

OPINNÄYTETYÖ

Kaisa-Mari Jama 2011

**PIIKKIPENSAASTA VUOREN HUIPULLE:
KOLLEKTIIVINEN TAPAUSTUTKIMUS
SEIKKAILU-URHEILIJAN
URHEILIJAIIDENTITEETIN
RAKENTUMISESTA**



Rovaniemen
ammattikorkeakoulu
University of Applied Sciences
LUC

**LIIKUNNAN JA VAPAA-AJAN
KOULUTUSOHJELMA**



Rovaniemen
ammattikorkeakoulu
University of Applied Sciences

ROVANIEMEN AMMATTIKORKEAKOULU

TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma

Opinnäytetyö

**PIIKKIPENSAASTA VUOREN HUIPULLE:
KOLLEKTIIVINEN TAPAUSTUTKIMUS SEIKKAILU-
URHEILIJAN URHEILIJAIKENTITEETIN
RAKENTUMISESTA**

Kaisa-Mari Jama

2011

Toimeksiantaja Arctic Circle Adventure ry

Ohjaaja Tommi Haapakangas

Hyväksytty _____ 2011 _____

Opinnäytetyö on luettavissa verkkokirjasto Theseuksessa.

Tekijä	Kaisa-Mari Jama	Vuosi	2011
Toimeksiantaja Työn nimi	Arctic Circle Adventure ry Piikkipensaasta vuoren huipulle: kollektiivinen tapaustutkimus seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin rakentumisesta		
Sivu- ja liitemäärä	70 + 1		

Opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda ensimmäinen tutkimuksellinen silmäys seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin rakentumiseen vaikuttaviin tekijöihin. Ymmärtämällä, mitkä tekijät rakentavat seikkailu-urheilijan urheilija-identiteettiä, voidaan paremmin tukea urheilijan kokonaisvaltaista valmentautumista ja lajin kehittämistä.

Tutkimus oli laadullinen, kollektiivinen tapaustutkimus, jossa tutkittiin urheilijoiden narratiivista urheilijaidentiteettiä. Aineisto kerättiin haastattelemalla kesällä 2011 neljää suomalaista seikkailu-urheilijaa. Aineiston analyysitapa oli teoriaohjaava, ja analyysi toteutettiin NVivo 7 . ohjelmaa apuna käyttäen. Analyysivaiheessa aineisto koodattiin ja luokiteltiin, minkä jälkeen luokat järjesteltiin hierarkkiseksi malliksi.

Tutkimuksen raportoinnissa teoria ja käytäntö käyvät vuoropuhelua. Teoriapainotteisissa luvuissa esitellään seikkailu-urheilua lajina sekä tutustutaan urheilijaidentiteettiin osana moniulotteista minäkuvaa sekä narratiivisen identiteetin käsitteeseen. Tulososio puolestaan esittelee tutkimuksessa luodun hierarkkisen mallin seikkailu-urheilijan identiteetin rakentumisesta kuvaillen niitä tekijöitä, joiden voidaan katsoa olevan yhteydessä seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin rakentumiseen.

Tutkimuksen päätuloksina todettiin, että seikkailu-urheilijoiden narratiivisissa identiteeteissä eniten painoarvoa sai minäidentiteetin henkilökohtainen ulottuvuus, jonka yläluokat ovat suorituskyky, elämäntapa ja sitoutuminen sekä seikkailu-urheilusta saatava henkinen pääoma. Sosiaalinen ulottuvuus, jonka yläluokat ovat urheiluyhteisö, ympäristö ja media sekä kilpaileminen, oli urheilijoiden narratiivisissa identiteeteissä hieman pienemmässä roolissa.

Tutkimuksen johtopäätöksinä esitetään, että seikkailu-urheilijoiden urheilijaidentiteettiä voisi tukea erityisesti lisäämällä valmennustukea ja kehittämällä joukkueen yhteistoimintaa harjoituskaudella.

Avainsanat

urheilijaidentiteetti, narratiivinen identiteetti, seikkailu-urheilu, kollektiivinen tapaustutkimus

Author	Kaisa-Mari Jama	Year	2011
Commissioned by	Arctic Circle Adventure ry		
Subject of thesis	From Thorned Bush to Mountain Peak: A Collective Case Study of Construction of Athletic Identity in Adventure Racers		
Number of pages	70 + 1		

The purpose of this study was to provide the first investigation of the factors that contribute to the identification of an athlete role in adventure racers. Understanding the factors behind the athletic identity makes it possible to support athletes' holistic training and the advancement of adventure racing as a sport.

This study is a qualitative, collective case study which was executed by investigating the narrative athletic identities of four Finnish adventure racers. The data was collected with multi-elemental interviews during June and July 2011. The analysis was guided with previous theory and executed with the help of the NVivo computer program. During the analysis the data was coded and classified. The formed categories were organized into a hierarchical model.

The presented report is based on a dialogue of theory and practice. Theory orientated chapters introduce adventure racing as a sport and provide familiarization with athletic identity as part of multidimensional a self-image and the concept of narrative identity. The results are shown in chapter six which includes the model created during the analysis and the interpretation behind it.

As the main result of this study it can be summarized that in the narrative athletic identities of adventure racers the personal dimension is emphasized. The higher order themes of personal dimension found in the study were performance, lifestyle & commitment and the mental capital gained from adventure racing. In the narrative identities the social dimension was secondary including higher-order themes called sport community, surroundings & media and competition.

As a conclusion it was found that the athletic identity of adventure racers can be supported by increasing coaching in training and by improving cooperation of the team during the training season.

Key words athletic identity, narrative identity, adventure racing, collective case study

*”Silloinki, ku mä soitan viulua, siinä on seikkailu-urheilu
siinäki mukana. Ko on käyny sielä vuorella ryynäämässä
kisoissa, ja ollu niin tiukilla, niin tavallaan sitä on herkempi
ottaa vastaan, että ko ottaa viulun kätteen, niin se jotenki
tuntuu soivan eri tavalla.”*

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	1
2 LÄHTÖKOHDAT	4
3 SEIKKAILU-URHEILU	5
4 URHEILIJAIIDENTITEETTI TUTKIMUSKOHTENA	8
4.1 Urheilijaidentiteetti osana moniulotteista minäkuvaa	8
4.2 Narratiivinen identiteetti	10
4.3 Urheilijaidentiteetin mahdolliset hyödyt ja haitat	11
5 TUTKIMUSMENETELMÄT JA -PROSESSI	15
5.1 Narratiivis-konstrukttiivinen lähestymistapa	15
5.2 Fenomenologis-hermeneuttinen tutkimusote	15
5.3 Haastattelu tiedonhankintatapana	17
5.3.1 Haastattelujen toteuttaminen	17
5.3.2 Haastateltavien esittely	21
5.4 Tutkimusaineiston kokoaminen, analyysi ja raportointi	24
5.5 Tutkimuksen luotettavuus	28
6 SEIKKAILU-URHEILIJAIIDENTITEETIN RAKENTUMINEN	31
6.1 Malli seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin rakentumisesta	31
6.2 Henkilökohtainen ulottuvuus	34
6.2.1 Suorituskyky	34
6.2.2 Elämäntapa ja sitoutuminen	37
6.2.3 Seikkailu-urheilusta saatava henkinen pääoma	43
6.3. Sosiaalinen ulottuvuus	45
6.3.1 Urheiluyhteisö	45
6.3.2 Ympäristö ja media	52
6.3.3 Kilpaileminen	55
7 POHDINTA	59
LÄHTEET	65
LIITTEET	70

1 JOHDANTO

Seikkailu-urheilu on lajina nuori ja melko tuntematon. Kansainvälisestikin seikkailu-urheilua on tutkittu kohtalaisen vähän, Suomessa tuskin ollenkaan. Siksi tuoreen ja ajankohtaisen tutkimustiedon tuottaminen on perusteltua. Lajina seikkailu-urheilu on äärimmäinen, sillä suoritukset ovat hyvin pitkiä kestäen jopa useita vuorokausia. Se tekee lajista urheilupsykologisesti mielenkiintoisen.

Urheilijaidentiteetistä puhuttaessa tarkoitetaan sitä, kuinka vahvasti yksilö samaistuu urheilijan rooliin (Brewer . Van Raalte . Linder 1993, 237). Aiemmin urheilijaidentiteetin rakentumisen taustalla vaikuttavia tekijöitä on tutkittu suhteellisen vähän. Yksi esimerkki laadullisesta lähestymistavasta urheilijaidentiteetin rakentumiseen on Stephanin ja Brewerin (2007) tutkimus, jossa tutkittiin eri lajien olympiatason urheilijoiden identiteetin rakentumista. Tutkimuksen perusteella luotiin malli urheilijaidentiteetin rakentumisesta. Oma tutkimusasetelmani on samankaltainen kuin Stephanilla ja Brewerilla, vaikka tutkimuskohteenani onkin vain yhden lajin urheilijoita. Määrällisin menetelmin urheilijaidentiteettiä on tutkittu enemmän. Tutkimuksissa on selvitetty esimerkiksi urheilijaidentiteetin ja urheilu-uran lopettamiseen liittyvien vaikeuksien yhteyttä, urheilijaidentiteetin vahvuutta ja vahvasta urheilijaidentiteetistä aiheutuvia hyötyjä ja haittoja.

Urheilun, kuten minkä tahansa asian, menestyksenkäs harjoittaminen vaatii harrastajaltaan vahvaa panostusta. On käytettävä paljon aikaa ja energiaa harjoitteluun. Urheiluharrastamisen erityispiirre on vahva fyysinen omistautuminen, sillä likoon laitetaan myös oma keho. Kestävyysurheiluun liittyy myös fyysistä pahaa oloa; kun fyysisesti olisi valmis jo luovuttamaan, sisu pakottaa jatkamaan. Pitkät kilpailut ovat monin tavoin rankkoja. Pitkät, yhtäjaksoiset fyysiset suoritukset vaihtelevissa olosuhteissa ja ympäristöissä vaativat keholta paljon. Lisäksi seikkailukilpailussa uni jää vähälle kilpailijoiden itse päättäessä, nukkuvatko he, ja jos nukkuvat, kuinka paljon. Näin ollen sekä harjoittelu ja kilpailuun valmistautuminen että itse kilpaileminen vaativat hyvää motivaatiota.

Vahva harrastaja- tai urheilijaidentiteetti auttaa harjoittelussa, sillä siihen liittyy voimakas sisäinen motivaatio. Urheilijan on näin ollen myös helpompi asettaa itselleen realistisia, täsmällisiä ja haasteellisia tavoitteita, jotka edelleen motivoivat harjoittelussa. Identiteetiltään vahvan harrastajan on helpompi hahmottaa itsensä kehittämisen tavoitteet, joihin hän harjoittelullaan pyrkii. (Kähäri 2010, 42.)

Yleensä urheilussa huipulle pääseminen edellyttää, että lajin harjoittelu on aloitettu suhteellisen varhain, jolloin urheilijaidentiteetikin muodostuu jo nuorena iässä. Lisäksi urheiluharjoitteluun ja sen miettimiseen käytetään usein paljon aikaa. Näistä syistä urheilijaidentiteetti on yleensä vahvempi kuin muut sosiaaliset identiteetit kuten työhön tai perherooleihin liittyvät identiteetit (Nasco. Webb 2006, 435. 436). Seikkailu-urheilulle on toistaiseksi ollut ominaista, että harrastaminen aloitetaan vasta aikuisiällä. Kuten esimerkiksi Ericsson (1990, 191) huomauttaa, kestävyysurheilijat voivat menestyä huomattavasti korkeammassa iässä kuin teholajien kilpailijat, mikä mahdollistaa menestymisen, vaikka lajia ei harjoitetaakaan murrosiästä asti. Lisäksi seikkailu-urheilijoilla on usein taustallaan kilpaura jonkin toisen kestävyyslajin parissa.

Uskon, että nämä tekijät vaikuttavat siihen, että seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetti rakentuu osittain eri tavalla kuin sellaisen urheilijan, joka kasvaa lajiinsa jo nuorena. Lajina seikkailu-urheilu on kasvussa sekä harrastajamäärien että tunnettuuden suhteen. Hahmottamalla, mitkä tekijät tai kokemukset rakentavat seikkailu-urheilijan identiteettiä, syvennetään ymmärrystä lajista. Näin voidaan paremmin tukea kokonaisvaltaista valmentautumista, joka ottaa huomioon paitsi kehollisen näkökulman myös urheilijan sisäisen maailman sekä elämäntilanteen (Kaski 2006, 11). Urheilussa menestymisen kannalta tämä on olennaista, sillä kuten esimerkiksi Ilmanen (2004, 382) toteaa, paras valmennustulos saavutettaisiin todennäköisimmin ymmärtämällä urheilijaa aidosti psykofyysisenä kokonaisuutena ja ottamalla huomioon myös elämäntilanteen, jossa hän elää.

Tämä tutkimus on pienimuotoinen pioneeritutkimus siitä, mitkä tekijät rakentavat seikkailu-urheilijan identiteettiä ja mitkä tekijät mahdollisesti estä-

vät sen muodostumista. Tutkimukseni on laadullinen, kollektiivinen tapaus-tutkimus, jossa tapausten pohjalta muodostan teoriaa seikkailu-urheilijoiden identiteetin rakentumisesta. Analyysitapani on teoriaohjaava. Tutkimusmenetelmät on esitelty tarkemmin luvussa 5.

Tämä tutkimusraportti rakentuu siten, että aluksi esittelen työn lähtökohdat, minkä jälkeen tarkastelen seikkailu-urheilua ja identiteetin muodostumista. Teoriaa seuraa luku, joka esittelee menetelmävalintojani ja tutkimusprosessiani. Tämän jälkeen vuorossa on varsinainen tulososio, jossa esittelen analyysini tulokset. Viimeisenä lukuna on pohdinta, jossa peilaan tutkimustani suhteessa sille asetettuihin tavoitteisiin. Tutkimukseni lähteinä olen pyrkinyt käyttämään pääasiassa tutkimuksia. Seikkailu-urheilun määritelmiin olen käyttänyt myös jonkin verran yleisaikakauslehtien artikkeleita, koska tutkimustietoa on saatavilla vähän. Tutkimusmenetelmien ja -prosessin esittelyn lähteet ovat tutkimuskirjallisuutta.

Työni sisältää runsaasti aineistositaatteja, joita olen käyttänyt tulososion lisäksi myös teorian lomassa, jotta teorian ja käytännön yhteys todentuisi ja teoria konkretisoituisi lukijalle. Laadullisen tutkimuksen raportointitapaan ei ole määrällisten tutkimusten tapaan vakiintunutta käytäntöä, vaan tutkijan on mahdollista valita raportointitapa, joka tukee tutkimuksen tavoitteita parhaiten. (Eskola-Suoranta 1998, 238, 240, 243, 245). Itse olen päätenyt raportointitapaan, jossa teoria ja käytäntö käyvät jatkuvaa vuoropuhelua, vaikka tutkimukseni luvut 3, 4 ja 5 painottavatkin teoriaa, kun taas luku 6 pääasiassa esittelee tutkimukseni tuloksia.

Työn tilaaja on rovaniemeläinen seikkailu-urheilun erikoisseura Arctic Circle Adventure ry.

2 LÄHTÖKOHDAT

Kiinnostukseni seikkailu-urheiluun ja sen tutkimiseen tulee omista kokemuk-
sistani seikkailu-urheilun parissa. Aluksi seurasin useita kisoja joukkueen
huoltajana ja sain tuntumaa lajiin sitä kautta. Minua viehättivät lajissa sen
monipuolisuus, seikkailullisuus ja haastavuus. Kerättyäni riittävästi rohkeutta
siirryin itsekkin kilpailemaan. Ensimmäisen pitemmän kilpailuni yhteydessä
valvoin yhteensä lähes kaksi vuorokautta. Tämä jakso sisälsi 28 tuntia rei-
pasta ulkoliikuntaa yhteen menoon. Oma jaksamiseni yllätti minut, sillä en
ollut aikaisemmin kokeillut tai kokenut mitään vastaavaa. Elämäni hienoim-
mat yksittäiset hetket olen kokenut juuri seikkailu-urheilun parissa.

Ensikosketukseni kilpaa urheilemiseen ovat varmaankin olleet yleisurheilukil-
pailut, joihin osallistuin aktiivisesti ala-asteen loppuun asti. Sen jälkeen kil-
paileminen jäi, vaikka muuten liikuntaa monipuolisesti harrastinkin. Liikun-
nanohjaajaopintojeni myötä olen saanut tutustua moniin kilpaurheilijoihin, ja
kilpaurheilu ilmiönä on alkanut kiinnostaa minua yhä enemmän siihen liitty-
vän psykologisen näkökulman vuoksi.

Opinnäytetyön aihetta etsiessäni tiesin, että haluan tutkia seikkailu-urheilua,
koska se on lajina äärettömän mielenkiintoinen sekä fyysisesti että psyykki-
sesti. Käännyin paikallisen seikkailu-urheiluseuran puoleen, sillä arvelin hei-
dän törmänneen lajin parissa asioihin, joiden tutkimiselle saattaisi olla tar-
vetta. Sainkin seuralta muutamia ehdotuksia ja yhden niistä osuessa urhei-
lupsykologian alueelle innostuin heti. Etukäteen minulla ei ollut toivetta siitä,
haluanko suuntautua määrälliseen vain laadulliseen tutkimukseen, mutta
melko pian prosessin alettua olin varma, että laadullisen tutkimuksen työtavat
sopivat minulle paremmin. Prosessin aikana olen kovasti nauttinut mahdolli-
suudesta syventää ymmärrystäni tutkittavasta ilmiöstä ja erityisesti siitä, että
olen saanut tilaisuuden käyttää omaa ajattelua analyysin välineenä yrittä-
essäni ymmärtää tutkimukseeni osallistuneiden urheilijoiden urheilijaidenti-
teetin muodostumista.

3 SEIKKAILU-URHEILU

Seikkailu-urheilu on joukkueina kilpailtavaa kestävyysurheilua, jossa eteneminen tapahtuu lajeja vaihdellen luonnon- ja ihmisvoimin rastipisteeltä toiselle. Seikkailu-urheilukilpailun päälajeja ovat maastopyöräily, melonta eri muodoissaan ja juoksu tai vaellus. Nämä lajit muodostavat yleensä noin 90 prosenttia reitistä ja ajasta. Loppu koostuu esimerkiksi uinnista, rullaluistelusta ja köysitehtävistä. Reitien varrella olevat tehtävät voivat sisältää myös esimerkiksi ongelmanratkaisua. Suunnistaminen on oleellinen osa seikkailu-urheilukilpailuja, sillä joukkueet vastaavat itse reitinvalinnoistaan rastilta toiselle. Jokaisen joukkueen jäsenen on suoritettava kaikki osuudet, joille joukkue osallistuu. (Tanner 2008, 16; Hollo 2004, 4; Kohler 2003, 1.)

Kestoltaan seikkailukilpailuja on hyvin monen pituisia. Lyhimmät sprintit kestävät muutamia tunteja, kun taas pisimmät maailmalla pidettävät kilpailut voivat kestää vuorokausia, jopa kaksi viikkoa (Kohler 2003, 2). Suomessa nykyään pidettävät kilpailut kestävät tavallisesti viidestä kahdeksaan tuntia, pisimmillään vuorokauden. Viimeksi mainitussa ihanneaika on 24 tuntia, minkä useimmat joukkueet tosin ylittävät. Lyhyen kilpailun reitti on pituudeltaan yleensä alle sata kilometriä, kun taas pitkissä kisoissa matkaa taitetaan satoja tai jopa tuhansia kilometrejä. (Hollo 2004, 4; Tanner 2008, 16.)

Haastattelemani urheilijat puhuivat oikeista seikkailukisoista viitatessaan ulkomailla järjestettäviin useamman vuorokauden kilpailuihin. Suomessa järjestettäviä kilpailuja he nimittivät multisport-kisoiksi. Niihin verrattuna seikkailukilpailuissa painotetaan nimenomaan pitkälle etenemistä, ei niinkään yllätystehtäviä. Rajanveto on kuitenkin epävirallinen, sillä kattojärjestöjä tai virallisia lajisääntöjä ei ole. Paitsi pituuden perusteella kilpailut voidaan jakaa myös non-stop- ja etappikilpailuihin. Non-stop-kisassa kello käy koko ajan, ja joukkue lepää vain silloin, kun malttaa, eikä huoltotaukoja hyvitetä. Etappikilpailussa edetään etapeissa, joiden välissä on järjestäjän määräämä pakollinen lepotauko. (Hollo 2004, 4; Tanner 2008, 16; 2010, 36.)

Seikkailukilpailun perusmuodossa kilpaillaan sekajoukkueissa, joissa vähintään yhden joukkueen jäsenen on oltava nainen (Lucas ym. 2008, 477). Kil-

pailuissa nopein joukkue voittaa. Suunnistusvirheistä tai sääntöjen rikkomisesta seuraa sakkominuutteja tai -tunteja, jotka lasketaan kokonaisuikaan. Joukkueiden eritasoisuutta hallitaan cut-offeilla eli rajoittamalla hitaimpien joukkueiden pääsyä osuuksille. Pelkkä hyvä kestävyyskunto ja lajitekniikoiden hallinta ei kilpailussa riitä, vaan urheilijan on osattava myös korjata matkan aikana rikkoutuneet välineet, suunnistaa jopa monta vuorokautta valvo-neena ja antaa tarvittaessa ensiapua joukkuetoverille. Tärkeää on myös virheiden minimointi: karttaa tai emit-leimasinta ei saa unohtaa huoltopaikalle. Mitä pitempi kilpailu on, sitä enemmän erilaisia tekijöitä on vaikuttamassa suorituksen onnistumiseen, kuten haastatteleman Juhnikin toteaa. (Tanner 2008, 16.)

+ - aatellaan tätä lajia, niin sanotaan, että epäonnistumisia tulee huomattavasti useammin kuin onnistumisia, että onnistuminen vaatii, että ihan koko-, kokonaisuus on hallinnassa, ja epäonnistumiseen voi johtaa ihan joku yks pikkujuttuki.+(Juhani)

Joukkueilla täytyy olla strategia parhaan reitin ja vauhdin valitsemiseksi, jotta he pystyvät suoriutumaan kilpailusta tasaisesti ja mahdollisimman korkealla suoritustasolla. Joukkueen tulee pysyä ehjänä kilpailun alusta loppuun, mikä korostaa oikean suoritustason löytymisen merkitystä, varsinkin, kun osuuk-sien välillä mukana kannettavat energiat ja varusteet pyritään minimoimaan turhan painolastin välttämiseksi. (Edmonds. Tenenbaum. Kamata. Johnson 2009, 167.)

Kilpailujen lajit ilmoitetaan yleensä hyvissä ajoin ennen kilpailua, mutta tarkat osuuspituudet ja niiden järjestys paljastetaan yleensä vasta hieman ennen starttia. Radan varrella olevat tehtävät pyritään pitämään salaisuuksina siihen asti, kunnes joukkue saapuu suorituspaikalle. (Kohler 2003, 2.) Haastattelemani urheilijat kokivat kuitenkin, että juuri yllätyksellisyys ja monipuolisuus ovat lajin hienouksia.

+ - se on ehkä motivoivin asia, että tosiaan siinä on niin hirveen paljon liikkuvia osia, et se lajina viehättää sen takia, että siinä ei tosiaan välttämättä tiedä, mihin sitä on niin kun sillä tavalla me-nossa+(Juhani)

Hyvin pitkät, fyysisesti kuluttavat kilpailusuoritukset yhdistettynä vakavaan unenpuutteeseen ja jatkuviin kognitiivisiin haasteisiin, varsinkin suunnistukseen, aiheuttavat suuria vaatimuksia urheilijoiden psyykelle. Mitä pitemmästä kilpailusta on kyse, sitä enemmän merkitystä on henkisillä ominaisuuksilla. Merkittävin räsitus aiheuttava tekijä kilpailussa lieneekin unenpuute. (Anglem. Lucas. Rose. Cotter 2008, 30, 32.) Parhaat joukkueet kertovat nukkuvansa kilpailussa yleensä noin yhden tunnin jokaista 24 tuntia kohden (Lucas ym. 2008, 277). Unenpuutteen on tutkitusti havaittu olevan yhteydessä voimattomuuteen, uupumukseen ja mielialan laskuun. Esimerkiksi Scottin, McNaughtonin ja Polmanin (2006) tutkimuksessa unenpuute yhdistettynä räsitukseen altisti koehenkilöt negatiivisille mielialan muutoksille ja huonontuneeseen reagoitakykyyn.

