

Erja Roukka

KARTOITUS JUDON MERKITYKSESTÄ LAPSEN
SOSIAALISTEN TAITOJEN KEHITYKSESSÄ

Sosiaalialan koulutusohjelma
2017

JUDON MERKITYS LAPSEN SOSIAALISTEN TAITOJEN KEHITYKSESSÄ

Roukka, Erja
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
2017
Ohjaaja: Pamppunen, Seppo
Sivumäärä: 21
Liitteitä: 2

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa maailman suosituimman kamppailu-urheilulajin, judon, merkitystä lapsen sosiaalisten taitojen kehityksessä. Aktiivisena lajiharrastajana ja valmentajana, sekä sosiaalialan opiskelijana aihe haastoi tutustumaan positiivisesti vaikuttavien asioiden kartoittamiseen. Judo on kovalta näyttävä kamppailulaji, jossa voiman sijasta pyritään käyttämään fysiikkaa apuna tekniikkasuorituksessa. Tekniikka tehdään turvallisesti vastustajaa vahingoittamatta. Periaatteena lajin taustalla on harrastajan henkisen kasvun kehitys ja toisen kunnioittaminen.

Kartoitus toteutettiin Porin judoseura Fudoshin ry:n vuoden kestävän peruskurssin valmennuksen ohessa osallistavan ja aktiivisen havainnoinnin menetelmiä käyttäen. Kurssilaiset olivat iältään 7-14 vuotiaita. Harjoitukset pidettiin kahdesti viikossa, ja ne olivat kestoltaan 1,5h. Ajatus opinnäytetyön toteuttamisesta nousi seuran tarpeesta saada lisää aktiivisia junioriharrastajia. Lajin positiivisten vaikutteiden esille tuominen, sekä kasvatuksellisesti kehittävien hyötyjen esittäminen, kasvattavat lajitietoutta paikkakunnalla, jonka on mahdollista herättää kiinnostusta lajin harrastamisen aloittamisen suhteen. Lisäksi opinnäytetyön tarkoituksena on kasvattaa ja kehittää myös nuorten ja lasten ohjaajan toimenkuvassa harrastavaa tai työskentelevää aikuista.

Harjoitusten aktiivinen seuraaminen, valmennuskokemus ja vanhempien haastattelu johtivat tuloksiin, joista näki selvästi, että laji vaikuttaa lasten ja nuorten kehitykseen monipuolisesti hyvällä tavalla. Aiemmin arat lapset kasvattivat omaa ystäväpiiriään. Koulumaailmassa ja kotona lapset olivat rauhallisempia ja ottivat toiset paremmin huomioon. Oman kehon ja voiman hahmottaminen ja hallinta kehittyivät, ja sama oli nähtävissä myös henkisellä tasolla. Lapset oppivat aikaisempaa paremmin kohtaamaan epäonnistumisia ja pettymyksiä. Turvallisessa ympäristössä, jossa lapsi sai aikuisen jakamattoman huomion omaan toimintaansa, lapsi oppi luomaan paremmin luottamussuhteita myös aikuiseen. Fyysinen kehitys ja onnistumisen kokemukset kasvattivat lapsen itsetuntoa, joka motivoi lasta aktiivisemmaksi toimijaksi ryhmässä.

THE IMPORTANCE OF JUDO IN DEVELOPING CHILD'S SOCIAL SKILLS

Roukka, Erja

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in

December 2017

Supervisor: Pamppunen, Seppo

Number of pages: 21

Appendices: 2

The purpose of this thesis was to explore, study and map the effect of judo (world's most popular martial art) on the development of social skills of children. As an active judo athlete, coach and student in a field of Social Services the subject challenged me to explore the positive effects of the sport. Judo is a martial art that looks violent and hard but is actually based on using physics instead of brutal force in performing the techniques. Judo techniques are done without harming the opponent. The principle behind judo is developing the spiritual growth of the enthusiast and respect for one's opponent.

The survey was carried out in a dojo at Pori. It was performed by using methods of inclusive and active observation. The target group was the novice children in the age group 7–14. The group practised two times a week for 1,5 hours at a time. The idea for the thesis rose from the need to have more enthusiasts in Pori. By revealing the positive effects of judo, it is possible to grow the knowledge of the sport and get more people interested in judo as a hobby. Additionally, this thesis is a means to tutor coaches at their job or volunteer work amongst children and youth.

The active observation, coaching experience and interviewing parents lead to results that show the positive impact judo does on children and youth's development. The sensitive children became more brave in interaction with others and gained more friends. The children acted calmer and took more account of others both at school and at home. The children also learned about the perception and management of their own body and power. The same development was reflected on the spiritual level. The children learned better to face failures and disappointments. In a safe environment where a child receives undivided attention from an adult, he/she learns better to build trusted relationships also with adults. The physical development and experience of success increased the child's self esteem, motivating the child to become more active as a member of the group.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	JUDO ON MUUTAKIN, KUIN FYYSISESTI KEHITTÄVÄ HARRASTUS	6
2.1	Lajin historia	6
2.2	Lajin periaatteet	6
2.2.1	Yhteisen hyvän periaate	7
2.2.2	Joustavuuden periaate.....	7
2.2.3	Maksimaalisen tehon periaate	7
3	MIKSI JUDO?.....	8
3.1	Harrastajasta valmentajaksi	8
3.2	Aiheen valinta	9
3.3	Peruskurssin tavoitteet ja toimintasuunnitelma	10
4	SOSIAALISET TAIDOT	11
4.1	Sosiaalisuus ei ole sama, kuin sosiaaliset taidot	11
4.2	Sosiaaliset taidot yleisesti	11
4.3	Sosiaaliset taidot judossa	12
5	KARTOITUSMENETELMÄ	13
5.1	Haastattelu.....	13
5.2	Osallistava ja aktivoiva havainnointi	14
6	KARTOITUKSEN TULOKSET	15
6.1	Omia havaintoja kurssin vaikutuksesta.....	15
6.2	Vanhempien ajatuksia lajin mukanaan tuomista hyödyistä.....	17
6.2.1	Miksi judo?	17
6.2.2	Lajin tuoma sosiaalinen ja fyysinen hyöty	18
6.2.3	Sosiaaliset suhteet, kotona, koulussa, vapaa-ajalla	18
6.2.4	Harrastus kasvatti myös vanhempia	19
6.2.5	Harrastuksen jatkaminen	19
6.3	Kehittämisehdotukset ja ideat	20
	LÄHTEET.....	21
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni tarkoituksena, oli kartoittaa maailman suosituimman kamppailu-urheilulajin, Judon merkitystä lapsen sosiaalisten taitojen kehityksessä. Tarkastelin asiaa vuoden ajan, seuraamalla valmentamani judon peruskurssin lapsien toimintaa, sekä haastattelin kurssille osallistuneiden lasten vanhempia.

