Perttula, J. 2009. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa Perttula, J. & Latomaa, T. (toim.) *Kokemuksen tutkimus. Merkitys – tulkinta – ymmärtäminen*. Tartu: Dialogia Oy.
- Perttula, J. 1995. *Kokemus psykologisena tutkimuskohteena: Johdatus fenomenologiseen psykologiaan*. Tampere: Suomen fenomenologinen instituutti.
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. (http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/opetussuunnitelmien_ja_tutkintojen_perusteet/perusopetus)
- Poczwadowski, A., Barott, J. E., and Henschen, K. P. 2002a. The athlete and coach: Their relationship and its meaning. Results of an interpretive study. *Int. J. Sport Psychol* 33, 116-140.
- Poczwadowski, A., Barott, J. E., and Peregoy, J. J. 2002b. The athlete and coach: Their relationship and its meaning. Methodological concerns and research process. *Int. J. Sport Psychology* 33, 98-115.
<http://www.k-state.edu/media/webzine/0202/parentsascoaches.html>
- Power, T. G., & Woolger, C. 1994. Parenting practices and age-group swimming: correlational study. *Research Quarterly for Sport and Exercise* 65, 59–66.
- Raakman, E., Dorsch, K. & Rhind, D. 2010. The development of a typology of abusive coaching behaviours within youth sport. *International Journal of Sports Coaching* 5, 4, 503, 506, 509-510.
- Rhind, D. J. A, Jowett, S. & Yang, S. X. A 2012. Comparison of athletes' perceptions of the coach-athlete relationship in team and individual sports. *Journal of Sport Behavior* 35, 12, 433-452.
- Robinson, P. 2010. *Foundations of Sports Coaching*. New York: Routledge

- Rovio, E. 2002. Oman kokoisin askelin tavoitteeseen. *Liikunta & Tiede* 3, 18.
- Saarela-Kinnunen, M. & Eskola, J. 2001. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Sagar, S. S. & Lavalley, D. 2010. The developmental origins of fear of failure in adolescent athletes: Examining parental practices. *Psychology of Sport and Exercise* 11, 177–187.
- Schwab, K. A., Wells, M. S. & Arthur-Banning, S. 2010. Experiences in youth sports: a comparison between players' and parents' perspectives. *Journal of Sport Administration & Supervision* 2, 1, 41-52.
- Sevin, O. & Yaprak, K. 2011. Coaching qualifications of the coaches in Turkish women's basketball first league. *Movement and Health* 11, 1, 24.
- Sipari, T. & Blomqvist, M. 2010. Suomalaisvalmentajaa motivoi urheilijan kehittäminen. *Valmentaja* 1, 20–22.
- Stein, J., Bloom, G. A & Sabiston, C. M. 2012. Influence of perceived and preferred coach feedback on youth athletes' perceptions of team motivational climate. *Psychology of Sport and Exercise* 2, 484-490.
- Stewart, C. 1994. Parents and coaches: expectations, attitudes and communication. *Physical Educator* 51, 3, 130–137.
- Stewart, C. & Meyers, M.C. 2004. Motivational traits of elite young soccer players. *Physical Educator* 61, 4, 215-221.
- Suomen Palloliitto. 19.6.2007. Jalkapallo kasvussa Suomessa ja maailmalla. Viitattu 16.2.2013. <http://www.palloliitto.fi/viestinta/?num=95273>.
- Suomen Palloliitto 2009. Viitattu 16.3.2013. <http://www.palloliitto.fi/node/719/fortum-tutor>
- Suomen Palloliitto 2013. Viitattu 23.11.2013. www.palloliitto.fi/uutiset/suomen-palloliitto/spl1-koulutus-kayntiin-erikkilassa
- Suomen Valmentajat ry. 2004. Suomalainen kilpa- ja huippu-urheilun valmentaja- ja ohjaajakoulutusjärjestelmä. Nykytilan selvitys ja ehdotukset kehittämistoimenpiteiksi. Raportti.
- Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1995. Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Rauma: Kirjayhtymä.
- Traill, R.D., Clough, J.R. & McCormack, C.E. 1993. Girls playing soccer. Resistance or submission? A case study of women's soccer in the ACT. A report to the national sports research centre, Australian sports commission. University of Canberra: Faculty of Education 10/93. 39, 41, 50, 60-61, 66-68.