+ - Nuo pitkät kisat on niin kovia, että joka kisassa tulee mieleen, että en lähe enää. Mennään tämmösiin viien päivän juttuihin, tavallaan joka kerta käy sitä kamppailua, että kannattaako tänne lähteä kärsimään. +(Sakari)

Lajina seikkailu-urheilu on hyvin nuori. Lajien yhdistäminen oli triathlonin muodossa tuttua jo 1900-luvun alkupuolelta, mutta juoksua, melontaa, maastopyöräilyä ja lumilajeja yhdistäviä kilpailuja on alettu järjestää vasta 1980-luvulla Uudessa-Seelannissa, josta laji on levinnyt muualle maailmaan. (Marais 2004, 9.) Erityisen suosittua seikkailu-urheilu on Keski-Euroopassa, englanninkielisissä maissa ja Etelä-Amerikassa (Tanner 2010, 38).

Usein lajin pariin päätyneillä on retkeily- tai kestävyysurheilutausta. Polku huipulle kulkee yleensä jonkin muun kestävyyslajin kautta vapaamuotoiseen seikkailutiimiin ja sieltä edelleen kaupallisesti sponsoroituun joukkueeseen. Suorituksen kannalta on tärkeää, että joukkueen henkilökemiat sopivat yhteen. Lajista ei saa elantoa, vaan se vaatii taloudellisia panostuksia. (Tanner 2008, 16; 2010, 38.)

4 URHEILIJAI DENTITEETTI TUTKIMUSKOHTENA

4.1 Urheilijaidentiteetti osana moniulotteista minäkuvaa

Ranskalaisen filosofin Paul Ricoeurin mukaan identiteetissä on kaksi puolta: *samuus* ja *itseys*. Alun perin sana *identiteetti* tulee myöhäislatinan sanasta *identitas*, joka viittaa samuuteen tai yhtäläisyyteen, kuten identtisten kaksosten tapauksessa. Tällöin puhutaan identiteetistä samuutena (engl. *sameness*). Sosiaalitieteellisessä tutkimuksessa tähän viitataan sosiaalisena identiteettinä, ja sen avulla yksilö jäsentää itseään suhteessa ryhmiin. Sen sijaan itseystä puhuttaessa (engl. *selfhood*) tarkoitetaan ihmisen olemassaolon erityistä tapaa, tämän kokemusta itsestään ja omasta elämästään. Sosiaalitieteellisessä tutkimuksessa tätä kutsutaan persoonalliseksi identiteetiksi, ja sen avulla yksilö erottautuu muista. (Ricoeur 1992, 115-119; Heikkinen 1999, 276; Saastamoinen 2006, 172.)

Yksinkertaisimmillaan identiteetti voidaan määrittää vastauksena kysymyksiin *”kuka olen”* ja *”mihin kuulun”*. Kysymykseen *”kuka olen”* voi vastata hyvin monin tavoin. Itseys tulee kuitenkin erottaa kuvauksesta. kaikki mitä yksilö on tai mitä yksilöstä voidaan sanoa, ei kuulu persoonalliseen identiteettiin, vaan siihen kuuluvat vain ne seikat, jotka ovat yksilön mielestä oleellisia. Charles Taylor havainnollistaa tätä toteamalla, että vaikka hän olisi ainoa ihmisolento, jolla on tasan 3732 hiusta, sillä ei ole merkitystä. Jos hän sen sijaan voisi ilmoittaa itsemäärittelynsä perustaksi kykynsä pukea sanoiksi olennaisia totuuksia tai taitonsa elvyttää esivanhempiensa perinteet, ovat nämä tunnistettavampia itsemääritelmiä. (Kaunismaa. Laitinen 1998, 170.)

Tämän käsityksen mukaan identiteetti muotoutuu siis sen mukaan, mitä yksilö pitää itselleen merkityksellisenä. Näin ollen hän voi (tietoisesti tai tiedostamatta) korostaa identiteettinsä kannalta merkityksellisiä asioita ja jättää huomiotta omasta näkökulmastaan merkityksettömiä asioita. Näin ollen se, että jollakin on tasan 3732 hiusta, voisi olla tärkeä osa identiteettiä jollekin, jonka yhteisössä luvulla 3732 on erityistä merkitystä. Identiteettiin voi siis sisältyä myös ulkopuolisen näkökulmasta virheellisiä tai epätosia asioita; merkityksellistä on vain se, *kokeeko* yksilö itse asiat oleelliseksi omassa identiteetissään. (Kaunismaa. Laitinen 1998, 170.)

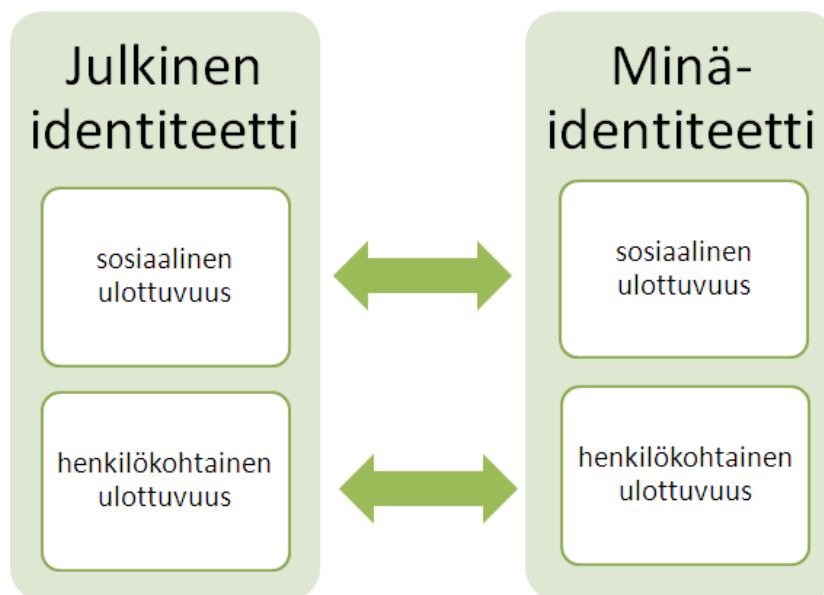
Nykyään vallitsevan käsityksen mukaan ihmisen minäkuva on rakenteeltaan moniulotteinen, ja se koostuu kaikista niistä tunteista ja ajatuksista, joita ihmisellä itsestään on. Moniulotteisen rakenteen ansiosta ihminen voi aktivoida eri ulottuvuuksia minäkuvastaan eri tilanteissa. Tämä mahdollistaa sopeutumisen erilaisten tilanteiden ja roolivaatimusten mukaisesti käyttäytymismalleihin. Sama ihminen voi käyttäytyä hyvin eri tavalla kilpaillessaan urheilussa ja ollessaan kotiäiti ilman, että se aiheuttaa sisäistä ristiriitaa. Molemmissa tilanteissa ihminen toimii omana itsenään. Urheilijaidentiteetti on yksi minäkuvan ulottuvuuksista. (Horton. Mack 2000, 102).

Strykerin (1978) mukaan identiteetin voidaan ajatella ilmaisevan sitä todennäköisyyttä, jolla tietty rooli aktivoituu tietyssä tilanteessa. Esimerkiksi mitä vahvempi osa henkilön minäkuvaa urheileminen on, sitä todennäköisemmin urheilijan rooliin liittyvät ajatukset ja käytös aktivoituvat missä tahansa tilanteessa. (Horton. Mack 2000, 102).

Yksilön identiteetti voidaan jakaa kahteen osaan myös sen mukaan, kuka sen määrittelee. Paitsi itse, myös muut voivat luoda identiteetin eli identifioida yksilön. Tällöin voidaan puhua minäidentiteetistä ja julkisesta identiteetistä. Kun ihminen itse tarkastelee itseään, on kyse minäidentiteetistä, ja kun taas muut arvioivat tätä ihmistä, on kyse julkisesta identiteetistä. (Jokinen 2002, 79.) Tutkimuksessani arvioin juuri urheilijan minäidentiteettiä, sillä tarkoitukseni on selvittää, miten urheilijat itse näkevät oman seikkailu-urheilijuuksensa. Näin ollen julkinen identiteetti rajautuu tutkimukseni ulkopuolelle.

Toisten ihmisten arviot itsestä vaikuttavat myös minäidentiteettiin, sillä sekä minä- että julkinen identiteetti koostuvat kahdesta ulottuvuudesta, henkilökohtaisesta ja sosiaalisesta. Henkilökohtaista minäidentiteettiä rakentavat omakohtaiset kokemukset itsestä, kun taas sosiaalinen minäidentiteetti peilautuu sen mukaan, miten ihminen arvioi muiden arvioivan itseään. (Jokinen 2002, 79,92.) Tämä identiteetin rakenne on kuvattu kuviossa 1. Tässä tutkimuksessa rakentamani malli seikkailu-urheilijoiden identiteetin rakentumisesta pohjaa tähän kaksiulotteiseen minäidentiteetin rakentumiseen eli kuvion 1 oikeaan puoliskoon. Kuvion mukaisesti ajattelen, että toisaalta urheilijaidentiteettiä rakentaa urheilija itse sisäsyntyisesti, toisaalta identiteetin

muodostumiseen vaikuttavat urheiluyhteisö ja urheilun julkiseen luonteeseen liittyvät tekijät.



Kuvio 1. Julkinen ja minäidentiteetti sekä niiden ulottuvuudet ja vuorovaikutussuhteet. (Mukailtu Jokinen 2002, 80.)

4.2 Narratiivinen identiteetti

Tutustuessani aiheeseen ja sen teoriaan ennen varsinaisen tutkimustyön aloittamista törmäsin jatkuvasti narratiivisen identiteetin käsitteeseen. Vähitellen kävi selväksi, että vallitsevan käsityksen mukaan ihmisten identiteetit rakentuvat kertomuksina (ks. esim. Hyvärinen. Löyttyniemi 2005, 189; Heikkinen 2001, 118; Saaranen-Kauppinen. Puusniekka 2006). Kertomus on tietämisen muoto, joka auttaa jäsentämään ajallisuutta ja ymmärtämään omaa paikkaamme suhteessa ympäristöön.

Narratiivisen ajatteluteorian kehittäjänä tunnetun Jerome Brunerin (1996, 121) mukaan narratiivinen ajattelu on ihmisen luonnollinen ja varhaisin tapa ajatella. Yksittäiset elämäntapahtumat saavat merkityksen, kun ne tarinallisuuden avulla liitetään muihin kokemuksiin, tunteisiin ja ajatuksiin. Tämän narratiivisen ajatteluprosessin tuloksena on narratiiveja, kertomuksia, joiden avulla kokemukset saavat konkreettisen muodon. Uusien kokemusten myötä prosessi jatkuu ja kertomukset muuttuvat. Narratiivisten ajatteluprosessien

kautta ihminen hahmottaa itseään ja maailmaan sekä luo jatkuvuutta menneen, nykyisen ja tulevan välille. (Tolska 2003, 32. 33; Vilkkö 2000, 74.)

Itseysidentiteetti on luonteeltaan ajallinen . se on hetkeen sidottu ihmisen kokemus itsestään. Käsitteys itsestä ja omasta elämästä ei ole muuttumaton, vaan suhteuttaessaan uusia kokemuksia aikaisempiin ihmisen itseymmärrys rakentuu uudelleen. Niinpä myös itsestämme muodostamat kertomukset muuttuvat. Identiteettiä voidaankin luonnehtia ihmisen aina uudelleen rakentamaksi kertomukseksi siitä, kuka hän on. Narratiivinen identiteetti on siis yksilön elämästä ja elämän kokemuksista kertyvä jatkuvasti uudelleen rakentuva tarina. Kyseessä ei siis ole absoluuttisesti tosi ennen kerronnan alkamista olemassa oleva tarina, vaan pikemminkin identiteetti muovautuu vähitellen samalla, kun kerronta tapahtuu. Identiteettikertomuksessa yksilö siis jäsentää samuuden ja itseyden ristiriitaista suhdetta sekä määrittelemällä itseään suhteessa ryhmiin, joihin kuuluu, että korostamalla niitä tekijöitä, joita hänellä yksilönä on. (Heikkinen 1999, 276, 279.)

Muodostaessaan tarinaa yksilö väistämättä valikoi kerrontaansa aineksia, joista kertomus muodostuu; toiset asiat päätyvät tarinaan, toiset jätetään mainitsematta. Näitä valintoja tehdään sekä tietoisesti että tiedostamattomasti. Kertomus on siis eräänlainen suodatus henkilökohtaisesta kokemuksesta, ja siihen vaikuttaa väistämättä myös ymmärrys siitä, että se on oman elämän esittelemistä jollekin toiselle. (Heikkinen 1999, 277; Huhtanen 2004, 127.)

Tutkimukseni tekemistä on siis ohjannut ajatus siitä, että narratiivinen identiteetti itsessään jo sisältää kertojan tekemät kerronnalliset valinnat. Näin ollen voin olettaa, että kerrotut asiat koetaan ainakin jollakin tavalla merkitykselliseksi, sillä muuten ne eivät olisi päätyneet kertomukseen.

4.3 Urheilijaidentiteetin mahdolliset hyödyt ja haitat

Koska tutkimuksessani pyrin selvittämään sitä, miten seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin rakentumista voidaan tukea, on paikallaan tarkastella mahdollisia seurauksia, joita vahvalla urheilijaidentiteetillä on. Urheilijaidentiteetistä puhuttaessa tarkoitetaan sitä, kuinka vahvasti yksilö samaistuu urheilijan

rooliin (Brewer . Van Raalte . Linder 1993, 237). Urheilijan kannalta ei ole yhdentekevää, kuinka vahva hänen urheilijaidentiteetinsä on. Kun urheilijaidentiteetin merkitystä urheilijalle on tutkittu, on havaittu, että siitä on sekä haittaa että hyötyä niin urheilun kannalta kuin muussakin elämässä. Urheilijarooliin sitoutumisen voidaan siis katsoa johtavan yksilön valintoihin, joiden vaikutukset näkyvät sekä urheiluelämässä että urheilun ulkopuolella.

Hortonin ja Mackin (2000) maratonjuoksijoita tarkastelleessa tutkimuksessa vahvan urheilijaidentiteetin havaittiin olevan yhteydessä muun muassa suurempaan juoksemisen nautintoon ja suurempiin panostuksiin juoksuharjoittelun suhteen. Vahva urheilijaidentiteetti oli yhteydessä myös parempaan urheilusuorittamiseen, suurempaan juoksemiseen sitoutumiseen ja laajempaan sosiaaliseen verkostoon (Horton. Mack 2000, 101). Lähtökohtaisesti voidaan siis ajatella, että urheilijan urheilusuorittamisen kannalta on hyödyllistä, että hänellä on vahva urheilijaidentiteetti. Horton ja Mack (2000, 111) löysivät myös viitteitä siitä, että vahvemman urheilijaidentiteetin omaavien urheilijoiden tulokset ovat parempia kuin niiden, joiden urheilijaidentiteetti on heikompi, joskaan tulosta ei pystytty varmentamaan.

Griffithin ja Johnsonin (2002) tutkimus amerikkalaisista, urheilevista korkeakouluopiskelijoista osoitti vahvan urheilijaidentiteetin olevan yhteydessä urheilun suurempaan merkityksellisyyteen elämässä. Muita tutkimuksessa havaittuja hyötyjä olivat muun muassa kasvanut sosiaalisen kanssakäymisen määrä, kasvanut itseluottamus ja suurempi positiivisten urheilukokemusten määrä. (Griffith. Johnson 2002, 226.)

Vaikka vahvaan urheilijaidentiteettiin kuuluu mahdollisia hyötyjä, tutkimuksissa sillä on todettu olevan myös haittavaikutuksia. Liiallinen sitoutuminen urheilijarooliin voi johtaa kahdenlaisiin ongelmiin: haitat voivat liittyä urheiluun tai muuhun elämään. Urheiluelämän ongelmat voivat liittyä pakonomaiseen harjoitteluun, ylikuntoon tai kiellettyjen aineiden käyttöön. Muussa elämässä ongelmia ilmenee, kun urheilijarooliin sitoutuminen haittaa muun minäkuvan moniulotteista rakentumista. Mikäli yksi osa-alue, kuten urheilijaidentiteetti, on huomattavan vahva, voivat muut osa-alueet alikehittyä. Tästä voi seurata esimerkiksi sosiaalista eristäytymistä, henkisen terveyden ongelmia, vaike-

uksia tehdä uraan liittyviä päätöksiä ja sopeutumisvaikeuksia urheilu-uran jälkeiseen elämään (Brewer 1993, 360; Brown. Glastetter-Fender. Shelton 2000, 59; Horton. Mack 2000, 102). Itsenäiset minäkuvan osa-alueet myös suojelevat minäkuvaa, sillä jos jollakin osa-alueella epäonnistutaan, epäonnistuminen kohdistuu vain siihen osa-alueeseen, ei koko minäkuvaan. Vahvan urheilijaidentiteetin ongelmista puhuttaessa on kuitenkin huomioitava se, että tutkijat ovat vahvistaneet, ettei vahva urheilijaidentiteetti välttämättä aiheuta näitä ongelmia. (Horton. Mack 2000, 102).

Vaikka vahvaan urheiluidentiteettiin liittyy urheilun kautta laajentunut ystäväpiiri, se voi vaikuttaa sosiaalisiin suhteisiin myös negatiivisesti. Horton ja Mack (2000) havaitsivat maratonjuoksijoita tutkiessaan, että juoksuharrastus vähentää sosiaaliseen kanssakäymiseen käytettyä aikaa, minkä seurauksena etenkin urheilun ulkopuolisille ystäville tai perheelle ei ehkä jää riittävästi aikaa. Vahvemman urheilijaidentiteetin omaavilla urheilijoilla urheilulla havaittiin olevan enemmän negatiivisia vaikutuksia sosiaalisiin suhteisiin kuin niillä, joiden urheilijaidentiteetti oli heikompi. Toisaalta esimerkiksi hyvän itsetunnon, energisyyden ja positiivisen kehonkuvan todettiin olevan yhteydessä vahvaan urheilijaidentiteettiin. Vahvan urheilijaidentiteetin omaavat urheilijat kokivat myös urheilun myönteisiä vaikutuksia useammin kuin urheilijaidentiteetiltään heikot maratonjuoksijat.

Esimerkiksi Murphy, Petitpas ja Brewer (1996) ovat omassa tutkimuksessaan esittäneet, että vahva urheilijaidentiteetti saattaa aiheuttaa laiminlyöntejä muilla elämän osa-alueilla. Hortonin ja Mackin (2000, 101) tutkimuksessa sen sijaan todettiin, ettei vahva urheilijaidentiteetti aiheuta laiminlyöntejä muilla elämän osa-alueilla. Myös useissa muissa kansainvälisissä tutkimuksissa on löydetty yhteyksiä vahvan urheilijaidentiteetin ja urheiluun sitoutumisen välillä (Horton. Mack 2000, 103). Hortonin ja Mackin (2000, 113) tutkimuksessa löydettiin joitakin negatiivisia vaikutuksia, mutta suurin osa urheilijaidentiteetin vaikutuksista oli positiivisia. Näitä positiivisia vaikutuksia olivat ainakin parantunut fyysinen minäkuva, lisääntynyt itsevarmuus ja vähentynyt levottomuus. Lisäksi korkeamman urheilijaidentiteetin urheilijat olivat sitoutuneempia juoksemiseen ja nauttivat siitä enemmän.

Hortonin ja Mackin (2000, 114) mukaan tulosten erilaisuus aikaisempiin urheilijaidentiteettiä koskeviin tuloksiin verrattuna voi johtua koehenkilöiden iästä. Aikaisemmissa tutkimuksissa koehenkilöt ovat olleet lähinnä collegeopiskelijoita, kun taas Hortonin ja Mackin tutkimuksessa opiskelijoita oli vain hyvin pieni määrä koko otoksesta. Horton ja Mack arvelevat, että opiskeluiässä minäkuva on rakentunut niin, että urheiluidentiteetillä saattaa olla huomattavan suuri rooli ja nuori voi kokea sen olevan avaintekijä muihinkin minäkuvan osa-alueisiin (+Urheilusta tulee ammattini+ tai +Löydän seurustelukumppanin todennäköisemmin jos urheilen+). Aikuisiässä myös muut, kuten perhe- tai ammattiroolit, muodostavat tärkeän osan minäkuvasta, kuten myös haastatteluissani kävi ilmi.

+Perhe, pienet lapset ja vaimo, on kuitenkin tärkeempi juttu tällä hetkellä, että jos jostakin pitää tinkiä, niin niille joukkuekavereille voi sanoa, että en lähde.+ (Juhani)

5 TUTKIMUSMENETELMÄT JA -PROSESSI

5.1 Narratiivis-konstruktiiivinen lähestymistapa

Tutkimuksen narratiivisuus viittaa lähestymistapaan, jossa tutkija kiinnittää huomionsa kertomuksiin tiedon välittäjänä ja rakentajana. Ensiksikin tutkimus voi käyttää materiaalinaan kertomuksia, ja toiseksi tutkimuksella voidaan tuottaa kertomuksia (Heikkinen 2001, 116). Tässä tutkimuksessa käytän kertomuksia aineistona. Kerronnallinen eli narratiivinen haastattelu on tapa kerätä kertomuksia. Narratiivinen haastattelu voi ääritapauksessa rakentua yhdestä kysymyksestä ja sitä seuraavasta vastauksesta, kertomuksesta. Toisaalta tutkija voi esittää rajattomasti kysymyksiä ja saada vastaukseksi useita pieniä kertomuksia. (Hyvärinen. Löyttyniemi 2005, 189.)

Narratiivisessa haastattelussa tutkija antaa tilaa kertomiselle ja esittää kysymyksiä, joihin olettaa saavansa vastaukseksi kertomuksia. Jotkut tutkijat suhtautuvat *kertomukseen* ja *tarinaan* synonyymeinä (Heikkinen 2001, 116), mutta kuten esimerkiksi Hyvärinen ja Löyttyniemi (2005, 189. 191), myös itse näen tarinan enemmän (kronologisena) kuvauksena tapahtumakulusta. Kertomus taas voi ilmaista kokemuksia ja muutosta ilman, että se on sidottu aikaan tai tarinanomaiseen rakenteeseen. Konstruktivismi korostaa näkemystä, jonka mukaan ihmiset rakentavat sekä tietonsa että myös identiteetinsä kertomuksen välityksellä. Kertomus muuttuu ja rakentuu koko ajan. (Hyvärinen. Löyttyniemi 2005, 189. 191.) Omaa haastattelun suunnitteluani ohjasi ajatus siitä, että tuottaessaan kertomusta haastateltavalla on mahdollisuus itse jäsentää kertomustaan, valita mitä siihen sisällyttää ja mitä jättää pois sekä valita kertomuksen painotukset.

5.2 Fenomenologis-hermeneuttinen tutkimusote

Kun tutkitaan narratiivista identiteettiä, tutkimuskohteena on itse asiassa ihmisen kokemus omasta identiteetistään. Fenomenologia tutkii kokemuksia eli yksilön kokemaa suhdetta ympäröivään maailmaan. Esimerkiksi urheilijana oleminen ei ole vain suorituskykyyn liittyvä fakta, vaan se saa erilaisia merkityksiä eri tilanteissa riippuen koetusta ympäröivästä todellisuudesta. Kokeumuksellisuus on olennainen osa ihmisen maailmasuhdetta. Todellisuus ei näyttäydy ihmisille neutraalina, vaan yksilöt luovat kaikkeen jonkinasteisen

merkityssuhteen. Sama kohde voi näyttäytyä eri ihmisille vaikkapa kauniina tai vastenmielisenä yksilön omista kiinnostuksista, tavoitteista tai pyrkimyksistä riippuen. (Laine 2001, 26. 27.)

Yksilöt luovat jatkuvasti ympärilleen *merkityksiä*. Myös narratiivista identiteettiä luodaan merkityssuhteiden kautta; yksilö päättää valita kertomukseensa ne ainekset, joita hän pitää merkityksellisinä, ja jättää puolestaan merkityksettömät kohdat pois. Tutkimuksessa merkityksiä voidaan lähestyä vain ymmärtämällä ja tulkitsemalla, sillä ne eivät ole luonteeltaan faktisia kuten vaikkapa luonnontieteen prosessit. Teoriaa ymmärtämisestä ja tulkinnasta kutsutaan hermeneutiikaksi. (Laine 2001, 27. 29.) Tutkimuksessani haastateltavat ovat tuoneet aineistossa eli kertomuksissaan esiin oman todellisuutensa kannalta merkityksellisiä asioita, joita minä tutkijana olen yrittänyt ymmärtää ja tulkita, jotta löytäisin ne tekijät, jotka vaikuttavat seikkailu-urheilijoiden identiteetin muodostumiseen. Näin ollen tutkimusotettani voidaan kuvailla fenomenologis-hermeneuttiseksi.

