

# **Mikä extreme-urheilussa viehättää?**

Systemaattinen kirjallisuuskatsaus

Sari Koivumäki

|   |   |
|---|---|
| EXAMENSARBETE   |   |
| Arcada  |   |
|   |   |
| Utbildningsprogram:   | Idrott och hälsopromotion   |
|   |   |
| Identifikationsnummer:  |   |
| Författare:   | Sari Koivumäki  |
| Arbetets namn:  | Vad fascinerar i extreme sport? En litteraturstudie                   |
| Handledare (Arcada):  | Marko Vaappo  |
|   |   |
| Uppdragsgivare:   | Ossi Karhunen   |
|   |   |
| Sammandrag:   |   |
| <p>Examensarbetets syfte är att reda upp orsaker och faktorer till att man håller på med extrema sporter. Arbetets uppdragsgivare är Tribevine Inc. Tribevine Inc vill, med hjälp av detta arbete, ha mer information av utövarna i extrema sporter. De hoppas på, att de kan utnyttja informationen inom företagets utvecklingsarbete, till exempel marknadsföring eller till att förbättra deras webbsidor. Orsakerna och faktorerna behandlas i arbetet av både idrottspsykologisk och individuell synvinkel. Extreme sport definieras som livsstils sport. Livsstil sports innehåll värdena som är alternativa jämföra med traditionella sport. Frågeställningarna är: hurdana personligheter extrema sportutövare har och vad motiverar människor till, att utöva extreme sport. Använd forskningsmetod är systematisk litteraturstudie och forskningen innehåller 17 vetenskapliga artiklar, som har publicerats efter 1990. Enligt resultaten är extreme sportutövarna sensations sökande och en del av dem tar till och med risker, medan en del undviker dem. Angående en faktor kallas öppenhet för nya erfarenheter, som är en av Femfaktorteorin, extreme sportutövarna är ambivalent. De är också extroverta eller socialt ambivalenta. De är lite neurotiska, delvis samvetsgranna och emellanåt inte samarbetsvilliga. Extreme sportutövarna är motiverade och uppgiftsinriktade och de upplever flow under sin hobby. Extreme sportutövarnas motivation påverkas av yttre faktorer. De blir inte dock passiva på grund av yttre faktorer, utan hittar ny positiv motivation till att fortsätta sin hobby. Enligt resultaten, avviker extreme sportutövarna från varandra, vilket kan förklaras av varierande bakgrundsinformation av extreme sportutövarna eller olikheterna i de olika varianterna av extreme sport. I framtiden kan ämnet utforskas från olika synvinklar, till exempel fysiologiska och kemiska eller sociologiska och kulturella.</p> |   |
| Nyckelord:  | Tribevine, extreme sport, personlighet, motivation, sensation sökning |
| Sidantal:   | 53  |
| Språk:  | finska  |
| Datum för godkännande:  |   |

|  |   |
|--|---|
| DEGREE THESIS  |   |
| Arcada   |   |
|  |   |
| Degree Programme:  | Sport and health promotion  |
|  |   |
| Identification number:   |   |
| Author:  | Sari Koivumäki  |
| Title:   | Why are we fascinated by extreme sports? Systematic literature review |
| Supervisor (Arcada):   | Marko Vaappo  |
|  |   |
| Commissioned by:   | Ossi Karhunen   |
|  |   |
| Abstract:  |   |
| <p>The purpose of the thesis is to investigate the reasons and factors which lead people to participate extreme sports. The thesis is commissioned by Tribevine Inc. Tribevine Inc. wants more background information about the extreme sport enthusiast. The firm hopes to be able to use the information in its development work e.g. marketing or producing contents into its internet pages. The reasons and factors are studied in sports psychology and individual's point of view. Extreme sports are defined as sports related heavily to lifestyle and their values are outside the mainstream sports. The study questions are: what kind of personality dimensions extreme enthusiasts have and what motivates people to participate extreme sports? The method is systematic literature study and the study includes 17 after 1990 published scientific articles. According to the results extreme enthusiast are sensation seekers. Parts of them are risk takers while part avoids risks. Concerning openness to new experience, which is one of the Big Five factors, they are ambivalent. They are more extroverts or socially complex, than introverts. They also are neurotic and conscientious and some part not agreeable. Extreme enthusiasts are intrinsic motivated and task oriented and they experience flow during their activities. The experience of extreme enthusiast is affected by external factors, but they are still able to find positive motives to continue their hobby. The results give conflicting picture about extreme enthusiasts, which can be explained by different background information from extreme enthusiast or differences between extreme sports. In the future the topic can be examined by different point of view for example physiological and chemical or sociological and cultural</p> |   |
| Keywords:  | Tribevine, extreme sports, personality, motivation, sensation seeking |
| Number of pages:   | 53  |
| Language:  | Finnish   |
| Date of acceptance:  |   |

|  |  |
|--|--|
| OPINNÄYTE  |  |
| Arcada   |  |
| Koulutusohjelma:   | Idrott och hälsopromotion  |
| Tunnistenumero:  |  |
| Tekijä:  | Sari Koivumäki   |
| Työn nimi:   | Mikä extreme-urheilussa viehättää? Systemaattinen kirjallisuuskatsaus    |
| Työn ohjaaja (Arcada):   | Marko Vaappo   |
| Toimeksiantaja:  | Ossi Karhunen  |
| <p>Tiivistelmä:</p> <p>Opinnäytetyön tarkoitus on selvittää syitä ja tekijöitä, jotka saavat ihmiset harrastamaan extreme-urheilulajeja. Opinnäytetyön tilaaja on Tribevine Inc. Yritys haluaa lisää taustatietoa extreme-urheilulajien harrastajista. He toivovat voivansa käyttää tietoa hyödyksi yrityksen kehitystyössä muun muassa markkinoinnissa ja nettisivujen sisällön tuotannossa. Syitä ja tekijöitä tarkastellaan urheilupsykologisesta ja yksilön näkökulmasta. Extreme-urheilulajeiksi määritellään tässä opinnäytetyössä valtavirran urheilulajeille ja sen arvoille vaihtoehtoiset lajit, joihin liittyy vahvasti elämäntapa. Tutkimuskysymykset ovat: millaisia persoonallisuuden ulottuvuuksia extreme-urheilulajien harrastajilla on ja mikä motivoi ihmisiä harrastamaan extreme-urheilulajeja? Tutkimusmetodi on systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja tutkimus sisältää 17 vuoden 1990 jälkeen julkaistua tieteellistä artikkelia. Tulosten mukaan extreme-urheilulajien harrastajat ovat elämyshakuisia. Osa heistä on riskinottajia, kun taas osa välttelee sitä. Viiteen suureen piirteeseen kuuluvan ominaisuuden, avoimuuden uusille kokemuksille, suhteen he ovat ristiriitaisia. He ovat enemmän ulospäin suuntautuneita tai sosiaalisuudessa ristiriitaisia, kuin sisänpäin suuntautuneita. Heillä on enemmän neuroottisia piirteitä ja joiltain osin he ovat tunnollisia ja joiltain osin taas epäsovinnollisia. Extreme-urheilulajien harrastajat ovat sisäisesti motivoituneita ja tehtäväsuuntautuneita ja he kokevat flow-kokemuksia harrastuksensa aikana. Extreme-urheilulajien harrastajien motivaatioon vaikuttavat myös ulkoiset tekijät. Heille on kuitenkin kyky löytää positiivisia motiiveita harrastuksensa jatkamiselle erilaisissa olosuhteissa. Tulokset antavat osittain ristiriitaisen kuvan extreme-urheilulajien harrastajista, minkä saattaa selittää tutkimukseen osallistujien erialiset taustatekijät sekä extreme-urheilulajien erilaisuus. Jatkossa aihetta voidaan tutkia myös eri näkökulmasta esimerkiksi fysiologisesta ja kemiallisesta tai sosiologisesta ja kulttuurillisesta.</p> |  |
| Avainsanat:  | Tribevine, extreme-urheilu, persoonallisuus, motivaatio, elämyshakuisuus |
| Sivumäärä:   | 53   |
| Kieli:   | suomi  |
| Hyväksymispäivämäärä:  |  |

# SISÄLLYSLUETTELO

|          |   |           |
|----------|---|-----------|
| <b>1</b> | <b>Johdanto</b>   | <b>8</b>  |
| 1.1      | Tarkoitus   | 8         |
| 1.2      | Aiheen rajaus   | 8         |
| 1.3      | Tutkimuskysymykset  | 9         |
| <b>2</b> | <b>Extreme-urheilu</b>  | <b>9</b>  |
| <b>3</b> | <b>Persoonallisuus</b>  | <b>10</b> |
| 3.1      | Ensimmäinen taso - temperamentti ja piirteet                                      | 11        |
| 3.2      | Riskinottajat, elämyshakuiset ihmiset ja T-tyyppin persoonallisuus                | 12        |
| 3.3      | Toinen taso – tyypilliset sopeutumistavat   | 14        |
| 3.4      | Kolmas taso – tarinamuotoinen identiteetti  | 15        |
| 3.5      | Persoonallisuuden tarkastelun näkökulman valinta                                  | 15        |
| <b>4</b> | <b>Motivaatio</b>   | <b>16</b> |
| 4.1      | Minä- ja tehtäväsuuntautuminen  | 17        |
| 4.2      | Itsetunto, minäkäsitys ja koettu pätevyys   | 17        |
| 4.3      | Motivaation taso  | 17        |
| 4.4      | Flow  | 18        |
| 4.5      | Vuorovaikutteinen lähestymistapa  | 19        |
| 4.6      | Motivaation tarkastelunäkökulman valinta  | 19        |
| <b>5</b> | <b>Toteutus</b>   | <b>19</b> |
| 5.1      | Metodi  | 20        |
| 5.2      | Tutkimussuunnitelma   | 20        |
| 5.3      | Aineiston keruu sekä sisäänotto- ja poissulkukriteerit                            | 21        |
| 5.4      | Haku  | 22        |
| 5.5      | Aineiston valinta ja laadun arviointi   | 26        |
| 5.6      | Aineiston analysointi ja esittäminen  | 29        |
| 5.7      | Reliabiliteetti ja validiteetti   | 35        |
| <b>6</b> | <b>Tulokset</b>   | <b>36</b> |
| 6.1      | Persoonallisuus   | 36        |
| 6.2      | Millaisia persoonallisuuden ulottuvuuksia extreme-urheilulajien harrastajilla on? | 39        |
| 6.3      | Motivaatio  | 42        |
| 6.4      | Mikä motivoi ihmisiä harrastamaan extreme-urheilulajeja?                          | 45        |
| <b>7</b> | <b>Pohdinta</b>   | <b>47</b> |

|     |                               |           |
|-----|-------------------------------|-----------|
| 7.1 | Eettinen pohdinta.....        | 51        |
| 7.2 | Tulosten hyödynnettävyys..... | 52        |
| 7.3 | Jatkotutkimusehdotuksia ..... | 53        |
|     | <b>Lähteet.....</b>           | <b>54</b> |
|     | <b>Liitteet.....</b>          | <b>58</b> |

## Kuviot

|   |    |
|---|----|
| Kuva 1 Hakujen eteneminen ja tutkimusten valintaprosessi..... | 26 |
|---|----|

## Taulukot

|  |    |
|--|----|
| Taulukko 1 Haut .....  | 22 |
| Taulukko2 Kvantitatiivisen tutkimuksen laatukriteerit (mukaeltu Hirsjärvi ym. 2009: 140 & Van Tulder ym. 1997, teoksessa Johansson ym. 2007: 104)..... | 27 |
| Taulukko 3 Tutkimusten laadun arviointi X /mukaellen Forsberg & Wengström 2003:124).....   | 27 |
| Taulukko 4 Kvalitatiivisen tutkimuksen laatukriteerit mukaalle Suomen sairaanhoitajaliitto 2004, teoksessa Johansson ym. 2007: 106.....                | 28 |
| Taulukko 5 Aineiston esittäminen.....  | 29 |

# 1 JOHDANTO

Opinnäytteen tilaajana on Tribevine, Inc. Yritys on 2008 perustettu internetissä joukoistamisen (crowd sourcing) periaatteella toimiva globaali yritys. Tribevine Inc:in liike-ideana on tuottaa käyttäjien jakamasta ja tekemisistä koostuvasta tiedosta brändien käyttöön markkinointi-informaatiota. Käyttäjät voivat palvelussa muun muassa perustaa tuotteita, tykätä tuotteista tai liittyä eri heimoihin. Heimoilla tarkoitetaan eri urheilulajien harrastajista koostuvia yhteisöjä. Tribevine Inc:in kohderyhmäksi valikoituivat extreme-urheilulajit ja -välineet, koska ne ovat yrityksen perustajien omia kiinnostuksen kohteita. Perustajien harrastuneisuus tukee myös valintaa. Extreme-urheilulajeihin keskittyvää crowd sourcing palvelua ei myöskään ollut olemassa ennen Tribevine Inc:iä ja se on alansa markkinajohtaja. Internet-sivut ovat englanninkielisiä ja palvelu on suunnattu tällä hetkellä erityisesti vuoristo- ja ulkoilulajeja harrastaville ihmisille eri puolilla maailmaa. Jatkossa palvelua voidaan mahdollisesti laajentaa muihin extreme-urheilulajeihin. (Karhunen 2011.)

## 1.1 Tarkoitus

Tribevine Inc. haluaa lisää taustatietoa extreme-urheilulajien harrastajista. He toivovat voivansa käyttää tietoja hyödyksi yrityksen kehitystyössä muun muassa markkinoinnissa ja Internet-sivujen sisällön tuotannossa. Työn tarkoituksena on selvittää syitä ja tekijöitä, jotka saavat ihmiset harrastamaan extreme-urheilulajeja.

## 1.2 Aiheen rajaus

Extreme-urheilulajeiksi on tässä opinnäytetyössä määritelty valtavirran urheilulajeille ja sen arvoille vaihtoehtoiset lajit, joihin liittyy vahvasti elämäntapa. Tämän takia esimerkiksi sellaiset valtavirran lajit, kuten moottoriurheilu ja kamppailulajit on jätetty tarkastelun ulkopuolelle, vaikka kyseisissä lajeissa riski loukkaantua ja jopa kuolla on korkea. Syitä ja tekijöitä tarkastellaan urheilupsykologisesta ja yksilön näkökulmasta. Esimerkiksi biologinen, sosiologinen ja kulttuurillinen näkökulma on rajattu työn ulkopuolella.



Työssä tutkitaan extreme-urheilulajien harrastajien motiiveja useasta eri näkökulmasta. Persoonallisuuteen liittyvää riskikäyttäytymistä ei käsitellä syvällisemmin, koska aihe on niin laaja, että siitä saisi kokonaan uuden opinnäytetyön aikaiseksi. Riskikäyttäytyminen käsitellään tässä työssä yhtenä persoonallisuuden liittyvänä osatekijänä. Aiheen rajaus on perusteltua myös tilaajan kannalta, koska he hakevat heille ennalta tuntemattomasta urheilupsykologisesta näkökulmasta yleiskuvaa extreme-urheilulajien harrastajista ja heidän motivaatioistaan. Pelkkä persoonallisuuden yhden piirteen tutkiminen ei palvelisi tätä tarkoitusta.

### **1.3 Tutkimuskysymykset**

Tutkimuksen tarkoitukseen vastatakseen tutkimukselle määriteltiin kaksi tutkimuskysymystä:

- Millaisia persoonallisuuden ulottuvuuksia extreme-urheilulajien harrastajilla on?
- Mikä motivoi ihmisiä harrastamaan extreme-urheilulajeja?

## **2 EXTREME-URHEILU**

Extreme-urheilusta eli ”extreme sports” käytetään montaa eri englanninkielistä termiä tai lyhennelmää muun muassa: ”alternative” eli vaihtoehtoinen, ”X”, ”gravity” eli painovoima, ”lifestyle” eli elämäntapa tai ”adventure” eli seikkailu (Rinehart & Sydnor 2003:1, Wheaton 2004:2.) Myös suomenkielisessä kirjallisuudessa käytetään useita eri termejä, kuten seikkailu-urheilu tai extreme-urheilu puhuttaessa samasta ilmiöstä. Käytän tässä opinnäytetyössä termiä extreme-urheilu, koska perehtyessäni englanninkieliseen materiaaliin tätä termiä käytettiin useimmin.

Extreme-urheilu on 1990-luvulta lähtien kasvanut suunnattomasti ja monet aikaisemmin extreme-urheilulajeina pidetyt lajit, kuten rullalautailu, ovat nykyään suosittumia kuin monet perinteiset urheilulajit. Extreme-urheilulajit ovat pääsääntöisesti yksilölajeja ja niille ovat tyypillisiä vaihtoehtoiset, perinteisistä urheiluarvoista poikkeavat arvot, kuten kilpailullisuuden ja sääntöjen puuttuminen, sekä korkea riski ja henkilökohtainen vapaus. Extreme-urheilulajit voidaan Rinehartin (2000) mukaan määritellä myös lajeiksi,

jotka tarjoavat ideologisesti tai käytännössä vaihtoehdon valtavirran urheilulle tai sen arvoille, kuten säännöille, kilpailullisuudelle ja maskuliinisuudelle. Rinehart listaa extreme-urheilulajeiksi kaikkea alkuperäiskansojen perinnelajeista vapaaottelun ja sukelluksen kautta ultra maratoneihin. (Wheaton 2004:1-3).

Kuten jo aikaisemmin todettu, jotkin aikaisemmin extreme-urheilulajeina pidetyt lajit, kuten rullalautailu, ovat nykyään valtavirran urheilulajeja. Näin ollen extreme-lajeiksi luettavat urheilulajit vaihtelevat ajan myötä vanhojen lajien poistuessa ja muuttuessa valtavirran lajeiksi ja uusien lajien tullessa niiden tilalle. Tässä opinnäytetyössä extreme-urheilulajit käsitetään juuri valtavirran urheilulajeille ja sen arvoille vaihtoehtoisina lajeina, joihin liittyy vahvasti elämäntapa. Tämän takia esimerkiksi sellaiset valtavirran lajit, kuten moottoriurheilu ja kamppailulajit on jätetty tarkastelun ulkopuolelle, vaikka kyseisissä lajeissa riski loukkaantua ja jopa kuolla on korkea.

Extreme-urheilulajien nousua voidaan Philipsin ja Tomlinsonin (1992) mukaan tarkastella myös jälki-teollistuneen tai -modernin yhteiskunnan keskeisten kysymysten ja ristiriitojen valossa, kuten oman identiteetin, yksilöllistymisen ja kulutuksen yksityistymisen valossa. Kelnerin (1992) mukaan identiteetti on nykyään muuttunut liikkuvammaksi, monikerroksiseksi, henkilökohtaiseksi, itseään reflektoivaksi ja muutoksen sekä innovaatioiden kohteeksi. Chaneyn 1996, Luryn 1996 ja Bocockin 1993 mukaan väitteään, että muuttuvassa ja kulttuurisesti monimutkaisessa maailmassa samaistumisen kohteiden mahdollisuudet ovat kasvaneet ja kasvavalla osalla väestöstä kulutustottumusten, kuten urheilu ja vapaa-ajan tottumusten, merkitys on kasvanut ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa sekä oman identiteetin ylläpitämisessä. (Wheaton 2004:5). Identiteettiin persoonallisuuden osana palataan myöhemmin kappaleessa 6.4.