Judo on muutakin, kuin fyysisesti kehittävä harrastus. Judon kehittäjä, japanilainen Jigoro Kano (1860-1938) oli itse kasvatus-, sekä yhteiskuntatieteilijä. Hän loi lajin ja sen periaatteet ajatellen, että laji kehittää myös harrastajan henkistä kasvua.

Tein kartoituksen aiheesta, koska olen itse harrastanut lajia 8-vuotiaasta asti, joista ensimmäiset 11 vuotta olin isäni valmennettavana. Laji on edelleen aikuisiällä minun ja isäni yhteinen asia, vaikka isäni ei lajia enää harrastakaan, ja itse muutin toiselle paikkakunnalle. Sosionomin opintojen edetessä useiden kurssien, kuten vuorovaikutustuntien aikana, huomasin ajattelevani toistuvasti vastauksia oman elämäkokemukseni kautta. Judo on ollut lähes päivittäinen osa elämääni, ja nykyisin oman harrastamisen lisäksi toimin sekä juniorivalmentajana, että kurssigraduoijana, eli lajiin kuuluvien vyökokeiden vastaanottajana. Valmentajan roolissa tavoitteeni on kehittää itseäni, jotta voisin harrastamisen ohessa tukea lasten ja nuorten henkistä kehitystä ja kasvua lajin perinteitä kunnioittaen. Ajattelin parhaan tavan tähän olevan juuri kurssille osallistuvien lasten sosiaalisten taitojen kehityksen tarkkailussa. Opinnäytetyön merkitys minulle on siis kehittää omia taitoja valmentajana, sekä tietysti tuoda esille ja yleiseen tietouteen lajin laajempia positiivisia vaikutuksia, jotka toisivat mahdollisesti lisää harrastajia, sekä omalle seuralleni, että muille paikkakunnille.

Uskon valmennustoimintani, sekä harrastamisen ja opinnäytetyön tekemisen vaikuttavan myös tulevaan työskentelyyni nuorten parissa työskentelevänä sosionomina. Kirjoittaessani tätä työtä, toimin hoito- ja kasvatustyönohjaajana

lastensuojelulaitoksessa. Nuorten kanssa toimiminen ja sosiaalisten taitojen merkitys ovat työntekijän roolissa tärkeässä asemassa.

2 JUDO ON MUUTAKIN, KUIN FYYSISESTI KEHITTÄVÄ HARRASTUS

2.1 Lajin historia

Japanilainen Jigoro Kano, kehitti judon vuonna 1882 yhdistelemällä vanhoja samuraiden taistelutaitoja ja ju-jutsun tekniikoita liikuntamuodoksi, jossa kamppailtiin täydellä teholla, mutta teknisesti vastustajaa vahingoittamatta. Kano piti lajille tärkeänä todenmukaisen ottelemisen lisäksi harrastajan henkistä kasvua ja kehittymistä ihmisenä. Näin lajista muodostui kaiken ikäisille, kokoisille ja kuntoisille sopiva kamppailu, itsepuolustus sekä kuntoilulaji. Judo levisi 1900-luvun taitteessa Eurooppaan, ensimmäisenä Englantiin ja Saksaan. Suomeen laji saapui 1950-luvun alussa ja Suomen judoliitto perustettiin 1958. Judo on säilyttänyt asemansa suorituimpana kamppailu-urheilulajina, monipuolisena liikuntamuotona, sekä kasvatustieteellisenä menetelmänä. Judoa harrastaa Suomessa yli 12 500 judokaa, ja seuroja löytyy yli 120. (Korpiola & Korpiola 2016, 16) Judosta tuli olympialaji vuonna 1964 ja lajissa kilpailevat sekä naiset, että miehet.

2.2 Lajin periaatteet

Judo on lajina muuttanut tyyllillisesti muotoaan lajin syntymisen jälkeen kehittymällä yhä monipuolisemmaksi kuntoilu- ja kamppailulajiksi. Kilpajudon lisäksi lajista löytyy mahdollisuus myös mm. sovelletun judon, kuntojudon ja muksujudon harrastusmuotoihin. Harrastajan iästä, kunnosta ja harrastusryhmästä riippumatta lajin taustalla vaikuttavat periaatteet ovat samat. Fyysinen osaaminen ja tekniikan monipuolinen hallinta kohtaavat välttämättä lajissa laajan ja syvällisen tiedon

ymmärryksen, ja vaativat harrastajalta henkistä kehitystä, jotka kannattavat lajin teknisen perustan säilyvyyttä. Judon lähtökohtana säilyy puhtaan ja täydellisen tekniikan, oikean ajoituksen ja maksimaalisen voiman soveltamisen periaate.

2.2.1 Yhteisen hyvän periaate

Judo vaatii kamppailijalta vastuun ottamista omasta oppimisesta, ja lajissa etenemisestä. Vaikka judo onkin yksilölaji, ei sitä voi harrastaa ilman harjoitusparia. Näin judon voidaan myös katsoa olevan joukkuelaji. Judoyhteisön merkitys korostuu harjoituksissa. Judotekniikoita harjoitellaan yhdessä parin kanssa, ja sekä harjoitellessa, että kilpaillessa pyritään kehittämään omien taitojen lisäksi myös vastustajan osaamista. Yksilö saavuttaa siis omat henkilökohtaiset tavoitteensa yhteisen hyvän periaatteen kautta. Samassa harrastaja kasvaa ja kehittyy myös henkisesti. Itsekuri, pitkäjänteisyys, sekä jämäkkyys ja kurinalaisuus tulevat esiin lajiin kuuluvan dojokäytöksen, eli salikäyttämisen kautta. Näin myös kohteliaisuus, toisen kunnioittaminen ja kykeneväisyys ja halu toisen auttamiseen muodostuvat perusluonteenpiirteeksi, jota judoka noudattaa myös jokapäiväisessä elämässä salin ulkopuolella.

