



Vaasan yliopisto
UNIVERSITY OF VAASA

Ella Vuorenmaa

**Valmentajan käsityksiä roolistaan hyvinvoinnin
edistäjänä**

Johtamisen akateeminen yksikkö
Sosiaali- ja terveyshallintotieteen
pro gradu -tutkielma
Hallintotieteiden maisteriohjelma

Vaasa 2023

VAASAN YLIOPISTO**Johtamisen akateeminen yksikkö**

| | | | |
|--------------------------|---|-------------------|----|
| Tekijä: | Ella Vuorenmaa | | |
| Tutkielman nimi: | Valmentajan käsityksiä roolistaan hyvinvoinnin edistäjänä | | |
| Tutkinto: | Hallintotieteiden maisteri | | |
| Oppiaine: | Sosiaali- ja terveyshallintotiede | | |
| Työn ohjaaja: | Hanna-Kaisa Pernaa | | |
| Valmistumisvuosi: | 2023 | Sivumäärä: | 98 |

TIIVISTELMÄ:

Tämän tutkielman tavoitteena on selvittää, millaisena juniorivalmentajat kokevat roolinsa valmentamiensa lasten ja nuorten elämässä sekä heidän hyvinvointinsa edistämisessä. Lasten ja nuorten hyvinvointi ja sen edistäminen on koko yhteiskuntaa koskettava asia, sillä pohja tulevaisuuden aikuisten hyvinvoinnille luodaan jo varhain. Lasten ja nuorten kokonaisvaltainen hyvinvointi rakentuu fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tasapainosta, jonka toteutumiseen vaikuttavat lukuisat eri tekijät. Vaikka lainmukainen päävastuu hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä on kunnilla, tarvitaan lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi myös sektorirajat ylittävää yhteistyötä.

Osana kolmatta sektoria toimivilla urheiluseuroilla on merkittävä yhteiskunnallinen rooli lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämistyössä. Urheiluseuroissa toimii lukuisia vapaaehtoisia valmentajia, ja nykypäivänä myös kasvavissa määrin palkattuja päätoimisia valmentajia. Lasten ja nuorten parissa toimivat juniorivalmentajat kohtaavat valmennettaviansa parhaimmillaan useita tunteja viikossa. Tässä tutkielmassa lasten ja nuorten hyvinvointiin ja sen edistämisen kontekstiin paneudutaan vaasalaisessa urheiluseurassa toimivien juniorivalmentajien omien ajatusten ja kokemusten kautta. Vaikka juniorivalmentajan rooli lasten ja nuorten elämässä voi olla hyvinkin suuri, sitä ei ole vielä paljonkaan tutkittu etenkin valmentajien omien kokemusten pohjalta.

Tutkimuskysymyksiä muotoutui yhteensä kolme: 1. Miten lasten ja nuorten urheiluharrastus lisää hyvinvointia? 2. Millaisena juniorivalmentajat kokevat oman roolinsa nyt ja tulevaisuudessa? 3. Millaisena juniorivalmentajat näkevät tulevaisuuden valmennustyön kehityskohteet? Tutkielman teoreettinen viitekehys muodostuu hyvinvoinnin edistämisen kokonaisuudesta ja sen taustalla vaikuttavista hyvinvoinnin teorioista, sekä kolmannesta sektorista ja sen merkityksestä yhteiskunnassa ja hyvinvoinnin edistämisessä. Tutkielman empiirinen osuus toteutettiin laadullisena tutkimuksena ja aineistonkeruumenetelmänä käytettiin puolistrukturoitua teemahaastattelua. Tutkielma on toteutettu toimeksiantona Vaasan Palloseuran tukisäätiölle, ja aineistonkeruu toteutettiin haastatteleamalla yhteensä kymmentä Vaasan Palloseuran Juniorit ry:n valmentajaa. Kerätty aineisto analysoitiin teoriaohjaavaa sisällönanalyysiä hyödyntäen.

Tuloksista ilmenee, että valmentajat kokevat roolinsa valmennettavien lasten ja nuorten elämässä merkityksellisenä. Tulevaisuudessa valmentajan roolin merkitys saattaa olla yhä nykyistä suurempi. Urheiluharrastuksen merkitys lasten ja nuorten kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille nähtiin etenkin nyky-yhteiskunnassa tärkeänä. Erytisen tärkeäksi nousi eri tahojen, kuten juniorivalmentajien ja opettajien välisen yhteistyön lisääminen. Toinen huomionarvoinen asia oli valmentajien kokema huoli lasten ja nuorten tulevaisuuden hyvinvoinnista. Huolta koettiin etenkin lasten ja nuorten yhä laskevista liikuntamääristä, harrastuskustannusten noususta ja siitä aiheutuvasta eriarvoistumisesta sekä lasten ja nuorten loppuunpalamisesta.

AVAINSANAT: hyvinvointi, hyvinvoinnin edistäminen, osallisuus, kolmas sektori, urheiluseura ja juniorivalmentaja

Sisällys

| | | |
|-------|--|----|
| 1 | Johdanto | 6 |
| 1.1 | Tutkimuksen tausta | 6 |
| 1.2 | Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset | 9 |
| 1.3 | Tutkimuksen rakenne | 10 |
| 2 | Hyvinvoinnin edistäminen | 12 |
| 2.1 | Mitä on hyvinvointi? | 12 |
| 2.2 | Hyvinvoinnin teorioita | 14 |
| 2.3 | Lasten ja nuorten hyvinvoinnin erityispiirteet | 18 |
| 2.4 | Osallisuus | 22 |
| 2.4.1 | Kuuluminen | 23 |
| 2.4.2 | Syrjäytyminen | 24 |
| 2.5 | Kunnat hyvinvoinnin edistäjinä | 26 |
| 3 | Kolmas sektori hyvinvoinnin edistäjänä | 30 |
| 3.1 | Kolmas sektori | 30 |
| 3.2 | Kansalaisyhteiskunta | 33 |
| 3.3 | Urheiluseurat osana kolmatta sektoria | 34 |
| 3.4 | Valmentaja | 38 |
| 4 | Tutkimuksen kuvaus | 41 |
| 4.1 | Tutkimuskohde | 41 |
| 4.2 | Tutkimusmenetelmä | 43 |
| 4.3 | Tutkimusaineiston kerääminen | 44 |
| 4.4 | Tutkimusaineiston analyysi | 46 |
| 5 | Tutkimustulokset | 52 |
| 5.1 | Urheiluharrastus hyvinvoinnin edistäjänä | 52 |
| 5.1.1 | Vaikutukset hyvinvointiin | 52 |
| 5.1.2 | Jalkapalloharrastus ja osallisuus | 54 |
| 5.1.3 | Urheiluharrastuksen merkitys elämässä | 55 |
| 5.2 | Juniorivalmentajan rooli hyvinvoinnin edistäjänä | 57 |

| | | |
|-------|--|----|
| 5.2.1 | Merkitys lapsen ja nuoren elämässä | 57 |
| 5.2.2 | Hyvän valmentajan ominaisuudet | 59 |
| 5.2.3 | Valmennukseen kohdistuvat odotukset | 61 |
| 5.3 | Yhteistyö yli sektorirajojen | 63 |
| 5.3.1 | Yhteistyön merkitys koulun kanssa | 63 |
| 5.3.2 | Yhteistyön merkitys muiden toimijoiden kanssa | 65 |
| 5.4 | Tulevaisuuden urheiluharrastaminen | 66 |
| 5.4.1 | Muuttuva urheiluharrastuksen rooli ja jakautunut yhteiskunta | 67 |
| 5.4.2 | Tulevaisuuden valmentaminen | 68 |
| 6 | Johtopäätökset | 71 |
| 6.1 | Tutkimustulosten pohdinta | 71 |
| 6.2 | Tutkielman luotettavuus ja jatkotutkimusehdotukset | 79 |
| | Lähteet | 83 |
| | Liitteet | 96 |
| | Liite 1. Haastattelukutsu | 96 |
| | Liite 2. Teemahaastattelurunko | 98 |

Kuviot

| | |
|---|----|
| Kuvio 1. Hyvinvoinnin keinulautamalli. | 15 |
| Kuvio 2. Hyvinvoinnin kolmijako. | 16 |
| Kuvio 3. Hyvinvoinnin dynaaminen malli. | 18 |
| Kuvio 4. Lasten hyvinvointiin vaikuttavat ydinkomponentit. | 20 |
| Kuvio 5. Lapsen arjen hyvinvoinnin muodostavat nyanssit. | 20 |
| Kuvio 6. Osallisuuden osa-alueet. | 23 |
| Kuvio 7. Nykyaikaisempi sateenkaarimalli. | 27 |
| Kuvio 8. Toimeenpanosuunnitelman neljä painopistettä. | 29 |
| Kuvio 9. Kolmannen sektorin organisaation piirteet. | 32 |
| Kuvio 10. Laadullisen tutkimuksen eri vaiheet. | 44 |
| Kuvio 11. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi. | 48 |

Taulukot

| | |
|---|----|
| Taulukko 1. Yksilön ja yhteisön hyvinvointiin vaikuttavat tekijät. | 13 |
| Taulukko 2. Yksinkertaistettu sektorijaottelu. | 31 |
| Taulukko 3. Analyysin vaiheet. | 51 |
| Taulukko 4. Urheiluharrastus hyvinvoinnin edistäjänä. | 52 |
| Taulukko 5. Juniorivalmentajan rooli hyvinvoinnin edistäjänä. | 57 |
| Taulukko 6. Yhteistyö yli sektorirajojen. | 63 |
| Taulukko 7. Tulevaisuuden urheiluharrastaminen. | 66 |

1 Johdanto

1.1 Tutkimuksen tausta

Lasten ja nuorten hyvinvointi on yhteiskunnallisesti tärkeä aihe niin yksilön terveyden kuin kansanterveydellisestäkin näkökulmasta katsottuna. Vallitsevan maailman tilanteen, eli koronapandemian, Venäjän hyökkäyssodan ja ilmastokriisin vuoksi lasten ja nuorten hyvinvointi on lähivuosina puhututtanut laajemmin ja jopa aiempia vuosia enemmän (Mieli ry, 2022). Erityisesti koronakriisi ja sitä seuranneet rajoitustoimenpiteet ovat vaikuttaneet lasten ja nuorten hyvinvointiin jokaisella hyvinvoinnin ulottuvuuden alueella (Valtioneuvosto, 2021a, s. 9). Iivonen (2022) toteaa muun muassa pitkien etäopiskelujaksojen vaikuttaneen negatiivisesti lasten ja nuorten vuorovaikutussuhteisiin ja sitä kautta heidän sosiaaliseen hyvinvointiinsa. Jotta yksilöstä kasvaisi hyvinvoiva ja tasapainoinen yhteiskunnan jäsen, on hyvinvointiin tärkeää kiinnittää huomiota jo varhaislapsuudesta lähtien, sillä pohja aikuisiän hyvinvoinnille rakentuu jo lapsuudessa (THL, 2022b).

Iivosen (2022) mukaan koronakriisin vaikutukset lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin ovat olleet massiiviset. Lapset ja nuoret kokevat epävarmuuden ja turvattomuuden tunteita sekä stressiä ja uupumusta. Koronakriisin lisäksi myös muut lähiaikoina yhteiskunnallisesti pinnalla olleet asiat kuormittavat lasten ja nuorten mielenterveyttä. Mieli ry:n (2022) mukaan etenkin nuoret ja nuoret aikuiset elävät nyt kolmoiskriisin keskellä, jolla on negatiivisia vaikutuksia heidän psyykkiseen hyvinvointiinsa. Psyykkistä hyvinvointia kuormittavalla kolmoiskriisillä tarkoitetaan koronakriisiä, ympäristökriisiä sekä sotaa Ukrainassa. Kuitenkin jo pitkään ennen kolmoiskriisiä lasten ja nuorten hyvinvointi on ollut yhteiskunnallinen huolenaihe. Psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin lisäksi huolta on jo vuosia aiheuttanut lasten ja nuorten fyysinen hyvinvointi ja terveys.

Urheilu ja fyysinen aktiivisuus ovat avainasemassa yksilön kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin rakentumisessa (Ukk-instituutti, 2022; WHO, 2022, s. 3; Wicker & Frick, 2015).

Fyysisellä aktiivisuudella ja urheilulla on todistetusti positiivisia vaikutuksia myös yksilön psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. WHO:n (2022, s. 3) mukaan fyysinen aktiivisuus edistää yksilön mielenterveyttä muun muassa ehkäisemällä kognitiivista heikkene- mistä sekä masennusta ja ahdistusta. Rajattaessa tarkastelua pelkästään lasten ja nuor- ten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, ei fyysisen aktiivisuuden ja urheilun rooli ainakaan pienene. Fyysinen aktiivisuus tukee niin lapsen fyysistä-, psyykkistä kuin sosiaalistakin kasvua, kehitystä ja hyvinvointia (Carson ja muut, 2017; Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2016, s. 6; Rodriguez-Ayllon ja muut, 2019). WHO:n (2022, s. 3) mukaan lasten ja nuorten tulisi liikkua ainakin 60 minuuttia päivässä, jotta he saisivat tarpeeksi liikuntaa. Kuitenkin yli 80 % maailman nuorista liikkuu liian vähän täyttääkseen optimaaliseen hyvinvointiin tarvittavan liikuntamäärän.

Etenkin joukkueurheilu ja sen positiiviset vaikutukset lasten ja nuorten hyvinvointiin il- menivät toistuvasti Rodriguez-Ayllon ja muiden (2019) artikkelissa esiteltyjen tutkimus- ten tuloksissa. Kun taas koulun yhteyteen liitetty urheilu voi Andermon ja muiden (2020) mukaan vähentää ahdistusta sekä parantaa hyvinvointia ja mielenterveyttä lasten ja nuorten keskuudessa. Myös esimerkiksi Breistølin ja muiden (2017) tutkimuksen mu- kaan urheiluharrastus – eritoten joukkueurheilu vaikuttaa positiivisesti paitsi yksilöiden fyysiseen hyvinvointiin, myös heidän mielenterveyteensä ja psyykkiseen hyvinvointiinsa. Lapsi voi saada urheiluharrastuksesta ystäviä, sosiaalisen tukiverkoston ja kokemuksen yhteenkuuluvuuden tunteesta (Eime ja muut, 2013).

Jalkapallon ollessa kiistatta suosituin urheilulaji maailmassa, pitää sen suosio pintansa myös Suomessa. Palloliiton (2022) tuoreimpien tietojen mukaan rekisteröityneiden har- rastajien määrä on jatkuvassa kasvussa. Jo elokuun 2022 päätteessä jalkapallon ja futsa- lin rekisteröityneiden harrastajien määrä (143 143 harrastajaa) rikkoi vuoden 2021 ennätysmäärän (141 433 harrastajaa). Palloliiton (2022) mukaan myös tyttöjen ja naisten harrastamisessa on havaittavissa jatkuvaa suosion kasvua. Vuoden 2022 elokuun päät- teeksi tyttöjen ja naisten harrastajamäärä oli noin 25 % kokonaismäärästä, jo reilut 36 313 harrastajaa. Joensuun (2021) artikkelin mukaan alaikäisten harrastajien määrä

vuonna 2020 – huolimatta koronapandemian aiheuttamasta harrastajakadosta, oli yli kolminkertainen verrattuna jääkiekkoon ja melkein yhdeksänkertainen verrattuna pesäpalloon.

Jalkapallon – kuten lähes minkä tahansa muunkin urheiluseuratoiminnan taustalla vaikuttavat lukuisat taustatoimijat, joista suuren joukon muodostavat juniorivalmentajat. Juniorivalmentajista osa toimii valmennustehtävissä vapaaehtoisena oman päivätyönsä ohella. Kuitenkin seurojen ammattimaistumisen ja toiminnan kehittymisen ansiosta Kosken ja Mäenpään (2018, s. 24) mukaan ammattivalmentajien palkkaaminen on urheiluseuroissa yhä yleistymään päin. Kuten Bissett ja muut (2020) toteavat, niin vanhemmilta kuin urheiluorganisaatioiltakin tulevat korkeat odotukset vaativat valmentajilta yhä enemmän valmiuksia esimerkiksi lasten hyvinvoinnin tukemiseen. Vaikka juniorivalmentajan rooli lienee lasten ja nuorten harrastamisen kannalta myös yhteiskunnallisesti merkittävä, saattaa ymmärrys siitä, mitä valmentaminen vaatii ja pitää sisällään jäädä ulkopuolisilta pimentoon.

Tämän pro gradu -tutkielman tilaajana toimi Vaasan Palloseuran tukisäätiö. Tukisäätiön toiminnan tavoitteena on tukea juniorivalmennuksen kehitystä sekä vähävaraisten perheiden lasten harrastamista. Tutkielma on toteutettu yhteistyössä tukisäätiön sekä VPS-junioreiden valmentajien kanssa. Toimeksiantajan puolelta tutkielman toivottiin keskityvän juniorivalmentajien kuulemiseen sekä heidän yhteiskunnallisen asemansa tarkasteluun. Muutoin tutkielman rajaus ja tarkempi tulokulma oli kirjoittajan vapaasti määriteltävissä. Tutkielmassa tarkastellaan juniorivalmentajien omia käsityksiä roolistaan valmentamiensa lasten ja nuorten elämässä ja pyritään selvittämään, millainen rooli juniorivalmentajalla on yhteiskunnassa lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäjänä. Juniorivalmentajan roolia lähestytään muodostamalla ensin laajempi kokonaiskuva siitä, millainen merkitys urheiluharrastuksella ylipäätään on lasten ja nuorten hyvinvointiin.

Tutkielman aihe muodostui yhdistämällä toimeksiantajan toiveet kirjoittajan omaan kiinnostukseen jalkapalloa sekä juniorivalmentamisen yhteiskunnallista asemaa kohtaan.

Valmentajan roolia ja valmentamisen ulottuvuuksia on tutkittu paljon etenkin liikunta- ja kasvatustieteiden kentällä. Tästä esimerkkinä muun muassa Kirsi Hämäläisen tutkimukset (ks. 2008 julkaistu liikuntapedagoginen väitöskirja) sekä lukuisat juniorivalmentajan roolia kasvattajana tutkineet tutkimushankkeet ja opinnäytetyöt muun muassa Jyväskylän yliopistossa. Sen sijaan tutkimus valmentajien omista kokemuksista ja näkemyksistä roolistaan yhteiskunnassa, etenkin lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäjänä on vähäisempää. Hyvinvointi ja valmentajan yhteiskunnallinen rooli tuovat tutkielmaan tarvittavaa hallintotieteellistä näkökulmaa. Kuitenkin tutkielman aiheen kannalta tietynlaista eri tieteenaloja yhdistelevääkin näkökulmaa hallintotieteellisellä otteella ei ole kartettu liikaa, sillä kokonaisuuden kannalta lukijan on tärkeää ymmärtää laajemmin mahdollisia juniorivalmentajan rooliin liittyviä vastuualueita, johon myös lisääntyvä kasvatuksellinen vastuu lukeutuu (ks. Hämäläinen, 2008).

1.2 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset

Tutkielmassa käsitellään valmentajan roolia yhteiskunnassa sekä vaikuttajana lasten ja nuorten hyvinvointiin. Tutkimuskohteena on Vaasan Palloseuran junioreiden valmentajat. Tavoitteena on ottaa selvää, millaisena valmentajat itse kokevat roolinsa lasten ja nuorten elämässä sekä heidän hyvinvointinsa edistämiseksi. Urheiluseuratoiminta on vakiinnuttanut roolinsa lasten ja nuorten liikuttajana ja liikuntakasvatuksen edistäjänä (Koski & Mäenpää, 2018, s. 102). Koska valmentaja on urheilua harrastavan lapsen ja nuoren arjessa yksi merkittävimmistä ja näkyvimmistä aikuisista omien vanhempien ja koulun opettajien ohella, on valmentajien omia ajatuksia tärkeää saada kuuluviin.

Tutkimusaiheen ajankohtaisuutta tukee edellisessä luvussa avattu maailman tilanne ja sen rajut vaikutukset lasten ja nuorten hyvinvointiin. Lisäksi urheiluseuroissa viime vuosina tapahtunut kaupallistuminen ja sen vaikutukset harrastustoimintaan niin nykypäivänä kuin tulevaisuudessakin puhututtavat (Aarresola, 2020, s. 65). Tämän tutkielman tavoite selvittää valmentajan omia käsityksiä roolistaan hyvinvoinnin edistäjänä on perusteltu, sillä hyvän ja huonon valmentajan roolia on määritelty ulkopuolelta paljon

(ks. esim. Hämäläinen, 2008; Oyvind & Hemmestad, 2011), mutta valmentajien omia ajatuksia huomattavasti vähemmän. Kauaskantoisesta yhteiskunnallisesta näkökulmasta katsoen laadukkaalla urheiluseuratoiminnalla taataan lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämisen jatkumo. Jotta suomalaisille lapsille ja nuorille voitaisiin tulevaisuudessakin tarjota laadukkaita ja turvallisia mahdollisuuksia liikkumiseen, on valmentajien kuuleminen muuttuvassa yhteiskunnassa tärkeää.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Miten lasten ja nuorten urheiluharrastus lisää hyvinvointia?
2. Millaisena juniorivalmentajat kokevat oman roolinsa nyt ja tulevaisuudessa?
3. Millaisena juniorivalmentajat näkevät tulevaisuuden valmennustyön kehityskohteet?

1.3 Tutkimuksen rakenne

Tutkielman kannalta keskeisimpiä käsitteitä ovat hyvinvointi, hyvinvoinnin edistäminen, osallisuus, kolmas sektori, urheiluseura ja juniorivalmentaja. Teoreettisen viitekehyksen muodostavat hyvinvoinnin edistämisen kokonaisuus sekä kolmas sektori ja sen merkitys yhteiskunnassa sekä hyvinvoinnin edistämisessä. Ensimmäisessä teorialuvussa, joka käsittelee hyvinvoinnin edistämistä, määritellään keskeisimpiä hyvinvointiin liittyviä käsitteitä ja avataan aihetta eri hyvinvoinnin teorioiden kautta. Tämän jälkeen keskitytään tutkielman kannalta oleellisen ryhmän, eli lasten ja nuorten hyvinvoinnin erityispiirteisiin. Seuraavaksi luvussa sivutaan etenkin yksilötason hyvinvointiin merkittävästi vaikuttavaa osallisuutta ja osallisuuden edistämistä (THL, 2022a). Luvun lopussa tarkastellaan hyvinvoinnin edistämisen kokonaisuutta, keskittyen erityisesti kuntien rooliin hyvinvoinnin edistäjänä.

Toisessa, kolmatta sektoria käsittelevässä teorialuvussa avataan kolmannen sektorin asemaa yhteiskunnassa ja sen roolia osana perinteistä sektorijaottelua. Tämän jälkeen tarkempi fokus suunnataan kansalaisyhteiskunnan kautta urheiluseuratoimintaan osana

kolmatta sektoria ja henkilöidytään tarkemmin valmentajan rooliin sekä juniorivalmentamisen pääpiirteisiin. Tutkimuskysymysten kannalta on oleellista selvittää, millaisella pohjalla urheiluseuratoimintaa harjoitetaan ja miten urheiluseuratoimintaa mahdollistetaan. Lisäksi Lohtanderin ja muiden (2021, s. 3) mukaan hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen vaatii hallintorajat ylittävää toimintaa ja eri sektoreiden välistä yhteistyötä. Heidän mukaansa keskeisiä toimijoita julkisen sektorin ohella ovat erilaiset yhdistykset, järjestöt ja yhteisöt, joihin myös urheiluseurat lukeutuvat. Tutkielman teoriaosuus rakentuu pitkälti kahden ensimmäisen tutkimuskysymyksen pohjalta. Kolmanteen tutkimuskysymykseen liittyvää teoriapohjaa tulevaisuudentutkimuksesta avataan vasta tutkielman pohdintaosuudessa sen verran, kuin saadun empirian käsittelyn kannalta on tarpeellista.

2 Hyvinvoinnin edistäminen

Tässä luvussa keskitytään aiemman kirjallisuuden pohjalta hyvinvoinnin edistämisen kokonaisuuden tarkasteluun. Luvussa huomioidaan erityisesti tutkielman kannalta oleellisin ryhmä, eli lapset ja nuoret sekä heidän hyvinvointinsa edistäminen ja siihen vaikuttavat tekijät. Jotta hyvinvoinnin edistämisen kokonaisuutta olisi mahdollisimman mielekästä ymmärtää, on luvun alussa tarpeellista esitellä eri määritelmiä hyvinvoinnin käsitteelle sekä avata muutamia tutkimuksen kannalta oleellisimpia hyvinvoinnin teorioita. Koska hyvinvointi on käsitteenä erittäin laaja, on tutkielmassa päädytty esittelemään yksi hyvinvointiteorioiden klassikoista sekä kaksi tuoreempaa teoriaa hyvinvoinnin kokonaisuudesta. Tutkielmaan valikoitujen hyvinvointiteorioiden avaamisen jälkeen pohditaan lasten ja nuorten hyvinvointiin ja sen muodostumiseen liittyviä erityispiirteitä aiheesta saatavilla olevien tieteellisten tekstien avulla.

Hyvinvointia käsittelevän luvun jälkeen paneudutaan osallisuuden käsitteeseen ja pohditaan sen roolia hyvinvointitutkimuksen kontekstissa. Seuraavaksi siirrytään tarkastelemaan yleisesti hyvinvoinnin edistämisen kokonaisuutta ja etenkin kunnan roolia sekä vastuuta hyvinvoinnin edistämisen saralla, josta on luonnollista siirtyä seuraavaan, kolmatta sektoria hyvinvoinnin edistäjänä käsittelevään teorialukuun.

2.1 Mitä on hyvinvointi?

Hyvinvointi on monitulkintainen kokonaisuus, joka sisältää useita pienempiä osa-alueita. Useissa hyvinvointia käsittelevissä tieteellisissä artikkeleissa ja teksteissä hyvinvoinnin käsitteen määrittely aloitetaan toteamalla, että yhdenmukaista ymmärrystä hyvinvoinnin käsitteelle ja sen mittaamiselle ei ole (ks. esim. Niemi ja muut, 2017, s. 166). Myös McGillivrayn ja muiden (2007, s. 3) mukaan hyvinvoinnin määrittely yleisellä, universaalilla tasolla on vaikeaa, sillä hyvinvointia voidaan tulkita useilla, jopa toistensa kanssa kilpailevilla tavoilla. Eriäväisyyksiä hyvinvoinnin määrittelyissä esiintyy etenkin eriteltäessä

asioita, jotka muodostavat hyvinvoinnin perustan (ks. Deci & Ryan, 2000; McGillivray ja muut, 2007, s. 4; Saari, 2009, s. 9).

Kuitenkin yksi yleisimmistä tieteellisessä kirjallisuudessa esiintyvistä hyvinvoinnin määrittelyistä kuvailee hyvinvointia ulottuvuutena, joka koostuu tunteisiin liittyvistä, psykologisista ja sosiaalisista muuttujista. Saari (2009, s. 9) toteaa, että hyvinvointiin voidaan yhdistää paljon muutakin kuin eri mittareilla mitattavia tekijöitä, kuten esimerkiksi bruttokansantuote tai eliniän pidentyminen. Hänen mukaansa aiemman tutkimuksen perusteella hyvinvointi nähdään usein moniulotteisena, toisiaan täydentäviä ”avaruuksia” tai ”areenoita” sisältävinä ulottuvuuksina.

THL (2022d) toteaa hyvinvoinnin jakautuvan perinteisimmin kolmeen osioon. Erik Alldartin (1976) klassista hyvinvoinnin kolmijakoa mukaillen THL (2022d) jakaa hyvinvoinnin koostuvan terveydestä, materiaalisesta hyvinvoinnista sekä koetusta hyvinvoinnista ja elämänlaadusta. Hyvinvointia voidaan tarkastella joko yksilön tai yhteisön näkökulmasta. Taulukossa 1 on kuvattu THL:n (2022d) määritelmä yksilön ja yhteisön hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä, joilla luonnollisesti on vaikutus myös toisiinsa.

Taulukko 1. Yksilön ja yhteisön hyvinvointiin vaikuttavat tekijät (THL, 2022d) mukaillen.

| Yhteisö | Yksilö |
|------------------------|-----------------------------------|
| Asuinolot ja ympäristö | Sosiaaliset suhteet |
| Työllisyys ja työolot | Itsensä toteuttaminen |
| Toimeentulo | Onnellisuus ja sosiaalinen pääoma |

Monitahoisuutensa lisäksi hyvinvointi voidaan Kestilän ja muiden (2019, s. 96) mukaan kokea harhaanjohtavana, sillä sen kontekstisidonnaiset merkityserot vaihtelevat paljon. Heidän mukaansa esimerkiksi arkipuheessa hyvinvointiin liitetään usein kokemus nautinnosta ja mielihyvästä. Myös Niemi ja muut (2017, s. 168) ovat pohtineet yleisen hyvinvointikeskusteluun yhdistetyn rajoittuneisuuden olevan yhteydessä ajatukseen, jonka mukaan hyvinvointi olisi ainoastaan yksilöiden itse päätettävissä oleva asia, eikä näin ollen olisi julkishallinnon kantaa otettavissa. Van Praagin (1997, s. 363) mukaan

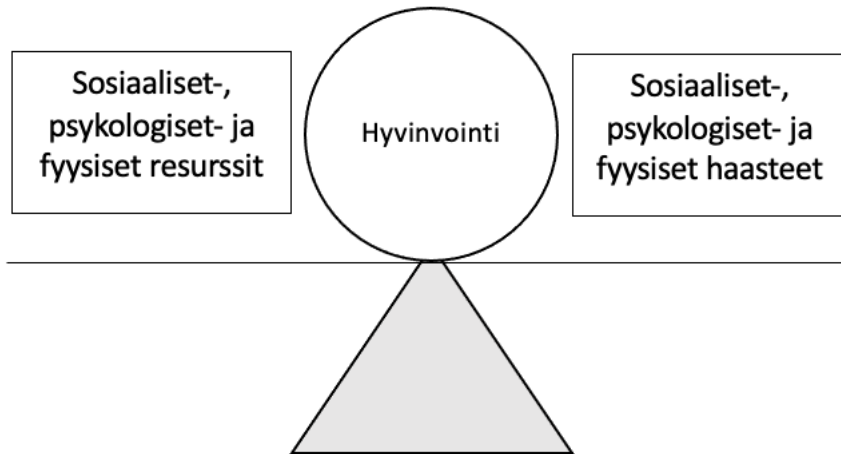
arkipuheessa hyvinvointi mielletään yksilökeskeiseksi yksilön tilan arvioinniksi, jonka yhteydessä pohditaan usein positiivisia ja negatiivisia tuntemuksia. Puolestaan tutkijakielessä, etenkin Pohjoismaissa hyvinvointi nähdään laajempänä kokonaisuutena (Kestilä ja muut, 2019, s. 96). Saari (2009, s. 11) pohtiikin hyvinvointitutkimuksen olevan niin monivivahteinen ja laaja-alainen, että sen soveltuvuutta erilliseksi tutkimusalaksi on kyseenalaistettu. Kuitenkin hänen mukaansa on olemassa hyvinvoinnin tutkijoita yhdistäviä nimittäjiä, joita ovat muun muassa hyvinvoinnin arvot, ymmärrys hyvästä elämästä, hyvinvoinnin suhteellisuus, hyvinvoinnin politisointi ja hyvinvoinnin moniteellisyys.