Hermeneuttinen tutkimus ei etene induktiivisesti yksittäistapauksesta yleiseen, vaan ainutlaatuisetkin asiat nähdään arvokkaina ja jokaisen yksilöllisellä erilaisuudella on merkitystä (Laine 2001, 27). Tämän lisäksi narratiivinen identiteetti luodaan joka hetki uudelleen, eivätkä kertomukset ole koskaan samanlaisia. Näin ollen tutkimuksessani tutkin neljän urheilijan tietyssä ajanhetkessä muodostuneita narratiivisia identiteettejä. Vaikka tutkimuksessani muodostankin teoriaa, olen pitänyt mielessäni tapauksien ainutlaatuisen luonteen tulkintoja tehdessäni. Staken (1995, 3. 4) mukaan menetelmää kutsutaan kollektiiviseksi tapaustutkimukseksi. Tällöin tutkimuksessa on useita tapauksia, joiden avulla yritetään päästä parempaan ymmärtämiseen tai parempaan teorian rakentamiseen. (Eriksson. Koistinen 2005, 10.)

Tapaustutkimuksessakin voidaan pyrkiä yleistettävyyteen. Silloin yleistäminen on luonteeltaan kuitenkin erilaista kuin määrällisessä tutkimuksessa. Tilastollisen yleistettävyyden sijaan pyritään analyttiseen yleistämiseen eli teorioiden yleistämiseen ja laajentamiseen. Tapaustutkimuksessa yleistykset tehdään nimenomaan tulkinnoista, ei suoraan aineistosta. (Saarela-Kinnunen. Eskola 2001, 163.) Tämä pätee myös omaan tutkimukseeni. Näin ollen

esimerkiksi tekemäni luokittelut eivät ole olleet mekaanisia mainintojen laske-
kemisia, vaan olen tulkintoja tehdessäni pyrkinyt huomioimaan asiat suh-
teessa urheilijan kertomaan tarinaan. Koska olen halunnut antaa myös luki-
jalle mahdollisuuden ymmärtää tapauksia paremmin, olen esitellyt haasta-
teltavat myöhemmin tässä luvussa.

5.3 Haastattelu tiedonhankintatapana

5.3.1 Haastattelujen toteuttaminen

Tutkimuksen aineisto koostuu neljän seikkailu-urheilijan haastattelusta, jotka toteutin kesä-heinäkuussa 2011. Näytteeni on harkinnanvarainen, ja sen muodostamiseen sovelsin niin sanottua lumipallo-otantaa. Siinä tutkija etsii ensin muutamia avainhenkilöitä, jotka ovat hyvin mukana siinä toiminnassa, jota ollaan tutkimassa. Tässä tutkimuksessa informanttina toimi työn tilaaja eli rovaniemeläinen seikkailu-urheiluseura. Arvioin, että lajin harrastajamää-
rät ovat Suomessa niin pienet, että periaatteessa kuka tahansa kokenut suomalainen seikkailu-urheilija voi toimia otannan käynnistäjänä. Näin saa-
tuja haastateltavia pyydetään ehdottamaan henkilöitä, jotka heidän mieles-
tään sopisivat tutkimukseen. Edellytyksenä oli, että haastateltavat olisivat niin vakiintuneita harrastajia, että heillä voisi kuvitella olevan seikkailu-urheilijan identiteetti. Toisena edellytyksenä oli se, että haastateltava on verbaalisesti kykenevä ja halukas kertomaan itsestään ja lajistaan. (Hirsjärvi. Hurme 2009, 59. 60.)

Saarela-Kinnusen ja Eskolan (2001, 162. 163) mukaan tapaustutkimuksen tapaukset voidaan valita erilaisilla perusteilla. Omat tapaukseni ovat heidän luokittelunsa mukaan paljastavia eli niiden avulla tutkijan on mahdollista päästä kiinni ennen tutkimattomaan ilmiöön. Koska työni laajuus ei mahdol-
lista suurta haastateltavien joukkoa, valitsin muutamia henkilöitä, joiden ni-
met tulivat toistuvasti esiin mahdollisia haastateltavia kartoittaessani. Lisäksi arvioin itse otantaani siten, että molemmat sukupuolet olisivat edustettuina ja haastateltavat olisivat hieman eri-ikäisiä. Valintaa tehdessäni painotin myös kokemusta ja edellytin, että urheilija on edelleen aktiivinen. Päädyin teke-
mään neljä haastattelua. Näkemykseni mukaan tutkimuskysymyksen narra-
tiivisen identiteetin rakentumisesta edellyttävät tapaustutkimuksen luonteista

tutkimusotetta, mutta toisaalta, jotta voisin saada käsitystä siitä, toistuvatko jotkin tekijät eri urheilijoiden puheissa, tarvitsin tutkimukseen useampia osallistujia. Käytännössä neljä haastattelua on resurssieni puitteissa suurin mahdollinen määrä, joka vielä mahdollistaa aineiston yksilöllisen käsittelyn.

Pyytäessäni urheilijoita mukaan tutkimukseen kerroin sen käsittelevän urheilijaidentiteettiä, koska arvelin aiheen kertomisen lisäävän luottamusta tutkimustani kohtaan. Ilmoitin kuitenkin, että heidän ei tarvitse valmistautua haastatteluun millään tavalla, sillä toivoin heidän tulevan haastatteluun avoimin mielin ilman etukäteen mietittyjä vastauksia. Haastatteluja tehdessäni matkustelin ympäri maata, mistä aiheutuivat tutkimusprosessini suurimmat kulut. Harkitsin myös puhelinhaastattelujen tekemistä, mutta arvioin sen heikentävän tutkimuksen luotettavuutta, sillä puhelinhaastattelusta puuttuvat keskustelun näkyvät vihjeet, jotka luovat haastatteluun kontekstin (Hirsjärvi. Hurme 2009, 64). Lisäksi aihe on melko henkilökohtainen ja identiteettiin liittyviin kysymyksiin vastaaminen vaatii itsetarkastelua. Ajattelin, että kasvokkain minun on helpompi luoda luottamuksellinen suhde keskustelun toiseen osapuoleen. Paikan päällä tehtävä haastattelu myös mahdollisti kirjallisen tehtävän teettämisen ja läpikäymisen haastattelun aikana. Tästä lisää seuraavissa kappaleissa, joissa esittelen haastattelujen rakenteen.

Rakensin haastattelun urheilijaidentiteetistä lukemieni tutkimusten pohjalta. Erityisesti käytin suunnitteluapuna kolmea tutkimusta. Ensimmäinen on Brewerin, Van Raalten ja Linderin (1993) uraauurtava tutkimus, jossa he loivat mittarin urheilijaidentiteetin mittaamiseen. Tämä mittari (AIMS) koostuu kymmenestä urheilijaidentiteettiin liittyvästä väittämästä, johon urheilija vastaa viisiportaisella Likertin asteikolla (1. 5), jossa numero 5 vastaa vastausta *«äysin samaa mieltä»* ja numero 1 vastausta *«äysin eri mieltä»*. AIMS:ia on julkaisunsa jälkeen käytetty laajasti urheiluidentiteetin tutkijoiden joukossa (Nasco. Webb 2006, 437).

Toinen erityisen paljon käyttämäni tutkimus on Nascon ja Webbin (2006) tutkimus, jossa he parantelivat AIMS:ia ottamalla huomioon urheilijan rooliin liittyvät julkiset ja henkilökohtaiset ulottuvuudet (esim. *«Muut ihmiset näkevät minut pääasiassa urheilijana»* vs *«Urheilijana oleminen on tärkeä osa minua»*).

Nascon ja Webbin luoma mittari, PPAIS, ottaa huomioon molemmat ulottuvuudet tasapuolisesti, kun taas AIMS keskittyy lähes täysin identiteetin henkilökohtaiseen ulottuvuuteen. Kolmas haastattelurunkoni muodostumisen kannalta oleellinen tutkimus oli Stephanin ja Brewerin (2007) laadullinen tutkimus, jossa he tutkivat kymmenen, eri lajien olympiatason urheilijan identiteetin rakentumista.

Tapaustutkimukselle on luonteenomaista, että tapauksesta tuotetaan yksityiskohtaista, intensiivistä tietoa (Saarela-Kinnunen, Eskola 2001, 159). Ihanteellista tutkimukseni kannalta olisi ollut, jos olisin voinut tehdä pitkittäishaastatteluja eli haastatella samoja osallistujia useampia kertoja. Opinnäyteyteni aikataulu ei kuitenkaan mahdollistanut tällaista aineistonkeruutapaa. Sen sijaan pyrin saamaan yhdessä haastattelussa mahdollisimman kattavan käyttämällä samassa haastattelussa useita eri haastattelutekniikoita. Loin siis käyttämäni menetelmän itse valitsemalla ja yhdistelemällä sellaisia haastattelutekniikoita, joiden avulla saisin tuotettua tarkoituksenmukaista tutkimusainesta. Haastattelut koostuivat neljästä eri osiosta. Ensimmäinen oli eräänlainen taustatieto-osio, jossa urheilija sai vapaasti kertoa itsestään. Aloitin osion narratiiviseen tutkimukseen sopivilla kysymyksillä, jotka eivät rajaa haastateltavan vastauksia. Sen jälkeen esitin täydentäviä kysymyksiä, joilla varmistin saavani kaiken tapausten ymmärtämistä varten haluamani taustatiedon kuten harjoittelun ja lajin parissa vietettyjen vuosien määrän.

Seuraavaksi esitin urheilijalle AIMS- ja PPAIS-mittareiden väittämät. Halusin sisällyttää nämä haastatteluun, sillä ne toimivat hyvänä lämmittelynä ja johdattelivat puhumaan henkilökohtaisesta aiheesta. Käytin väittämistä itse tekemiäni suomennoksia. Halusin käyttää sekä AIMS- että PPAIS-väittämiä, sillä AIMSin väittämät ovat mielestäni helpommin ymmärrettäviä ja toimivat näin paremmin lämmittelytarkoituksessa. PPAIS-väittämät taas tuovat lisätietoa identiteetin rakentumisesta ja varsinkin sen julkisesta osasta. Lähestyin mittareita kuitenkin laadullisesti eli pyysin paitsi käyttämään Likert-asteikkoa, myös perustelemaan vastaukset, jolloin sain paljon arvokasta informaatiota tutkimustani ajatellen. Koska narratiivisen, tiettyyn ajanhetkeen sidotun identiteettikäsitteen ja siten myös tutkimusongelmani kannalta on merkitykse-

töntä, kuinka vahva urheilijaidentiteetti haastateltavillani on, en pitänyt tarpeellisena käyttää mittareita niiden alkuperäisessä tarkoituksessa eli urheilijaidentiteetin vahvuuden määrittelemisessä.

Haastattelun kolmas vaihe oli virta-menetelmän käyttäminen. Siinä urheilija pohtii sellaisia elämässä tapahtuneita asioita, jotka ovat hänen mielestään jollakin tapaa merkityksellisiä hänen seikkailu-urheilijaksi tulemisensa kannalta. Pyysin urheilijaa piirtämään paperille virran, joka kuvaa hänen elämänsä seikkailu-urheilun kannalta. Kehotin miettimään, onko urheileminen ollut koko ajan esimerkiksi yhtä leveää tai vuolasta ja millaisia käännekohtia uralla on ollut. Pyysin myös merkitsemään piirrokseseen muutamalla sanalla keskeisiä asioita. Graafisen esityksen luominen vaatii tekijältään enemmän ajattelua kuin puhuminen, ja samalla se myös kehittää ajattelua ja antaa puhetta paremman mahdollisuuden käsitteellisten rakenteiden tuottamiseen (Åhlberg 2001, 59).

Käytännössä virta-menetelmässä haastateltava tulee reflektoineeksi elämänsä kulkua suhteessa seikkailu-urheilemiseen sekä siihen liittyviä käännekohtia ja merkittäviä vaiheita sellaisina kuin on itse ne kokenut. Menetelmän ajatuksena on, että urheilija itse tulee luoneeksi merkityksiä ja minä tutkijana kunnioitan hänen kokemustaan ja yritän tavoittaa ne asiat, joita urheilija itse pitää keskeisinä. Idean menetelmän käyttämiseen sain suomalaisista musiikin harrastajien identiteettiin liittyvistä tutkimuksista, joissa menetelmää on käytetty (ks. Huhtanen 2004; Ylinen 2008).

Haastattelun neljäs vaihe oli sekoitus narratiivista ja teemahaastattelua. Eskolan ja Vastamäen (2001, 26. 27) mukaan teemahaastattelussa haastattelija varmistaa, että kaikki etukäteen päätetyt teema-alueet käydään läpi, joskin niiden järjestys ja laajuus vaihtelevat. Tässä vaiheessa haastattelua otin esiin ne teemat, jotka eivät haastattelun aikaisemmissa vaiheissa olleet tulleet esiin. Teemojen suhteen olin avoimin mielin, ja aineiston keruun edetessä olin valmis muokkaamaan teemarunkoa aikaisemmista haastatteluista saamieni oppien avulla. Loppujen lopuksi ensimmäisen ja viimeisen haastattelun teemat olivat hyvin samanlaiset, mikä kertoo mielestäni siitä, että haastattelujen runko oli alun perinkin huolella mietitty.

Kysymyksenasettelussa pyrin narratiivisuuteen eli siihen, että kysymyksen asettelu jättäisi haastateltavalle tilaa kerrontaan liittyvien valintojen tekemiseen. Täydentäviä teemoja miettiessäni käytin apunani paitsi aikaisemmin esittelemääni tutkimustietoa, myös luovaa ideointia ja omaa aihealueen tuntemustani. Käyttämällä useampaa tapaa haastattelun teemojen muodostamisessa sain muodostettua haastattelurungon, joka ei nojaa vain omiin ennako-oletuksiini, mutta ei ole myöskään täysin sidoksissa aikaisempaan teoriaan (Eskola. Vastamäki 2001, 33). Käyttämäni haastattelurunko on nähtävillä tämän työn lopussa (liite 1).

Haastattelut olivat kestoltaan 49. 94 minuuttia ja sujuivat ongelmitta. Yhden haastattelun jouduimme lopettamaan paikalla alkaneen tilaisuuden vuoksi hieman kiireellä, mutta olimme siinä vaiheessa jo aivan haastattelun lopussa, ja kaikki teemat tulivat käsitellyiksi. Koin, että haastattelujen aihe oli siinä mielessä kiitollinen, että ihmiset kertovat mielellään itsestään ja harrastuksesta. Omista kokemuksista on helppo puhua, sillä jokainen on oman elämänsä asiantuntija.

5.3.2 Haastateltavien esittely

Koska analyysiä tehdessäni olen käsitellyt urheilijoita heidän erityislaatuisuutensa tunnustaen, esittelen tässä luvussa lyhyesti tutkimukseen osallistuneet seikkailu-urheilijat. Esimerkiksi Stake (1995) kehottaa tutkijaa kiinnittämään huomiota tapauksen taustan ja kontekstin kuvaukseen, sillä tämä auttaa tulkitsemaan ja ymmärtämään itse tapausta (Eriksson. Koistinen 2005, 10). Esittelemällä urheilijat haluan siis antaa lukijalle mahdollisuuden ymmärtää haastateltuja urheilijoita ainutlaatuisina tapauksina. Urheilijoiden nimet, samoin kuin muita tunnistamista helpottavia yksityiskohtia, on muutettu urheilijoiden anonymiteetin suojaamiseksi. Vaikka olen kirjoittanut esittelyt kirjakielellä, olen pyrkinyt mahdollisuuksien mukaan säilyttämään niitä ilmauksia, joita urheilijat itse ovat käyttäneet. Urheilijat olivat haastattelujen aikaan 34. 48-vuotiaita.

1. Linnea

Linnea on seikkailu-urheilija, joka tutustunut lajiin viitisen vuotta sitten, mutta harrastanut lajia tosissaan vasta pari vuotta. Hänellä on yliopistotutkinto sekä luontoalan ammattitutkinto. Nykyisessä työssään hän ei ole tekemisissä sen paremmin liikunnan kuin ulkoilunkaan kanssa. Linnea ei ole naimisissa eikä hänellä ole lapsia.

Linnean vanhemmat olivat liikunnallisia, joten lapsuus oli liikunnallisesti aktiivista aikaa, vaikka hän ei missään urheilulajissa kilpaillutkaan. Luonnossa omin avuin liikkuminen tuli tutuksi partiossa, jota hän harrasti aktiivisesti. Partion harrastamiseen liittyivät myös ensimmäiset kilpailukokemukset, partiotaitokilpailut, joissa nuori Linnea joukkueineen kilpaili ~~tosissaan~~, ja joissa he myös usein menestyivät suomenmestaruusmitaleille asti. Partiotaitokilpailuista he ajautuivat astetta pitemmille reissuille, erävaelluksen SM-kisoihin, joissa he myös taistelivat voitosta. Luontoalan tutkinnon suorittaminen antoi lisää intoa maastossa liikkumiseen. Pitkän avoliiton päättyminen mahdollisti urheilemisen ilman kompromissien tekemistä.

Partiotaito- ja erävaelluskisoissa Linneasta oli alkanut tuntua siltä, että hän ei jaksaisi pysähdellä tehtävien tekemisen vuoksi, joten hän päätti kokeilla seikkailu-urheilua. Vähitellen kunnon kasvaessa ja näyttöjen lisääntyessä Suomen multisport-kisoissa hän tutustui seikkailu-urheilupiireihin ja lähti myös ulkomaille kilpailemaan. Nyt Linnea kuvailee suhdettaan pitkiin suorituksiin riippuvuudeksi. Tulevaisuus seikkailu-urheilun parissa näyttää avoimelta ja mielenkiintoiselta ja intoa jatkaa riittää vielä.

2. Inkeri

Inkeri on seikkailu-urheillut kymmenkunta vuotta, joista yli puolet myös ulkomailta. Hän on opiskellut yliopistossa ja ollut työelämässä yli 20 vuotta. Perhettä hänellä ei ole. Ennen seikkailu-urheilun aloittamista hänellä ei ollut takanaan urheilu-uraa, vaikka toki liikuntaa, kuten sulkapalloa, harrastikin. Lähes samoihin aikoihin seikkailu-urheilun kanssa Inkeri aloitti suunnistuksen, jota hän ehti harrastaa muutaman vuoden, joskaan ei kovin tavoitteellisesti.

Seikkailu-urheilusta Inkeri kiinnostui luettuaan lajista lehdestä. Sekä häntä että erästä suunnistuskaveria kiinnosti kokeilla lajia, joten he osallistuivat suomalaiseen multisport-kisaan. Nopeasti seikkailu-urheilusta tuli Inkerille tärkein laji, ja hän hakeutui parempiin joukkueisiin halutessaan panostaa lajiin enemmän. Nykyään seikkailu-urheileminen on Inkerille todella tärkeää. Hän haluaa kilpailla vielä, mutta pelkää jo pian väistämättä edessä olevaa kilpailu-uran päättymistä ja siihen liittyvien elämyksien poisjäämistä, koska +sit ei oo oikein mitään+.

3. Juhani

Juhani on naimisissa oleva seikkailu-urheileva kahden lapsen isä, joka urheilee perheen ehdoilla. Juhani on välillä työnkin kautta liikunnan kanssa tekemisissä, vaikka tehtävät pääasiassa muuta ovatkin. Seikkailu-urheilun Juhani aloitti viime vuosituhannen loppupuolella suomalaisista seikkailukisoista. Seikkailu-urheilun lisäksi Juhani harrastaa suunnistusta, ja +myös jonkinlainen kulttuurinen puoli hänestä löytyy+.

Ennen seikkailu-urheilun aloittamista Juhani vietti aktiivista ulkoilmaelämää. Suunnistusta hän harrasti jo pikkujunnuna, mutta harrastus lopahti siinä vaiheessa, kun olisi pitänyt alkaa harjoitella enemmän. Ennen aikuisikää hän pääsi toteuttamaan kilpailuviettiään partio- ja erävaelluskisoissa, joista tuttu kaveri kysyi Juhania myös seikkailukisoihin. Parina ensimmäisenä vuonna hän kilpaili vain yhden kisan, mutta sitten määrä alkoi kasvaa. Kisamatkat ulottuivat ympäri maailmaa ja joukkue pärjäsi +ihan hyvin+.

Välillä Juhaniin seikkailu-urheilu-uralla on ollut vähän rauhallisempia vuosia esimerkiksi perheenisäyksien takia, jolloin hän on kilpaillut vain satunnaisesti ja toiminut myös eri joukkueiden huoltajana. Viime vuodesta alkaen seikkailu-urheileminen on virinnyt uudestaan ja hän on innostunut treenaamaan taas enemmän ja tavoitteellisemmin. Nyt mies kokee olevansa elämänsä kunnossa pitkiä kisoja ajatellen. Tulevaisuus seikkailu-urheilun suhteen näyttää valoisalta. Intoa riittää ja tavoitteet ensi vuotta ajatellen on asetettu.

4. Sakari

Sakari on seikkailu-urheilija, jolla on takanaan noin kymmenvuotinen ja menestyksekkäskin seikkailu-urheilu-ura ulkomailla. Hän asuu avoliitossa, ja hänellä on tytär aiemmasta avioliitosta. Ammatiltaan hän on yrittäjä ja on joskus työnsä puolestakin seikkailun kanssa tekemisissä. Urheilun lisäksi hän harrastaa musiikkia.

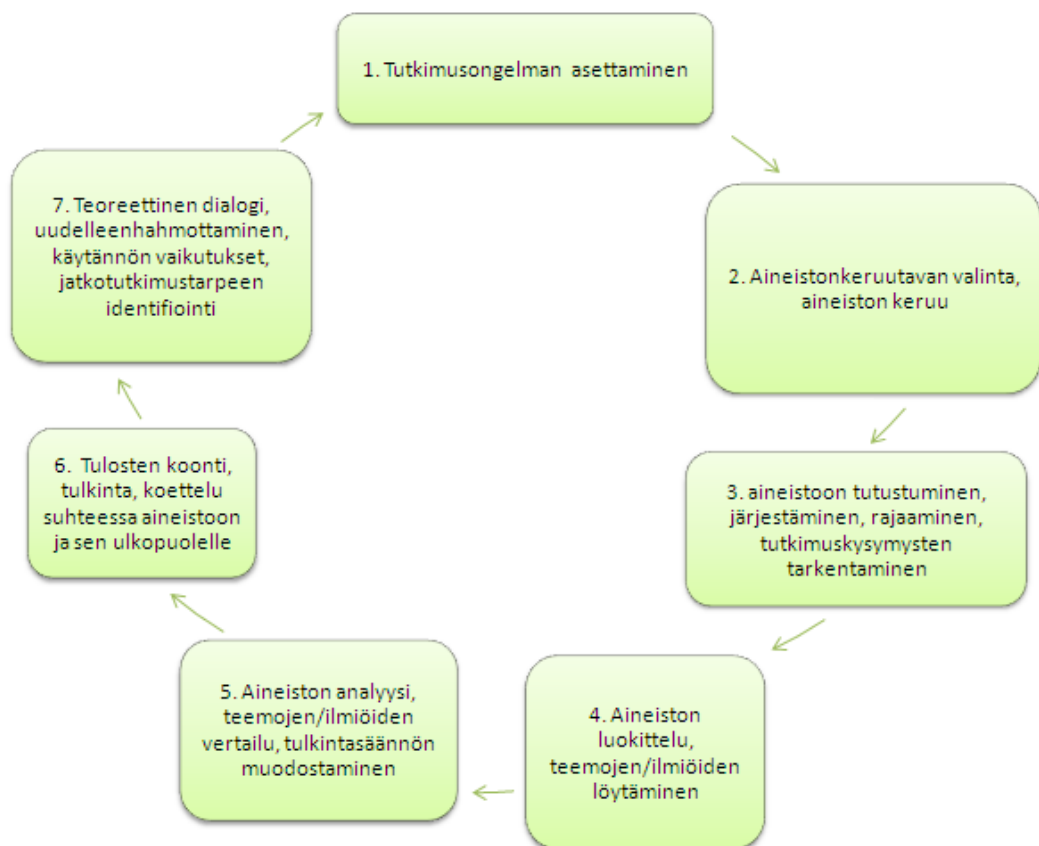
Sakari on kilpaillut lapsesta asti. Lapsena hän harrasti niin monenlaisia pallopelejä kuin kestävyysurheiluakin. Hän oli myös aktiivinen luontoliikunnan harrastaja. Pallopelit jäivät harrastukseksi, mutta kestävyysurheilussa hän eteni maajoukkueeseen asti. Maajoukkueessa Sakari oli pitkään urheilijana ja myöhemmin myös muissa tehtävissä. Kavereiden kautta Sakari pääsi kokeilemaan seikkailu-urheilua. Seikkailukilpailut tarjosivat kaivattua vaihtelua maajoukkueen joka vuosi samanlaisena toistuvaan ohjelmaan, joka oli alkanut jo tympäännyttää Sakaria.

