



Ammattijääkiekkoilun hyödyt uran jälkeiseen työelämään

Ville Järveläinen

Haaga-Helia ammattikorkeakoulu

Amk-Opinnäytetyö

2022

Liiketalouden tutkinto

Laadullinen tutkimus

<p>Tekijä Ville Järveläinen</p>
<p>Tutkinto Tradenomi</p>
<p>Opinnäytetyön nimi Ammattijääkiekkoilun hyödyt uran jälkeiseen työelämään</p>
<p>Sivu- ja liitesivumäärä 31+1</p>
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tämä opinnäytetyö käsittelee ammattilaisjääkiekko uraa ja siellä opittuja työelämäntaitoja, niin fyysisiä kuin psyykkisiäkin taitoja. Opinnäytetyössä haetaan vastausta siihen, miten ammattilaisjääkiekkoura valmistaa työelämään, sekä kuinka uran aikana opittuja työelämäntaitoja pystyy hyödyntämään uran jälkeisessä työelämässä.</p> <p>Opinnäytetyö käsittelee nimenomaan ammatikseen jääkiekkoa pelaavia, uran pituudella ei ole niinkään suurta merkitystä, vaan sillä, että on pelannut ammatikseen ja toiminut kilpaurheilussa. Työelämäntaitoja tutkitaan ja lähestytään erityisesti siltä kantilta, mitä urheilija on itse oppinut urheilu uran aikana, eli sellaisia taitoja, joita ei välttämättä opita kirjasta lukemalla tai koulun penkillä. Urheilu-uran aikana opittuja psyykkisiä työelämäntaitoja tutkitaan muun muassa urheilupsykologian kirjallisuuden näkökulmasta sekä haastateltujen henkilökohtaisista kokemuksista ja näkökulmista.</p> <p>Opinnäytetyö suoritetaan laadullisena tutkimuksena ja siinä käytetään apuna teemahaastattelua, sillä siitä on parhaiten hyötyä tutkimustuloksen suhteen ja sitä kautta saadaan käytännön kokemuksista tietoa. Kaikki haastattelut ovat suoritettu marraskuun 2022 aikana.</p> <p>Tutkimustuloksena on, että jääkiekkouran aikana opituista työelämäntaidoista on ollut selkeää hyötyä ja se on valmistanut merkittävästi jääkiekkouran jälkeiseen työelämään. Jokaisen haastateltavan kohdalla esille nousivat erityisesti ryhmätyötaidot sekä useita muita käytännön kautta opittuja työelämän taitoja.</p> <p>Huomattavaa on kuitenkin se mihin työhön päätyy ammattiuran jälkeen ja kuinka paljon kyseisessä työssä pystyy käyttämään jo opittuja taitoja. Kaikissa ammateissa ei välttämättä ole yhtä paljon hyötyä kyseisistä taidoista ja se jäikin hieman tulkinnanvaraiseksi, että missä työssä jääkiekkouran aikana opittuja työelämäntaitoja pääsee hyödyntämään parhaiten.</p>
<p>Asiasanat Työelämäntaidot, Ammattilaisjääkiekkoura, Ryhmätyötoidot, Psyykkiset taidot.</p>

Sisällys

1Johdanto.....	2
2Tutkimusongelma ja rajaukset.....	3
3Työelämäntaidot	5
3.1Ryhmätyötaidot	5
3.2Työlle omistautuminen ja sen innostavuus	6
3.3Tulosvastuussa toimiminen ja tulosvastuun ymmärtäminen.....	8
3.4Esimiehen rooli.....	9
3.5Esimiestaidot.....	9
3.6Alaisen rooli.....	10
3.7Työskentely monikulttuurisessa työympäristössä	10
4Ammattilais ura ja työelämään siirtyminen	12
4.1Urheilu-ura ja sen merkitys	13
4.2Urheilijan psyykkiset taidot	14
4.3Tavoitteellinen urheilu.....	15
4.4Johtamistaidot	16
4.5Verkostoituminen.....	18
4.6Valmiudet työelämään	19
5Tutkimuksen suorittaminen	20
5.1Teemahaastattelu menetelmänä	21
6Miten ammatti jääkiekkoura valmistaa työelämään?	23
6.1Jääkiekkouran merkitys urheilijalle	24
6.2Mitä on ammattiurheilu?	25
6.3Huippu valmentajien kanssa toimiminen.....	26
7Pohdinta	30
Lähteet.....	32
Liitteet	37

1 Johdanto

Oma opinnäytetyön aihe on ollut itselleni melko selvä jo hyvin pitkään. Aloitin Haaga-Heliassa opiskeluni avoimen ammattikorkeakoulun puolella kiekkoilijan opintopolulla vuonna 2017 ja sen jälkeen siirryin normaaliksi tutkinto-opiskelijaksi. Olen usein kuullut puhuttavan jääkiekkourani aikana siitä, kuinka ammattijääkiekkoilijat jäävät uran jälkeen niin sanottusti ”tyhjän päälle”. He eivät löydy töitä tai heitä ei valita niin sanottuihin ”oikeisiin töihin”. Käsittääkseni ainakin osittain tämän takia kyseinen kiekkoilijan opintopolku on järjestetty suomalaisille ammattijääkiekkoilijoille helpottamaan uran jälkeistä työelämään pääsyä ja lisäämään urheilijan koulutusta.

On selvää, että ammattikorkeakoulun käyneellä urheilijalla on todennäköisesti paremmat lähtökohdat työelämään kuin vain peruskoulun käyneellä urheilijalla. Tässä opinnäytetyössä haluan tuoda esille myös niitä työelämän taitoja ja hyötyjä, joita ammattijääkiekkouran aikana on mahdollisuus oppia ja uran jälkeen tulevaisuudessa niitä mahdollisesti hyödyntää.

Henkilökohtaisesti itselleni oli tärkeää, että opinnäytetyön aihe on minulle kiinnostava, ja jollain tapaa myös sellainen, että pystyn siihen samaistumaan. Haluan jakaa myös omia kokemuksia ja vertailla niitä, kirjallisuudesta haettuihin tietoihin sekä teemahaastattelun kautta saatuun informaatioon. Opinnäytetyön aihe tuntui itselleni selkeältä, kiinnostavalta ja tärkeältä. Halusin todistaa vääräksi väitteen, että jääkiekkoilija olisi vähäpätöinen uransa jälkeiseen työelämään sen takia, että jääkiekossa ei opita muuta kuin itse jääkiekkoa, eikä jääkiekkoura kehittäisi muita työelämässä tarvittavia taitoja.

Tässä opinnäytetyössä tullaankin paneutumaan nimenomaan niihin asioihin, joita ammattijääkiekkoilijalla on mahdollisuus ammattiuran aikana oppia ja käyttää niitä työelämäntaitoja myöhemmässä vaiheessa ammattiuran jälkeen. Tarkemmin sanottuna, mitä on ne työelämäntaidot, joita ammattijääkiekkoilijalla on mahdollisuus uransa aikana oppia, niin fyysisiä taitoja kuin psykologisiakin taitoja, ja kuinka opitut asiat valmistavat työelämään. Käytin apunani myös teemahaastattelua ja haastattelin itse neljää entistä ammattijääkiekkoilijaa, jotka kaikki ovat jo päättäneet urheilu-uransa ja siirtyneet muiden töiden pariin.