Nave ja muut (2008) esittävät, että hyvinvoinnin teorointi juontaa juurensa vanhaan Kreikan filosofiaan, johon pohjautuu Niemen ja muiden (2017, s. 168) toteamus siitä, että perinteisimmän jaottelun mukaan hyvinvoinnin teorit jakautuvat kolmeen eri ryhmään: hedonistiset teorit, haluteorit ja objektiivinen lista -teorit. Woodardin (2013, s. 787) mukaan teorioiden kolmijakoisuus on kuitenkin liian kapea-alainen ja sekaannusta aiheuttava sekä lisäksi se sulkee pois hyvinvoinnin teorioita, jotka olisivat täysin vartenotettavia hyvinvoinnin kokonaisuutta tarkasteltaessa. Simpuran ja Uusitalon (2011, s. 107) sekä Dienerin ja muiden (2003, s. 404) mukaan varsinaisen hyvinvointitutkimuksen syntyyn vaikuttaneina tieteenaloina voidaan nähdä sosiologia, psykologia, hyvinvoinnin taloustiede, etnologia sekä sosiaaliantropologia. Omaksi tutkimussuunnakseen hyvinvoinnin tutkimus kehittyi 1960- ja 1970-luvuilla (Simpura & Uusitalo, 2011 s. 106).

2.2 Hyvinvoinnin teorioita

Kuten aiemmista kappaleista ilmenee, hyvinvoinnin käsitteen määrittely ei ole lainkaan yksioikoista. Monet hyvinvointia avaavat teorit eivät itsessään määrittele hyvinvointia, vaan ainoastaan kuvailevat siihen vaikuttavia asioita. Kuitenkin esimerkiksi Dodgen ja muiden (2012) esittämä ”uusi määritelmä” hyvinvoinnista kuvaa hyvinvointia kokonaisuutena, joka tavoitetaan, jos yksilön sosiaaliset, psykologiset ja fyysiset resurssit ovat

tasapainossa sosiaalisten, psykologisten ja fyysisten haasteiden kanssa. Määritelmä on keinulautamalleineen (kuvio 1) paitsi yksinkertainen ymmärtää, myös universaali ja hyödynnettävissä eri tilanteissa riippumatta yksilön iästä, kulttuurista tai sukupuolesta.



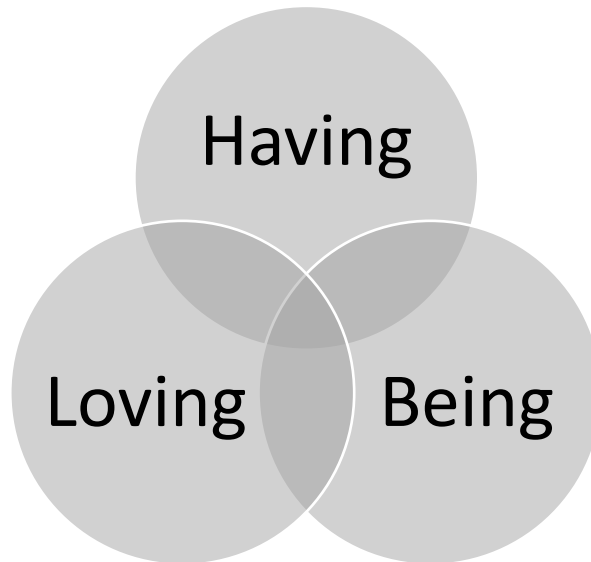
Kuvio 1. Hyvinvoinnin keinulautamalli Dodgea ja muita (2012) mukaillen.

Yksilön hyvinvointi ei Dodgen ja muiden (2012) mukaan järky, sillä joka kerta yksilön törmätessä haasteeseen, hänen resurssi- ja haastesysteeminsä tasapainottaa tilanteen niin, että hänen on pakko hyödyntää resurssejaan voittaakseen kohdatun haasteen. Dodgen ja muiden (2012) teorian ytimessä on kuitenkin se, että edellä mainittu vakaa hyvinvointi toteutuu silloin, kun yksilöllä on kaikki sosiaaliset, psykologiset ja fyysiset resurssit kohdatakseen tiettyjä sosiaalisia, psyykkisiä ja/tai fyysisiä haasteita. Jos haasteita on resursseja enemmän – tai toisin päin, ajateltu keinulauta kallistuu ja hyvinvointi järkkyy.

Pohjoismaisen hyvinvointitutkimuksen merkittävimpiin nimiin lukeutuu jo aiemmin tutkielmassakin mainittu suomalainen Erik Allardt. Allardtia pidetään yhtenä kansainvälisesti tunnetuimmista suomalaisista yhteiskuntatieteilijöistä. Uusitalo ja Simpura (2020, s. 579) kertovat Allardtin tutkineen muun muassa yhteiskunnan ristiriitoja ja rakenteita sekä hyvinvointia ja etnisiä vähemmistöjä. Hänen ensimmäinen pääprojektinsa tutkijaprofessorina Helsingin yliopistossa oli pohjoismaisen hyvinvointitutkimuksen toteuttaminen. Pohjoismaisen hyvinvoinnin tutkimukseen Allardtia motivoi yleinen käsitys siitä, että hyvinvointi mielletään usein vain aineellisista osista rakentuvaksi, vaikka olisi täysin

perusteltua käsittää hyvinvointi laajemmaksi ja monisäkeisemmäksi ilmiöksi (Uusitalo & Simpura, 2020).

Allardtin (1976) mukaan hyvinvointi jakaantuu alla olevan kuvion mukaisesti kolmeen ulottuvuuteen, jotka kuvion 2 mukaisesti täydentävät toisiaan.



Kuvio 2. Hyvinvoinnin kolmijako Allardtia (1976) mukaillen.

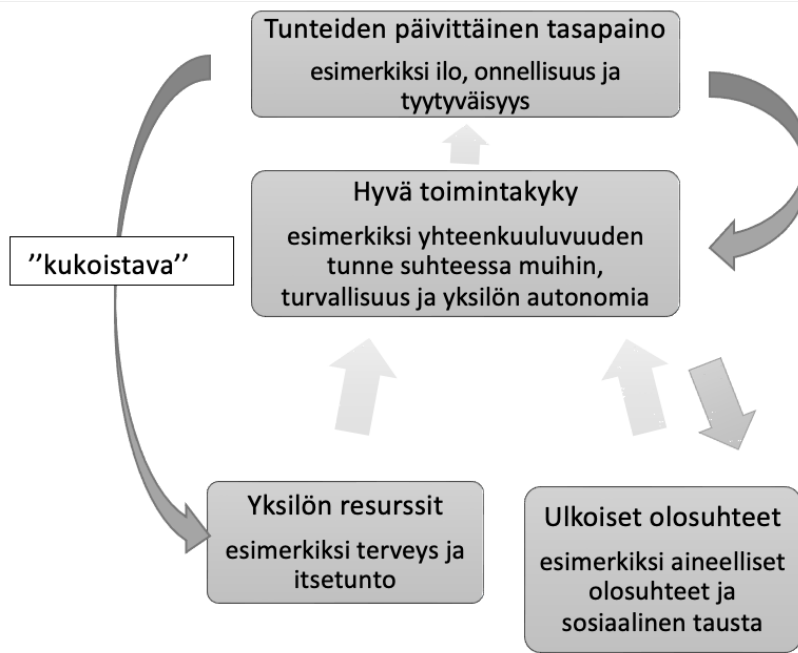
Allardtin (1976) mukaan yksilön tarpeet hyvinvoinnin tyydyttymiseksi elävät yhteiskunnan muutosten mukana. Toisin sanoen tarpeiden uudelleen määrittely on ajankohtaista aina silloin, kun yhteiskunnassa tapahtuu paljon hyvinvointiin vaikuttavia muutoksia. Yksinkertaistettuna *having*, *loving* ja *being* muodostavat hyvinvointiarvot. Hyvinvointiarvoista *having* tarkoittaa elintasoja, jonka Allardt (1976) näkee hyvinvoinnin perustana, sillä riittävä elintaso tarjoaa yksilön tarpeiden tyydyttämiseen vaadittavat resurssit. *Loving*-arvolla Allardt (1976) tarkoitti yhteisyyssuhteita, joita yksilö tarvitsee tyydyttääkseen esimerkiksi muihin ihmisiin liittyviä tarpeitaan, esimerkiksi rakkaus. Kolmannella hyvinvointiarvolla *being* hän tarkoitti yksilön itsensä toteuttamisen tarpeita, joiden tyydytys on sidoksissa yksilön rooliin yhteiskunnassa.

Michaelson (2014, s. 322) esittelee hyvinvoinnin dynaamisen mallin, jonka tarkoituksena on auttaa poliittista päätöksentekoa enemmän käytännön läheiseen, hyvinvoinnin

edistämistä tukevaan suuntaan. Mallissa yhdistellään erilaisia näkökulmia hyvinvoinnin teorioista sekä hyvinvoinnin tutkimuksesta. Dynaamisen hyvinvoinnin malli keskittyy tasavertaisesti siihen, miten tärkeää hyvinvoinnin ymmärrettävä määrittely on ja millaisia käytännön keinoja hyvinvoinnin saavuttamiseksi käytetään. Michaelsonin (2014, s. 331) mukaan malli toimii hyvinvoinnin parissa työskenteleville työvälineenä, jonka avulla on mahdollista hyödyntää tietoa hyvinvoinnin moniulotteellisuudesta käytännössä, ilman, että hyvinvoinnin ulottuvuuksia tarvitsee ymmärtää sen syvällisemmin.

Michaelsonin (2014, s. 324) mukaan hyvinvoinnin dynaaminen malli rakentuu eri hyvinvoinnin osista, jotka toimivat yhdessä. Mallin mukaan hyvinvoinnin prosessi alkaa ulkoisista olosuhteista ja yksilön resursseista (ks. kuvio 3). Yhdessä nämä kaksi prosessin osaa muodostavat hyvän toimintakyvyn, jolla tarkoitetaan positiivista vuorovaikutusta ympäröivän maailman kanssa. Positiiviseksi koettu vuorovaikutus ympäröivän maailman kanssa taas johtaa kokonaisvaltaiseen, tunteiden tasapainoiseen kokemukseen arjessa päivittäin. Näiden hyvinvoinnin prosessien osien vuorovaikutuksesta keskenään syntyy hyvinvoinnin kokonaisuus. Kaikkien osioiden toimiessa, yksilö voidaan katsoa hyvinvoivaksi, mallin mukaan ”kukoistavaksi”.

Michaelson (2014, s. 325) toteaa, että jos poliittiset päättäjät huomioisivat kukoistuksen ulkoisten olosuhteiden ja henkilökohtaisten resurssien ohella, ja ymmärtäisivät niiden välisiä suhteita, olisi hyvinvointia lisäävien poliittisten toimien tunnistaminen käytännössäkin helpompaa.



Kuvio 3. Hyvinvoinnin dynaaminen malli. (Michaelson, 2014, s. 324).

Edellä mainitut hyvinvointiteoriat ja määritelmät ovat vain pieni pintaraapaisu aiheesta, joskin tärkeä sellainen, jotta seuraavaksi käsiteltäviä aiheita on mahdollista ymmärtää. Tämän tutkielman kannalta on oleellista huomioida tutkielman kohderyhmä, jonka hyvinvointia tarkastellaan. Tässä pro gradu -tutkielmassa keskiössä on lasten ja nuorten hyvinvointi suomalaisessa jalkapalloseurassa valmentavan juniorivalmentajan näkökulmasta. Tutkielman kannalta on siis oleellista ymmärtää lapsen hyvinvointia ennemminkin ympäristön ja yksilön tarpeiden näkökulmasta, eikä esimerkiksi ehkä perinteisimmän lähestymistavan, eli kehitysnäkökulman kautta. Lasten hyvinvoinnin tutkimuksen erityispiirteitä esitellään seuraavassa luvussa, ennen hyvinvoinnin edistämiseen keskittymistä.

2.3 Lasten ja nuorten hyvinvoinnin erityispiirteet

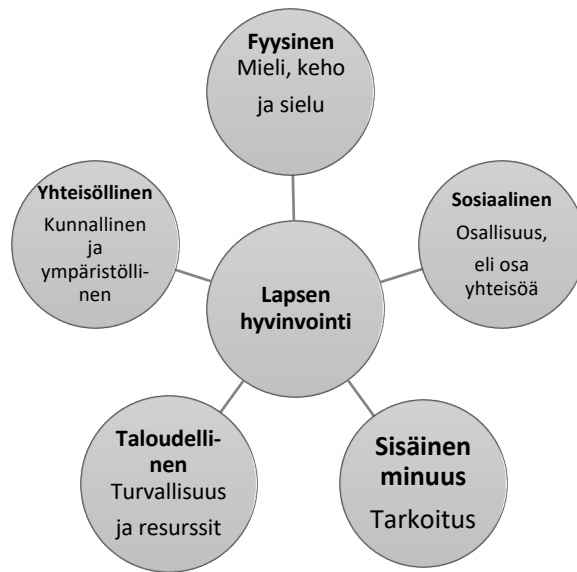
Vaikka subjektiiviseen hyvinvointiin liitetyn kiintymyssuhdeteorian (Bowlby, 1969) ja Eriksonin (1965) psykososiaalisen teorian merkitystä koko lasten hyvinvoinnin tutkimukselle ei voi kiistää, eivät ne kuitenkaan suoranaisesti yksinään ole hyvinvointiteorioita

eivätkä siten merkityksellisiä tämän tutkielman kannalta. Vaikka on tärkeää ymmärtää myös edellä avattua hyvinvointitutkimuksen perustaa ja nykypäivän hyvinvointitutkimuksen kulmakiviä, on tämän tutkielman kannalta vielä tärkeämpää lähestyä lasten ja nuorten hyvinvointia subjektiivisena, kulttuurisesti rakentuneena kokemuksena (Mashford-Scott ja muut 2012; Exenberger & Juen, 2014).

Lasten hyvinvointiin on kiinnitetty erityistä huomioita maailmanlaajuisesti jo vuosikymmenten ajan. Vuonna 1989 hyväksytty YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista on ollut Suomessa laintasoisena voimassa vuodesta 1991 lukien. Sopimus velvoittaa sen allekirjoittamia valtioita noudattamaan lapsen oikeuksia ja säätämään lainsäädäntönsä vastamaan sopimuksessa sovittuja oikeuksia (Stm, n.d.). Myös Valtioneuvoston (2021a) Kansallisen lapsistrategian taustalla vaikuttaa YK:n lapsen oikeuksien sopimus. Lapsistrategian tarkoituksena on luoda yhä enemmän lasten oikeuksia kunnioittavampi sekä lapsi- ja perhemyönteisempi Suomi.

Pohja lasten hyvinvoinnille rakentuu monista eri asioista. Eri tutkijoiden eniten mainitsemia lasten hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ovat ainakin perustarpeiden tyydyttyminen, sosiaaliset suhteet, perheen sosioekonominen asema, vanhempien koulutus, yhteiskunnalta saatu tuki ja yleensä tärkeimpänä esitetyt fyysinen sekä psyykinen hyvinvointi (ks. Axford, 2009; Bradshaw ja muut, 2007; Moeller ja muut, 2016). Kuviossa 4 on kuvattuna Moellera ja muita (2016) mukailleen lapsen hyvinvointiin vaikuttavat ydintekijät.

Ringenin (2006) mukaan lasten hyvinvoinnin rakentuminen on yksinkertaistettuna täysin perheestä riippuvainen. Hän toteaa lasten hyvinvoinnin toteutumisen riippuvan siitä, miten perhe, jossa lapsi elää voi osana yhteiskuntaa ja miten lapsi itse yksilönä voi omassa perheessään. Schor (1995, s.413) on samoilla linjoilla perheen merkityksen suhteen, ja toteaa lasten terveyden ja hyvinvoinnin olevan täysin sidoksissa perheen mahdollisuuksiin tyydyttää lasten fyysiset, sosiaaliset sekä emotionaaliset tarpeet.



Kuvio 4. Lasten hyvinvointiin vaikuttavat ydinkomponentit Moelleria ja muita (2016) mukailleen.

Lasten arjen hyvinvoinnin kokonaisuus muodostuu kodin, koulun ja vapaa-ajan muodostamasta symbioosista (Helavirta 2011, s. 5). Kuviossa 5 selkeytetään, mistä pienempien nyanssien yhdistelmistä edellä mainittujen lasten arjen hyvinvoinnin kokonaisuuteen liittyvät tekijät muodostuvat.



Kuvio 5. Lapsen arjen hyvinvoinnin muodostavat nyanssit (Christensen & O'Brien, 2002; Fattore & Mason, 2017; Helavirta, 2011; Metsäpelto ja muut, 2015; Minkkinen, 2015; Poikolainen, 2014; Thomas ja muut, 2016).

Minkkinen (2013, s. 548–549) esittelee lapsen hyvinvoinnin rakennemallin, jonka mukaan yksilö nähdään fyysisenä, henkisenä ja sosiaalisena olentona, joka elää ja vaikuttaa aineellisessa maailmassa muiden kanssa vuorovaikutuksessa. Hän mainitsee hyvinvoinnin olevan, etenkin lasten kohdalla epävakaa tila, sillä lapsuuden luonteelle on tyypillistä kehitysvaiheen mukaan muuttuva elämäntilanne. Minkkisen (2013, s. 549) mukaan lasten hyvinvointi voidaan määritellä dynaamiseksi prosessiksi (ks. myös Michaelson, 2014 dynaamisen hyvinvoinnin malli), jossa yksilön fyysinen, henkinen, sosiaalinen ja aineellinen tilanne on useammin positiivinen kuin negatiivinen.

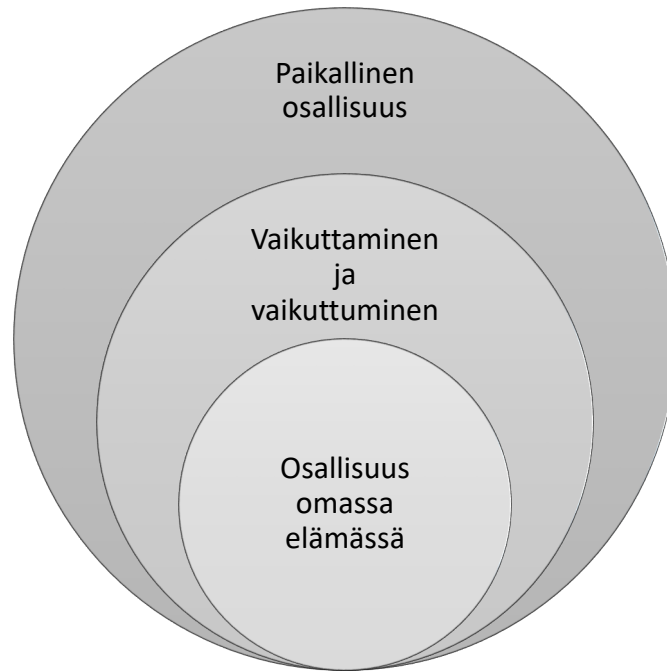
Lasten hyvinvoinnin ulottuvuuksiksi Minkkinen (2015, s. 549) määrittelee fyysisen, henkisen, sosiaalisen ja aineellisen hyvinvoinnin. Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin syntymisen kannalta on tärkeää, että eri ulottuvuudet ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Vaikka kaikki hyvinvoinnin ulottuvuudet ovatkin kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta yhtä tärkeitä, on tämän tutkielman kohdalla fyysinen hyvinvointi eniten esiin nouseva ulottuvuus.

Minkkisen (2015, s. 550) mukaan yksilön fyysinen hyvinvointi koostuu terveydestä, sairauksien olemattomuudesta ja toimivista fyysisistä toiminnoista. Kuitenkin pohjimmiltaan fyysinen hyvinvointi on kietoutunut tiukasti muihin hyvinvoinnin ulottuvuuksiin. Esimerkiksi henkinen hyvinvointi vähentää psykosomaattisten ongelmien, kuten unihäiriöiden ja stressin todennäköisyyttä, kun taas aineellinen hyvinvointi voi tarjota mahdollisuuden valita terveellisempää ja kalliimpaa ruokaa. Fyysisen hyvinvoinnin merkitykseen palataan vielä myöhemmin tutkielmassa tarkasteltaessa urheiluseurojen ja juniorivalmentajien mahdollisuuksia vaikuttaa yksilön hyvinvointiin. Seuraavassa luvussa avataan kuitenkin hyvinvointiyymmärryksen kannalta merkittävää osallisuuden käsitettä, jonka jälkeen käsitellään hyvinvoinnin edistämisen kokonaisuutta keskittyen erityisesti kuntien rooliin hyvinvoinnin edistäjänä.

2.4 Osallisuus

Kuten aiemmin määritelty hyvinvoinnin käsite, on osallisuuskin käsitteenä moniulotteinen. Salmisen ja muiden (2021, s. 80) mukaan yksilön osallisuus nähdään hyvinvointitutkimuksen yhteydessä usein tärkeänä hyvinvoinnin ulottuvuutena. Isolan ja muiden (2017, s. 9) mukaan osallisuuden teoreettinen viitekehys rakentuu sosiaali-, terveys- ja käyttäytymisteorioista, joista kukin vastaa omista intresseistään liittyen hyvän elämän edistämiseen. Korpilahden (2019, s. 113) mukaan osallisuutta voi kuvata yksilölliseksi kokemukseksi, johon vaikuttavat myös yhteiskunnalliset valtasuhteet. THL:n (2022a) mukaan osallisuuden määritellään olevan vahvasti sidoksissa hyvinvointiin. Matala osallisuuden kokemus liittyy esimerkiksi psyykkiseen kuormittavuuteen sekä yksinäisyyteen. Vahva osallisuuden kokemus taas lisää hyvinvointia, turvallisuutta sekä yksilön uskoa omaan mahdollisuuksiinsa ja tulevaisuuteensa. Yksi osallisuuden tavoitteista on vähentää eriarvoisuutta, syrjäytymistä ja köyhyyttä.

Isolan ja muiden (2017, s. 21) mukaan osallisuus voidaan nähdä sisäkkäisinä kehinä, jotka muodostuvat kolmesta eri osatekijästä (ks. kuvio 6). Näitä tekijöitä ovat osallisuus omaan elämään, osallisuus eri vaikuttamisprosesseissa sekä paikallinen osallisuus, jossa osallisuutta lisää esimerkiksi merkitykselliset vuorovaikutussuhteet sekä hyvinvoinnin kokeminen.



Kuvio 6. Osallisuuden osa-alueet (Isola ja muut, 2017, s. 23).

Suomen kielen termille ”osallisuus” on Salmisen ja muiden (2021, s. 82) mukaan kaksi eri asiayhteyksiin soveltuvaa englannin kielistä vastinetta: ”participation” (suom. osallistuminen ja vaikuttaminen) ja ”social inclusion” (suom. kuuluminen/inkluusio). Nämä kaksi lähtökohtaa muodostavat osallisuuskäsitteen teoreettisen pohjan. Toinen osallisuutta kuulumisen näkökulmasta kuvaava englanninkielinen termi on ”belonging” (Correa-Velez ja muut 2010; Kia-Keating & Ellis, 2007). Tämän tutkielman kannalta on erityisen tärkeää ymmärtää, mitä osallisuus tarkoittaa erityisesti kuulumisen kokemuksena, eikä niinkään esimerkiksi kansalaisvaikuttamisena. Myös kuulumisen (social inclusion) vastakohtana usein pidetty syrjäytymisen käsite (eng. social exclusion) on tutkielman kannalta oleellista määritellä.

2.4.1 Kuuluminen

THL:n (2020) mukaan yksilötasolla osallisuuden kokemus syntyy, kun yksilö tuntee yhteenkuuluvuuden tunnetta itselleen tärkeään yhteisöön tai ryhmään. Myös Siisiäisen (2014, s. 31) mukaan osallisuudella tarkoitetaan johonkin sitoutumista ja kuulumista

sekä erilaisiin sosiaalisiin tilanteisiin osallistumista. Korpilahden (2019, s. 116–117) mukaan lapsen ja nuoren kokemus itsestään rakentuu hänen ja muiden ihmisten, kuten vanhempien, koulukavereiden ja opettajien välisen vuorovaikutuksen seurauksena. Myönteistä palautetta ja hyväksyntää tekemisistään saava yksilö kokee osallisuutta. THL:n (2022c) mukaan vertaisryhmään kuulumisen sekä koulussa ja harrastuksissa itsensä osalliseksi kokeminen tukevat tärkeänä osana nuoren kasvua. Jos sosiaalisia verkostoja ja vertaisryhmiä ei ole riittävästi, voi seurauksena olla nuoren syrjäytyminen.

Kuulumisen voidaan usein Scorgien ja Forlinin (2019, s. 4) mukaan arkikielessä yhdistää läsnäoloon. Heidän mukaansa pelkkä fyysinen läsnäolo esimerkiksi luokkahuoneessa tai urheiluharjoituksissa ei kuitenkaan takaa sitä, että yksilö kokisi itsensä sosiaalisesti kuuluvaksi. Päinvastoin, yksilö voi kokea itsensä eristetyksi tai yksinäiseksi vaikka olisikin fyysisesti osana isompaa ryhmää. Baumgartner ja Burns (2014) toteaa yksilön osallisuuden ilmenevän silloin, jos hän kokee kuuluvuudentunteen lisäksi identifioituvansa johonkin yhteisöön ja kokee itsensä hyväksytyksi.

Ryhmään kuulumisen on Moresen ja Palermon (2019) mukaan turvallisuuden, mielen-terveyden ja fyysisen hyvinvoinnin perusedellytys. Lisäksi he toteavat ryhmään kuuluminen olevan sidoksissa yksilön itsetunnon kasvamiseen tai vaihtoehtoisesti laskemiseen. Jo esikouluikäisen lapsen kanssa toimiessa tulisi toimintaa ohjaavien aikuisten kiinnittää huomiota lasten yhteenkuuluvuuden tunteeseen ja työskennellä osallistavien prosessien kautta (Karlsudd, 2021, s. 418). Scarf:n ja muiden (2016, s. 589) mukaan nuorille ryhmään kuulumisen voi olla elämänmuutosten läpi auttava suojaava tekijä. Heidän mukaansa esimerkiksi mielenterveys, hyvä itsetunto ja opinnoissa menestyminen toteutuvat useammin, jos nuori kokee itsensä osalliseksi joltain hänelle tärkeää ryhmää.

2.4.2 Syrjäytyminen

Syrjäytymisen termin juuret Euroopassa ylettyvät 1960-luvun Ranskaan, jossa yhteiskuntapoliittisessa keskustelussa köyhistä alettiin käyttää nimitystä *les exclus*, englanniksi

social exclusion (Lämsä, 2009, s. 25). Jo alusta alkaen syrjäytyminen on eurooppalaisessa kontekstissa nähty kuitenkin köyhyyden vaikutuksesta syntyneiden osallistumis- ja toimintamahdollisuuksien puutteena, eikä vain perinteisenä köyhyytenä. Heikkilän (2000, s. 167) mukaan yhteiskuntapoliittinen keskustelu syrjäytymisestä rantautui Suomeen 1970-luvun loppupuolella Ruotsista. Syrjäytymiskeskustelun käynnistäjänä toimivat etenkin tuolloin tapahtuneet muutokset työttömyyden laadussa (Lämsä, 2009, s. 27).

Syrjäytymisen käsitettä määriteltäessä toistuu sama yhteinen toteamus, kun aiemmissakin hyvinvointiin liittyneissä käsitteissä: syrjäytyminen on käsitteenä laaja- alainen, josta se on saanut osakseen myös runsaasti kritiikkiä. Lämsän (2009, s. 28) mukaan Suomessa syrjäytymisen käsitteellä tarkoitetaan useimmiten erilaisia hyvinvointiin liittyviä ongelmia sekä sosiaalisten yhteisöjen ulkopuolelle jäämistä. Syrjäytymisestä puhuttaessa huoli kääntyy tänä päivänä etenkin köyhiin ja työttömiin, asunnottomiin, päihdeidenkäyttäjiin, asunnottomiin, mielenterveysongelmaisiiin sekä ilman aikuisten riittävää huolenpitoa jääviin lapsiin ja nuoriin (Lämsä, 2009, s. 28; Morese & Palermo, 2019). Morese ja Palermo (2019) kuitenkin painottavat, että jokainen yksilö voi joutua kokemaan syrjäytymisestä aiheutuvaa tuskaa tuntiessaan itsensä sivuutetuksi tai syrjäytetyksi ryhmästä tai yhteisöstä, johon aiemmin on kuulunut.