### **3 PERSONALLISUUS**

Gordon Allportin (1937) tunnetun määritelmän mukaan persoonallisuudella tarkoitetaan ajatusten, tunteiden ja käyttäytymisen muodostamaa kokonaisuutta, joka on luonteenomainen kullekin ihmiselle ja melko pysyvä erilaisissa tilanteissa ja eri aikoina. Persoonallisuus heijastaa, sekä ihmisen biologista perustaa, että ympäristön vaikutusta. Dan P.

McAdams 1995 ja Adler (2006) ovat jäsentäneet persoonallisuuskäsitteistön kolmiulotteiseksi malliksi. Ensimmäinen taso sisältää taipumukselliset piirteet (dispositional traits), toinen taso tyypilliset sopeutumistavat (characteristics adaptations) ja kolmas edelliset kokoavana tarinamuotoisen identiteetin (integrative life narratives). (Metsäpelto & Feldt 2009:18, 22.)

### **3.1 Ensimmäinen taso - temperamentti ja piirteet**

Ensimmäinen taso sisältää tilanteesta ja ajasta riippumattomat, perustavanlaatuiset ominaisuudet, kuten temperamentti ja luonteenpiirteet. Se vastaa kysymyksiin, kuten miten ihminen tekee asioita ja millainen hän on. Rothbart, Ahadi ja Evans (2000) kuvaavat temperamentilla tyylillisiä eroja yksilöiden välillä, jotka ilmenevät jo varhaislapsuudessa, kuten sopeutumiskyvyssä. (Metsäpelto & Feldt 2009:23.)

Nykykäsityksen mukaan persoonallisuuden piirteitä pidetään biologiaan perustuvina taipumuksina. Ne saavat aikaan käyttäytymistä, tunteita ja ajatuksia (McAdams 2001). Vaikutusyhteydet ovat kuitenkin monimutkaisia ja myös sosiaalisella ympäristöllä on vaikutusta piirteiden muotoutumiseen ja piirteitä kuvaavia sanoja pidetään myös kulttuurisidonnaisina ja sosiaalisesti määräytyvinä. Piirteet kuvaavat käyttäytymisen, ajatus- ja tunteiden pysyviä perusolottuvuuksia ja esimerkiksi hetkelliset tunnetilat eivät kuvaa persoonallisuuden piirteitä. (Metsäpelto & Feldt 2009: 72–73).

Viisi suurta persoonallisuuden piirrettä (Big Five tai Five-Factor) on viimeisin ja kirjallisuudessa vakiintunut tapa kuvata persoonallisuuden piirteitä (Metsäpelto & Feldt 2009: 76, Weinberg & Gould 2007: 31). Teoriaa ovat kehittäneet John Digman (1990), Lewis Goldberg (1990), Robert McCrae (2003) ja Paul Costa (2003) ja se sisältää seuraavat persoonallisuuden piirteet. Neuroottisuus (tunne-elämän epätasapainoisuus) tarkoittaa, että korkean neuroottisuuden tason omaava henkilö kokee monenlaisia kielteisiä tunteita, kun taas matalan tason omaava on tunne elämältään tasapainoinen, eikä huolestu tai masennu helposti. Neuroottisuuden alapiirteet ovat: ahdistuneisuus, vihamielisyys, masentuneisuus, alemmuudentuntoisuus, impulsiivisuus ja haavoittuvuus. Ekstraversio (ulospäin suuntautuneisuus) tarkoittaa, että korkean ekstraversion tason omaava ihmi-

nen hakeutuu muiden ihmisten seuraa ja on innostuva ja optimistinen ja matalan tason omaava taas on varautunut ja viihtyy vain muutaman hyvän ystävän seurassa. Ekstraversioiden alapiirteet ovat: lämminhenkisyys, seurallisuus, itsevarmuus, aktiivisuus, jännityshakuisuus ja iloisuus. Avoimuus uusille kokemuksille tarkoittaa, että korkean tason omaava ihminen etsii uusia kokemuksia ja hänellä on joustavan ajatusmaailman, kun taas matalan tason ihminen on perinteisiin sitoutunut ja sovinainen. Avoimuuden uusille kokemuksille alapiirteet ovat: haaveellisuus, taiteellisuus, tunteellisuus, joustavuus, älyllinen uteliaisuus ja suvaitsevaisuus. Sovinnollisuus taas tarkoittaa, että korkean tason omaava ihminen toimii epätsekkäästi ja ottaa muut huomioon, kun taas matalan tason omaava on vihamielinen ja hänen on vaikea eläytyä muiden ihmisten tilanteeseen. Sovinnollisuuden alapiirteet ovat: luottamus, mutkattomuus, altruismi, mukautuvaisuus, vaatimattomuus ja herkkätunteisuus. Viimeinen piirre on tunnollisuus, jonka korkean tason omaava ihminen kykenee käyttäytymisen säätelyyn tavoitteen saavuttamiseksi, kun taas matalan tason omaava ei noudata aikatauluja ja on epäluotettava ja – järjestelmällinen. Tunnollisuuden alapiirteet ovat: kyvykkyys, järjestelmällisyys, velvollisuudentuntoisuus, päämääräsuuntautuvuus, itsekuri ja harkitsevuus. (Metsäpelto & Feldt 2009: 76–77). Monet tunnetut psykologit ovat muokanneet viiden suuren persoonallisuuden piirteen pohjalta teorioita, jotka soveltuvat hyvin extreme-urheilulajien harrastajien ja riskinottamisen tutkimiseen (Booth & Thorpe 2007:247.)

Seuraavassa kappaleessa esitellään piirreteorioihin liittyvät elämishakuiset ihmiset, riskinottajat ja T-tyypin persoonallisuuden omaavat ihmiset.

### **3.2 Riskinottajat, elämishakuiset ihmiset ja T-tyypin persoonallisuus**

Riski määritellään minkä tahansa toiminnan mahdolliseksi negatiiviseksi tulokseksi, joka kerrotaan seurausten laajuudella tai vakavuudella. Riskinotto määritellään vapaaehtoiseksi toiminnaksi, josta odotetaan positiivista tulosta. Riskinsietokyky taas määritellään riskin määrän tasoksi, jonka yksilö on valmis ottamaan saavuttaakseen positiivisen tuloksen tai välttääkseen negatiivisen tuloksen. Riskinottajat (risk takers) tai elämishakuiset

kuiset ihmiset (sensation seekers) ovat ihmisiä, jotka valmiita hyväksymään korkean riskin verrattuna odotettuun tulokseen. (Booth & Thorpe 2007:246.)

Zuckerman on kehittänyt alun perin vuonna 1979 tunnetuimman elämyshakuisuutta kuvaavan teorian (Sensation Seeking Theory), jota hän on vuosien saatossa kehittänyt. Vielä voimassa olevan määritelmän mukaan (1994) tämän persoonallisuuden piirteen omaavat ihmiset (Sensation Seekers) tarvitsevat jatkuvasti uusia, vaihtelevia, monimutkaisia ja tehokkaita ärsykeitä ja kokemuksia elämässään ja ovat valmiita ottamaan fyysisiä, sosiaalisia, oikeudellisia, ja taloudellisia riskejä kokeakseen näitä elämyksiä. (Zuckerman 2007: 49.)

Zuckerman on kehittänyt useita eri mitta-asteikkoja ja tunnetuin ja eniten, riskin ottamisen kuvaamiseen, käytetty on Sensation Seeking Scale (SSS-V) eli elämyshakuisuutta kuvaava asteikko, jonka ala-asteikot, kuvaavat jännityksen ja seikkailujen etsimistä (Thrill and Adventure Seeking eli TAS), kokemusten tavoittelua (Experience Seeking eli ES), estottomuutta (Disinhibition eli Dis) ja alttiutta ikävystymiseen (Boredom Susceptibility eli BS). (Zuckerman 2007:13.) Elämyshakuiset ihmiset saavat jokaisella ala-asteikolla korkeita pisteitä. Goma i Freixanet löysi tutkimuksissaan vahvan näytön SSS-V:n ja useiden ala-asteikkojen, sekä extreme-urheilulajeihin osallistumisen välillä. Jännityksen ja seikkailun etsiminen liittyy esimerkiksi vahvasti laitesukellukseen, laskuvarjohyppyyn ja riippuliittoon, kokemusten tavoittelu taas esimerkiksi riippuliittoon ja kiipeilyyn. Estottomuus on liitetty muun muassa laitesukellukseen ja vuorikiipeilyyn ja alttius ikävystymiselle taas useisiin extreme-urheilulajeihin. Kokonaispisteet koko elämyshakuisuuden mitta-asteikolla liittyvät vahvasti laitesukellukseen, laskuvarjohyppyyn, riippuliittoon, vuorikiipeilyyn, koskenlaskuun, extreme hiihtoon, rodeo ratsastukseen ja luolaharrastukseen. (Booth & Thorpe 2007:248–249.)

Zuckermanin tutkimusten mukaan elämyshakuisuus ja viisi suurta persoonallisuuden piirrettä liittyvät toisiinsa seuraavilla tavoilla. Avoimuuden uusille kokemuksille ja kokemusten tavoittelun välillä on positiivinen yhteys, sovinnollisuuden ja estottomuuden, sekä alttiuden ikävystymiselle välillä taas on negatiivinen yhteys ja tunnollisuuden, sekä koko elämyshakuisuuden ja alttiuden ikävystymiselle välillä on negatiivinen yhteys.

Ulospäin suuntautuminen on vähäisesti yhteydessä elämishakuisuuteen vain sen yhden ala-asteikon eli jännityksen etsimisen takia ja samoin neuroottisuus siihen liittyvän impulsiivisuuden takia, vaikka nämä yläpiirteet eivät muuten kuvaakaan elämishalukaisia ihmisiä. (Zuckerman 1994: 97–98.)

Frank Farley kehitti T-tyyppin persoonallisuuden kuvaamaan elämishakuisia ihmisiä. T-tyyppin ihmiset voidaan jakaa jatkuvien eri ulottuvuuksien mukaan elämishakuisista ihmisistä elämyksiä vältteleviin ihmisiin. Ison T-tyyppin ihmiset hakevat elämyksiä ja pienen t-tyyppin ihmiset välttelevät niitä. Ison T-tyyppin omaavat ihmiset voivat käyttäytyä, joko positiivisesti tai negatiivisesti. Esimerkiksi extreme-urheilulajien harrastajat ja palomiehet ovat positiivisesti suuntautuneita ison T-tyyppin ihmisiä, kun taas alkoholin väärinkäyttäjät tai rikolliset ovat negatiivisesti suuntautuneita ison T-tyyppin ihmisiä. Ison T-tyyppin ihmisillä saattaa olla kumpiakin, sekä positiivisia, että negatiivisia piirteitä. T-tyyppin ihmiset ilmentävät myös joko fyysisiä, kuten extreme-urheilu tai henkisiä, kuten uhkapelaaminen, elämishakuisuuden piirteitä ja näitä kahta eri ulottuvuutta ei esiinny samanaikaisesti yhdellä henkilöllä. T-tyyppin ihmiset etsivät uusia, jännittäviä ja riskialttiita asioita ja ovat taipuvaisia harrastamaan extreme-urheilulajeja. He ajattelevat luovasti ja abstraktisti ja hakeutuvat työympäristöön, joka tarjoaa vaihtelua ja joko henkisiä tai fyysisiä virikkeitä. Zuckermanin elämishakuisia ihmisiä ja Faleyn T-tyyppin ihmisiä pidetään lähes synonyymeinä ja useat tutkijat ovat perustaneet omat teoriansa heidän tutkimuksilleen. (Booth & Thorpe 2007: 247–249.)

### **3.3 Toinen taso – tyypilliset sopeutumistavat**

Toinen taso eli tyypilliset sopeutumistavat kuvaavat McAdamsin (1995) mukaan ihmiselle tyypillisiä motivationaalisia, strategisia, kognitiivis-sosiaalisia ja kehityksellisiä osatekijöitä ja niitä ovat muun muassa henkilökohtaiset tavoitteet, elämäntehtävät arvot ja selviytymiskeinot (coping) ja ne ovat aikaan, paikkaan ja sosiaalisiin rooleihin sidoksissa. Ne vastaavat muun muassa kysymyksiin miten ihminen tavoittelee haluamiaan asioita ja miten välttää pelkäämiään asioita ja miten hän kehittää elämäänsä koskevia suunnitelmia ja tavoitteita. Motivaatiota käsitellään kappaleessa 7. Motivaatio. (Metsäpelto & Feldt 2009: 24.)

### **3.4 Kolmas taso – tarinamuotoinen identiteetti**

Kolmas persoonallisuuden taso on McAdamsin (1995) mukaan tarinamuotoinen identiteetti, joka luonnehtii erityisesti aikuisen ihmisen persoonallisuutta ja vastaa esimerkiksi kysymyksiin kuka minä olen ja mihin olen menossa. Identiteetti tarkoittaa sisäistettyä ja koko ajan kehittyvää tarinaa, jonka ihminen itsestään ja elämästään tuottaa ja se tekee yksilön elämästä ymmärrettävän ja yhtenäisen. Kulttuuri vaikuttaa ihmisten elämäntarinoihin tarjoamalla suotavia eli kulttuuriin sopivia tarinamalleja eri elämänvaiheisiin ja suuntaa myös sitä, kuinka tarinaa tulisi kertoa ja miten ihmisten tulisi elää. Moderni yhteiskunta tarjoaa kuitenkin useita elämäntarina malleja ja monet niistä voivat olla ristiriitaisia ja keskenään kilpailevia. Yksilön on itse valittava niistä itselleen sopivimmat ja vastustettava epäsoviksi kokemiaan malleja. (Metsäpelto & Feldt 2009: 25–26.)

### **3.5 Persoonallisuuden tarkastelun näkökulman valinta**

Riskinottajia ja elämyshakuisia ihmisiä on yleensä paljon extreme-urheilulajien harrastajissa, koska lajeihin liittyvät riskit kiehtovat heitä. Tutkijat eivät ole löytäneet yhtä yhtiä syytä riskinottoon, mutta sitä voidaan tarkastella muun muassa psykologisesta näkökulmasta, jolloin tarkastellaan ihmisten sisäisiä luonteenpiirteitä ja prosesseja, jotka saavat heidät ottamaan riskejä. Muita näkökulmia riskinottoon ovat muun muassa fysiologinen ja kemiallinen tai sosiologinen ja kulttuurillinen. Psykologisia luonteenpiirteitä on helpompi testata isossa mittakaavassa kuin biologisia tai sosiaalisia tekijöitä. Siksi ne ovat kattavimmin kehittyneet. Piirretheorit ovat laajimmin käytettyjä psykologisia menetelmiä urheilopsykologiassa tutkittaessa extreme-urheilua ja riskinottamista. (Booth & Thorpe 2007 246, 247.)

Riskikäyttäytymistä voidaan tarkastella negatiivisena terveyskäyttäytymiseen tai urheiluun liittyvänä käyttäytymisenä. Riskinottajia (risk-takers) ja elämyshakuisia (sensation seekers) ihmisiä on yleensä paljon extreme-urheilulajien harrastajissa ja viiden suuren persoonallisuuden piirteen avulla voidaan kuvailla heille tyypillisiä piirteitä. Avoimuus uusille kokemuksille ja ulospäin suuntautuneisuus liittyvät positiivisesti riskikäyttäytymiseen, kun taas sovinnollisuus ja tunnollisuus liittyvät negatiivisesti riskikäyttäytymi-

seen. Neuroottisuus taas vaihtelee riskikäyttäytyjien keskuudessa, mutta tutkimukset osoittavat, että extreme-urheilua harrastavilla on yleensä alhainen neuroottisuus, kun taas negatiivisesti terveyskäyttäytyvät, kuten alkoholinsuurkuluttajat, omaavat yleensä korkean neuroottisuuden. (Booth & Thorpe 2007: 250, 252).

Piirreorioita vastaan on esitetty kritiikkiä ja arvosteltu niitä siitä, että ne eivät ota tilannetta ja ympäristötekijöitä huomioon ja osan tutkijoista mielestä käyttäytyminen on vaihtelevaa ja määräytyy pääsääntöisesti tilannetekijöiden perusteella. (Metsäpelto & Feldt 2009: 75, Weinberg & Gould 2007: 31–32.) Tutkimustyöllä on kuitenkin onnistuttu osoittamaan, että persoonallisuuden piirreorian oletama käyttäytymisen pysyvyys ja johdonmukaisuus eri tilanteissa ja ajan kuluessa toteutuu, kun ihmisiä tutkitaan useampia kertoja ja laajasti (Epstein 1979), samanlaisissa tilanteissa (Funder & Colvin 1991), tutuissa tilanteissa (Moskowitz 1988) ja vähäisessä paineessa (Monso, Hensley & Chernick 1982). Pitkittäistutkimuksissa on myös osoitettu piirteet suuntaavat elämäntulkua (esim. Roberts, Kuncel, Shiner, Caspi & Golberg 2007) ja näin ollen piirreoriat ovat säilyttäneet asemansa. Ne ovat nykyään yksi persoonallisuuspsykologian vahvoista tutkimusalueista. (Metsäpelto & Feldt 2009: 75).

Tässä opinnäytetyössä persoonallisuutta tarkastellaankin pääsääntöisesti ensimmäisen tason piirreorioiden ja niihin liittyvän riskinottamisen, elämyshakuisuuden, sekä T-tyyppin persoonallisuuden kautta, koska näitä teorioita on käytetty eniten tutkittaessa extreme-lajien harrastajia. Piirreoriat ovat persoonallisuuspsykologian vahva tutkimusalue, joka on säilyttänyt asemansa näihin päiviin asti. Toiseen tasoon liittyvä motivaatio on myös otettu tarkastelun kohteeksi. Motivaatiota käsitellään erikseen seuraavassa kappaleessa. Muut persoonallisuuden osatekijät, sekä kolmas taso on jätetty tarkastelun ulkopuolelle, koska näistä osa-alueista ei extreme-urheilijoiden kohdalla ole tarpeeksi tutkittua tietoa.