2 Tutkimusongelma ja rajaukset

Tutkimuksen kohteena on aina joku ympäröivä ilmiö, jota lähestytään eri näkökulmista. Jorma Kananen kuvaa kirjassaan, Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas, kuvaa tutkimusilmiön käsitettä seuraavasti, ”ilmiöitä voidaan lähestyä monesta eri näkökulmasta esimerkiksi juridisesta näkökulmasta tai henkilöstöjohtamisen näkökulmasta, riippuen tutkijan opiskeluista tai mielenkiinnonkohteista. Meitä ympäröivään ilmiöön liittyy aina jokin ongelma, joka halutaan tutkimuksen avulla ratkaista, jota kutsutaan tutkimusongelmaksi.” (Kananen, J. 2010).

Niin kuin jo johdannossa mainitsin, tavoitteenani on todistaa vääräksi väite, että ammattijääkiekkoilija tippuisi ”tyhjän päälle” urheilu-uran jälkeen eikä omistaisi kovin hyviä työelämäntaitoja jääkiekkouransa jälkeen. Todistaakseni väitteen vääräksi, tutkin niitä asioita, joita urheilija oppii urheilu-uran aikana työelämäntaidoista. Tämä toimii opinnäytetyössä tutkittavana ilmiönä. Aihetta lähestyn omassa arjessani opittujen asioiden pohjalta sekä ammattijääkiekkouransa jo lopettaneiden haastateltavien näkökulmasta.



Kuva 1. DEL logo.



Kuva 2. Liiga logo.

Opinnäytetyö rajautuu selkeästi ammattijääkiekkoilijoihin. Samoja työelämän taitoja toki voi oppia myös yksilöurheilijat, sekä muiden joukkueurheilulajien urheilijat. Yksilöurheilijoiden ja joukkueurheilijoiden oppimien taitojen välillä voi olla merkittäviäkin eroja muun muassa harjoittelukulttuurieroista johtuen, jonka takia näitä kahta eri urheilumuotoa ei tulisi sekoittaa keskenään. Tämän takia tässä opinnäytetyössä paneudutaan nimenomaan ja yksinomaan jääkiekon arjen kautta tulleisiin oppeihin.

Itse aktiivisena ammattijääkiekkoilijana, pystyn samaistumaan aiheeseen sekä pohtimaan sitä, mitä työelämäntaitoja itse koen oppineeni jääkiekon kautta. Opinnäytetyö kohdistuu suurimmaksi osaksi jo aktiiviurheilu-uransa lopettaneisiin jääkiekkoilijoihin. Haastattelussa olen haastatellut 32-

50vuotiaita henkilöitä, joiden mediaani-ikä oli 40-vuotta. Tämän kohderyhmän tavoittaminen oli itselleni hyvin helppoa jääkiekon kautta tulleen verkostoitumisen ansiosta.



Kuva 3. Harri Pesonen maajoukkue.

3 Työelämäntaidot

Peda.net.:n artikkelissa kuvataan työelämäntaitoja muun muassa seuraavasti; Työtä tehdessäsi sinulla tulee olla lukuisia erilaisia työelämäntaitoja, jotka mahdollistavat laadukkaan työskentelyn. Lähestulkoon jokainen ammatti vaatii erityisomaamisen, Nämä erityistaidot opitaan yleensä ammattiin valmistavassa koulussa, jonka jälkeen työtaitoja pyritään kehittämään parhaansa mukaan itse ammatissa. Ammattitaito ei suinkaan ole ainoa työelämäntaito, jota tarvitset. Työelämäntaitoihin lukeutuu kaikki ne taidot ja tiedot, jota vaaditaan työelämässä menestyäkseen ja pärjätäkseen.

Mitä nämä työelämäntaidot ovat? Työelämän taidot ovat pitkälti samoja taitojen mitä tarvitaan ihan normaalissa arjessa tai vaikkapa hyvien kaverisuhteiden ylläpitämisessä, harrastuksissa tai koulutyössä. Positiivinen asenne, hyvät keskustelutaidot, itse ohjautuvuus, aktiivisuus, ovat poikkeuksetta työelämäntaitoja jotkan mainitaan. Tämän lisäksi itse ammattitaito on tietenkin erittäin tärkeä osa-alue. Jokainen esimies haluaa alaisikseen oma-aloitteisia hyvällä asenteella varustettuja, aktiivista työntekijöitä, jotka pystyvät edistämään omaa työyhteisöään. Ellei työntekijällä ole näitä taitoja, edes ammattitaito ei korvaa puutetta.

Myös yleiset osaamisvaatimukset kasvavat koko ajan. Nykypäivänä työntekijän tulisi omata taidot kehittää itseään, sekä olla positiivisesti innostunut oppimaan uusia asioita. Lisäksi työntekijän täytyy pysyä kehityksessä mukana. Muun muassa mediataidot, kommunikointi sosiaalisen median välityksellä, sekä tietotekniset-aidot ovat nykypäivää nyt ja tulevaisuudessa.

Työelämäntaitoihin kuuluvat myös työnhakutaidot. Monelle se ensimmäinen työ ei ole elämäntyön mittainen työpaikka. Jopa haluamalleen alalle voi olla hankaluuksia päästä ekalla yrittämällä. Tämän lisäksi työn luonne muuttuu, työpaikat ja työn teko muuttuvat teknologian kehittyessä. Tämä voikin johtaa siihen että työpaikkoja voi joutua etsimään itselleen, useammin kuin työntekijä itse aina haluaisi. (Peda.net).

3.1 Ryhmätyötaidot

Kaisa Vuorinen kuvaa kirjassaan ryhmätyötaitoja seuraavasti, Tärkeitä ryhmätyötaitoja ovat kuuntelemisentalo, joustavuus asioissa, sekä ystävällisyys toisia kohtaan. On tärkeää, että jokainen tuntee tulleensa kuulluksi, tämä myös lisää vuorovaikutusta. Ryhmän jäsenet auttavat toinen toistaan, sillä tavoin saadaan myös hyödynnettyä toistemme vahvuuksia, sekä oppia toisiltamme.

Ryhmässä toimimisessa on oltavat halu, että myös muut onnistuvat ja pärjäävät, se on yhteisen edun mukaista ajattelua ja toimimista. On myös tärkeää että jokaisella ryhmässä on hyvä ja turvallinen olla, se luo psykologista turvaa, joka antaa mahdollisuuden myös epäonnistua. (Kaisa Vuorinen, 2017 Luonteenvahvuudet).



Kuva 4. Teamwork

Ryhmätyötaitoissa on oleellista hyväksyä muut sellaisinaan kuin he ovat, mutta erityisen tärkeää on, että yhteiset pelisäännöt on tehty selväksi kaikille ja niitä noudatetaan. Useasti ryhmässä toimiessa selkeiden rajojen laatiminen ja yhteisten pelisääntöjen tekeminen luo turvaa työympäristöön ja sitä kautta jokainen yksilö pystyy olemaan paras mahdollinen versio itsestään ryhmässä.