2.2.2 Joustavuuden periaate

Judo tarkoittaa suomennettuna joustavaa / pehmeää tietä. Vaikka judosta puhutaan kilpailu ja taistelulajina, jotka vaativat omaa aktiivista otetta tekniikoiden suorituksessa, on jokaisen heiton taustalla periaate, jossa tarkoituksena ei ole pärjätä vain oman voiman kanssa, vaan käyttää vastustajan liikettä ja voimaa hyödyksi heitossa. Vaikka voiman tärkeys on judossa myös merkittävä. On laji perusidealtaan tekniikkalaji, ja heitot perustuvat fysiikan lakeihin.

2.2.3 Maksimaalisen tehon periaate

Vastustajan voiman hyväksikäytöllä ei tarkoiteta sitä, etteikö omalla fyysisellä voimalla olisi merkitystä judossa. Judoka pyrkii kontrolloidusti suuntaamaan henkisen

ja fyysisen voimansa tuloksellisesti kannattavimpaan suuntaan saavuttaakseen maksimaalisen hyödyn. Vastustajan liikkeen ja voiman hyväksi käyttäminen ja tarkka vastustajan seuraaminen auttavat judokaa löytämään oikean ajoituksen ja suunnan hyvälle heiton valmistelulle ja vastustajan horjuttamiselle, jotka tarjoavat paikan täydelliselle heitolle. Judokalta vaaditaan valppautta omassa liikehdinnässä ja reagoinnissa vastustajan liikkeisiin. Oma kehonhallinta on tärkeää, sillä judoka on jatkuvasti moraalisesti vastuussa itsestään ja vastustajasta.

3 MIKSI JUDO?

3.1 Harrastajasta valmentajaksi

Oma judourani alkoi kahdeksanvuotiaana, kun isäni tutustutti minut lajiin. Hän toimi silloin asuinpaikkakuntani judoseuran toisena valmentajana. Isäni aloitti judon harrastamisen itse jo nuorena poikana. Harrastin lajia silloisella kotipaikkakunnallani 8-vuotiaasta alkaen, aina ylioppilaaksi valmistumiseen saakka. Harrastukset sisälsivät nuoruudessa paljon kilpailua, useilla eri paikkakunnilla. Yläkouluikäisenä osallistuin edustusvalmennusleireille ja kävin kilpailemassa ulkomailla. Vyöarvon tummetessa aloin myös isäni ohjeistuksella ja valvonnan alla harjoitella judovalmennusta vetämällä peruskurssia Punkalaitumella. Lukion jälkeen kilpailut ja muu harrastaminen jäivät hetkeksi taakse, ja harrastamisen tahti hiipui, kun seuraavat opinnot ja työt eivät antaneet mahdollisuutta harrastuksen aktiiviselle jatkamiselle. Kuitenkin mielenkiinto lajiin säilyi ja sosionomin opintojen alettua Porissa, löysin judon uudelleen. Porin judoseura Fudoshin ry muistutti kovasti toiminnaltaan oman entisen kotisalini Punkalaitumen Kunto ry:n judoa. Paluu matolle oli helppoa ja mieluisaa ja n. vuoden harrastamisen jälkeen aktivoitin seuran päävalmentajien kannustamana aluksi muksujen (4-6v.) judon toiseksi vetäjäksi ja pian sen jälkeen muksujen vastuvalmentajaksi. Tästä jatkoin nykyiseen rooliini juniorien (7-13v.) peruskurssin valmentajana. Lisäksi toimin aikuisen kuntojudon (+14v.) harjoituksissa ollut apuvalmentajana ja harjoitusten vetäjänä. Tarvittaessa olen myös vetänyt juniorien (7-13v.) jatkavien harrastajien ryhmän harjoituksia. Harjoitusten pitämisen lisäksi olen suorittanut graduoitsijakoulutusken, mikä tarkoittaa, että saan vastaanottaa

peruskurssilaisten vyökokeet. Olen itse ruskeavöinen, ja vasta seuraavan vyöarvon, mustan vyön, suorittuani saan graduoida koulutuksen vuoksi keltaisesta vyöstä siniseen vyöhön asti. Judon vyöarvot ovat, aloittelijan valkoisen vyön jälkeen, keltainen, oranssi, vihreä, sininen, ruskea ja lopulta opettaja-asteen musta vyö. Aikuisiällä olen osallistunut vuosina 2015 ja 2016 aikuisten judon SM-kilpailuihin. Mitaleille asti en kuitenkaan kyseisissä kilpailuissa päässyt. Myös muutamia pienempiarvoisia kilpailuja on SM-kilpailuihin valmistautuessa käyty läpi, joissa menestys on ollut parempaa.

3.2 Aiheen valinta

Judo on pienestä asti ollut osa omaa elämäni ja sen kasvatukselliset periaatteet ovat näkyneet myös omassa kasvatuksessani ja kehittämisessäni. Osittain myös varmasti hieman tavallista enemmän myös isäni lajiharrastuksen vuoksi. Judo on ollut minun ja isäni yhteinen asia ja jatkuu myös sellaisena. Vaikka isäni ei lajia nykyisin enää harrastakaan, valmentajan ja huoltajan rooli silti jatkuu. Judo näkyy jokapäiväisessä elämässäni aktiivisen harrastamisen lisäksi myös ajatusmaailmassani ja jokapäiväisessä toiminnassa. Lajin kasvatustieteellisten periaatteiden ideat ovat sovellettavissa arkisiin tilanteisiin, joita olen sekä sosionomin opintojen, että sosiaalialan työelämässä kohdannut. Halusin ydistää kaksi minulle tärkeää asiaa, judon harrastaminen sekä valmennus ja oma tuleva ammattini.

Judon tavoitteet eivät ole ainoastaan liikunnallisia, vaan myös kasvattavia. Lajia harrastaessa ja valmentaessani olen huomannut lajin vaikutuksia sekä itsessäni, muissa aikuisissa, että lapsissa. Olen huomannut, että kamppailulajin harrastaja oppii lajin kautta myös sosiaalisia taitoja, kuten paineensietokykyä, itsehillintää ja muiden huomioimista. Lisäksi lajin mukanaan tuoma fyysinen kehitys ja sosiaaliset suhteet kohottavat lapsen itsetuntoa. Vaikka judo on yksilölaji, harrastetaan sitä porukassa ja ryhmässä lapsi saa yhteenkuuluvuuden tunnetta ryhmään. Lisäksi kaikkien tasapuolista kohtelua, sekä mukaan ottamista korostava laji antavat lapselle hyväksytyksi tulemisen tunteen.