## **4 MOTIVAATIO**

Motivaatiolla tarkoitetaan muun muassa asioita, jotka saavat ihmisen liikkeelle, sekä ylläpitävät ihmisen mielenkiintoa ja kiinnostuneisuutta (Kaski 2006:142.) Motivaatiota



tarkastellessa peruskysymys on aina: miksi? Esimerkiksi miksi osallistumme johonkin toimintaan? Tutkimusten mukaan motivaatio vaikuttaa ihmisten toiminnan intensiteettiin eli yrittämiseen, pysyvyyteen eli toimintaan sitoutumiseen, laatuun ja tehtävien valintaan. Tehtävien valinta tarkoittaa muun muassa sitä valitaanko haasteelliset tehtävät. (Liukkonen ym. 2002: 15.)

#### **4.1 Minä- ja tehtäväsuuntautuminen**

Ihminen voi olla suuntautunut harrastukseensa ja itseensä, sekä omien taitojen kehittämiseen eli hän on tehtäväorientoitunut tai ihminen voi olla suuntautunut kilpailuun ja vertailuun eli hän on minäsuuntautunut. Tutkimusten mukaan urheilijat, jotka ovat minäsuuntautuneita pärjäävät hyvin kilpailuhenkisessä ilmapiirissä ja tehtäväorientoituneet ihmiset taas eivät pärjää tai viihdy tällaisessa ilmapiirissä. (Kaski 2006:142, 144–145.)

#### **4.2 Itsetunto, minäkäsitys ja koettu pätevyys**

Motivaatioon liittyvät keskeisesti käsitteet itsetunto, minäkäsitys ja koettu pätevyys. Itsetunnolla tarkoitetaan ihmisen hyvin yleistä, usein positiivista, yleiskuvaa omasta itsestä. Minäkäsitys taas tarkoittaa henkilökohtaista kokemusta itsestä ja se koostuu erilaisista rooleista, joita ihmisellä on, vaikkapa vapaa-ajan harrastuksissa. Koettu pätevyys taas tarkoittaa kokemusta omasta kyvykkyydestä jollain tietyllä rajatulla elämänalueella esimerkiksi sosiaalinen- tai fyysinen alue. Kaikki edellä mainitut vaikuttavat suuresti ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja nimenomaan ihmisen oma subjektiivinen kokemus omasta pätevyydestä ja itsestä on ratkaisevaa koetun hyvinvoinnin kannalta. (Liukkonen ym. 2002: 99).

#### **4.3 Motivaation taso**

Motivaation taso vaihtelee amotivaatiosta eli motivaation puutteesta ulkoisen motivaation kautta sisäiseen motivaatioon. Näiden väliin sijoittuu Liukkonen (2002: 109) mukaan kuusi eri ulottuvuutta ja Pelletier ym. (1995) mukaan kahdeksan eri ulottuvuutta (ks. Weinberg & Gould 2007: 140). Näiden eri tasojen välillä on eroa autonomian eli itse-

määräämisen määrän tasolla toiminnassa. Amotivaatiossa autonomia on vähäisintä ja sisäisessä motivaatiossa suurinta. Autonomiaan pyrkimisen, vuorovaikuttaessamme sosiaalisessa ympäristössä, on oletettu olevan yksi ihmisen psykologisista päätarpeista ja tukee kokonaisvaltaista hyvinvointiamme. Ulkoisesti motivoitunut ihminen osallistuu toimintaan palkkioiden, pakotteiden tai rangaistusten pelon takia. Toiminta on siis ulkoapäin kontrolloitua, eikä tyydytä henkilökohtaista autonomian tarvetta. Sisäisessä motivaatiossa toimintaa osallistutaan ensisijaisesti sen itsensä takia ja motiiveina voivat tällöin olla ilo ja myönteiset emotionaaliset kokemukset, joita toiminta tai siihen liittyvä sosiaalinen yhteenkuuluvaisuuden tunne saavat aikaan. Sisäisesti motivoituneen ihmisen autonomian tunne on hipussaan ja hän ei koe, että kukaan kontrolloi hänen toimintaansa. (Liukkonen ym. 2002:109–111, 113.)

#### **4.4 Flow**

Flow liittyy läheisesti sisäiseen motivaatioon, sillä Flow kokemuksen aikana sisäinen motivaatio on huipussaan tai toisin sanoen Flow kokemus tekee toiminnasta sisäisesti motivoivan (Csikszentmihalyi ks. Weinber & Gould 2007:147-148). Flow tarkoittaa optimaalista kokemusta ja sille yhteisiä piirteitä ovat tunne siitä, että taidot riittävät haasteisiin nähden, toiminta suuntautuu tavoitteisiin ja on sääntöjen rajoittamaan ja antaa koko ajan selkeää palautetta yksilön suoriutumisesta. Keskittyminen on Flow kokemuksesta, niin intensiivistä, että tarkkaavaisuus ei riitä epäolennaisuuksiin tai ongelmiin ja tietoisuus itsestä katoaa ja aikakäsitys muuttuu. Toiminta on niin palkitsevaa, että ihmiset ryhtyvät siihen sen itsensä takia, välittämättä juurikaan mitä he siitä saavat tai miten vaikeaa tai vaarallista se on. Flow voi syntyä sattumalta, mutta tietyt toiminnot, kuten leikki, taide tai urheilu on suunniteltu edistämään flowta. Edellä mainitut flowtoiminintojen keskeinen tarkoitus on tuottaa ilo synnyttäviä kokemuksia ja ne on suunniteltu siten, että osallistujat ja katsojat saavuttavat sellaisen järjestyneen mielentilan, joka tuottaa suurta iloa. Niihin sisältyy sääntöjä, jotka edellyttävät taitojen oppimista, sekä tavoitteita ja ne tarjoavat palautetta ja antavat mahdollisuuden kontrolloida tilannetta. Tutkimusten mukaan flow kokemus sisältää löytämisen elämyksen ja luovan tunteen johonkin uuteen todellisuuteen kohoamisesta. Ihminen on pakotettu korkeammille suorituksen tasoille, joka johtaa sellaiseen tietoisuuteen, josta hänellä ei ole ollut aikai-

semmin kokemusta. Ihmisen itse joutuu kasvamaan ja tämä on flow kokemuksen avain. (Csikszentmihalyi 2005: 113–114, 116.)

#### **4.5 Vuorovaikutteinen lähestymistapa**

Nykyään urheilupsykologiassa vallalla oleva näkökulma motivaatioon on vuorovaikutteinen näkökulma. Siinä otetaan huomioon, sekä ihmisen henkilökohtaiset tekijät, kuten persoonallisuus, tarpeet ja tavoitteet, että tilannekohtaiset tekijät, kuten ympäristö ja sosiaaliset suhteet. Motivaatio voi myös vaihdella ajan myötä. (Weinber & Gould 2007: 54, 56)

#### **4.6 Motivaation tarkastelunäkökulman valinta**

Piirreteorioiden ohella Winterin & Barenbaumin (1999) mukaan persoonallisuuspsykologinen tutkimus suuntautui jo varhain tutkimaan motiivien merkitystä persoonallisuudessa, sen kognitiivisessa puolessa ja ympäristön vaikutusta persoonallisuuteen. Ihmisen motivaatiota voidaan selittää sekä synnynnäisillä taipumuksilla, että elinympäristön mahdollisuuksilla ja rajoitteilla (Metsäpelto & Feldt 2009: 16). Edellistä suppeampi lähestymistapa motivaatioon on tarkastella sitä henkilökohtaisilla ja tilannetekijöillä ja niiden yhteisvaikutuksella (Weinber & Gould 2007: 54). Tässä opinnäytetyössä on päädytty käsittelemään sekä persoonallisuutta että motivaatiota. Persoonallisuuden lähestymistapa on kuvailtu jo aikaisemmassa kappaleessa. Motivaatiota lähestytään sekä henkilökohtaisen minä- ja tehtäväorientoitumisen ja motivaation tason että tilannekohtaisten tekijöiden kautta sekä tutkimalla liittykö extreme-urheilulajien harrastamiseen sisäisesti erittäin palkitsevia flow-kokemuksia.

### **5 TOTEUTUS**

Opinnäytetyö toteutettiin systemaattisena kirjallisuuskatsauksena ja opinnäytetyön tutkimusote on kvalitatiivinen eli laadullinen. Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on selvittää syitä ja tekijöitä, jotka saavat ihmiset harrastamaan extreme-urheilulajeja.

## 5.1 Metodi

Kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan hahmottaa olemassa olevan tutkimuksen kokonaisuutta ja sen avulla saadaan koottua tietoa joltakin rajatulta alueelta, joka vastaa tutkimusongelmaan. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus puolestaan eroaa muista kirjallisuuskatsauksista spesifin tarkoituksen ja erityisen tarkan tutkimusten valinta-, analysointi- ja syntetisointiprosessin takia ja siihen pyritään sisällyttämään satunnaistettuja ja kontrolloituja kokeellisia vaikuttavuustutkimuksia, mutta myös kvalitatiivisia tutkimuksia voidaan ottaa mukaan. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus on siis sekundaaritutkimus, joka tarkastelee jo olemassa olevia tarkoin rajattuja ja valikoituja tutkimuksia ja sen avulla voidaan löytää tutkimustuloksia, jotka ovat korkealaatuisesti tutkittuja. (Johansson ym. 2007: 2-5.)

## 5.2 Tutkimussuunnitelma

Kirjallisuuskatsaus toteutettiin Johanssonin ym. (2007: 5-6) vaiheiden mukaan. Kirjallisuuskatsaus sisältää kolme eri vaihetta; ensimmäinen vaihe sisältää katsauksen suunnittelun ja toinen vaihe sen tekemisen sisältäen haut, analysoinnit ja synteessin ja kolmas vaihe sisältää katsauksen raportoinnin. Ensimmäisessä vaiheessa määriteltiin tutkimuskysymykset ja menetelmät, joihin sisältyy hakutermien ja tietokantojen valinta. Tutkimuskysymykset on esitelty kappaleessa 4. Tutkimuskysymykset ja haut ja hakutermit käsitellään kappaleessa 8.4 Haku. Sen jälkeen määriteltiin sisäänotto- ja poissulkukriteerit ja käytettiin tutkimusten laadun arvioinnissa soveltuvien osien mukailten Johanssonin ym. (2007: 104,106) esittelemiä mittaristoja kvantitatiiviselle ja kvalitatiiviselle tutkimukselle sekä kvantitatiivisten tutkimusten kohdalla myös Hirsjärvi ym. (2009: 136) esittelemiä kvantitatiiviselle tutkimukselle keskeisiä piirteitä. Seuraavassa vaiheessa hankittiin ja valikoitiin aineisto ja analysoitiin ne tutkimuskysymysten ja tutkimusten laadun perusteella sekä syntetisoitiin tutkimustulokset yhdessä. Viimeisessä vaiheessa tulokset raportoitiin ja tehtiin johtopäätökset sekä suosituksia ja jatkotoimenpideehdotuksia tulosten perusteella.

### 5.3 Aineiston keruu sekä sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Systemaattiseen kirjallisuuskatsauksen teoriaan perehtymisen jälkeen aineiston keruu aloitettiin systemaattisella tietokantahaulla. Löydetystä aineistosta valittiin opinnäytetyössä käytetty aineisto ennalta määriteltyjen sisäänotto- ja poissulkukriteereiden avulla. Aineistohaut toteutettiin talvella 2011–2012.

Kuten jo aiemmin on todettu, systemaattinen kirjallisuuskatsaus sisältää spesifin tarkoituksen ja erityisen tarkan tutkimusten valinta-, analysointi- ja syntetisointiprosessin ja siihen pyritään sisällyttämään satunnaistettuja ja kontrolloituja kokeellisia vaikuttavuustutkimuksia, mutta myös kvalitatiivisia tutkimuksia voidaan ottaa mukaan. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus tarkastelee jo olemassa olevia ja tietynä aikana tehtyjä, tarkoin rajattuja ja valikoituja tutkimuksia ja sen avulla voidaan löytää tutkimustuloksia, jotka ovat korkealaatuisesti tutkittuja. Tutkimukseen olisi hyvä sisällyttää myös muita kuin englanninkielisiä tutkimuksia. Näin vältytään mahdolliselta kieliharhalta. (Johansson ym. 2007: 4-5, 52.) Edellä mainittujen kriteereiden takia tutkimuksen sisäänottokriteereiksi on määritelty: artikkeleiden on käsiteltävä tieteellisiä tutkimuksia; artikkelien on käsittelevät syitä ja tekijöitä, jotka saavat ihmiset harrastamaan extreme-urheilulajeja ja artikkeleiden on oltava 1990-luvun jälkeen ilmestyneitä, koska extreme-urheilulajien suosio on kasvanut suunnattomasti 1990-luvulta alkaen. Alla tarkemmin tutkimuksen sisäänottokriteerit.

Tutkimuksen sisäänottokriteereiksi määriteltiin:

- Artikkeleissa käsitellään tieteellisiä tutkimuksia
- Tutkimukset ja artikkelit, jotka käsittelevät syitä ja tekijöitä, jotka saavat ihmiset harrastamaan extreme-urheilulajeja
- Tutkimukset ja artikkelit, jotka ovat ilmestyneet 1990 jälkeen
- Aineisto ja artikkelit saatavilla Internetistä sähköisessä muodossa tai tietokantojen etäkäytön kautta
- Aineisto on suomen-, ruotsin- tai englanninkielistä

Tutkimuksen poissulkukriteereiksi määriteltiin:

- Tutkimukset ja artikkelit, joissa aihetta lähestytään muusta, kuin psykologisesta näkökulmasta

## 5.4 Haku

Tiedonhaku aloitettiin määrittämällä Nelli-portaalista sopivat tietokannat, jotka käsittelevät liikunnan-, terveyden-, ja fysioterapian aloja. Tietokannoiksi valittiin ulkomaalaiset SPORTDiscus (EBSCO), PubMed, Academic Search Elite (EBSCO), Digitala vetenskapliga arkivet (Diva) sekä kotimainen artikkelitietokanta ARTO ja Jyväskylän yliopiston tietokanta JykDok.

Asiasanoiksi määriteltiin aluksi flow, extreme sports, motivation, personality, extreme urheilulajit tai seikkailu-urheilu, motivaatio ja persoonallisuus, äventyrssport, motivation ja personlighet. Näillä sanoilla ei kuitenkaan löytynyt tarpeeksi hakutuloksia, joten motivation ja personality yhdistettiin yläkäsitteeksi psychology ja psychological suomeksi psykologia ja psykologinen ja ruotsiksi psykologi ja psykologisk. Yläkäsitteiden haettiin motivaation ja persoonallisuuden lisäksi ja JykDokista haettiin myös pelkällä urheilu termillä. Myös yksittäisillä extreme-urheiluksi luettavilla urheilulajeilla haettiin yhdistämällä niitä edellä mainittuihin termeihin. Alla on kuvailtu vain ne sanayhdistelmät ja yksittäiset lajit, joilla löytyi tuloksia. Myös jos hakusana yhdistelmällä ei löytynyt uusia artikkeleita, vaan pelkästään samoja tai vähemmän osumia kuin toisella yhdistelmällä, on vain laajempi sanojen yhdistelmä esitetty. Esimerkiksi sanoilla urheilu? + flow löytyi 1 kiinnostava artikkeli, mutta yhdistelmällä urheilu? + persoonallisuus löytyi 2 kiinnostavaa artikkelia. Niistä toinen oli sama, kuin urheilu? + flow, joten tutkija on päättänyt kuvailla vain urheilu? + persoonallisuus haun, koska se sisältää molemmat artikkelit. SportDiscussissa löytyi vielä yksi artikkeli erikseen personality termillä, vaikka kyseinen termi olisi pitänyt olla yhdistetty yläkäsitteet psychology alle.

Alkuperäisartikkelit valittiin sisäänotto- ja poissulkukriteereiden mukaisesti ensin otsikon, sitten abstraktin ja lopuksi tutkimuksen tai artikkelin koko tekstiosuuden perusteella. Haut

eri tietokannoista ja hakujen eteneminen on kuvailtu alla olevassa tekstissä, sekä esitetty kuvioissa 1 Hakujen eteneminen ja tutkimusten valintaprosessi ja taulukossa 1 Haut.

*Taulukko 1 Haut*

| Haku   | Tulokset   |
|--|------------|
| 20.11. ARTO Sanahaku(seikkailu) AND Sanahaku(urheilu)(DATE=1990-)                                    | 7 tulosta  |
| 20.11. ARTO Sanahaku(extreme) AND Sanahaku(sports)(DATE=1990-)                                       | 2 tulosta  |
| 5.12. Diva extreme sports, ruotsi+englanti, 1990->   | 4 tulosta  |
| 19.11. PubMed extreme sports AND psychology, 82 tulosta, joista Free Full Text                       | 10 tulosta |
| 19.11. PubMed extreme sports AND psychology, 43 tulosta, joista Free Full Text                       | 6 tulosta  |
| 6.12. SPORTDiscus extreme sport AND psychology OR psychological, full text, article or thesis 1990-> | 33 tulosta |
| 6.12. SPORTDiscus extreme sport AND flow, full text, article or thesis 1990->                        | 2 tulosta  |
| 6.12. SPORTDiscus extreme sport AND personality, full text, article or thesis 1990->                 | 3 tulosta  |
| 6.12. SPORTDiscus mountaineering AND psychology, full text, article or thesis 1990->                 | 14 tulosta |
| 6.12. SPORTDiscus rock climbing AND flow, full text, article or thesis 1990->                        | 2 tulosta  |
| 6.12. SPORTDiscus rock climbing AND psychology, full text, article or thesis 1990->                  | 20 tulosta |