Mikäli työnkuvaan kuuluvat roolienjako, on erityisen tärkeää, että jokainen ryhmässä työskentelevä tietää mikä on oma roolinsa työn suhteen, sekä hyväksyy sen sellaisenaan. Tämä on monesti ehdoton lähtökohta toimivalle ryhmälle, ainakin tapauksissa, joissa puhutaan urheilusta tai jostain muusta, missä tavoitellaan voittoa mahdollisesti toisesta samankaltaisesta ryhmästä.

3.2 Työlle omistautuminen ja sen innostavuus

Työlle omistautuminen ja muun elämän rakentaminen ja priorisoiminen työlle vaatii lähestulkoon poikkeuksetta, että työ on mielekästä ja mukavaa. On suuri merkitys sillä kuinka merkittäväksi koet

työsi ja kuinka innostava se on sinulle. Sillä merkittävä osa elämästä kuitenkin kuluu työn parissa. Taloudellisen merkityksen lisäksi, työn parista tulee sosiaalisia verkostoja, sekä monesti työ myös muokkaa itseäsi sellaiseksi kuin olet.

Työstä monesti ajatellaan että on etuoikeus tehdä töitä muiden hyväksi ja se myös auttaa arvostamaan itseään enemmän. Onnistumisen tunteet ja mielekäs työ koetaan tärkeänä asiana ihmisille. (Pakka & Rätty 2010).

Mistä muodostuu mielekäs työ? Se on nauttimista työstä jossa työntekijä kokee olevansa turvallisessa työympäristössä, jossa kokonaisvaltainen hyvinvointi otetaan huomioon. Tekemällä mielekästä työtä, myös stressin tunne ja alakuloisuus vähenee. Työhyvinvointi ja työn mielekkyys on olennaisessa osassa myös tuotettavuutta, sekä työn laadun takeena. (Järvinen 2014).

Tulevaisuudessa niinkuin nykypäivänäkin hyvä työntekijä on hyvällä asenteella toimiva, motivoitunut ja ammattitaidon osaava. Tämän vuoksi onkin tarve pitää huolta työpaikoilla työhyvinvoinnista ja jatkuvasti tarkastella, kuinka työntekijät viihtyvät työssään. Työntekijän olisi hyvä tunnistaa oman työnsä jälki ja olla ylpeä siitä, sekä pystyä analysoimaan omaan työhönsä edes jossain määrin. Motivoitunut työntekijän tehdessään mielekästä työtä innostaa myös kanssa työntekijöitä, joka taas synnyttää positiivista ilmapiiriä ja edistää työhyvinvointia. (Järvinen 2014: Jarenko & Tukka 2017: Suonsivu 2014).

”Omasta mielestään mielekästä työtä tekevä ihminen kokee työniloa.” (Jabe 2010).

Mitä on innostuminen? Innostuminen on omakohtainen kokemus asiasta, joka antaa ihmiselle mielihyvää tavalla tai toisella. Innostumisen mittaria on hankala määritellä, sillä jokainen ihminen innostuu eriasioista ja eritavalla. Asioista kiinnostuminen, uteliaisuus, lisää tiedon hankkiminen ja sitä kautta oivaltamiset ovat tavallisia piirteitä innostuneelle ihmiselle. Positiivinen innostuminen myös lisää tiedon janoa, sekä halukkuutta kokea tunnetta uudelleen ja uudelleen. Innostuminen on yleensä seurausta jonkinlaisesta onnistumisesta, se myös motivoi ihmistä tavoittelemaan sitä jatkossakin. (Jaakkola 2019).

Työnantajan näkökantilta työntekijän innostuminen on loistava asia, sillä silloin työntekijällä on työhyvinvointi asiat kunnossa ja mieli kirkkaan jolloin häneltä voi odottaa myös hyvää työpanosta. (Martela 2015).

Innostuneena työntekijän myös omaksuu asioita paremmin ja nopeemmin, sekä levittää positiivista asennetta työtä kohtaan. Innostuneet ja positiiviset työntekijät ovat liki 30 prosenttia tuottavampia ja yli 30 prosenttia sitoutuneempia työtään kohtaan kuin ei innostuneet työntekijät. (Porat ym. 2012).

Myös työn ulkopuolisella hyvinvoinnilla on merkitystä työhyvinvointiin. Työn ulkopuolella hyvinvoiva työntekijä synnyttää imua työyhteisöön. Työn imu taas motivoi työntekijää sitoutumaan työhönsä pidempään, jolloin vaihtuvuutta ei tapahdu liikaa työntekijöissä. Sitoutunut työntekijä haluaa antaa työnantajalleen parhaan mahdollisen työpanoksen. Tämä on olennaista toimivassa työympäristössä ja positiivisessa ilmapiirissä. (Manka&Manka 2016).

3.3 Tulostavuuksessa toimiminen ja tulostavuuksun ymmärtäminen

Tulostavuuksun ja tulostavuuksun johtaminen ei suinkaan sovellu kaikkiin ammattiteihin ja joissakin ammattiteissa on jopa syytä välttää tulostavuuksun toimimista, sillä se voi olla hyvin arvoituksellista. Liike-elämässä panos-tuotosarviointi sekä analyysi sen sijaan soveltuu hyvin, sillä panokset voidaan mitata rahalla ja samoin tuotot.

Esimerkiksi kasvatuksessa tilanne on aivan toinen. Voidaan kyllä laskea, kuinka paljon jonkun opiskelijan koulutus maksaa, mutta minkä arvoinen tulos on rahassa arvioituna, on mahdotonta mitata. Voidaan myös laskea, kuinka paljon esimerkiksi laudaturylioppilaita tuotetaan eri kouluissa verrattuna koulutuksen kustannuksiin. Mikä on yksittäisen opettajan osuus tuotoksessa? Sitä on vielä mahdottomampi arvioida. Kaikkein mahdottominta on peruskoulun kasvatuspainotteisen työn arviointi tulostavuuksuperiaatteella. Kasvatuksen tulokset näkyvät vasta monien vuosien jälkeen. (Turun sanomat Arvo Järvelä.)

Urheilu maailmassa etenkin tulostavuuksun mitataan yleensä joukkueen toimesta sarjataulukon mukaan ja verrataan joukkueen pärjäämistä muihin joukkueisiin nähden. Vertailussa usein analyysinä toimiin suoraan pistetaulukko. Yksilön kohdalla taas tulostavuuksun voidaan mitata monella eritapaa esimerkiksi fyysisillä tai taidollisilla eri osa-alueilla. Niin sanotulla tulostavuuksun pelaajalla, viitataan jääkiekko maailmassa pelaajaan, jolta odotetaan enemmän maaleja ja syöttöjä joukkueen tulokseen. Sen sijaan toista pelaajaa saatetaan arvioida sen mukaan, kuinka useasti hän on kentällä, kun vastustaja tekee maalin. Useimmiten kuitenkin jokaisella pelaajalla on jonkin näköinen tulostavuuksun joukkueessa, ja sitä arvioidaan viikoittain, sillä tapaa yksikään pelaaja ei ole ammattilaisjääkiekko joukkueessa tulostavuuksun ulkopuolella, vaikkakin osalle pelaajista tulostavuuksun pelaaminen voi olla niin fyysisesti kuin henkisesti haastavampaa. Samaan hengenvetoon täytyy kuitenkin myös todeta, että yleensä myös palkkiot menevät hyvin pitkälti

tulosvastuun mukaan. Niin kuin on muussa työelämässä, jossa vastuun lisääntyminen yleensä myös kerryttää tienistejä.