Sakari pääsi nopeasti ulkomaille kilpailemaan hyviin joukkueisiin. Seikkailu-urheilusta muotoutui hänen päälajinsa, vaikka vanhat ja uudetkin lajit ovat kulkeneet rinnalla koko ajan. Kausi seikkailu-urheilun huippu-urheilijana on päättymässä, sillä vaikka hän kilpaileekin tosissaan vielä lähitulevaisuudessa, on kilpaileminen jo vähentynyt, eikä hän usko tavoittelevansa menestystä enää vuosikausia. Tulevaisuudessa hän aikoo osallistua seikkailu-urheiluun harrastelupuolella ja myös toisenlaisessa roolissa, sillä ~~kyllä~~ seikkailu-urheilu on nyt todella syvään juurtunut.

5.4 Tutkimusaineiston kokoaminen, analyysi ja raportointi

Haastattelujen jälkeen litteroin haastattelut ääninauhalta Word-tekstinkäsittelyohjelmalla. Litteroinnin suoritin tunnollisesti sana sanalta, mutta tähän raporttiin valitsemani aineistoesimerkit olen siistinyt jättäen pois esimerkiksi epäröinnit ja asian kannalta epäolennaiset toistot luetun ymmärtämistä helpottaakseni ja tuodakseni olennaisen viestin esiin. Tämän lisäksi olen jättänyt pois kulloisenkin esimerkin kannalta epäoleellisen aineksen ja muuttanut yksityiskohtia, kuten paikkojen nimiä, jotka ovat tarinan kannalta merkityksettömiä, mutta voisivat edesauttaa urheilijoiden tunnistamista.

Koska haastatteluin tuotettu aineisto on yleensä laaja ja moniaineksinen, kynnyksesi siirtyä aineistonkeruuvaiheesta analyysiin voi olla korkea. Siksi aineiston keruu, siihen tutustuminen ja alustavien analyysien tekeminen kannattaa aloittaa keskenään samanaikaisesti ja mahdollisimman varhain. Laadullisessa tutkimuksessa aineiston kokoaminen ja käsittely kietoutuvatkin tiiviimmin yhteen kuin määrällisessä tutkimuksessa. (Ruusu vuori. Nikander. Hyvärinen 2011, 11.) Vaikka opinnäytetyöprosessini olisi ollut varmasti mahdollista viedä loppuun nopeamminkin, ja litterointivaihe kesti tarpeettoman kauan, juuri analyysivaiheen kannalta prosessin pituudesta oli ehdottomasti hyötyä. Varsinaista analyysin kirjoittamista aloittaessani olin ehtinyt tehdä aineistosta jo niin paljon ajatustyötä ja muistiinpanoja, että analyysin aloittaminen oli täysin kivutonta ja itse asiassa hyvin motivoivaa. Kuviossa 2 olen esittänyt tutkimusprosessini etenemisen tutkimusongelman asettamisesta raportointiin.



Kuvio 2. Laadullisen haastattelututkimusprosessin eteneminen (mukailtu Ruusu vuori-Nikander-Hyvärinen 2011, 12).

Vaikka kuviossa 2 prosessi on kuvattu kronologisena jatkumona, käytännössä vaiheet limittyvät tiiviisti toisiinsa ja tapahtuvat osittain päällekkäin. Kuten Ruusuvuori, Nikander ja Hyvärinenkin (2011, 12) toteavat, eri vaiheista palataan usein aiempiin vaiheisiin, kun niitä tarkastellaan kriittisesti prosessin eri vaiheissa.

Litteroituani aineiston aloin järjestellä sitä QSR NVivo 7 -tietokoneohjelman avulla. Vaikka laadullisen aineiston käsittelyyn tarkoitettuja ohjelmia kutsutaan usein analyysiohjelmiksi, nimi on harhaanjohtava, sillä analyysin tekee aina tutkija, ei tietokoneohjelma (Jolanki. Karhunen 2011, 396). Rantalan (2001, 87. 88) mukaan analyysiohjelmia voidaan käyttää kolmella tavalla: aineiston hallinnan apuvälineenä, aineiston luokittelun ja jäsentämisen apuvälineenä sekä työkaluina teorian luomiseen ja testaamiseen. Näistä omaan tutkimusprosessiini pätevät kaksi ensimmäistä.

Aineiston käsittelyn aloitin tekemällä luokittelua. Luokittelun tehtävänä on aineiston järjestelmällinen läpikäynti tutkimusongelman, keskeisten käsitteiden ja lähtökohtien määrittämällä tavalla (Ruusuvuori. Nikander. Hyvärinen 2011, 18). Omalla kohdallani tämä tarkoitti sitä, että perehdyin jokaiseen tapaukseeni huolellisesti yksi kerrallaan ja koodasin ne tekijät, jotka vaikuttivat olevan yhteydessä urheilijaidentiteettiin. Käytännössä siis etsin urheilijoiden kertomuksista sellaisia kokemuksia ja ilmaisuja, jotka liittyivät jollakin tavalla kokemukseen urheilijuudesta. Tätä tutkimustehtävän kannalta olennaisten tekstikatkelmien valitsemista, merkitsemistä ja nimeämistä kutsutaan koodaukseksi (Jolanki. Karhunen 2011, 399). En halunnut rajata aineistoa liikaa, joten koodasin kaiken, mikä kiinnitti huomioni. Luokitteluun päätyi siis paljon sellaistakin ainesta, jonka myöhemmin rajasin pois tutkimustehtävän perusteella. Esimerkkejä tässä vaiheessa syntyneistä ja sittemmin poistuneista luokista ovat *epäonnistuminen*, *minä urheilun kautta* ja *muiden arviot itsestä*. Luokittelun tässä vaiheessa tietokoneohjelmasta oli suuri apu; en voi kuvitellakaan käsin tehtävän työn määrää, kun litteroituja arkkeja oli lähes sata ja kun useat tekstikatkelmat sopivat useisiin eri luokkiin. Lopulliset alaluokat ovat nähtävissä kuviossa 3 sivulla 33.

Luokittelun jälkeen käynnistyi varsinainen analyysivaihe. Koodit eivät itsessään vielä tarkoita mitään, vaan ne tarvitsevat ympärilleen tulkinnan, vaikka toki jo koodaus tulkintaa sisältääkin. Jolangin ja Karhusen (2011, 401) mukaan tässä vaiheessa joku palaa paperille piirtämään kuvia, toinen siirtyy tarkastelemaan mainintojen esiintymistiheyttä ja kolmas hyödyntää analyysiohjelman visuaalisia työkaluja. Kuten Rantalakin (2001, 89) toteaa, tietokoneohjelmien käytön opiskelussa on oma vaivansa. Siksi itse koin luontevaksi siirtyä väliaikaisesti paperityöskentelyyn. Tekemiäni luokkia tutkimalla hahmottelin mallin seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin rakentumisen taustalla vaikuttavista tekijöistä kokoamalla alaluokista suurempia kokonaisuuksia, jotka muodostivat kuvion yläluokat (ks. s. 33). Analyysin edetessä kehittelin mallia edelleen.

Tekemiäni analyysi pohjautui osittain aikaisemmassa tutkimuksessa luotuun malliin, mutta tarkoitukseni ei kuitenkaan ollut testata sitä. Tällaista lähestymistapaa kutsutaan teoriasidonnaiseksi analyysiksi, ja se sijoittuu aineistolähtöisen ja teorialähtöisen analyysin välimaastoon. Teoriasidonnaisessa analyysissä on teoreettisia kytkentöjä, ja teoria toimii apuna analyysin etenemisessä. Analyysistä on tunnistettavissa aikaisemman tiedon vaikutus, mutta ei rajaavana vaan pikemminkin uusia ajatusuria aukovana. Teoriasidonnaisessa analyysissä tutkijan ajatteluprosessissa vaihtelevat aineistolähtöisyys ja valmiit mallit. Teoriaohjaava lähestyminen sopi analyysitavakseni, sillä se käyttää teoriaa hyödykseen, mutta etenee kuitenkin aineiston ehdoilla. (Tuomi. Sarajärvi 2002, 98, 116.)

Laadulliselle tutkimukselle ominaisesti analyysivaiheeni ja kirjoitusvaiheeni etenivät rinta rinnan. Raportoiminen oli minulle keino tehdä analyysiä. Kuten Hirsjärvi ja Hurme (2009, 195) toteavat, kirjoittaminen ei ole vain tekninen raportointivaihe. Kirjoittaessa ei ole kyse siitä, että valmiita ajatuksia pannaan paperille, vaan siitä, että kirjoittaessa luodaan ajatuksia. Tämä päti hyvin omaan tutkimukseeni, sillä analyysiä kirjoittaessani muokkasinkin jatkuvasti luomaani mallia siirtelemällä, luomalla ja poistamalla alaluokkia. Tämän jälkeen kirjoittamaani analyysiä piti muokata. Näin analyysi ja raportointi kävivät jatkuvaa vuoropuhelua.

Olen sisällyttänyt tulososiooni runsaasti sitaatteja aineistostani. Koska sitaatteja on paljon, lukijalla on mahdollisuus muodostaa kuvaa koko aineistosta. Näin voidaan päästä lähelle sen todentamista, että aineistonäytteet edustavat aineistoa kattavasti, ja lukijalla on mahdollisuus tehdä omia päätelmiä aineistosta ja näin arvioida tekemieni tulkintojen pätevyyttä. (Jokinen 2008, 246.) Tähän tutkimusraporttiin olen pyrkinyt valitsemaan sitaateista ne, jotka tiivistävät mielestäni parhaiten sen, mitä olen aineistosta tulkinnut. Olen myös pyrkinyt valitsemaan sitaatteja monelta eri urheilijalta silloin, kun se on mahdollista. Toisaalta sitaattien määrällä en ole pyrkinyt todistamaan esimerkiksi kunkin aiheen saamaa mainintojen määrää, sillä se on tutkimukseni kannalta epäolennaista. Kun eri urheilijoiden sitaatit toistivat samaa asiaa, valitsin niistä vain parhaiten kuvailevat, sillä sitaattien määrää on pitänyt rajoittaa raportointiteknisistä syistä. Liian runsas sitaattien määrä tekee lukemisesta katkonaista (Hirsjärvi. Hurme 2009, 195).

5.5 Tutkimuksen luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa ei voida käyttää samoja kriteereitä kuin määrällisen tutkimuksen yhteydessä, sillä laadulliset aineistot ovat yleensä pieniä, huomio kiinnitetään merkityksiin ja tutkimuksen tulkinnallisuutta korostetaan. Vaikka mitattavuuden ja toistettavuuden kriteereitä ei laadullisessa tutkimuksessa voitaisikaan käyttää, aineiston koko, keräämistapa ja erityisesti laatu nostetaan avainasemaan luotettavuutta arvioitaessa. Olennaista on, onko aineisto tarkoituksenmukainen ja järkevä suhteessa tutkimuskysymyksiin. (Jokinen 2008, 243. 245.)

Tutkimukseni keskeinen tutkimusongelma oli luoda ensimmäinen tutkimuksellinen silmäys niihin tekijöihin, jotka vaikuttavat seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin taustalla. Koska tutkimukseni ei ole puhtaasti tapaustutkimus, vaan ajatuksena oli luoda teoriaa aineistoni pohjalta, määrällisesti suurempi aineisto olisi mahdollistanut luotettavamman pohjan teorian muokkaamiselle. Koska tutkimukseni luonne edellyttää tapaustutkimuksellista suhtautumista haastateltaviin, käytännössä otoskoon kasvattaminen olisi edellyttänyt suurempia resursseja, kuin mitä minulla opinnäytetyön puitteissa on käytettävissä. Neljän haastattelun perusteella pystyin kuitenkin luokittelemaan haas-

tatteluissa esiin tulleita asioita. Joiltakin osin aineistoni saavutti kylläntymispisteen, eli samat asiat toistuivat kaikissa tai lähes kaikissa haastatteluissa, minkä ansiosta teorian muokkaaminen oli kivutonta. Toisaalta hermeneuttisen tutkimuksen luonteisesti yksilölliset erot toivat lisäarvoa aineistolle, ja laajemmalla haastateltavien joukolla juuri näitä yksilöllisiä piirteitä olisi varmasti tullut lisää.

Yleisesti haastattelujen luotettavuuteen liitetään muutamia ongelmia. Pysin eliminoimaan virhelähteitä muun muassa valitsemalla haastateltaviksi henkilöitä, jotka ovat tottuneet verbaaliseen ilmaisuun, valitsemalla haastattelupaikaksi aina neutraalin, rauhallisen tilan, varmistamalla nauhurin toiminnan etukäteen ja pyrkimällä antamaan aikaa haastateltavien vastauksille. (Eskola. Vastamäki 2001, 27. 29.)

Koska identiteetti itsessään on jatkuva ja muuttuva prosessi, ei haastattelun luotettavuutta voida todistaa toistamalla haastattelu. Tutkimuksen kohteena oli urheilijan haastatteluhetkellä olemassa oleva narratiivinen identiteetti. Vaikka esimerkiksi haastatteluajankohdan sijainti suhteessa kilpailukauteen voi vaikuttaa identiteettiin ja urheilijan kertomuksiin, urheilijan kertomukset eivät silti ole epätosia, vaan urheilija kokee identiteettinsä sellaiseksi kyseisellä ajanhetkellä.

Yleisesti haastattelun ongelmana pidetty sosiaalisesti suotavien vastausten antaminen on voinut vaikuttaa aineistooni (Hirsjärvi. Hurme 2008, 35). Esimerkiksi väite *Urheilu on ainoa tärkeä asia elämässäni* edellyttää arvottamaan urheilun muun elämän, kuten perheen ja työn edelle.

Urheilu on ainoa tärkeä asia elämässäni edellyttää arvottamaan urheilun muun elämän, kuten perheen ja työn edelle.
(Linnea)

Haastateltavan ja haastattelijan välille muodostuva luottamuksellinen suhde on informaation saamisen edellytys (Ruusuvuori. Tiittula 2005, 41). Vaikka kaikissa haastatteluissa oli mielestäni hyvä ilmapiiri, ei luottamuksellista suhdetta uuteen keskustelukumppaniin voi syntyä tunnin aikana. Lisäksi haastateltavista oli joissain kohdissa aistittavissa hämmennystä, koska vastates-

saan rehellisesti ja täydellisesti kysymykseen, he joutuisivat tekemään syvempää itsetutkiskelua, kuin mihin he olivat varautuneet.

+No, tietysti se, kuinka paljon seikkailu-urheilu muuttaa tavallaan omaa persoonaa, ajattelutapaa ja tämmöstä, niin kyllähän se nyt ehkä sitte peilautuu sitte jopa tonne työelämään, mut siinä menään jo niin syvällisiin juttuihin, et en mä niinku tiedä --.+(Linnea)

Todennäköisesti haastattelujen virhelähteenä olen ollut myös minä tutkijana. Vaikka pyrin muotoilemaan haastattelukysymykset narratiivisesti, on mahdotonta esittää kaikkia kysymyksiä niin, ettei johdattele haastateltavaa lainkaan. Olin tietoinen ongelmasta haastattelujen aikana, enkä pystynyt toteuttamaan haastatteluja niin narratiivisesti kuin olisin halunnut. Tutkimuskysymysten kannalta ihanteellista olisi mielestäni ollut, jos minun ei olisi tarvinnut käydä asioita läpi teemoittain laisinkaan. Oma kokemattomuuteni haastattelijana sai kuitenkin minut hylkäämään teemattoman haastattelutavan jo ennen ensimmäistäkään haastattelua, sillä en usko, että olisin pystynyt ilman teemoitettuja kysymyksiä ylläpitämään keskustelua riittävästi tarinoiden syntymistä ajatellen, minkä vuoksi aineistoni olisi ollut huomattavasti suppeampi.

Koska harrastan tutkimaani lajia myös itse, minullakin on jonkinlainen seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetti, vaikka se epäilemättä on huomattavasti heikompi kuin haastattelemillani urheilijoilla. Tutkimustyön kannalta tästä on varmasti ollut sekä haittaa että hyötyä. Toisaalta omat kokemukseni ja minäkuvani on varmasti vaikuttanut tulkintojen tekoon, sillä jotkut urheilijoiden esiintuomista asioista tunnistin myös itsestäni. Samoin henkilökohtainen kokemusmaailma on voinut rajoittaa tulkintojani niin, että en ole tunnistanut jotakin sellaista seikkaa, jonka joku lajin ulkopuolelta tuleva olisi huomannut. Toisaalta samantyyppisten kokemusten omaaminen ja jonkinasteinen ymmärrys lajin luonteesta ovat arvioni mukaan auttaneet minua haastateltujen kokonaisvaltaisessa ymmärtämisessä, mikä sopii hyvin tapaustutkimuksen luonteeseen.

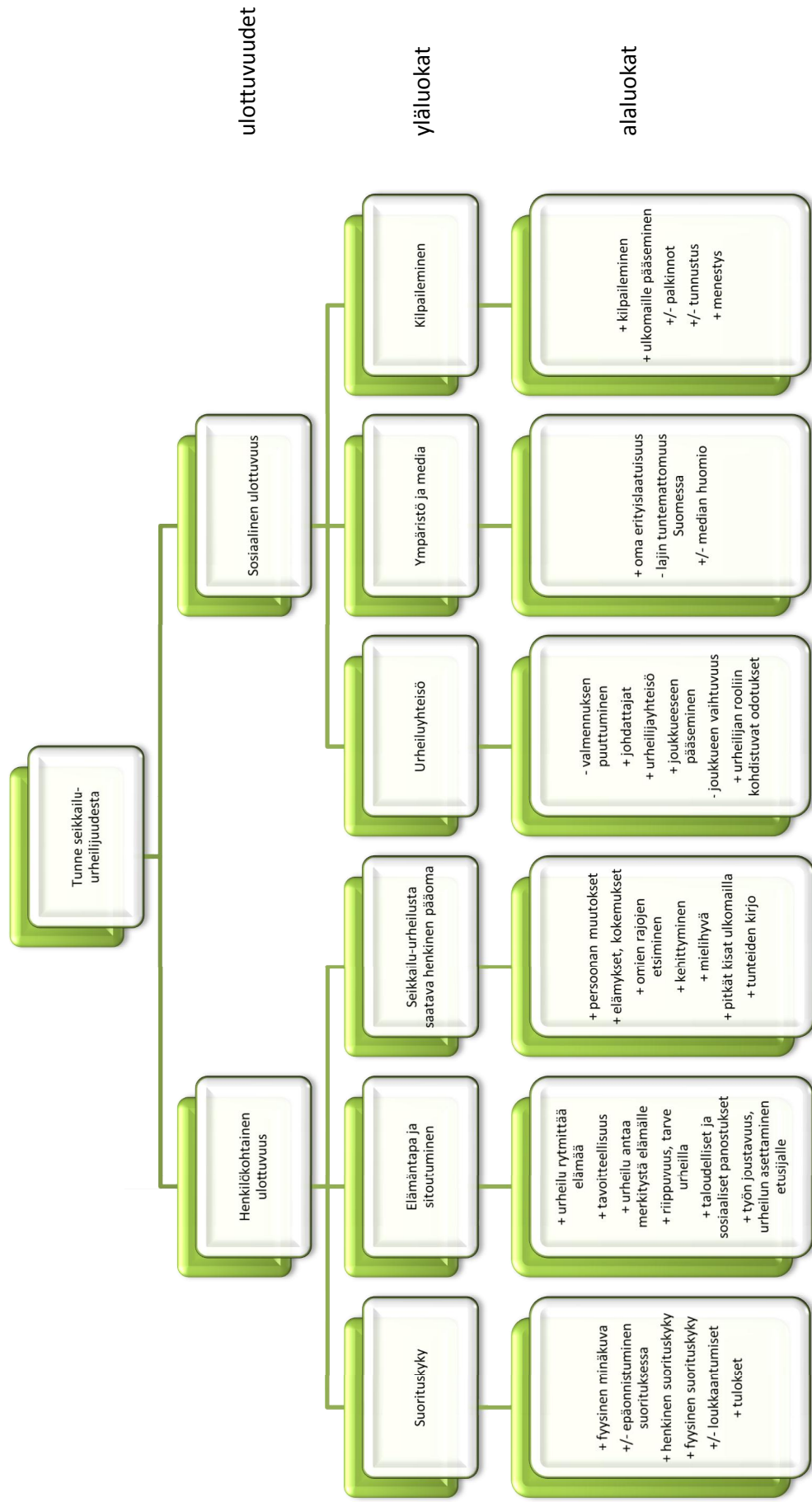
6 SEIKKAILU-URHEILIJAIIDENTITEETIN RAKENTUMINEN

6.1 Malli seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin rakentumisesta

Haastatteluaineistosta tekemäni analyysin perusteella muodostin hierarkkisen rakenteen, josta käyvät ilmi eri tekijät, joiden katsoin vaikuttavan haastattelemieni urheilijoiden seikkailu-urheilijaidentiteetin rakentumiseen (kuvio 3). Tutkimukseni tuloksena on siis syntynyt malli, joka kuvaa seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin rakentumista esittelemällä niitä kokemuksia ja tekijöitä, jotka vaikuttavat identiteetin taustalla. Malli ottaa huomioon minäidentiteetin henkilökohtaisen ja sosiaalisen ulottuvuuden, joiden molempien alla on kolme yläluokkaa, joista jokainen sisältää vielä useita alaluokkia. Henkilökohtaisen ulottuvuuden yläluokat ovat suorituskyky, elämäntapa ja sitoutuminen sekä seikkailu-urheilusta saatava henkinen pääoma. Sosiaalisen ulottuvuuden yläluokat ovat urheiluyhteisö, ympäristö ja media sekä kilpaileminen. Tutkimukseeni osallistuneilla seikkailu-urheilijoilla henkilökohtainen ulottuvuus oli vahvasti korostunut, mikä näkyy kuviossakin (kuvio 3) selkeästi runsaampana alaluokkien määränä.

Tässä luvussa esittelen tekemäni kuvion seikkailu-urheilijoiden urheilijaidentiteetin rakentumisesta (kuvio 3) sekä tulkinnan, jonka pohjalta kuvio on syntynyt. Luvun tarkoituksena on esitellä tekijät, jotka vaikuttivat haastattelemieni seikkailu-urheilijoiden urheilijaidentiteettiin. Koska narratiivisessa identiteetissä urheilija itse kertomusta luodessaan valikoi, mitä aineksia hän pitää identiteettinsä kannalta oleellisina, tulevat kertomuksissa esiin lähinnä urheilijaidentiteettiin positiivisesti vaikuttavat tekijät. Nämä tekijät olen merkinnyt kuvioon plus-merkinnällä. Narratiivisen identiteettikäsityksen mukaisesti merkityksettömät tai negatiivisesti vaikuttavat tekijät urheilija rajaa usein kertomuksestaan pois, sillä niitä hän ei koe urheiluidentiteettinsä kannalta merkittäviksi. Haastatteluissa tuli kuitenkin ilmi joitakin sellaisia tekijöitä, jotka tulkitisin urheilijaidentiteetin rakentamista haittaaviksi tai joiden vaikutus oli riippuvainen esimerkiksi sen määrästä. Niinpä kehitin merkintätavan, jolla saan sisällytettyä myös muut kuin urheilijaidentiteettiin puhtaasti rakentavasti vaikuttavat tekijät. Negatiivisesti urheilijaidentiteettiin vaikuttavat tekijät olen merkinnyt kuvioon miinus-merkinnällä. Joidenkin tekijöiden edessä on merkintä +/-, joka tarkoittaa sitä, että vaikutus on joko kaksisuuntainen tai toteu-

tuessaan tekijä on rakentava, mutta usein se jää toteutumatta. Viimeksi mainittu pätee esimerkiksi ulkopuolelta tulevan tunnustuksen kanssa: sen saaminen vaikuttaa urheilijaidentiteettiin positiivisesti, mutta seikkailu-urheilijat kokevat saavansa sitä vain vähän tai ei ollenkaan.