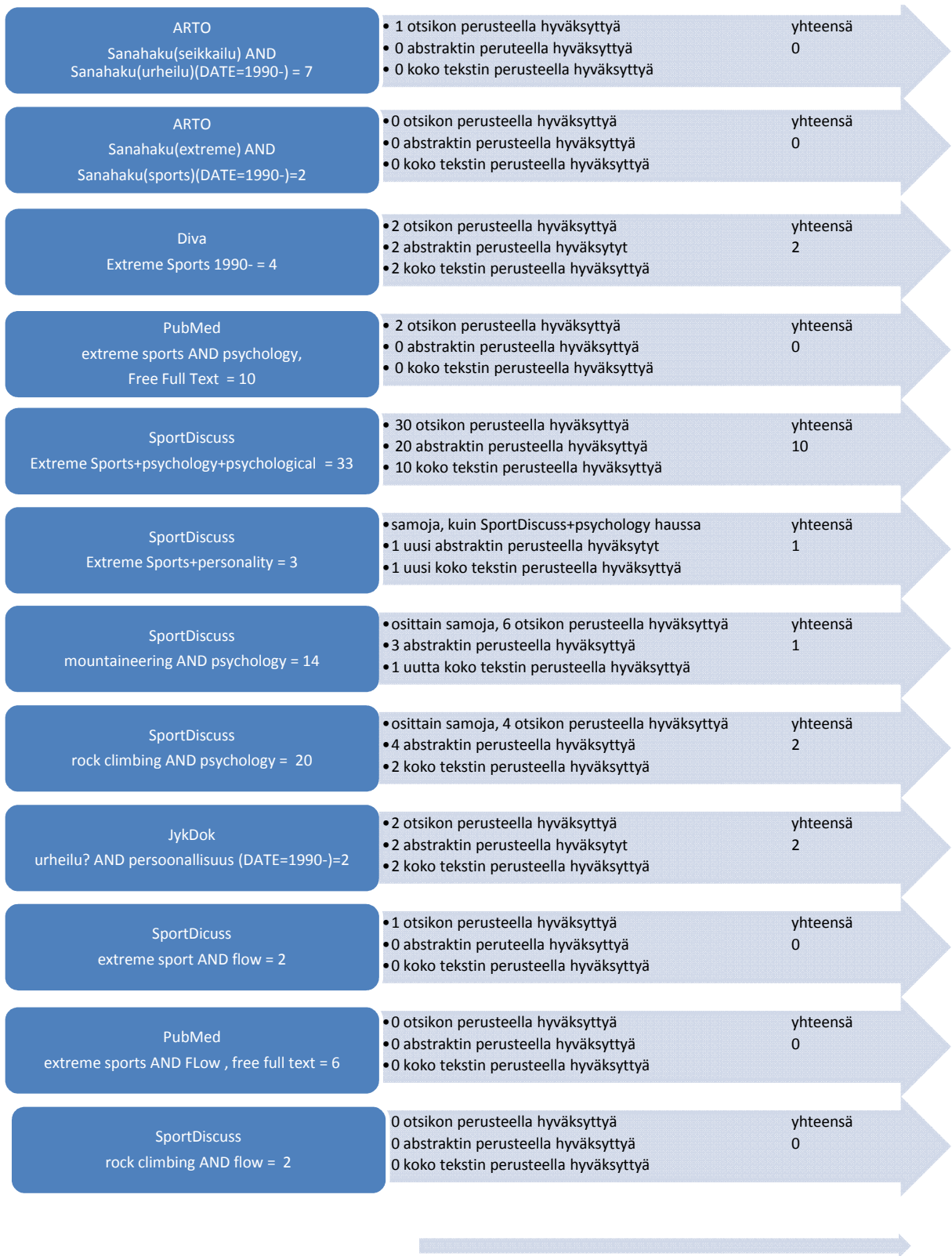
|   |        |                    |     |         |           |
|---|--------|--------------------|-----|---------|-----------|
| 20.11.  | JykDok | Sanahaku(urheilu?) | AND | Sanaha- | 2 tulosta |
| ku(persoonallisuus)(DATE=1990-), elektronienn aineisto, |        |                    |     |         |           |

Hakukriteerit täyttäviä otsikon perusteella hyväksyttäviä artikkeleita löytyi 48. Näistä artikkeleista abstraktin perusteella hyväksyttiin 32, jotka luettiin kokonaisuudessaan läpi. Koko tekstin perusteella valittiin kirjallisuuskatsaukseen 18 tutkimuksen kannalta keskeistä tieteellistä artikkelia.

Haun perusteella löytyneistä artikkeleista osa jätettiin pois, koska ne eivät käsitelleet aihetta psykologiselta kannalta vaan esimerkiksi sosiologiselta. Osa artikkeleista taas käsitteli liian yksityiskohtaisesti pelkästään riskikäyttäytymistä tai suorituksen aikaista riskikäyttäytymistä, unohtaen muut motiivit.



Kuva 1 Hakujen eteneminen ja tutkimusten valintaprosessi



## 5.5 Aineiston valinta ja laadun arviointi

Systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen kuuluu alkuperäisten tutkimusten laadun arviointi (Oxman 1994), jolla pyritään lisäämään kirjallisuuskatsauksen yleistä luotettavuutta (Jones & Evans 2000, Khan ym. 2003), tuottamaan suosituksia jatkotutkimuksille, ohjaamaan tulosten tulkintaa ja määrittämään vaikutusten voimakkuutta. Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen tutkimussuunnitelmassa määritetään peruskriteerit laadulle. Tutkimuksen laadun arviointi muodostuu metodologisesta laadusta, systemaattisesta harhasta, sekä ulkoisesta- ja sisäisestä laadusta (Moher ym. 1995, Verhagen ym. 1998). Laadun arvioinnissa käytetään kahta tai useampaa toisistaan riippumatonta arvioijaa (Peticrew 2001). Välttääkseen systemaattista harhaa on käytettävä systemaattista ja standardoitua menetelmää alkuperäistutkimuksia arvioitaessa (Glasziou 2001). Arvioinnin apuna tai tukena voidaan käyttää itse kehitettyjä tai valmiita mittareita tai tarkistuslistoja (Forchuk & Roberts 1993, Moher ym. 1995) ja mittarit on esitettävä muuttamaan sattumanvaraisesti valittuun alkuperäistutkimukseen. (Johansson 2007 ym.:101-102).

Tässä systemaattisesta kirjallisuuskatsauksessa on päädytty muokkaamaan ja yhdistämään Van Tulderin ym. (1997, teoksessa Johanssonin ym. 2007: 104) ja Hirsjärvi ym. (2009: 140) esitettyjä listoja kvantitatiiviselle tutkimukselle tyypillisistä ja keskeisistä piirteistä. Tähän päädyttiin, koska Van Tulderin lista on tarkoitettu lähinnä hoitoalalle, joten se ei suoraan sovellu tähän opinnäytetyöhön ja Hirsjärvi ym. keskeiset piirteet ovat taas hyvin yleisiä, joten nämä kaksi listaa yhdistämällä saatiin tähän opinnäytetyöhön sopiva lista. Alla esitetty taulukossa 2 kvantitatiivisen tutkimuksen laatuksiteerit ja taulukossa 3 kvalitatiivisen tutkimuksen laatuksiteerit, joita tässä systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa on käytetty tutkimusten laadun arvioimiseksi.

Taulukko2 Kvantitatiivisen tutkimuksen laatukriteerit (mukaeltu Hirsjärvi ym. 2009: 140 & Van Tulder ym. 1997, teoksessa Johansson ym. 2007: 104)

| Metodologinen tarkastelukohda   | Esiintyy / ei esiinny |
|---|-----------------------|
| 1. Johtopäätökset aiemmista tutkimuksista   | +/-                   |
| 2. Aiemmat teoriat on esitetty  | +/-                   |
| 3. Osallistujien tutkimukseen hankkiminen ja valinta on raportoitu (Recruitment reported)       | +/-                   |
| 4. Hypoteesi on esitetty (Hypothesis discussed)   | +/-                   |
| 5. Käsitteet on määritelty  | +/-                   |
| 6. Raportoitu tutkimuksen keskeyttäneet/hylätyt vastaukset (Drop-outs rates reported)           | +/-                   |
| 7. Kvantitatiiviseen tutkimukseen soveltuvat koejärjestelyjen tai aineiston keruun suunnitelmat | +/-                   |
| 8. Aineisto on saatettu tilastollisesti käsiteltävään muotoon                                   | +/-                   |
| 9. Päätelmät on tehty tilastolliseen analyysiin perustuen                                       | +/-                   |

Taulukoissa 2 ja 4 esitettyjen tarkistuslistojen mukaan tässä opinnäytetyössä on laskettu, sekä kvantitatiivisille, että kvalitatiivisille artikkeleille pistemäärä, joka perustuu siihen, että jokaisesta kysymyksestä saa 1 pisteen, jos se esiintyy artikkelissa ja 0, jos se ei esiinny artikkelissa. Saatujen pisteiden mukaan tutkimukset on jaettu kolmeen laatu-luokkaan 1-3 mukaillen Forsbergin & Wegnströmin (2003: 124) kolmiportaista jakoa. Tähän kirjallisuuskatsaukseen on sisällytetty korkean laadun 1 saaneet artikkelit, taulukko 3 alla. Korkean laadun saaneita artikkeleita oli yhteensä 16.

Taulukko 3 Tutkimusten laadun arviointi X/mukaillen Forsberg & Wengström 2003:124)

| Tutkimustyyppi                 | Korkea laatu<br>1 | Keskiverto laatu<br>2 | Matala laatu<br>3 |
|--------------------------------|-------------------|-----------------------|-------------------|
| Kvantitatiivinen               | 7-9 pistettä      | 4-6 pistettä          | 0-3 pistettä      |
| Kvalitatiivinen                | 11–15 pistettä    | 6-10 pistettä         | 0-5 pistettä      |
| Sisällytetään / Ei sisällytetä | Kyllä             | Ei                    | Ei                |

Kvalitatiivisten artikkeleiden laadun arvioinnissa taas on käytetty mukailen Suomen sairaanhoitajaliiton 2004, teoksessa Johansson ym. 2007: 106 esitettyä tarkistuslistaa. Koska se on suunnattu hoitoalalle, se ei sellaisenaan suoraan sovellu tähän opinnäyte-työhön, joten sitä on muokattu tätä opinnäytetyötä varten, katso taulukko 4 alla.

*Taulukko 4 Kvalitatiivisen tutkimuksen laatukriteerit mukaalle Suomen sairaanhoitajaliitto 2004, teoksessa Johansson ym. 2007: 106*

| Tutkimuksen tarkastelukohta   | Kyllä / Ei |
|---|------------|
| 1. Onko tutkittava ilmiö määritelty selkeästi?  | + / -      |
| 2. Onko tutkimuksen aihe perusteltu kirjallisuuskatsauksella?   | + /        |
| 3. Onko tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet ja tutkimustehtävät määritelty selkeästi?   | + /        |
| 4. Soveltuuko aineistonkeruumenetelmä tutkittavaan ilmiöön ja tutkimuksen osallistujille?   | + /        |
| 5. Onko aineiston keruu kuvattu?  | + /        |
| 6. Onko aineisto kerätty henkilöiltä, joilla on tietoa tutkittavasta ilmiöstä?  | + /        |
| 7. Onko aineiston sisällön riittävyys arvioitu? (saturaatio)  | + /        |
| 8. Onko aineiston käsittelyn ja analyysin päävaiheet kuvattu?   | + /        |
| 9. Soveltuuko valittu analyysimenetelmä tutkittavaan ilmiöön?   | + /        |
| 10. Tutkija on nimennyt kriteerit, joiden perusteella hän on arvioinut tutkimuksen luotettavuutta   | + /        |
| 11. Tutkimuksessa on käytetty aineiston tai menetelmien triangulaatiota lisäämään luotettavuutta  | + /        |
| 12. Tutkija on pohtinut eettisiä kysymyksiä   | + /        |
| 13. Tutkimukseen osallistuneet ovat arvioineet tutkimustuloksia ja vahvistaneet tulosten vastaavuuden kokemuksiinsa tai lukija voi tunnistaa ja ymmärtää tulokset | + /        |
| 14. Tulokset on esitetty selkeästi, loogisesti ja rikkaasti ja niiden antia on verrattu aikaisempiin tutkimuksiin   | + /        |
| 15. Tutkimuksen johtopäätökset perustu vat tuloksiin ja ovat hyödynnettävissä   | + /        |

## 5.6 Aineiston analysointi ja esittäminen

Alla olevassa taulukossa 5 on esitetty tutkimukseen sisällytettyjen 16 artikkelin ja tutkimuksen keskeinen sisältö ja laatuluokka. Opinnäytetyön liitteenä 1 on taulukko, jossa on esitetty kunkin tutkimuksen analysointi yksityiskohtaisesti aiemmin määriteltyjen laatukriteerien mukaan.

Taulukko 5 Aineiston esittäminen

| Tutkimus, tekijät, paikka, julkaisu vuosi   | Tarkoitus  | Aineisto ja valintaperuste   | Menetelmä   | Keskeiset tulokset  | Laatuluokka |
|---|--|--|---|---|-------------|
| 1. Elä tai kuole: extreme-lajien harrastajien persoonallisuuden rakenne ja toiminta, lajitoiminnan motiivit ja flown kokeminen, Sampo Kettunen, Marko Saukko, 1999, Suomi | Ensisijaisena tarkoituksena on tutkia extremeurheilulajien harrastajien persoonallisuuden rakennetta ja -toimintaa ja toissijaisena tarkoituksena on vastata kysymykseen: miksi? | 29 miestä, 10 alpinistia, 10 laskuvarjourheilijaa, 9 jalkapalloilijaa, useamman vuoden kokemus ja intensiivinen paneutuminen vaadittuna, aineisto hankittiin tutkijoiden omien henkilökohtaisten kontaktien kautta | Kvantitatiivinen kysely ja haastattelu, tutkittavat haastateltiin ensin henkilökohtaisesti, jonka jälkeen he itsenäisesti täytettäväksi loput kyselylomakkeet ja palauttivat ne postitse, tulokset käsiteltiin tilastollisin menetelmin | Alpinistien informaation havainnointi ja käsittelytyyli on tarkka ja yksityiskohtainen ja he pohdiskelevat itseään muita ryhmiä kriittisemmin ja he ovat sosiaalisesti ulospäin suuntautuneita vaikkakin sosiaalisuudessa on myös ristiriitaisia piirteitä, lajitaidon kehittämiseen liittyvät seikat ovat keskeisiä toiminnan motiiveita, Laskuvarjourheilijat ovat ihmissuhteiltaan etäisempiä ja hakevat harrastuksesta henkilökohtaista nautintoa jopa ihmissuhteiden kustannuksella ja he tekevät yleensä ns. tavanomaisia arkipäivänratkaisuja ja toiminnan motiiveissa korostuu sisäisesti palkitse- | 1           |

|   |   |   |  |  |   |
|---|---|---|--|--|---|
|   |   |   |  | vat syyt, hedonismi ja toiminnan elämyksellinen luonne   |   |
| 2. High-Risk Recreation: The relationship between Participant Characteristics and Degree of Involment, Schrader Michael, Wann Daniel, 1999, USA | Tutkia kolmea eri muuttuja ryhmää: kuolemattomuuteen, psykologiaan ja demografiaan liittyvien tekijöitä, joiden oletetaan aiheuttavan korkean riskin harrastuksiin osallistumista | 87 mies- ja 82 naispuolista sosiaalitytteen opiskelijaa, jotka saivat lisäpisteitä opintoihinsa osallistumisesta  | Kvantitatiivinen kysely, jossa tutkittavat olivat yhdessä isossa tilassa, jossa heidät ohjeistettiin vastaamaan kyselylomakkeeseen, tulokset analysoitiin tilastollisin menetelmin                       | Tulosten mukaan kuolemanpelko ja sukupuoli yhdessä tai erikseen eivät olleet parhaita selityksiä korkean riskin lajeihin osallistumiselle, kuten oli oletettu ja kuoleman pelko ei myöskään selittänyt merkittävämpää osaa, kuin muut muuttujat, kuten oli oletettu  | 1 |
| 3. An Examination of Sport Commitment of Windsurfers, Jung-Hwan Jeon, Lynn L. Ridinger, 2006, USA   | Tutkia tekijöitä, jotka liittyvät purjelautailijoiden lajiin sitoutumiseen  | 110 yli 18-vuotiaasta kaiken tasoista purjelautailua harrastavaa miestä ja 29 naista, vastaajia lähestyttiin heidän vapaa-ajallaan kahdessa eri purjelautailutapahtumassa ja vastaaminen oli vapaa-ehtoista | Kvantitatiivinen kysely, tulokset analysoitiin tilastollisin menetelmin  | Sisäinen motivaatio ennusti purjelautailuun sitoutumista ulkoista motivaatiota enemmän, sitoutuminen liittyi myös osallistumisen määrään ja ostokäyttäytymiseen, ja edellä mainittuihin vaikuttivat myös demografiset tekijät  | 1 |
| 4. Personality profiles of recreational scuba divers N. Coetzee, 2010, Etelä-Afrikka  | Tutkia mitkä persoonallisuuden piirteet ovat yleisimpiä vapaa-ajan laitesukeltajilla  | Ensin valittiin satunnaisesti Etelä-Afrikkalaisen Gautengin alueen laitesukelluskouluja, joiden peruskurssien oppilaita pyydettiin vapaaehtoisesti osallistumaan ja 30 miestä ja 30 naista suostui          | Kvantitatiivinen kyselylomake, vastaajille pidettiin pieni luentomainen esittely paperisesta kyselylomakkeesta ja vastaukset kerättiin kuukauden sisällä, tulokset analysoitiin tilastollisin menetelmin | Laitesukeltajien persoonallisuuden piirteet poikkeavat perinteisestä extreme urheilunharrastajan kuvasta, he saivat korkeita pisteitä riippumattomuudesta, rohkeudesta, impulsiivisuudesta ja matalia, mukavuudesta, sydämellisyydestä ja herkkyydestä ja neljä eri persoonallisuustyyppiä nousi esiin: seikkailija, rationalisti, haaveilija ja passiivis-agressiivinen macho tyypit. Tulokset viittaavat siihen, että riskikäyttäytymisen määrä riippuu persoonallisuustyyppistä | 1 |
| 5. Perspectives of the  | Määritellä urheiluorientoi-   | Internet kyselyn linkki lähetet-  | Kvantitatiivinen internet  | Extreme-urheilulajit olivat miesten  | 1 |