3.4 Esimiehen rooli

Esimiehen roolilla tarkoitetaan odotuksia, joita työyhteisö ja sidosryhmät asettavat esimiehen työlle ja ajankäytölle, joihin esimiehen tulisi vasta toiminnallaan. (Aarnikoivu, H.2010.) Vaikka esimiehen rooli on tietyssä mielessä muuttunut, sen missio on pysynyt samana ja sen asema organisaation menestyksen kannalta on kriittinen. Esimies on aina se kenestä alaiset katsovat mallia ja oppivat. Esimerkin näyttäminen on tärkeässä roolissa oikeiden toimintamallien edistäjänä ja tämä tekee juuri esimiehen roolista tärkeän, sillä esimiehen teot tulkitaan sallituiksi ja arvostetuiksi tavaksi toimia. (Surakka, t & co.2013).

Esimiehen tehtäviin kuuluu valvoa että työntekijät toimivat annettujen käskyjen mukaan sekä noudattavat työntekijän velvollisuuksia. Esimies on myös vastuussa työntekijöidensä oikeuksista, työturvasta ja muista lain määrittämistä oikeuksista. Esimiehellä on vastuu myös itse noudattaa työnantajan velvollisuuksia, sekä havaita tilanteet, joissa joko työnantaja tai työntekijä rikkoo sopimuksessa laadittuja asioita, tai laiminlyö työlainsäädäntöä. (Johtajuus info).

3.5 Esimiestaidot

Hyvä esimies on aina niin sanotusti tilanteen tasalla. Hän tietää mitä tapahtuu ja mitä pitäisi tapahtua. Hyvä esimies ottaa kaikki huomioon, omaa hyvät kommunikaatiotaidot, on luotettava ja reilu kaikkia kohtaan. Hyvällä esimiehellä on myös kyky toimia ja reagoida muuttuneisiin tilanteisiin. Positiivisen ilmapiirin luominen työympäristöön lähtee, hyvin useasti esimiehen tavasta kohdella alaisiaan.

Alle listaan mielestäni esimiehen tärkeitä taitoja:

- Motivaatio
- Itsensä johtamisen taito
- Tarkastelun ja havainnoinnin taito
- Ilmapiirin luominen
- Myönteinen tavoitteellisuus
- Taito tehdä onnistumisesta mahdollista
- Oikeudenmukaisuus

- Läsnäolo
- Palautteen antaminen ja vastaanottaminen

3.6 Alaisen rooli

Alaistaidoista ja alaisrooleista alettiin puhua enemmän vasta 2000-luvun alussa. Johtamistyylin muuttuessa myös alaisilta vaadittiin enemmän vastuunottoa ja itsenäistä työskentelyä. Tämän myötä alaisen rooliin ja tehtäviin aloitettiin kiinnittää huomattavasti enemmän huomiota. (Aarnikoivu H. 2010).

Alaisen rooliin kuuluu nykyään entistä enemmän itsensä johtaminen. Rooli on täten muuttunut paljon vastuullisemmaksi kuin aikoinaan ja työtehtävien määrä on saattanut lisääntyä. Itsensä johtamisen tärkeyden kasvuun ovat vaikuttaneet muun muassa jatkuva kiire, ympäristön muuttuminen ja jatkuva uudistuminen ja tämä ei ole kaikille yhtä helppoa. (Aarnikoivu H. 2010).

Lyhykäisyydessään itsensä johtaminen on itseensä tutustumista ja sen perimmäinen tavoite on hyvinvoinnista huolehtiminen. (Sydänmaalanka, Pentti. 2011).

Hyvä alainen omaksuu hänelle annetut työtehtävät ja suorittaa ne niin kuin pyydetään.

Alle listaan asioita mitkä mielestäni ovat hyvän alaisen taitoja:

- Hyvä motivaatio ja asenne työtä kohtaan
- Osaaminen työtehtäviin
- Ymmärtää työnantajan tavoitteen ja pyrkii niihin
- Kantaa vastuun omasta työstään
- Luottaa johtoon ja muihin kollegoihin
- Halu kehittää itseään ja oppia
- Palautteen vastaanottaminen

3.7 Työskentely monikulttuurisessa työympäristössä

Monikulttuurisuutta voidaan määritellä erilaisten väestöjen kautta, nämä voivat olla uskonnollisia, maailmankatsomuksellisia tai kulttuurisia väestöryhmiä. Samuel P. Huntington sen sijaan jakaa monikulttuurisuuden elilaisiin siviilisaatioihin samassa yhteiskunnassa. Hänelle uskonto ja sen

mukana tulevat arvot toimivat keskeisenä aiheina siviilisaatioille. Hän ihailee positiivista syrjintää, jonka tarkoituksena on saada ryhmäoikeudet, yksilöoikeuksien sijaan. Samalla tapaa luonnehtii myös filosofi Sarah Song, hänen mielestään monikulttuurisuuden tekijöitä ovat uskonto ja puhekieli. (Monikulttuurisuus Wikipedia).

Mikko S. Lehtosen mukaan monikulttuurisuuteen liittyy vaikutteet jotka tulevat ulkomailta. Toisinaan monikulttuurisuus liitetään myös esimerkiksi sukupuoli suuntautumiseen. Monikulttuurisuus voi olla siis myös pienempiä asioita, eikä sen välttämättä tarvitse aina koskea suurta joukkoa ihmisiä.

Muun muassa Suomessa on monikulttuuria jo pelkästään historiassa, omat vaikutteet antavat aikakaudet, Ruotsin ja Venäjän alaisuudessa, sekä jopa kansallislaulumme on säveltäneet Saksalaiset. Monikulttuurisuutta voi siis olla monenlaista, ja se aiheuttaaakin välillä erimielisyyksiä, että mikä määrittellään monikulttuuriksi ja mikä ei. (Monikulttuurisuus Wikipedia).

Jääkiekko maailmassa tämä tarkoittaa pikemminkin sitä, että joukkueessa noin 25:tä -30:neen pelaajaa ja jokaisella pelaajalla on yleensä hieman erilainen tausta, josta he tulevat. Lähestulkoon jokaisessa joukkueessa on yksi tai useampi ulkomaalaispelaajaa ja loput kotimaan pelaajia. Kaikki pelaajat tulevat erilaisista lähtökohdista ja se tuo kulttuurillisia eroja jääkiekkjoukkueeseen. Itse olen pelannut jääkiekkoa neljässä eri maassa Saksa, Suomi, USA ja Tanska. Jokaisessa näistä maista on ollut hieman erilaista pelata, vaikka jääkiekon säännöt ovat kaikkialla samanlaiset. Kulttuuriset erot syntyvät pelikavereista, toimintatavoista, yhteiskunnan kulttuurillisista eroista ja puhekielestä.