Kuvio 3. Malli seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin rakentumisesta.

6.2 Henkilökohtainen ulottuvuus

6.2.1 Suorituskyky

Ensimmäiseksi esittelen henkilökohtaisen ulottuvuuden suorituskyky-yläluokan, joka käsittää urheilijan omaan fyysisen minäkuvaan sekä fyysiseen ja henkiseen suorituskykyyn liittyviä alaluokkia. Urheilussa fyysinen suorituskyky on eräs näkyvimpiä yksittäisiä tekijöitä ja liittyy hyvin laajasti urheilijana olemiseen. Arjen täyttää harjoittelu, joka tähtää nimenomaan fyysisen suorituskyvyn parantamiseen. Ilman hyvää fyysistä suorituskykyä ei voi menestyä kilpailuissa. Koska menestyminen on keskeinen toimintaa ohjaava tavoite, ei ole ihme, että fyysinen suorituskyky on hyvin merkittävässä asemassa urheilijaidentiteetin muodostamisessa. Tämä käy ilmi Juhaniin vastauksesta kysyessäni, milloin hän tuntee itsensä kaikkein vahvimmin urheilijaksi.

+Joku tapahtuma, mihin on oikeen tosissaan tähdänny, joku seikkailukisa, ja jos vielä tietää olevansa kunnossa, niin se on yks tärkeä.+(Juhani)

Urheilijat ovat itse hyvin tietoisia omasta suorituskyvystään. Se, että he pysyvät fyysisiin suorituksiin, joihin kuka tahansa ei pysty, erottaa heidät muista ihmisistä.

+- mä katson, että joku semmonen hyvin kevyt juoksu- tai hiihtolenkki nyt on aika semmonen lepopäivä jo itelle.+(Linnea)

Kokemukset omasta hyvästä suorituskyvystä vahvistavat tunnetta urheilijuudesta.

+- on tietenkin hirveen motivoivaa siinä mielessä, et näkee, et kyl mä ihan kohtalaisessa kunnossa oon, ku noiki tonne jää.+(Linnea)

Urheilijalle oma keho on työkalu, urheilemisen edellytys. Toisaalta se mahdollistaa urheilemisen, toisaalta jossakin vaiheessa juuri se myös estää urheilemisen jatkamisen. Siksi fyysinen minäkuva on korostunut.

+- musta tuntuu, että mulla on ihan ääretön lihaskestävyys.--Varmaan siihen on vaikuttanu nää viis vuotta treeniä, mut on se varmasti jotenki olemassa jo mun lihassoluissa, semmonen ominaisuus, et ne vaan jaksaa.+(Linnea)

+ ohan mulla ikää jo ihan älyttömästi, et ei tää voi jatkua enää kauheen kauan.+(Inkeri)

Fyysiseen suorituskyykyyn liittyvät myös epäonnistumiset suorituksessa. Epäonnistumiset voisi liittää myös urheiluidentiteetin sosiaaliseen ulottuvuuteen, mikäli siihen liittyvät tunteet koettaisiin esimerkiksi julkisena epäonnistumisena. Olen kuitenkin luokitellut sen henkilökohtaisen ulottuvuuden alle, sillä vaikka oma epäonnistuminen koskettaa koko joukkuetta, urheilijat vaikuttivat kokevan sen nimenomaan henkilökohtaisena epäonnistumisena. Jokainen haastatelluista urheilijoista myös ilmoitti, etteivät heidän onnistumisensa tai epäonnistumisensa urheilusuorituksessa ole yhteydessä siihen, miten paljon heistä pidetään, mutta sen sijaan osa heistä raportoi tuntevansa joskus huonommuutta epäonnistuessaan. Mikäli epäonnistumisen syy taas oli jossakin muussa kuin heissä itsessään, sen ajateltiin kuuluvan osaksi lajin luonnetta, eikä se vaikuttanut näyttäytyvän urheilijoille henkilökohtaisena tappiona.

+ voi mennä urheilussa huonosti, vaikka oma suoritus olis täydellinen, tavoite, johon on voinu tähdätä vuosia, sitten tapahtuu kaverilla loukkaantuminen, niin ei siinä parane huonommuutta tuntea --.+(Juhani)

+Jos aattelee, että muutama vuorokausi kisailaan, ja yks pieni virhe jossain saattaa aiheuttaa sen epäonnistumisen. Ei niitä saa liikaa pelätä. Niitä voi pyrkiä välttämään, mutta ei toki sen takia, mitä muut musta ajattelee+(Juhani)

Toisaalta seuraavassa olevat Inkerin ja Juhaniin kuvaukset omista epäonnistumisistaan kertovat siitä, ettei suoritus ja sen onnistuminen tai epäonnistuminen ole yhdentekevää seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin kannalta. Oman joukkueen suoritus on tuloksellisesti yhtä kuin oma suoritus, mutta sen lisäksi että oma tuloksellinen epäonnistuminen harmittaa, urheilija tuntee myös syyllisyyttä epäonnistumisestaan, sillä kuten Juhaniin kuvaus edellä osoitti, yksittäiseen kilpailuun on voitu panostaa vuosia.

+Sehän on kauhea asia tehdä muille siinä joukkueessa; se, että mä olen se syy, miks keskeytetään. Ku keskeytettiin mun takia, niin se oli ihan hirvee tunne, et se matkanteko oikeasti keskeytyy mun takia, niin se on niin hirvee paikka, ja sit mieltii, että kuin monta kertaa sitä pitää anteeks pyytää.+(Inkeri)

+ se mietti koko seikkailu-uransa lopettamista, niin kyllä mulla-kin on käynyt se mielessä, tai kävi juuri tämän suuren pettymyksen takia, koska mä olen mielestäni syypää siihen, miksi meillä meni niin huonosti ennen sitä keskeyttämistä+(Inkeri)

+ joskus on ollu pitkiä kausia, että paljon on tullu keskeytyksiä ja ei oo muutenkaan mennä hyvin, niin siitä nyt tuli jo semmonen viisi vuoden varrella, että kuinka monta kertaa mä lopetan seikkailu-urheilun sen takia, että ei mee tarpeeksi hyvin.+(Juhani)

Urheilijoiden suhtautuminen epäonnistumisiin voidaan siis summata siten, että oma epäonnistuminen voi vaikuttaa urheilijaidentiteettiin hyvinkin kielteisesti, mutta toisten, omankin joukkueen jäsenten, epäonnistumiset koetaan lajiin kuuluviksi vastoinkäymisiksi. Vain Sakarin suhtautuminen erosi muista.

+Selitys löytyy aina. Ei, huonouttaan ei oo hävitty ikinä vielä. Huonosti voi mennä, ja menneeki joskus, sille ei maha mittään. Mut siitä petrataan.+(Sakari)

Oma loukkaantuminen voidaan nähdä jopa urheilijaidentiteettiä vahvistavana tekijänä, kuten käy ilmi Inkerin vastauksesta kysymykseen, onko hänellä ollut urheilua estäviä loukkaantumisia.

+Ei, ja mä oon miettiny, että miks ei, ja mä oon ajatellu, että ehkä mä sit kuitenkin treenaan niin kevyesti vielä.+(Inkeri)

Kuitenkin Inkerin kertomuksen perusteella hänellä on ollut pienempiä loukkaantumisia, ja harjoitusmäärät ovat samaa tasoa kuin muillakin haastatelluilla.

Myös henkisellä suorituskyvyllä oli merkittävä rooli identiteettikuvauksissa, mikä johtunee lajin vaatimuksista. Kaikkien urheilijoiden kertomuksissa toistuivat kuvaukset lajin vaatimista henkisistä ominaisuuksista ja heidän pyrkimyksistään vastata niihin. Samoin kuin fyysisen, myös oman psyykkisen suorituskyvyn vahvuus tunnustettiin.

+Et jossain kohtaa tulee se raja, et sä saat syödyks ja juoduks, ja sä vaan päätät, että nyt mää kävelen tätä vuorenrintettä ylös, niin ei silloin enää se, et jos se yks kahen tunnin lenkki jäi teke-mättä, niin en mä usko, että niillä on siellä enää niin isoa merkitystä, et kyl se sit siirtyy henkimaailman jutuiks, et sä uskot siihen, että sä pystyt sen tekeen. -- Tavallaan siihen liittyy se, että kuinka hyvin sä ite pystyt päättään ja määrään, päässä, että mitä sun kroppas tekee. Jos sä päätät, että nyt et väsy.+(Linnea)

+Kävin tekemässä kunnon mäkitreenin, eli semmosen puoltoist, kaks tuntia laskettelurinnettä ylös ja alas, siis todella hehkee treeni, ei mitenkään vaadi päättää että siellä viittii suhia menee!+(Linnea)

+Jos jalkoihin sattuu, niin sit niihin vaan sattuu, ja silti jatketaan.+(Inkeri)

+Se vaan, että pystyy pitämään sen homman semmosena määrätietosena etenemisenä.+(Juhani)

+Se tulee josaki vaiheessa, sitä tahtoa pittää olla. Et se ei riitä kuntokaan ja taitokaan, jos ei tahtoa oo.+(Sakari)

Suorituskyky-alaluokan alle olen sijoittanut myös urheiluun kiinteästi kuuluvan tulostavoittelun, jossa onnistuminen vankistaa urheilijaidentiteettiä.

+ huomaa, että tässä lajissa jollaki tavalla pystyy pärjäämään, se on semmonen nostattava asia.+(Juhani)

+ 13. sija saavutettiin, suoritus ei ollu kaikin puolin hyvä, mutta kuitenkin loppua kohti paraneva, ja tuli semmonen into, että tässähän vois vaikka reenailla+(Juhani)

+ koko ajan näkee, että kehitty -- niin, jotenkin siitä tulee semmonen polte, että haluaa nähdä, et kuinka pitkälle oikeesti voi päästä.+(Linnea)

Vastaavasti omia tavoitteita heikompi tulostaso sai Inkerin kyseenalaistamaan omaa urheilijaidentiteettiään.

+Edelleenkin tulosten puolesta, niin en mä tiedä voinko mä pitää itseäni urheilijana.+(Inkeri)

Inkerin urheilijaidentiteetti rakentui kuitenkin pääasiassa täysin muiden asioiden kuin tulosten varaan. Urheilijaidentiteettinsä heikentäjinä hänen kerronnassaan nousivat esiin enemmänkin urheiluyhteisötaustan puute ja kykenemättömyys elättää itseään urheilulla, joskin myös tuloksilla oli pieni rooli hänen kerronnassaan. Kuitenkin Inkeri kokee olevansa urheilija, mistä voi päätellä, ettei hänen urheilijaidentiteettinsä rakennu tuloskeskeisesti.

6.2.2 Elämäntapa ja sitoutuminen

Henkilökohtaisen ulottuvuuden alle sijoittuu myös elämäntapaan ja urheiluun sitoutumiseen liittyvät alaluokat. Kaikki haastatteleman seikkailu-urheilijat kuvailivat suhdettaan lajiinsa jonkinasteiseksi riippuvuudeksi. Tästä voi pää-

tellä, että seikkailu-urheilulla oli merkittävä rooli heidän elämässään ja seikkailu-urheilu oli heille osa itseä.

+Nythän tää on jo ihan täyttä riippuvuutta.+(Linnea)

+Siihen on jollakin tavalla jääny koukkuun, positiivisessa mielessä, ja kun on ollu kausia, että ei oo sitä päässy harrastamaan, niin jostakin sisältä se on kuitenkin aina kummunnu, halu jatkaa. Että kyllä se sillä tavalla on olennainen osa --.+(Juhani)

+Eihän mun elämäs oo mitään muuta kuin seikkailu-urheilu.+(Inkeri)

Koska seikkailu-urheilu, kuten monet muutkin urheilulajit, vaatii suuria panoituksia ilman ulkoisia palkkioita, on urheilijan sisäinen motivaatio ehkä kaikkein keskeisin yksittäinen urheilijaidentiteetin rakennuspalikka. Sisäisesti motivoitunut urheilija saa nautintoa ja sisäistä tyydytystä harjoittaessaan lajiaan, kun taas ulkoisesti motivoituneelle urheilijalle urheilu on keino haluamiensa asioiden saavuttamiseen. Arjen pyörittäminen urheilun lähtökohdista vaatii suurta sitoutumista urheiluun. Ilman sisäistä motivaatiota pitkäjänteiseen harjoitteluun on mahdotonta sitoutua. (Burton. Raedeke 2008, 125; Vallerand 2004, 427; Heino 2000, 63.)

Seikkailu-urheilijoiden kertomuksissa urheiluun sitoutuminen näkyy hyvin vahvasti monella tapaa. Urheileminen on kiinteä osa haastateltujen arkea, mikä näkyy kaikista vahvimmin siinä, miten harjoittelu ja kilpailut rytmittävät koko elämää.

+Se on jo kuitenkin semmonen määrä, et se täytyy priorisoida, et se ei onnistu silleen ihan tosta noin vaan.+(Inkeri)

+- eniten se varmaan näkyy siinä, että kyllähän se rytmittää, se harjoittelu, hyvin pitkälti sitä omaa arkee.+(Linnea)

Kenelläkään haastattelemistani urheilijoista ei ole mahdollisuutta harjoittaa urheilua kokopäiväisesti, vaan kaikki heistä käyvät myös töissä. Työssä käymisen nähtiin olevan urheilijaidentiteetistä pois.

+- mä oon mieltäny niin, että urheilija on semmonen, joka tekee sitä elääkseen, et sen ei tarvi käydä muissa töissä, et tässä valossa mä en pitäis itseäni urheilijana.+(Inkeri)

+Huippu-urheilijoihin verrattuna ei tunteja varmaan niin paljoa kuin niille tulee, koska mä kuitenkin käyn töissä, niin ei pysty niin paljoo treenaamaan.+ (Inkeri)

+ onhan tässä nyt kuitenkin vielä ihan selvä raja niitten välillä, jotka tekee sitä ammatikseen ja saa siitä elantonsa --.+ (Linnea)

Työtä tehtiin kuitenkin osittain urheilun ehdoilla. Se, että työstä oltiin valmiita joustamaan ja toisaalta se, että myös työpaikalla oltiin valmiita joustamaan, kertoo urheilijan roolin olevan aktivoituneena myös työelämässä. Se puolestaan kertoo vahvasta urheilijaidentiteetistä. Urheilun ja työn suhdetta voisi käsitellä myös sosiaalisen ulottuvuuden alla, jos olennaista olisi esimerkiksi työkavereiden suhtautuminen urheilijaan. Olen kuitenkin sijoittanut työn elämäntapa ja sitoutuminen -luokan alle, sillä mielestäni keskeistä on juuri urheilijoiden oma näkemys urheilun asettamisesta etusijalle työhön nähden, mikä kertoo vahvasta sitoutumisesta.

+ ku on liukuva työaika, niin voi suunnitella, että tänään teen vähän pidemmän työpäivän, koska aion käydä juoksemassa vain tunnin lenkin, mutta huomenna ajattelin tehdä kolmen tunnin pyörälenkin, niin lähdempä töistä vähän aikasemmin, niin saan sen tehtyä.+ (Linnea)

+ Enkä mä kauheen mielelläni mitään hyvää treeniäkään jätä tekemättä siksi, että mun tarttis olla töissä.+ (Inkeri)

+ Työpäivästähän se lähtee, että kyllä mä yritän pittää sen, että mä lenkillä käyn, vaikka lyhyen, jos joskus ei joua ko lyhyen lenkin, niin kuitenkin, että käy sen.+ (Sakari)

Urheilijoista vain Sakari puhui työstänsä tärkeänä osana elämää, joskin hänelläkin urheilun merkitys oli työtä huomattavasti korostuneempi.

+ Mulle on työ aika tärkeä, se yrittäjäjys, ja nämä musiikkikuviot, urheilu on puolet kaikesta, ja nämä muut on sitte se toinen puoli.+ (Sakari)

Toiminnan tavoitteellisuus on kilpaurheilemista leimaava piirre. Petteri Kähäri mainitsee huippu-suunnistajan psyykettä käsittelevässä kirjoituksessaan, että täsmällinen, haasteellinen ja realistinen tavoite motivoi harjoittelemaan ja antaa merkityksen sille, miksi suunnistaja pyrkii harjoittelulla kehittämään itseään (Kähäri 2010, 42). Sama pätee minkä tahansa lajin urheilijan tavoitteenasetteluun. Tavoitteeseen sitoutuminen pakottaa arvioimaan niitä toimia,

joita tavoitteen saavuttamiseksi on tehtävä. Näin tavoite konkretisoituu toiminnaksi. (Hall. Kerr 2001, 191.) Kaikki haastateltavat puhuivat tavoitteiden asettamisen tärkeydestä.

+Sen oon huomannu, että niitä (välitavoitteita) täytyy olla, että pystyy motivoimaan ittiesä. Jos tavoite on vaan vuoden päästä, niin siihen on hirveen vaikee pyrkiä.+(Juhani)

+- treenimotivaation kannalta ne on ihan älyttömän hyviä, että on jotain semmosii isompia tavoitteita.+(Linnea)

+Jos mulla ei ois mitään tavoitetta, niin ois kyllä aika vaikee potkii ittiesä lenkille.+(Inkeri)

+Ei kehity, jos ei oo tavoitetta, ja sitte ko asetat tavoitteen, niin sulla on jo se fokus siellä kisassa.+(Sakari)

Tavoitteellisuuden nähtiin olevan myös suorassa yhteydessä urheilija-identiteettiin.

+Mä oon aina pitäny sitä liikunnan harrastajan ja urheilijan erona, että harjotteleeko se tavoitteellisesti vai fiilispohjalta.+(Juhani)

Tavoitteisiin pyrkiminen vaatii urheilijoilta panostuksia ja uhrauksia. Urheilijoiden tarinoissa esiin nousseet panostukset voidaan jakaa neljään eri ryhmään: ajallisiin, taloudellisiin, fyysisiin ja sosiaalisiin. Ajallisiin panostuksiin kuuluu paitsi arjen rytmittyminen harjoittelun vuoksi, myös viikonloppujen ja lomien käyttäminen seikkailu-urheilemiseen.

+- se on kuitenkin kaikki sun loma-aikaa, mitä sää uhraat näihin --.+(Linnea)

+Kisojahan ei järjestetä silloin, ku mun työnantajalle sopii, vaan mä lomailen silloin, ku niitä kisoja on.+(Inkeri)

+Nyt viime aikoina ne on ollu hyvin pitkälle kisareissuja, johon mun lomat kuluu.+(Inkeri)

Toisaalta loma-aikojen käyttämistä urheilemiseen ei nähty varsinaisena uhrauksena.

+- mä en oo halunnu pitää lomaa niin, että mä vaan olla möllötän.+(Inkeri)

Taloudellisiin panostuksiin kuuluivat sekä kilpailumatkoihin että varusteisiin kuluvat rahat.

+ - sä laitat kaikki sun ylimääräiset rahas näihin --.+(Linnea)

*+ - näitä (tavoitteita) tulee nyt ko saa päätettyä, että mihin lyö ro-
ponsa likoon seuraavaksi-+(Sakari)*

*+ - aika monta kissaa on käyty pelkästään omalla rahalla, ja on
lyöty tuhansia euroja per henki tiskiinkin, että on päästy jonnekki
kissaan --. Se on semmonen riski ja satsaus, joka on pitänyt ot-
taa.+(Sakari)*

+ - täytyy olla kaikki välineet ja se vaatii rahhaa --.+(Sakari)

Esimerkkinä hyvin konkreettisesta fyysisestä panostuksesta toimii Sakarin kertomus ensimmäiseen ulkomaan seikkailukisaan valmistautumisesta:

*+Mä olin ensin, että mä en lähe mukkaan, mulla oli ristisidevai-
voja, niin mähän laskin, että mä en lähe siihen, että mulla ei
kestä ristisiteet. Sitte kaveri rupes lenkillä ehottelleen, että hän
jää yhestä joukkueesta pois, ja ne on lähössä Azerbaid0aniin.
Sitte mä aloin laskeen, että ei saamari, meikä pääsis Azer-
baid0aniin kisaileen, niin mä kävin sitte leikkaan ne ristisiteet ja
lähin sinne Azerbaid0aniin.+(Sakari)*

Yläkäsite *fyysiset panostukset* ei kuitenkaan tarkoita vain esimerkiksi harjoit-
telun ja loukkaantumisien kautta tehtyjä uhrauksia, vaan myös kaikenlaisen
+itsensä likoon laittamisen+ ja myös esimerkiksi varustepuoleen liittyvät (muut
kuin taloudelliset) tekijät.

*+ - tämä elämäntapa ja harjoittelu, täytyy valita, että jos lähet
seikkailukisoihin oikeesti pärjäämään, niin pitää harjotella paljon,
kaikkia lajeja, olla tekniikat hallussa. Mä oon joutunu jättään joi-
taki lajeja silloin tällöin taka-alalle, ja vetämään juoksu-, pyöräily-
ja melontatreeniä talveen asti, ja se on selvä, että jos joulu-
kuussa käyt 120 tunnin kisan, niin ei tarvi parriin kuukauteen
haaveilla, että suksi kulkee. -- On ollu pakko harjotella kovaa,
riittävän kauon ja riittävän montaa lajia.+(Sakari)*

*+ - se on aika iso juttu järjestää semmonen reissu --. Kyl se ra-
sittaa, kaiken sen järjestelyn tekeminen.+(Inkeri)*

*+ - varastot ja kaikki muut vapaat tilat on pullollaan kaikenlaisia
urheiluvälineitä, mulla on useampia kanootteja, useampia pyöriä,
kaikki mahdolliset vehkeet mitä voi olla, ne löytyy, ja sitte valtava*

määrä kaikenlaisia karttoja vuosittain arkistoitu, kaikki mitä on tehty, kymmenien vuosien ajalta.+(Sakari)

+On se semmonen show aina se reissun järjestäminen, et aina silloin ku pakkaa siihen kisaan, niin tulee mieleen, et mitä jos mä lähtisinki vaan rantalomalle ja mulla menis puol tuntii siihen, että mä pakkaan nää tavarat.+(Inkeri)

Inkerin puhuessa rantalomasta hän tulee verranneeksi itseään toiseen, erilaiseen ryhmään. Myös Linnean tarinassa sama asetelma tulee esille.

+Mut se on oma valinta. Vois sen lomansa ja ne rahansa paljon huonomminki käyttää. Että lähtis viikoks Mallorcalle ryyppään, niin kului ne sielläkin.+(Linnea)

Tuodessaan tarinassaan esiin, miten joku toinen voisi vastaavassa tilanteessa käyttäytyä, he tekevät eron itsensä ja tämän toisen ryhmän välille. Näin he painottavat urheilijaroolia suhteessa muihin rooleihin omassa identiteetissään.

Sosiaaliset panostukset tarkoittavat niitä sosiaalisiin tilanteisiin liittyviä valintoja, joita urheilijat tekevät samaistuessaan urheilijan rooliin.

+Jos joku kysyy, että lähetkö baariin jonain iltana, niin voisin mä baariin lähteä, koska mä ehtisin käydä lenkillä ennen sitä, mut jos joku kysyy, et lähetkö viikonlopuks mökille ryyppäämään, niin en.+(Inkeri)

+- ihmissuhdepuolella täytyy tehdä näitä valintoja, jotka vie aikaa, niin se rajaa sitte näitä sosiaalisia kuvioita vähemmälle. On täytyyny valilta, että ko lähtee seikkaileen, niin ei voi samalla tavalla olla (sosiaalisesti) aktiivinen. Ei kerta kaikkiaan aika riitä.+(Sakari)

Sosiaalisten panostusten suhteen haastattelemani urheilijat erosivat toisistaan jonkin verran. Linnean kertomuksessa sosiaaliset panostukset eivät tulleet esiin lainkaan. Sakari ei tingi perheelle tarkoitetusta ajasta urheilun vuoksi, kun taas Inkeri asetti urheilun johdonmukaisesti etusijalle tehden eniten sosiaalisia uhrauksia. Hän valaisee valintaansa seuraavanlaisen hypoteettisen tarinan avulla:

+- sit jos mä meen johonkin häihin istumaan, ja mulla on ehkä aika tylsää siellä sit kuitenkin, niin mä harmittelen, et no miksen mä lähteny sinne kisoihin.+(Inkeri)

Kaiken kaikkiaan erilaisten panostusten tekeminen on keskeinen osa urheilijarooliin sitoutumista. Ne ovat keino pyrkiä päämäärään. Mikäli panostaminen on puutteellista, se estää urheilijaidentiteetin rakentumista.