|  |   |  |   |   |          |
|--|---|--|---|---|----------|
| <p>sport-oriented public in slovenia on extreme sports, Samo Rauter and Mojca Doupona Topič, 2011</p>                      | <p>tuneiden ihmiset mielipide, siitä miksi extreme-uheilulajiin osallistutaan ja ihmisten tietämys kyseisistä lajeista</p>  | <p>tiin Slovenian Olympia komitean tietokannassa oleville ihmisille, jotka jakoivat linkkiä eteenpäin ystävilleen jne. 1478 vastaajaa, 746 oli miehiä ja loput naisia, vastaaminen oli vapaaehtoista ja anonyymiä</p>      | <p>kysely, vastaukset analysointiin tilaostollisin menetelmin</p>   | <p>keskuudessa suosituimpia ja nuoremmat suosivat vaarallisia, kun taas vanhemmat suosivat enemmän taitoa vaativia lajeja. Tärkeimmiksi syiksi osallistua extreme-uheilulajeihin, ihmiset nimesivät ajanviete, rentoutumisen ja näiden lajien viehättävyyden.</p>   |          |
| <p>6. Action sports participation: consumer motivation, Yong Jae Ko, Hyewon Park, Cathryn L Claussen, 2008, USA</p>        | <p>Analysoida toimintalajeihin osallistuvien ihmisten motivaatiota ja tutkia eroavatko motiivit sukupuolen ja lajikokemuksen perusteella</p>                            | <p>2005 LG World Championships of Freestyle Motocross (FMX) tapahtumaan osallistujat, jotka olivat osallistuneet itse extreme-lurheilulajeihin aikaisemmin, 170 miestä ja 87 naista vastasi</p>                            | <p>Kvantitatiivinen kyselylomake, joita jaettiin tapahtumaan 500 ja käyttökelpoisia palautui 253 kappaletta, tulokset analysoitiin tilastollisin menetelmin</p>   | <p>Sukupuolesta ja lajikokemuksesta riippumatta hauskanpito ja nautinto olivat tärkeimpiä syitä osallistua ja osallistujia viehättävät myös korkea riski, lajien vaatimat taidot ja, joidenkin lajien vaatima taiteellisuus</p>   | <p>1</p> |
| <p>7. Personality in High-Risk Sports Athletes, Tanja Kajtna, Matej Tusak, Renata Baric, Stojan Burnik, 2004, Slovenia</p> | <p>Tutkia korkean riskin urheilijoiden persoonallisuuden piirteitä ja verrata niitä korkean riskin harrastajiin ja ei-korkean riskin lajien urheilijoihin</p>           | <p>38 korkean riskin lajien urheilijaa, 38 korkea riskin lajien harrastajaa, 76 muiden lajien urheilijaa</p>   | <p>Kvantitatiivinen kysely, koehenkilöt testattiin henkilökohtaisesti kotonaan tai the Faculty of Sport, Ljubljanaian yliopistossa, Sloveniassa ja osa aineistosta saatiin Faculty of Sport jäsenten tekemästä "Personality and motivation in top athletes"-tutkimuksesta</p> | <p>Korkean riskin urheilijat saivat eniten pisteitä tunteiden tasapainossa, tiedostamisessa ja aktiivisuudessa ja heitä seurasivat korkean riskin harrastajat ja vähiten pisteitä saivat ei-korkean riskin urheilijat, avoimuudessa järjestys taas oli päinvastainen ja sovinnollisuudessa ei ollut merkittäviä eroja</p> | <p>1</p> |
| <p>8. Sensation seeking in males involved in recreational high risk sports, Guskowska M.1, Bołdak A., 2010, Puola</p>      | <p>Tutkia korkean riskin urheilua harrastavien elämäshakuisuuden voimakkuuden tasoa ja laskuvarjohyppääjien kohdalla vielä, liittykö lajikokemus elämäshakuisuuteen</p> | <p>217 korkean riskin lajia harrastavaa miestä, 98 laskuvarjohyppääjää, 50 kokenutta ja 48 noviisia, 30 vesilautailijaa, 30 lumilautailijaa, 22 sukeltajaa, 20 vuorikiipeilijää ja 17 varjoliitäjää, vastaukset kerät-</p> | <p>Kvantitatiivinen kysely, vastaukset analysoitiin tilastollisin menetelmin</p>  | <p>Korkean riskin urheilua harrastajille on ominaista korkeampi elämäshakuisuus sen kaikilla osa-alueilla lukuun ottamatta älyllisiä virikkeitä, laskuvarjohyppääjien kohdalla lajikokemuksella ei ollut merkitystä. Elämäshakuisuuden eri osa-alueet</p>   | <p>1</p> |

|  |  |   |  |   |   |
|--|--|---|--|---|---|
|  |  | tiin anonymisti harrastusten tai lajin internet sivujen kautta ja laskuvarjohyppääjät kerättiin Varsovan ja Bialystokin harraste kerhoista  |  | vaihtelivat kuitenkin lajien perusteella.   |   |
| 9. Psychological profile of rock climbers: state and trait attributes, Feher, P., Meyers, M.C., Skelly, W.A., 1998, USA            | Tutkia vuorikiipeilijöiden ominaispiirteitä sukupuolen ja taitotason mukaan  | 57 vuorikiipeilijää, 35 miestä ja 22 naista, vastaajat hankittiin vuorikiipeilykerhosta ja yksittäisiä vastaajia myös muualta USA:sta   | Kvantitatiivinen kysely, vastaajille annettiin tai postitettiin kysely, vastaukset analysoitiin tilastollisin menetelmin   | Sukupuolella tai taitotasolla ei ollut merkitystä ominaispiirteisiin  | 1 |
| 10. Differences in the level of motive importance based on trip outcome, level of experience and group type, Alan Ewert, 1993, USA | Tutkia on motiivien merkityksen tasojen eroja matkan tuloksen ja ryhmän jäsenyyden perusteella. Onnistumiseksi määriteltiin Mt. McKinelyn huipun saavuttaminen | Yksin, omatoimisessa ryhmässä ja ohjatussa ryhmässä, kaikki englantia puhuvat 1990 Mt. MCKinelylle kiivenneet kutsuttiin vapaaehtoisesti vastaamaan, vastauksia saatiin 360, joista 10 % naisilta | Mt. McKinleyn luonnonpuistossa kiipeilevien ryhmien oli ilmoittauduttava puiston viranomaisille ja tässä yhteydessä heitä pyydettiin täyttämään kyselylomake, vastaukset analysoitiin kvantitatiivisesti | Tavoitteeseen pääsyssä epäonnistuneet kiipeilijät pitivät tärkeämpänä irrottautumista, valokuvausta, erämaata ja maisemia. Tavoitteen saavuttaneet pitivät tärkeimpinä tavoitteina innostumista/jännitystä, sosiaalista ulottuvuutta ja mielikuvaa itsestä. Ohjattujen ryhmien jäsenet raportoivat korkeampia motiivien tärkeyksiä, kuin yksittäiset, lukuun ottamatta puhdistumista/pakenemista. | 1 |
| 11. Vaarallisten urheilulajien viehäytys, Tommi Hurme, Mikko Rantala, 1997, Suomi  | Tutkia tekijöitä ja syitä, jotka saavat ihmiset hakeutumaan vaarallisten urheilulajien pariin ja selvittää minkä tyyppiset ihmiset harrastavat näitä lajeja    | 3 vaarallisten lajien asiantuntijaa   | Kvalitatiivinen teemahaastattelu, vastaukset käsiteltiin laadullisin menetelmin  | Tutkittaville yhteisiä piirteitä olivat luonnon kunnioitus, jännityksen hakeminen, itseään vaataan kilpaileminen, sosiaalisten suhteiden merkittävyys, rahan merkisemättömyys, voimakas tunne-elämä, sekä lajin vaatima suoritustekniikan korostuneisuus  | 1 |
| 12. Exploring the Motivations of BASE Jumpers: Extreme Sport Enthusiasts,  | Tutkia ihmisten motivaatio tekijöitä, jotka vaikuttavat ihmisen haluun osallistua extreme-urheiluun  | 46 miestä ja 8 naista, jotka harrastivat BASE hyppyjä ja vastaajat valittiin harkinnanvaraisesti  | Kvalitatiivinen haastattelu joka toteutettiin Bridge Day BASE hyppy tapahtumassa, vastaukset käsiteltiin laadul-   | Harrastajille on paljon positiivisia motiiveja, joista yleisimmät olivat: saada uusi eliitti taito; tunne saavutuksesta; adrenaliini ryöppy; kontrol-   | 1 |



|   |   |   |  |  |   |
|---|---|---|--|--|---|
| Tara L. Allman, Robin D. Mittelstaedt, Bruce Martin & Marni Goldenberg, 2009, USA   |   |   | lisiin menetelmin  | li ja pelon voittaminen,; tunne yhteenkuuluvuudesta ja henkilökohtainen tai henkinen ulottuvuus  |   |
| 13. Extrema sportutövare - Heroiska äventyrare, naiva idealiser eller galna risktagare, Glenn Falkhäll och Markus Bergman, 2009, Ruotsi             | Mitkä ominaisuudet saavat ihmisen osallistumaan extreme-urheilulajeihin ja seikkailumatkailuun. Tarkoituksena on vertailla mitkä extreme-urheilulajien harrastajien omakuva näyttää verrattuna median esittämään kuvaan | 2 pitkän matkan purjehtijaa, 1 BASE-pyppääjä ja 1 entinen vuorikiipeilijä, vastaajat valittiin harkinnanvaraisesti facebookin kautta etsimällä eri extreme-urheilulajien harrastajia                    | Kvalitatiivinen strukturoitu haastattelu, haastateltavat tavattiin henkilökohtaisesti ja heille selitettiin vastausten käyttötarkoitus, vastaukset käsiteltiin laadullisesti | Extreme-urheilulajein harrastajien omakuvassa ja median heistä esittämässä kuvassa on iso ero, elämäntapa lehtien kuva on lähinnä extreme-lajien harrastajien omakuvaa, jossa itse kokemus ja elämäntapa ovat tärkeitä, ei niinkään riskien hakeminen  | 1 |
| 14. Quality of Experience and Risk Perception in High-Altitude Rock Climbing, Antonella delle Fave, Marta Bassi, and Fausto Massimini, 2003, Italia | Tutkia korkean paikan vuorikiipeilyn kokemuksen laatua ja riskin havaitsemista  | 6 italialaista vapaaehtoista kokenutta vuorikiipeilijää, vastaajan piti vastata kysymyksiin 13 päivän ajan matkattaessaan kiipeilyretkelle New Delhistä Himalajalle ja takaisin, harkinnanvarainen otos | Kvalitatiivinen monia erialisia kysymystyyppisiä sisältävä kyselylomake ja ranneke, joka antoi äänimerkin aina kun piti vastata, vastaukset käsiteltiin laadullisesti        | Kun ympäristön haasteet ja omat kyvyt olivat positiivisia, koettiin flow:ta. Riskit olivat pienessä roolissa kiipeilyssä   | 1 |
| 15. Impact of Extreme Weather Conditions on High-Altitude Climbers' Goals and Quality of Experience, Marta Bassi, Antonella delle                   | Tutkia kuinka ankarat sääolosuhteet vaikuttavat kiipeilijöiden tavoitteen aseteluun ja yleisesti kokemukseen ja mahdollisuuteen kokea flow  | 6 italialaista vapaaehtoista kokenutta miesvuorikiipeilijää, jotka vastasivat kysymyksiin 26 päivän ajan yrittäessään kiivetä Thalay Sagarin huipulle Himalajalla, harkinnanvarainen otos               | Kvalitatiivinen monia erialisia kysymystyyppisiä sisältävä kyselylomake ja ranneke, joka antoi äänimerkin aina kun piti vastata, vastaukset käsiteltiin laadullisesti        | Kokemuksen laatu ja tavoitteet vaihtelivat sääolosuhteiden mukaan. Tavoitteet liittyivät pääosin itse kiipeilyyn, joka mahdollisti sen, että kiipeilijät pystyivät palauttamaan mahdollisuutensa toimintaan huipun saavuttamattomuuden jälkeen. Flow kokemuksesta raportoitiin ennen ja jälkeen ankarien sääolosuhteiden | 1 |

|   |  |   |  |  |   |
|---|--|---|--|--|---|
| Fave, 2010, Italia  |  |   |  |  |   |
| 16. Upplevelser och lärande I äventyrssport och skola, Johan Arnegård, 2006, Ruotsi | Valaista käytännössä seikkailu-urheilua ja keskustella flow opetuksellisesta merkityksestä seikkailu-urheilussa ja opetuksessa | 161 seikkailu-urheilua harrastajaa, 12 erilaista kiipeilyä harrastavaa, joista puolet miehiä ja puolet naisia ja 60 peruskoulun 9-luokan oppilasta neljästä eri koulusta ja heidän vanhemmilleen erillinen kysely demografisista tekijöistä | Monia metodeja yhdistelevä tutkimus, kaksi kvantitatiivista kyselyä ja yksi haastattelu, | Osallistujien taustalle ja lapsuudella oli merkitystä seikkailulajeihin suuntautumisessa. Osallistujat korostivat seikkailulajein intensiivisen kokemuksen mahdollisuutta, joka on moniulotteinen aktiivinen keho, ulkoilmaelämä luonnollisessa ympäristössä, jännittävät ja selkeät tavoitteet, täydellinen keskittyminen ja liikku-<br>misen kontrollointi. He saavuttivat ”täydellisen tason”, joka luo myös sopivat olosuhteet virikkeelliselle ja onnistuneelle oppimiskokemukselle<br>Oppilaat saavuttivat saman tyyppisen tason käytännön ja esteettisissä kouluaineissa. | 1 |

## 5.7 Reliabiliteetti ja validiteetti

Reliabiliteetti tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta eli mittauksen tai tutkimuksen kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. Tämä voidaan todeta muun muassa siten, että jos asiaa tutkitaan kahdella eri tutkimuskerralla, päädytään samaan tulokseen tai kaksi eri tutkijaa päätyy samaan tulokseen. (Hirsjärvi ym. 2009, 231.) Tässä systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa on noudatettu mahdollisimman tarkasti Johanssonin ym. (2007: 5-6) systemaattiselle kirjallisuuskatsaukselle määriteltyjä vaiheita. Ensimmäinen vaihe sisältää katsauksen suunnittelun ja toinen vaihe sen tekemisen sisältäen haut, analysoinnit ja synteesin ja kolmas vaihe sisältää katsauksen raportoinnin. Kaikki systemaattisen kirjallisuuskatsauksen aineistonkeruun vaiheet on dokumentoitu asianmukaisesti, joten se on toistettavissa myöhemmin. Aineistoa tosin ei ole arvioinut toinen tutkija, joten reliabiliteetti ei siltä osin ole paras mahdollinen.

Validiteetti eli pätevyys taas tarkoittaa tutkimuksen kykyä mitata sitä mitä oli tarkoituskin mitata. Laadullisessa tutkimuksessa validius merkitsee kuvauksen ja siihen liitettyjen selitysten ja tulkintojen yhteensopivuutta eli sitä sopiiko selitys kuvaukseen ja onko selitys luotettava. Tutkimuksen luotettavuutta kohentaa tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta. (Hirsjärvi ym. 2009, 231–232.) Kuten edellisessä kappaleessa on jo todettu, tässä kirjallisuuskatsauksessa on noudatettu tarkasti Johanssonin ym. (2007) systemaattisen kirjallisuuskatsauksen vaiheita, joihin kuuluu tarkka selostus tutkimuksen eri vaiheista. Systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen kuuluu alkuperäisten tutkimusten laadun arviointi (Oxman 1994), jolla pyritään lisäämään kirjallisuuskatsauksen yleistä luotettavuutta (Jones & Evans 2000, Khan ym. 2003). Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen tutkimussuunnitelmassa määritetään peruskriteerit laadulle. Tutkimuksen laadun arviointi muodostuu metodologisesta laadusta, systemaattisesta harhasta, sekä ulkoisesta- ja sisäisestä laadusta (Moher ym. 1995, Verhagen ym. 1998). Laadun arvioinnissa käytetään kahta tai useampaa toisistaan riippumatonta arvioijaa (Petricrew 2001). Välttääkseen systemaattista harhaa on käytettävä systemaattista ja standardoitua menetelmää alkuperäistutkimuksia arvioitaessa (Glasziou 2001). Arvioinnin apuna tai tukena voidaan käyttää itse kehitettyjä tai valmiita mittareita tai tarkistuslistoja (Forchuk & Ro-

berts 1993, Moher ym. 1995) ja mittarit on esitettävä muutamaan sattumanvaraisesti valittuun alkuperäistutkimukseen. Tutkimukseen olisi hyvä sisällyttää myös muita, kuin englanninkielisiä tutkimuksia, jolla vältytään mahdolliselta kieliharhalta. (Johansson 2007 ym.:52, 101–102). Tässä opinnäytetyössä ei ole käytetty laadun arvioinnissa kahta tai useampaa arvioijaa, joten siltä osin validiteetti ei ole paras mahdollinen. Tutkimuksille määriteltiin kuitenkin tarkat sisäänotto- ja poissulkukriteerit ja aineiston laadun mittaamisessa käytettiin tähän kirjallisuuskatsaukseen valmiista mittareista paremmin sopiviksi muunneltuja mittareita, joten tähän systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen sisällytettiin vain korkean laadun saaneita tutkimuksia. Tutkimusten laadun arvioinnista tarkemmin kappaleessa 8.5 Aineiston valinta ja laadun arviointi. Mittarit olivat standardeoituja, joten systemaattista harhaa ei päässyt syntymään ja mittarit oli esitettävä parilla sattumanvaraisesti valitulla alkuperäistutkimuksella. Tutkimuksen validiutta voidaan tarkentaa käyttämällä tutkimuksessa useita menetelmiä eli triangulaatiota jolla tarkoitetaan yleensä eri menetelmien yhteiskäyttöä, mutta se voi tarkoittaa Denzin (1970) mukaan myös eri teorioiden yhdistämistä. (Hirsjärvi ym. 2009: 233.) Tässä kirjallisuuskatsauksessa on yhdistetty kaksi eri teoriaa persoonallisuus ja motivaatio tutkittaessa syitä ja tekijöitä, jotka saavat ihmiset osallistumaan extreme-urheilulajeihin, joten tämä lisää opinnäytetyön validiutta.

## **6 TULOKSET**

Tässä kappaleessa esitellään systemaattisen kirjallisuuskatsauksen keskeiset tulokset siltä osin, kun ne vastaavat tutkimuskysymyksiin, jaotteleamalla ne ensin persoonallisuuden ja motivaation alle ja lopuksi vastaamalla vielä erikseen selkeästi tutkimuskysymyksiin.

### **6.1 Persoonallisuus**

Suomalaisessa tutkimuksessa, jossa tutkittiin 29 miestä, 10 alpinistia, 10 laskuvarjojouheilijaa, 9 jalkapalloilijaa, käytettiin Rorschah CS ja CPMS menetelmiä, Rorschah antaa tietoa pääosin tiedostamattomista, pysyvämmistä ja tilannesidonnaisista persoonallisuuden piirteistä ja CPMS kuvaa tutkittavan omaa sen hetkisen elämäntilanteen värittä-

mää kuvaa tietyistä persoonallisuuden piirteistä. Tulosten mukaan alpinistien informaation havainnointi ja käsittelytyyli on tarkka ja yksityiskohtainen ja he käyttävät siihen paljon voimavaroja. He pohdiskelevat itseään laskuvarjohyppääjiä enemmän ja ajoittain kriittisestikin tai negatiivisesti ja heidän itsetunnon suojelemisen taso oli matala, joten he eivät pelkää haasteita tai epäonnistumisia ja jätä sen takia asioita tekemättä. Heille on tyypillistä tunne-elämässä negatiivinen joskus vihamielinenkin asenne ympäristöä kohtaan, mutta he ovat kuitenkin kiinnostuneita muista ihmisistä ja kykeneviä sosiaalisiin suhteisiin ja heitä ympäröivät ihmiset luultavasti pitävät heitä seurallisina. Heillä on tietty esillä olemisen tarve, joka voi olla jopa julkisuudenhakuisuutta. Ennalta tuntemattomissa tilanteissa he saattavat reagoida impulsiivisesti, mutta esimerkiksi riskialttiit tilanteet ovat muodostuneet heille arkipäiväisiksi ja heidän voi olettaa toimivan niissä tehokkaasti ja opittujen mallien mukaisesti. Laskuvarjourheilijoiden itsearvostus on korkealla ja voi saada jopa narsistisia piirteitä. Laskuvarjourheilijoilla on resursseja kypsiin ja vastavuoroiisiin vuorovaikutussuhteisiin, mutta he saattavat vaikuttaa muista ihmisistä joskus etäisiltä. Sosiaalisten tilanteiden havaitseminen ei välttämättä ole niin herkkää, joten heillä voi olla vaikeuksia luoda ja ylläpitää tyydyttäviä vuorovaikutussuhteita. Heidän ongelmanratkaisu- ja päätöksentekoprosessinsa ovat samanlaisia, kuin suurimmalla osalla ihmisiä, joten arkipäivässä heillä on taipumus toimia, kuten ihmiset yleensä. He eivät siis ole julkisuuskuvan mukaisesti ”friikkejä”. (Kettunen & Saukko 1999: 18–21, 25.)