- Tuomaala, J. & Vainio, P. 2006. Nakkisormesta älypelaajaksi. Kertomus lentopallon taktisen viitepeliympäristön kehittämistä. Liikuntapedagogiikan ja kasvatustieteen pro gradu - tutkielma. Jyväskylän yliopisto: Liikuntatieteiden laitos ja opettajankoulutuslaitos.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2011. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 7., uudistettu painos. Jyväskylä: Tammi.
- Ullrich-French, S., & Smith, A. L. 2006. Social and motivational predictors of continued youth sport participation. *Psychology of Sport and Exercise* 10, 87–95.
- Vehviläinen, H. & Itkonen, H. 2009. Mimmiliigasta maailmalle: tutkimus suomalaisen naisjalkapalloilun muutoksesta. Joensuu: Euraprint.
- Vilponen, M. 2012. "Parempaa tilannetta ei voisi olla" – kaksosten kokemukset oman isän valmennuksesta jalkapallossa. Opinnäytetyö. Rovaniemen ammattikorkeakoulu. Liikunnan ja vapaa-ajan -koulutusohjelma.
- Vincer, D. & Loughhead, T. 2010. The relationship among athlete leadership behaviors and cohesion in team sports. *Sport Psychologist* 24, 4, 448, 448–468.
- Weinberg, R. 2010. Making goals effective: A primer for coaches. *Journal of Sport Psychology in Action* 1, 57–65.
- Weiss, M. & Fretwell, S. 2005. The parent-coach/child-athlete relationship in youth sport: cordial, contentious or conundrum? *Research for Exercise and Sport* 32-36.
- Woolger, C. & Power, T. G. 2000. Parenting and children's intrinsic motivation in age group swimming. *Journal of Applied Developmental Psychology* 21, 596–607.

LIITE 1 Teemahaastattelurunko

ESITIEDOT

- Nimi:
- Ikä:
- Onko omaa pelitaustaa, minkä verran (vuodet):
- Kuinka kauan on valmentanut (vuodet):
- Onko koulutusta valmentamiseen, minkä tasoinen koulutus:
- Kauanko valmentanut omaa lastaan (vuodet):
- Syitä valmennuksen aloittamiseen

A) HYVÄN VALMENTAJAN OMINAISUUDET JA VALMENNUSTAITO – käsitykset ja kokemukset

Valmentaja ja valmennustaito

- Miten mielestäsi hyvä valmentaja ohjaa treenin kulkua? → Miten itse toimit, kokemuksia?
- Miten mielestäsi hyvä valmentaja huomioi hyvän ja huonon suorituksen harjoituksissa ja peleissä? → Miten itse toimit, kokemuksia oman lapsen tai muiden pelaajien kohdalla?
- Palautteen antaminen; myönteisen, neutraalin ja kielteisen palautteen antaminen. Kokemukset oman lapsen ja muiden pelaajien välillä?
- Millaisia luonteenpiirteitä mielestäsi hyvällä valmentajalla on? Miten itse toimit, kokemuksia?
- Miten hyvä valmentaja kommunikoi, viestii, ilmaisee itseään? Erot: oma lapsi/muu joukkue? Kokemuksia?
- Tarkentavat näkökulmat: hyvä valmentaja ylipäättään, itse valmentajana, oma lapsi, muut pelaajat

- Toiminta oman lapsen kohdalla? Onko erilainen kuin muiden kohdalla?

B. URHEILIJOIDEN VANHEMMAT JA JOUKKUEEN MUUT PELAAJAT

- Kokemukset urheilijoiden vanhemmista? → toiminta ja reagointi, palaute?
- Joukkueen reaktiot, kun valmentajan oma lapsi mukana joukkueessa?

C. VALMENTAJA - URHEILIJA -VALMENNUSSUHDE

1. Yleinen näkemys

- Millainen on hyvä valmentaja-valmennettava suhde? → oma lapsi?

2. Oman lapsen kohdalla

- Suhde omaan lapseen ennen valmentamista? Suhdemuutokset? Palaute omalta lapselta?
- Näkykö kotona ja miten? +/- Sisarusten kesken? Vanhempien kesken?
- Edut/haitat oman lapsen valmentamisesta
- Joukkueen reagointi? Eroaako oman lapsen ”käsittely” muiden ”käsittelystä”

D. YHTEENVETO

- Haluatko vielä lisätä jotain? Sana on vapaa.
- Palautetta haastattelijalle?