Koska sosionomin opinnoissa valitsin suuntaavaksi ammattiopinnoiksi lastensuojelun, ajattelin saavani oivan mahdollisuuden osoittaa judon merkityksen lasten ja nuorten sosiaalisten taitojen kehityksessä. Opinnäytetyössäni tekemän kartoituksen tarkoituksena on kehittää itseäni valmentajana, sekä tietysti tuoda esille lajin laajempia positiivisia vaikutuksia, jotka toisivat mahdollisesti lisää harrastajia niin oman kotipaikkakuntani judoseuralle, kuin muidenkin paikkakuntien dojoille. Valmentajana pyrin noudattamaan lajin perinteitä tukemalla, kehittämällä ja kasvattamalla lapsia heidän varhaisessa kehitysvaiheessaan niin sosiaalisten, kuin motoristen taitojen saralla. Nämä samat asiat muodostuvat tärkeiksi peruspilareiksi myös tulevassa sosionomin ammatissani lastensuojelun työkentällä.

3.3 Peruskurssin tavoitteet ja toimintasuunnitelma

Peruskurssin tavoitteet olivat lajin teknisen osaamisen oppiminen, mutta myös harrastajien henkisen kasvun ja kehityksen peruspohjan luominen. Kun nuori aloittaa kamppailulajin harrastamisen, on hänellä itsellään suurena motivaattorina aluksi uusien kavereiden saaminen. Vanhempien taka-ajatuksena ajattelisin olevan usein lapsen itsetunnon koheneminen. Nuoren lajihimo ja tekninen osaaminen tulevat vasta myöhemmin, kun lajiin on saatu pohja ja perustieto turvallisessa ympäristössä.

Seuran puolesta peruskurssin tavoitteena on siis lapsen/nuoren kiinnostuksen herättäminen lajin pariin. Ominia tavoitteinani katsoin valmentajana ja tulevana sosiaalialan ammattilaisena judon perusteiden ja kasvatuksellisten kehityksen ja sen merkityksen iskostamisen harrastajiin, eli judon perinteiden kunnioittamisen.

Kurssi kesti n. vuoden verran. Lajin aloittaneista löytyi eri ikäisiä, kokoisia, sekä motorisilta taidoiltaan erilaisia tyttöjä ja poikia. Kurssin aikana nuorten on tarkoitus oppia tekniikoiden lisäksi yleisiä käytöstapoja, kurillisuutta, itseluottamusta, sekä toisen huomioimista fyysisessä läheisyydessä ja muissa sosiaalisia taitoja vaativissa tilanteissa. Tarkastelin asiaa omien havaintojeni kautta valmennuksen ohessa. Koska itse näin lapsia viikkon aikana n. 3h verran harjoitusten lomassa, halusin kartoittaa

tilannetta vanhempien avustuksella. Haastattelin vanhempia kirjallisen avokyselyn kautta ja keskustelemalla vanhempien kanssa.

Lisäksi olen tutustunut aiheeseen lukemalla runsaasti lajikirjallisuutta, ammattikirjallisuutta sekä keskustelemalla muiden valmentajien kanssa.

4 SOSIAALISET TAIDOT

4.1 Sosiaalisuus ei ole sama, kuin sosiaaliset taidot

Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot sekoitetaan usein, vaikka ne tarkoittavat eri asioita. Sosiaalisuus on synnynnäinen temperamenttinen piirre, kun taas sosiaaliset taidot syntyvät oppimisen kautta. Sosiaalisuutta voitaisiin kuvata paremmin sanalla seurallisuus, sillä se kuvastaa sitä, miten ihminen toimii muiden ihmisten seurassa, ja kuinka hän asettaa muiden seuran yksinolon edelle. Tarkemmin sanottuna siis halua olla muiden ihmisen kanssa. Sosiaaliset taidot tarkoittavat taas kykyä olla muiden ihmisen kanssa. Niillä tarkoitetaan kykyä toimia rakentavasti yhteisössä ja taitoa selvittää sosiaalisista ongelmista tavalla, joka antaa arvostusta ja johtaa hyvään lopputulokseen. Sosiaaliset taidot ovat kykyä toimia muiden ihmisten kanssa, silloinkin, kun yksilö ei itse ole kovin seurallinen. Sosiaaliset taidot kehittyvät sekä kasvatuksen, että kokemuksen kautta. Sosiaalisuus ei siis ole este tai vaatimus sosiaalisten taitojen oppimiselle, vaikka se kuitenkin helpottaa ja edesauttaa sosiaalisten taitojen oppimista. Sosiaaliset taidot eivät vaadi tiettyä temperamenttipohjaa, vaan taitoja voidaan opettaa kenelle tahansa. (Keltikangas-Järvinen 2010, 17-19)

4.2 Sosiaaliset taidot yleisesti

Puhuttaessa sosiaalisista taidoista, voidaan tarkoittaa useita eri asioita, jotka ovat myös aikakohtaisia ja kulttuurisidonnaisia. Nykykäsitteenä sosiaalisten taitojen keskeisenä asiana on kyky solmia kontaktia nopeasti toisiin ihmisiin ja kyky keskustella ja toimia

luontevasti heidän kanssaan. Sosiaaliset taidot tarkoittavat siis kykyä tulla toimeen toisen ihmisen kanssa, joka esimerkiksi 1960-luvulla näkyi hyvin ihmisellä, joka oli auttamishaluinen, toisen edun edelle asettaja, joka ei korostanut itseään. Kuvaus sosiaalisista taidoista, on kuitenkin kulttuuri ja aikasidonnainen. Oleellisempaa olisi ehkä puhua taidosta varastoida erilaisia vaihtoehtoja, joista yksilö voi valita toimintamallin eri tilanteisiin. Esimerkiksi erilaiset neuvottelutaidot, joko sovittelevana tai tiukalla otteella ja kyky osoittaa empatiaa. Sosiaaliset taidot ovat tilannekohtaisen selviytymisen lisäksi myös osa yksilön omaa persoonaa. Nämä tulevat ilmi yksilön kyvyssä huomioida ja kunnioittaa toisia, ja kyvyssä toimia sovittujen sääntöjen mukaan. Tämän toteutuminen taas vaatii hyvää ja tervettä itseluottamusta, tasapainoista tunne-elämää ja pystymistä oman käytöksen kontrollointiin ja arviointiin. (Keltikangas-Järvinen 2010, 20-27)

4.3 Sosiaaliset taidot judossa

Sosiaalisten taitojen näkyminen ja korostuminen judosalilla ilmenee monessa asiassa. Voidaan puhua jopa sosiokulttuurallisesta oppimisesta, jossa tässä tapauksessa valmentaja kertoo harrastajille miten heidän odotetaan judokulttuurissa käyttäytyvän. Harjoituksen alussa judokat siirtyvät aloitus riviin, jossa noudatetaan hyviä käytöstapoja ja judon etikettiä. Ensin valmentaja asettuu polvilleen, ja sitten judokat vastapäätä rivissä. Mokuso- komennon aikana silmät laitetaan kiinni ja valmistaudutaan henkisesti alkavaan harjoitukseen. Mokuso yame- komennolla avataan silmät ja rei- komento on merkki alkukumarrukselle, jossa osoitetaan kunnioitusta harjoituksen pitäjälle. Kumartelua ja harjoitusparin kunnioitusta jatketaan harjoituksen ohessa. Ennen tekniikan tekoon ryhtymistä, ennen randorin aloitusta, ja sen päätyttyä omalle parille kumarretaan. Harjoitusparin kunnioittamisen lisäksi kumarruksen merkitys on osoittaa judokan olevan valmis alkavaan suoritukseen.