Tutkittaessa 87 mies- ja 82 naispuolista amerikkalaista sosiaalitieteenopiskelijaa menetelminä käytettiin Evertin (1987) kehittämään Adventure Model of Risk Creation mallia, joka jakaa lajiin sitoutumisen tutustumis-, kehitys- ja sitoutumisvaiheiksi, Templerin (1970) Death Anxiety Scale DAS eli kuolemanpelko mittaria, jolla mitataan kuolemanpelon tasoa, Zuckermanin (1979) Sensation Seeking Scale (SSS) mittaria, jolla mitataan elämishakuisuuden tasoa. Korkea elämishakuisuudentaso ja sukupuoli, tässä tutkimuksessa mies, ennustivat eniten korkean riskin lajeihin osallistumista koko joukolla, sekä korkean riskin lajeja harrastavilla, että ei harrastavilla. Koko joukolle korkean riskin lajeihin harrastamista ennustivat eniten yhdistelmä: sukupuoli, elämishakuisuuden taso ja sosiaalinen monimutkaisuus. Kuolemanpelko tai kontrolliorientaatio ei ennustanut korkean riskin lajeihin osallistumista. (Schrader & Wann 1999: 434-439.)

30 mies- ja 30 naispuolista eteläafrikkalaista aloittelevaa laitesukeltajaa saivat tutkimuksen mukaan suurimmat pistemäärät rohkeudessa, epäluuloisuudessa, riippumattomuudessa ja jännittyneisyydessä ja matalimmat pistemäärät lämpimyydessä, tunne-elämän vakaudessa, konformisuudessa eli yhdenmukaisuudessa, herkkyydessä ja mielikuvituksellisuudessa. Menetelmänä käytettiin 272 osaista Clinical Analysis Questionnaire (CAQ) persoonallisuuskyselyä. Persoonallisuuden piirteiden perusteella määriteltiin neljä eri persoonallisuustyyppiä, joita olivat esiintymisjärjestyksessä: seikkailijat, rationalistit, haaveilijat ja passiivis-aggressiiviset machot, jotka selittivät yhteensä 53,9 prosenttia hajonnasta. Seikkailijoita oli eniten. He lähestyvät kaikkea toimintaansa osallistuvalla ja eloisalla tavalla. Heidän kanssaan tulee helposti toimeen, mutta heidän kilpailullisuutensa ja halunsa olla keskipisteenä saattaa johtaa tarpeettomien riskien ottamiseen. (Coetzee 2010: 552–553, 575.)

Kun 38 slovenialaista korkean riskin urheilijaa verrattiin muiden lajien harrastajiin ja ei urheilijoihin, he saivat eniten pisteitä tunteiden tasapainossa (yleensä kutsutaan neurootisuudeksi, mutta tässä tutkimuksessa mitattiin vastakohtaa eli kykyä säädellä tunteita), tiedostamisessa (tunnollisuus) ja aktiivisuudessa (ekstraversio). Aktiivisuudessa heitä seurasivat korkean riskin harrastajat ja vähiten pisteitä saivat ei-korkean riskin urheilijat. Avoimuudessa järjestys taas oli päinvastainen ja sovinnollisuudessa ei ollut tilastollisesti merkittäviä eroja. Menetelmänä käytettiin 40 adjektiiviparia sisältävää Big Five Observer Scale (BFO-S) (Caprara ym. 1997). (Kajtna ym 2004: 29–30.)

Tutkittaessa 217 puolalaista miespuolista korkean riskin urheilun harrastajaa puolalaisella versiolla elämishakuisuutta mittaavasta asteikosta Sensation Seeking Scale (SSS-IV), heille ominaista oli korkeampi elämishakuisuus sen kaikilla osa-alueilla lukuun ottamatta älyllisiä virikkeitä. Elämishakuisuuden eri osa-alueet vaihtelivat kuitenkin lajien perusteella. Laskuvarjohyppääjien kohdalla tutkittiin myös lajikokemuksen merkitystä, mutta sillä ei ollut vaikutusta tuloksiin. (Guszkowska & Bołdak 2010:158-161.)

Feherin ym. (1998: 4-6) tutkiessa amerikkalaisia vuorikiipeilijöitä usealla luonteenpiirteitä ja tilannesidonnaisia asioita mittaavilla menetelmillä, sukupuoliella ja taitotasolla ei

ollut merkitystä ominaispiirteisiin ja heillä ilmeni samansuuntaisia ominaispiirteitä, kuin sekä joukkuelajeja, että yksilölajeja harrastavilla urheilijoilla. Verrattuna sekä joukkuelajien että yksilölajien edustajiin, he saivat kuitenkin enemmän pisteitä henkisessä voimakkuudessa ja alhaisempi pisteitä jännittyneisyydessä, masentuneisuudessa, hämmentyneisyydessä ja mielialojen häiriöissä ja vielä verrattuina joukkuelajien edustajiin vihaisuudessa. Kyllästymisessä he taas saivat korkeampia pisteitä, kuin yksilölajein edustajat. Tosin vuorikiipeilijät näyttivät olevan vähemmän riippuvaisia muiden kontrolloinnista koskien heidän kohtaloaan (25 %) kuin amerikkalaisen jalkapallon pelaajat (Daiss ym.1986; Willis, 1982) ja vähemmän ulospäin suuntautuneita (16 %) kuin rugby tai jalkapallon pelaajat (Reid & Hay, 1979).

Suomalaisille kolmelle extreme-urheilulajien asiantuntijalle yhteisiä piirteitä olivat luonnon kunnioitus, jännityksen hakeminen, itseään vastaan kilpaileminen, sosiaalisten suhteiden merkittävyys, rahan merkitsemättömyys, voimakas tunne-elämä, sekä lajin vaatima suoritustekniikan korostuneisuus. Riskin ottaminen oli laskelmoitua ja vaaran kanssa asiantuntijat eivät leikkineet. (Hurme & Rantala 1997.)

Haastateltaessa ruotsalaisia extreme-urheilulajien harrastajia, kahta pitkän matkan purjehtijaa, yhtä Basel-hyppääjää ja yhtä entistä vuorikiipeilijää, heidän omakuvassa ja median heistä esittämässä kuvassa oli iso ero. Extreme-urheilulajien harrastajille itse kokemus ja elämäntapa ovat tärkeitä, ei niinkään riskien hakeminen. Harrastajille ei ole tärkeintä pelkkien temppujen suorittaminen, vaan myös kaikki muu harrastukseen liittyvä. Harrastajat myös valmistautuvat aina hyvin ja yrittävät siten minimoida lajiin liittyvät riskit. (Falkhäll & Markus Bergman 2009: 67–68.)

## **6.2 Millaisia persoonallisuuden ulottuvuuksia extreme-urheilulajien harrastajilla on?**

Kahdessa tutkimuksessa mitattiin suoraan elämishakuisuutta ja sen osa-alueita Sensation Seeking Scale (SSS) mittarilla tai sen maakohtaisella muunnoksella ja tulosten mukaan extreme-urheilulajien harrastajilla oli korkeampi elämishakuisuuden taso kuin verrokeilla ja jälkimmäisen tutkimuksen mukaan korkea elämishakuisuuden taso, myös ei

harrastajilla, ennusti extreme-urheilulajeihin osallistumista. (Schrader & Wann 1999: 435, Guszowska & Bołdak 2010:160). Myös yhdessä tutkimuksessa, suomalaisille kolmelle eri extreme-urheilulajien asiantuntijalle yhteinen piirre oli jännityksen hakeminen Hurme & Rantala (1997) ja Falkhäll:n & Bermanin (2009) tutkimuksessa itse kokemus oli harrastajille tärkeää. Elämyshakuisuuden eri osa-alueet, kuitenkin vaihtelivat eri extreme-lajien harrastajien keskuudessa lajista riippuen (Guszowska & Bołdak 2010:161). Myös kolmessa motivaatiota tarkastelleessa tutkimuksessa mainittiin jännityksen/adrenaliiniryöpyn olevan syy harrastaa extreme-urheilulajeja, vaikka tästä ei suoraan voidakaan päätellä elämyshakuisuutta (Rauter ym. 2011: 86, Ewert 1993: 337, Allman ym. 2009: 239, 241). Feherin ym. (1998:5) tutkimuksessa vuorikiipeilijöiden todettiin kyllästyvän helposti.

Coetzee (2010:575) määritteli laitesukeltajat seikkailijoiksi, jotka ovat kilpailuhenkisiä ja haluavat olla keskipisteenä, joka saattaa johtaa tarpeettomien riskien ottamiseen. Kettusen & Saukkosen mukaan (1999) alpinisteilla taas on tietty esillä olemisen tarve, joka voi olla jopa julkisuudenhakuisuutta. Tämäkin piirre voi johtaa Coetzee (2010:575) mukaan riskien ottamiseen. Kahdessa tutkimuksessa taas todettiin, että extreme-urheilijat eivät ottaneet tarpeettomia riskejä. (Hurme & Rantala 1997, Falkhäll & Markus Bergman 2009). Myös motivaatioita tutkittaessa löytyi kaksi vastakkaista näkökulmaa. Kajtna ym. (2004:86) ja Delle Fave:n ym. (2003:94) tutkimusten mukaan extreme-urheilulajien harrastajat ja vuorikiipeilijät eivät pitäneet riskejä kovinkaan merkittävinä syinä, kun taas Ko ym. (2008: 117) tutkimuksessa riskit olivat merkittävä syy osallistua extreme-urheilulajeihin.

Feherin ym. (1998: 5) tutkimuksen mukaan vuorikiipeilijöillä ilmeni samanlaisia ominaispiirteitä, kuin muilla urheilua harrastavilla. Kettusen ja Saukkosen (1999) mukaan taas laskuvarjourheilijoiden ongelmanratkaisu- ja päätöksentekoprosessit ovat samanlaisia, kuin suurimmalla osalla ihmisiä, joten arkipäivässä heillä on taipumus toimia, kuten ihmisillä yleensä ja he eivät olekaan sen impulsiivisempi, kuin ihmiset yleensä.

Ekstroversiota eli ulospäin suuntautuneisuutta tutkittaessa ilmeni, että kahdessa tutkimuksessa alpinistit ja extreme-urheilulajien harrastajat yleensä todettiin sosiaalisesti



ulospäin suuntautuneiksi ihmisiksi (Kettunen & Saukko 1999, Kajtna ym. 2004:28, Hurme & Rantala 1997). Kun taas Kettusen & Saukkosen (1999) tutkimuksessa laskuvarjourheilijat todettiin ihmissuhteiltaan etäisiksi. Alpinistien, yleisesti extreme-urheilulajien harrastajien ja laitesukeltajien sosiaalisuus todettiin ristiriitaiseksi tai mutkikkaaksi kolmen tutkimuksen mukaan (Kettunen & Saukko 1999, Schrader & Wann 1999:439, Coetzee 2010:575.)

Myös motivaatiota tutkittaessa sosiaalisuus tai yhteenkuuluvuus oli viidessä tutkimuksessa tärkeimpiä syitä osallistua extreme-urheilulajeihin, vaikka näissä tutkimuksissa ei luoteenpiirteitä tutkittukaan (Jeon & Ridinger 2006: 331, Ko ym. 2008:122, Allman ym. 2009, Hurme & Rantala 1997, Ewert 1993: 337).

Avoimuudessa uusille kokemuksille korkean riskin urheilijat saivat verrokkiryhmiä matalampia pistemääriä ja samoin laitesukeltajat saivat matalia pisteitä avoimuuteen liittyvässä mielikuvituksen suhteessa, mutta toisaalta he saivat myös ristiriitaisesti matalia pisteitä konformisuudessa eli yhdenmukaisuudessa (Kajtna ym 2004:28, Coetzee 2010:575). Falkhäll:n & Markus Bergmanin (2009) tutkimuksessa taas extreme-lajien harrastajille vaihtoehtoinen elämäntapa ja itse elämys oli tärkeää.

Neuroottisuutta eli tunne-elämän tasapainottomuutta tutkittaessa kahdessa tutkimuksessa extreme-urheilijat kuvailtiin neuroottisiksi eli alpinistit todettiin ensin tunne-elämältään negatiivisiksi ja impulsiivisiksi, ja laitesukeltajat kuvailtiin taas epäluuloisiksi ja jännittyneiksi ja kolmannessa taas todettiin extreme-urheilijoilla olevan voimakas tunne-elämä (Coetzee 2010, Kettunen & Saukko 1999, Hurme & Rantala 1997). Kuitenkin yhdessä tutkimuksessa korkean riskin lajien harrastajat ja vuorikiipeilijät todettiin tunne-elämältään vakaiksi, vaikka Feherin ym. tutkimuksessa heidät todettiin myös vihamielisiksi (Kajtna ym 2004:28; Feherin ym. 1998: 5) ja toisessa laskuvarjourheilijoiden ongelmanratkaisu- ja päätöksentekoprosessien todettiin olevan samanlaisia, kuin suurimmalla osalla ihmisiä, joten arkipäivässä heillä on taipumus toimia, kuten ihmiset yleensä (Kettunen & Saukko 1999.)

Kajtna ym. (2004:28) tutkimuksessa sovinnollisuudessa ei havaittu eroja extreme-urheilijoiden ja verrokkiryhmien välillä. Kettusen ja Saukkosen (1999) tutkimuksessa alpinisteilla todettiin olevan tietty esillä olemisen tarve ja laskuvarjohyppäjillä taas oli jopa narsistisia luonteenpiirteitä. Laitesukeltajat saivat taas toisessa tutkimuksessa herkkyydessä matalia pistemääriä (Coetzee 2010:575).

Tunnollisuuteen liittyen Kettusen ja Saukkosen (1999) mukaan alpinistien informaation havainnointi ja käsittelytyyli on tarkka ja yksityiskohtainen ja he käyttävät siihen paljon voimavaroja. Kajtna ym. (2004:36) tutkimuksessa extreme-urheilijat saivat eniten pisteitä tiedostamisessa eli tunnollisuudessa ja Hurmeen & Rantalan (1997) mukaan heille tärkeää oli itseään vastaan kilpaileminen.

### **6.3 Motivaatio**

Suomalaisten kokeneiden alpinistien lajitaidon kehittämiseen liittyvät seikat ovat keskeisiä toiminnan motiiveita, ja laskuvarjourheilijoilla toiminnan motiiveissa korostuu sisäisesti palkitsevat syyt, kuten omien taitojen käyttäminen, hedonismi ja toiminnan elämyksellinen luonne. Flow'n kokemista kuvaavilla muuttujilla ei onnistuttu saamaan eroa ryhmien välille. Motiiveja kartoitettiin Csikszentmihalyin (1975) ”Eight Reasons for Enjoying an Activity” kyselyllä ja Flow'ta kartoitettiin myös Csikszentmihalyin (1999) Flow kokemuksen liittyvien tekijöiden perusteella tehdyllä kyselyllä. (Kettunen & Saukko 1999:9, 21–25.)

Amerikkalaisia eritasoisia purjelautailijoita tutkittiin aikuisille muokatulla Scanlan, Carpenter ym. (1993) kehittämällä Sport Commitment Model (SCM) menetelmällä. Se on alun perin kehitetty tutkimaan motiiveja, jotka saavat nuoret jatkamaan organisoitussa liikunnassa, mutta menetelmää on käytetty myös aikuisia tutkittaessa. Tuloksi saatiin, että sisäinen motivaatio, joka sisälsi purjelautailusta nauttimisen, osallistumisen mahdollisuuden ja henkilökohtaisen panostuksen selitti 68 prosenttia purjelautailuun sitoutumisesta. Ulkoiset motiivit, kuten sosiaaliset rajoitteet ja – tuki selittivät vain 4,3 prosenttia (Jeon & Ridinger 2006: 327–328, 334).

Tutkimuksen mukaan slovenialaiset extreme-urheilulajien harrastajat pitivät suurimpana syynä osallistua extreme-urheilulajeihin sitä, että se oli ajanvietettä ja rentoutumista. Muita syitä olivat, että se on kiinnostavaa ja tarjoaa jännitystä ja vähiten syynä pidettiin rahaa tai median vaikutusta. Myös riskejä ei pidetty kovinkaan merkittävinä syinä. (Rauter ym. 2011: 86.)

Amerikkalaisten toimintalajeihin osallistujien tärkeimpiä motiiveja olivat hauskuus/nautinto, riskinotto, estetiikka ja ryhmään hyväksymisen. Pidempään lajia harrastaneet arvioivat nämä tärkeämmiksi, kuin muut. Miehet arvioivat riskinoton, estetiikan, sosiaalisen helpontumisen ja kilpailun korkeammalle, kuin naiset, mutta myös naiset arvioivat riskinoton, estetiikan ja ryhmään hyväksymisen tärkeiksi. Tutkimuksessa käytettiin menetelmänä muokattua McDonald ym. (2002) urheilun kulutuksen motivaatioindeksiä eli ”sports consumption motivation scale” menetelmää. (Ko ym. 2008: 113, 117, 122.)

Vuorikiipeilijät näyttivät olevan vähemmän motivoituneita menestyksen saavuttamisesta, kuin rugby tai jalkapallon pelaajat (Daiss ym.1986; Willis, 1982 ks. Feher ym. 1998: 6).

Ewertin (1993: 337) tutkimuksessa käytettiin ”motivational matching” eli motiivien yhteensovittamisen teoriaa, jossa itse raportoidut motiivit vaihtelevat toiminnan tuloksen perusteella. Tutkittaessa englanninkielisiä vuorikiipeilijöitä tavoitteeseen pääsyssä epäonnistuneet kiipeilijät pitivät tärkeämpänä irrottautumista, valokuvausta, erämaata ja maisemia. Tavoitteen saavuttaneet taas pitivät tärkeimpinä tavoitteina innostumista/jännitystä, sosiaalista ulottuvuutta ja mielikuvaa itsestä kiipeilijänä. Ohjattujen ryhmien jäsenet raportoivat korkeampia motiivien tärkeyksiä, kuin yksittäiset, lukuun ottamatta puhdistumista/pakenemista.