Nuoren joutuminen syrjäytymisvaaraan voi johtua monesta eri asiasta. Lapsuuden perheen ongelmat ja olosuhteet voivat vaikuttaa nuoren tulevaisuuteen, mutta ne eivät suoraan aseta yksilöä syrjäytymisvaaraan (THL, 2022 c). Myös yksilön persoonallisuus ja ylipäättään oma suhtautuminen ympäröivään maailmaan vaikuttanevat nuoren tulevaisuuteen, mutta eivät yksistään muodosta riskitekijää syrjäytymiselle. THL:n (2022 c) mukaan merkittävimpiä riskitekijöitä nuoren syrjäytymiselle ovat mielenterveys- ja päihdeongelmat, pitkäaikainen työttömyys sekä toimeentuloon liittyvät ongelmat ja matala koulutus tai koulutuksen puute. Gebel ja muut (2021, s. 1) toteavat työmarkkinoiden epävarmuuden olevan pääroolissa nuorten syrjäytymistä tarkasteltaessa. Nykypäivänä teknologia ja sosiaalinen media ovat tuoneet omat riskitekijänsä uusien syrjäytymisen

muotojen syntymiselle. Morese ja Palermo (2019) mainitsevat tällaisiksi riskitekijöiksi esimerkiksi nettikiusaamisen ja verkossa tapahtuvan seksuaalisen häirinnän.

2.5 Kunnat hyvinvoinnin edistäjinä

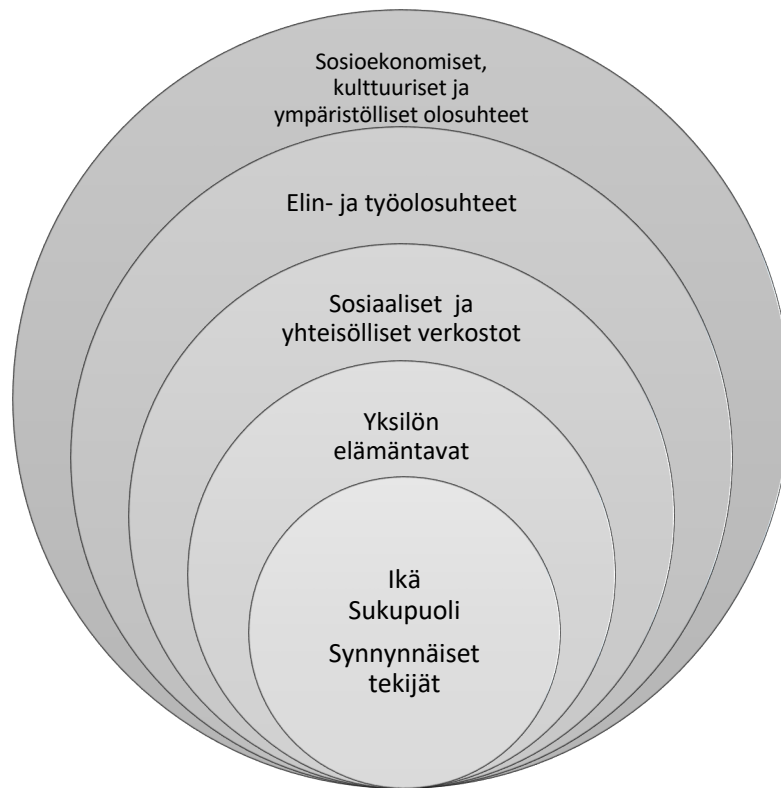
Lohtanderin ja muiden (2021, s. 3) mukaan hyvinvoinnin edistäminen voi olla niin väestöön, yksilöön ja yhteisöihin kuin elinympäristöönkin kohdistuvaa. Sekä hyvinvoinnin että terveydenkin edistäminen edellyttää suunnitelmallisuutta voimavarojen kohdentamiseen. Erilaisia terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen liittyviä tehtäväkokonaisuuksia väestön hyväksi ovat muun muassa terveyden ja hyvinvoinnin seuraaminen, eri vastuutahojen määrittely, tavoitteiden asettelu ja toimenpiteet, joita väestön hyvinvoinnin eteen tehdään. Tärkeää on myös jo toteutettujen toimenpiteiden tulosten ja kehityksen seuranta (Lohtander ja muut, 2021, s. 3).

Kilpeläisen ja muiden (2021, s. 7–8) mukaan hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen koostuu kolmesta osasta, joita ovat monialainen johto, monialaiset toimijat ja toimijoiden väliset yhdyspinnat ja sektorien väliset, toisiaan tukevat toimet. Terveet yhteisöt ja kunnat edistävät ja ylläpitävät yksilöiden, eli asukkaidensa terveyttä. Laajemmin ajateltuna terveet ja hyvinvoivat systeemit pitävät huolta kokonaisuuden muodostavista osatekijöistä (Marx, 2016, s. 1). Holdenin ja muiden (2016, s. 80) mukaan terveys ja hyvinvointi on ihmisoikeus.

Yksi eniten käytetyistä hyvinvoinnin, terveyden, ja turvallisuuden edistämistä kuvaavista malleista on Dahlgrenin ja Whiteheadin vuonna 1991 julkaisema sateenkaarimalli (Dahlgren & Whitehead, 2021). Mallia on käytetty pohjana kuvailemaan hyvinvoinnin edistämisen prosessia lukuisissa eri tutkimuksissa. Syyt, miksi Dahlgren ja Whitehead (2021, s. 21) pohtivat sateenkaarimallin nousseen aikanaan suureen suosioon olivat muun muassa sen näkemyksiä laajentava vaikutus rohkaista ihmisiä ajattelemaan hyvinvointi- ja terveyspalveluiden lisäksi laajemmin hyvinvointiin ja terveyteen vaikuttavia tekijöitä niin paikallis- kuin yhteiskunnallisellakin tasolla. He mainitsivat terveydenhuollon

ulkopuolella toimineiden ammattilaisten sekä esimerkiksi poliittisten päättäjien kokeen mallin erityisen hyödylliseksi, sillä malli on auttanut heitä ymmärtämään, mitä he voivat tehdä edistääkseen väestön hyvinvointia ja terveyttä. Ylipäätään mallin on nähty lisäävän eri sektoreiden yhteistyötä yhteisen hyvän edistämiseksi.

Tuoreemmassa raportissaan Dahlgren ja Whitehead (2021, s. 20–24) esittelevät uuden nykyaikaisemman ja tämän päivän ongelmiin mukautuvamman version mallistaan (ks. kuvio 7). Heidän mukaansa nykypäivänä on tärkeää ymmärtää, että monet elämäntavat ovat rakenteellisesti määrättyjä eivätkä aina yksilöstä riippuvaisia. He toteavat, että on tärkeää löytää tapoja, joiden avulla on mahdollista ymmärtää paremmin terveyden ja elämäntapojen sekä sosiaalisten, taloudellisten ja kulttuuristen tekijöiden välisiä yhteyksiä. Yksilön tai perheen elämäntapoihin vaikuttavat heidän sosiaalinen ja taloudellinen ympäristönsä. Esimerkkinä he esittävät ravitsemuksen: perheen valinta syödä terveellistä ja ravitsevaa ruokaa ei ole riippuvainen pelkästään vanhempien valinnoista ostaa ravitsevaa ruokaa, vaan myös siitä, minkälaiseen ruokaan heidän varansa riittävät.

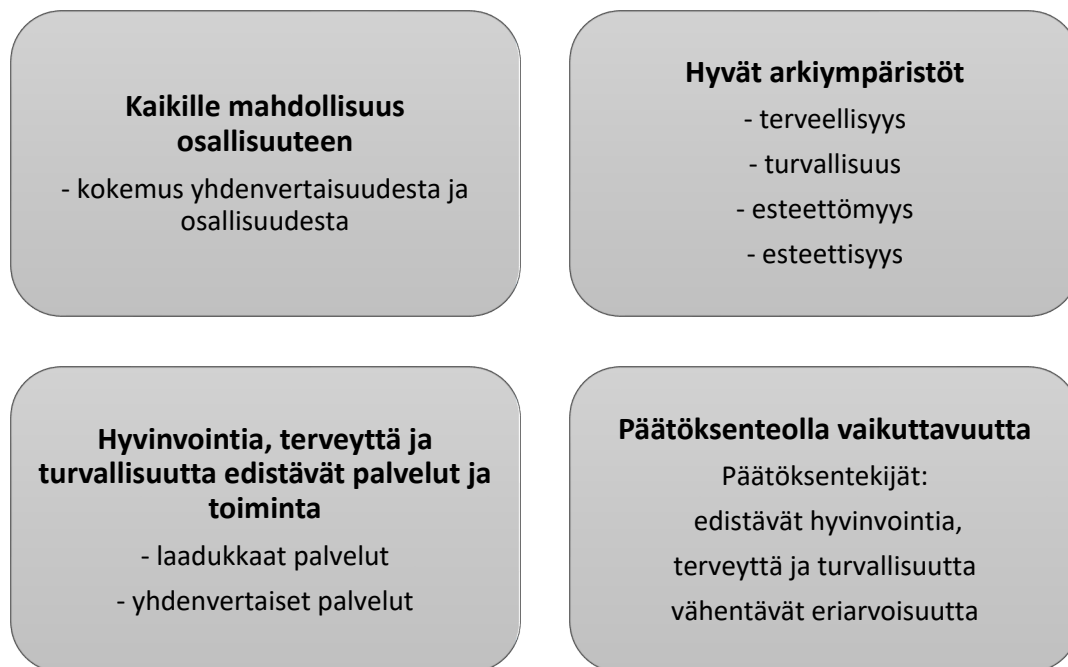


Kuvio 7. Nykyaikaisempi sateenkaarimalli (Dahlgren & Whitehead, 2021).

Kuntalain (410/2015) 1 §:n mukaan päävastuu kuntalaisten hyvinvoinnin edistämisestä on kunnalla itsellään. Myös terveydenhuoltolain (1326/2010) 4 §:n mukaan kunnan tulee olla kykenevä peruspalvelujen valtionosuuden perusteena edistämään asukkaidensa terveyttä ja hyvinvointia. Lisäksi terveydenhuoltolaissa (1326/2010) 12 § mainitaan, että kunnan on erilaisten terveyden ja hyvinvoinnin tavoitteiden lisäksi luotava ja ylläpidettävä yhteistyötä eri tahojen kanssa, kuten esimerkiksi muiden julkisten toimijoiden, yksityisten yritysten sekä yhteisöjen kanssa. Jekabsosen ja Slokan (2017) mukaan kunnan yksi tärkeimmistä tehtävistä on yhteiskunnan palveleminen. Jotta demokraattinen kunnallistoiminta onnistuu, on välttämätöntä osallistaa kansalaisia päätöksentekoon esimerkiksi tarjota mahdollisuus mielipiteiden ja toiveiden esittämiseen (Jekabsone & Sloka, 2017). Taskisen (2010) mukaan kunnan velvollisuus lapsiperheiden hyvinvoinnin edistäjänä näkyy etenkin opetustoimen ja sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisessä. Esimerkiksi neuvolapalveluiden, koulujen ja nuorisotoiminnan järjestäminen ovat tärkeitä lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta.

Valtioneuvoston (2022) mukaan sosiaali- ja terveydenhuollon rakenteita uudistetaan, tarkoituksena taata yhdenvertaisempi palvelujen tavoitettavuus kaikille suomalaisille. Uudistuksen myötä sosiaali- ja terveystalouden sekä pelastustoimen järjestämisen vastuu siirtyy kunnilta uusille hyvinvointialueille. Muutoksen taustalla vaikuttaa muun muassa syntyvyyden laskun ja väestön ikääntymisen aiheuttama huoltosuhteen muuttuminen. Vaikka vastuu edellä mainittujen palvelujen järjestämisestä siirtyy kunnilta hyvinvointialueille, säilyy vastuu asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä edelleen kunnilla (Laki hyvinvointialueesta 611/2021; laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä 612/2021). Päävastuu palvelujen järjestämisestä ja tuottamisesta on tulevaisuudessa julkisella sektorilla. Kuitenkin yksityisen- sekä kolmannen sektorin merkitys etenkin hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta tulee kasvamaan entisestään, sillä etenkin järjestöjen rooli julkista sektoria tukevana palveluntuottajana turvataan (Valtioneuvosto, 2022).

Hyvinvoinnin edistämistä koskevassa työssä on tärkeää huomioida myös tulevaisuuden näkymät. Valtioneuvoston (2021b) julkaisemassa ”*hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030*” toimeenpanosuunnitelmassa esitellään valtioneuvoston periaatepäätös, joka on linjannut erilaisia toimia joiden avulla vuoteen 2030 mennessä terveyden ja hyvinvoinnin eriarvoisuus saataisiin Suomessa vähenemään. Tavoitteena on kaikkien suomalaisten kestävästi hyvinvoinnin turvaaminen riippumatta väestö- tai ikäryhmästä. Tavoitteen saavuttamiseksi asetetut toimenpiteet on avattu kuviossa 8 (Valtioneuvosto, 2021b, s. 7).



Kuvio 8. Toimeenpanosuunnitelman neljä painopistettä (Valtioneuvosto, 2021b, s. 7).

Tässä teoriaosiossa esiteltiin tutkielman kannalta oleellisimpia hyvinvoinnin ja sen edistämisen kokonaisuuteen vaikuttavia tekijöitä ja näitä asioita avaavia teorioita. Hyvinvoinnin edistämiseen ja hyvinvoinnin kokonaisuuteen liittyviin asioihin palataan vielä tutkimustuloksia käsittelevässä luvussa sekä tutkimustulosten pohdinta -osioissa, jolloin teemahaastatteluista saatua tietoa yhdistetään aiemmin avattuun teoriatietoon. Seuraavaksi siirrytään tutkielman toiseen teoriakokonaisuuteen, jossa tarkastellaan kolmatta sektoria ja erityisesti sen roolia hyvinvoinnin edistäjänä.

3 Kolmas sektori hyvinvoinnin edistäjänä

Tässä luvussa määritellään aluksi mitä tarkoitetaan puhuttaessa kolmannesta sektorista ja mitä muut sektorit ovat. Kolmannen sektorin roolia yhteiskunnassa ja muiden sektoreiden vertaisena pohditaan aiheesta saatavilla olevan tieteellisen kirjallisuuden pohjalta. Seuraavaksi avataan kansalaisyhteiskunnan käsitettä ja järjestötoimintaa osana kolmatta sektoria samalla pohjustaen tietä seuraavalle luvulle, jossa käsitellään urheiluseuratoimintaa osana kolmatta sektoria. Urheiluseuratoimintaa käsittelevässä luvussa avataan urheiluseurojen historiaa ja roolia nyky-yhteiskunnassa. Lopuksi avataan ensimmäisen tutkimuskysymyksen kannalta oleellisinta käsitettä, eli henkilöidytään valmentajan käsitteeseen ja vielä tarkemmin juniorivalmentajaan.

3.1 Kolmas sektori

Ensiajatus kolmannesta sektorista merkittävänä osana yhteiskuntaa pohjautuu Etzionin (1973) kolmen mallin noudattamiseen. Kolmatta sektoria on määritelty eri tavoin, esimerkiksi sektoriksi, joka ei ole yksityinen eikä julkinen vaan täysin erillään näistä kahdesta (Taylor, 2010). Kolmas sektori voidaan jakaa neljään sitä määrittävään pääkohtaan: *vapaaehtoinen, kolmas sektori, etuliite "kansalais"* sekä *voittoa tavoittelematon* (Taylor, 2010). Helander (1998, s. 33) taas määrittelee kolmannelle sektorille olevan vielä useampia nimityksiä, kuten hyväntekeväisyyssektori, vapaaehtoissektori, ei-julkinen sektori ja voittoa tavoittelematon sektori. Edellä mainitut nimitykset kuvastavat siis tilaa, joka jää kotitalouksien, julkisen vallan ja yksityisen liiketoiminnan väliin (Helander, 1998, s. 33–34; Saukkonen, 2013, s. 7).

Etzionin (1973) tapaan myös muiden muassa Ruuskanen ja muut (2020, s. 20) sekä Billis (2010) toteavat, että on kaikista tyypillisintä ajatella yhteiskunnassa olevan erotettavissa kolme eri sektoria. Sektoreista puhutaan usein joko Billisin (2010) tapaan ensimmäisenä-, toisena- ja kolmantena sektorina, kun taas esimerkiksi Lewis (2012, s. 158) käyttää

sektoreista muotoa: julkinen, yksityinen ja ”kolmas”. Billisin (2010) mukaan *ensimmäinen sektori* nähdään ensisijaisesti voittoa tavoittelevana organisaationa. *Toinen sektori* – ehkä tunnistettavammin julkinen sektori taas perustaa toimintansa byrokraattiseen hallintoon sekä julkiseen demokratiaan. Verrattuna ensimmäisen sektorin yrityksiin, toisen sektorin organisaatiot eivät ole samalla tavalla voittoa tavoittelevia, vaan julkiset organisaatiot tuottavat julkisia, verovaroin rahoitettuja palveluja. *Kolmas sektori* ja sen organisaatioiden ajatus liitetään Billisin (2010) mukaan kansalaisyhteiskunnan toimintaan, jota avataan tässä työssä vielä tuonnempana.

Brandsenin ja muiden (2005, s. 750) mukaan kolmannella sektorilla voidaan tarkoittaa esimerkiksi vapaaehtoistoimintaa, seuratoimintaa tai voittoa tavoittelematonta toimintaa. Kolmannella sektorilla on Ruuskasen ja muiden (2013, s. 6) mukaan yhteiskunnallisesti merkittävä rooli, sillä siihen lukeutuvat organisaatiot luovat yhteiskuntaan palveluita, jotka täydentävät edellä mainitun ensimmäisen ja toisen sektorin palveluita. Taulukkoon 2 on yksinkertaistettu Billisiä (2010) mukailleen perinteinen sektorierottelu.

Taulukko 2. Yksinkertaistettu sektorijaottelu (Billis, 2010).

| | Ensimmäinen sektori | Toinen sektori | Kolmas sektori |
|--------------------------------|--|---|---------------------------|
| Organisaatiomuoto | Yritys | Virasto | Yhdistys |
| Omistajuus | Osakkuus | Kansalaisuus | Jäsenyys |
| Hallinnallinen periaate | Omistususuus | Julkinen demokratia | Jäsendemokratia |
| Työvoimaresurssi | Johdon alaisuuteen palkattu henkilöstö | Byrokratian pohjalta palkattu virkahenkilöstö | Vapaaehtoiset |
| Resurssiperusta | Liiketoiminta | Verotus | Jäsenmaksut, lahjoitukset |

Salamon ja Sokolowski (2016, s. 1532) toteavat kolmannen sektorin merkittävimpiä ominaisuuksia olevan yksityisyys, julkinen tarkoitus ja pakottamaton osallistuminen.

Yksityisyydellä he tarkoittavat, että kolmannen sektorin toimija ei voi olla esimerkiksi valtion hallinnassa, vaikka he voivat saada toimintansa takaamiseksi tukea valtiolta. Pakottamattomalla osallistumisella he tarkoittavat, että kolmanteen sektoriin kuuluvien voittoa tavoittelemattomien toimijoiden tulee olla itsehallinnollisia, joihin yksilöt voivat vapaaehtoisesti liittyä tai olla liittymättä. Julkisella tarkoituksella he tarkoittavat, että kolmannen sektorin voittoa tavoittelemattomat organisaatiot ovat kiellettyjä jakamasta varojaan sijoittajilleen tai esimerkiksi johtajilleen. Jotta organisaatio voidaan Salamonin ja Sokolowskin (2016, s. 1533) mukaan mieltää kolmannen sektorin toimijaksi, on sen täytettävä kuviossa 9 kuvatut viisi ominaisuutta.



Kuvio 9. Kolmannen sektorin organisaation piirteet Salamonin ja Sokolowskia (2016, s. 1533–1535) mukaillen.

Borzagan ja Fazzin (2014) mukaan etenkin Euroopan maissa kolmas sektori on nähty julkisen terveydenhuollon tehokkuutta ja suorituskykyä parantavana tekijänä, muun muassa julkista sektoria tukevien palveluidensa ansiosta. Heidän mukaansa kolmannen sektorin toimijoiden tulisi olla samanaikaisesti ammattimaisia, mutta symbioosissa kansalaisyhteiskunnan kanssa.

3.2 Kansalaisyhteiskunta

Ruuskanen ja muut (2020, s. 18) määrittelevät kansalaisyhteiskunnan käsitteen tarkoittavan yhteiskunnallista kenttää, jossa julkisesti ja vapaaehtoisesti toimivat kansalaisryhmät ja kansalaiset toimivat yhteisten intressiensä ja arvojensa pohjalta. Möttösen ja Niemelän (2005, s. 4) mukaan kansalaisyhteiskunnan kokonaisuus kattaa enemmän kuin pelkän järjestötoiminnan. Heidän mukaansa siihen sisältyy kaikki ihmisten yhteisöllisyys perheiden ja ihmisten oman yksityisyyden ulkopuolella. Vaikka kansalaisyhteiskunta nähdäänkin kolmantena sektorina, on teknologia Ruuskasen ja muiden (2020, s. 18–20) mukaan luonut kansalaistoiminnalle mahdollisuuden organisoitua kevyemmin, ilman yhdistystoimintaan liittyviä velvoitteita. Tästä sitoutumattomasta kansalaistoiminnasta on viime aikoina käytetty myös nimitystä ”neljäs sektori”.

Osbornen (2008) mukaan kolmannen sektorin merkitys Euroopassa on kasvanut viime vuosikymmenten saatossa merkittävästi. Hänen mukaansa merkityksen kasvu vaikuttaa kansalaisyhteiskunnan ylläpitoon ja luomiseen, tehokkaiden julkisten palveluiden tarjoamiseen, sosiaalisesti vastuullisten yritysten kehittämiseen, osallisuuden edistämiseen sekä huono-osaisempien alueiden uudistamiseen sekä demokraattiseen kulttuuriin ja sen vastuuvollisuuteen (Osborne, 2008).

Osborne (2008, s. 69) toteaa, että historiallisesti vapaaehtoisjärjestöt ja kansanliikkeet ovat olleet merkittävässä roolissa pohjoismaisen demokraattisen hyvinvointivaltion luomisessa. Monissa eurooppalaisissa hyvinvointivaltioissa kiinnostus kolmatta sektoria ja sen toimijoita kohtaan kasvoi erityisesti 1980-luvun alussa, kun skeptisyys ja kriittisyys valtion yksinoikeutta kohtaan kasvoi (Osborne, 2008, s. 69). ”Uudemmat” ongelmat, kuten sosiaalinen syrjäytyminen ovat raivanneet tietä yhä enemmän vapaaehtoisjärjestöille. Tänä päivänä väestön ikääntymisen ja globalisaation rajoittaman verotuksen aiheuttamat murheet tuovat kolmannen sektorin yhä tärkeämpään rooliin, sillä vaihtoehtoisia kumppaneita tullaan tarvitsemaan myös sosiaalipolitiikan saralla tulevaisuudessa (Osborne, 2008, s. 69).

Kuntien ja kolmannen sektorin yhteistyö on Möttösen ja Niemelän (2005, s. 5) mukaan tärkeä osa koskien paikallishyvinvointipolitiikkaa. Heidän mukaansa toista ja kolmatta sektoria on usein käsitelty liiakseen kahtena, toisistaan täysin erillisenä kokonaisuutena. Ruuskanen ja muut (2020, s. 21) huomauttavatkin, että nykypäivänä yhä useampien kolmanteen sektoriin aiemmin luokiteltujen organisaatioiden toiminnassa yhdistyvät eri sektoreiden välisiä toimintamalleja. Tällaista tilannetta kuvataan käsitteellä ”hybridisaatio”. Hybridisaatiota, esimerkiksi palkkatyön ja vapaaehtoistyön yhdistämistä toteutetaan myös nykypäivän urheiluseuroissa, joihin tässäkin työssä seuraavaksi keskitytään.

3.3 Urheiluseurat osana kolmatta sektoria

Urheilun merkitystä yhteiskunnalle ei voida Lolandin (2011) mukaan kiistää, sillä enemmistö lapsista ja nuorista osallistuu jossain vaiheessa elämäänsä urheiluseuratoimintaan. Lisäksi merkittävä osa aikuisista urheilee säännöllisesti ja ammattilaistason urheilutapahtumat, kuten jalkapallon maailmanmestaruuskilpailut tai olympialaiset kiinnostavat ihmisiä ympäri maailman ja yltyvät kansainvälisellä tasolla eniten katselluimpien tv-lähetysten joukkoon (Loland, 2011, s. 15). Urheilun merkitys on siis kiistämättä suuri niin maailmanlaajuisesti kuin paikallistasollakin.

Urheilun positiivisia vaikutuksia etenkin yksilön fyysiseen hyvinvointiin on tutkittu runsaasti eri puolilla maailmaa. Esimerkiksi Humphreys ja muut (2014) tuovat raportissaan ilmi, miten suuri merkitys pienelläkin fyysisen aktiivisuuden lisäämisellä voi olla muun muassa niveltulehdusten, korkean verenpaineen, diabeteksen, sydänsairauksien sekä ylipainon ehkäisyssä. Myös Reiner ja muut (2013) toteavat artikkelissaan, että fyysisellä aktiivisuudella on sepelvaltimoataudin, ylipainon ja tyyppin

2 diabeteksen ehkäisyn lisäksi mahdollisesti positiivisia vaikutuksia myös dementian ja Alzheimerin taudin syntyyn. Suomessa fyysisen aktiivisuuden vaikutusta hyvinvointiin ja terveyteen seuraa ja tutkii esimerkiksi Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos sekä UKK-instituutti.

Urheilun ja fyysisen aktiivisuuden rooli pysyy yhtä merkittävänä riippumatta tarkasteltavan yksilön tai ryhmän iästä (WHO, 2022, s. 1). Tutkimuksessaan Rodriguez- Ayllon ja muut (2019) totesivat, että fyysisellä aktiivisuudella on myös suuri vaikutus yksilön mielenterveyteen jo esikouluikästä lähtien. ICCE (2016, s. 7) mukaan urheiluharrastuksella on täysi potentiaali motivoida ja inspiroida ihmisiä kehittämään yksilöiden, yhteisöjen ja jopa valtioiden terveyttä ja hyvinvointia, jonka eteen urheiluseurat tekevät tärkeää työtä.

Monissa kolmatta sektoria käsittelevissä artikkeleissa fokus on pitkälti kolmannen sektorin toimijoissa, jotka tuottavat yhteiskunnallisesti merkittäviä palveluita. Tällaiseksi toimijaksi voidaan mieltää myös tämän tutkielman kannalta olennainen urheiluseuratoiminta. Muun muassa Giulianottin ja muiden (2019, s. 544) mukaan urheiluseuratoiminta on ollut merkittävä osa suomalaista kolmatta sektoria jo ennen vuoden 1917 itsenäistymistä. Vaikka urheiluseuratoiminta on kokenut vuosien saatossa monia rakenteellisia muutoksia esimerkiksi aiemmasta jaottelusta työväkeen ja porvaristoon tai vanhoista pienemmistä yleisurheiluseuroista suurempien seurojen valtakauten, on sillä tärkeä rooli suomalaisten hyvinvointipalveluiden rinnalla sekä suuri merkitys kansalaisten toimintakyvyn ja terveyden ylläpitämisessä (Giulianotti ja muut, 2019, s. 546; Ilmanen, 1996).

Kuntien tuki urheiluseuratoimintaa kohtaan vilkastui 1900-luvun alussa, jolloin etenkin kaupungeissa tarve urheilupaikoille lisääntyi (Ilmanen, 1996, s. 30). Ilmanen (1996, s.30) mukaan tuen tarve kasvoi pikkuhiljaa ja kehityksen myötä kuntien ensimmäiset vapaaehtoiset hallinnonhaarat urheilun ympärille alkoivat muodostua, sillä jo tuolloin ymmärrettiin urheilun ja urheiluseuratoiminnan laajempi yhteiskunnallinen merkitys. Kuten esimerkiksi Allison (1998, s. 714) toteaa, urheilun terveydellisten hyötyjen lisäksi urheiluseuratoiminta voi kehittää muun muassa ihmisten demokraattisia taitoja sekä kykyä yhteiseen päätöksentekoon.

Urheiluseuroilla on yhä tänäkin päivänä merkittävä rooli suomalaisten lasten ja nuorten liikkumisen ja sitä kautta hyvinvoinnin ja terveyden lisäämisessä. Vuoden 2018 LIITU-

tutkimus raportissa todetaan urheiluseurojen olevan merkittävässä asemassa lasten ja nuorten liikuntakasvatuksen- sekä aktiivisuuden edistäjänä (Blomqvist ja muut, 2019, s. 49). Blomqvistin ja muiden (2019, s. 49) mukaan 9–11 vuotiaista lapsista yli kaksi kolmasosaa on mukana urheiluseuratoiminnassa. Vuonna 2020 julkaistun LIITU- tutkimuksen mukaan vanhempien, 17–18-vuotiaiden nuorten keskuudessa urheiluseurassa vähintään kerran viikossa harrastavia on enää n. 40 % (Mononen ja muut, 2021, s. 36). Kosken ja Mäenpään (2018, s. 11–12) mukaan urheiluseuratoiminnan voidaan katsoa olevan yhteiskunnallisesti merkittävässä roolissa, sillä liikunnallisten taitojen ja fyysisen terveyden edistämisen ohella ne toimivat tärkeänä yhteisöllisyyttä luovana tahona, demokratian edistäjänä sekä lasten ja nuorten kasvattajana.