Kuva 5. Saksa



Kuva 6. Suomi



Kuva 7. USA



Kuva 8. Tanska

4 Ammattilais ura ja työelämään siirtyminen

Ammattilaisura kasvattaa urheilijaa henkisesti ja kerryttää urheilijalla niitä työelämätaitoja, joita ei välttämättä opiskelemalla opi. Ammattiuran pituus voi vaihdella hyvinkin paljon ja siihen voivat vaikuttaa hyvin monet asiat. Jääkiekon kohdalla ammattilaisura kestää keskimäärin noin 10-15 vuotta. Yleensä ammattilaiseksi siirrytään noin 20:n ikävuoden kohdalla, toki poikkeus tapauksiakin löytyy. Lähestulkoon jokaisessa ikäluokassa on huipputaitavia ja lahjakkaita yksilöitä, joiden kohdalla ammattilaiseksi siirtyminen tapahtuu jo aikaisemmin. Nuorimmat Suomalaiset jääkiekkoilijat ovat pelanneet kotoisessa Suomessa korkeimmalla mahdollisella sarjatasolla SM-liigassa jopa 16-vuotiaan.



Kuva 9. Menestystarinat.

Jääkiekkoilijalla usein miten fyysiset rajoitteet tulevat noin 35 vuoden kohdalla. Noin 35-vuotias jääkiekkoilija on pelannut melko pitkään ja luonut erittäin pitkän ammattilaisuran. Tässäkin on poikkeustapauksia ja SM-liigassa nähdäänkin lähes vuodesta toiseen muutama jopa 40-vuotta täyttänyt pelaaja. Yleistä on, että jääkiekkoilija viettää pelillisesti parhaita vuosiaan ollessaan 26-29 vuotias.

Työelämään siirtymien siis tapahtuu jääkiekkoilijalla usein 35-40 ikävuoden tienoilla. Osa pelaajista on siinä onnellisessa asemassa, että peliuran aikana on kertynyt niin suuri omaisuus ja säästöt, että ei tarvitse mennä niin sanottuihin ”oikeisiin töihin”, mutta nämäkin tapaukset ovat aika harvassa. Enemmän onkin niitä tapauksia, kun pelin uran aikana kertyneet säästöt mahdollistavat mahdollisuuden katsoa rauhassa pari vuotta ja miettiä mitä tulevaisuudessa haluaisi tehdä ja mikä

tuntuisi siltä omalta jutulta. Seuraavassa luvussa kerron enemmän siitä, mitä urheilu-ura antaa ja miten se valmistaa työelämään.

4.1 Urheilu-ura ja sen merkitys

Urheilu-ura alkaa lähes poikkeuksetta jo alle kouluikäisenä lapsena, silloin puhutaan tietenkin vielä enemmän harrastuksesta kuin varsinaisesta urasta. Ikävuodet viidestä kymmeneen lapsen olisi tutkitusti parempi harrastaa useampaa kuin yhtä lajia. Monipuolisuuden seurauksena lapsella kehittyisi pallopelitaidot, motoriikka ja yleinen liikunnallisuus. Varsinainen lajivalinta tapahtuu nykypäivänä yleensä lapsella/nuorella noin 12-15 vuoden iässä. Se onko tämä liian aikainen vaihe tehdä lajivalinta, on hyvin kiistanalaista. Omasta mielestäni se on hieman liian aikaista. Mutta nykypäivän harjoittelumäärät ja erittäin korkeat kausimaksut usein myös pakottavat siihen, että nuorella ei ole mahdollisuutta harrastaa kuin yhtä lajia teini-iässä. Osa myös ajattelee, että ympäriltä tuleva paine ohjaa vanhempia tekemään päätöksiä lasten puolesta. Osalla myös vanhemmat joutuvat tekemään valinnan taloudellisista syistä.

Myös Antti Pennanen on huolissaan ja miettii mitä ihmisten hyvinvoinnille ja mitä lapsen kehitykselle tapahtuu mikäli huippu-urheiluvaihe joudutaan aloittamaan jo alle 14 vuoden iässä. Urheilu maailman huipulla on surullisia esimerkkejä siitä kuinka urheilijat ovat alkaneet oireilemaan ja henkisesti voimaan pahoin, koska heitä on liian nuorena ruvettu henkisesti ja fyysisesti rasittamaan liikaa. (Antti Pennanen).

”Luovatko lasten vanhemmat kiireen? Haluavatko he lapselleen tietyn statuksen?”

-Antti Pennanen

Ikävuosina 16-18, siirrytään kilpaurheiluun, jossa urheillaan oman ikäluokan SM-tasolla, nämä ikävuodet ovat mielestäni ammatti urheilu-uran kannalta ehkäpä jopa tärkeimmät vuodet ja määrittelevät pitkälti kuinka hyvät mahdollisuudet urheilijalla on luoda itselleen menestyvä urheilu-ura. Tämä johtuu siitä, että urheilijan fyysiset ominaisuudet kehittyvät tässä vaiheessa niin hirveää vauhtia, että harrastamisen ja harjoittelun laadun merkitys kasvaa suhteessa tekemisen määrään valtavasti. Sen takia tässä vaiheessa oikein harjoitteleminen ja oikeassa suhteessa harjoittelun, levon ja ravinnon määrä on erittäin tärkeässä asemassa.

Mitä urheilija oppii juniori vuosistaan? Parhaassa tapauksessa, nuori on harrastanut mahdollisimman monia eri urheilulajeja ja oppinut sitä kautta kehonhallintaa, pallopelitaitoja, ryhmätyöskentelytaitoja, saanut sosiaalista oppia, sekä oppinut kilpailemaan jo nuoresta iästä alkaen. Kaikki nämä auttavat urheilijaa siirtymään ammattilaiseksi ja luomaan urheilu-uraa itselleen.

Pennanen kertoo lukuisten tutkimusten osoittavan, että huippuvaiheen alussa olevat 16–18-vuotiaat jääkiekkoilijat ovat suhteellisen valmiita harjoitettavia verrattaessa moneen muuhun lajiin.

Antti Pennasen mielestä menestyminen mahdollistaa myös kestävän tulevaisuuden, ja antaa aikaa ja turvaa keskittyä jo nyt asioihin jotka tapahtuvat vasta vuosikymmenen päästä. Menestyminen myös vahvistaa nykypäivän, sekä aikaisempien vuosien oikein tehdyn työn. Laajemmassa kuvassa menestys kertoo siitä että asioita tehdään hyvin ja oikein lapsi- ja nuorisovaiheessa. (Antti Pennanen).