Haastateltaessa Gutman (1982) tarveteoriaan perustuvalla menetelmällä, jolla tutkitaan henkilön ominaisuuksia, sekä seurauksia ja arvoa, joita toimintaan osallistujat saavat, BASE-hyppyjen harrastajilla on paljon positiivisia motiiveja, joista yleisimmät ovat: saada uusi eliitti taito; tunne saavutuksesta; adrenaliini ryöppy; kontrolli ja pelon voit-

taminen; tunne yhteenkuuluvuudesta ja henkilökohtainen tai henkinen ulottuvuus. (Allman ym. 2009: 234–235, 241.)

Delle Fave:n ym. (2003:84, 86, 91, 92, 94) tutkivat the experience sampling method:in (ESM) eli kokemusotosmenetelmän (Csikszentmihalyi & Larson 1987) avulla italialaisten vuorikiipeilijöiden ajan käyttöä sekä siihen liittyvää kokemuksen laatua ja the experience fluctuation model:in (EFM) eli kokemuksen vaihtelevuutta kuvaavan menetelmän avulla koettuja ympäristön haasteita ja taitoja (Csikszentmihalyi & Larson 1987). Kun ympäristön haasteet ja omat kyvyt olivat positiivisia, koettiin flow:ta. Flow liittyi yleisimmin leiritoimintoihin ja itse kiipeämiseen ja flow kokemuksen aikana koettiin tilastollisesti merkitseviä positiivisia arvoja mielialassa, sisäisessä motivaatiossa, voimakkuudessa, sitoutumisessa ja itseluottamuksessa ja riskit koettiin keskiarvoa alemmaksi, vaikkakin tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevää. Suurin syy tehdä edellä mainittuja leiritoimintoja ja kiipeämistä, oli koska ihminen haluaa tehdä sitä. Riskit olivat pienessä roolissa kiipeilyssä, mutta riskit saattavat olla edellytys flow:n kokemiseen ja mahdollisuus flow:n kokemiseen, saattaa motivoida ihmisiä osallistumaan kiipeilyyn.

Bassi:n ym. (2010: 475, 479, 481, 485) tutkimuksessa tutkittiin myös the experience sampling method:in (ESM) eli kokemusotosmenetelmän avulla vuorikiipeilijöiden ajan käyttöä sekä siihen liittyvää kokemuksen laatua. Kokemuksen laatu ja tavoitteet vaihtelivat sääolosuhteiden mukaan. Suurimmat erot kokemuksessa olivat ankaran sääolosuhteen vallitessa ja sen jälkeen. Ankaran sääolosuhteen vallitessa raportoitiin merkittävästi alhaisempia arvoja sisäisessä motivaatiossa, voimakkuudessa, riskien arvioinnissa, itseluottamuksessa, haasteissa ja taidoissa. Yleisesti suurin osa tavoitteista liittyi itse kiipeilyyn riippumatta sääolosuhteista, joka mahdollisti sen, että kiipeilijät pystyivät palauttamaan mahdollisuutensa toimintaan huipun saavuttamattomuuden jälkeen. Flow kokemusta raportoitiin ennen ja jälkeen ankarien sääolosuhteiden, mutta koettu riski raportoitiin korkeammaksi ankarien sääolosuhteiden jälkeen. Tavoitteita raportoitiin eniten flow:n kokemisen aikana, joka viittaa siihen, että tavoitteiden asettaminen on luonteenomaista flow:n kokemiselle.

Arnegård:in (2006: 248–250) Haastatellessaan 12 eritasoista kiipeilijää muun muassa flow teorian pohjalta, osallistujat korostivat seikkailulajien intensiivisen kokemuksen mahdollisuutta, joka on moniulotteinen ja sisältää aktiivisen kehon eli kokemuksen olla kehossa, joka liikkuu harmonisesti, ulkoilmaelämän luonnollisessa ympäristössä, tarkat ja selkeät tavoitteet, täydellisen keskittymisen sekä oman liikkumisen kontrolloinnin. Tämä moniulotteinen kokemus näyttää olevan keskeinen palkkio ja motivaatio seikkailulajeihin osallistumiselle ja osallistujat haluavat kokea yhä uudelleen tämän ilon. Edellä mainitut osatekijät sisältyvät flow-kokemukseen, mutta menevät myös pidemmälle, kuin se.

#### **6.4 Mikä motivoi ihmisiä harrastamaan extreme-urheilulajeja?**

Ihminen voi olla suuntautuneita harrastukseensa ja itseensä, sekä omien taitojen kehittämiseen eli hän on tehtäväorientoitunut tai ihminen voi olla suuntautunut kilpailuun ja vertailuun eli hän on minäsuuntautunut. (Kaski 2006:142, 144–145.) Vain kahdessa tutkimuksessa mainittiin kilpailullisuus syynä osallistua extreme-urheiluun yleensä tai laitesukellukseen ja jälkimmäisessä vain miesten osalta, ei koko tutkimuksen osalta. (Coetzee 2010:575, Ko ym. 2008:122.) Kaikissa muissa tutkimuksissa itse harrastus ja sen osa-alueet olivat syitä osallistua extreme-urheiluun.

Kaiken kaikkiaan kahdessatoista tutkimuksessa viitattiin sisäisiin motiiveihin ja yhdeksäkään ei mainittu ulkoisia motiiveja tärkeimmiksi syiksi osallistua extreme-urheilulajeihin. Omien taitojen kehittäminen/omakuva tai lajin vaatima estetiikka/oman kehon kontrollointi/kokemus kehosta nousi tärkeimmäksi syyksi viidessä eri tutkimuksessa (Allman ym. 2009: 241, Ko ym. 2008:122, Kettunen & Saukko 1999: 21-25, Hurme & Rantala 1997, Ewert 1993: 337, Arnegård 2006: 249–250). Nautinto, rentoutuminen/irrottautuminen tai hauskuus oli viidessä tutkimuksessa tärkeimpiä syitä osallistua extreme-urheilulajeihin (Kettunen & Saukko 1999:21, 25, Jeon & Ridinger 2006: 331, Rauter ym. 2011: 86, Ko ym. 2008:122, Ewert1993: 337). Sosiaalisuus tai yhteenkuuluvuus oli viidessä tutkimuksessa tärkeimpiä syitä osallistua extreme-urheilulajeihin (Jeon & Ridinger 2006: 331, Ko ym. 2008:122, Allman ym. 2009, Hurme & Rantala 1997, Ewert 1993: 337). Myös henkinen ulottuvuus nousi syyksi Allmanin ym. (2009:

241) tutkimuksessa. Jännitys tai adrenaliiniryöppy nousi kolmessa tutkimuksessa syyksi harrastaa extreme-urheilulajeja (Rauter ym. 2011: 86, Ewert 1993: 337, Allman ym. 2009: 239, 241). Kolmessa tutkimuksessa myös luontoon liittyvät arvot ja kokemukset nousivat syyksi harrastaa extreme-urheilulajeja (Ewert 1993: 337, Hurme & Rantala 1997, Arnegård 2006: 250). Myös kolmessa flowta käsitelleessä tutkimuksessa sisäinen motivaatio nousi esiin, mutta näissä tutkimuksissa lähestymistapa oli erilainen, joten ne käsitellään erikseen kohdassa flow.

Ulkoiset motiivit, muun muassa raha, media tai sosiaaliset rajoitteet tai -tuki mainittiin kolmessa tutkimuksessa vähiten motivoiviksi asioiksi osallistua extreme-urheiluun (Jeon & Ridinger 2006: 327, Rauter ym. 2011: 86, Hurme & Rantala 1997 ).

Neljässä tutkimuksessa tutkittiin suoraan flow:n kokemista extreme-urheilulajeissa. Yhdessä tutkimuksessa flow:n kokemista kuvaavilla muuttujilla ei onnistuttu saamaan eroa eri extreme-urheilulajien harrastajien ryhmien välille (Kettunen & Saukko 1999:9, 21–25), kun taas kolmessa tutkimuksessa tutkittiin suoraan eritasoisten vuorikiipeilijöiden flow-kokemuksen esiintymistä ja kaikissa tutkimuksissa vuorikiipeilyn harrastajat kokivat flow-kokemuksia harrastuksen aikana. (Delle Fave:n ym. 2003:91, Bassi:n ym. , 2010: 481–482, Arnegård 2006: 248–250) Arnegård:in ja Bassi:n ym. tutkimuksissa vielä todetaan, että flow kokemukset saattavat olla syynä itse toimintaan eli tässä tapauksessa kiipeilyyn osallistumiseen.

Kohdassa sisäinen motivaatio on käsitelty flow kokemukseen liittyviä asioita irrallisina elementteinä, kuten taitoja ja lajin vaatimaa estetiikka, kontrollin tunnetta tai irrottautumisen tunnetta, mutta näissä tutkimuksissa ei käsitellä kaikki flow:hun liittyviä osatekijöitä kokonaisuutena, joten niistä ei voida päätellä kokevatko osallistujat flow-kokemuksia.

Eritasoisten vuorikiipeilijöiden toiminnan motiivit vaihtelivat retken tuloksen, sääolosuhteiden, sekä eri kiipeilyyn liittyvien toimintojen perusteella. Bassi:n ym. tutkimuksessa (2010: 481) ankaran sääolosuhteen vallitessa raportoitiin merkittävästi alhaisempia arvoja muun muassa sisäisessä motivaatiossa ja voimakkuudessa, kuin sää-

olosuhteen jälkeen. Ewertin (1993:337) tutkimuksessa tavoitteeseen pääsyssä epäonnistuneet kiipeilijät pitivät tärkeämpänä eri asioita muun muassa valokuvausta ja maisemia, kun taas tavoitteen saavuttaneet taas pitivät tärkeimpinä tavoitteena muun muassa innostumista/jännitystä. Delle Fave:n ym. (2003:91–92) tutkimuksessa flow liittyi yleisimmin leiritoimintoihin ja itse kiipeämiseen ja sen aikana koettiin positiivisia arvoja.

## 7 POHDINTA

Zuckermanin mukaan elämyshakuiset ihmiset saavat jokaisella elämystaluisuuden eli Sensation Seeking Scale (SSS-V) ala-asteikolla korkeita pisteitä ja asteikot vaihtelevat hiukan lajeittain (Booth & Thorpe 2007 248–249). Tämä tulos vahvistui suoraan kahdessa Sensation Seeking Scale mittaria suoraan käyttäneessä tutkimuksessa Schrader & Wann (1999: 435) ja Guszowska & Bołdak (2010:160) ja tätä tukivat vielä osittain kuusi muuta tutkimusta, joten extreme-urheilulajien harrastajien voidaan todeta olevan elämyshakuisia, tosin elämyshakuisuuden eri ala-asteikot vaihtelevat lajeittain (Hurme & Rantala 1997, Falkhäll:n & Bermanin 2009, Guszowska & Bołdak 2010:161 Rauter ym. 2011: 86, Ewert 1993: 337, Allman ym. 2009: 239, 241, Feherin ym. 1998:5).

Riskinottajia (risk-takers) pitäisi olla paljon extreme-urheilulajien harrastajissa, mutta tämän tutkimuksen mukaan asiassa on kaksi täysin kaksi vastakkaista näkökulmaa. Osassa tutkimuksia todettiin extreme-urheilulajien harrastajien etsivän riskejä ja osassa taas riskit olivat vähäisessä merkityksessä (Coetzee 2010:575, Kettunen & Saukkonen 1999, Hurme & Rantala 1997, Falkhäll & Markus Bergman 2009, Kajtna ym. 2004:86, Delle Fave:n ym. 2003:94, Ko ym. 2008: 117).

Zuckermanin tutkimusten mukaan elämyshakuisuus ja viisi suurta persoonallisuuden piirrettä liittyvät joiltain osin toisiinsa ja edellä mainitun elämyshakuisuuden vahvistuminen viittaa siihen, että myös seuraavilta osin viisi suurta persoonallisuuden piirrettä kuvailevat extreme-urheilulajien harrastajia. Eli avoimuuden uusille kokemuksille ja kokemusten tavoittelun välillä on positiivinen yhteys, sovinnollisuuden ja estottomuuden sekä alttiuden ikävystymiselle välillä taas on negatiivinen yhteys ja tunnollisuuden

sekä koko elämishakuisuuden ja alttiuden ikävystymiselle välillä on negatiivinen yhteys. Ulospäin suuntautuminen on vähäisesti yhteydessä elämishakuisuuteen vain sen yhden ala-asteikon eli jännityksen etsimisen takia ja samoin neuroottisuus siihen liittyvän impulsiivisuuden takia, vaikka nämä yläpiirteet eivät muuten kuvaakaan elämishakuisia ihmisiä. (Zuckerman 1994: 97–98.) Tässä tutkimuksessa kävi ilmi, että kokemusten taivoittelun kohdalla Zuckermanin yhteys pitää paikkansa, vaikka muuten extremeurheilulajien harrastajat todettiin avoimuudessa uusille kokemuksille suhteen ristiriitaisiksi. Zuckermanin edellä mainitsemista yhteyksistä poiketen taas ilmi, että extremeurheilulajien harrastajat ovat hiukan enemmän ulospäin suuntautuneita tai sosiaalisuudessa ristiriitaisia, kuin sisäänpäin suuntautuneita (Kettunen & Saukko 1999, Kajtna ym. 2004:28, Hurme & Rantala 1997, Schrader & Wann 1999:439, Coetzee 2010:575). Extreme-urheilun harrastajat ovat hiukan enemmän neuroottisia myös muun, kuin impulsiivisuuden suhteen (Coetzee 2010, Kettunen & Saukko 1999, Hurme & Rantala 1997, Feherin ym. 1998: 5). Myös osassa tunnollisuuden ala-asteikoissa extremeurheilijat saivat korkeita pisteitä, kun taas osassa sovinnollisuuden ala-asteikkoa he saivat matalia pisteitä eli he eivät ole niiltä osin sovinnollisia (Kettunen ja Saukko 1999, Coetzee 2010:575, Kajtna ym. 2004:36, Hurme & Rantala 1997).

Extreme-urheilulajeille ovat tyypillisiä vaihtoehtoiset, perinteisistä urheilu-arvoista poikkeavat arvot, kuten kilpailullisuuden ja sääntöjen puuttuminen, korkea riski ja henkilökohtainen vapaus. Extreme-urheilulajit voidaan Rinehartin (2000) mukaan määritellä myös lajeiksi, jotka tarjoavat ideologisesti tai käytännössä vaihtoehdon valtavirran urheilulle tai sen arvoille, kuten säännöille, kilpailullisuudelle ja maskuliinisuudelle. (Wheaton 2004:1-3). Motivaatiota tutkittaessa kaikissa muissa, paitsi kahdessa, tutkimuksissa itse harrastus ja sen osa-alueet olivatkin syitä osallistua extreme-urheiluun (Coetzee 2010:575, Ko ym. 2008:122). Tutkimusten mukaan urheilijat, jotka ovat mi-näsuuntautuneita pärjäävät hyvin kilpailuhenkisessä ilmapiirissä ja tehtäväorientoituneet ihmiset taas eivät pärjää tai viihdy tällaisessa ilmapiirissä. (Kaski 2006:142, 144–145.) Extreme-urheilulajit ovatkin nimenomaan vaihtoehto valtavirran kilpailua korostaville urheilulajeille ja tämä tulos vahvistaa sen, että näihin lajeihin hakeutuvat pääsääntöisesti tehtäväorientoituneet ihmiset.



Tehtäväorientoituneet ihmiset ovat suuntautuneet harrastukseen itseensä ja sen osaluokkiin, joka liittyy myös sisäisiin motiiveihin ja kaiken kaikkiaan kahdessatoista tutkimuksessa viitattiinkin sisäisiin motiiveihin ja yhdessäkään ei mainittu ulkoisia motiiveja tärkeimmiksi syiksi osallistua extreme-urheilulajeihin (Allman ym. 2009: 241, Ko ym. 2008:122, Kettunen & Saukko 1999: 21-25, Hurme & Rantala 1997, Ewert 1993: 337, Arnegård 2006: 249–250, Jeon & Ridinger 2006: 331, Rauter ym. 2011: 86, Delle Fave:n ym. 2003:91, Bassi:n ym. , 2010: 481–482, Arnegård 2006: 248–250). Sisäisessä motivaatiossa toimintaa osallistutaan ensisijaisesti sen itsensä takia ja motiiveina voivat tällöin olla ilo ja myönteiset emotionaaliset kokemukset, joita toiminta tai siihen liittyvä sosiaalinen yhteenkuuluvaisuuden tunne saavat aikaan. (Liukkonen ym. 2002:113).

Tässä tutkimuksessa suurimmiksi syiksi harrastaa extreme-urheilulajeja mainittiinkin taitoihin tai suoritukseen liittyvät asiat; positiiviset tunteet, kuten ilo sekä sosiaalisuus (Allman ym. 2009: 241, Ko ym. 2008:122, Kettunen & Saukko 1999: 21-25, Hurme & Rantala 1997, Ewert 1993: 337, Arnegård 2006: 249–250, Jeon & Ridinger 2006: 331, Rauter ym. 2011: 86). Sisäisesti motivoituneen ihmisen autonomian tunne on hipussaan ja hän ei koe, että kukaan kontrolloi hänen toimintaansa. (Liukkonen ym. 2002:113).

Flow liittyy läheisesti sisäiseen motivaatioon, sillä Flow kokemuksen aikana sisäinen motivaatio on huipussaan tai toisin sanoen Flow kokemus tekee toiminnasta sisäisesti motivoivan (Csikszentmihalyi ks. Weinber & Gould 2007:147-148). Flow tarkoittaa optimaalista kokemusta ja sille yhteisiä piirteitä ovat tunne siitä, että taidot riittävät haasteisiin nähden, toiminta suuntautuu tavoitteisiin ja on sääntöjen rajoittamaan ja antaa koko ajan selkeää palautetta yksilön suoriutumisesta. (Csikszentmihalyi 2005: 113). Kolmessa neljästä tutkimuksesta vuorikiipeilyn harrastajat kokivat flow-kokemuksia harrastuksen aikana. Arnegård:in ja Bassi:n ym. tutkimuksissa vielä todetaan, että flow kokemukset saattavat olla syynä itse toimintaan eli tässä tapauksessa kiipeilyyn osallistumiseen (Bassi:n ym. , 2010: 481–482, Arnegård 2006: 248–250).

Eritasoisten vuorikiipeilijöiden toiminnan motiivit vaihtelivat retken tuloksen, sääolosuhteiden, sekä eri kiipeilyyn liittyvien toimintojen perusteella. Motiivit eivät siis ole pysyviä, vaan niihin vaikuttavat myös ulkoiset tekijät, mutta extreme-urheilulajien harrastajat pystyivät silti löytämään sisäiset motiivit uudestaan olosuhteiden muututtua pa-

remmiksi tai muokkaamaan motiiveitaan retken onnistumisesta riippumatta ja näin ollen saaman silti positiivisia kokemuksia.