+Se pari, jonka kanssa mä kisasin muutamat ensimmäiset vuodet, niin sillä oli pieniä lapsia, ja se viestittiki sitä koko ajan, et hän ei mitenkään kauheen suurella panoksella pysty treenaamaan, ja mulle tuli sit aika nopeesti semmonen, et mun täytyy päästä tästä eteenpäin, mä halusin kuitenkin enemmän, et mä en saa sitä, jos mä jään kisaamaan sen mun suunnistuskaverin kanssa.+(Inkeri)

6.2.3 Seikkailu-urheilusta saatava henkinen pääoma

Henkilökohtaisen ulottuvuuden kolmas yläluokka on seikkailu-urheilusta saatava henkinen pääoma. Kuten edellä kävi ilmi, urheilijat tekevät suuria panostuksia pystyäkseen kilpailemaan seikkailu-urheilussa. Kauppa on kuitenkin kaksipuolinen, ja panostuksia huomattavasti enemmän sijaa urheilijoiden kertomuksissa saivat ne asiat, joita urheilu heille antaa. Kun haastattelussa urheilijat tulivat kertoneeksi niistä asioista, joita he seikkailu-urheilusta saavat, vahvimpana esiin nousivat elämykset ja kokemukset, joita he saavat erityisesti kilpailumatkoilta. Usein nämä kokemukset olivat yhteydessä tunteeseen urheilun avulla saavutetuista etuoikeuksista.

+Hirveen paljon positiivisia hetkiä, upeita paikkoja, missä pääsee käymään --. Johonki Uzbekistaniin en ikinä menisi muista syistä. Vaikka kisa meni huonosti kaiken kaikkiaan, kuitenkin se reissu oli semmonen positiivinen kokemus.+(Juhani)

+Kisareissut on hieno tapa nähdä maailmaa--.+(Inkeri)

Kilpailujen rankkuuden vuoksi elämykset liittyivät usein myös onnistumisen tunteisiin, joita kilpailuissa kohdattavien haasteiden voittaminen urheilijoissa aiheutti. Näin ollen elämykset vahvistavat urheilijaidentiteettiä, sillä elämyksien kautta he saavat onnistumisen kokemuksia urheilijaroolissa. Oman suorituskyvyn koettelemisesta seuraava välitön mielihyvä käy ilmi seuraavasta katkelmasta, jossa Linnea kertoo pitkässä kilpailussa kohtaamastaan haasteesta:

+Mä olin niin kuollu, mä kiroilin niin paljon, että mä ikinä oo kirollu niin paljon. Must tuntu, et se oli aivan loputon. Mut sitte ku pääsi sinne huipulle ja veti vähän sipsejä naamaan ja elämä ru-

pes taas hymyileen, niin kyl se aika siisti fiilis siinä kohtaa, et oli voittanu taas itsensä ja selvinny siitä jutusta.+(Linnea)

Vastaavia elementtejä oli havaittavissa kaikkien urheilijoiden kertomuksissa.

+ ku viimistä melontapätkää tultiin, ja oltiin se 120 tuntia plus tultu jo, ja siinä oli tunteet pinnassa ja sit tajus, että kohta ollaan maalissa, tää, tämmönen pitkä kisa menee läpitte, niin se oli semmonen liikuttava hetki. Tippa linssissä meloskeli kajakkia.+(Juhani)

+Kyl se on tää elämyspuoli. Kaikki nää asiat, mitä siel tulee eteen, mistä pitää selvitä, ja mitä voi muistella jälkikäteen.+(Inkeri)

+ ne elämykset ja kokemukset on niin vahvoja, että se on minusta se suurin juttu. Tavallaan joka kerta ko tullee maaliin, niin on voittaja.+(Sakari)

Urheilijoille seikkailu-urheilu on siis tapa koetella omia rajojaan. Erityisesti heitä kiehtovat lajin vaatimat henkiset ominaisuudet, ja pitkät seikkailukisat ovat hyviä haasteita oman psyyken testaamiseen. Myös oman kehityksen, niin psyykkisen kuin fyysisenkin, seuraaminen koetaan motivoivaksi, mikä epäilemättä sitouttaa urheilijan rooliin.

+Se omien rajojen etsiminen. Tavallaan ku koko ajan näkee, että kehitty, -- niin jotenki siitä tulee sit semmonen polte, että haluaa nähdä, et kuinka pitkälle oikeesti voi niinku päästä.+(Linnea)

+Ja myös semmonen luonteen kasvaminen --.+(Inkeri)

Urheileminen palkitsee myös välittömällä mielihyvän tuntemuksilla, sillä kaikki urheilijat olivat täysin samaa mieltä väittämän *urheilu tuottaa minulle mielihyvää* kanssa, ja myös väittämä *minun täytyy urheilla tunteakseni oloni hyväksi* sai kaikilta urheilijoilta positiivisen vastaanoton. Varsinkin jälkimmäinen näistä väittämistä viittaa siihen, että urheileminen koetaan tärkeäksi osaksi itseä.

+Mä rupean hyppiin seinille, jos ei pääse liikkumaan.+(Sakari)

+Sit tulee niin hirvee olo jo, jos on useamman päivän tekemättä mitään, että se vaikuttaa saman tien esimerkiksi mun nukkumiseen --. Ja sit tulee kiukkukseks.+(Linnea)

+Kyl se tuo semmosta välttämätöntä mielihyvää.+(Inkeri)

Jo tämän työn aloituslehdellä oleva Sakarin sitaatti kuvaa sitä, kuinka urheilijat ovat kokeneet, että seikkailu-urheilu muuttaa heitä ihmisinä. Myös Linnea puhuu asiasta. Se, että urheilijat tunnustavat seikkailu-urheilun merkityksen niinkin henkilökohtaisen asian kuin persoonan muokkautumisessa, kertoo siitä, että urheileminen koetaan tärkeäksi elementiksi omassa elämässä paitsi esimerkiksi ajankäytön suhteen, myös psyykkisestä näkökulmasta.

+No, tietysti se, kuinka paljon seikkailu-urheilu muuttaa tavallaan omaa persoonaa, ajattelutapaa ja tämmöstä --.+(Linnea)

+- se on vaikuttanu myöhemmin, normaalielämäänki, pystyy ilmaseen, sekä hyvässä että pahassa, tunteitaan.+(Sakari)

Myös pitkien kisojen itsessä aiheuttamat tunnereaktiot koettiin pääosin positiivisina. Vahvat, koetut tunteet lisäävät kilpailemisen koettua merkitsevyyttä.

+Tommosessa pitkässä kisassa, siinä kokee vuoden tunteet yhdessä viikossa.+(Inkeri)

+- siinä mennään jollekki semmoselle tasolle välissä, että ei pysty hillitteen kaikkea.+(Sakari)

6.3. Sosiaalinen ulottuvuus

6.3.1 Urheiluyhteisö

Seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin sosiaalisen ulottuvuuden yläluokista ensimmäisenä esittelen urheiluyhteisön. Yleensä urheilijan suoritukseen vaikuttavat hänen itsensä lisäksi laaja joukko muita ihmisiä. Valmentajilla, huoltajilla ja vertaistuella on tärkeä rooli kilpailuihin valmistautumisessa. Lisäksi joukkuelajeissa koko joukkueen toiminta vaikuttaa sekä tulokseen että myös yksittäisen urheilijan käytökseen.

Seikkailu-urheilu Suomessa on lajina toistaiseksi varsin organisoimaton. Lajiliittoa ei ole, joskin nykyään seuroja on jo useampiakin. Aktiivisia harrastajia on kuitenkin suhteellisen vähän, ja he ovat levittäytyneet ympäri maata. Käytännössä samantasoisien kilpa- tai edes harjoituskaverin löytyminen läheltä tai samalta paikkakunnalta on epätodennäköistä.

Koko aineiston selkein urheilijaidentiteetin rakentumista estävä tekijä on valmennuksen puuttuminen. Urheiluvalmennusta on tutkittu paljon, ja yleinen

käsitys on, että valmentajat vaikuttavat suuresti paitsi urheilijan suoritukseen ja käyttäytymiseen, myös tämän psyykkiseen ja emotionaaliseen hyvinvointiin (Horn 2002, 309). Siksi ei ole ihme, että kaikki urheilijat Sakaria lukuun ottamatta puhuivat siitä, että valmennusta ei ole saatavilla. Sakarilla on takanaan pitkä, useamman lajin huippu-urheilu-ura ja sitä kautta selkeä näkemys harjoittelusta, minkä lisäksi hän on jo lopettelemassa uraansa. Ehkä näistä syistä johtuen hän ei ehkä samalla tavalla kaipaa seikkailu-urallensa valmentajaa, ainakaan enää.

+ - jotaki valikoituja lajeja, mihin saattaa ite törmätä, niin niitten kilpailutapahtumia telkkarista ja muuten seuraa silläkin silmällä, että mites kyseisen lajin huiput tän homman hoitaa. Miten vois päästä teknisesti paremmaksi ite, kun ei nyt valmentajia näihin lajeihin ole, niin jotaki vinkkejä sieltäki hakee sitte.+(Juhani)

+ - ois tosi kiva saada joku valmentaja, jonka kans vois oikeesti kattoo, et mä oon pitäny nyt kuitenkin kolme vuotta treenipäiväkirjaa, et joku kattois sitä ja antais vähän palautetta ja vinkkejä, että mitä kannattas tehdä toisin.+(Linnea)

+Mun mielest urheilijat on semmosia, jotka kuuluu johonki urheiluseuraan, ja niillä on siellä joku valmentaja, tai ainaki lähtösin semmosesta, et ne on pienestä pitäen kulkenu siellä ja niillä on joku valmentaja ja sitä kautta syntyny tietämys siitä myös, että miten treenataan.+(Inkeri)

Koska seikkailu-urheilun harrastajat harjoittelevat itsenäisesti eikä laji ole suurelle yleisölle tuttu, harrastuksen pariin päädytään yleensä tuttavan kautta. Näillä *johdattajiksi* kutsumillani henkilöillä on ollut erityisen tärkeä merkitys lajin harrastajaksi päätyksen kannalta joko niin, että lajista on kuultu ensimmäisen kerran johdattajan kautta, joukkue löytyy johdattajan kautta tai johdattajan ansiosta urheilijan itseluottamus kilpailla on kasvanut.

+ - homma alko, tuttu kaveri pyysi sitte kisailemaan --.+(Juhani)

+ - kyl se pitkälti hänen ansiotaan on, että mä ylipäättänsä lähdin ulkomaille kisaamaan.+(Inkeri)

+ - se houkutteli mut tähän mukkaan koko hommaan --.+(Sakari)

Varsinaisten johdattajien lisäksi muu seikkailu-urheiluyhteisö vahvistaa urheilijaidentiteettiä tarjoamalla mahdollisuuksia harjoitteluun ja kilpailemiseen. Koska harrastaminen on hyvin epäjärjestäytyntä, sopivan joukkueen

löytyminen ei aina ole itsestäänselvyys. Siksi yhteisön tunteminen lisää mahdollisuuksia kilpailemiseen. Myös mahdollisuutta yhdessä harjoitteluun arvostetaan. Urheilijayhteisö toimii myös valmentajan korvikkeena.

+Yhteistreenei pidetään, ja sillä tavalla konsultoidaan --. Lenkillä ja reenatessa käydessä vähän jotaki katottu. Että voitteko kattoo mun melontatekniikkaa ja muuta, sillain mihin nyt ei ite pysty kiinnittämään huomioo. Sähköpostit liikkuu siitä, että miten on reenattu ja nyt on tämmöstä ongelmaa, vähän sitte kysellään, onko törmätty ja miten homma on hoidettu.+(Juhani)

+ - rupes oikeesti tutustuun niihin ihmisiin, jotka näitä seikkailuhommia Suomessa enemmänkin harrastaa. Sit ku oli ne kontaktit, sitte rupes jo näkyyn tuloksissa, että harjotus tuo tulosta, -- niin se sitten oli se yhdistelmä, että sit rupes oleen kiinnostusta lähteä mun kanssa kisoihin --.+(Linnea)

+ - lajin harrastajia on kuitenkin niin vähän, et meidänki joukkue, jolla viimeks oltiin --, niin sekin on kerätty ympäri Suomea --. Toisin nyt on tullu pari tyyppiä, mä oon saanu myös melontaseuraa inkkarimelontaa varten, koska sitä on niin paha treenata yksin.+(Inkeri)

Urheilijayhteisön pieni koko voi välillisesti olla myös urheilijaidentiteettiä rakentava tekijä.

+Tietysti tässä on myös se mukava, että ko on naispuolinen seikkailu-urheilija Suomessa, niin ei oo ihan hirveesti tunkua näihin joukkueisiin, että pääsis niin moneen kisaan varmasti vuoden aikana ulkomaille ku vaan haluais, että miehiä ois pilvin pimein. Voi vähän valita parhaita päältä.+(Linnea)

Koska kyseessä on joukkuelaji, jossa vietetään pitkiä aikoja toistensa seurassa, on joukkueen jäsenten kemioiden kohtaaminen kilpailutilanteen kannalta hyvin tärkeää. Haastatteluista saamani yleisvaikutelma on kuitenkin se, että seikkailu-urheilijat käyttäytyvät pääasiassa yksilöurheilijoiden tavoin. Tämä voi johtua toisaalta siitä, että lajin harrastajat ovat usein taustaltaan yksilökestävyydsurheilijoita, ja toisaalta myös siitä, että he harjoittelevat pääasiassa yksin. Näin Inkeri kuvaa tilannetta, jossa joukkueen jäsenet harjoittelevat kukin yksin ja joukkue kokoontuu vain kilpailutilanteessa:

+ - niillä (joillakin seikkailu-urheilevilla miehillä) on tämmönen nähdään kentälläq-asenne, että oikei, nyt ku ollaan saatu sovitua tää joukkueen kokoonpano, niin nähdään sit kentällä, et ree-

nataan täs nyt keskenämmeq mikä on tämmönen joukkuehenkeä merkittävästi parantava asenne.+

+ niillä (oman joukkueen miesjäsenillä) oli ihan loistava asenne. Ne halus treenata yhdessä ja niille ei tuntunut olevan, tai et ne pystyivät hyvin peittämään sen, että ei ollu mikään ongelma kisata naisen kanssa.-- Sen puolesta mä kuvittelin, että tänä vuonna olis ollu edellytykset tosi hyvään suoritukseen, parempaan kuin koskaan, koska meidän joukkue oli kovakuntoinen ja oli hyvä henki --.+

+- tossa laitetaan yleensä aina yksilölajien harrastajia yhteen, ja siit voidaan johtaa tää qähdään kentälläq-asenne, että nähdään se suoritus vain semmosena, et jos minä itse olen kunnossa, niin se riittää. Mut jos kaikki siinä joukkueessa ajattelee näin, niin se ei ole joukkue, vaan se joukkue toimis hyvin, jos kaikki olis semmosia, jotka kattois vähän toistenki perään, et miten tolla menee, ja olis kiinnostuneita siitä, millanen sen joukkueen suoritus nyt on kullakin ajanhetkellä. -- Koska se joukkueen suoritus on kuitenkin just niin hyvä kuin sen heikoimman suoritus on. -- Mun mielestä jokaisen siinä joukkueessa kuuluu ottaa vastuu siitä, että sen joukkueen suorituskyky on mahdollisimman hyvä, et joukkueen etu menee oman edun edelle. Mut semmosta esiintyy aika vähän. +

(Inkeri)

Näkemykseni koetusta yksilöurheilijuudesta tukevat myös Roccasin ja Brewerin (2002, 89) ajatukset joukkueen koon vaikutuksesta koettuun ryhmäidentiteettiin. Pienessä, intiimissä ryhmässä, jollainen seikkailu-urheilujoukkuekin on, ei samaistuta joukkueen yhteiseen identiteettiin, vaan ryhmä nojautuu lähinnä jäsenten välisiin henkilökohtaisiin yhteyksiin.

Kuten edellä olleesta Inkerin kertomuksesta tulee ilmi, joukkuedynamiikan nähdään olevan suoraan yhteydessä suorituksen laatuun. Inkerin sanavalinta *laitetaan yksilölajien harrastajia yhteen+* samoin kuin hänen arvionsa seikkailu-urheilijoiden keskittymisestä henkilökohtaiseen suoritukseensa tukee näkemykseni siitä, että tietyllä tapaa seikkailu-urheilijat kokevat olevansa yksilöurheilijoita, vaikka tiimin toimivuus kilpailumatkoilla on heille ensiarvoisen tärkeää. Samoilla linjoilla olivat myös Linnea ja Sakari:

+- koska ei se oo pelkästään se jokaisen yksittäisen tyyppin fyysinen suoritus, vaan ku siihen tulee just se tiimin kemiat --.+ (Linnea)

+/- semmonen joukkue, joka ei keskenään tuu kunnolla toimeen, niin ei se voi pärjätä. Jos kootaan neljä kovinta urheilijaa, niin ne ei pärjää kisassa vaikka ne ois kuin kovia. Pistetään viieksi päiväksi meneen. Johonki se aina mennee, se on vaikea selittää, mutta niin siinä vaan käy. Semmonen toimiva tiimi pärjää, vaikka ne ei ois ihan niin koviakaan.+(Sakari)

Joukkueen toimivuus vaikuttaa siihen, miten sen jäsenet uskovat joukkueensa pärjäävän. Mitä paremmat edellytykset yksilö kokee joukkueellaan olevan, sitä enemmän hän on valmis panostamaan joukkueensa toimintaan. Ilmiö on siis samankaltainen kuin itseluottamuksen merkitys yksilölajeissa pärjäämisessä, ja sitä voisi kuvailla koetuksi kollektiiviseksi tehokkuudeksi. Kollektiivista tehokkuutta seikkailu-urheilussa on myös tutkittu. Sakarin edellä esittämä kommentti vastaa hyvin Edmondsin ym. (2009, 165) näkemystä, jonka mukaan lahjakkaimmista urheilijoista koottu joukkue voi suoriutua kilpailusta heikosti, jos joukkue ei toimi tehokkaasti yhdessä. (Edmonds ym. 2009, 164. 165.)

Kaikki haastateltavat korostivat joukkueen sisäisten kemioiden merkitystä paitsi suorituksen, myös kilpailemisen mielekkyyden kannalta.

+Ehkä kuitenkin se suoritus tuottaa riittävästi tuskaa, ettei tarvi sitte lisätuskaa hakee niiltä kavereilta.+(Juhani)

+Ei kuitenkaan ite halua kenekään mieltä pahottaa sen takia, että ite äksyilee sen takia, että väsyneenä ei välttämättä oo semmonen sordiino päällä siinä, mitä tulee sanottua.+(Juhani)

+/-olin ihan mielelläni mukana, koska niitten ihmisten kanssa on ihan mukavaa. Ku se ei oo pelkkä se kisa, vaan siinä on se valmistautuminen ja hengailu siel kisapaikalla. -- et ois tietysti ihan ok, jos siel ois periaatteessa niinku kivaakin.+(Linnea)

+Et tavallaan jollain tapaa ees viihtys niitten ihmisten seurassa, joitten kanssa sinne menee. Ja just ennen sitä kisa, et se ois semmosta mukavaa valmistautumista. Eikä sellasta, että ei oikeesti siedetä toisia ollenkaan, mut koska tänne ei tultu tekeen kavereita vaan kisaan, niin sit vaan hoidetaan siltä kantilta se homma.+(Linnea)

Toisaalta joukkueen sisäiset ristiriidat nähtiin myös jollakin tapaa lajiin kuuluviksi.

+ - tohon lajiin, kaikkihan on jollain tavalla varsin itsepäisiä ja erikoisia persoonia, jotka sinne päätyy, niin kyllähän siellä räiskyy aina joukkueen sisällä väkisin, jollain tasolla.+(Linnea)

+ - seikkailu-urheilu on aika raakaa sillä lailla, että se on niin kova laji ja kova se kilpaileminen, että niitä välttämättä tulee, tietynlaisia kahakoita joittenki henkilöitten kans, joitten kanssa kemiat ei toimi.+(Sakari)

Perinteisten joukkuelajien, kuten pallopelien, kaltaista pysyvää joukkuetta ei seikkailu-urheilussa ole, vaan joukkueiden kokoonpanot vaihtelevat suuresti. Esimerkiksi Edmonds ym. (2009, 171) löysivät voimakkaan positiivisen korrelaation seikkailu-urheilujoukkueen aikaisemman yhteisen kilpailukokemuksen ja kollektiivisen tehokkuuden välillä. Wilsonin (2006, 1) seikkailu-urheilijoiden ryhmätoimintaa koskevassa tutkimuksessa joukkueen aikaisemmalla kokemuksella ei ollut merkittävää yhteyttä joukkueen menestymiseen, mutta sen sijaan joukkueiden jäsenten välisen rooli- ja keskinäinen tutuus olivat merkittäviä joukkueen tehokkuutta selittäviä tekijöitä. Näin ollen voisi ajatella, että joukkueen pysyvyys helpottaa urheilijan omaa urasuunnittelua ja myös lisää urheilullisten tavoitteiden saavuttamisen todennäköisyyttä.

+Tietysti lyödään ihmisiä yhteen, niin siinä on homma vähän semmosta kattelua välillä. Mutta tuon porukan kanssa kyllä meni hyvin. Sanotaan, että jopa yllättävän hyvin. Siihen nähden, että tosiaan ekaa kertaa oltiin yhdessä.+(Juhani)

+Nytten meillä on tosiaan porukan kanssa taas sillä tavalla suunnitelmia, kohti ens vuottaki, että siinä mielessä on taas vähän pysyvämpi kokoonpano.+(Juhani)

+Pitäis ensinnäki olla semmonen tiimi, joka sitoutuu siihen hommaan pidemmäksi aikaa, ja joilla ois kaikilla tasapuoliset mahdollisuudet panostaa oikeesti ja kiinnostusta panostaa siihen hommaan --.+(Linnea)

+Mulla on vaihdellu vuosien varrella hyvinki paljon, ettei oo mitään semmosta vakiokokoonpanoa. -- Sitten on jotaki tiettyjä kavereita, joitten kanssa on huomannu, että homma toimii, niitten kanssa on kisailtu vähän enemmän, kaikkien kanssa vaan ei homma toimi. . Ihmiset käyttäytyy väsyneenä niin eri tavoilla ja rupee kypsyttämään toisiansa siellä --.+(Juhani)

Joukkueen vaihtuvuus tarjoaa kuitenkin mahdollisuuden myös urheilijaiden titeetin vahvistamiseen, sillä joukkueeseen pääsemiseen liittyy yleensä eräänlainen valituksi tuleminen. Kun Grove, Fish ja Eklund (2004) tutkivat

joukkueeseen valituksi tulemisen vaikutusta urheilijaidentiteettiin, he havaitsivat merkittävän yhteyden joukkueen ulkopuolelle jäämisen ja urheilijaidentiteetin heikentymisen välillä. Joukkueeseen valituksi tuleminen ei kuitenkaan vahvistanut urheilijaidentiteettiä merkittävästi.

Tulos ei ole siirrettävissä suoraan seikkailu-urheiluun, sillä lähtökohtaisesti valituksi tulemisen asetelma on erilainen: Groven, Fishin ja Eklundin tutkimuksessa lajeina olivat puhtaat joukkuepelit, kuten koripallo ja lentopallo. Valintaprosessissa lähtökohtaisesti kaikki urheilijat kuuluvat isoon urheilijajoukkoon, josta osa pudotetaan pois ja jäljelle jäävät muodostavat lopullisen joukkueen. Seikkailu-urheilussa sen sijaan joukkue joko rakennetaan itsen ympärille pyytämällä muita joukkueeseen tai vastaavasti tullaan itse kysytyksi mukaan. Niinpä omassa tutkimuksessani tulin siihen tulokseen, että juuri valituksi tuleminen rakentaa urheilijaidentiteettiä. Koska kysymys on narratiivisesta identiteetistä, on luonnollista, että urheilijat eivät juurikaan ottaneet esiin niitä tunteita, joita mahdollisesti joukkueen ulkopuolelle jäämisestä on seurannut. Lisäksi seikkailu-urheilussa valitsematta jäämisestä ei välttämättä voikaan kertoa, sillä urheilijat voivat vain aavistella, onko heitä suunniteltu kysyttävän tietyn joukkueen jäseniksi.