Judossa toimitaan yhdessä muiden harrastajien kanssa. Lajille ominaista on se, että se sopii kaikille, ja näin ollen judoa voi harjoitella kenen tahansa kanssa. Laji opettaa lasta toimimaan toisen lapsen kanssa riippumatta omasta ja harjoitusparin kokemuksesta, persoonasta ja fyysisistä taidosta.

Lajissa kehittyminen ja pärjääminen kehittävät ja kohentavat myös harrastajan itsetuntoa ja itseluottamusta. Onnistumisen kokemukset ja erilaisista kontaktitilanteista selviämiset opettavat harrastajalle arvokkaita taitoja, joita voi soveltaa jokapäiväisessä arkisessa elämässä. Se opettaa myös oman toiminnan arviointia, sekä käyttäytymisen ja tunteiden kontrollointia. Judon kautta lapsen on mahdollista päästä harjoittelemaan omien rajojen testaamista, ja hänet haastetaan myös käsittelemään pettymistä ja epäonnistumisia turvallisessa ja kannustavassa ympäristössä. Judon tietoa ja taitoa ei voi oppia kerralla, vaan kasvu ja kehitys on sekä fyysisellä, että henkisellä tasolla jatkuva prosessi.

5 KARTOITUSMENETELMÄ

5.1 Haastattelu

Koska oma havainnointini oli niin lyhytaikaista ajatellen aiheen laajuutta ja vaikutusaluetta, pyysin vanhemmilta lisää tietoa avokysymyshaastattelun avulla. Haastattelun kautta pyrin saamaan paremmin yksityiskohtaista tietoa millaisin taustajatuksin vanhemmat toivat lapsensa judoharrastuksen pariin. Millaisiin asioihin he mahdollisesti toivoivat muutosta. Millaisia muutoksia he ovat huomanneet lasten sosiaalisissa taidoissa eri vuorovaikutustilanteissa, kotona, koulussa ja muulla vapaa-ajalla. Lisäksi olin kiinnostunut selvittämään, millaisia ideoita vanhemmat ovat hyödyntäneet seurattuaan lasten harjoituksia aktiivisesti maton laidalla ja olivatko lapset kiinnostuneita jatkamaan lajin parissa peruskurssin jälkeen. Kyseli lähti vanhemmille s-postin kautta, joka oli henkilökohtaisten keskustelujemme lisäksi suurin kommunikointivälineeni vanhempien kanssa peruskurssin aikana. Vanhemmilla oli kesän jälkeen syksy 2016 aikaa vastata haastattelun kysymyksiin. Osa vastasi vielä jälkikäteen ennen joulua. Kaikki vanhemmat eivät palauttaneet vastauksiaan.

5.2 Osallistava ja aktivoiva havainnointi

Havainnoinnilla tarkoitetaan aineiston keräämistä ja havaintojen tutkimistapaa. Kaikki kokemukset perustuvat arjessa tapahtuviin havaintoihin. Tämä on tieteellisen havainnoinnin perusta. Arkiset havainnoinnit poikkeavat tieteellisestä havainnoinnista, suunnitelmallisuudella ja kriittisyydellä. Tässä opinnäytetyössä tutkimusmenetelmäni pohjautuu osittain osallistavaan ja hieman jopa aktivoivaan havainnointiin. Omat havaintoni olivat osallistavan havainnoinnin mukaan tietoista tarkkailua, eikä vain asioiden ja ilmiöiden näkemistä. Osallistava havainnointi on sopiva menetelmä tarkastellessa ihmisen vuorovaikutusta muihin. Judoryhmässä havainnoinnin kohteena oli useamman nuoren keskeinen vuorovaikutussuhde. Osallistava havainnointi on myös ennalta jäsenneilyä, joten havainnoinnin tapahtuman/tilanteen rakenne käydään läpi jo ennen tutkimusaineiston keräämistä. Judovalmennuksessa tämä tapahtuu lasten judoharjoitusten tarkassa suunnittelussa, jossa harjoituksen kielellisestä, fyysikaalisesta ja liikunnallisesta toteutuksesta. Koska havainnointitilanteet ovat judoharjoitusten tavoin ainutkertaisia ja toiset asiat ovat harvoin havaittavissa, on kattavan tiedon saannin vuoksi tyypillistä tehdä havainnointia pitkällä aikavälillä. Opinnäytetyötäni varten havainnoin omaa ryhmääni noin vuoden ajan kaksi kertaa viikossa. Osallistavassa havainnoinnissa on oleellista myös havainnoijan oma osallistuminen vuorovaikutustilanteessa. Tutkimus tapahtuu usein tutkittavan kohteen ehdoilla yhdessä ennalta sovitun ajan mukaan. Osallistun valmentajana myös itse harjoituksiin ja näytän peruskurssin judokoille tehtäviä liikkeitä. Harjoituksissa tehtävät harjoitteet on suunniteltava harjoittelijan fyysiset ja psyykkiset valmiudet huomioiden. Lisäksi huomioon tulee ottaa harjoitteiden turvallisuus sekä liikkeen, tässä tapauksessa heiton tekijälle, *torille*, että harjoitusparille, *ukelle* turvallinen toteuttaminen. Tutkimusmenetelmä on osaltaan myös aktivoivaa osallistavaa havainnointia, sillä tavoitteena on myös pyrkiä muuttamaan tutkittavaa kohdetta. Muutos tapahtuu kasvatustieteellisin ja fyysisesti kehittävin keinoin. Toiminta on muokattavissa myös ryhmän tarpeiden mukaan. Judoharjoituksissa tällaisia tilanteita, voi kohdata jokaisessa harjoituksessa. Uusien harrastusta kokeilevien valmiudet tulee ottaa huomioon, lisäksi mahdolliset yllättäen sattuneet tapaturmat, jotka voivat vaikuttaa lasten fyysiseen toimintaan hetkellisesti. Myös olemassa olevat fyysiset rajoitteet tai ennestään olevat sairaudet saattavat vaikuttaa harjoituksen sujuvuuteen.