Mäenpään ja Kosken (2019) mukaan erilaiset seurat ovat oleellisia toimijoita, mitä tulee kansalaisten sekä kansalaisyhteiskunnan hyvinvointiin, liikuntaan ja urheiluun. Yhteiskunnallisina vaikuttajina etenkin suurilla urheiluseuroilla on merkittävä rooli. Geidnen ja muiden (2019) mukaan urheiluseurojen merkittävyys kansanterveydelle on toistunut monien tutkijoiden töissä. Heidän mukaansa kuitenkin perusteellinen ymmärrys siitä, miten urheiluseurat toimivat oivana alustana terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi puuttuu. Vandermeerschen ja muut (2017) toteavat koko urheilun kentän merkityksen yhteiskunnalle kasvaneen merkittävästi viime vuosikymmenten aikana.

Urheiluseurat toimivat tärkeänä kolmannen sektorin osana sekä kansalaisyhteiskunnan rakentajina (Koski & Mäenpää, 2018, s. 11). Urheiluseurat ovat suurin ja merkittävin urheilutoiminnan tuottaja, jonka toiminta fokusoituu paitsi kilpailuhenkisyteen – myös hyvinvoinnin edistämiseen (Skille, 2010). Kosken ja Mäenpään (2018, s. 12) mukaan urheiluseurojen toiminta on muihin yhteiskunnassa toimiviin järjestelmiin verrattuna poikkeuksellinen, sillä niiden toiminta perustuu etenkin ruohonjuuritasolla ja junioritoiminnassa pitkälti vapaaseen kansalaistoimintaan. Aiemmin mainittu vapaaehtoissektori kuvastaa kolmatta sektoria konkreettisesti, sillä kolmannen sektorin toimintaa ylläpitää vapaaehtoistyö. Vapaaehtoistyö on Anttilan ja Kurjen (2001, s.10) mukaan yhteisöjen eteen tehtyä toimintaa, josta työntekijä ei hyödy rahallisesti eli ei saa rahapalkkaa.

Urheiluseuroissa varsinaiseksi vapaaehtoistyön motiiviksi voi riittää esimerkiksi ajatus avuksi olemisesta (Eskola & Kurki, 2001, s.10).

Etenkin junioriurheiluun keskittyvän urheiluseuran toiminnan on katsottu tähtäävän pohjimmiltaan enemmän leikkimieliseen terveys- liikunta- ja urheilukasvatukseen. Kuitenkin urheilukasvatukseen tähtäävä seura pyrkii myös menestykseen, tulokseen sekä suunnitelmallisuuteen määrätietoisella tekemisellään (Kuisma, 1999, s. 110). Urheiluseuroja ei voida Mäenpään (2016) mukaan kuitenkaan mustavalkoisesti lokeroida kolmanteen sektoriin kuuluviksi. Ennemminkin urheiluseurat voidaan nähdä kolmannen sektorin kontekstissa vähintäänkin häilyväksi, sillä etenkin huippu-urheilun saralla yhtiöityminen ja yritysmäisempi ajattelu ovat nykypäivänä entistä tavallisempaa. Kuitenkin lasten ja nuorten harrasteurheilu mielletään vielä toistaiseksi pääosin kolmannen sektorin toiminnaksi (Mäenpää, 2016, s. 32). Kosken ja Mäenpään (2018) mukaan perheiden rooli urheiluseurojen ”asiakkaana” on kuitenkin korostunut lähivuosina, sillä vapaaehtoisvoimin hoidettava varainhankinta seuroissa on vähentynyt, ja yhä suurempi osa harrastuskuluista maksetaan suoraan rahalla.

Kolmannen sektorin toimijoista urheiluseurat lienevät merkittävien lasten ja nuorten ta-voitettavuuden kannalta. Sen takia urheiluseurojen ja seuroissa toimivien valmentajien rooli lapsen ja nuoren elämässä ei voi jäädä kovin pieneksi. Kuten Hämäläinenkin (2008, s.114) toteaa, urheilun parissa kasvava lapsi kiintyy omaan urheiluseuraansa ja kasvaa sen arvojen ja tapojen mukaan. Urheiluseurassaan lapsi tai nuori on mahdollisten joukkuekavereidensa lisäksi eniten vuorovaikutuksessa valmentajiensa kanssa. Hämäläinen (2008, s. 67) näkee valmentamisen olevan monitahoinen asia, jonka jokaista puolta ei ole vielä täysin tutkittu. Hän pohtii valmentamisen ydinpiirteiden olevan kuitenkin tehokkuus, asiantuntijuus ja johtajuus. Hämäläisenkin (2008, s. 67) mainitsemia ydinpiirteitä tarkastellaan vielä lähemmin valmentajaa käsittelevässä luvussa.

Valtioneuvoston (2021a) lapsistrategian mukaan harrastustoiminnan yhteisöt auttavat lisäksi tukemaan lasten osallisuutta yhteiskunnassa. Esimerkiksi Walseth (2006, s. 454)

toteaa tutkimusraportissaan, että suurin osa tutkimukseen osallistuneista joukkueurheilua harrastavista nuorista naisista kokivat kuulumisuuden tunnetta ja itsensä osallisiksi. Osallisuuden tunnetta lisäsi muun muassa joukkueen sisällä syntyneet sosiaaliset suhteet. Urheiluseuratoiminnalla voi myös olla merkittävä rooli maahanmuuttajien integroitumisessa uuteen kulttuuriin, lisäten heidän kuulumisuuden tunnettaan (Blachnicka-Ciacek & Trabka, 2022; Walseth, 2006).

Valtioneuvoston (2021a) lapsistrategian mukaan lapsella on oikeus turvalliseen vapaa-aikaan sekä leikkiin ja kiireettömyyteen. Yksi lasten hyvinvointia edistävä tekijä on myös Fattoren ja Masonin (2017) mukaan mielekkäät vapaa-ajan toiminnot. Harrastustoiminta on tärkeää paitsi lasten vertaissuhteita ajatellen, mutta myös syrjäytymisen ehkäisyssä. Lisäksi harrastustoiminta tuo lapsen elämään enemmän turvallisia aikuisia, esimerkiksi seuraavaksi esiteltävistä valmentajista (Valtioneuvosto, 2021a).

3.4 Valmentaja

Viime vuosikymmenten aikana etenkin juniorivalmentajan rooli yhteiskunnassa on nähty yhä vahvemmin olevan myös kasvattaja pelkkien fyysisten ja teknisten taitojen kehittäjän sijaan (Taylor ja muut, 2016). Kuitenkin Hardmanin ja muiden (2011) mukaan hallitsevin ja yleisin käsitys valmentajasta on valmentajan näkeminen ”välineenä”, jonka onnistumisista mitataan poikkeuksetta suoritusten, saavutusten ja menestyksen avulla. Lolandin (2011, s. 21) mukaan hyvä valmentaja tarvitsee ennen kaikkea käytännön viisautta, joka rakentuu kyvystä punnita erilaisia oivalluksia ja näkökulmia toistensa kanssa järkevillä tavoilla. Hyvä valmentaja on Lolandin (2011) mukaan valistunut monitaituri, joka auttaa toiminnallaan urheilijoita saavuttamaan paitsi urheilullisen, myös inhimillisen huippuosaamisensa.

Hyvällä valmentajalla tulee olla paljon tietämystä valmentamastaan urheilulajista, johtamisen taitoja sekä psykologista oivalluskykyä (Oyvind & Hemmestad, 2011, s. 45). Valmentamisen tutkiminen eri johtamisteorioiden kautta onkin ollut yksi keskeisimmistä

tavoista tutkia, miten valmentajat vaikuttavat omalla toiminnallaan valmentamiinsa nuoriin (McGuckin & muut, 2022). Lisäksi valmentajalla tulee olla kyky tehdä pidemmän tähtäimen suunnitelmia ja myös kyky reagoida nopeasti eri tilanteisiin esimerkiksi otteiden aikana. Toisin sanoen valmentajat ovat vastuussa joukkueensa ja sen yksilöiden suorituksista, mutta myös koko joukkueen jäsenten hyvinvoinnista (Oyvind & Hemmestad, 2011, s. 45).

Hämäläinen (2008, s. 77) toteaa, että juniorivalmentajalle on tyypillistä ajatella, että urheiliva lapsi on itse urheilua tärkeämpää. Myös McGuckin ja muiden (2022) mukaan juniorivalmentajilla on kiistatta tärkeä rooli nuorten urheilijoiden urheilukokemuksen ja positiivisen kehityksen muovaamisessa. Sääkslahden ja muiden (2021, s. 37) mukaan osaavat ja koulutetut valmentajat, joilla on kyky luoda myönteinen ja kannustava ilmapiiri ovat suuressa roolissa myös tarkasteltaessa lasten ja nuorten urheiluharrastuksen aloittamista sekä ennen kaikkea harrastuksen jatkamista ja siinä pysymistä. Blomqvistin ja muiden (2019, s. 53) mukaan suurimmat syyt urheiluharrastuksen lopettamiselle 11–15-vuotiailla oli joko lajiin kyllästyminen tai se, ettei enää viihtynyt joukkueessa. Molempiin lopettamisen syihin osaava juniorivalmentaja voi tarvittaessa ainakin pyrkiä puuttumaan. McGuckinin ja muiden (2022) mukaan eri tutkimustulokset vuosikymmenten varrelta tukevatkin väitettä siitä, että valmentajat voivat omalla toiminnallaan vaikuttaa muun muassa lasten ja nuorten sosiaalisten taitojen kehitykseen, sisäiseen motivaatioon sekä urheilun kannalta oleelliseen fyysiseen suorituskyykyyn.

Vellan ja muiden (2010, s. 425) mukaan urheiluvalmentamisen on määritelty olevan monimutkainen sosiaalinen prosessi, joka muodostuu ihmissuhteiden joukosta, jotka ovat syntyneet tiettyjen rajoitteiden pohjalta. Tästä syystä myös he toteavat johtamisen olevan välttämätön osa valmentamista (ks. em. McGuckin ja muut, 2022; Oyvind & Hemmestad, 2011). Johtajuuden lisäksi valmentamiseen yhdistetty ja tutkittu osa-alue on valmentamisen asiantuntijuus sekä tehokkuus. Côté ja Glibert (2009, s. 307–308) toteavat valmentajan asiantuntijuuden tai tehokkuuden joissain tapauksissa edelleen määrittyvän ainoastaan urheilijan saavutuksia, henkilökohtaisia ominaisuuksia tai valmentajan

kokemusvuosia tarkastelemalla, vaikka todellisuudessa etenkin juniorivalmentamisen kohdalla valmentajan asiantuntijuutta ja tehokkuutta tukevia tekijöitä voidaan löytää yhä enemmän kiinnittämällä huomioita harrastavien lasten ja nuorten hyvinvointiin.

Tässä teoriaosiossa avattiin kolmannen sektorin käsitettä sekä tarkasteltiin muun muassa kolmatta sektoria hyvinvoinnin edistäjänä. Lisäksi osiossa määriteltiin lyhyesti kolmannen sektoriin liittyvän kansalaisyhteiskunnan käsitettä ennen paneutumista tutkielman kannalta oleellisimpien kolmannen sektorin toimijoiden, eli urheiluseurojen rooliin. Lopuksi koko teoriaosuus henkilöityi valmentajaan, ja valmentajan roolia yhteiskunnassa avattiin. Seuraavissa luvuissa siirrytään käsittelemään tutkielman empiiristä osiota. Aluksi esitellään tutkimuskohde ja tutkimuksen teossa käytetyt menetelmät ja myöhemmin siirrytään varsinaisten tutkimustulosten käsittelyyn.

4 Tutkimuksen kuvaus

Tässä luvussa esitellään tutkielman tutkimuskohde taustatietoineen, käytetyt tutkimus- ja analyysimenetelmät sekä aineistonkeruumenetelmät. Tutkimuskohde, aineiston käsittely ja analyysin vaiheet on pyritty kuvaamaan mahdollisimman tarkasti ja totuudenmukaisesti tutkimuksen luotettavuutta ajatellen.

4.1 Tutkimuskohde

Tutkimuskohteena ovat Vaasan palloseuran juniorivalmentajat. VPS Juniorit on vaasalainen vuonna 2001 perustettu juniorijalkapalloseura. Tällä hetkellä seurassa on noin 850 rekisteröityä harrastajaa. Seuran urheilupuolella työskentelee kokopäiväisesti yhteensä yhdeksän henkilöä, joista osa päätoimisena juniorivalmentajana (VPS Juniorit, 2022). Päätoimisten valmentajien ohella valmennuksesta vastaa suuri joukko vapaaehtoisia valmentajia. Tavoitteena oli löytää jokaisesta tyttöjen ja poikien U7-U15 ikäluokista ainakin yksi valmentaja haastateltavaksi. Jokaisella joukkueella on muiden toimihenkilöiden (esim. joukkueenjohtajat ja huoltajat) lisäksi ainakin yksi nimetty vastuovalmentaja ja osalla joukkueista toimii vastuovalmentajan apuna yksi tai useampi apuvalmentaja sekä esimerkiksi erikseen nimetty maalivahtivalmentaja.

Haastattelukutsu (liite 1) lähetettiin elokuun 2022 alussa yhteensä 46 juniorivalmentajalle. Kutsu lähetettiin suojattuna sähköpostina kaikille tutkimuskohteeksi valikoituneiden ikäluokkien juniorivalmentajille, joiden yhteystiedot olivat kyseiseen aikaan saatavilla. Haastateltavien tarkempi rajaaminen suunniteltiin niin, että viikko kutsun lähettämisen jälkeen valmentajia lähestyttiin listan mukaisessa järjestyksessä puhelimitse. Puhelinkeskusteluissa sovittiin haastatteluajat- ja paikat sekä keskusteltiin tarvittaessa enemmän tutkimuksen ja tulevan haastattelun sisällöstä. Haastateltavista kolme ilmaisi kiinnostuksensa osallistua haastatteluun heti sähköpostitse kutsun saatuaan, jolloin saman ikäluokan muita valmentajia ei enää kontaktoitu puhelimitse. Valmentajia soitettiin läpi järjestyksessä ja tarvittava määrä

haastateltavia saatiin kasaan melko helposti. Osa valmentajista oli ehtinyt sopia oman joukkueensa muiden valmentajien kanssa, kuka haastatteluun osallistuisi. Haastateltavista valmentajista osa valmensi samanaikaisesti kahta eri ikäluokkaa, jolloin he edustivat haastatteluissa molempia valmentamiensa joukkueita.

Haastatteluita sovittiin yhteensä kymmenen. Haastattelujen aluksi ennen varsinaisiin teemoihin siirtymistä haastateltavien kanssa käytiin läpi valmentamiseen liittyviä taustatietoja. Taustatiedoista ilmeni valmentajien valmennuskokemus vuosina, syyt miksi valmentaa, millaisen valmentajakoulutuksen- tai koulutuksia on käynyt ja mikä on valmentamisessa parasta. Seuraavaksi esitellään kerättyä tietoa haastateltavien taustoista, kuitenkin heidän anonymiteettiansa kunnioittaen. Jotta yksittäistä valmentajaa ei tunnistettaisi vastausten perusteella, taustatiedoissa ei tuoda ilmi esimerkiksi haastateltavien ikää, sukupuolta tai oman ammattilaisuran historiaa. Myöhemmin tutkimustuloksia käsiteltäessä valmentajien vastauksista tehdyt suorat lainaukset on numeroitu (H1-H10) eri valmentajien vastausten erottamiseksi. Kuitenkin tässä vaiheessa numerointi on vielä jätetty pois, jotta valmentajia ei voida myöskään taustatietojen ja myöhemmin esitettävien suorien lainausten avulla tunnistaa.

Haastateltujen valmentajien valmennuskokemus vuosina vaihteli kahdesta vuodesta noin kahteenkymmeneen vuoteen. Haastattelujen aikaan meneillään ollut valmennusvuosi laskettiin yhdeksi kokonaiseksi vuodeksi, jolloin toista vuotta valmentavien valmennuskokemukseksi huomioitiin kaksi kokonaista vuotta. Valmentajista suurin osa oli aloittanut valmennusuransa apuvalmentajan roolissa. Valmennuskokemuksena huomioitiin valmentajien itse määrittelemä kertymä omasta valmennuskokemuksestaan. Haastateltavien joukko koostui sekä päätoimisista ammattivalmentajista, vapaaehtoisista oman työnsä ohella toimivista valmentajista sekä apuvalmentajista.

Yhdistävä tekijä, miksi haastateltavat kertoivat ylipäätään päätyneensä valmentamaan, oli heidän oma historiansa jalkapallon parissa. Haastateltavista jokainen mainitsi jossain kohtaa haastattelua pelanneensa itse jalkapalloa, osa ammattilaisasolla asti ja osa

harrastetasolla. Ammattilaistasolla urheilleet valmentajat olivat usein käyneet jo ensimmäisen valmentajakoulutuksen pelaajauransa aikana ja valmentaneensa ensimmäisiä kertoja oman pelaajauransa ohella. Valmennustehtävät koettiin luontevaksi jatkumoksi oman pelaajauran ohella ja sen jälkeen. Haastateltavista moni kertoi jalkapallon olevan intohimo ja suuri osa elämää, vaikkei itse syystä tai toisesta enää pelaisikaan. Myös omien lasten aloittaminen lajin parissa oli toiminut osalla haastateltavista kannustimena valmentamiseen. Lisäksi haastatelluista osa kertoi yksinkertaisesti koukuttuneensa valmentamiseen ensimmäisen kokeilun jälkeen.

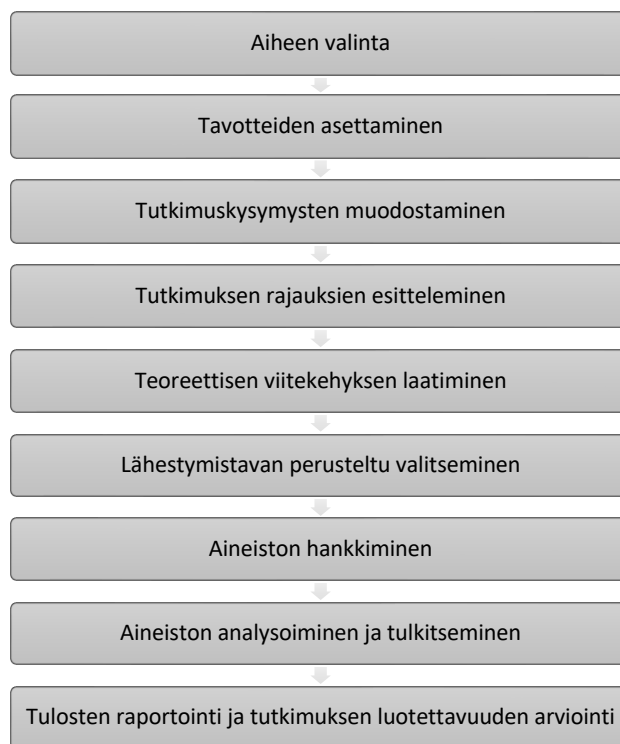
”Silloin kun omat pelihommat loppui jo 15-vuotiaana mä aloitin valmentajana ... että se oli hyvin looginen jatko sille, että on ollut lajin parissa ylipäänsä. Nälkä kasvaa syödessä ja on ollut tosi mahtavaa.” H04

Haastateltavista yhdeksän on käynyt jonkin asteisen valmentajakoulutuksen Palloliiton valmentajan koulutuskokonaisuudesta (ks. Palloliitto, n.d.). Koulutuksen taso vaihtelee valmentajien välillä futisvalmentajan starttikoulutuksesta UEFA Pro -koulutukseen. Palloliiton koulutusten lisäksi haastateltavat kertoivat osallistuvansa tarvittaessa lyhyempiin, esimerkiksi seuran sisäisiin koulutuksiin. Lisäksi haastatelluista viisi kertoi opiskelevansa/opiskelleensa myös valmennusta tukevia ammatti- tai korkeakoulututkintoja.

4.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkimusmenetelmänä käytettiin laadullista tutkimusta. Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus tarkastelee tutkittavaa ilmiötä tosielämän mukaisesti ja sitä käyttämällä saadaan esiin tuloksia, joita voi olla vaikea saavuttaa esimerkiksi numeerisen datan avulla (Ospina ja muut, 2018, s. 6). Laadullisen tutkimuksen keskiössä on tavallisesti pyrkimys tarkasteltavan ilmiön ymmärtämiseen tutkittavien yksilöiden perspektiivistä (Flick, 2006, s. 14; Puusa & Juuti, 2020, s. 9). Lisäksi laadullisen tutkimuksen avulla voidaan syventää ymmärrystä yksilön kokemuksista (Erlingsson & Brysiewicz, 2017).

Hirsjärven ja muiden (2009, s. 266) mukaan laadullinen tutkimus voidaan nähdä myös eräänlaisena kertomuksena etsimisestä, jonka tarkoituksena on kuvata sitä, että tutkimus on luova prosessi vaikkakin se on suunnitelmallista ja tavoitteellista. Juuti ja Puusa (2020, s.11) kuvailevat laadullisen tutkimuksen prosessia joustavaksi, ja sille on tyypillistä se, että tutkimuksen eri vaiheiden välillä ilmenee päällekkäisyyttä. Juutin ja Puusan (2020, s. 10–11) mukaan laadulliseen tutkimukseen kuuluu tavanomaisemmin 10 eri vaihetta, joita mukailen tämänkin laadullisen tutkimuksen toteutus eteni. Tutkielmassa läpikäytyt vaiheet on avattu tarkemmin kuviossa 10.



Kuvio 10. Laadullisen tutkimuksen eri vaiheet (Puusa & Juuti, 2020, s.10–11).

4.3 Tutkimusaineiston kerääminen

Empiirinen tutkimusaineisto kerättiin valmentajia haastatteleamalla. Puusan ja Juutin (2020, s. 99) mukaan laadullisen tutkimuksen toteutuksessa käytetään useimmiten erilaisia haastattelutyyppöjä. Puusa ja Juuti (2020, s. 106) toteavat tutkimushaastattelun eri lajeja olevan useita, jotka eroavat toisistaan ohjailevuuden eli strukturointiasteen

perusteella. Strukturointiasteella tarkoitetaan sitä, miten vapaamuotoisesti haastattelu etenee. Haastattelun ollessa soveltuva menetelmä moniin eri tarkoituksiin, voidaan siinä havaita hyvien puolien lisäksi myös haittapuolia. Hirsjärvi ja Hurme (2008, s.35) listasivat haastattelun eduiksi muun muassa sen, että ihminen (tässä tilanteessa valmentaja) nähdään tutkimustilanteessa subjektina, ja näin ollen hänelle annetaan mahdollisuus avata asioita itsestään mahdollisimman vapaasti. Haastattelun haittapuoliksi he mainitsivat muun muassa haastatteluiden haasteellisuuden; haastattelijalta vaaditaan taitoa ja kokemusta. Lisäksi haastatteluihin täytyy varata kunnolla aikaa, sillä haastateltavien etsiminen, ajankohtien sopiminen ja haastattelun toteutus itsessään vievät aikaa.

Haastattelutyypeistä tähän tutkimukseen soveltuvin oli teemahaastattelu – eli puolistrukturoitu haastattelu, jotta valmentajilla oli mahdollisuus tuoda ilmi aidosti omat ajatuksensa vapaassa muodossa. Teemahaastattelussa haastattelu rakentuu ennalta määriteltyjen teemojen ja mahdollisten teemoja tarkentavien kysymysten varaan. Täysin valmis kysymyspatteristo ei kuitenkaan kuulu teemahaastattelun luonteeseen (Hirsjärvi & Hurme, 2008; Puusa & Juuti, 2020, s. 107; s. 48 Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 65). Jotta teemahaastattelu onnistuisi, on tärkeää, että tutkijalla on pohjalla tarpeeksi ymmärrystä tutkimuskohteena olevan ilmiön keskeisimmistä elementeistä.

Haastattelut pidettiin elokuun 2022 aikana, ja niitä sovittiin yhteensä 10. Haastatteluista kuusi pidettiin etänä Zoom-alustalla tai Teamsissa, haastateltavien toiveiden mukaisesti. Etäyhteyden välityksellä pidetyt haastattelut nauhoitettiin kokonaisuudessaan etäalustan omaa nauhoitustyökalua hyödyntäen. Neljä haastatteluista pidettiin kasvotusten. Kasvotusten käydyt haastattelut nauhoitettiin puhelimen sanelin-sovelluksen avulla. Ennen nauhoituksen aloitusta käytiin läpi lyhyt alustus. Alustuksen aikana haastattelijat esitteli itsensä sekä tutkimusaiheen ja -kysymykset. Haastateltavalle kerrattiin haastattelukäytännöt ja haastattelun neljä kantavaa teemaa. Lisäksi haastattelun vapaamuotoisuutta ja joustavuutta painotettiin; haastateltavia kannustettiin puhumaan täysin vapaasti oman tulkinnan ja kokemusten mukaan. Lisäksi oli tärkeää informoida haastateltavia haastatteluun liittyvistä eettisistä seikoista:

- Haastatteluun osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja sen voi keskeyttää koska tahansa.
- Haastattelu nauhoitetaan ja se litteroidaan, eli kirjoitetaan puhtaaksi.
- Haastattelumateriaaliin ei pääse käsiksi haastattelijan ja ohjaajan lisäksi kukaan muu, ja kaikki haastattelumateriaali hävitetään työn valmistumisen jälkeen.
- Tutkielmassa saatetaan esittää otteita haastatteluista, mutta aina anonymiteetti huomioiden. Tutkielmassa ei muutoinkaan tuoda ilmi haastateltavien henkilöllisyyksiä eikä heistä, tai heidän valmennettavistaan puhuta niin, että tunnistaminen olisi mahdollista.

Haastateltaville annettiin mahdollisuus esittää kysymyksiä ennen nauhoituksen aloittamista. Haastateltavilta pyydettiin vielä kerran lupa nauhoittamiseen ja nauhoituksen aloitus- ja lopetus kerrottiin haastattelun alussa ja lopussa selkeästi.

Yksi haastatteluista pidettiin englanniksi ja haastattelu käännettiin heti litterointivaiheessa suomen kielelle anonymiteetin suojaamiseksi. Vaasan Palloseuran junioreissa tyttöjoukkueiden määrä on poikajoukkueiden määrää pienempi, jonka takia valmentajien tutkimustuloksissa tai käytetyissä lainauksissa ei eritellä tyttö- tai poikajoukkueiden valmentajien vastauksia. Haastatteluissa ei myöskään ilmennyt tutkimustulosten kanalta oleellisia eroavaisuuksia tyttö- ja poikajoukkueiden valmentajien vastausten välillä. Suorien lainauksien käytössä, joista ilmenee valmennettavan ikäluokka tai esimerkiksi valmentajan oma ammattilaispelaajatausta, on käytetty harkintaa, jottei haastateltavien henkilöllisyys olisi pääteltävissä.

4.4 Tutkimusaineiston analyysi

Tutkimusaineiston analyysi toteutettiin sisällönanalyysiä hyödyntäen. Krippendorff (2013, s. 24) määrittelee sisällönanalyysin tutkimusmenetelmäksi, jonka avulla voidaan tehdä päteviä johtopäätöksiä kirjoitetusta tekstistä tai muusta aineistosta. Puusan ja

muiden (2020, s. 139) toteamus, että analyysin tarkoituksena on tutkimuksen kohteena olevan ilmiön kuvaileminen, tulkitseminen ja ymmärtäminen tukee osaltaan valitun analyysimenetelmän soveltumista tähän tutkimukseen. Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota Tuomen ja Sarajärven (2018, s. 78) mukaan voidaan käyttää kaikissa laadullisen tutkimuksen muodoissa. Elon ja Kynkään (2008, s. 109) mukaan tutkimuksen tarkoitus toimii määrittävänä tekijänä, käytetäänkö analyysin tekemisessä induktiivista, eli aineistolähtöistä analyysimenetelmää vai deduktiivista, eli teorialähtöistä menetelmää. Tuomi ja Sarajärvi (2018, s. 81–83) esittelevät kuitenkin kahden sijasta kolme laadullisen tutkimuksen analyysimuotoa, joita käyttäen analyysi on mahdollista toteuttaa. Näitä ovat aineistolähtöisen analyysin ja teorialähtöisen analyysin lisäksi abduktiivinen, eli teoriaohjaava analyysi.

Näistä kolmesta sisällönanalyysin menetelmästä tässä tutkielmassa on hyödynnetty teoriaohjaavaa sisällönanalyysiä, sillä pohja tutkielmalle ja aineiston keruulle perustui jo olemassa olevaan teoretietoon. Tuomen ja Sarajärven (2018, s. 81) mukaan teoriaohjaavaa sisällönanalyysiä hyödyntävän tutkijan on kyettävä vuorottelemaan aineistolähtöisyyden ja teorialähtöisyyden välillä. Tällöin saadut havainnot voidaan sitoa teoriaan ja kuitenkin antaa aineistolle ääni ilman teoreettista lokerointia. Teoriaohjaavassa sisällönanalyysissä analyysiprosessi etenee alkuun aineistolähtöisen sisällönanalyysin tapaan (ks. kuvio 11), mutta teoriaohjaavuuden toteutumisen vuoksi analyysin loppuvaiheessa on tärkeää johtaa aineistosta saadut kategoriat yhteen teoreettisen viitekehyksen kanssa, jota on käytetty jo tiedonkeruuvaiheessa (Gläser & Laudel, 2013; Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 81).



Kuvio 11. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 91) mukailten.