Niin kuin yllä mainitsin ammattuurheilu vaihe alkaa yleensä 20 ikävuoden tietämällä ja kestää noin 15 vuodenajan. Yleensä ensimmäiset vuodet ovat urheilijalla hieman itsensä hakemista ja silloin pyritään pelaamaan mahdollisimman korkealla tasolla ja siten etsitään sitä rimaa mikä on itselle oikealla korkeudella. Ammattilaisena voi pelata lukuisilla sarjatasoilla ja tienata siitä miellyttävän elannon ympäri maailmaa. Usein jääkiekkoilija tekee päätöksiään urheilu ennen rahaa noin 25vuotiaaksi asti. Tämän jälkeen, lähes poikkeuksetta, urheilija itse ja hänen asianhoitajansa tiedostavat tilanteen, kuinka korkealla sarjatasolla pelaajalla on mahdollisuus pelata, ja mitkä ovat hänen kannaltaan taloudellisesti parhaat vaihtoehdot.

Jokainen tietenkin tekee ratkaisut siltä näkökulmasta mikä on itselleen parhaaksi, mutta usein raha alkaa ohjaamaan valintoja tässä vaiheessa uraan, koska jääkiekkoilijan urheilu-ura on niin lyhyt verrattuna urheilun ulkopuolisiin ammatteihin.

4.2 Urheilijan psyykkiset taidot

Fyysisten taitojen lisäksi urheilija psyykkiset taidot ovat vähintäänkin yhtä tärkeän menestyksen suhteen. Urheilijalta vaaditaan päivittäisessä harjoittelussa keskittymistä, tavoitteiden eteen työskentelyä, päämäärätietoisuutta sekä periksiantamattomuutta. Kilpailuissa tai otteluissa urheilijaa mitataan ja testataan kuinka hyvin hän pystyy suorittamaan harjoittelussa opittuja asioita kilpailutilanteessa, vastustajan läsnäollessa ja paineiden alla, sekä usein myös fyysisen rasituksen alaisena. Tämän lisäksi urheilija tarvitsee onnistuakseen luottoa omaan tekemiseen sekä hyvän itseluottamuksen. Urheilijan tulee tunnistaa omat heikkoudet ja vahvuudet ja pystyä reagoimaan

niiden mukaan kehittääkseen itseään. Tärkeää on että urheilija tunnistaa itsensä ja omat rajansa se on myös lähtökohta terveelle itseluottamukselle. Psykkisiin taitoihin lukeutuu myös taidot palautua urheilusuorituksesta, sekä irtautua urheilusta vapaa-aikana ja muulloin kun sen aika on. (Mindfullathlete).

Tämän lisäksi urheilijoilla on yleensä kyky oppia uusia asioita lyhyessä ajassa. Urheilija on lähtökohtaisesti myös hyvä ottamaan käskyjä vastaan, suorittamaan annetut tehtävät tunnollisesti ja noudattamaan aikatauluja, sillä nämä ovat urheilijan jokapäiväistä arkea.



Kuva 10. Kelsey Varzeas.

4.3 Tavoitteellinen urheilu

Tavoitteellisessa urheilussa oleellinen asia on tavoitteiden asettaminen, tavoitteita voidaan asettaa niin yksilötasolla kuin joukkueetasollakin. Hyvät tavoitteet ovat realistisia ja oikeasti saavutettavissa olevia. Usein on myös hyvä että asetetaan niin sanottu isompia tavoite ja sen jälkeen välitavoitteita, jotka pyritään saavuttamaan lyhyemmällä aikavälillä. Käytännössä tämä

tapahtuu niin että ensin määritetään tavoite ja sen jälkeen aletaan harjoittelemaan tai kilpailemaan kohti tavoitetta. Usein puhutaan siitä kumpi on tärkeämpää matka vai päämäärä, tavoitteellisessa urheilussa, halutaan aina päästä päämäärän eli tavoitteeseen.

Mitä tavoitteellinen urheilu vaatii urheilijalta?

- tavoitteiden asettamista
- suunnitelmallisuutta
- sitoutumista
- pitkäjänteisyyttä
- oikeita valintoja
- asennetta

Tavoitteellinen urheilija on itseohjautuva, kunnianhimoinen ja asettaa itselleen aina uusia päämääriä ja tavoitteita, kun on saavuttanut tavoitteensa, huipulle tavoitteleva urheilija ei koskaan tyydy keskinkertaisuuteen.

4.4 Johtamistaidot

Johtamistaitoja on lukemattomia, eikä johtajana voi koskaan olla täydellinen tai valmis, johtaminen on aihe, jossa aina voi kehittyä. Sanotaankin, että johtaakseen muita, tulee ensin pystyä johtamaan itseään. Johtajan on tärkeää saada ilmapiiri hyväksi heti alusta alkaen, sekä tehdä selväksi mitkä ovat johdettavien säännöt ja raamit minkä puitteissa toimitaan. Jukka Jalonen sanoin luennollaan, että hän käy maajoukkueessa aina ensimmäisessä palaverissa läpi mitkä ovat joukkueen arvot, sillä niitä noudattamalla, joukkueella on aina mahdollisuus menestyä. (Jukka Jalonen).

Mielestäni 10 tärkeintä johtamistaitoa on:

- Luovuus
- Suunnitteleminen
- Henkilöstön johtaminen
- Sopeutuvaisuus
- Viestintä
- Visio

- Päätäväisyys
- Muutosjohtaminen
- Delegointi
- Vaikuttamistaidot

Tapoja johtaa on yhtä monta kuin johtajia, jokainen johtaja on omanlaisensa ja yhtä ainoa ja oikeaa johtamistapaa ei ole. Johtamisessa johtajan persoona ja johdettavan ryhmän tai yksilön persoona tai persoonat vaikuttavat myös johtamiseen. Hyvän johtajan merkki onkin tunnistaa johdettavistaan, kuinka kohdella ja käsitellä kutakin henkilöä saadakseen heistä parhaan mahdollisen tuloksen irti. Niin kuin haastattelussa tulikin jo ilmi muun muassa jääkiekko piireissä johtamisen tyylit on muuttunut ajan mittaan paljonkin, joku johtaa rankalla kädellä jopa pelon kautta ja toinen saattaa olla hellempi ja pelaaja läheisempi. Tässä tullaan myös siihen, että minkälaista ryhmää johdetaan ja mitä sen hetkinen tilanne vaatii. Hyvät johtajat kuitenkin tunnistavat tilanteen ja reagoivat tilanteen vaatimalla tavalla.

Yhden nuorten sekä kolme kertaa miesten maailmanmestaruuden voittanut Jukka Jalonen on huomannut valmennus kulttuurissa suuria eroja viimeisten vuosikymmenten aikana. Hänen mielestään niin sanottu "vanhanliiton" valmennus kulttuuri jossa valmennettiin pelolla ja auktoriteetilla on ollut vähenemään päin 2000-luvulla. Tämän ovat luoneet nuoremman sukupolven edustajat niin pelaajistossa kuin valmennuksessakin. Heidän kokemat kulttuuriset kasvatustavat ovat tulleet urheiluun nuoremman sukupolven mukana ja muokannut arvomaailmaa, harjoituskulttuuria sekä valmennus kulttuuria. (Jukka Jalonen Yle urheilu).