6 KARTOITUKSEN TULOKSET

6.1 Omia havaintoja kurssin vaikutuksesta

Peruskurssin alkaessa ryhmän heterogeenisyys näkyi kurssilaisten luonteessa, ja olemuksessa. Osa lapsista oli hyvinkin vilkkaita ja ottivat avoimesti kontaktia muihin lapsiin. Kurssilla oli kuitenkin myös niitä, jotka olivat hieman arempia. Erityisesti huomioni kiinnittyi lapseen, joka vältteli katsekontaktia ja vetäytyi hieman muusta ryhmästä. Lasten erilaiset taustat ja kasvatus, sekä lapselle syntynyt temperamentti vaikuttavat siihen millä tavalla lapsi suhtautuu uuteen tilanteeseen. Ryhmän monimuotoisuus mahdollisti mielenkiintoisen tilaisuuden tehdä kartoitusta harrastuksen vaikutuksista.

Yhteiset pelit leikit ja yhdessä harjoittelemisen innokkaassa ja kannustavassa ympäristössä monilla erilaisilla mielenkiintoisilla, sekä yksin että yhdessä tehtävien harjoitteiden kanssa auttoivat lapsia pian sisäistämään lajin peruseriaatteita. Asioita käytiin läpi siten, että valmentajana kerroin heille asioita, ja tulevissa harjoituksissa testailin kysymällä mitä lapset muistavat edellisiltä kerroilta. Jos harjoituksissa lasten vilkkaus meinasi ottaa valtaa, pystäytin harjoitukset, ja keskustelimme lasten kanssa dojakäytöksestä ja mitä kaikkea se oikein sisältää. Kun asioista puhutaan innostavasti. “Judon kotimaassa Japanissa, kehiteltiin tällainen tapa...” ovat lapset motivoituneempia kuulemaan asiasta ja toimimaan ohjeiden mukaan. Vaikka useasti valmentajat ajattelevat, että lapset eivät jaksakaan keskittyä kauaa, ja erilaisissa valmentajakoulutuksissa neuvotaan puhumaan lyhyesti ja antamaan vain max 2 ohjetta kerralla ja nopeasti, jonka jälkeen toiminnallisuus jatkuu, koin itse tärkeäksi sen, että nuori harrastaja huomasi, että heille annettiin aikaa, ja asia selitettiin selvästi ja perusteltiin kunnolla. Lisäksi sääntöjä sovittiin myös ryhmän kanssa yhdessä. Näiden noudattamista motivoitiin positiivisen toiminnan palkitsemisella ja negatiivisen toiminnan ei niin miellyttävillä seuraamuksilla.

Kurssi antoi paljon sekä lapsille, että minulle. Pidin kurssin sellaisena, että harjoituksiin oli mahdollista tulla myös mukaan tutustumaan kesken kauden. Kurssille tuli tutustumaan myös Suomen vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n Valttipilottihankkeen kautta eräs näkövammainen poika. Valttipari otti minuun yhteyttä ja kertoi, että olivat tutustuneet lajiin ja kysyivät onko sitä mahdollista tulla kokeilemaan. Judo on kaikille. Myös erityisjudolle on omat ryhmänsä, ja erityisjudokat kilpailevat myös muiden tavoin omassa sarjassaan sovelletussa judossa. Valitetavasti sovelletun judon harrastajamäärä on hyvin pieni Porin seudulla ja nykyisin muutama aktiiviharrastaja on otettu mukaan aikuisten ryhmään. Nuorten keskuudessa tällaista ryhmää ei tällä hetkellä erikseen ole. Olin kuitenkin avoin ottamaan pojan mukaan omaan ryhmääni. Poikaa varten otin yhteyttä erityisjudon valmentajiin, joilta löytyi kokemusta arvokisoissa asti ottelevien sovelletun judon harrastajien kanssa. Harjoitukset haastoivat ryhmäläisiä toimimaan monelle ehkä vieraalla tavalla, ja samalla myös minut valmentajana miettimään, miten harjoituksesta saadaan sujuva. Kun yksi aisteista, on poissa käytöstä, korostuu muiden aistien käytön merkitys. Tässä tapauksessa näkökyvyn puuttuminen vaikutti fyysisen vuorovaikutuksen merkitykseen. Myös luottamuksen tärkeys korostuu, kun tekniikkaharjoittelussa mukaudut parisi liikkeeseen esimerkiksi heittotilanteessa.

Kurssilla kävi muutamia kertoja tutustumassa myös Satakunnan Ammattikorkeakoulun fysioterapiaopiskelijoita, joiden tehtävänä oli tarkkailla lasten liikunnan ohjausta ja lasten liikkumista. Opiskelijat osallistuivat samoihin harjoituksiin ja pääsivät tutustumaan samalla myös itse lajiin. Kurssilaiset innostuivat vanhempien harrastajien mukana olemisesta ja nauttivat myös siitä, kun pääsivät itse näyttämään tekniikkaosaamistaan itseään vanhemmille.

Tutustuimme peruskurssilaisten kanssa myös seuraavan tason judoharjoituksiin, osallistumalla jatkavien junioreiden ryhmän treeneihin. Harjoitus mahdollisti peruskurssilaisille tilaisuuden kokeilla oppimiaan taitoja hieman kokeneempien ja mahdollisesti jopa isompien lasten kanssa. Lisäksi toisina päivinä, otimme myös aikuisharrastajia mukaan omiin harjoituksiimme randori, eli otteluharjoitteluosioon sekä loppujumppiin ja peleihin, joka antoi lisää monipuolista ja innostavaa kokemusta sekä lapsille, että aikuisharrastajille.