Ruusuvuoren ja muiden (2010, s. 9) mukaan kynnys aineistonkeruun ja analyysivaiheen aloittamisen välillä voi olla suuri ja analyysia voi olla aluksi vaikeaa aloittaa. Aineistoon tutustuminen ja analyysin aloittaminen onkin suositeltavaa aloittaa jo aineistonkeruuvaiheessa, kuten tämänkin tutkimuksen saralla toimittiin. Erlingssonin ja Brysiewicz:n (2017) mukaan kamppailu laadullisten tutkimusermien- ja käsitteiden ymmärtämisen kanssa voi myös toimia hidasteena analyysin aloittamisessa. Lisäksi tutkijan voi olla hankalaa esimerkiksi erottaa, mitkä osat saadusta aineistosta ovat relevantteja tutkimuksen kannalta.

Paitsi tutkijan oman työn helpottamiseksi, myös tutkimuksen luotettavuuden lisäämiseksi on eri tutkimusvaiheiden raportointi avainasemassa. Laadullisen sisällönanalyysin toteuttamiseen ei ole vain yhtä oikeaa tapaa (ks. esim. Weber, 1990 & Krippendorff, 2013). Tämän tutkielman tutkimusprosessissa edettiin pitkälti Tuomen ja Sarajärven (2018, s. 91) avaamien aineistolähtöisen sisällönanalyysin vaiheita mukailten. Prosessin eri vaiheet on kuvattu tarkemmin seuraavissa kappaleissa.

Tuomen ja Sarajärven (2018, s. 92) mukaan sisällönanalyysin prosessin voi jakaa kolmeen vaiheeseen: Ensimmäisessä vaiheessa kerätty aineisto pelkistetään, eli redusoidaan. Toisessa vaiheessa aineisto ryhmitellään, eli klusteroidaan. Kolmannessa vaiheessa aineisto abstrahoidaan. Ennen analyysin aloittamista tulee valita käytettävä analyysiyksikkö, jonka avulla alkuperäisiä ilmaisuja valitaan. Analyysiyksikkö voi olla joko yksittäinen sana, kokonainen lause tai lausekokonaisuus (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 91). Tässä tutkielmassa analyysiyksikkönä käytettiin ajatuskokonaisuutta, jotta alkuperäisilmaus ei olisi jo ennen analyysiä liian pelkistetty ja analyysiyksiköstä olisi luotettavammin tulkittavissa haastateltavan tarkoitus.

Aineistonkeruuvaiheessa mieleenpainuvimmat asiat kirjoitettiin muistiin heti haastatteluiden jälkeen. Tämän jälkeen aineiston analyysi aloitettiin litteroimalla kaikki kymmenen nauhoitettua haastattelua mahdollisimman pian, useimmiten noin viikon sisällä haastatteluiden pitämisestä. Litteroitua aineistoa kertyi yhteensä 115 sivua. Yksinkertaistettuna litteroinnilla tarkoitetaan puheen muuntamista tekstiksi (Erlingsson & Brysiewicz, 2017; Ruusuvoori, 2010, s. 356). Ruusuvooren (2010, s. 356) mukaan tutkimusongelma sekä metodinen lähestymistapa määrittelevät litteroinnin sopivan tarkkuuden. Tässä tutkielmassa oli tavoitteena saada selville valmentajien omia kokemuksia, jolloin litteroinnissa oli oleellisinta keskittyä haastattelujen puhuttuun sisältöön. Haastatteluista litteroitiin siis selkeät lauseet ja poistettiin tutkielman kannalta turhat ilmaukset, esimerkiksi sanojen toistot ja väli-ilmaukset.

Litteroinnin jälkeen, ennen redusointia puhtaaksi kirjoitettu aineisto käytiin systemaattisesti läpi useaan otteeseen, jotta kerätystä aineistosta saatiin muodostettua eheä kokonaisuus (Erlingsson & Brysiewicz, 2017). Tuomen ja Sarajärven (2018, s. 92) mukaan redusointivaiheessa kerätystä aineistosta on tarkoituksena karsia kaikki tutkielman kannalta epäolennainen informaatio pois. Redusoinnin voi tehdä joko tiivistämällä tai pilkkomalla kerättyä dataa pienempiin osiin. Redusointi voidaan toteuttaa esimerkiksi etsimällä litteroidusta aineistosta tutkimuskysymyksien kannalta oleellisia ilmaisuja. Aineistosta yhdistellään ja erotellaan erilaisia tutkimusfokuksen kannalta oleellisia

ilmauksia esimerkiksi värikoodein tai alleviivaten. Löydettyt alkuperäisilmaisut redusoidaan ja saadut pelkistetyt ilmaukset listataan (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 92). Tässä tutkielmassa tutkimusfokuksen kannalta merkittävimmät alkuperäisilmaisut värikoodattiin. Tutkimusfokuksen säilyttämiseksi värikoodauksessa hyödynnettiin haastattelun eri teemoja siten, että tiettyä teemaa koskevat ilmaukset merkittiin samoilla väreillä. Haastattelun teemat pohjautuivat tutkimuksen teoreettiseen viitekehykseen, jolloin analyysissä oli teorialähtöinen näkökulma myös alusta alkaen. Alleviivausten jälkeen alkuperäisilmaisut pelkistettiin ja pelkistetyt ilmaukset listattiin omalle word-dokumentilleen.

Redusointivaiheen jälkeen aineisto klusteroitiin, eli luokiteltiin. Tuomen ja Sarajärven (2018, s. 92) mukaan klusterointivaiheessa listatut pelkistetyt ilmaisut käydään läpi ja niistä etsitään yhteneväisyyksiä ja/tai eroavaisuuksia sisältäviä käsitteitä. Pelkistetyistä ilmauksista, jotka käsittelevät samaa ilmiötä keskenään muodostetaan alaluokkia. Muodostunut alaluokka nimetään käsitteellä, joka kuvaa kyseisen luokan sisältöä. Tuomen ja Sarajärven (2018, s. 93) mukaan klusteroinnin voidaan katsoa olevan osa myös analyysin kolmatta vaihetta, abstrahointia eli käsitteellistämistä. Abstrahoinnissa alaluokista muodostetaan yläluokkia, ja yläluokista taas pääluokkia ja pääluokista mahdollisesti yhdistäviä luokkia, tarkoituksena edetä alkuperäisen aineiston ilmauksista teoreettisiin käsitteisiin sekä johtopäätöksiin.

Tuomen ja Sarajärven (2018, s. 94) mukaan on kuitenkin tärkeää muokata hyödynnettävää luokkajaottelua oman tutkimuksen tarpeen mukaan, sillä on mahdotonta tietää etukäteen mitä luokkia aineistosta on mahdollista muodostaa. Tässä tutkimuksessa yläluokkia muodostui yhteensä 4: *”urheiluharrastus hyvinvoinnin edistäjänä”*, *”juniorivalmentajan rooli hyvinvoinnin edistäjänä”*, *”yhteistyö yli sektorirajojen”* sekä *”tulevaisuuden urheiluharrastaminen”*. Nämä yläluokat muodostivat yhdessä kokoavan käsitteen *”lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen”*. Tutkimuksen analyysin muodostumista on avattu taulukossa 3.

Taulukko 3. Analyysin vaiheet.

| ALKUPERÄINEN ILMAUS | PELKISTETTY ILMAUS | ALALUOKAT | YLÄLUOKAT | KOKOAVA KÄSITE |
|---|---|---------------------------------------|--|--|
| "Jos miettii ihan niinku fyysisiä terveyshyötyjä niin se, että ne saa oppia siitä, vaikka ne ei jatkaiskaan jalkapalloa tosi pitkään. Terveelliset, liikunnalliset elämäntavat." H2 | Fyysinen terveys- ja hyvinvointi kehitty | Vaikutukset hyvinvointiin | Urheiluharrastus hyvinvoinnin edistäjänä | Lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen |
| "Vaikea keksiä parempaa harrastusta, missä on niinku mahdollisuus kehittyä kokonaisvaltaisesti kaikissa hyvinvoinnin alueissa." H1 | Kehittää kaikkia hyvinvoinnin osa-alueita | | | |
| "Pahoinvointia ehkäistään ottamalla kaikki mukaan ryhmään." H5 | Urheiluharrastus lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta | Jalkapalloharrastus ja osallisuus | | |
| "-- jos saadaan pidettyä niitä lapsia mukana. Jonkun yksilön kohdalla se (harrastus) voi olla ratkaisevakin tekijä." H8 | Harrastuksessa pysyminen ehkäisee syrjäytymistä | | | |
| "Sillä (urheiluharrastuksella) voi olla tosi suuri merkitys niinku identiteetin muodostumisen kannalta esimerkiksi." H6 | Voi vaikuttaa yksilön identiteetin muodostumiseen | Urheiluharrastuksen merkitys elämässä | | |
| "Valtavan suuri merkitys varsinkin nykymaailmassa." H4 | Roolin merkitys kasvaa | | | |

5 Tutkimustulokset

Tässä luvussa tarkastellaan teemahaastatteluiden avulla kerättyä empiiristä aineistoa ja avataan tarkemmin haastatteluissa esiin nousseita valmentajien ajatuksia ja näkemyksiä. Tutkimustuloksissa käydään tutkimuskysymysten pohjalta muodostetut teemahaastattelussa käydyt teemat loogisesti läpi. Tulokset esitetään abstrahointivaiheessa syntyneiden ala- ja yläluokkien avulla.

5.1 Urheiluharrastus hyvinvoinnin edistäjänä

Jokainen haastateltavista kertoi uskovansa urheiluharrastuksen olevan urheilua harrastavien lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja sen edistämisen kontekstissa tärkeässä roolissa. Taulukosta 4 ilmenee yläluokan *urheiluharrastus hyvinvoinnin edistäjänä* muodostuminen kolmen alaluokan: *vaikutukset hyvinvointiin, jalkapalloharrastus ja osallisuus sekä urheiluharrastuksen merkitys elämässä* pohjalta. Urheiluharrastuksen roolia lasten ja nuorten elämässä pohdittiin etenkin sen erilaisten hyvinvointiin vaikuttavien tekijöiden näkökulmasta, kuten jalkapalloharrastuksen luoman osallisuuden sekä ylipäätään urheiluharrastuksen merkityksellisyyden kautta.

Taulukko 4. Urheiluharrastus hyvinvoinnin edistäjänä.

| ALALUOKAT | YLÄLUOKKA | KOKOAVA KÄSITE |
|---------------------------------------|--|--|
| Vaikutukset hyvinvointiin | Urheiluharrastus hyvinvoinnin edistäjänä | Lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen |
| Jalkapalloharrastus ja osallisuus | | |
| Urheiluharrastuksen merkitys elämässä | | |

5.1.1 Vaikutukset hyvinvointiin

Teemahaastatteluissa valmentajia pyydettiin pohtimaan tekijöitä, jotka urheilu- ja etenkin jalkapalloharrastuksessa tukevat ja edistävät lapsen ja nuoren hyvinvointia.

Vastauksissa korostui erityisesti joukkuelajin mukana tuomat sosiaaliset hyödyt ja vaikutukset sosiaaliseen hyvinvointiin.

”varsinkin jos ajatellaan joukkueurheilua, niin mun mielestä se on niin hieno ympäristö sosiaaliselle kasvulle jokaiselle.” (H9)

”no ennen muuta se sosiaalisuus, että aina löytyy sopiva vertaisryhmä oikeastaan ihan kaikille.” (H4)

Toinen, osan valmentajista itsestäänselvydeksikin ilmaisema seikka oli urheiluharrastuksen tuomat fyysiset hyödyt lasten ja nuorten hyvinvoinnille ja terveydelle. Urheiluharrastuksen vaikutus lapsen ja nuoren fyysiseen hyvinvointiin nähtiin pitkäkestoisena ja hyödyllisenä myös silloin, kun elämä urheiluharrastuksen parissa ei jatkuisikaan kovin pitkään. Harrastuksessa jo nuorena opitut terveelliset ja liikunnalliset elämäntavat nähtiin hyödyttävän lapsia ja nuoria myös tulevaisuudessa. Esimerkiksi terveellisten, urheilijalle soveltuvien ruokailutottumusten opettelu mainittiin tärkeänä fyysiseen terveyteen positiivisesti vaikuttavana seikkana itse urheilemisen ja liikkumisen ohella.

”jos miettii ihan niinku fyysisiä terveyshyötyjä niin se, että ne saa oppia siitä, vaikka ne ei jatkaiskaan jalkapalloa tosi pitkään. Terveelliset, liikunnalliset elämäntavat vaikuttaa niiden hyvinvointiin totta kai.” H2

Useampi haastateltavista ilmaisi huolensa nykypäivän lasten- ja nuorten passiivisuutta ja vähäisiä liikuntamääriä kohtaan. Hyötyliikunnan ja perinteisten pihaleikkien jääminen taka-alalle ja niiden korvaantuminen ruutuajalla huolestutti valmentajia etenkin perusmotoristen taitojen ja myös sosiaalisten taitojen heikentymisen näkökulmasta. Toisaalta liian laaja virikkeiden ja harrastusten tarjonta nähtiin myös uhkana palautumista, lepoa ja perheiden yhteistä aikaa kohtaan.

”ensinnäkin on tärkeää, että he urheilevat. Ottaen huomioon tämän päivän elämäntyylin, miten helppoa lasten on uppoutua esimerkiksi virtuaalipelien maailmaan.” H10

Enemmistö haastateltavista mainitsi hyvinvoinnin kannalta tärkeäksi myös urheiluharrastuksen tarjoaman turvallisen ympäristön kokea niin onnistumisen- kuin epäonnistumisenkin tunteita. Onnistumisten ja epäonnistumisten käsittely yhdessä koettiin lasten

ja nuorten psyykkistä hyvinvointia vahvistavina tekijöinä. Onnistumisen kokemusten nähtiin lapsen tai nuoren itsetuntoa parantavana tekijänä, kun taas epäonnistumisten ja pettymysten kokeminen yhdessä ja turvallisesti nähtiin kasvattavana ja myös tulevaisuuden elämää helpottavana tekijänä.

”kaikista tärkein on, että niitä onnistumisia tulee. Jos ei koskaan tunne olevansa hyvä siinä mitä tekee ja harrastaa, niin eihän sitä kauaa jaksa tehdä.” H1

”että se oppii toimimaan vastoinkäymisten kanssa, oppii häviämään ja oppii voittamaan.” H3

”meidän tehtävä on tarjota, mä sanon jopa vähän karrikoidusti: mahdollisimman paljon pettymyksiä turvallisessa ympäristössä – – ei pidä mun mielestä suojella lapsia pettymyksiltä – – ne kuuluu elämään.” H8

Kaiken kaikkiaan, etenkin jalkapalloharrastuksen erityispiirteitä tarkasteltaessa haastateltavat olivat yhtä mieltä siitä, että jalkapallo harrastuksena tarjoaa mahdollisuuden kehittää yksilön kokonaisvaltaista hyvinvointia. Useampi haastateltavista totesi myös jalkapalloharrastuksen opettavan tärkeitä taitoja esimerkiksi myöhemmän iän opiskeluita tai työelämää varten. Tärkeäksi koettiin edellä mainittujen terveellisten elämäntapojen oppimisen lisäksi esimerkiksi ryhmätyöskentelytaitojen kehittyminen ja peruskäytöstapojen oppiminen. Myös tavoitteellisuus, joukkueen ja seuran arvojen noudattaminen sekä sitoutuminen koettiin tärkeinä asioina, joita jalkapalloharrastus tarjoaa etenkin jo hie- man vanhemmille ja tavoitteellisemmille urheilijoille.

5.1.2 Jalkapalloharrastus ja osallisuus

Jalkapalloharrastuksen vaikutus lasten ja nuorten osallisuuteen nousi haastatteluissa esiin kahden eri teeman aikana. Urheiluharrastuksen roolia lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja sen edistämisen kontekstissa käsittelevän teeman aikana valmentajat pohtivat erityisesti urheiluharrastuksen merkitystä lasten ja nuoren yhteenkuuluvuuden tunteen kokemukseen. Valmentajan roolia käsittelevän teeman aikana haastateltavat pohtivat valmentajan roolia etenkin syrjäytymisen ehkäisyn näkökulmasta.

Haastateltavista lähes jokainen mainitsi lasten ja nuorten kokemuksen yhteenkuuluvuudesta tärkeänä jalkapalloharrastuksen tarjoamana asiana. Ryhmään kuulumisen mahdollistaminen ja kaikkien mukaan ottaminen koettiin tärkeänä, jokapäiväisessä tekemisessä huomioitavana asiana.

”se on iso asia, kun ne saa siitä semmoista yhteenkuuluvuutta ja kavereita.” H2

Toinen haastatteluista ilmennyt lasten ja nuorten osallisuuteen vaikuttava tekijä kuulumisen lisäksi oli pahoinvoinnin, tarkemmin rajattuna syrjäytymisen ehkäisy. Lähes kaikki haastatelluista mainitsivat joukkuelajin mahdollistaman sosiaalisen ympäristön ehkäisevän syrjäytymistä. Joukkueen sisäiset käytännöt ja säännöt esimerkiksi yhteisillä pelimatkoilla koettiin tärkeinä keinoina yksinäisyyden ja pidemmällä tähtäimellä myös syrjäytymisen ehkäisemisessä. Syrjäytymisen ehkäisyn kannalta useampi haastatelluista mainitsi tärkeäksi myös sen, että lapset ja nuoret pysyisivät harrastuksessa mahdollisimman pitkään.

”ketään ei jätetä yksin ja joukkuekavereille, vastustajalle tai tuomarille ei naureta tai mitään muuta, vaan tsempataan.” H7

” – – jos saadaan pidettyä niitä lapsia mukana. Jonkun yksilön kohdalla se (harrastus) voi olla ratkaisevakin tekijä.” H8

Haastatelluista suurin osa mainitsi jutelleensa joukkueensa kesken kiusaamisesta ja sen mahdollisista vaikutuksista joukkue- tai koulukavereiden hyvinvointiin. Esimerkiksi yksi haastatelluista kertoi keskustelleensa valmennettaviensa kanssa syksyllä koulun alkamisen aikaan koulujen alkamiseen liittyvästä ajankohtaisesta aiheesta, eli kiusaamisesta. Syrjäytymisen ehkäisystä puhuttaessa valmentajat mainitsivat myös koulunkäynnin ja siihen kannustamisen tärkeyden.

5.1.3 Urheiluharrastuksen merkitys elämässä

Haastateltavilta kysyttiin, millainen rooli urheiluharrastuksella on ylipäätään heidän mielestään lasten ja nuorten elämässä. Haastateltavat olivat yksimielisiä siitä, että

urheiluharrastuksella on – tai ainakin toivon mukaan olisi suuri rooli lasten ja nuorten elämässä. Suurin osa haastateltavista pohti urheiluharrastuksen merkityksen riippuvan yksilön intohimosta, tavoitteista ja motivaatiosta lajia kohtaan. Urheiluharrastus nähtiin erityisen merkityksellisenä etenkin niiden lasten ja nuorten elämässä, jotka haluavat harjoitella tavoitteellisesti ja menestyä lajissaan. Haastatelluista kaksi mainitsi urheiluharrastuksen roolin voivan kasvaa lasten ja nuorten elämässä niinkin isoksi, että koko yksilön identiteetti muodostuu sen ympärille.

”riippuu vähän yksilöstä, mutta kyllä tosi monelle sillä (urheiluharrastuksella) on varmasti tosi iso rooli. Etenkin niille, jotka on tosi tavoitteellisia sen kanssa.” H2

”sillä (urheiluharrastuksella) voi olla tosi suuri merkitys niinku identiteetin muodostumisen kannalta. Esimerkiksi jos on tyyppisiä, jotka on tosi intohimosesti siinä omassa urheilulajissaan niin se voi muodostaa sellasen tietyn jalkapalloilijaidentiteetin.” H6

Osa haastateltavista mainitsi urheiluharrastuksen voivan kuitenkin olla merkityksellistä myös niille lapsille ja nuorille, jotka eivät koe tavoitteellisten pelaajien tavoin suurta halua tai intohimoa itse lajia kohtaan. Tällaisille lapsille ja nuorelle esimerkiksi harrastamisen tuomat sosiaaliset kontaktit voivat toimia tekijänä, joka tekee urheiluharrastamisesta merkityksellistä.

”toivottavasti sillä (urheiluharrastuksella) olisi äärimmäisen iso merkitys. Se saattaa jäädä pieneksikin. riippuu siitä intohimosta mitä lapsi kokee lajia kohtaan – – parhaassa tapauksessa elämää mullistavaa, huonoimmassa tapauksessa sellainen missä ne käy pari kertaa viikossa pakosta. ” H3

”sosiaalinen puoli ja intohimo yhteisöä kohtaan voi olla suuri, vaikka laji ei kiinnostaisi niin paljoa. Joillekin se laji on jo mennyt niin syvälle jo kymmenenvuotiaana, että se täyttää isoa osaa niitten elämästä ja koko identiteetti saattaa rakentua sen ympärille.” H8

Haastatteluissa pohdittiin lisäksi harrastamisen omaehtoisuuden olevan vahvasti sidoksissa siihen, millainen rooli urheiluharrastuksella on tai tulee olemaan lasten ja nuorten elämässä. Vaikka harrastaminen ei olisi lapsen tai nuoren varsinainen intohimo, voi se silti olla mielekäästä ja pitkään jatkuvaa, mikäli harrastamisen halu ja motivaatio tekemiseen lähtee lapsesta tai nuoresta itsestään. Useampi haastatelluista totesi harrastamisen

loppuvan viimeistään teini-iässä, mikäli halu harrastamiseen ei lähde nuoresta itsesään, vaan esimerkiksi vanhemmista tai valmentajasta.

5.2 Juniorivalmentajan rooli hyvinvoinnin edistäjänä

Haastatteluissa juniorivalmentajat pohtivat rooliaan lapsen ja nuoren elämässä etenkin hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta. Tässä osiossa juniorivalmentajan roolia tarkastellaan kolmen alaluokan kautta: *merkitys lapsen ja nuoren elämässä, hyvän valmentajan ominaisuudet ja valmennukseen kohdistuvat odotukset*, jotka yhdessä muodostavat yläluokan *juniorivalmentajan rooli hyvinvoinnin edistäjänä* (ks. taulukko 5).

Taulukko 5. Juniorivalmentajan rooli hyvinvoinnin edistäjänä.

| ALALUOKAT | YLÄLUOKKA | KOKOAVA KÄSITE |
|-------------------------------------|--|--|
| Merkitys lapsen ja nuoren elämässä | Juniorivalmentajan rooli hyvinvoinnin edistäjänä | Lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen |
| Hyvän valmentajan ominaisuudet | | |
| Valmennukseen kohdistuvat odotukset | | |

5.2.1 Merkitys lapsen ja nuoren elämässä

Valmentajan rooli valmennettavien lasten ja nuorten elämässä koettiin riippuvan niin valmennettavasta yksilöstä ja yksilön suhtautumisesta harrastukseen, kuin yksittäisen pelaajan ja valmentajan välisestä suhteesta sekä luottamuksen tasosta. Valmentajan rooli yksittäisen pelaajan elämässä saattaa haastateltavien mukaan olla hyvinkin suuri, etenkin jos valmentaja on osoittautunut luotettavaksi ja aidosti pelaajista välittäväksi aikuisiksi. Erittäin tavoitteellisesti harrastavan lapsen tai nuoren elämässä valmentajat kokivat roolinsa voivan olevan todella merkityksellinen.

” – – riippuu niin paljon siitä valmennettavasta ja esimerkiksi sen suhteesta harrastukseen. Mut välillä jopa hirvittää miten suuri se rooli on – – eikä vaan harrastusta ajatellen vaan myös niin kun koko sen lapsen tai nuoren elämässä.” H1

Kysyttäessä valmentajan roolin mahdollisista eroista muihin tärkeisiin aikuisiin, kuten vanhempiin tai opettajiin, etenkin ajatukset roolista verrattuna opettajiin jakoivat haastateltavien mielipiteitä. Osa valmentajista oli sitä mieltä, että valmentajan rooli saattaa erota opettajan roolista paljonkin ja rooli saattaa olla opettajaa merkityksellisempi. Ajatusta perusteltiin muun muassa toteamalla valmentajan roolin olevan ”rennompi” ja täten usein helposti lähestyttävämpi. Myös harrastamisen vapaaehtoisuus koettiin opettajan ja valmentajan rooleja toisistaan erottavana tekijänä, sillä harrastamisen lähtökohdana on usein oma halu ja motivaatio harrastaa, mutta koulunkäyntiä sitoo oppivelvollisuuden tuoma pakollisuus.

”kyllä mä sanon, että se eroaa aika paljon just niinku opettajiin ja vanhempiinkin. Tietyssä iässä varsinkin joistain asioista voi olla helpompi puhua vaikka valmentajalle.” H5

”kyllä niinku varmasti voi olla valmentajan rooli vähän merkityksellisempi siinä mielessä, että mistä otetaan esimerkkiä, kun esimerkiksi opettajasta. Koska koulu voi joillekin olla vähän semmoinen negatiivisempi juttu.” H6

Pienempi osa valmentajista oli kuitenkin sitä mieltä, ettei valmentajan ja opettajan rooli välttämättä eroa toisistaan paljoakaan ja esimerkiksi molempien roolien kasvatuksellinen vastuu nähtiin yhdenvertaisena. Valmentajalta ja opettajalta nähtiin vaadittavan osittain samoja taitoja, kuten kykyä ohjata ryhmää ja tarvittaessa kykyä huomata sekä huomioida ryhmään kuuluvien yksilöiden tarpeita. Haastatelluista lähes kaikki painottivat kodin ja vanhempien roolin merkityksen olevan lapsen ja nuoren elämässä kuitenkin kaikista suurin.

”tietysti vanhemmilla on se isoin rooli kun puhutaan vaikka niinkun elämäntapojen kehittymisestä, niin ensimmäisenä mä heitän pallon sinne kotiin, koska ne lapset on siellä sen about 170 tuntia viikossa ja meillä ne on maksimissaan 10 tuntia viikossa” H8

Juniorivalmentajan rooli valmennettavien lasten ja nuorten elämässä koettiin muuttuneen etenkin viime vuosikymmenten aikana paljon. Pelkästään urheiluseuratoiminnan kehittyminen ja koulutukseen panostaminen nähtiin roolia positiivisempaan suuntaan vievänä tekijänä. Osa valmentajista muisteli omien juniorivuosiensa aikaisia valmentajia.

Valmentajan muisteltiin olleen useimmiten jonkun joukkueen pelaajista vanhempi, jolla ei välttämättä ollut tarvittavaa tietoa lajista tai valmentamisesta. Valmentajan roolin merkitys lasten ja nuorten hyvinvoinnille ei koettu menneisyydessä yhtä kokonaisvaltaisen kuin mitä sen koetaan olevan tänä päivänä.

5.2.2 Hyvän valmentajan ominaisuudet

Haastateltavia pyydettiin pohtimaan, millainen on heidän mielestään hyvä valmentaja ja miten he itse pyrkivät toimimaan, jotta he saavuttaisivat valmentajana täyden potentiaalinsa. Lähes jokaisen haastateltavan vastauksissa toistui valmentajan roolin monipuolisuus. Lajiosaaminen ja valmentamisen kilpailullinen puoli mainittiin melkein joka haastattelussa tärkeänä asiana. Lajiosaamisen ohella yhtä tärkeäksi, ellei joissain tilanteissa jopa tärkeämmäksi koettiin sosiaaliset taidot ja kyky kohdata pelaajat. Valmentajista osa totesikin, että tänä päivänä on mahdotonta olla hyvä juniorivalmentaja, vaikka itse lajiosaaminen olisi huipussaan, jos ei omaa lainkaan sosiaalisia taitoja.

”vaikeaa olla hyvä valmentaja vaikka lajiosaaminen olisi huipussaan, jos ei osaa olla ihmisten kanssa.” H2

”sosiaaliset taidot erittäin tärkeä osa, että voi olla hyvä valmentaja. Ei pelkästään pelaajien motivoinnin takia, vaan myös valmennustiimin toimimisen kannalta.” H1

Haastatteluissa toistui valmentajan ja valmennettavien välisen hyvän vuorovaikutuksen tärkeys, ihmisläheisyys, kannustavuus, innostavuus ja luotettavuus. Valmentajat kokivat haluavansa olla lapsen tai nuoren sitä tarvitessa turvallinen, luotettava ja helposti lähestyttävä aikuinen, jolle voi tarvittaessa puhua vaikeistakin asioista.

”mä haluaisin olla sellainen ihmisläheinen ja semmonen, kenelle pystyy tulla kaikesta puhumaan. Joka rohkaisee tekemään virheitä ja antaa semmosen ympäristön, jossa uskaltaa olla just oma itsensä. Ihmisläheinen, kannustava, positiivinen.” H6

Lisäksi haastateltavat korostivat motivoinnin ja innostavuuden merkitystä, jotta harrastaminen pysyisi mahdollisimman mielekkäänä pitäen lapset ja nuoret mukana

harrastuksessa mahdollisimman pitkään. Myös kyky tunnistaa yksilön tarpeet koettiin tärkeänä, joskin joskus hankalana isoissa ryhmissä toimittaessa. Valmentajista osa totesi yksilöllisten tarpeiden huomioimisen olevan yhtä tärkeää koko ryhmän hallitsemisen kanssa. Vaatimustason säätely eri pelaajien välillä ja ymmärtäminen, ettei kaikkien pelaajien osaaminen ole aina samalla tasolla, tukee valmentajien mielestä myös osaltaan lapsen ja nuoren harrastuksessa pysymistä.