Yhteenvetona voidaan todeta extreme-urheilulajia harrastavien olevan persoonallisuuden piirteiltään elämishakuisia eli etsivät jännitystä ja kokemuksia ja he ovat estottomia, sekä alttiita ikävystymään ja riskinotto on ristiriitaista. Osa heistä on riskinottajia, kun taas osa pyrkii minimoimaan riskit. He ovat hiukan enemmän ulospäin suuntautuneita tai sosiaalisuudessa ristiriitaisia, kuin sisäänpäin suuntautuneita ja neuroottisia eli heillä on monenlaisia negatiivisia tunteita, pelkän impulsiivisuuden lisäksi. Muutamassa tutkimuksessa heidät todettiin vielä tarkoiksi tai tunnollisiksi ja julkisuudenhakuisiksi. Heidän avoimuutensa uusille asioille on ristiriitaista ja he eivät ole kovin sovinnollisia. Zuckermanin tutkimuksissa elämishakuisuus liittyi eri lailla eri extreme-urheilulajeihin ja tämän opinnäytetyön tulos tukee myös tätä vaihtelevuutta. Osittain ristiriitaisiin tuloksiin yhtenä hyvänä selityksenä on valittujen lajien ja harrastajien monimuotoisuus. Harrastajia oli eritasoisia, eri sukupuolta olevia, eri-ikäisiä ja useasta eri maasta. Extreme-urheilulajien luonne myös poikkeaa osittain toisistaan. Esimerkiksi vuorikiipeilyyn pitää valmistautua kauan, jopa vuoden ja se vaatii suuren rahallisen ja ajallisen panoksen, kun taas sopivien olosuhteiden maissa laitesukellusta voi harrastaa ympärivuoden ja itse sukellukset ovat lyhytkestoisempia eli laji ei vaadi niin suurta taloudellista ja ajallista panostusta.

Motivaation osalta taas voidaan todeta, että extreme-urheilulajien harrastajat ovat lähes poikkeuksetta sisäisesti motivoituneita ja tehtäväsuuntautuneita, mikä tukee Rinehartin (2000) määritelmää extreme-urheilulajeista lajeina, jotka tarjoavat ideologisesti tai käytännössä vaihtoehdon valtaviiran urheilulle tai sen arvoille, kuten säännöille, kilpailullisuudelle ja maskuliinisuudelle. (Wheaton 2004:1-3). Sisäiseen motivaation läheisesti liittyvä Flow kokemus on myös syynä harrastaa extreme-urheilulajeja. Flow tarkoittaa optimaalista kokemusta ja sille yhteisiä piirteitä ovat tunne siitä, että taidot riittävät haasteisiin nähden, toiminta suuntautuu tavoitteisiin ja on sääntöjen rajoittamaan ja antaa koko ajan selkeää palautetta yksilön suoriutumisesta. (Csikszentmihalyi 2005: 113). Taidot ja lajien vaatima estetiikka nousivatkin syiksi harrastaa extreme-urheilulajeja ja vaikka lajeissa ei kilpaillakaan, on niissä tarkat säännöt, joita on noudatettava, koska

lajeihin liittyy aina riski ja loukkaantumisen mahdollisuus on suuri, jos sääntöjä ja turvallisuusrajoituksia ei noudateta. Extreme-urheilulajit antavat myös koko ajan palautetta harrastajalleen. Välttymällä loukkaantumisilta ja vaaratilanteilta, harrastaja saa välitöntä palautetta suorituksestaan ja onnistumisestaan. Myös sisäisesti motivoiva sosiaalisuus oli suurimmalle osalle harrastajista tärkeää ja myös sitä kautta on mahdollista saada välitöntä palautetta. Extreme-urheilulajein harrastajien motivaatioon vaikuttavat myös ulkoiset tekijät, mutta he pystyvät silti löytämään positiivisia motiiveita harrastukselleen tai löytämään motivaation uudelleen ulkoisten olosuhteiden parannuttua.

## 7.1 Eettinen pohdinta

Tuomen ja Sarajärven (2009:132) mukaan laadullisen tutkimuksen uskottavuus ja tutkijan eettiset ratkaisut kulkevat yhdessä ja uskottavuus perustuu siihen, että tutkija noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä eli ”good scientific practice”. Hyvän tieteellisen käytännön loukkauksia ovat mm. muiden tutkijoiden vähättely tai puutteellinen viittaaminen aikaisempiin tutkimustuloksiin. Tieteellinen vilppi taas tarkoittaa vääristeltyjä, sepitettyjä tai luvottomasti lainattuja havaintoja, jotka tutkija esittää omanaan. Forsbergin & Wegnströmin (2003: 77–78) mukaan systemaattisen kirjallisuuskatsauksen eettinen pohdinta pitäisi tehdä suhteessa aineiston valintaan ja tuloksiin. On tärkeää pohtia seuraavia asioita: valitut tutkimukset on arvioinut eettinen komitea tai niiden eettisyyttä on valvottu tarpeeksi; kaikki tutkimukset, jotka on otettu mukaan kirjallisuuskatsaukseen, on tuotu julki ja arkistoitu turvalliseen paikkaan kymmeneksi vuodeksi ja kaikki tulokset, myös ne, jotka eivät tue tutkijan omaa näkökulmaa, on esitetty. Tämä systemaattinen kirjallisuuskatsaus toteutettiin Johanssonin ym. (2007: 5-6) vaiheiden mukaan. Tähän kirjallisuuskatsaukseen sisällytetyille tutkimuksille määriteltiin sisäänotto- ja pois-sulkukriteerit ja käytettiin tutkimusten laadun arvioinnissa soveltuvin osin mukaillen Johanssonin ym. (2007: 104,106) esittelemiä mittaristoja kvantitatiiviselle ja kvalitatiiviselle tutkimukselle, sekä kvantitatiivisten tutkimusten kohdalla myös Hirsjärvi ym. (2009: 136) esittelemiä kvantitatiiviselle tutkimukselle keskeisiä piirteitä. Näin ollen kirjallisuuskatsaukseen hyväksytyt tutkimukset noudattavat hyvää tieteellistä käytäntöä. Opinnäytetyöntekijä on myös dokumentoinut systemaattisen kirjallisuuskatsauksen haut ja sisällyttänyt kaikki kriteerit täyttävät tutkimukset opinnäytetyöhön, merkinnyt selke-

ästi ja asianmukaisesti lähdeviitteet ja esiteltyt kaikki tulokset sellaisena kuin ne ovat, riippumatta opinnäytetyöntekijän omasta näkökulmasta.

## 7.2 Tulosten hyödynnettävyys

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää syitä ja tekijöitä, jotka saavat ihmiset harrastamaan extreme-urheilulajeja. Työn tilaajana oli Tribevine Inc., joka halusi lisää taustatietoa extreme-urheilulajien harrastajista. He toivoivat voivansa käyttää tietoja hyödyksi yrityksen kehitystyössä muun muassa markkinoinnissa ja Internet-sivujen sisällön tuotannossa.

Viiden suuren piirteen ja riskioton suhteen tulokset olivat osittain ristiriitaisia, joten niitä ei välttämättä voi hyödyntää sellaisenaan esimerkiksi markkinoinnissa. Zuckermanin elämishakuisuus kuvasi kuitenkin melko hyvin extreme-urheilulajien harrastajia, joten sitä voidaan käyttää paremmin taustatietona esimerkiksi markkinoinnissa suunnitellussa kohdennettua markkinointia. On kuitenkin otettava huomioon, että elämishakuisuuden eri ala-asteikoiden voidaan todeta liittyvän eri tavalla eri lajien harrastajiin. Jos markkinointi halutaan kohdistaa terittäin tarkasti, on ensin tehtävä tutkimus kyseisen lajin harrastajista omana ryhmänä.

Motivaation kohdalla taas voitiin todeta, että extreme-urheilulajien harrastajat ovat lähes poikkeuksetta sisäisesti motivoituneita ja tehtäväsuuntautuneita ja he kokevat flowkokemuksia harrastuksensa parissa. Tässä tutkimuksessa suurimmiksi syiksi harrastaa extreme-urheilulajeja mainittiin taitoihin tai suoritukseen liittyvät asiat; positiiviset tunteet, kuten ilo sekä sosiaalisuus. Motivaatioita on ehkä helpompi käyttää esimerkiksi markkinoinnissa tai Internet-sivujen sisällöntuotannossa hyväksi kuin persoonallisuuden piirteitä. Esimerkiksi markkinoinnissa voidaan suoraan korostaa extreme-lajien vaatimia taitoja tai niiden tuomaa iloa. Kilpailullisuutta tai ulkoisia palkintoja taas ei kannata korostaa, koska extreme-urheilulajien harrastajat eivät ole ulkoisesti motivoituneita.

### 7.3 Jatkotutkimusehdotuksia

Tämän opinnäytetyön ulkopuolelle on rajattu muut, kuin psykologinen lähestymistapa extreme-urheilulajien harrastajiin, mutta extreme-urheilulajeja voidaan tarkastella monesta näkökulmasta, muun muassa fysiologisesta ja kemiallisesta tai sosiologisesta ja kulttuurillisesta näkökulmasta. Extreme-urheilulajien nousua voidaan Philipsin ja Tomlinsonin (1992) mukaan tarkastella myös jälki-teollistuneen tai -modernin yhteiskunnan keskeisten kysymysten ja ristiriitojen valossa, kuten oman identiteetin, yksilöllistymisen ja kulutuksen yksityistymisen valossa (Wheaton 2004:5). Tässä on jo useita eri näkökulmia, joita tutkimalla voidaan laajentaa kuvaa extreme-urheilulajien harrastajista. Tässä opinnäytetyössä kävi myös ilmi, että eri extreme-urheilulajien harrastajat poikkeavat osittain toisistaan eli tietyn lajin harrastajien ominaispiirteitä tutkittaessa olisi syytä pitäytyä tietyssä lajissa. Toisaalta olisi mielenkiintoisen jatkotutkimuksen paikka, tutkia missä lajeissa extreme-urheilulajien harrastajilla on samanlaisia piirteitä. Extreme-urheilulajien harrastajat poikkesivat demografisilta piirteiltään toisistaan, joten jatkossa voisi tutkia tietyn ikäisten tai vaikkapa naisten ja miesten välisiä eroja.

## LÄHTEET

Booth, Douglas & Thorpe, Holly. 2007, *Berkshire Encyclopedia of Extreme Sports*, Massachusetts: Berkshire Publishing Group LLC, 432 s.

Csikszentmihalyi, Mihaly. 2005, *Flow : elämän virta : tutkimuksia onnesta, siitä kun kaikki sujuu*, Helsinki : Rasalas, 426 s.

Forsberg, Christina & Wengström, Yvonne. 2003, *Att göra systematiska litteraturstudier*, Stockholm: Bokförlaget Natur och kultur, 216 s.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula. 2009, *Tutki ja kirjoita*, Helsinki : Tammi, 464 s.

Johansson, Kirsi, Axelin, Anna, Stols, Minna & Ääri, Riitta-Liisa. 2007. *Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen*, Turku : Turun yliopisto, 120 s.

Kaski, Satu. 2006, *Valmentautumisen psykologia kilpa- ja huippu-urheilussa*, Helsinki: Edita Prima Oy, 247 s.

Liukkonen, Jarmo, Jaakkola, Timo & Suvanto, Antti, 2002. *Rahasta vai rakkaudesta työhön : mikä meitä motivoi?* Jyväskylä : Likes-työelämäpalvelut, 315 s.

Metsäpelto, Riitta-Leena & Feldt, Taru. 2009, *Meitä on moneksi : persoonallisuuden psykologiset perusteet*, Jyväskylä : PS-kustannus, 357 s.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli. 2009, *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*, Helsinki: Tammi, 182 s.

Wheaton, Belinda. 2004, *Understanding lifestyle sports : consumption, identity and difference*, London : Routledg, 220 s.

Weinberg, Robert & Gould, Daniel. 2007, *Foundations of Sport and Exercise Psychology*, Champaign: Human Kinetics, 607 s.

Zuckerman, Marvin. 2007, *Sensation seeking and risky behavior*, Washington, DC : American Psychological Association, 307 s.

Zuckerman, Marvin, 1994. *Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking*, Cambridge : Cambridge University Press, 463 s.

Suulliset lähteet:

Karhunen, Ossi. 2011. *Haastattelu taustatiedoiksi koskien Tribevine Inc:ä.* [suul.]

Elektroniset lähteet:

Alan Ewert. 1993, Differences in the level of motive importance based on trip outcome, level of experience and group type, *Journal of Leisure Research*, Vol. 25, No.4, s. 335-349. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

Allman, Tara, Mittelstaedt, Robin, Martin, Bruce & Goldenberg, Marni. 2009, Exploring the Motivations of BASE Jumpers: Extreme Sport Enthusiasts, *Journal of Sport & Tourism*, Vol. 14, No. 4, s. 229–247. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

Arnegård, Johan. 2006, *Upplevelser och lärande i äventyrssport och skola*, Ruotsi: Doktorsavhandling, Lärarhögskolan i Stockholm, Institutionen för samhälle, kultur och lärande. Saatavilla: DIVA. Haettu 5.12.2011

Coetzee, N. 2010, Personality pro-files of recreational scuba divers, *African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance*, Vol. 16, No. 4, s. 568-579. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

Falkhäll, Glenn Falkhäll & Bergman, Markus. 2009. *Extrema sportutövare - Heroiska äventyrare, naiva idealiser eller galna risktagare*, Magisteruppsats, Ruotsi: Linköpings universitet, Kultur Samhälle Mediegestaltning. Saatavilla: DIVA. Haettu 5.12.2011.

Delle Fave, Antonella, Bassi, Marta & Massimini, Fausto. 2003, Quality of Experience and Risk Perception in High-Altitude Rock Climbing, *Journal Of Applied Sport Psychology*, No. 15, s.-82-98. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

Feher, P., Meyers, M.C. & Skelly, W.A. 1998, Psychological profile of rock climbers: state and trait attributes, *Journal of Sport Behavior June*, Vol. 21 Issue 2, s. 167-180. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

Guszkowska M. & Bołdak A. 2010, Sensation seeking in males involved in recreational high risk sports, *Biology of Sport*, Vol. 27 No3, s. 157-162. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

Hurme, Tommi & Rantala, Mikko. 1997, Vaarallisten urheilulajien viehäytys, pro-gradu, Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, Liikuntapedagogiikan laitos. Saatavilla: JykDok. Haettu 20.11.2011.

Jung-Hwan Jeon & Lynn L. Ridinger. 2006, *An Examination of Sport Commitment of Windsurfers*, USA: Department of Human Movement Science. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

Kajtna, Tanja, Tu-sak, Matej, Baric, Renata & Burnik, Stojan. 2004 Personality in High-Risk Sports Athletes, *Kinesiology*, No. 36, s. 24-34. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

Kettunen, Sampo & Saukko, Marko. 1999, *Elä tai kuole: extreme-lajien harrastajien persoonallisuuden rakenne ja toiminta, lajitoiminnan motiivit ja flown kokeminen*, pro-gradu, Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, Psykologian laitos. Saatavilla: JykDok. Haettu 20.11.2011.



Ko, Yong Jae, Park, Hyewon & Claussen, Cathryn. 2008, Action sports participation: consumer motivation, *International Journal of Sports Marketing & Sponsorship*, January, s. 111-124. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

Samo Rauter & Mojca Doupona Topič. 2011, Perspectives of the sport-oriented public in slovenia on extreme sports, *Kinesiology*, No. 43, s. 82-90. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

Schrader Michael & Wann Daniel. 1999, *High-Risk Recreation: The relationship between Participant Characteristics and Degree of Involment*, Master Thesis, USA: Department of Psychology. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

Bassi, Marta & delle Fave, Antonella. 2010, Impact of Extreme Weather Conditions on High-Altitude Climbers' Goals and Quality of Experience, *Journal of Leisure Research*, Vol. 42, No.3, s. 469-488. Saatavilla: SPORTDiscuss. Haettu: 6.12.2011.

## LIITTEET

| Kirjoittajat                        | Tutkimus  | Kvantitatiiviset kysymykset |   |   |   |   |   |   |   |   |   | Yhteensä | Laatuluokka |
|-------------------------------------|---|-----------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----------|-------------|
|                                     |   | 1                           | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |   |          |             |
| 1. Sampo Kettunen, Marko Saukko     | Elä tai kuole: extreme-lajien harrastajien persoonallisuuden rakenne ja toiminta, lajitoiminnan motiivit ja flown kokeminen | 1                           | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 7 | 1        |             |
| 2. Schrader Michael, Wann Daniel    | High-Risk Recreation: The relationship between Participant Characteristics and Degree of Involment                          | 1                           | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9 | 1        |             |
| 3. Jung-Hwan Jeon, Lynn L. Ridinger | An Examination of Sport Commitment of Windsurfers   | 1                           | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 8 | 1        |             |
| 4. N. Coetzee                       | Personality profiles of recreational scuba divers   | 1                           | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 1 | 7 | 1        |             |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 5. Samo Rauter, Mojca Doupona Topič                       | Perspectives of the sport-oriented public in Slovenia on extreme sports | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 8 | 1 |
| 6. Yong Jae Ko, Hyewon Park, Cathryn L Claussen           | Action sports participation: consumer motivation                        | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9 | 1 |
| 7. Tanja Kajtna, Matej Tusak, Renata Baric, Stojan Burnik | Personality in High-Risk Sports Athletes                                | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 8 | 1 |
| 8. Guskowska M.1, Bołdak A.                               | Sensation seeking in males involved in recreational high risk sports    | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 8 | 1 |
| 9. Feher, P., Meyers, M.C., Skelly,                       | Psychological profile of rock climbers: state and                       | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 1 | 7 | 1 |

|                |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| W.A.           | trait attributes   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 10. Alan Ewert | Differences in the level of motive importance based on trip outcome, level of experience and group type, Alan Ewert, 1993, USA | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9 | 1 |

| Kirjoittajat  | Tutkimus   | Kvalitatiiviset kysymykset |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |     |     | Yhteensä | Laatuluokka |   |
|---|--|----------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|-------------|---|
|   |  | 1.                         | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. | 11. | 12. | 13. | 14. | 15. |          |             |   |
| 11. Tommi Hurme, Mikko Rantala                            | Vaarallisten urheilulajien viehätys                                  | 1                          | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1        | 13          | 1 |
| 12. Tara L. Allman, Robin D. Mittelstaedt, Bruce Martin & | Exploring the Motivations of BASE Jumpers: Extreme Sport Enthusiasts | 1                          | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 14       | 1           |   |



| Ruotsi                                  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |   |
|---|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|---|
| 17. Malkin, M.J.,<br>Rabinowitz,<br>E.  | <i>Sensation seeking and high-risk recreation</i>  | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 7 |  | 2 |
| 18. Alan Ewert,<br>Shayne Gal-<br>loway | <i>Adventure Recreation: what is new for resource managers, public policy analyst and recreation providers</i> | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 7 |  | 2 |