LIITE 2 Kirje tutkittaville

HYVÄ OMAN LAPSESI VALMENTAJA,

kutsumme sinut osallistumaan Noora Mäkisaloon ja Mira Vilposen Jyväskylän yliopiston liikuntatieteiden laitoksen pro gradu – lopputyöhön liittyvään tutkimukseen. Tutkimus pyrkii selvittämään, mitä erityistä liittyy oman lapsen valmentamiseen joukkueurheilussa sekä mitä hyvän valmentajan ominaisuuksiin kuuluu. Valmentamista on tutkittu monin eri tavoin, mutta oman lapsen valmentamista ei juurikaan.

Tutkimus tehdään laadullisella tutkimusotteella vanhempi-valmentajia haastatellen. Haastattelut nauhoitetaan ja kirjoitetaan myöhemmin sanatarkasti puhtaaksi tekstimuotoon (litteroidaan). Kerättävä tieto on ehdottoman luottamuksellista. Haastatteluaineistoa tullaan säilyttämään tutkijoiden henkilökohtaisilla tietokoneilla Jyväskylän yliopiston salasanojen takana ja nauhoitteet tuhotaan tutkimuksen valmistuttua. Tutkimustuloksia raportoidaan pro gradu -lopputyössämme ja myöhemmin mahdollisesti muissakin suullisissa tai kirjallisissa esityksissä, jossa yksittäisen valmentajan henkilöllisyys ei ole tunnistettavissa.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja tutkimukseen osallistumisen voi keskeyttää missä tutkimuksen vaiheessa tahansa ilman selittelyjä ja ilman, että siitä seuraa tutkittavalle mitään seuraamuksia nyt tai vastaisuudessa. Tutkimukseen osallistuminen edellyttää tutkimukseen ja sen kulkuun perehtyneesti annettua kirjallista suostumista, ns. tutkimuslupaa, jonka jokainen haastatteluun osallistuva allekirjoittaa ennen haastattelua saatuaan omasta mielestään tutkimuksesta riittävästi tietoa.

Kiitos vaivannäöstäsi ja vastaamme mielellämme tutkimusta koskeviin kysymyksiin!

Noora Mäkisalo
vastuullinen tutkija
liikuntapedagogiikan opiskelija
Liikuntatieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto
noora.m.nimell@jyu.fi
puh. 050 328 2484

Mira Vilponen
vastuullinen tutkija
liikuntapedagogiikan opiskelija
Liikuntatieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto
mira.vilponen@jyu.fi
puh. 040 026 2673

Marja Kokkonen

pro gradu -ohjaaja

PsT, LitM

Liikuntatieteiden laitos

Jyväskylän yliopisto

marja.kokkonen@jyu.fi

LIITE 3 Tutkimuslupalomake

SUOSTUMUSLOMAKE HAASTATTELUTUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISEKSI

Olen saanut riittävästi tietoa vanhempi-valmentajaa koskevasta tutkimushankkeesta ja haluan osallistua siihen. Olen tietoinen siitä, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja että voin keskeyttää osallistumiseni milloin tahansa ilman, että se vaikuttaa mitenkään kohteluuni nyt tai vastaisuudessa.

Ymmärrän, että haastattelussa kertomani asiat nauhoitetaan, säilytetään tutkijoiden henkilökohtaisilla tietokoneilla ja tutkimuksen päätyttyä tuhoaan. Laadullisen aineiston käsittely ja raportointi tulee olemaan luottamuksellista eikä henkilöllisyyteni ole mistään tutkimuksen raportista tunnistettavissa. Minulla on mahdollista tutustua tutkimusraportteihin ennen niiden julkaisua. Osallistun vapaaehtoisesti haastatteluun toteutettavaan tutkimukseen ja ymmärtäen sen, että voin keskeyttää osallistumiseni milloin tahansa ilman, että se vaikuttaa mitenkään kohteluuni nyt tai vastaisuudessa.

Paikka ja päiväys _____

Osallistujan allekirjoitus _____

Nimen selvennys _____

Vastuullisen tutkijan (haastattelijan) allekirjoitus _____

Nimen selvennys