” – – että se innostavuus on se ykkösjuttu, että sä innostat niitä lapsia pelaamaan jalkapalloa. Ja se, että voi olla innoittava niin pitää olla hyvä yhteys niihin lapsiin. – – et ne kuuntelee sua, – – et ne luottaa suhun. – – junnupuolella valmentajan pitää olla innostava ja positiivinen ja taata, et niillä lapsilla on kivaa.” H3

”kaikista tärkeintä on, että ymmärtää lapsia ja sen, että jokainen on yksilö. Lapset ovat erilaisia keskenään, toinen voi olla toista parempi ja toinen voi oppia nopeammin kuin toinen. Tarkka täytyy olla myös siinä, ettei keskinäinen kilpailu ala liian kovaksi jo liian pienenä. – – tulee tuntea lapset – – välittää heistä.” H10

Etenkin koronapandemiasta johtuneiden sulkutoimien vuoksi useampi valmentaja mainitsi olevansa/olleensa huolestunut lasten ja nuorten sosiaalisesta eristäytymisestä. Toiminnan normalisoiduttua valmentajat kertoivat useaan joukkueeseen jääneen erilaisia käytännön toimia, joita kerrottiin hyödynnettävän aina yhteisen tapahtuman, kuten harjoitusten tai otteluiden koittaessa. Yksi tällaisista keinoista oli jokaisen lapsen tai nuoren kanssa heitettävät ”nyrkkitervehdykset” tapahtumaan tultaessa ja tapahtumasta lähtiessä. Näin valmentajat kertoivat varmistavansa, että jokaiselle lapselle ja nuorelle tulee esimerkiksi harjoitusten aikana edes kahdesti tunne siitä, että on tullut kohdatuksi.

Haastatteluista ilmeni lisäksi valmentajien oma halu ja tarve tarkkailla valmennettavien hyvinvointia, jolloin mahdollisiin ongelmatilanteisiin pystyttäisiin puuttumaan ja tarjoamaan apua tarpeeksi ajoissa. Isojen ryhmäkokojen luomasta kiireestä huolimatta muutamit valmentajista mainitsivat kiinnittävänsä huomioita erityisesti siihen, että he pysyvät avoimina ja helposti lähestyttävinä, jotta valmennettavien olisi aina yhtä helppoa lähestyä ja jutella kun kokevat tarvitsevansa kuuntelevaa aikuista. Jotta jokaisen huomiointi ja näkeminen olisi mahdollista, mainittiin apuvalmentajien ja muiden taustajoukkojen rooli erittäin tärkeänä.

5.2.3 Valmennukseen kohdistuvat odotukset

Vanhempien ja urheiluseuratoiminnan ulkopuolisten henkilöiden odotukset juniorivalmentajaa kohtaan koettiin vaihtelevina. Vanhempien odotukset valmentamista kohtaan ajateltiin riippuvan muun muassa vanhemman omasta suhteesta lapsen harrastamaan urheilulajiin. Myös vanhempien oma aktiivisuus lapsen urheiluharrastuksen parissa koettiin vaikuttavan heidän odotuksiinsa valmentajaa ja seuratoimintaa kohtaan. Haasteltavista osa mainitsi toiminnassa jollain tavalla mukana olevien vanhempien olevan luonnollisesti enemmän perillä siitä, mitä harrastuksessa todella tehdään verrattuna niihin vanhempiin, jotka eivät esimerkiksi tapaa seurata pelejä tai harjoituksia kentän laidalta.

”todella vaihtelevat odotukset. Osalle saattaa riittää se, että lapsi pääsee urheilemaan, osalle ei välttämättä riitä mikään.” H6

Yksi eniten esille nousseista yksittäisistä asioista oli kuitenkin harrastuskustannusten nousu ja harrastustoiminnan näkeminen yhä enemmän ostopalveluna. Valmentajat kokivat odotukset valmentamista ja harrastustoimintaa kohtaan nousseen harrastusmaksujen kasvamisen myötä. Rahalle odotetaan valmentajien mukaan luonnollisesti vastinetta.

”voi aatella et perheistä on tullut vähän niinku asiakkaita. – – harrastaminen maksaa ja he maksaa tietyn maksun ja odottaa rahalle vastinetta.” H9

Suurin osa valmentajista kuitenkin totesi uskovansa vanhempien olevan lähtökohtaisesti tyytyväisiä, mikäli lapsi saa harrastaa turvallisessa ympäristössä, valmentaminen on ikätasoon nähden laadukasta ja lapsella/nuorella on harrastustoiminnassa hauskaa. Lajikehittymiseen liittyvät odotukset ja vaatimukset nähtiin vaihtelevan vanhemman omien laji-intressien mukaan. Lähtökohtaisesti valmentajat kuitenkin totesivat, että etenkin nuoremmissa ikäluokissa mm. turvallisuus ja lapsen harrastuksesta saama onnellisuus saattavat olla vanhemmille vielä lajikehitystä tärkeämpää. Valmentajan ja vanhempien välisen yhteistyön keskiössä koettiin olevan avoin kommunikaatio ja viestintä. Yksi valmentajista mainitsi, että mikäli lapsen etua ajatellen nähdään aiheelliseksi, tulisi

valmentajien myös kyetä muistuttamaan vanhempia siitä, että kyseessä on lapsen har-
rastus.

”turvallisuus tässäkin se ihan ykkösjuuttu, että ne luottaa siihen kun ne tuo lapsen treeneihin niin se on ainakin turvassa siellä. – – myös odotukset, että on hauskaa ja kehitystä tapahtuu. Turvallisuus ja onnellisuus, kolmanneksi kehittyminen, riippuu tietysti ikäluokasta.” H3

Suurin osa valmentajista koki, ettei ulkopuolisten ajatukset juniorivalmentajista voi olla kovin negatiivisia. Juniorivalmentajan rooli ulkopuolisen silmissä ajateltiin olevan lähinnä neutraali, lasten ja nuorten liikuttaja.

”luulis ettei kauheesti oo mitään pahaa sanottavaa. Kuitenkin me yritetään lasten tai nuorten etujen mukaan toimia, luulis että se on kaikille selvää”. H2

Useampi haastatelluista koki, että vaikka päätoimisten valmentajien määrä on jatkuvasti nousussa ja kansallisella tasolla seurat panostavat valmentajien palkkaamiseen, ei valmentajan ammattia vielä täysin tunnisteta ”oikeaksi ammatiksi”. Päätoimisena toimivat valmentajat, kuten myös vapaaehtoiset valmentajat kertoivat kuululleensa kommentteja ja ihmettelyjä siitä, että joku oikeasti valmentaa junioriurheilijoita työkseen.

”tiedän, että monet päätoimisista on kuullut kommentteja, että eihän valmentaja ole ammatti.” H4

” – – joillekin hassua, että tätä tehdään työkseen. Ammatin arvostus ei ole vielä mitenkään huikaisevaa. – – ulkopuolisten on tietty vaikea erottaa ammattivalmentaja ja ns. isivalmentaja.” H1

Useammassa haastattelussa valmentajat nostivat esiin myös arvostuksen – tai sen puutteen juniorivalmentajia kohtaan. Siinä missä päätoimisilta juniorivalmentajilta vaaditaan paljon sen takia, että valmentamisesta maksetaan, ei vapaaehtoistenkaan juniorivalmentajien työpanosta ja käyttämää aikaa oman päivätyönsä ohella koeta aina tunnustettavan ja arvostettavan tarpeeksi. Osa valmentajista totesi kuitenkin myös arvostuksen olevan jokaisen valmentajan itse ansaittavissa ja arvostuksen ansaitsemisen olevan valmentajista itsestään kiinni.

”mä luulen, että usein ajatellaan edelleen, että se valmentaja on automaattisesti jonkun iskä tai äiti. – – ajatellaan, että se ei välttämättä ole osaava ja se ei välttämättä tiedä. Ei osata ajatella kuinka paljon se tekee. On sitten vapaaehtoinen tai päätoiminen tai jotain siltä väliltä, niin kuinka paljon se valmentaja oikeasti tekee niiden lasten ja nuorten eteen – – siinä viikottain monta kymmentä tuntia.” H5

” – – asema tuo sitä vastuuta ja se vastuu kasvaa, se pitää ymmärtää.” H9

Kokonaisuudessaan valmentajat kertoivat saaneensa negatiivista palautetta valmentamisestaan hyvin vähän. Valmentajista kaksi kertoivat negatiivissävytteisen palautteen koskeneen lähinnä yksittäisten otteluiden peluutusaikoja ja joukkuevalintoja. Näissäkin tilanteissa asiasta maininneet valmentajat painottivat avoimen kommunikaation merkitystä ja asioista keskustelua.

5.3 Yhteistyö yli sektorirajojen

Keskusteltaessa yhteistyöstä muiden toimijoiden kanssa, selvästi merkittävimpänä valmentajat näkivät yhteistyön koulun, etenkin valmennettavien lasten ja nuorten opettajien kanssa. Tässä luvussa lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseen vaikuttavaa eri sektorirajojen ylittävää yhteistyötä tarkastellaan kahden alaluokan, *yhteistyön merkitys koulun kanssa ja yhteistyön merkitys muiden toimijoiden kanssa* avulla (ks. taulukko 6).

Taulukko 6. Yhteistyö yli sektorirajojen.

| ALALUOKAT | YLÄLUOKKA | KOKOAVA KÄSITE |
|---|------------------------------|--|
| Yhteistyön merkitys koulun kanssa | Yhteistyö yli sektorirajojen | Lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen |
| Yhteistyön merkitys muiden toimijoiden kanssa | | |

5.3.1 Yhteistyön merkitys koulun kanssa

Haastatelluista valmentajista jokainen oli sitä mieltä, että valmentajien ja opettajien välinen yhteydenpito on tärkeää, tai että sen lisääminen olisi tärkeää. Valmentajista osa

totesi yhteistyötä olevan jo jonkin verran, etenkin vanhemmissa ikäluokissa tavoitteellisesti harjoittelevien pelaajien kohdalla. Valmentajat uskoivat, ettei varsinaista estettä yhteistyön lisääntymiselle ole, kunhan keskusteluyhteys opettajiin saataisiin alkuun avustetusti luotua.

”etenkin koulun kanssa yhteistyö on kriittisen tärkeää.” H10

”koulun kanssa yhteistyö on tärkeää, esimerkiksi jos tarvii vapaata koulusta pelireissun takia. Enempi kommunikaatio koulun kanssa ei olisi pahasta.” H7

Suurin osa valmentajista oli sitä mieltä, että etenkin lapsen tai nuoren kohdatessa elämässään ongelmatilanteita, olisi tärkeää, että kaikki lapsen ja nuoren ympärillä toimivat aikuiset olisivat tilanteen tasalla. Tässä kohdassa moni nosti myös jälleen esiin valmentajan ja opettajan roolin erilaisuuden, jolloin ongelmatilanteissa valmentajan auktoriteetti voisi toimia oireilevan lapsen tai nuoren tilanteessa opettajaa tai esimerkiksi omaa vanhempaa paremmin.

”semmoinen kontakti valmentajan ja opettajan välillä ei olisi pahitteeksi. Että tieto kulkisi jos olisi tarve. Hyödyttäisi molempia osapuolia. Saattaa vaikuttaa siihen, että ilmestyykö ollenkaan treeneihin, onko mieli maassa tai muuta.” H1

Tavoitteellisesti harjoittelevien yläkouluikäisten nuorten kohdalla useat valmentajat mainitsivat tärkeänä asiana lasten palautumisen huomioimisen, jolloin tietyissä tilanteissa yhteydenpito kouluun ja opettajiin voisi olla paikallaan. Esimerkkinä mainittiin loukkaantumiset ja niistä kuntoutuminen, jolloin lasta tai nuorta ei tulisi pakottaa koulussa esimerkiksi liikuntatunnilla kuntotesteihin. Toisena tärkeänä asiana nostettiin aamuharjoitusten – ja ylipäättään urheilun ja koulun aikataulujen yhteensovittaminen nuoren edun mukaiseksi. Valmentajat toivoivat eri tahojen yhdessä kannustavan nuorta koulussa ja urheilussa menestymiseen, eikä esimerkiksi lasta tai nuorta rangaistavan, jos harrastamiseen liittyvät tapahtumat menevät joskus koulun kanssa päällekkäin.

”no varsinkin koulun kanssa, varsinkin tavoitteellisella pelaajalla olisi hyvä, että saisi koulun kanssa sovittua, että pääsisi aamutreeneihin ja näin. Että ne koulussakin vähän ymmärtäisi tukea sitä oppilasta siihen urheiluun.” H2

”yhteistyö koulun kanssa on tärkeä, koska urheiluseuralla on myös se vastuu et nää lapset ja nuoret ei jää tyhjään päälle. Kaikistahan ei tuu ammattuurheilijoita ja täytyy huolehtia myös se puoli. Varsinkin mitä vanhemmaksi tullaan, niin se koulun yhteistyö on tärkeä et sen nuoren ei tarvi stressaa siitä, et kaikki on hoidos ja tietää et häntä ei revitä joka suuntaan” H7

Osa valmentajista mainitsikin etenkin yläkoulujen ja lukioiden kanssa tehtävän yhteistyön olevan jo suhteellisen hyvällä tasolla ja yhteistyön kehittyvän jatkuvasti. Jotta urheilivat nuoret eivät joutuisi syrjäytymisriskiin ns. ”koulupudokkaana”, tulisi osan valmentajista mielestä urheiluseuran ja koulujen ottaa yhdessä vielä enemmän vastuuta siitä, että edes peruskoulu ja toisen asteen koulutus tulisi urheiluun panostamisesta huolimatta suoritettua.

5.3.2 Yhteistyön merkitys muiden toimijoiden kanssa

Yhteistyön merkitystä muiden toimijoiden kanssa haastateltavat pohtivat esimerkiksi kaupungin, muiden urheiluseurojen ja yhdistysten sekä yleisesti koko yhteiskunnan näkökulmasta. Yhteistyön kaupungin kanssa haastateltavat kertoivat yksimielisesti olevan joko olematonta tai erittäin vähäistä. Yhteistyön koettiin rajautuvan ainoastaan tilavarauksiin ja kaupunki nähtiin lasten ja nuorten hyvinvoinnin näkökulmasta lähinnä tilojen tarjoajana.

”kaupungin kanssa yhteistyötä ei oo oikeestaan muuta, kun kenttien varaaminen ja tällöinen. En oo toisaalta kokenut siinä mitään ongelmaakaan.” H5

Lisäksi muutamat valmentajista mainitsivat yhteistyön esimerkiksi muiden urheiluseurojen kanssa olevan tärkeää, jotta lasten ja nuorten viikoittainen fyysinen kuormitus pysyisi hallinnassa ja aikataulutaminen mahdollistaisi useampien lajien harrastamisen.

”mutta niinku eri urheiluseuratki ois tärkeä osata toimia yhdessä. Esimerkiksi meidän ja sportin yhteistyö pitää toimia, että harjoitusaikataulut on niin, että molempia pystyy harrastamaan.” H3

Valmentajista puolet toivoivat lasten ja nuorten harrastamiseen enemmän tukea yhteiskunnalliseltakin tasolta. Valmentajat nostivat esiin harrastamisen yhteiskunnalliset hyödyt niin kansanterveydellisestä kuin taloudellisestakin näkökulmasta.

”yhteiskunnan näkökulmasta varmasti pitäisi valtion ja kuntien panostaa enemmän vaan lasten ja nuorten liikuntaan ja olosuhteisiin, että se varmasti maksaisi ne eurot sitten jatkossa takaisin.” H8

”kaupunkien tai ylipäänsä valtion pitäisi kyetä tarjoamaan harrastusmahdollisuuksia ihan kaikille. Yhteiskunnan pitäisi kyetä tukemaan semmoista toimintaa, joka tuottaa hyvinvointia ja esimerkiksi meidän liikuntapommia purkaa. Uskon myös hyvin voimakkaasti, että tää tois rahaa sitten säästöinä kustannuksiin sitten tulevaisuudessa.” H4

Yhteistyön merkitys muiden toimijoiden kanssa nähtiin yleisesti valmentajien keskuudessa vähemmän tärkeänä, kuin aiemmin käsitelty yhteistyö koulujen kanssa. Yhteistyön lisääntyminen tai sen mahdollisuus esimerkiksi kaupungin kanssa nähtiin kokonaisuudessaan positiivisena asiana, toisaalta konkreettisia yhteistyötä lisääviä keinoja ei kauheasti tunnistettu.

5.4 Tulevaisuuden urheiluharrastaminen

Viimeinen yläluokka *tulevaisuuden urheiluharrastaminen* syntyi teemahaastattelussa käytyjen tulevaisuutta käsittelevien keskustelujen kautta. Alaluokkien *muuttuva urheiluharrastuksen rooli ja jakautunut yhteiskunta* sekä *tulevaisuuden valmentaminen* (ks. taulukko 7) kautta tarkastellaan valmentajien ajatuksia tulevaisuuden urheiluharrastamisesta ja siihen liittyvistä odotuksista ja huolista.

Taulukko 7. Tulevaisuuden urheiluharrastaminen.

| ALALUOKAT | YLÄLUOKKA | KOKOAVA KÄSITE |
|--|------------------------------------|--|
| Muuttuva urheiluharrastuksen rooli ja jakautunut yhteiskunta | Tulevaisuuden urheiluharrastaminen | Lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen |
| Tulevaisuuden valmentaminen | | |

5.4.1 Muuttuva urheiluharrastuksen rooli ja jakautunut yhteiskunta

Kahdeksan kymmenestä haastellusta valmentajasta oli sitä mieltä, että urheiluharrastuksen rooli lasten ja nuorten elämässä tulee tulevaisuudessa tavalla tai toisella muuttumaan. Kaksi muuta ajattelivat urheiluharrastuksen roolin olevan tulevaisuudessa samankaltainen kuin nykypäivänä. Haastateltavien vastauksista päällimmäisenä ilmeni huoli tulevaisuudesta. Valmentajat ilmaisivat huolensa esimerkiksi lasten ja nuorten jatkuvassa laskussa olevia liikuntamääriä kohtaan. Liikuntamäärien vähentymiselle lueteltiin monia mahdollisia syitä, muiden muassa välituntien ja vapaa-ajan leikkien sekä yleisen arjen hyötyliikunnan vähentyminen sekä vapaa-ajan liikunnan korvaaminen ruutuajalla.

”tuntuu että ennen lapset liikkui paljon enemmän vaikkei ollut tiettyä lajiakaan. Ne sai peruskoordinaation ja peruskunnan sillä, että leikkii pihalla ja nykyään sitä ei ole. Liikuntaharrastus on se minimi, ei sekään oikeasti pelkästään riitä. – – harrastus saattaa olla se ainoa asia, joka pitää ne hyvinvoivina. Siinä mielessä rooli tulee olemaan tärkeämpi ja tärkeämpi.” H3

”menee enemmän siihen, että tärkein liikunta on se harrastus Eli harrastuksen merkitys on entistä suurempi.” H1

Toisaalta valmentajat näkivät lasten ja nuorten liikuntamäärissä tapahtuvan yhä enemmän kahtia jakoa ja niin sanottua polarisoitumista, jossa toinen puoli ei liiku tai harrasta lainkaan, kun taas toinen puoli liikkuu ja harrastaa niin paljon, että lapsen tai nuoren loppuunpalaminen on lähellä. Lasten ja nuorten uupuminen ja sitä kautta urheiluharrastamisen motivaation hiipuminen huoletti useampaa valmentajista. Valmentajat korostivat harrastamisen omaehtoisuuden tärkeyttä sekä loppuun polttamisen välttämistä. Yksi valmentajista totesi, että ehkä nykyajan lapset ja nuoret tulevaisuuden vanhempina ymmärtävät ja näkevät suhteen urheiluun terveenä, ei niin suorittavana ja loppuun polttavana kuin nyt.

”ettei tulis liian vakavaa liian nuorena. Kun monesti tuntuu hurjalta, et joka alle 10-vuotiaalla voi olla jopa kolmee, neljää eri harrastusta saman aikaisesti. Ettei me vaan polteta niitä loppuun. – – ei saa myöskään mennä vanhemmilla kilpailemiseksi.” H9

”lapsilla on 9 eri harrastusta, että se on vähän suorittamista. Mennään harrastuksesta toiseen, se lapsi poltetaan loppuun eikä se pääse elään lapsuuttaan.” H7

Kolmas valmentajissa paljon huolta herättäneistä asioista oli urheiluharrastuksen kustannusten jatkuva nousu ja siitä seuraava mahdollinen eriarvoistuminen yhteiskunnassa. Verrattuna menneisyyteen, valmentajat nostivat esiin muun muassa talkoovoimilla tehtävän työn ja rahankeräyksen vähentymisen. Nykypäivän perheiden eläessä jatkuvan kiireen tunnun keskellä ajan ei koeta riittävän ”ylimääräiseen” työhön lapsen tai nuoren harrastuksen parissa, joka toisaalta syö vähävaraisten perheiden lasten ja nuorten mahdollisuuksia harrastaa.

”mä uskon että se menee entistä enemmän tähän kaupalliseen suuntaan, se on taas sääli koska sitten toiminta on mahdollista yhä harvemmallalla. – – niin että tuleeko siitä sitten tämmöinen niinku ”eliitin” harrastus niin toivottavasti ei.” H1

Toisaalta urheiluharrastuksen rooli nähtiin tulevaisuudessa edelleen positiivisena edellä mainituista huolista huolimatta. Moni ajatteli urheiluharrastuksen roolin olevan tulevaisuudessa entistä tärkeämpi aiemmin mainittujen liikuntamäärien laskun vuoksi. Urheiluharrastuksen tarjoamien harjoitusten ja pelien koettiin olevan tulevaisuudessa ehkä ainoa lapsia ja nuoria viikoittain liikuttava taho.

5.4.2 Tulevaisuuden valmentaminen

Tulevaisuuden juniorivalmentaminen nähtiin yksimielisesti nykypäivään verrattuna erilaisena. Etenkin kouluttautumisen lisääntyminen ja koulutukseen panostaminen nähiin tulevaisuuden valmentamista muokkaavana tekijänä. Koulutusten lisääntyminen menneinä lähivuosina nähtiin tosin tuoneen positiivisia muutoksia jo nykyhetkeen. Digitalisaation merkitys valmentamisessa mainittiin myös useaan otteeseen. Tulevaisuudessa valmentajalta ajateltiin vaadittavan yhä enemmän digitaitoja niin valmennuksessa käytettävän videomateriaalin hyödyntämisen kannalta, kuin perheiden kanssa viestimisen onnistumiseksi.

”hyvä asia on se, että kouluttaminen lisääntyy. Se on jo paitsi lisääntynyt, mutta ne (koulutukset) on myös parempia. Sitä kautta meillä kehitetään parempia pelaajia niin se on hyvä suunta. Mielenkiintoista nähdä, mihin suuntaan esimerkiksi palkallisten valmentajien määrä menee.” H1

”päätoiminen valmentaminen on vielä melko uusi juttu, niin mä luulen että se kouluttautumisen merkitys tulee kasvamaan. Olisi hyvä jos valmennukseen tulisi vähän enemmän kilpailuakin siihen, niin se nostaisi vaatimusrimaa vähän korkeammalle.” H8

Valtakunnallisella tasolla harrastustoiminnan jatkuva kehittäminen ja kehittämiseen panostaminen nähtiin myös tulevaisuuden valmentamiseen positiivisesti vaikuttavana asiana. Tosin kehittämiseen ja esimerkiksi osaavien valmentajien palkkaamiseen käytettävien rahallisten resurssien pelättiin heijastuvan jo aiemmin mainittuihin harrastuskustannuksiin.

Yksittäistä juniorivalmentajaa kohtaan asetetut odotukset nähtiin olevan tulevaisuudessa yhä vaativampia. Jälleen valmentajat nostivat esiin harrastuskustannusten nousun, jonka vuoksi perheet voivat oikeutetustikin vaatia yhä laadukkaampaa ja parempaa tekemistä. Toisaalta yksittäisen valmentajan kokemaa painetta koettiin olevan mahdollista laskea moniammatillisuuden lisääntymisen kautta. Osa valmentajasta ennusti tulevaisuudessa kasvavan moniammatillisuuden joukkueiden ja seurojen sisällä suovan valmentajille enemmän työrauhaa omaan tehtäväänsä, kun ympärille on rakennettu tiimi, johon sisältyy esimerkiksi fysiikka- ja videovalmentajia.

”ehkä se et tietoo tulee kokoajan lisää ja et tulee eri alojen osaajia mukaan tohon toimintaan. Yhden valmentajan merkitys ehkä pienenee, tulee eri osa-alueiden osaajia.” H9

Suurin osa valmentajista koki, että tulevaisuudessa valmentajan rooli lapsen ja nuoren elämässä tulee olemaan yhä entistä tärkeämpi, jolloin sosiaaliset taidot ja taito kohdata lapsi tai nuori nousevat entistä suurempaan asemaan. Positiivisen ja turvallisen tilan luominen koettiin tulevaisuudessa olevan merkittävässä roolissa lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämisen, sekä pahoinvoinnin ehkäisyn kannalta.

”ymmärrys ihmisestä ja lapsista kehittyy kokoajan niin toivon että käytetään tähän resursseja.” H4

”tulevaisuudessa turvallisen tilan luominen on entistä tärkeämpää. Lapsille asetetaan yhä enemmän paineita, joten urheiluharrastus voi olla entistä tärkeämpi paikka paineiden purkamiselle.” H10

Lisäksi lasten ja nuorten hyvinvointia edistääkseen valmentajat kokivat olevan tärkeää, että vuorovaikutus kodin ja valmentajan välillä sekä valmentajan ja koulun välillä olisi nykyistä toimivampaa. Viestinnän merkitys kodin kanssa ja toiminnan läpinäkyvyys nähtiin tärkeänä hyvinvointia edistävänä asiana.

6 Johtopäätökset

Tutkielman johtopäätökset -osiossa tarkastellaan aluksi tutkimustuloksia aiemmin asetettujen tutkimuskysymysten pohjalta. Koska tutkielman analyysimenetelmäksi valikoitui teoriaohjaava sisällönanalyysi, peilataan tässä osiossa saatuja tutkimustuloksia kirjoittajan oman pohdinnan lisäksi aiemmin avattuun teoreettiseen viitekehykseen. Tutkimustulosten pohdinnan jälkeisessä luvussa arvioidaan tutkielman tieteellistä luotettavuutta sekä mahdollisia ehdotuksia jatkotutkimukselle.

6.1 Tutkimustulosten pohdinta

Tutkielman tavoitteena oli selvittää, millaisena juniorivalmentajat kokevat roolinsa lasten ja nuorten elämässä, etenkin heidän hyvinvointinsa edistämisen kontekstissa. Tutkimusmalle määritettiin kolme tutkimuskysymystä, joihin pyrittiin selvittämään vastaukset hyödyntäen aiheista jo olemassa olevaa teoreettista kirjallisuutta sekä teemahaastattelusta saatua empiiristä aineistoa. Tutkimuskysymykset olivat:

1. Miten lasten ja nuorten urheiluharrastus lisää hyvinvointia?
2. Millaisena juniorivalmentajat kokevat oman roolinsa nyt ja tulevaisuudessa?
3. Millaisena juniorivalmentajat näkevät tulevaisuuden valmennustyön kehityskohteet?

Miten lasten ja nuorten urheiluharrastus lisää hyvinvointia?

Jo pelkästään tutkielman johdanto- ja teoriaosuutta tarkastelemalla selviää urheiluharrastuksen positiiviset vaikutukset yksilön hyvinvointiin. Esimerkiksi THL (2022d) määritteli yksilön hyvinvoinnin koostuvan terveydestä, materiaalisesta hyvinvoinnista sekä koetusta hyvinvoinnista ja elämänlaadusta. Näistä hyvinvoinnin koostavista osista urheiluharrastuksella voidaan nähdä olevan suora vaikutus etenkin yksilön terveyteen sekä koettuun hyvinvointiin ja elämänlaatuun.

Haastatteluista ilmeni, että valmentajien mielestä lapsen ja nuoren urheiluharrastus voi parhaimmillaan kehittää lasten ja nuorten hyvinvoinnin jokaista osa-aluetta. Myös Dodgen ja muiden (2012) hyvinvoinnin keinulautamallia tarkasteltaessa voidaan todeta, että urheiluharrastus voi parantaa ja vaikuttaa positiivisesti harrastavan yksilön kaikkiin hyvinvoinnin resursseihin (fyysiset, sosiaaliset ja psykologiset). Erityisesti joukkuelajien, kuten myös tässä tutkielmassa pääosassa olleen jalkapallon yksi positiivisesti hyvinvointiin vaikuttavista erityispiirteistä oli haastattelujen mukaan sosiaalinen kanssakäyminen ja sosiaalisten taitojen kehittyminen (ks. Rodriguez-Ayllo ja muut, 2019).

Urheiluharrastuksen parissa lasten ja nuorten kokema osallisuus nousi haastatteluissa valmentajien mielestä tärkeäksi hyvinvointia lisääväksi tekijäksi. Haastatteluista ilmeni yleinen ajattelumalli siitä, että osallisuus nähdään syrjäytymisen vastakohtana. Osallisuus nousi tärkeäksi osaksi tutkielmaa vasta haastatteluiden kautta, sillä osallisuuden käsitettä ei suoranaisesti käsitelty haastatteluissa, vaan osallisuuskeskustelu käytiin haastatteluissa lasten ja nuorten pahoinvoinnin ja syrjäytymisen sekä kuulumisen kokemuksen kautta (ks. Baumgartner & Burns, 2014; Morese & Palermo, 2019; THL, 2022c). Erityisen tärkeänä urheiluharrastuksen tehtävänä lasten ja nuorten hyvinvointia sekä syrjäytymisen ehkäisyä ajatellen haastateltavat mainitsivat Sääkslahden ja muiden (2021) tavoin harrastuksissa pysymisen.