+ - sit rupes oleen kiinnostusta lähteä mun kanssa kisoihin, ja sitte ku kisat meni ihan hyvin, tuli näyttö, niin sitte on päädytty tähän tilanteeseen.+(Linnea)

+ - mua on oikeestaan kysytty näihin porukoihin.+(Linnea)

+ - sit ku mua kysyttiin silloin siihen mm-kisaan, niin sen jälkeen oli kerääntyny riittävästi rohkeutta siihen, että vois itekin.+(Inkeri)

+Mulla joukkue vaihtu kyllä vuojen sissään jo, että mä pääsin pomppaamaan semmoseen joukkueeseen, joka oli selkeästi, urheilulliset tavoitteet oli jutussa. -- Että tavallaan mä pääsin sitte vaihtaan kovempaan joukkueeseen.+(Sakari)

+Et ku ei niitä kyselijöitä oo kauheesti ollu, jotka tulis ovelle koputtaan, että lähekkö.+(Inkeri)

+ - se oli eka kerta ku mä olin sekajoukkueessa, mikä nyt kuitenkin on naiselle aina vaikeempi paikka. Kovempi paikka. Se oli tosi hienoa, että pääsin sinne kyseiseen joukkueeseen.+(Inkeri)

Seikkailu-urheilijat toivat myös esiin tuntemuksiaan joukkueen jäsenten välisestä erityisestä kisakokemusten aiheuttamasta siteestä.

+Ketään ei voi oppia tuntemaan niin hyvin, kuin ne omat joukkueoverinsa siinä kisan aikana --. Ja mennään semmoselle tasolle, jota ei voi tajuta.+(Inkeri)

Urheilijan rooliin kohdistuu myös odotuksia. Seikkailu-urheilijoiden kertomuksissa nämä odotukset vaikuttivat tulevan enemmän oman yhteisön sisältä kuin ulkopuolelta, esimerkiksi yleisöltä.

+- kisassa ehkä vaikutan rauhalliselta ja viilipyttymäiseltä, mutta sisällä kuohuu koko ajan, jännittää kauheasti, tietty paine siinä, että pystyy sen oman roolin hoitamaan.+(Juhani)

+- jos urheilemista aatellaan, niin siinä pitäis olla semmonen viilipytty ja toimia hyvin harkinnanvaraisesti --.+(Sakari)

6.3.2 Ympäristö ja media

Toinen sosiaalisen ulottuvuuden alle muodostamani yläluokka käsittelee ympäristön ja median vaikutusta urheilijaidentiteettiin. Myös seikkailu-urheiluyhteisön ulkopuolella olevat ihmiset vaikuttavat seikkailu-urheilijoiden identiteetin rakentumiseen. Seikkailu-urheilun tuntemattomuus yhdistettynä lajin äärimmäiseen luonteeseen aiheuttaa yleisössä reaktioita, jotka vahvistavat urheilijoiden tunnetta omasta urheilijuudestaan.

+Ne pitää ihan kaistapäinä, tietysti sitte ku ne pääsee siitä hullusajattelusta eroon, niin kyllä ne sitten jollakin tasolla ainakin arvostavat, kaikki ei pysty millään ymmärtämään, että miks kukaan ikinä tekee tota, mut silti neki jollakin tavalla kuitenkin arvostavat. Se tosiaan herättää näitä miksi-kysymyksiä, että miks ihmisen pitää itsellensä tollasta tehdä.+(Juhani)

Inkerin vastaus väitteeseen *muut ihmiset näkevät minut pääasiassa urheilijana* kertoo siitä, ettei hän aktiivisesti käytä muiden ihmisten reaktioita keinoa vahvistaa urheilijaidentiteettiään:

+Kyl seki varmaan hyvin pitkälti pitää paikkansa, ne jotka sattuu tietämään asiasta.+(Inkeri)

Paljon seikkailu-urheilijoiden sisäisestä motivaatiosta kertovat nämä katkelmat, joista voidaan päätellä, ettei yleisön varsinaisia reaktioita pidetä tär-

keinä, vaan enemmänkin identiteettiä rakentaa erottelu *meihin* ja *heihin* eli seikkailijoihin ja muihin ihmisiin.

–Mä en oikeestaan jaksa enää ihan maallikoille selittää sitä asiaa, koska en mä jaksa kuunnella sitä semmost päivittelyä, et mä keskustelen tosi mielelläni seikkailu-urheilusta seikkailu-urheilijoiden kanssa, tai joittenki muitten, jotka tajuaa tämmöset pitkät suoritukset, mut en niitten sohvaperunoitten kanssa, jotka päivittelee sitä, että –no en mä jaksais juosta edes kymmentä kilsaa, ja sä juokset sata kilsaa+--+(Inkeri)

+– aina jos mennee mainitteen seikkailu-urheilusta jotaki, niin siitä syntyy keskustelua, että mä pyrin sitä jo välttäänki vähän, koska se keskustelu kääntyy aina näihin samoihin juttuihin. Kyllä se mielenkiinto on kova, ja tommonen extreme ja poikkeavuus kiinnostaa --, monille semmonen extremen raja kulkee maratonissa, että maraton, se on kova ja se on pitkä, ja voi ku joskus olis niin kovassa kunnossa, että voisין juosta maratoninq. Kuitenki se on se pari, kolme neljä tuntia. Täsä mennään niin överiks tavallaan, että sitä rupeaa miettiin, että onko tuo ees totta-kaan.+(Sakari)

Urheilijoiden tunne omasta erityislaatuisuudestaan rakentuu paitsi vertailusta muuhun väestöön, myös siitä etuoikeutettuna olemisen kokemuksesta, joka pitkien kisojen yhteydessä syntyy.

–Mun mielest kisareissut on hieno tapa nähdä maailmaa, et verrattuna siihen, et mä menisin johonki turistikohteeseen, niin mä koen, että mä saan siin paljon enemmän, nään niin paljon enemmän sitä itse kohdetta. Et mä en nää vaan sitä osuutta, jonka turistien halutaan nähdä, vaan nään ihan aidoimmillaan sitä maata.+(Inkeri)

+– ne on ylleensä semmosiin paikkoihin laitettu ne rastit, että on hienoimpia, niihin joihinki ei rahallakaan pääse. -- sä et voi ostaa matkaa ja mennä sinne, tossa oli ne armeijat mukana järjestyissä --.+(Sakari)

+– jossa tosiaankaan varmasti ei kauheen moni semmosta tehtävää koskaan tee.+(Juhani)

Huippu-urheilu on osa markkinoiden säätlemää kansainvälistä viihdeteollisuutta. Niinpä katsojaluvut ja lukijatilastot määräävät, mitä urheilua media kulloinkin esiin nostaa. Siten median, sponsoreiden ja yleisön huomio on kiinteä osa kilpa- ja varsinkin huippu-urheilua. (Itkonen. Ilmanen. Matilainen. Jaskari 2008, 69.)

Haastattelemieni seikkailu-urheilijoiden tarinoissa yleisöä ei mainittu kertaa-kaan. Mediankin roolia vähäteltiin, eivätkä urheilijat nähneet sitä positiivisessa yhteydessä urheilijaidentiteettiinsä. Linnea jopa puhui huomionhakuisuuden yhteydestä huonoon itsetuntoon.

+Onhan se tietysti ihan kiva, ku joku sanoo, et sullahan meni hyvin. Mutta jotenki mä kuitenkin ajattelen, et mulla on niin vahva itsetunto, että se, mitä mieltä mä oon itse siitä, on kuitenkin paljon tärkeämpää ku se, että tuleeks se sanoon tai onks mun nimeni lehdessä+ (Linnea)

+Media on tietyllä tappaa kiinnostunu asiasta, ja on helppo saaha seikkailu-urheilusta juttua, mutta urheilutoimitukset on täsä maassa niin konservatiivisia, että ne ei miellä sitä, -- [Suuri sanomalehti] suhtautu asiaan sillai, että ne ei näihin Posio-homiin lähög ko Posiossa oli se Suuri Seikkailu, ikään kuin se olis jotaki showta, jota pyöritettään --.+(Sakari)

Se, että yleisön ja median rooli ei ollut urheilijoiden tarinoissa esillä, kertoo luultavasti siitä, että nämä asiat eivät joko kuulu heidän elämäänsä tai jos kuuluvat, niitä ei pidetä tärkeänä. Sponsorien merkitys urheilijaidentiteetille oli sen sijaan nähtävissä.

+ saatiin sponsoritukea, ja sitte koko tää sarja oli mahdollista käydä sponsorin tukemana kiertämässä.+(Juhani)

+Tän pohjalta päästiin seuraavana vuonna Azerbaidžaniin kisailemaan, ku menestyttiin riittävän hyvin siinä sarjassa. Se oli semmonen kisa, että järjestäjä makso viulut, matkat ja kisamaksun, että se oli sitte oikein iso projekti --.+(Juhani)

+Jos ajatellaan maailman huippua, niin se ei oo realistista, sillain, että oikeesti käyt töissä ja ei ole sponsoreita, vaan ite maksat kaiken omasta pussista.+(Linnea)

Nascon ja Webbin (2006, 445) urheilijaidentiteettiä käsitelleessä tutkimuksessa vertailtiin urheilija-identiteettiä itsetuntoon, ja huomattiin, että henkilöt, joiden julkinen urheilijaidentiteetti oli korkea, omasivat matalamman itsetunnon kuin ne, joiden yksityinen urheilijaidentiteetti oli korkea. Syytä tähän ei tunneta, mutta tutkijat arvelevat, että heikon itsetunnon omaavat urheilijat kaipaavat enemmän muilta tulevaa tunnustusta kuin ne, joiden itsetunto on vahva. Aineistoni perusteella vaikuttaa siis siltä, että seikkailu-urheilijoiden

itsetunto on vahva eivätkä he tarvitse ulkopuolista vahvistusta omalle urheilijuudelleen.

6.3.3 Kilpaileminen

Viimeinen muodostamani yläluokka käsittelee kilpailuja ja kilpailemista. Kilpailemiseen kuuluu siitä syntyvä vertailu ja siihen liittyvä tunne menestyksestä ja muista ulkoisista palkkioista. Tästä syystä katson kilpailemisen kuuluvan sosiaalisen ulottuvuuden alle. Seikkailu-urheilijoiden kertoessa urastaan merkittävänä käännekohtana nousivat esiin ensimmäiset kilpailut ulkomailla. Ulkomailla kilpaileminen ylipäättään koettiin urheilijaidentiteettiä vahvistavaksi tekijäksi.

+-- ei se nyt kisan ollu mitenkään kauheen ihmeellinen, mut se oli kuitenkin ulkomailla, niin se on eri asia.+(Inkeri)

+Silloin, kun mä tätä lajia virittelin, niin silloin mä en välttämättä kokenu olevani urheilija, mutta oli semmonen haave, että jos joskus pääsis kokeilemaan vaikka johonkin ulkomaille.+(Juhani)

+-- mä en osaa sanoo, mikä vuosi ois se vuosi, ku mä oisin ensimmäistä kertaa käyny ulkomailla, mut mitä nyt kotimaassa on ollu tarjolla, niin nehän on yleensä noita lyhyehköjä multisport-kisoja--.+(Inkeri)

+-- mä pääsin aika nopeasti ulkomaille kisaileen --.+(Sakari)

Kilpaileminen oli urheilijoille itseisarvo, ei vain välinearvo menestyksen tai tulosten saavuttamiseen.

+Siinä on kuitenkin ympärillä paljon muistaki juttuja, jotka kiskoo sinne kilpailupaikalle. Vaikkei suoritus ja menestys ois yhtään parempaa --, niin kuitenkin se on ihan erilainen se tunnelma ja muu.+(Juhani)

+Kaikki ne asiat, jotka siellä tapahtuu sen kisan aikana, ne, mitä spekuloidaan kisan jälkeen ja mist raportoidaan muille, mist keskustellaan muitten kanssa, ja qnist te menitte, ja täällä me tehtiin tämmöstä, ja tuolla pummattiinq ja kaikki nää asiat. Et ne kyl harmittais, jos niitä ei enää olis.+(Inkeri)

+-- en mä sitä treenaamista (urheilu-uran loppuessa) kaipaa, koska mä treenaan kuitenkin vain jotain kisaa varten.+(Inkeri)

+ - jos kattoo kuvia jostaki kisasta, jos on ollu hyviä fiiliksiä, tai karttoja, niin se palauttaa mieliin niitä tuntemuksia, silloin mää tunnen, että tämä on mun juttu --.+(Sakari)

Vain Linnea näki kilpailemisen toisarvoisena puhuttaessa urheilu-uran loppumisesta:

+En mä sitä kilpailua. Kyl se on vaan se liikunta, et jotain saa tehtyä.+(Linnea)

Haastattelemani seikkailu-urheilijat kertoivat myös tavoittelevansa menestystä, vaikka toisaalta menestymättömyys ei näyttänyt uhkaavan heidän urheilijaidentiteettiään, sillä seikkailu-urheilijat ovat hyvin vahvasti sisäisesti motivoituneita. Koska menestyksen tavoittelu on kuitenkin olennainen osa urheilun luonnetta, raportoivat seikkailu-urheilijat tavoittelevansa menestystä ainakin jollakin tasolla. Näin vastasi Inkeri tiedustellessani, minkälaisessa tilanteessa hän tuntee itsensä kaikkien vahvimmin urheilijaksi:

+Kyl se varmaan liittyy menestykseen.+(Inkeri)

Näin Sakari puolestaan vastasi väitteeseen *ensisijainen syyni urheilun harrastamiseen on palkintojen ja tunnustuksen saaminen:*

+Ei oo ensisijainen, mutta toki se menestyminenki on, mutta ko se kysymys oli ~~ensisijainen~~ niin silloin se ei oo se.+(Sakari)

Myös Linnea myönsi menestyksen positiiviset vaikutukset.

+Onhan se hienoo, että tulee menestystä ja siitä tulee lisää motivaatio siihen hommaan+(Linnea)

+Ku ei oo voittanu mitää isoo kisaa, niin ei oo vielä semmost ihan superhienoo hetkee tullu, ei oo tullu semmost itsensä totaalista ylittämistä vielä.+(Linnea)

Urheilun perimmäiset syyt löytyvät kuitenkin muualta, ja hyvät tulokset tai menestys näyttäytyvät enemmänkin seikkailu-urheilun miellyttävänä sivutuotteena, joskin siihen toisaalta myös tietoisesti pyritään.

+Jos se ois pelkästään kauheeta tuskaa koko ajan, niin ei jonku menestymisen takia kuitenkaan varmaan viittis.+(Juhani)

+Kyllä mä tykkään voittamisesta. Mut mä en vedä ranteita auki, jos mä en voita. Enkä mä myöskään lopeta sen takia, että mä en voita.+(Inkeri)

Myös seuraava Linnean kertomus valottaa hyvin seikkailu-urheilijoiden tasa-painottelua menestyksen tavoittelun ja urheilun mielekkään harrastamisen välillä.

+Toisaalta mua kiinnostais päästä sellaseen porukkaan, jossa ne miehet on selkeesti mua parempia, et mä oon ihan oikeesti se, jota kiskotaan perässä. Koska monessa huippujoukkueessa se vaan on niin. Ja tavallaan se, et kuinka hyvin se nainen siellä sätkii perässä on varsin ratkasevaa. Sekin ois hirveen hieno kokee ja silloin näkis oikeesti ne omat rajansa. Mut sitten siinä on se toinen puoli, että se on kaikki sun loma-aikaa, mitä sää uhraat näihin, laitat kaikki sun ylimääräset rahas näihin, niin ois tietysti ihan ok, jos siel ois kivaakin. Et jollakin tapaa ees viihtyis niiden ihmisten seurassa, joitten kanssa sinne menee. -- Jos mua kysyttäis sellaseen joukkueeseen, niin kyl mä kerran lähtisin kokeileen. Mut voi olla et se yks kerta kuitenkin riittäis. -- ehkä sen jälkeen sit taas se, että ois ihan kivaa, vois mennä ehkä edelle. Mut en tiedä!+(Linnea)

Vain Sakari koki menestyksen huomattavan tärkeäksi, joskaan ei tärkeimmäksi syyksi urheilun harrastamiseen. Sakari on kilpaurheilut koko ikänsä ja oli haastatelluista ainoa, joka puhui omasta seikkailu-urheilu-urastaan huippu-urheiluna.

+Kyllä se (menestys) tärkeää on.+(Sakari)

Palkintojen ja tunnustuksen saamisen voisi olettaa vahvistavan urheilijaiden titeettiä. Seikkailu-urheilun avulla näitä asioita on kuitenkin melko vaikea saavuttaa.

+Palkintojahan kuitenkin aika harvoin saa, vaikka pärjäiski. Tässä lajissa pärjääminen voi olla, että on viides, mutta harvoin viides saa palkinnon --.+(Juhani)

Palkintojen laadusta riippuu, miten urheilijat suhtautuivat niihin. Linnea puhui maailman turhimmista pokaaleista, kun taas Sakari kertoi siitä, miten palkintorahojen avulla voi yrittää saada katettua kisasta aiheutuvia kuluja. Koska urheilijat puhuivat palkinnoista niin vähän . jopa niistä kysyttäessä . tulien tulokseen, ettei palkintojen saaminen ole heille tärkeää tai vaihtoehtoisesti palkintojen saaminen ei ole heille kovin tuttua. Tunnustuksen suhteen tilanne oli hyvin samanlainen ja urheilijat myös ilmoittivat, etteivät tavoittele

tunnustusta. Tunnustuksen saaminen seikkailu-urheilun avulla tuntui olevan tiukassa.

+ - tunnustusta voi tulla siitä viidennestä sijasta, mutta eipä sitäkään kauheen laajalti tuu, ehkä kilpailukaverit ja ne, jotka lajia vähän seuraa, ne nyt sitä tunnustusta voi antaa, mutta ei sitä paljon muuten tule, että ei oo niin suuri laji vielä Suomessa ainakaan, että kauheesti näkyvyyttä ja gloriaa tästä sais. . Ei sitä sen tunnustuksen ja huomion takia tee, eikä sitä kauheesti välttämättä tuukaan aina, vaikka pärjäisikin.+(Juhani)

7 POHDINTA

Tutkimukseni tavoitteena oli selvittää niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin rakentumiseen. Aineistosta tekemäni analyysin perusteella oli luontevaa muodostaa näistä tekijöistä hierarkkinen malli, joka selittää seikkailu-urheilijoiden urheilijaidentiteetin taustalla vaikuttavia tekijöitä. Tutkimukseni tulokset ovat linjassa aiempien tutkimuksien näkemykseen urheilijaidentiteetin kaksiulotteisesta rakenteesta (esim. Stephan. Brewer 2007).

Tutkimukseni päätuloksina voidaan todeta, että seikkailu-urheilijoiden narratiivisissa identiteeteissä eniten painoarvoa saivat minäidentiteetin henkilökohtaiseen ulottuvuuteen liittyvät tekijät. Tärkeimpinä niistä voisi mainita elämäntapaan ja sitoutumiseen liittyvät tekijät, kuten urheilun perusteella muodostuva elämänrytmi ja urheilun vuoksi tehtävät panostukset sekä seikkailu-urheilusta saatavat elämykset ja kokemukset. Sosiaalisen ulottuvuuden puolella suurin positiivinen vaikutus oli urheiluyhteisöstä saatavalla tuella. Urheilijaidentiteetin kannalta suurin negatiivinen vaikutus oli valmennussuhteen puuttumisella.

Koska seikkailu-urheilu on äärimmäistä suorituksen pituuden, monipuolisuuden ja arvaamattomuutensa vuoksi, sen harrastamiseen liittyy eräitä erityispiirteitä. Ensinnäkin pitkiin kisoihin voi osallistua suhteellisen harvoin, haastattelimieni urheilijoiden mukaan vuodessa voi kilpailla enintään noin kolmet pitkät kisat. Toisaalta harjoitusmäärien on kuitenkin oltava isoja. Koska sponsoreita on tarjolla suhteellisen vähän, myös taloudellisesti on tehtävä suuria panostuksia, jotta välineistöä on riittävästi ja kilpailumatkoille lähteminen on mahdollista. Seikkailu-urheilijan urheilijaidentiteetin sosiaalisen ulottuvuuden rakentumiseen vaikuttaa myös lajin marginaalisuus ja tuntemattomuus. Monissa tunnetuimmissa lajeissa pärjäämiseen liittyy huomattavasti enemmän ulkoisia palkkioita.

Näistä ja muista seikkailu-urheiluun liittyvistä erityispiirteistä johtuen tutkimukseni tuloksena syntyneen mallin rakenne eroaa jonkin verran Stephanin ja Brewerin (2007, 72) muodostamasta mallista. Lisäksi heidän tutkimukses-

saan haastatellut urheilijat olivat olympiatason urheilijoita, kun taas omaan tutkimukseeni osallistuneet olivat kaikki täysiaikaisesti työssäkäyviä. Seikkailu-urheilun erityislaatuisuudesta johtuen luomani malli lienee huonosti yleistettävissä muiden lajien urheilijoihin. Sen sijaan uskon kuitenkin, että myös seikkailu-urheilun kansainvälisesti terävin kärkikin suurilta osin tunnistaisi itsensä tekemästani mallista.

Mallia tarkastellessa huomaa, että seikkailu-urheilun erityispiirteet näkyvät erityisesti sosiaalisen ulottuvuuden ylä- ja alaluokissa. Henkilökohtaisen ulottuvuuden alla olevat tekijät, kuten oma suorituskyyky, urheiluun sitoutuminen ja omien rajojen etsiminen, ovat hyvin pitkälti sellaisia tekijöitä, jotka koskevat kaikkia urheilijoita lajista riippumatta. Sosiaalisen ulottuvuuden alaluokat sen sijaan ilmentävät enemmän juuri seikkailu-urheilijoille ominaisia asioita. Esimerkiksi johdattajat, joukkueeseen pääseminen ja oma erityislaatuisuus ovat kaikki seikkailu-urheilussa korostuvia asioita. Toki ne voivat toteutua muissakin lajeissa, mutta yhdistyessään ne luovat seikkailu-urheilijoille ainutlaatuisen urheilijaidentiteetin.

Tutkimukseni anti seikkailu-urheiluyhteisölle liittyä hyvin pitkälti lajin kehittämiseen. Ymmärtämällä, mitkä tekijät rakentavat ja ylläpitävät seikkailu-urheilijan identiteettiä, voidaan niihin seikkoihin kiinnittää erityistä huomiota sekä yksittäisen urheilijan kokonaisvaltaisessa valmentautumisessa että koko lajin kehittämiseen suunnatussa työssä. Peilattuani mallia itseni aloittelevana lajin harrastajana uskon ymmärtäneeni jotakin urheiluun sitoutumisesta ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Toivon, että malli auttaa myös muita lajin harrastajia jäsentämään urheilijaidentiteettinsä rakentumista ja tunnistamaan mallista omia henkilökohtaisia kehityskohteitaan.

Analyysin aikana kävi selväksi, että urheilijat näkevät lajin kulttuurissa joitakin kehityskohteita, joihin tulisi kiinnittää huomiota. Tällä hetkellä lajissa valmentautumisessa keskitytään hyvin paljon henkilökohtaiseen fyysiseen kuntoon ja lajitekniikoihin, eikä joukkueen yhteistyön kehittämiseen ja siihen liittyviin psykologisiin tekijöihin. Vaikka urheilijat korostivat joukkuehengen tärkeyttä kilpailusuorituksen kannalta, siihen ei käsitykseni mukaan harjoituskaudella kiinnitetty juurikaan huomiota. Tämä johtunee hyvin pitkälti käytännön vaike-

uksista; kun joukkue on hajaantuneena ympäri Suomea, joukkueen yhteiset kokoontumiset vaatisivat entistäkin suurempia urheilupanostuksia. Uskon kuitenkin, että taustalla vaikuttaa myös ajattelumalli, jonka mukaan joukkueen yhteishenkeen liittyvät asiat ovat ainakin tiettyyn tasoon asti jotakin, joka syntyy pitkän kilpailuun valmistautumisprosessin aikana itsekseen, jos on syntyäkseen. Joukkueiden tulisikin aktiivisesti etsiä tapoja, joilla he voisivat kehittää joukkueen sisäistä toimintaa myös silloin, kun harjoittelu samalla paikkakunnalla ei ole mahdollista. Ehkä pieni osa fyysiseen kuntoharjoitteluun käytettävistä resursseista olisi siirrettävissä joukkueen psykologiseen valmentautumiseen jopa ilman, että fyysinen suorituskyky kärsisi ja näin ollen joukkueen kokonaistulos itse asiassa paranisi.