Petteri Koponen kertoo omasta kokemuksestaan kovempien arvojen ja vanhanliiton valmennuksesta sekä muutoksesta pehmeisiin arvoihin Yle urheilun artikkelissa. Aikaisemmin valmentaja oli auktoriteetti ja jopa hieman pelkoa herättävä henkilö, oli tavallista että pelaajalle huudettiin päin naamaa ja jopa haukutti tai halveksuttiin koko joukkueen edessä. Hänen mielestään tuntui jopa oudolta mikäli valmentaja ei huutanut pelaajille. Siihen aikaan se toimi keinona motivoida pelaajia, sekä tapana näyttää oma välittäminen joukkuetta kohtaan.

Nykypäivänä pelaajien kohtelu on täysin erilaista, eikä valmentajia tarvitse enää samalla tavalla pelätä, on selvää että tänäkin päivänä on edelleen niitä valmentajia jotka huutaa enemmän kuin toiset ja saattavat keksiä erilaisia rangaistus juoksuja joukkueelleen hävityn pelin jälkeen, mutta nämä ovat jokaisen valmentajan omia tapoja, laatia vaatimustasoa ja herätellä joukkuetta. Henkilökohtaisuuksiin kuitenkin nykypäivänä vain harvoin valmentajat sortuvat pelaajia kohtaan.

Sillä nykypäivänä kunnioitus ja arvostus ovat keskeinen osa toimivaa rakennetta joukkueen sisällä pelaajiston ja valmennuksen välillä. (Petteri Koponen Yle urheilu).

Myös palautteen antamisessa on selkeä muutos tapahtunut viime vuosikymmenten aikana, ennen vanhaan tykättiin huutaa ja räyhätä ja välittää etenkin negatiivinen viesti pelaajille sillä tapaa. Nykypäivänä valmentaja joutuu miettimään enemmän mitä voi ja saa sanoa pelaajalleen, hyvä valmentaja myös miettii joukkuettaan yksittäiselle pelaajalle palautetta antaessa. Kuinka jatkossa hänestä saisi parhaan mahdollisen irti, ja millä tapaa häntä tulisi säättää tai kannustaa, jotta pelaajalla olisi parhaat mahdollisuudet onnistua seuraavalla kerralla. Nykypäivänä palautteen antamisen tarkoitus on enemmin auttaa, eikä lytätä tai nöyryyttää niinkuin ennen vanhaan. (Jukka Jalonen Yle urheilu).

4.5 Verkostoituminen

On tärkeää luoda itselleen verkostoja, sillä verkostoitumalla tavoitat paremmin muita. Verkoston jäseniltä sinulla on myös mahdollisuus oppia ja kartottaa omaa tietotaitoasi. Muiden jäsenien näkökannat ja ajattelutavat saattavat pistää myös sinun näkökantasi eri pohjalle. On myös suuri todennäköisyys että voit työllistyä oman verkostosi avulla. On luonnollista että yritysjohtajat ja muut henkilöt jotka palkkaavat ihmisiä töihin, suosivat mielummin henkilöä, jonka jo ennestään tuntevat. Tällöin rekrytoinnissa tapahtuvat virheet vähenevät ja työnantajan ei tarvitse tehdä taustatyötä selvittääkseen työntekijän luonne puolta, tämän ansiosta verkostoitumisesta on hyötyä myös työnhaussa. (Tampereen kauppakamari).

Kauppakamari luettelee artikkelissa kuusi vinkkiä verkostoitumiseen:

- kartoita verkostosi
- tunnista vahvuutesi ja tuota arvoa verkostollesi
- ole kiinnostunut ja optimistinen
- verkostoituminen sosiaalisessa mediassa
- verkostoituminen tapahtumissa
- ylläpidä verkostoa

Jääkiekko maailmassa verkostoitumista tapahtuu joka kaudella, tutustuessa uusiin pelikavereihin, seurajohtoon, sponsoreihin sekä muun muassa faneihin. Tässä onkin paljon kiinni pelaajasta itsestään ja hänen luonteestaan, kuinka paljon on valmis itse verkostoitumaan ja onko itse sen luonteinen, että ylipäättänsä tuntee turvalliseksi ja miellyttäväksi mennä juttelemaan fanien tai

sponsoreiden kanssa. Näiden verkostoitumisien kautta erittäin monille entisille jääkiekkoilijoille on auennut työpaikkoja tai työmahdollisuuksia peliuran jälkeen.

4.6 Valmiudet työelämään

Mitä nykypäivänä vaaditaan työntekijältä automaattisesti? Useassa työssä aikaisempi kokemus katsotaan hyvästä, mutta monissa siihen on mahdollisuus kouluttautua. Mutta mitä työelämäntaitoja oletetaan työnhakijan omistavan, vaikka ei olisi ollut työssä vielä päivääkään.



Kuva 11. Sitra valmiudet työelämään.

Yleiset työelämävalmiudet ovat taitoja, joita tarvitaan kaikissa töissä. Työntajat arvostavat kaikista eniten hyvää asennetta työtä kohtaan. Halu oppia uutta on myös tärkeää. Yleisiä työelämävalmiuksia ovat esimerkiksi tietotekniset perustaidot, kielitaito, vuorovaikutus- ja yhteistyötaidot, tiimityötaidot, kirjallisen ja suullisen ilmaisun taidot, ajankäytön hallinta, projektinhallintataidot, organisointikyky, ongelmanratkaisuvalmiudet, kyky etsiä ja omaksua tietoa eri lähteistä, vastuunkantokyky, stressin sietokyky, täsmällisyys, tunnollisuus, erilaisuuden sietäminen, omien vahvuuksien, kehittämistarpeiden ja kiinnostuksen kohteiden tunnistaminen.

5 Tutkimuksen suorittaminen

Haastattelin neljää entistä jääkiekkoilijaa, jotka ovat jo sittemmin siirtyneet uran jälkeisiin töihin. Jokaisella haastateltavalla oli hieman erilainen urheilu-ura ja etenkin uran lopettamisvaiheessa oli suuria heittoja iän suhteen, mikä on mielestäni hyvä asia, sillä sen myötä on mahdollista tutkia asiaa useasta eri näkökulmasta. Haastattelussa esitän kaikille samat kysymykset. Haastateltavien nimet pidetään salattuina, heidän pyynnöstään.

Perustietoja haastateltavista:

Pelaaja 1.

- 46- vuotias
- Pelasi jääkiekkoa pääsarjatasolla 14 vuotta Suomessa sekä yhden vuoden Ruotsissa.
- Koulutukseltaan kauppatieteiden maisteri Aalto-yliopistosta.
- Toiminut useammassa joukkueessa kapteenistossa.
- Aloitti ammattiuran 19-vuotiaana ja lopetti sen 34-vuotiaana.
- Siirtyi työelämään vuoden sisällä lopettamisesta.
- Työskentelee konsultti- ja tilintarkastusyhtiössä toimien veroasiantuntijana.