Urheiluharrastuksen positiiviset vaikutukset lasten ja nuorten fyysiseen hyvinvointiin ilmenivät haastatteluissa jopa hieman itsestäänselvyytenä. Haastattelujen aikana keskusteltaessa menneisyyden urheiluvalmentamisesta, haastateltavat kokivat urheiluharrastuksen vaikutusten painottuneen ennen etenkin fyysisen hyvinvoinnin lisäämiseen, kun taas nykypäivänä vaikutukset ovat valmentajien mukaan paljon kokonaisvaltaisempia. Urheiluharrastuksen ja yksilön fyysisen hyvinvoinnin voidaan kuitenkin ajatella luovan perustan muille hyvinvoinnin osa-alueille ja niiden kehittymiselle, sillä fyysinen hyvinvointi on tiukasti sidoksissa muihin hyvinvoinnin ulottuvuuksiin (ks. esim. Minkkinen, 2015, s. 550).

Urheiluharrastuksella on haastateltavien näkemysten mukaan myös suuri merkitys lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin ja sen lisäämiseen. Haastatteluissa toistui etenkin urheiluharrastuksen lapsille ja nuorille mahdollistama turvallinen tila elämän perustaitojen opetteluun (ks. Moeller ja muut, 2016). Jalkapalloharrastuksen myötä valmentajat kokivat lasten ja nuorten oppivan sietämään pettymyksiä sekä epäonnistumisen tunteita, mutta toisaalta myös nauttimaan onnistumisen tunteista, kuitenkin esimerkiksi vastustajia ja muita ympärillä olevia ihmisiä kunnioittaen. Joidenkin lasten ja nuorten kohdalla haastateltavat uskoivat urheiluharrastuksen merkityksen olevan niin suuri, että se paitsi lisää yksilön hyvinvointia, mutta myös vaikuttaa yksilön identiteettiin.

Millaisena juniorivalmentajat kokevat oman roolinsa nyt ja tulevaisuudessa?

Tätä ja seuraavaa tutkimuskysymystä käsiteltäessä sivutaan myös haastateltavien ajatuksia ja kuvitelmia tulevaisuudesta, joten tässä vaiheessa tutkielmaa on suotavaa avata lyhyesti, mitä tulevaisuudentutkimuksella tieteenalana tarkoitetaan. Tutkielman kannalta ei ole oleellista käsitellä tulevaisuudentutkimuksen teoriaa kovinkaan laajasti, mutta tärkeimmät tulevaisuudentutkimukseen liittyvät käsitteet ovat silti aiheellista avata.

Rubinin (n.d.) mukaan tulevaisuudentutkimus perustuu ihmisten tarpeeseen pyrkiä antamaan merkityksiä nykyhetkessä tehtäville valinnoille. Tehtävät valinnat ovat aina kuitenkin sidoksissa myös menneeseen kehitykseen ja aikaisempiin valintoihin. Yksinkertaistettuna tulevaisuudentutkimuksen tarkoituksena on keksiä todennäköisiä tulevaisuuksia ja ohjata ihmisiä erilaisten vaihtoehtojen avulla tekemään päätöksiä tulevaisuudesta (Rubin, n.d.). Bellin (1997) mukaan tulevaisuudentutkimuksen päätavoitteena ei kuitenkaan ole varsinainen tulevaisuuden ennustaminen, vaan lähinnä todennäköisten tulevaisuuskuvien luominen ja hahmottaminen.

Yhteiskunnallisesta näkökulmasta juniorivalmentajat kokivat haastatteluiden perusteella roolinsa tärkeäksi (ks. myös LIITU-tutkimukset: Blomqvist ja muut, 2019; Mononen ja muut, 2021). Etenkin lasten ja nuorten liikuntamäärien ollessa laskussa, valmentajien vastuu lasten ja nuorten liikuttamisesta on korostunut entisestään. Haastateltujen

valmentajien mielestä yksi valmentajan tärkeimmistä tehtävistä on luoda joukkueeseen hyvä ilmapiiri ja tehdä toiminnasta niin mielekästä, jotta lapsi tai nuori pysyisi harrastustoiminnassa mukana mahdollisimman pitkään. Harrastustoiminnassa pysyminen taas osaltaan parantaa lasten ja nuorten hyvinvointia.

Haastatellut valmentajat kokivat roolinsa valmennettavien lasten ja nuorten elämässä olevan tilanteesta riippuen hyvinkin merkittävä. Roolin merkittävyyteen koettiin vaikuttavan esimerkiksi valmentajan ja valmennettavan välinen suhde sekä valmennettavan oma suhtautuminen ja motivaatio harrastukseen. Valmentajan roolin merkityksellisyys saattaa haastateltujen valmentajien mukaan kasvaa joissain tapauksissa hyvinkin suureksi.

Verrattuna muihin lapsen ja nuoren elämässä läsnä oleviin tärkeisiin aikuisiin, haastatelluissa ilmeni osan juniorivalmentajista kokevan roolinsa olevan etenkin joidenkin lasten ja nuorten kohdalla opettajaa merkityksellisempi. Etenkin läheisessä ja avoimessa valmentaja–valmennettava suhteessa valmentajan auktoriteetti ja läsnäolo koettiin opettajaan verrattuna erilaisena. Haastatellut olivat kuitenkin yhtä mieltä siitä, että lähtökohdaisesti tärkein rooli lapsen ja nuoren elämässä on perheellä ja vanhemmilla. Kuitenkin erilaiset perhetaustat- ja tilanteet saattavat joissain tilanteissa vaatia valmentajalta tavallista enemmän läsnäoloa ja kykyä kohdata lapsi tai nuori. Myös Korpilahden (2019, s. 116) mukaan joskus yksi lapsen ja nuoren elämässä pysyvä luotettava aikuinen voi luoda uskoa tulevaisuuteen.

Juniorivalmentajat kokivat haastatteluiden perusteella roolinsa olevan nykypäivänä lasten ja nuorten elämässä monipuolinen. Menneisyyteen verrattuna juniorivalmentajalla koettiin olevan lajin opettamisen vastuun lisäksi myös kasvatuksellinen vastuu (ks. myös Taylor ja muut, 2016) sekä vastuu tukea lasten ja nuorten hyvinvointia eri osa-alueilla ja läpi elämän. Rubinin (n.d.) mukaan menneisyyden ja nykyhetken ymmärtäminen toimivat myös tulevaisuudentutkimuksen lähtökohtana.

Haastatteluissa valmentajia pyydettiin kuvittelemaan, millaista urheiluharrastaminen ja juniorivalmentaminen tulee mahdollisesti olemaan tulevaisuudessa. Rubinin (2013, s. s40) mukaan tulevaisuudenkuvat koostuvat uskomuksista, odotuksista, mielipiteistä sekä oletuksista siitä, millaista tulevaisuudessa voisi olla. Hänen mukaansa tulevaisuuden kuvat voivat ilmetä paitsi toiveina ja odotuksina, myös pelkoina. Haastatteluista ilmeni juniorivalmentajien huoli ja pelko muun muassa lasten ja nuorten liikkumisen vähenemiseen entisestään, jolloin valmentajan roolin merkitys lasten ja nuorten liikuttajana korostuu yhä enemmän nykypäivään verrattuna.

Juniorivalmentajat kokivat yleisesti ottaen roolinsa merkityksen olevan tulevaisuudessa vielä nykyistä tärkeämpi, jolloin sosiaalisten taitojen merkitys sekä kohtaamisen taidon merkitys korostuvat entisestään. Tulevaisuuden uhkakuvina lasten ja nuorten hyvinvoinnin kannalta valmentajat näkivät urheilumäärien laskun lisäksi lasten ja nuorten elämän ”siirtymisen” yhä enemmän virtuaalimaailmaan, jolloin sosiaaliset taidot ja esimerkiksi ryhmässä työskentelyn taidot eivät kehity, jolloin ne ovat tulevaisuuden työ- ja kouluelämässä puutteelliset. Lisäksi virtuaalipelien mahdollistama epäonnistumista seuraava uudelleen aloittaminen nähtiin uhkakuvana, etenkin jos lapsi tai nuori ei pääsisi tulevaisuudessa turvallisessa ympäristössä harjoittelemaan eri tunteiden kohtaamista ja sietämistä.

Millaisena juniorivalmentajat näkevät tulevaisuuden valmennustyön kehityskohteet?

Haastatteluista ilmeni etenkin yksi uhakuva ylitse muiden, joka oli harrastuskustannusten nousu. Juniorivalmentajat olivat huolissaan paitsi lasten ja nuorten liikuntamäärien vähentymisestä, myös harrastustoiminnan kallistumisesta mahdollisesti niin kalliiksi, ettei kaikilla ole enää varaa harrastaa. Kosken ja Mäenpään (2018, s. 104) mukaan urheiluseurojen riippuvuutta kuntien taloudellisista resursseista ei voida kiistää. Kuitenkin, kuten hekin toteavat, ei kuntien piirissä toimivien urheiluseurojen toiminnan heikkeneminen ole pitkällä tähtäimellä kuntienkaan edun mukaista. Siinä missä tulevaisuudessa yhä lisääntyvä valmentajien kouluttaminen, joukkueiden taustajoukkojen moniammatillistuminen ja palkattujen valmentajien lisääntyminen nähtiin positiivisena asiana toiminnan

kehittymisen kannalta, nähtiin se myös riskitekijänä kulujen nousemisen näkökulmasta. Uhkakuva kustannusten noususta nähtiin tulevaisuudessa jakavan lapsia ja nuoria yhteiskunnallisesti yhä enemmän kahtia.

Tulevaisuudessa juniorivalmentajat uskoivat myös juniorivalmentamisessa olevan yhä enemmän digitaalisia työkaluja ja apuvälineitä, joiden sujuvaan käyttöön eri ikäpolvien valmentajia tulisi ohjeistaa. Lisäksi valmentajien sekä muiden taustajoukkojen ja vanhempien välisen viestinnän koettiin jo nyt tapahtuvan suurimmaksi osaksi erilaisten digitaalisten alustojen kautta, jolloin yhteisten pelisääntöjen ja viestintäkeinojen sopiminen olisi entistä tärkeämpää. Haastatellut valmentajat kertoivat olevansa tyytyväisiä käymiensä koulutusten tasoon. Kuitenkin osa mainitsi etenkin korkeamman tason koulutuksissa olevan vähemmän kokonaisvaltaisuutta ja koulutusten keskittyvän enemmän lajiosaamiseen sekä teknisiin seikkoihin. Tulevaisuudessa valmentajan roolin merkityksen yhä monipuolistuessa, myös kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomioon ottaminen eri koulutuksissa olisi paikallaan.

Urheiluseuratoiminnan kehittäminen kansallisella tasolla koettiin useamman valmentajan näkökulmasta positiivisena asiana. Seuratoiminnan ja valmennuksen ollessa laadukasta myös pelaajien- ja koko suomalaisen jalkapallon taso kehittyy. Muutama valmentajista mainitsi toivovansa tulevaisuudessa valmentajilla olevan enemmän mahdollisuuksia myös ulkomailla kouluttautumiseen.

Yhteenveto

Tutkielmasta on siis selkeästi nähtävissä se, että haastatellut juniorivalmentajat tunnistavat roolinsa merkityksen lasten ja nuorten elämässä sekä heidän hyvinvointinsa edistämässä. Yksikään valmentajista ei kyseenalaistanut roolinsa merkitystä, eikä määritellyt roolinsa olevan merkityksellinen ainoastaan yksilön fyysisen hyvinvoinnin edistämisen kannalta. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja sen edistämisen ollessa tärkeä, paljon yhteiskunnallisessa keskustelussakin esiintyvä puheenaihe, ei juniorivalmentajan roolin merkitystä yhteiskunnallisella tasollakaan voida kiistää. Valmentajat, opettajat tai

esimerkiksi vanhemmat eivät kuitenkaan pysty yksin kantamaan vastuuta lasten ja nuorten hyvinvoinnista, vaan ideaalitalanteessa lasten ja nuorten elämässä läsnä olevat tahot yhdessä kunnan kanssa jakaisivat tämän vastuun.

Huoli lasten ja nuorten hyvinvoinnista on vallitsevan maailmantilanteen myötä yhä entistä vahvemmin läsnä nyky-yhteiskunnassa. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi ja pahoinvoinnin ehkäisemiseksi tarvitaan yhä enemmän eri tahojen ja sektorien välistä yhteistyötä. Yksi tutkielman haastatteluissa esille nousseista tärkeistä havainnoista oli juniorivalmentajien ja opettajien välisen yhteistyön lisäämisen merkitys. Kuten haastatteluistakin ilmeni, voi hyvä yhteistyö hyödyttää ideaalitalanteessa jokaista osapuolta, etenkin pääosassa olevaa lasta tai nuorta. Osa haastatelluista juniorivalmentajista pohti valmentajan roolin olevan tietyissä tilanteissa opettajaa tai vanhempaa rennompi ja helposti lähestyttävämpi, jolloin valmentajan roolia voitaisiin tarvittaessa konkreettisesti hyödyntää lapsen tai nuoren hyvinvoinnin edistämiseksi eri asiayhteyksissä.

Yhteistyön lisääminen nähtiin juniorivalmentajien näkökulmasta hyödyllisenä, mutta aloitteen tekeminen yhteistyön lisäämiseksi ei välttämättä ole kovin helppoa. Pidemmällä tähtäimellä yksittäisten valmentajien ja opettajien väliset keskustelut ja yhteistyöt eivät välttämättä kannu kovin pitkälle, jolloin ohjausta ja patistamista pitkäjänteisemmän yhteistyön aloittamiseen tarvittaisiin esimerkiksi urheiluseurojen sekä koulujen tai kuntien ylemmiltä tahoilta.

Jalkapalloharrastuksessa aktiivisesti mukana olevien lasten ja nuorten voidaan yleisesti ottaen ajatella kokevan yhteenkuuluvuuden tunnetta enemmän ja olevan niin sanotusti kauempana syrjäytymisvaarasta kuin niiden lasten ja nuorten, jotka eivät harrasta mitään. Kuitenkin myös harrastavien lasten ja nuorten kohdalla tulee olla tarkkana etenkin silloin, kun harrastaminen jossain vaiheessa lapsuutta tai nuoruutta syystä tai toisesta loppuu. Monella jalkapalloa harrastavalla lapsella tai nuorella saattaa olla tavoitteena ammattilaisuus lajin parissa, jolloin koulunkäynti jää helposti taka-alalle. Se, että lapset ja nuoret pysyisivät harrastuksessa mahdollisimman pitkään, toimii tietynlaisena

väliaikaisratkaisuna tämänkaltaiseen ongelmaan. Kuitenkin tilanteissa, joissa jalkapallon jatkaminen esimerkiksi loukkaantumisen takia ei ole mahdollista, nousee yhteistyö koulun kanssa jälleen tärkeään rooliin.

Valmentajat mainitsivat haastatteluissa lasten ja nuorten kohtaamisen olevan erittäin tärkeässä asemassa ja panostavansa siihen jokaisen harjoituksen tai muun joukkueen tapahtuman yhteydessä. Koulumaailmassa kohtaaminen, tai oikeastaan kohtaamisen puute on tunnustettu laajaksi lasten ja nuorten hyvinvointiin vaikuttavaksi tekijäksi etenkin opettajien toimesta jo vuosien ajan (ks. esim. Hellström, 2023). Kohtaaminen tunnustetaan lasten ja nuorten kouluhyvinvoinnin kannalta tärkeäksi, mutta sitä ei pystytä toteuttamaan tarpeeksi suurten ryhmäkokojen ja opettajien ison työmäärän vuoksi. Urheiluharrastus voi siis olla lapselle tai nuorelle tulevaisuudessa kriittisenkin tärkeä paikka, mitä tulee turvallisen ja aidosti välittävän aikuisen kohtaamiseen. Toisaalta valmentajat pohtivat tulevaisuudessa valmentajaa kohtaan kohdistuvien vaatimusten kasvavan entistä suuremmiksi, jolloin edellä mainittu kohtaaminen ja myös aito läsnäolo saattavat kärsiä.

Tutkielman empiirisestä osiosta ilmeni myös huoli lasten ja nuorten hyvinvoinnin tulevaisuudesta. Huolenaiheiksi nousivat etenkin lasten ja nuorten yhä vähentyvä liikkuminen, urheiluharrastusten kustannusten nousu sekä lasten ja nuorten loppuunpalaminen. Näiden kolmen huolenaiheen voidaan ajatella olevan osittain toisistaan riippuvaisia. Harrastamisen kallistuminen voidaan nähdä etenkin vähävaraisten perheiden lapsia ja nuoria koskettavana. Kun harrastusmaksuihin ei ole varaa, harrastaminen loppuu, jolloin myös liikkuminen luonnollisesti vähentyy sekä fyysinen hyvinvointi ja terveys heikkenee. Pidemmällä tähtäimellä vaikutukset näkyvät yksilön muillakin hyvinvoinnin osa-alueilla. Kun taas haastateltujen valmentajienkin mukaan ne lapset ja nuoret, joilla on taloudellisesti mahdollista harrastaa useampaa lajia käyttävät usein koko vapaa-aikansa eri harrastusten parissa. Parhaimmillaan useampaa lajia harrastavat lapset nauttivat jokaisesta harrastuksesta, mutta pahimmillaan he eivät ehdi lainkaan viettää koulun ja harrastusten kuormituksesta palauttavaa vapaa-aikaa.

Yhteiskunnan tuki edellä mainittujen huolenaiheiden ratkaisussa ja ennalta ehkäisyssä on merkittävässä roolissa. Harrastamisen mahdollistaminen kaikille vähentää yksilöiden eriarvoistumista jo varhaisessa vaiheessa. Avainasemassa liikuntamäärien lisäämisessä ja sitä kautta fyysisen hyvinvoinnin ja terveyden parantamisessa on liikunnan omaehtoisuuden tukeminen. Omaehtoisuutta tukemalla voitaisiin mahdollisesti ehkäistä myös aiemmin mainittua lasten ja nuorten loppuunpalamista, jolloin lapsen tai nuoren viikoittainen kuormitus ei nousisi korkeammaksi, kuin mistä hän kykenee palautumaan.

6.2 Tutkielman luotettavuus ja jatkotutkimusehdotukset

Aaltion ja Puusan (2020, s. 167) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuus kiteytyy kolmen käsitteen ympärille: uskottavuus, luotettavuus ja eettisyys. Heidän mukaansa tutkielman voidaan todeta olevan uskottava, jos sen lukevat ihmiset ja esimerkiksi tutkimuksen kohteena toimineet henkilöt hyväksyvät esitetyt tulokset tosiksi ja pystyvät luottamaan, että tutkielmassa hyödynnetty aineisto on asianmukaisesti hankittu ja huolellisesti analysoitu. Tutkielmaa voidaan pitää luotettavana, mikäli tutkija pystyy perustellusti vakuuttamaan lukijan kyvystään valikoida tutkimusongelman ratkaisemiseksi oikeanlaiset lähestymistavat ja menetelmät (Aaltio & Puusa, 2020, s. 167). Tutkielman eettisyys toteutuu Aaltion ja Puusan (2020, s. 167) mukaan silloin, kun tutkija noudattaa eettisiä periaatteita systemaattisesti prosessin alusta loppuun. Tämän tutkielman toteutuksessa on sen alusta alkaen kiinnitetty huomiota myös hyvän tieteellisen käytännön noudattamiseen, muun muassa lähdemerkintöjen tarkkuuden, työn vaiheiden raportoinnin ja tutkimusdatan säilyttämisen kautta.

Tässä tutkielmassa luotettavuus on otettu huomioon jo tutkittavaa ilmiötä valikoitaessa. Tutkielman toimeksiantajalla oli toive, että työssä huomioitaisiin juniorivalmentajat ja heidän omat kokemuksensa jostain tietystä jalkapalloon liittyvästä ilmiöstä. Tarkemmaksi näkökulmaksi valittiin juniorivalmentajien kokemukset omasta roolistaan lasten ja nuorten elämässä ja hyvinvoinnin edistämässä. Hyvinvoinnin edistämisen näkökulma

valikoitui osittain sen tuoman hallintotieteellisen aspektin myötä, mutta osittain valintaan vaikutti myös kirjoittajan oma historia jalkapallon parissa. Aaltion ja Puusan (2020, s. 173) mukaan tutkielman tekijän esiyymmärrys tutkittavasta aiheesta ohjaa tutkijan tiedonhankintaa sekä vaikuttaa tutkijan ennakkokäsityksiin tutkimuskohteesta ja sen toiminnasta. Tämän tutkielman kohdalla juniorivalmentajien omat kokemukset omasta roolistaan lasten ja nuorten elämässä ja hyvinvoinnin edistämisessä oli luotettavuuden kannalta ”turvallinen” valinta, sillä kirjoittajan aiempi historia lajiin liittyen pohjautuu pitkälti omaan harrastamiseen sekä kiinnostukseen tyttöjalkapalloilun asemaa kohtaan. Jonkinlainen esiyymmärrys voidaan toisaalta nähdä Aaltion ja Puusan (2020, s. 173) mukaan myös positiivisena asiana esimerkiksi haastattelujen toteuttamisen kannalta, sillä kontekstin ja tutkimuskohteen sanaston ollessa tutkijalle ennestään tuttuja.

Aaltion ja Puusan (2020, s. 169) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuus ei ilmene määrällisen tutkimuksen tapaan tietyn mittarin mukaisena, vaan luotettavuuden tarkastelu pohjautuu sen mukaan, millaisia laadullisia menetelmiä työssä on käytetty. Heidän mukaansa tutkijan tulee laatia tutkimusraportti niin, että sen lukija voi ymmärtää tutkimuksen perustana olevat päätelmät ja ratkaisut vakuuttuen tutkijan vilpittömyydestä niin tiedonhankinnan- kuin tulkintojenkin suhteen. Tässä työssä niin tutkimuskohde, aiheiston käsittely kuin analyysin eri vaiheetkin on pyritty raportoimaan mahdollisimman tarkasti ja totuudenmukaisesti.

Haastatteluvaiheessa luotettavuus on huomioitu perehtymällä tutkittavaan ilmiöön huolellisesti ja valmistautumalla haastatteluihin hyvissä ajoin. Hirsjärven ja Hurmeen (2008, s. 184) mukaan muun muassa toimivan haastattelurungon laatiminen lisää teemahaastattelun laadukkuutta. Aaltion ja Puusan (2020, s. 175) mukaan haastattelutilanne ei ole verrattavissa tavalliseen arkikeskusteluun, joten haastateltava ei välttämättä koe tilanetta missään vaiheessa täysin luonnolliseksi. Kuitenkin tämän tutkielman kohdalla haastattelutilanne pyrittiin luomaan mahdollisimman vapaaksi ja rennoksi. Osaltaan haastattelumenetelmäksi valittu teemahaastattelu tuki rennon ilmapiirin syntymistä sekä haastateltavien mahdollisuutta tuoda aidot ajatuksensa esiin (ks. Hirsjärvi & Hurme,

2008; Puusa & Juuti, 2020, s. 107; s. 48 Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 65). Myös litteroinnin tarkkuuden tulee olla jokaisen haastattelun kohdalla saman tasoista (Hirsjärvi & Hurme, 2008, s. 185). Tämän tutkielman haastatteluista jokainen on litteroitu samalla tarkkuudella, jolloin haastatteluissa kerätyn materiaalin sisältö on saman tasoista jokaisen haastattelun kohdalla.

Aineiston analyysin eri vaiheet on pyritty avaamaan ja perustelemaan tässä työssä mahdollisimman tarkasti sekä läpinäkyvästi. Olennaista tutkielman luotettavuuden kannalta on tekijän pyrkimys läpinäkyvyyteen tulosten analysointi ja tulkintavaiheessa (Aaltio & Puusa, 2020, s. 171). Läpinäkyvyyttä on pyritty lisäämään muun muassa analyysin vaiheita kuvaavan taulukon (ks. taulukko 3) avulla. Tutkimustuloksia käsittelevässä luvussa on esitetty suoria lainauksia teemahaastatteluista. Vaikka Aaltion ja Puusan (2020, s. 176) mukaan yksittäiset lainaukset eivät sinällään todista mitään, voi niillä silti olla tutkielman kannalta dokumentoivaa merkitystä. Tässä tutkielmassa on pyritty esittämään mahdollisimman laajasti eri haastateltavien ajatuksia suorin lainauksin, joka osaltaan myös tukee tutkielman läpinäkyvyyttä.

Tutkielmasta voidaan nostaa useita potentiaalisia jatkotutkimuskohteita. Tässä tutkielmassa keskityttiin valmentajien kokemuksiin omasta roolistaan lasten ja nuorten elämässä ja hyvinvoinnin edistämisen kontekstissa. Kokonaisvaltaisemman kuvan muodostamisen kannalta myös lasten ja nuorten omat kokemukset esimerkiksi jalkapalloharrastuksen vaikutuksista omaan hyvinvointiinsa ja sen edistämiseen olisi paitsi urheiluseuratoiminnan kehittämistyön, mutta myös lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämistyön kannalta tärkeää. Myös perheiden tai lasten ja nuorten parissa toimivien muiden tärkeiden aikuisten näkökulmien huomioiminen olisi hyödyllistä. Lisäksi urheiluharrastuksen sekä lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämisen suhdetta olisi hyödyllistä tutkia etenkin tulevaisuusnäkökulmaa silmällä pitäen. Esimerkiksi skenaariotyöskentelyn avulla voitaisiin tutkia ja hahmottaa tulevaisuudessa tapahtuvia tapahtumaketjuja ja ennustaa tulevaisuutta (ks. Jauhiainen ja muut, 2017; Vuorinen, 2013).

Myös tutkimustuloksissa esiin noussut ajatus eri sektorien välisen yhteistyön kehittämisestä lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämisen hyväksi avaa tarpeen laajemmalle jatkotutkimukselle. Esimerkiksi opettajien ja valmentajien välisen toimivamman ja laajalaisemman yhteistyön aloittamiseksi olisi oleellista selvittää molempien tahojen tarpeita ja odotuksia yhteistyötä kohtaan. Pidemmällä tähtäimellä aiheesta tehtyä tutkimusta voitaisiin hyödyntää myös valtakunnallisella tasolla.

Lähteet

- Aaltio, I. & Puusa, A. (2020). Mitä laadullisen tutkimuksen arvioinnissa tulisi ottaa huomioon? Teoksessa A. Puusa, P. Juuti & I. Aaltio. *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. (s. 167–180). Gaudeamus.
- Aarresola, O. (2020). *Tutkimuksia urheiluseuran johtamisen kysymyksistä*. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU. Noudettu 13.12.2022 osoitteesta https://www.olympiakomitea.fi/uploads/2020/01/1fda4212-tutkimuksia-urheiluseuran-johtamisen-kysymyksista_1_2020_kihu_olympiakomitea.pdf
- Allardt, E. (1976). *Hyvinvoinnin ulottuvuuksia*. WSOY.
- Allison, L. (1998). Sport and Civil Society. *Political studies*, 46(4), 709-726. <https://doi.org/10.1111/1467-9248.00163>
- Andermo, S., Hallgren, M., Nguyen, T., Jonsson, S., Petersen, S., Friberg, M., Romqvist, A., Stubbs, B. & Elinder, L. S. (2020). School-related physical activity interventions and mental health among children: A Systematic review and meta-analysis. *Sports medicine – open*, 6(1), 25. <https://doi.org/10.1186/s40798-020-00254-x>
- Axford, N. (2009). Child well-being through different lenses: Why concept matters. *Child & family social work*, 14(3), 372-383. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2009.00611.x>
- Baumgartner, J. N. & Burns, J. K. (2014) Measuring social inclusion – a key outcome in global mental health. *International journal of epidemiology*, 43(2), 354–364. <https://doi.org/10.1093/ije/dyt224>
- Bell, W. (1997). The purposes of futures studies. *The Futurist*, 31(6), 42.
- Billis, D. (2010). Hybrid organizations and the third sector: Challenges for practice, theory and policy. Palgrave Macmillan.
- Bissett, J. E., Korshus, E. & Hebard, S. (2020). Determining the role of sport coaches in promoting athlete mental health: A narrative review and Delphi approach. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, 6(1). <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2019-000676>

- Blachnicka-Ciacek, D. & Trabka, A. (2022). 'Football was the key': The role of sports in facilitating migrants' belonging and inclusion in Poland. *Leisure studies, ahead-of-print*, 1-14. <https://doi.org/10.1080/02614367.2022.2088834>
- Blomqvist, M., Mononen, K., Koski, P. & Kokko, S. (2019). Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa S. Kokko & L. Martin. *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018*. (s. 47–56). Valtion liikuntaneuvosto.
- Borzaga, C. & Fazzi, L. (2014). Civil society, third sector and healthcare: The case of social cooperatives in Italy. *Social science & medicine*, 123, 234-241. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2014.10.001>
- Bowlby, J. (1969) *Attachment and loss*. Vol 1. Basic Books.
- Bradshaw, J., Hoelscher, P. & Richardson, D. (2007). An Index of Child Well-Being in the European Union. *Social indicators research*, 80(1), 133-177. <https://doi.org/10.1007/s11205-006-9024-z>
- Brandsen, T., van de Donk, W. & Putters, K. (2005) Griffins or Chameleons? Hybridity as a Permanent and Inevitable Characteristic of the Third Sector. *International journal of public administration*, 28(9-10), 749-765. <https://doi.org/10.1081/PAD-200067320>
- Breistøl, S., Clench-Aas, J., Roy, B. V. & Raanaas, R. K. (2017). Association Between Participating in Noncompetitive or Competitive Sports and Mental Health among Adolescents – a Norwegian Population-based Cross-sectional Study. *Scandinavian journal of child and adolescent psychiatry and psychology*, 5(1). <https://doi.org/10.21307/sjcapp-2017-003>
- Carson, V., Lee, E., Hewitt, L., Jennings, C., Hunter, S., Kuzik, N., Stearns, J. A., Unrau, S. P., Poitras, V.J., Gray, C., Adamo, K. B., Janssen, I., Okely, A. D., Spence, J. C., Timmons, B. W., Sampson, M. & Tremblay, M. S. (2017). Systematic review of the relationships between physical activity and health indicators in the early years (0-4 years). *BMC public health*, 17(Suppl 5), 854. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4860-0>
- Christensen, P. & O'Brien, M. (2002). Children in the city: home, neighbourhood and community. Routledge.