Hyvin ilmeinen tulos oli myös urheilijoiden toive ulkopuolisesta valmennuksesta. Olisikin paikallaan selvittää, minkälaista tukea urheilijat eniten kaipaisivat, ja selvittää, olisiko löydettävissä keinoja urheilijoiden tukemiseen esimerkiksi jonkinlaisen verkostoitumisen kautta. Tällä hetkellähän toiminta on varsin epäjärjestäytynyttä kattojärjestöjen puuttuessa. Yksilöurheilujattelusta pois pääseminen, verkostoituminen ja järjestäytyminen mahdollistaisivat tehokkaamman urheilijan käytössä olevien resurssien käytön.

Tutkimusten mukaan lahjakas urheilija tarvitsee kahdeksasta kahteentoista vuotta määrätietoista harjoittelua saavuttaakseen lajissaan huipputason (Athletics Canada 2006, 2). Vaikka seikkailu-urheilu on lajina hyvinkin raaka, on se yhdessä suhteessa myös armollinen. Seikkailu-urheilijat voivat kilpailla huipulla moniin muihin lajeihin verrattuna hyvinkin pitkään, jopa keski-ikään asti. Iän tuomasta kypsydestä, kehittyneistä psyykkisistä valmiuksista sekä sitkeydestä on jopa hyötyä lajin kannalta. Näin ollen urheilijalla on käytettävissään pitkä aika seikkailu-urheilijaksi kasvamiseen.

Kanadassa on kehitetty Long Term Athlete Development -niminen malli (LTAD), joka tukee pitkällä tähtäimellä urheilijan optimaalista kehittymistä uran eri vaiheissa. LTAD sisältää seitsemän vaihetta alkaen lapsesta ja perusliikuntataitojen opettelusta jatkuen aina urheilu-uran päättymiseen asti. Mallin tarkoituksena on lisätä ymmärrystä pitkäjänteisen ja suunnitelmallisen, koko urheilu-uran läpi kestävän työn merkityksestä urheilijan koko potentiaa-

lin käyttöön saamiseksi ja elämänlaadun parantamiseksi. Seikkailu-urheilijan kannalta olennaisia ovat taustasta riippuen kahdesta kolmeen viimeistä vaihetta, joissa opetellaan kilpailemista, kehitytään ammattimaiseksi urheilijaksi ja lopulta valmistaudutaan myös kilpailu-uran loppumiseen. (Canadian Sport for Life 2011.)

Vaikka malli ei sellaisenaan sovellukaan täydellisesti seikkailu-urheiluun, on mielestäni oleellista, että urheilijaksi kasvamisen merkitys on paitsi tunnustettu, sen tukemiseen on myös alettu kehittää käytännön työkaluja valmentajien avuksi. Mielestäni urheilijaidentiteetin rakentuminen tiivistyy siihen ajatukseen, että yksilö oppii toimimaan määrätietoisesti ja johdonmukaisesti tehden urheilu-uransa kannalta oikeita valintoja niin arjessa kuin urheilukentilläkin. Samalla kiinnitetään huomiota myös elämänlaatuun niin urheilu-uran aikana kuin sen jälkeenkin. Uskon, että myös vahva urheilijaidentiteetti voi rakentua monin tavoin, joista jotkut ovat terveempiä kuin toiset. Urheilijaidentiteetin vahvuus ei olekaan itseisarvo, vaan tärkeää on, että urheilijaidentiteetin vahvuus on oikeassa suhteessa sen hetkiseen elämäntilanteeseen. Esimerkiksi urheilu-uran päättymisen tullessa ajankohtaiseksi urheilijan tulisi olla valmistautunut elämänmuutokseen. Suomestakin löytyy useita valitettavia esimerkkejä urheilijoista, joilla tämän vaiheen epäonnistunut toteutus on johtanut hyvin negatiivisiin seurauksiin elämässä. Ymmärtämällä paremmin urheilijan identiteetin rakentumisen taustalla olevia tekijöitä on mahdollista tukea häntä kaikissa uran eri vaiheissa.

Opintojen kannalta opinnäytetyön pääasiallisena tavoitteena on pyrkiä ammatilliseen kasvuun ja asiantuntijuuden kehittämiseen (Rovaniemen ammatikorkeakoulu 2011, 1). Nämä tavoitteet ovat mielestäni toteutuneet työssäni. Koska olen hyvin kiinnostunut urheilupsykologiasta, henkilökohtaisesti tärkein tavoitteeni on ollut syventää ymmärrystäni tällä urheilupsykologian osa-alueella. Toiveissani on jatkaa opintojani urheilupsykologian parissa, ja uskon hyötyväni nyt tehdystä työstä tulevaisuudessa. Prosessi on ollut hyvin opettavainen myös omien työtapojeni suhteen. Olen oppinut paljon omasta motivaatiostani, tavoitteenasettelustani ja ajankäytöstäni, sillä prosessina opinnäytetyön tekeminen eroaa hyvin paljon aiemmista opiskelutöistä itsenäi-

syytensä ja laajuutensa vuoksi. Myös uudet tiedonhankintataidot tulevat varmasti käyttöön tulevaisuudessa. Etukäteen olin huolissani siitä, löydänpö riittävästi lähteitä, mutta lopulliseen lähdeluetteloon olen tyytyväinen, sillä luotettavaksi arvioimaani tutkimustietoa löytyi riittävästi. Nelli-tiedonhakuportaali osoittautui hyvin hyödylliseksi.

Koska olen ollut aidosti kiinnostunut tutkimastani aiheesta, on työn tekeminen ollut motivaation puolesta helppoa. Suurimmat kohtaamani ongelmat ovat olleet aikataulullisia: välillä työ on viivästynyt ulkopuolisista syistä, kuten opinnäytetyön ohjaajien tai haastateltavien kiireiden vuoksi, välillä omien työ- ja urheilukiireiden takia. Koska tavoitteeni opinnäytetyön suhteen olivat alusta asti korkeat, kynnyks työn aloittamiseen tuntui korkealta. Koululta saamani ohjaus ja opiskelutovereiden vertaistuki ovat kuitenkin olleet merkittävä kannuste. Toinen työn etenemisen kannalta hankala työvaihe oli litterointi. Vaikka pidin aineistoani hyvin mielenkiintoisena ja litterointia hyvänä tilaisuutena tutustua aineistoon, työvaiheen mekaanisuus ja pituus yllättivät minut, ja litterointi olikin ainoa työvaihe, jonka aikana jouduin taistelemaan motivaationi kanssa. Kun aineiston keräämisen ja litteroinnin jälkeen varsinainen kirjoitusprosessi alkoi, työ sujui nopeasti. Kaiken kaikkiaan olen kokenut prosessin odotettua helpommaksi.

Haastattelut olivat luonteeltaan narratiivisia, joten ne sisälsivät myös paljon aineistoa, jonka en katsonut olevan yhteydessä urheilijaidentiteettiin. Välillä olikin vaikea luopua sitaateista, jotka esimerkiksi kuvasivat lajia erityisen hyvin, mutta eivät varsinaisesti vastanneet tutkimuskysymyksiini. Aineistossa oli siis paljon mielenkiintoisia elementtejä, joista viriää jatkotutkimusaiheita. Aineistosta kävi ilmi, että lajin ulkopuolisilla ihmisillä on hyvin eriskummallisia käsityksiä lajista. Eräs jatkotutkimusaihe olisikin selvittää, millaisena eri ryhmät, kuten yleisö, media ja erilaiset yhteistyötahot lajin ymmärtävät. Näin lajin markkinointia ja tunnettuutta voitaisiin kehittää. Tähän liittyen mielenkiintoista olisi myös laajentaa identiteettitutkimusta koskemaan myös julkista identiteettiä ja sen ulottuvuuksia.

Lopuksi haluan kiittää tutkimukseeni osallistuneita urheilijoita, jotka luottamusta osoittaen avoimesti jakoivat ajatuksiaan ja tunteitaan omasta urheilijaidentiteetistään ja mahdollistivat siten tämän tutkimuksen toteuttamisen.

LÄHTEET

- Anglem, N. . Lucas, S. J. E. . Rose, E. A. . Cotter, J.D. 2008. Mood, Illness and Injury Responses and Recovery with Adventure Racing. *Wilderness and Environmental Medicine* 1/08, 30-38.
- Athletics Canada 2006. Long Term Athlete Development. Osoitteessa http://www.athleticsontario.ca/Groups/Resources/LTAD_EN.pdf . 12.10.2011.
- Brewer, B. W. 1993. Self-Identity and Specific Vulnerability to Depressed Mood. *Journal of Personality* 3/93, 343. 364.
- Brewer, B. W. . Van Raalte, J.L. . Linder, D.E. 1993. Athletic Identity: HerculesqMuscles or Achilles Heel? *International Journal of Sport Psychology* 24/93, 237. 254.
- Brown, C. . Glastetter-Fender, C. . Shelton, M. 2000. Psychosocial Identity and Career Control in College Student-Athletes. *Journal of Vocational Behavior* 1/00, 53. 62.
- Bruner, J. 1996. *The culture of education*. Lontoo: Harward University Press.
- Burton, D. . Raedeke, T. D. 2008. *Sport psychology for coaches*. Champaign: Human Kinetics.
- Canadian Sport for Life 2011. LTAD Stages. Osoitteessa <http://www.canadiansportforlife.ca/learn-about-canadian-sport-life/ltad-stages>. 12.10.2011.
- Edmonds, W. A. . Tenenbaum, G. . Kamata, A. . Johnson, M. B. 2009. The Role of Collective Efficacy in Adventure Racing Teams. *Small Group Research* 2/09, 163. 180.
- Ericsson, K. A. 1990. Peak performance and age: An examination of peak performance in sports. . *Teoksessa Successful Aging. Perspectives from the behavioral sciences*. New York: Press Syndicate of the University of Cambridge.
- Eriksson, P . Koistinen, K. 2005. Monenlainen tapaustutkimus. *Julkaisu* 4:2005. Osoitteessa http://www.kuluttajatutkimuskeskus.fi/files/4957/2005_04_verkkojulkaisu_tapaustutkimus.pdf. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.
- Eskola, J. . Suoranta, J. 1998. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Eskola, J. . Vastamäki J. 2001. Teemahaastattelu: opit ja opetukset. . *Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin I* (toim. J. Aaltola ja R. Valli), 24. 42. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Griffith, K. A., . Johnson, K. A. 2002. Athletic identity and life role of Division-I and Division-III collegiate athletes. Osoitteessa <http://murphylibrary.uwlax.edu/digital/jur/2002/griffith-johnson.pdf>. 29.8.2011.
- Grove, J. R. . Fish, M. . Eklund, R. C. 2004. Changes in Athletic Identity Following Team Selection: Self-Protection versus Self-Enhancement. *Journal of Sport Psychology* 1/04, 75. 81.
- Hall, H. K. . Kerr, A. W. 2001. Goal Setting in Sport and Physical Activity: Tracing Empirical Developments and Establishing Conceptual Direction. . Teoksessa *Advances in motivation in sport and exercise* (toim. G. C. Roberts), 183. 233. Champaign: Human Kinetics.
- Heikkinen, H. L. T. 1999. Opettajuus narratiivisena identiteettinä. . Teoksessa *Oppiminen ja asiantuntijuus. Työelämän ja koulutuksen näkökulmia* (toim. A. Eteläpelto ja P. Tynjälä), 275. 290. Helsinki: WSOY.
- Heikkinen, H. L. T. 2001. Narratiivinen tutkimus . Todellisuus kertomuksena. . Teoksessa *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II* (toim. J. Aaltola ja R. Valli), 116. 132. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Heino, S. 2000. Valmentautumisen psykologia. Lahti: VK-Kustannus.
- Hirsjärvi, S. . Hurme, H. 2009. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Hollo, H. 2004. Eskimo seikkailee. *Eskimotiedote* 1/04, 4. 7.
- Horn, T. S. 2002. Coaching Effectiveness in the Sport Domain. . Teoksessa *Advances in Sport Psychology* (toim. T. Horn), 309-354. Champaign: Human Kinetics.
- Horton, R.S. . Mack D.E. 2000. Athletic Identity on Marathon Runners: Functional Focus or Dysfunctional Commitment? *Journal of Sport Behavior* 23/00, 101. 120 .
- Huhtanen, K. 2004. Pianistista soitonopettajaksi. Tarinat naisten kokemusten merkityksellistäjänä. Helsinki: Sibelius-Akatemia. *Studia Musica* 22.
- Hyvärinen, M. . Löyttyniemi, V. 2005. Kerronnallinen haastattelu. . Teoksessa *Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus* (toim. J. Ruusuvuori ja L. Tiittula), 189. 222. Tampere: Vastapaino.
- Ilmanen, K. 2004. Kilpaurheilun etiikka ja moraali. . Teoksessa *Urheiluvallmennus* (toim. A. Mero, A. Nummela, K. Keskinen ja K. Häkkinen), 381. 386. Lahti: VK-Kustannus.

- Itkonen, H. . Ilmanen, K. . Matilainen, P. . Jaskari, L. 2008. Media urheilun tulkkina ja tekijänä. Jyväskylän yliopisto: Liikuntatieteiden laitos.
- Jokinen, J. 2002. Aikuisopettajan identiteetti. Yksinäisestä sankariopettajasta tiimiytyneeseen yrittäjään? Väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta. Osoitteessa <http://acta.uta.fi/pdf/951-44-5519-3.pdf>. 29.2.2011.
- Jokinen K. 2008. Miten laadullinen tutkimus vaikuttaa? . Teoksessa Tutkijan kirja (toim. K. Lempiäinen, O. Löytty ja M. Kinnunen), 243. 250. Tampere: Vastapaino.
- Jolanki, O. . Karhunen, S. 2011. Renki vai isäntä? Analyysiohjelmat laadullisessa tutkimuksessa. . Teoksessa Haastattelun analyysi (toim. J. Ruusuvuori, P. Nikander ja M. Hyvärinen), 395. 410. Tampere: Vastapaino.
- Kaski, S. 2006. Valmentautumisen psykologia kilpa- ja huippu-urheilussa. Helsinki: Edita.
- Kaunismaa P. . Laitinen A. 1998. Paul Ricoer ja narratiivinen identiteetti. Teoksessa Jaettu jana, ääretön jana (toim. P. Kuhmonen ja S. Sillman), 168-195. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Osoitteessa <http://www.jyu.fi/yhtfil/fil/armala/texts/Kaunismaa.pdf>. 1.2.2011.
- Kohler, M.K. 2003. Adventure racing: Roles and protocols for the sports chiropractor. Journal of Chiropractic Medicine 1/03, 1. 7.
- Kähäri, P. 2010. Psykyke on aina läsnä. Suunnistaja 7/2010, 42-43.
- Laine, T. 2001. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. . Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin II (toim. J. Aaltola ja R. Valli), 26. 43. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Lucas, S.J.E . Anglem, N. . Roberts, W.S. . Anson, J.G. . Palmer, G.D. . Walker, R.J. . Cook, C.J. . Cotter, J.D. 2008. Intensity and physiological strain of competitive ultra-endurance exercise in humans. Journal of Sports Sciences 5/08, 477. 489.
- Marais, J. 2004. Adventure Racing. Lontoo: New Holland Publishers Ltd.
- Murphy, G.M. . Petitpas, A.J. . Brewer B.W. 1996. Identity Foreclosure, Athletic Identity, and Career Maturity in Intercollegiate Athletes. The Sport Psychologist 10/96, 239-246.
- Nasco S. . Webb, W. 2006. Toward an Expanded Measure of Athletic Identity: The Inclusion of Public and Private Dimension. Journal of Sport & Exercise Psychology 28/06, 434. 453.
- Rantala, I. 2001. Laadullisen aineiston analyysi tietokoneella. . Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin II (toim. J. Aaltola ja R. Valli), 86. 99. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Ricoeur, P. 1992. *Oneself as another*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Roccas, S. . Brewer, M. B. 2002. Social Identity Complexity. *Personality and Social Psychology Review* 2/02, 88-106.
- Rovaniemen ammattikorkeakoulu 2011. *Opinnäytetyöopas*. Osoitteessa <https://arkki.ramk.fi/RAMK/arkisto/julkinen/opinnaytetyoopas.pdf> . 24.9.2011.
- Ruusuvuori, J. . Nikander, P. . Hyvärinen, M. 2011. Haastattelun analyysin vaiheet. . Teoksessa *Haastattelun analyysi* (toim. J. Ruusuvuori, P. Nikander ja M. Hyvärinen), 9. 36. Tampere: Vastapaino.
- Ruusuvuori, J. . Tiittula, L. 2005. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. . Teoksessa *Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus* (toim. J. Ruusuvuori ja L. Tiittula), 22. 56. Tampere: Vastapaino.
- Saaranen-Kauppinen A. . Puusniekka, A. 2006. *Narratiiviset tarkastelutavat. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Tampere : Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Osoitteessa http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_6_4.html. 23.9.2011.
- Saarela-Kinnunen, M. . Eskola, J. 2001. Tapaus ja tutkimus = tapaustutkimus? . Teoksessa *Ikkunoita tutkimusmetodeihin I* (toim.J. Aaltonen ja R. Valli), 158. 169. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Saastamoinen, M. 2006. Minuus ja identiteetti tutkimuksen haasteina. . Teoksessa *Minuus ja identiteetti* (toim. P. Rautio ja M. Saastamoinen), 170-180. Tampere: Tampere University Press.
- Scott, J. P. R. . McNaughton, L. R. . Polman, R.C.J. 2006. Effects of sleep deprivation and exercise on cognitive, motor performance and mood. *Physiology & Behavior* 2/06, 396. 408.
- Stake, R. E. 1995. *The art of case study research: perspectives on practice*. California: Sage Publications.
- Stephan, Y. . Brewer, B.W. 2007. Perceived Determinants of Identification with the Athlete Role Among Elite Competitors. *Journal of Applied Sport Psychology* 1/07, 67. 79.
- Tanner, S. 2008. *Kaukana rauhallisesta tulistelusta*. *Lapin Kansa* 14.5.2008, 16.
- Tanner, S. 2010. *Kestävyys ääri rajoilla*. *Latu & Polku* 2/10, 35-38.
- Tolska, T. 2003. *Narratiivinen ajattelu ja kasvatus Jerome Brunerin psykologiassa*. *Kasvatus* 1/03, 30. 42.

- Vallerand, R. J. 2004. Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport. . Teoksessa Encyclopedia of Applied Psychology (toim. C. Spielberger), 427-435. Maryland Heights: Elsevier.
- Vilkko, A. 2000. Elämänkulku ja elämänkulkukerronta. . Teoksessa Suomalainen elämänkulku (toim. E. Heikkinen ja T. Tuomi), 74-85. Helsinki: Tammi.
- Wilson, D. G. 2006. Team Effectiveness in Adventure Racing: The Power of Role Congruency and Role Redundancies. Harvard: Harvard Graduate School of Education. Osoitteessa http://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:4jPTGGNa4cYJ:scholar.google.com/+adventure+racing+motivation&hl=fi&as_sdt=0.12/2006.
- Ylinen, Pauliina 2008. Musiikkioppilaitokset harrastajaksi kasvamisen näyttämönä. Pro gradu . tutkielma. Helsingin yliopisto: Soveltavan kasvatustieteen laitos.
- Åhlberg, M. 2001. Käsitekartat tutkimusmenetelmänä. . Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin I (toim. J. Aaltola ja R. Valli), 59. 68. Jyväskylä: PS-kustannus.

LIITTEET

Haastattelurunko

Liite 1

Kerro itsestäsi. **Millainen olet?**

ammatti, perhe, ikä

Koska olet aloittanut seikkailu-urheilun?

Kerro kilpailu-urastasi.

koska, missä, minkälaisia

Kuinka usein kilpailet nyt?

Kuvaile harjoitteluasi.

Minkälaista, kuinka paljon (viikko-, kk- tai vuositasolla)

Onko seikkailu-urheilu pääläjysi?

Mitä muuta harrastat?

Kerro urheilutaustastasi.

Mitä lajeja harrastit ennen seikkailu-urheilun aloittamista?

Harrastatko niitä vielä?

Koitko olevasi urheilija?

Mitkä asiat saivat sinut tuntemaan niin?

AIMS

1. Pidän itseäni urheilijana.
2. Minulla on monia urheiluun liittyviä tavoitteita.
3. Useimmat ystävistäni ovat urheilijoita.
4. Urheilu on elämäni osa-alueista tärkein.
5. Käytän enemmän aikaa urheilun kuin muiden asioiden ajatteluun.
6. Minun täytyy urheilla tunteakseni oloni hyväksi.
7. Muut ihmiset näkevät minut pääasiassa urheilijana.
8. Tunnen huonommuutta, kun minulla menee urheilussa huonosti.
9. Urheilu on ainoa tärkeä asia elämässäni.
10. Olisin hyvin masentunut, jos loukkaantuisin enkä voisi kilpailla urheilussa.

PPAIM

1. Urheileminen auttaa minua ilmaisemaan tunteitani.
2. Minulle on hyvin tärkeää, että menestyn lajissani.
3. Se, kuinka suosittu olen muiden keskuudessa, riippuu kyvyistäni urheilun parissa.
4. Urheilu tuottaa minulle mielihyvää.
5. Urheilen vain, koska olen hyvä siinä.
6. Pelkään usein, että ihmiset eivät pidä minusta yhtä paljon, jos en onnistu kilpailusuorituksissani.
7. Ensisijainen syyni urheilun harrastamiseen on palkintojen ja tunnustuksen saaminen.
8. Urheilijana oleminen on tärkeä osa sitä, kuka olen.
9. Pelkään, etten urheilu-uran päättymisen jälkeen saa sitä tunnustusta ja huomiota, jota saan urheillessani.
10. Minulle olisi suuri menetys, jos en voisi enää osallistua urheilulajiini.

Kuvaile uraasi seikkailu-urheilijana.

Pohdi sellaisia elämässäsi tapahtuneita asioita, jotka ovat mielestäsi jollakin tapaa merkittäviä seikkailu-urheilijaksi tulemisestäsi kannalta. Piirrä sitten paperille virta tai joki, joka kuvaa elämääsi nimenomaan seikkailu-urheilun näkökulmasta. Mieti, onko urheileminen ollut koko ajan esimerkiksi yhtä leveätä tai vuolasta ja millaisia käännekohtia urheilun parissa olet kokenut. Merkitse piirrookseen lyhyillä huomautuksilla ne asiat, jotka ovat vaikuttaneet virran kulkuun.

Miten kiinnostuit seikkailu-urheilusta?

Kuinka sinusta tuli seikkailu-urheilija?

Mikä seikkailu-urheilussa oli sellaista, joka sai sinut aloittamaan seikkailu-urheilun?

Koska tunsit olevasi seikkailu-urheilija?

Aktiivisimmat ajat, vähemmän aktiiviset ajat, nykyhetki...

Tulevaisuus?

Mieleenpainuvimmat hetket seikkailu-urheilun parissa?

Kuka tai ketkä ovat olleet merkittäviä henkilöitä seikkailu-urheilu-urasi kannalta?

Kuvaile, millainen asema seikkailu-urheilulla on elämässäsi.

Kuvaile, miten seikkailu-urheilu näkyy **arjessasi**.

Rytmittääkö urheilu elämäsi? Miten?

Kuinka paljon ajatusaikaasi seikkailu-urheilu vie?

Kerro, miten seikkailu-urheilu vaikuttaa **työhösi**.

Miten seikkailu-urheilu on vaikuttanut tai vaikuttaa **sosiaalisiin suhteisiisi**?

Seikkailu-urheilun ulkopuolella

Seikkailu-urheilun parissa

Kuvaile, miten **ympäristö suhtautuu** seikkailu-urheilijaan.

Perhe, urheilun sisäiset ja ulkopuoliset ystävät, tuttavat, media

Kuvaile seikkailu-urheilua varten tekemiäsi satsauksia.

henkisiä, fyysisiä, taloudellisia

Miten tuntemasi ihmiset kuvailisivat sinua?

Tunnetko olevasi urheilija? Kun esittelet itsesi, kerrotko urheilevasi?

Mitkä asiat saavat sinut tuntemaan näin?

Onko tilanne muuttunut aikaisemmasta?

Milloin tunnet itsesi vahvimmin seikkailu-urheilijaksi? Entä vähiten?

Mikä seikkailu-urheilussa on sellaista, joka saa sinut harjoittelemaan ja kilpailemaan?

Kuvittele tilanne, jossa **vamma tai muu syy esti/estäisi** seikkailu-urheilemisen pitemmäksi aikaa. Mitä ajatuksia se herättää?

Kuinka tärkeää seikkailu-urheilu on sinulle?