6.2 Vanhempien ajatuksia lajin mukanaan tuomista hyödyistä

Avokyselyhaastattelussa ja harjoitusten ohessa, keskustelin vanhempien kanssa jokaisena harjoituskertana. Toisinaan asiat koskivat juuri vain lapsen kyseistä päivää. Vanhemmat saattoivat voivotella jo etukäteen, että lapsi saattaa olla kovin väsynyt, ja hieman ollut haasteita jo aikaisemmin arjessa. Toisinaan taas vanhemmat kertoivat, että lapsi on ollut niin innoissaan tulossa harjoituksiin ja on kovasti treenannut myös kotona ja esittänyt heille edellisen treenin oppeja. Mietin tarkkaan kysymyksiä vanhemmille, sekä urheiluvalmentajan, että sosiaalialan opiskelijan ja työntekijän näkökulmasta, jotta voisin saada opinnäytetyöhöni kartoitukseen laajempaa materiaalitietoutta, joka voisi edesauttaa suunnittelemaan tulevia harjoituksia sellaisiksi, joilla olisi vaikutusta taas positiivisempaan suuntaan lapsen kohdatessa arjen haasteita.

6.2.1 Miksi judo?

Vanhempien vastauksista nousi paljon yhteneviä huomiota. Harrastusta aloittaessa vanhempien ajatuksena oli tuoda lapsi harrastuksen pariin, joka opettaisi lapsille toisen kunnoittamista ja sääntöjen noudattamista. Lisäksi vanhemmat toivoivat lapselleen harrastusta, joka kehittäisi lasta monipuolisesti myös fyysisesti. Vanhempien vastauksista oli selkeästi havaittavissa heidän tutustumisensa lajin periaatteisiin. Muutamalle vanhemmista laji oli jo ennestään tuttu sukulaisten harrastuksen myötä. Yksi huomiotani sosionomiopiskelijana herättäneistä vastauksista oli kuitenkin erään kurssilasen sijaisvanhemman vastaus, joka toivoi fyysisen kontaktilajin opettavan lapselle mitä on äidin sanoja lainaten “hyvänlainen kosketus” ja tämän kautta lapsen ja aikuisen välille syntyvän luottamussuhteen kehtiystä. Lapsen taustasta keskustelin sen verran, että kyseinen lapsi asui sijaisperheessä ja hänellä oli takanaan nuoreen ikään nähden jo runsaasti huonoja kokemuksia vuorovaikutustilanteista aikuisen kanssa. Judossa toisen koskeminen on välttämätöntä lajin harjoittelun kannalta. Vieraan silmistä liikkeet, kiinni tarttumiset, kuljettaminen ja heittely voivat näyttää hurjiltakin, mutta laji on kuitenkin turvallinen. Hyvä ja napakka ote turvaa hyvän horjutuksen ja heiton jälkeisen kannatuksen, jolla ehkäistään heitettävän vaurioituminen. Uken ja Torin, heittäjän ja heitettävän roolit ovat siis yhtä tärkeitä.

6.2.2 Lajin tuoma sosiaalinen ja fyysinen hyöty

Vastauksista oli havaittavissa myös lajin tuoma hyöty. Jokainen kyselyyn vastanneista vanhemmista löysi jotain positiivista muutosta lapsen sosiaalisuudessa ja fyysisissä taidoissa. Sellaiset lapset jotka olivat vähemmän sosiaalisia, pääsivät harjoittelemaan sosiaalisten suhteiden luomista muiden lasten, apuvalmentajina toimivien nuorten, sekä aikuisten valmentajien kanssa. Harjoituksissa pidin tärkeänä sitä, että kaikki oppivat tekemään kaikkien kanssa harjoitteita. Judossa koolla, iällä ja sukupuolella ei ole merkitystä, sillä laji on tarkoitettu kaikille. Paria vaihellaan harjoituksissa usein ja tekniikoiden oppiminen ja niissä onnistuminen vaativat omien taitojen lisäksi myös hyvän harjoitusparin. Voisin sanoa, että 60% onnistuneesta judotekniikan harjoittelusta on kiinni siitä, millainen uke, eli harjoituspari judokalla on. Dojokäytökseen, eli salikäyttämiseen kuuluu myös vastustajan kunnioittaminen, mikä näkyy siinä, että paria haettaessa ei kieltäydytä yhdessä treenaamisesta. Aremmista lapsista muutosta huomasin vuoden aikana myös kasvaneessa rohkeudessa lähteä hakemaan itselle paria. Niille, joille fyysinen koskeminen oli haastavampi asia, ja joista toisen koskeminen tuntui ehkä jopa pelottavalta ajatukselta, palautuivat kosketuksen tuomasta jännitystilasta paljon nopeammin.

Fyysisesti judo kehitti myös lasten kehonhallintaa ja koordinaatiokykyä. Judotekniikoita harjoiteltiin jopa kotona. Oman voiman ja sen käytön hahmottaminen ja ymmärrys kasvoivat. Judo vaikutti myös lasten keskittymiskykyyn positiivisesti. Vanhemmat kertoivat judon auttaneen hermojen hallinnassa, sekä muiden huomioon ottamista. Judo on kontakti laji, joka opettaa sekä toria, että ukea fyysiseen kanssakäymiseen toisen ihmisen kanssa.

6.2.3 Sosiaaliset suhteet, kotona, koulussa, vapaa-ajalla

Useat vanhemmat kertoivat kaveripiirin kasvaneen. Ryhmässä toimiminen ja muiden huomioiminen on kehittynyt, riippumatta sukupuolesta ja iästä. Mikäli lapsella oli jo ennestään hyvät sosiaaliset taidot, oli kehitystä havaittavissa juuri uusien tulokkaiden huomioon ottamisessa. Eräs vanhempi kertoi, että huomasi lapsensa ottavan aloittelijan taidot ja tason huomioon ja toimineen opastajan roolissa. Aikuisten

keskuudessa kehitystä tapahtui myös. Lasten kerrottiin luottavan enemmän aikuiseen. Judoharjoituksissa valmentajan roolissa tärkeänä osana on lapsen yksilöllisten tarpeiden kuunteleminen ja toiminnan mahdollistaminen. Lapsi saa harjoituksessa läsnä olevan aikuisen huomion itselleen täysin, mikä mahdollistaa hyvän luottamussuhteen syntymisen. Lasten kerrottiin myös rauhoittuneen koulumaailmassa. Oman osansa muutokseen on tietysti myös antanut lapsen varttuminen.

6.2.4 Harrastus kasvatti myös vanhempia

Tiedustelin myös vanhemmilta, ovatko he itse saaneet kasvatuksellisia ideoita tai ajatuksia lapsen harrastuksen kautta. Vanhemmat antoivat palautetta siitä, kuinka rauhallisuudella ja positiivisella palautteella lasten onnistumisen kokemukset vaikuttivat lasten käytökseen. Judon periaatteet ovat pääpiirteissään sovellettavissa jokapäiväiseen elämään. Toisen ihmisen kunnioittaminen ja selkeä sääntöjen noudattaminen nousevat esille jokaisen arjessa. Näitä asioita pystyi myös soveltamaan omassa työelämässä. Sama asia näkyi myös erilaisten fyysisten harjoitteiden suorittamisessa.