- Correa-Velez, I., Gifford, S. M. & Barnett, A. G. (2010). Longing to belong: Social inclusion and wellbeing among youth with refugee backgrounds in the first three years in Melbourne, Australia. *Social science & medicine*, 71(8), 1399-1408. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.07.018>
- Côté, J. & Gilbert, W. (2009). An Integrative Definition of Coaching Effectiveness and Expertise. *International journal of sports science & coaching*, 4(3), 307-323. <https://doi.org/10.1260/174795409789623892>
- Dahlgren, G. & Whitehead, M. (2021). The Dahlgren-Whitehead model of health determinants: 30 years on and still chasing rainbows. *Public health*, 199, 20-24. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2021.08.009>
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual review of psychology*, 54(1), 403-425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Dodge, R., Daly, A. P., Huyton, J. & Sanders, L. D. (2012). The challenge of defining well-being. *International journal of wellbeing*, 2(3), 222-235. <https://doi.org/10.5502/ijw.v2.i3.4>
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J. & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 10(1), 98. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>
- Elo, S., & Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of advanced nursing*, 62(1), 107-115. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x>
- Erikson, E. H. & Huttunen, E. (1965). *Childhood and society*. Penguin.
- Erlingsson, C. & Brysiewicz, P. (2017). A hands-on guide to doing content analysis. *African Journal of Emergency Medicine*, 7(3), 93-99. <https://doi.org/10.1016/j.afjem.2017.08.001>

- Eskola, A. & Kurki, L. (2001). *Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena*. Tampere: Vasta- paino.
- Etzioni, A (1973), "The third sector and domestic missions", *Public Administration Review*, 33(4), 314-27. <https://doi.org/10.2307/975110>
- Exenberger, S. & Juen, B. (2014). *Well-being, Resilience and Quality of Life from Children's Perspectives: A contextualized approach*. Springer.
- Fattore, T. & Mason, J. (2017). The Significance of the Social for Child Well-Being. *Children & society*, 31(4), 276-289. <https://doi.org/10.1111/chso.12205>
- Flick, U. (2006). *An introduction to qualitative research*. (3. painos). Sage Publications.
- Forsen, K., Laine, K. & Tähtinen, J. (2002). Hyvinvoinnin tekijät ja uhat lapsuudessa. Teoksessa K. Juhila, H. Forsberg & I. Roivainen. *Marginaalit ja sosiaalityö*. Jyväskylän yliopisto.
- Gebel, M., Unt, M., Bertolini, S., Deliyanni-Kouimtzi, V. & Hofäcker, D. (2021). Introduction: Youth transitions in times of labour market insecurity. Teoksessa M. Unt & M. Gebel. *Social Exclusion of Youth in Europe*. Bristol University Press.
- Geidne, S., Kokko, S., Lane, A., Ooms, L., Vuillemin, A., Seghers, J., Koski, P., Kudlacek, M., Johnson, S. & Van Hove, A. (2019). Health Promotion Interventions in Sports Clubs: Can We Talk About a Setting-Based Approach? A Systematic Mapping Review. *Health Education & Behavior*, 46(4), 592-601. <https://doi.org/10.1177/1090198119831749>
- Giulianotti, R., Itkonen, H., Nevala, A. & Salmikangas, A-K. (2019). Sport and civil society in the Nordic region, *Sport in Society*, 22(4), 540-554. [10.1080/17430437.2017.1390906](https://doi.org/10.1080/17430437.2017.1390906)
- Gläser, J. & Laudel, G. (2013). Life With and Without Coding: Two Methods for Early-Stage Data Analysis in Qualitative Research Aiming at Causal Explanations. *Forum, qualitative social research*, 14(2). <https://doi.org/10.17169/fqs-14.2.1886>
- Hardman, A. R., Jones, C., McNamee, M. J., Reid, H. & Parry, J. (2011). *The Ethics of Sports Coaching*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203868447>
- Helander, V. (1998). *Kolmas sektori: Käsitteistöistä, ulottuvuuksista ja tulkinnoista*. Gaudemus.

- Helavirta, S. (2011). *Lapset hyvinvointitiedon tuottajina*. [väitöskirja, Tampereen yliopisto]. Trepo. <https://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-8604-3>
- Hellström, M. (2023, 30. tammikuuta). Miltä opetuksen tulevaisuus näyttää, Vuoden koulutusvaikuttaja 2022 Martti Hellström? *Ylen aamu*. YLE. Noudettu 1.2.2023 osoitteesta <https://areena.yle.fi/1-64964283>
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2008). *Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Gaudeamus.
- Humphreys, B. R., McLeod, L. & Ruseski, J. E. (2014). Physical Activity and Health Outcomes: Evidence From Canada. *Health economics*, 23(1), 33–54. <https://doi.org/10.1002/hec.2900>
- Hämäläinen, K. (2008). *Urheilija ja valmentaja urheilun maailmassa: Eetokset, ihanteet ja kasvatus urheilijoiden tarinoissa*. [väitöskirja, Jyväskylän yliopisto]. JYX- julkaisuarkisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-3098-1>
- ICCE. (2016). *ICCE Standards for Higher Education Sport Coaching Bachelor Degrees*. International Council for Coaching Excellence. https://www.icce.ws/_assets/files/icds-draft-4-final-november-23.pdf
- Iivonen, E. (2022, 5. tammikuuta). Koronakriisin jälkihoidossa on panostettava lasten ja nuorten hyvinvointiin. Noudettu 7.12.2022 osoitteesta <https://www.mll.fi/blogi/koronakriisin-jalkihoidossa-on-panostettava-lasten-ja-nuorten-hyvinvointiin/>
- Ilmanen, K. (1996). *Kunnat liikkeellä: Kunnallinen liikuntahallinto suomalaisen yhteiskunnan muutoksessa 1919–1994*. [väitöskirja, Jyväskylän yliopisto]. JYX- julkaisuarkisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-7904-1>
- Isola, A-M., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S. & Keto-Tokoi, A. (2017). Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-917-0>
- Jauhiainen, A., Sihvo, P., Jääskeläinen, H., Ojasalo, J. & Hämäläinen, S. (2017). Skenariotyöskentelyllä tietoa tulevaisuuden sosiaali- ja terveyspalveluista ja osaamistarpeista. *Finnish Journal Of eHealth and eWelfare*, 9(2-3), 136–147. <https://doi.org/10.23996/fjhw.61002>

- Joensuu, J. (2021, 24. toukokuuta). *Junnufutiksen harrastajamäärät kovassa laskussa koronavuoden aikana – seuroilla huoli yläkouluikäisistä, Palloliitolla alle 10- vuotiaista*. Yle. Noudettu 10.10.2022 osoitteesta <https://yle.fi/urheilu/3-11942175>
- Karlsudd, P. (2021). Improving children's sense of belonging through group-orientated individualisation. *British journal of special education*, 48(4), 417-437. <https://doi.org/10.1111/1467-8578.12383>
- Kestilä, L. Karvonen, S. & Aalto, A. (2019). *Suomalaisten hyvinvointi 2018. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.*
- Kia-Keating, M., & Ellis, B. H. (2007). Belonging and Connection to School in Resettlement: Young Refugees, School Belonging, and Psychosocial Adjustment. *Clinical child psychology and psychiatry*, 12(1), 29-43. <https://doi.org/10.1177/1359104507071052>
- Korpilahti, U. (2019). *Väkivallaton lapsuus: Toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020–2025*. (2. korjattu painos). Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö.
- Koski, P. & Mäenpää, P. (2018). *Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986–2016*. Opetus- ja kulttuuriministeriö. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-575-4>
- Krippendorff, K. (2013). *Content analysis: An introduction to its methodology*. (3. painos). Sage Publications.
- Kuisma, J. (1999). Juniorikiekkoilu kasvun kenttänä. Teoksessa R. Honkonen & J. Suoranta. *Höntsyä vai tehovalmennusta? Kirjoituksia joukkueurheilun junioritoiminnasta*. (s. 103–130). Tampereen Yliopistopaino Oy.
- Kuntalaki 10.4.2015/410*. Finlex. Noudettu 22.1.2023 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150410>
- Laki hyvinvointialueesta 19.6.2021/611*. Finlex. Noudettu 22.1.2023 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2021/20210611>
- Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä 29.6.2021/612*. Finlex. Noudettu 22.1.2023 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2021/20210612>

- Lewis, D. (2012). Across the little divide? Life histories of public and third sector "boundary crossers". *Journal of organizational ethnography*, 1(2), 158-177. <https://doi.org/10.1108/20466741211248831>
- Lohtander, M., Hätönen, H., Katainen, J., Lundkvist, T., Siira, T. & Hovi, A-M. (2021). *Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kokonaisarkkitehtuuri*. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus.
- Loland, S. (2011). The Normative Aims of Coaching. The good coach as an enlightened generalist. Teoksessa A. R. Hardman, C. Jones, M. J. McNamee, H. Reid & J. Parry, J. *The Ethics of Sports Coaching*. <https://doi.org/10.4324/9780203868447>
- Lämsä, A-L. (2009). *Tuhat tarinaa lasten ja Nuorten syrjäytymisestä. Lasten ja Nuorten syrjäytyminen sosiaalihuollon asiakirjojen valossa*. [väitöskirja, Oulun yliopisto]. Jultika. <http://jultika.oulu.fi/files/isbn9789514290213.pdf>
- Marx, J. D. (2016). Healthy Communities: What Have We Learned and Where do We Go from Here? *Social Sciences*,5(3), 44. <https://doi.org/10.3390/socsci5030044>
- Mashford-Scott, A., Church, A. & Tayler, C. (2012). Seeking Children's Perspectives on their Wellbeing in Early Childhood Settings. *International journal of early childhood*, 44(3), 231-247. <https://doi.org/10.1007/s13158-012-0069-7>
- McGillivray, M., Clarke, M. & Smyth, M. (2007). *Understanding Human Well-Being: Insights and Experiences*.
- McGuckin, M. E., Turnnidge, J., Bruner, M. W., Lefebvre, J. S. & Côté, J. (2022). Exploring youth sport coaches' perceptions of intended outcomes of leadership behaviours. *International journal of sports science & coaching*, 17(3), 463-476. <https://doi.org/10.1177/17479541221076247>
- Metsäpelto, R-L., Rönkä, A. & Laakso, M-L (2015). Koululaisten hoitojärjestelyt ja hyvinvointi 24/7-taloudessa. *Yhteiskuntapolitiikka*, 80(1), 5–18.
- Michaelson, J. (2014). Practical models for well-being-oriented policy. Teoksessa T.J. Hämäläinen & J. Michaelson. *Well-being and beyond: Broadening the public and policy discourse*. Edward Elgar.

- Mieli ry. (2022, 12. heinäkuuta). *Kolmoiskriisistä kohti nuorten hyvinvointiohjelmää*. Noudettu 6.12.2022 osoitteesta <https://mieli.fi/uutiset/uusi-nuorten-hyvinvointiohjelma-ratkoo-nuorten-mielenterveyskriisia/>
- Minkkinen, J. (2013). The Structural Model of Child Well-Being. *Child indicators research*, 6(3), 547-558. <https://doi.org/10.1007/s12187-013-9178-6>
- Minkkinen, J. (2015). *Lapsen hyvinvointimalli. Lasten emotionaalinen hyvinvointi ja sosiaaliset suhteet alakoulussa*. [väitöskirja Tampereen yliopisto]. Trepo. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-44-9822-0>
- Mononen, K., Blomqvist, M., Koski, P. & Kokko, S. (2021). Urheilu, seuraharrastaminen ja kilpaurheilun etiikka. Teoksessa S. Kokko, R. Hämylä & L. Martin. *Nuortenliikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2020*. (s. 36-49). Valtion liikuntaneuvosto.
- Moeller, M., McKillip, A., Wienk, R. & Cutler, K. (2016). In pursuit of child and family well-being: Initial steps to advocacy. *Social sciences*, 5(3), 30. <https://doi.org/10.3390/socsci5030030>
- Morese, R., & Palermo, S. (2019). The New Forms of Social Exclusion. IntechOpen.
- Mäenpää, P. (2016). Urheiluseuratoiminta muuttuu – tietoa nykyisestä ja visioita vuoteen 2050. *Liikunta & Tiede* 53(4), 30–36.
- Mäenpää, P. & Koski, P. (2019). *Suuret seurat suurennuslasin alla*. Opetus- ja kulttuuri-ministeriö. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-642-3>
- Möttönen, S. & Niemelä, J. (2005) *Kunta ja kolmas sektori: yhteistyön uudet muodot*. PS-kustannus.
- Nave, C. S., Sherman, R. A. & Funder, D. C. (2008). Beyond self-report in the study of hedonic and eudaimonic well-being: Correlations with acquaintance reports, clinician judgments and directly observed social behavior. *Journal of research in personality*, 42(3), 643-659. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.09.001>
- Niemi, I. P., Rautiainen, A., Kannasoja, S., Haapakoski, K., Pellinen, J. & Mäntysaari, M. (2017). Hyvinvoinnin teoriat hyvinvoinnin edistämisessä ja poliittisessa päätöksenteossa. *Hallinnon tutkimus*, 36(3), 166–181. <https://journal.fi/hallinnontutkimus/article/view/98563>

- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2016). *Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset*. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Noudettu 2.10.2022 osoitteesta <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf>
- Osborne, S. (2008). *The third Sector in Europe: prospects and challenges*. Routledge.
- Ospina, S. M., Esteve, M. & Lee, S. (2018). Assessing Qualitative Studies in Public Administration Research. *Public administration review*, 78(4), 593-605. <https://doi.org/10.1111/puar.12837>
- Oyvind, F. & Hemmestad, L. (2011). Becoming a good coach. Coaching and phronesis. Teoksessa A.R. Hardman, C. Jones, M. J. McNamee, H. Reid & J. Parry. *The Ethics of Sports Coaching*. <https://doi.org/10.4324/9780203868447>
- Palloliitto. (n.d.). *Valmentajalle. Valmentajan koulutuskokonaisuus*. Palloliitto. Noudettu 24.1.2023 osoitteesta <https://www.palloliitto.fi/opi-ja-kehity/valmentajalle/>
- Palloliitto. (2022, 1. syyskuuta). *Harrastajamäärät ennätyslukemissa jo elokuun päätteeksi – 150 000:n rajapyykki siintää horisontissa*. Noudettu 8.12.2022 osoitteesta <https://www.palloliitto.fi/ajankohtaista/harrastajamaarat-ennatyslukemissa-jo-elokuun-paatteeksi-150-000-n-rajapyykki-siin>
- Poikolainen, J. (2014). Lasten positiivisen hyvinvoinnin tutkimus: metodologisia huomioita. *Nuorisotutkimus*, 32(2), 3–22. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-1779982>
- Praag, B. van M. S. (1997). The Relativity of the Welfare Concepts. Teoksessa M.C. Nussbaum & A. Sen. *The Quality of Life*, (s. 362-385). Clarendon Press.
- Puusa, A., Juuti, P. & Aaltio, I. (2020). *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus.
- Reiner, M., Niermann, C., Jekauc, D. & Woll, A. (2013). Long-term health benefits of physical activity - A systematic review of longitudinal studies. *BMC public health*, 13(1), 813. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-813>
- Ringen, S. (2006) *Citizens, families and reform*. Clarendon Press.
- Rodriguez-Ayllon, M., Cadenas-Sánchez, C., Estévez-López, F., Muñoz, N. E., Mora-Gonzalez, J., Migueles, J. H., Molina-García, P., Henriksson, H., Mena-Molina, A., Martínez-Vizcaíno, V., Catena, A., Löf, M., Erickson, K. I., Lubans, D. R., Ortega, F.

- B. & Esteban-Cornejo, I. (2019). Role of Physical Activity and Sedentary Behavior in the Mental Health of Preschoolers, Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports medicine (Auckland)*, 49(9), 1383–1410. <https://doi.org/10.1007/s40279-019-01099-5>
- Rubin. A. (n.d.). *Tulevaisuuden tutkimus tiedonalana*. Tulevaisuuden tutkimuskeskus. Noudettu 23.1.2023 osoitteesta <https://tulevaisuus.fi/perusteet/tulevaisuuden-tutkimus-tiedonalana/>
- Rubin, A. (2013). Hidden, inconsistent, and influential: Images of the future in changing times. *Futures : the journal of policy, planning and futures studies*, 45, S38-S44. <https://doi.org/10.1016/j.futures.2012.11.011>
- Ruuskanen, P., Selander, K. ja Anttila, T. (2013). *Palkkatyössä kolmannella sektorilla*. Työ- ja elinkeinoministeriö. Noudettu 4.12.2022 osoitteesta <https://tem.fi/documents/1410877/2864661/Palkkatyössä+kolmannella+sekt orilla+27062013.pdf>
- Ruuskanen, P., Jousilahti, J., Faehnle, M., Kuusikko, K., Kuittinen, O., Virtanen, J., & Strömberg, L. (2020). *Kansalaisyhteiskunnan tila ja tulevaisuus 2020-luvun Suo-messa*. Valtioneuvoston kanslia. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-287-918-9>
- Saari, J. (2009). *Hyvinvointivaltio: Suomen mallia analysoimassa*. (3. painos). Gaudeamus.
- Salamon, L. M. & Sokolowski, S. W. (2016). Beyond Nonprofits: Re-conceptualizing the Third Sector. *Voluntas (Manchester, England)*, 27(4), 1515–1545. <https://doi.org/10.1007/s11266-016-9726-z>
- Salminen, J., Lehtonen, P., Rikala, S., Kuusisto, A-K., Luoma-Halkola, H., Puumala, E., Sointu, L., Wallin, A. & Häikiö, L. (2021). Osallisuuden kehät: Näkökulmia hyvinvoinnin muotoutumiseen. *Focus Localis*, 49(3), 80–98. <https://journal.fi/focuslocalis/issue/view/7929/1264>
- Saukkonen, P. (2013). Kolmas sektori – vanha ja uusi. *Kansalaisyhteiskunta*(1), 6–31. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201609224186>
- Scarf, D., Moradi, S., McGaw, K., Hewitt, J., Hayhurst, J. G., Boyes, M., Ruffman, T. & Hunter, J. A. (2016). Somewhere I belong: Long-term increases in adolescents' resilience are predicted by perceived belonging to the in-group. *British journal of social psychology*, 55(3), 588-599. <https://doi.org/10.1111/bjso.12151>

- Schor, E. (1995). Developing communality: Family-centered programs to improve children's health and well-being. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 72(2), 413-442.
- Scorgie, K. & Forlin, C. (2019). Social inclusion and belonging: affirming validation, agency and voice. Teoksessa Scorgie, K., & Forlin, C. (2019). *Promoting Social Inclusion: Co-Creating Environments That Foster Equity and Belonging*.
- Siisiäinen, M. (2014). Four Faces of Participation. Teoksessa A.-L. Matthies & L. Uggerhøj. *Participation, Marginalization and Welfare Services: Concepts, Politics and Practices Across European Countries*. Ashgate Publishing Limited.
- Simpura, J. & Uusitalo, H. (2011) Hyvinvointi ja sosiaalinen kehitys. Teoksessa J. Saari, *Hyvinvointi: Suomalaisen yhteiskunnan perusta*. (s. 106–139). Gaudeamus.
- Skille, E. Å. (2010). Competitiveness and health: The work of sport clubs as seen by sport clubs representatives – a Norwegian case study. *International Review for the Sociology of Sport*, 45(1), 73–85. <https://doi.org/10.1177/1012690209352395>
- Stm. (n.d.). *Lapsistrategia*. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. Noudettu 28.3.2022 osoitteesta <https://stm.fi/lapsistrategia>
- Sääkslahti, A., Tammelin, T., Vasankari, T., Korsberg, M., Blom, A., Borodulin, K., Heinonen, O., Hietanen-Peltola, M., Huovinen, T., Kokko, S., Lintunen, T., Miettinen, M., Pietilä, M., Pihlainen, K., Saari, A. & Viitanen, M. (2021). Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus- ja kulttuuriministeriö. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-853-3>
- Taskinen, S. (2010). *Lastensuojelulain soveltaminen*. WSOYpro.
- Taylor, R. (2010). *Third Sector Research*. Springer.
- Taylor, W. G., Piper, H. & Garratt, D. (2016). Sports coaches as 'dangerous individuals'-practice as governmentality. *Sport, education and society*, 21(2), 183–199. <https://doi.org/10.1080/13573322.2014.899492>
- Terveystieteiden lakien 30.12.2010/1326*. Finlex. Noudettu 22.1.2023 osoitteesta <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326>

- THL. (2020). *Osallisuuden edistäminen*. Noudettu 29.12.2022 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen>
- THL. (2022a). *Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet*. Noudettu 29.12.2022 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet>
- THL. (2022b). *Hyvinvointi- ja terveyserot. Lapset ja perheet*. Noudettu 2.1.2022 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/elamankulku/lapset-ja-perheet>
- THL. (2022c). *Nuorten syrjäytymisen ehkäisy*. Noudettu 27.12.2022 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/hyvinvointi-ja-terveys/nuorten-syrjaytymisen-ehkaisy>.
- THL. (2022d). *Hyvinvointi*. Noudettu 5.1.2023 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>
- Thomas, N., Graham, A., Powell, M. A. & Fitzgerald, R. (2016). Conceptualisations of children's wellbeing at school: The contribution of recognition theory. *Child- hood* 23 (4), 506–520. <https://doi.org/10.1177/0907568215622802>
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Ukk-instituutti. (2022). *Liikkumisen vaikutukset*. Noudettu 7.12.2022 osoitteesta <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-vaikutukset/>.
- Uusitalo, H. & Simpura, J. (2020). Erik Allardt hyvinvoinnin tutkijana. *Yhteiskuntapolitiikka*, 85, 5–6.
- Valtioneuvosto. (2021a). *Lapset, nuoret ja koronakriisi. Lapsistrategian koronatyöryhmän arvio ja esitykset lapsen oikeuksien toteuttamiseksi*. Valtioneuvosto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-674-7>
- Valtioneuvosto. (2021b). *Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030. Toimeenpanosuunnitelma*. Valtioneuvosto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-670-9>

- Valtioneuvosto. (2022, 7. lokakuuta) *Uusi rakenne*. Sote-uudistus. Noudettu 24.1.2023 osoitteesta <https://soteuudistus.fi/hyvinvointialueet->
- Vandermeersch, H., Meganck, J., Seghers, J., Vos, S. & Scheerder, J. (2017). Sports, Poverty and the Role of the Voluntary Sector. Exploring and Explaining Nonprofit Sports Clubs' Efforts to Facilitate Participation of Socially Disadvantaged People. *Voluntas (Manchester, England)*, 28(1), 307-334. <https://doi.org/10.1007/s11266-016-9799-8>
- Vella, S. A., Oades, L. G. & Crowe, T. P. (2010). The Application of Coach Leadership Models to Coaching Practice: Current State and Future Directions. *International journal of sports science & coaching*, 5(3), 425-434. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.5.3.425>
- VPS Juniorit. (2022). *Seuraesittely*. Noudettu 13.1.2023 osoitteesta <https://www.vpsjuniorit.fi/seura/1435/seuraesittely>
- Vuorinen, T. (2013). *Strategiakirja*. Talentum.
- Walseth, K. (2006). Sport and Belonging. *International review for the sociology of sport*, 41(3-4), 447-464. <https://doi.org/10.1177/1012690207079510>
- Weber, R. P. (1990). *Basic Content Analysis*. SAGE Publications.
- WHO. (2022). *Global status report on physical activity 2022*. Noudettu 7.12.2022 osoitteesta <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1473751/retrieve>.
- Wicker, P., & Frick, B. (2015). The relationship between intensity and duration of physical activity and subjective well-being. *European journal of public health*, 25(5), 868–872. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckv131>
- Woodard, C. (2013). Classifying theories of welfare. *Philosophical studies*, 165(3), 787–803. <https://doi.org/10.1007/s11098-012-9978-4>

Liitteet

Liite 1. Haastattelukutsu

Hyvä vastaanottaja,

Olen Ella Vuorenmaa, hallintotieteiden maisterivaiheen opiskelija Vaasan yliopistosta. Pääaineenani on sosiaali- ja terveyshallintotiede. Työstän tällä hetkellä pro gradu -tutkielmaani, joka toteutetaan toimeksiantona Vaasan Palloseuran tukisäätiölle. Kutsun sinut osallistumaan haastateltavaksi tutkielmaani. Tutkielmani aihe liittyy jalkapalloa harrastavien lasten ja nuorten hyvinvointiin sekä hyvinvoinnin tulevaisuuteen. Aihetta lähestytään lapsille ja nuorille jalkapallon harrastamisen ja hyvinvoinnin muodostumisen kannalta merkittävien aikuisten – eli teidän valmentajien näkökulmasta.

Tarkemmin muotoiltuna tavoitteenani on selvittää ***valmentajien omia kokemuksia ja näkemyksiä roolistaan osana lasten ja nuorten hyvinvointia ja sen kehitystä.***

Työni päätutkimuskysymys on:

- Miten lasten ja nuorten liikuntaharrastus lisää hyvinvointia

ja alatutkimuskysymys:

- Minkälaisia ovat juniorivalmentajan kokemukset omasta roolistaan nyt ja tulevaisuudessa?

Tutkimus toteutetaan teemahaastatteluna, jolloin Teillä valmentajilla aukeaa parhaiten mahdollisuus kertoa vapaasti omista ajatuksistanne.

Haastattelut toteutetaan viikoilla 33 ja 34 etänä suojatulla Zoom-alustalla tai kasvokkain Vaasan yliopiston tiloissa. Haastattelut nauhoitetaan ja nauhoitettu haastattelumateriaali säilytetään ainoastaan tekijän omissa, Vaasan yliopiston tietoturvasuojatuissa tiedostoissa niin, että pelkästään tutkielman tekijällä on pääsy materiaaleihin. Haastattelut litteroidaan ja anonymisoidaan. Kaikki tutkimusmateriaali hävitetään tutkimuksen valmistumisen jälkeen. Haastatteluista kerätty tieto käsitellään luottamuksellisesti niin, ettei valmiista tutkielmasta ole pääteltävissä vastaajien henkilöllisyyttä. Haastateltavien henkilöllisyys on tutkielman tekijän lisäksi ainoastaan tutkielman ohjaajan tiedossa.

Tavoitteenani on haastatella ikäluokkien U7-U15 tyttöjen ja poikien joukkueiden valmentajia. Ihanteellista olisi, mikäli jokaisen ikäluokan joukkueesta löytyisi yksi valmentaja haastateltavaksi.

Otan kaikkiin kutsun saaneisiin yhteyttä viikon 32 alussa sopiaksemme sopivan haastatteluaikajankohdan. Mikäli kuitenkin tiedät, että et halua osallistua haastatteluun tai olette sopineet valmennustiimisi kanssa etukäteen haastatteluun osallistujan, pyydän

ilmoittamaan kielteisen vastauksen tähän viestiin. Haastatteluun menee aikaa korkeintaan yksi tunti.

Jos kutsu herätti kysymyksiä ja haluat olla yhteydessä ennen yhteydenottoani, vastaan mielelläni puhelimitse tai sähköpostitse. *(yhteystiedot)*

Ohjaavana opettajanani toimii Vaasan yliopiston tutkijatohtori Hanna-Kaisa Pernaa, johon voit myös olla tarvittaessa yhteydessä. *(yhteystiedot)*

Kiitos!

Ystävällisin terveisin Ella Vuorenmaa

Liite 2. Teemahaastattelurunko

Juniorivalmentamisen taustatekijät:

- Kuinka kauan on valmentanut?
- Miksi valmentaa?
- Millainen valmennustausta ja valmentajakoulutus?
- Tavoitteet valmentajana?
- Mikä on valmentamisessa parasta ja mitkä asiat kokee erityisen tärkeiksi?

1. Teema: Urheiluharrastuksen rooli lapsen/nuoren hyvinvoinnin ja sen edistämisen kontekstissa

- Millainen rooli urheiluharrastuksella on kehittyvän lapsen/nuoren elämässä?
- Mitkä tekijät lapsen/nuoren elämässä vaikuttavat hyvinvointiin?
- Mitkä seikat jalkapalloharrastuksessa auttavat edistämään lapsen/nuoren hyvinvointia?

2. Teema: Valmentajan rooli

- Millaisena koet roolisi valmennettavan lapsen ja nuoren elämässä? Eroaako rooli muista aikuisista, esim. opettajasta? Miten?
- Voitko valmentajana vaikuttaa lapsen/nuoren hyvinvointiin ja sen edistämiseen? (Miten?)
- Millainen on hyvä valmentaja? Mihin itse pyrit?
- Millaisena koet vanhempien odotukset valmentamisesta?

3. Teema: Muut toimijat

- Millaisessa asemassa koet juniorivalmentajan olevan yhteiskunnassa? Mitä yhteiskunnan muut jäsenet ajattelevat valmentajasta? Entä mitä vaativat?
- Miten tärkeänä koet yhteistyön muiden tahojen kanssa?

4. Teema: Tulevaisuus

- Muuttuuko urheiluharrastuksen merkitys lasten/nuorten elämässä tulevaisuudessa? (Miten?)
- Miten valmentajan rooli on muuttunut valmennusvuosiesi/lajihistoriasi aikana?
- Millaisena näet valmentajan roolin tulevaisuudessa?
- Millaisena näet tulevaisuuden yhteistyön muiden toimijoiden kanssa? Miten sitä voisi kehittää lasten ja nuorten hyvinvoinnin parantamiseksi?