6.2.5 Harrastuksen jatkaminen

Uusien kavereiden saaminen ja lajin monipuolinen ja nopea oppiminen ovat kannustaneet lapsia jatkamaan harrastuksen parissa. Judo on laji, jossa lapsi pääsee kehittämään itseään sekä voittojen, että tappioiden kautta kiplailun saralla. Toisena kehityksen mittarina toimii teknillinen osaaminen, missä edetään vyöarvojärjestelmässä kokeiden kautta. Lapsista vain muutama lopetti harrastuksen peruskurssin jälkeen. Loput jatkavat lajin parissa edelleen, ja tavoittelevat sekä mustaa opettaja-asteen vyötä, että kilpailumenestystä, ja haaveilevat jopa Olympialaisiin osallistumisen mahdollisuutta.

6.3 Kehittämisehdotukset ja ideat

Vanhempien haastattelu, ja lasten kehittymisen ja yksilöllisten tarpeiden seuranta antoivat minulle valmentajana kattavaa palautetta kurssin toimivuudesta. Lähes kaikki kurssin juniorit suorittivat keltaisen vyön ennen kesälomaa ja suurin osa ryhmästä jatkoi lajin harrastusta.

Tulevia ryhmiä ajatellen opin, että jokainen harjoitus on kuitenkin oma erinäinen päivänsä. Suuri ryhmä vaatii yhdeltä valmentajalta paljon, että jokainen lapsi tulee huomioiduksi harjoutuksen aikana ja kehittyminen ja sosiaalisten taitojen kehityksen mahdollistava oppiminen olisi mahdollista. Seuraavaan kurssia varten ajattelisin olevan hyödyllistä ryhmäkoon pitäminen pienempänä ja apuvalmentajien lisääminen. Kurssilaiset saavat nopeammin palautetta ja apua toimintaan, mikä vähentää odottamisen ja virheellisen suorittamisen määrää. Onnistuneiden toistojen määrän on mahdollista kasvaa ja tekniikoiden oppiminen monipuolisemmin tulee myös mahdolliseksi.

LÄHTEET

Jensen, M. 1967. Joudo. Helsinki: Tammi

Keltiangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. EU

Kodansha. 1994. Kodoka Judo Jigoro Kano. Kodansha Europe Ltd. (Published by Kodansha International Ltd., 17-14 Otowa 1-chome, Bunky-ku, Tokyo 112-8652. First edition, 1986.)

Korpiola, K. & Korpiola, T. 2010. Judo tie mustaan vyöhön. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi

Mifune, K. 2004. The Canon of Judo. Kodansha International Ltd (Originallu published in Japanese as Judo no Shinzui: Michi to Jutsu by Seibundoshinkosha in 1965)

Myllylä, S & Pilviö, R. 2004. Opi Judoa: tekniikat, vyöarvot, harjoittelu. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Sato, T. 2015. Minun Judoni: filosofia ja fysiikan lait judossa. Saarijärvi: Hagman, H

Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Lahti: Tammi

KYSELYLOMAKE PERUSKURSSILAISTEN VANHEMMILLE

Hei!

Kiitos kaikille junnuille, jotka osallistuite viimevuoden peruskurssiin ja iso kiitos teille vanhemmille, jotka toitte lapsenne harrastuksen pariin.

Judo on lajina ollut minulle tärkeä osa elämääni siitä asti, kun aloitin itse harrastuksen 8 vuotiaana isäni valmennuksessa. Vuosien varrella olen huomannut judon vaikuttaneen fyysisen hyvinvoinnin lisäksi minuun myös henkisellä tasolla. Esimerkiksi monella ihmisellä on oma henkilökohtainen raja siihen, kuinka lähelle hän päästää toisen vieraan ihmisen. Lajin kautta olen tottunut toisen ihmisen fyysisen koskemiseen. Toisten auttaminen ja kaikkien mukaan ottaminen tekemisessä, oli kyse sitten mistä tahansa, on yksi asia, minkä uskon myös korostuneen juuri lajin tuoman henkisen kasvatuksen myötä.

Koska judo on suuri osa omaa elämääni, löysin tavan myös ottaa sen osaksi sosionomin opintojani. Halusin tutkia ja selvittää, kuinka paljon judo harrastuksena ja periaatteidensa myötä vaikuttaa lasten henkiseen kasvuun ja sosiaalisiin taitoihin. Onko vuoden harrastamisen jälkeen mahdollista nähdä kehitystä sosiaalisissa taidoissa. Olen itse havainnoinut asioita valmentajan roolissa, mutta saadakseni täydellisemmän opinnäytetyön tutkimuksen, toivoisin apua nyt teiltä vanhemmilta.

Tässä olisi muutamia kysymyksiä, joihin toivoisin teidän vastaavan. Kysymykset ovat avokysymyksiä. Vastaukset toivoisin sähköpostitse, mutta mikäli tiellä on kysyttävää tai halua keskustella asiasta, olen tavoitettavissa myös puhelimitse.

erja.roukka@xxxx / 050-xxx xxxx

Myös opinnäytetyön ohjaajani Seppo Pamppunen on tavoitettavissa numerosta 044-xxx xxxx.

- 1) Minkä takia valitsitte juuri judon lapsenne harrastukseksi. (Millaista hyötyä ajattelite lajista lapsellenne olevan)**
- 2) Oletteko havainnut judon tuovan hyötyä ajattelemallanne tavalla tai muuten lapsen elämässä sosiaalisessa kanssakäymisessä muiden lasten sekä muiden aikuisten kanssa? (esimerkiksi fyysinen lähestyminen, muiden huomioiminen ymv.)**

- 3) Onko vaikutusta sosiaalisissa suhteissa ja taidoissa ollut eroa kotona, koulussa tai vapaa-ajalla ja millä tavalla se on näkynyt?**
- 4) Oletteko itse vanhempana saaneet kasvatuksellisia ajatuksia tai ideoita lapsenne harrastuksen kautta?**
- 5) Jatkoiko lapsenne lajin harrastamista kurssin jälkeen? Miksi / Miksi ei?**

Kiitos!

Mikäli olette kiinnostuneita opinnäytetyöni tuloksista, tulee se löytymään valmistumiseni jälkeen osoitteessa Theseus.fi.

T: Erja Roukka