Pelaaja 2.

- 33- vuotias
- Pelasi jääkiekkoa pääsarjatasolla sekä toiseksi korkeimmalla sarjatasolla Suomessa 8 vuotta sekä kaksi vuotta Puolassa pääsarjassa.
- Koulutukseltaan tradenomi Haaga-Helian ammattikorkeakoulusta.
- Ei ole toiminut koskaan kapteenistossa.
- Aloitti ammattiuran 20-vuotiaana ja lopetti 30-vuotiaana.
- Siirtyi työelämään vuoden sisällä lopettamisesta.
- Työskentelee vakuutusosalalla vakuutusasiantuntijana.

Pelaaja 3.

- 48- vuotias
- Pelasi jääkiekkoa pääsarjatasolla sekä toiseksi korkeimmalla sarjatasolla Suomessa 14 vuotta sekä ulkomailla neljällä eri kaudella Italiassa, Tanskassa, Ranskassa ja Norjassa.
- Koulutukseltaan ylioppilas.

- On toiminut joukkueessa kapteenistossa usean kauden aikana.
- Aloitti ammattiuran 21-vuotiaana ja lopetti 38-vuotiaana.
- Siirtyi työelämään kahden vuoden sisällä lopettamisesta.
- Työskentelee myyntipäällikkönä Jääkiekko organisaatiossa.

Pelaaja 4.

- 45-vuotias.
- Pelasi jääkiekkoa pääsarjatasolla 12 vuotta Suomessa sekä 3 vuoden ajan Ruotsissa.
- Koulutukseltaan ylioppilas.
- On toiminut joukkueessa kapteenistossa usean kauden aikana.
- Aloitti ammatti uran 19-vuotiaana ja lopetti 34-vuotiaana.
- Siirtyi työelämään vuoden sisällä lopettamisesta.
- Työskentelee vakuutusosalalla myyntipäällikkönä.

5.1 Teemahaastattelu menetelmänä

Kvalitatiivinen tutkimus määritellään monesti ymmärtäväksi tutkimukseksi, jossa ilmiötä joko ymmärretään tai selitetään käyttäen sanoja ja lauseita. Määrällinen eli kvantitatiivinen tutkimus puolestaan perustuu lukuihin ja yleistykseen. Laadullisessa tutkimuksessa keskitytään useimmiten varsin pieneen määrään tapauksia ja niitä pyritään analysoimaan mahdollisimman tarkkaan. Aineiston tieteellisyyden kriteeri on laatu ja käsitteellistämisen kattavuus (Eskola & Suoranta 2014, 17–18). Tutkija on usein itse laadullisen tutkimuksen tiedon keruun ja analysoinnin pääasiallisena instrumenttina, ja hänen kauttaan reaali maailma suodattuu tutkimustuloksiksi. Hyvin usein tutkija on itse kiinnostunut prosessista, merkityksistä ja ilmiön ymmärtämisestä sanojen, tekstin tai kuvien avulla (Kananen 2017, 36).

Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus pyrkii kuvaamaan ilmiötä tai tapahtumaa, ymmärtämään tiettyä toimintaa, antamaan teoreettisesti mielekkään tulkinnan jollekin tapahtumalle keräämällä aineistoa henkilöiltä, joilla on mahdollisimman paljon tietoa ja omakohtaista kokemusta aiheesta (Tuomi & Sarajärvi 2013, 85).

Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelu. Puolistrukturoidulla haastattelulla tarkoitetaan, että kysymykset ja teema-alueet on määritelty ennakkoon, mutta niiden järjestystä tai sanamuotoa voidaan muokata haastattelun aikana (Hirsijärvi & Hurme 2000, 47–48).

Hirsijärven ja Hurmeen (2000, 47) mukaan teemahaastattelu on pääpiirteissään seuraavanlainen:

- kohdennettu haastattelu, jossa tiedetään, että haastateltavat ovat kokeneet tietyn tilanteen
- tutkimuksen tekijän on tehnyt pohjatyötä aiheesta tai ilmiöstä ja päätenyt tiettyihin oletuksiin
- tutkija rakentaa analyysin perusteella haastattelukysymykset
- haastattelu suunnataan vastaajien subjektiivisiin kokemuksiin

6 Miten ammatti jääkiekkoura valmistaa työelämään?

Jääkiekkoilijan ammatissa pääset oppimaan lukuisia työelämäntaitoja seuraavaksi listaan niitä:

- Kokemus työskentelystä osana tiimiä.
- Omistautuminen ja muun elämän priorisointi työlle.
- Työnteko kohti omia ja joukkueen tavoitteita.
- Vastuunkantaminen ja sopeutuminen eri rooleihin joukkueessa.
- Sopeutuminen muuttuviin työyhteisöihin.
- Työskentely monikulttuurisessa ympäristössä.
- Kielitaito.
- Viestintätaidot joukkueen, valmennuksen, seurajohdon, yhteistyökumppaneiden, ja fanien kanssa.
- Työskentely tulosvastuussa ja paineiden ja arvostelun alla.
- Omalla esimerkillä johtaminen.
- Huippuvalmentajien alaisuudessa toimiminen.
- Urheilujohtajien kanssa toimiminen.
- Yritysjohtajien kanssa toimiminen.
- Neuvottelutaitojen kehittyminen ja kommunikointi agenttien/seurojen kanssa.
- Sopimusten tekeminen ja niiden ehtojen rakentaminen.
- Palkka-asiat.
- Suhdeverkoston rakentaminen.
- Toimivan tiimin rakentaminen ja erilaisten kykyjen hyödyntäminen.
- Aikataulujen noudattaminen.

Kaikkien näiden taitojen uskon valmistavan urheilijaa työelämään. On työ ja ala mikä tahansa, jokainen työnantaja arvostaa edellä mainittuja työelämäntaitoja.



Kuva 12. Ryhmähenki.

6.1 Jääkiekkouran merkitys urheilijalle

Mitä jääkiekko ura merkitsee urheilijalle? Entinen NHL-jääkiekkoilija Tuomas Grönman vertasi uran päättymistä siihen, kun työorientoitunut ihminen jää eläkkeelle. Olet intensiivisesti tehnyt töitä tavoitteiden eteen ja olet jo kiinnittänyt siihen koko elämäsi ja yhtäkkiä se kaikki loppuu. (Uusivirta, M. 2016).

Urheilu ura merkitsee monesti enemmän kuin urheilija itse osaa edes ajatella, kun on tietoisesti tai tiedostamattaan tehnyt elämän valintoja urheilun ehdoilla noin 15 vuoden ajan ja mahdollisesti pitempään. Monesti uran loppuessa seuraa tyhjyyden tunne ja sitä tyhjiötä voi olla vaikea täyttää ja siitä moni jääkiekkoilija kärsii uran loputtua.

Haastateltavat kuvailivat urheilu-uran merkitystä seuraavasti:

”Urheilu-ura on tuonut minulla äärettömän laajan kaveri ja tuttavapiirin ympäri Suomea. Edelleen pidän myös yhteyttä muutamaan Ruotsin päin ystävään. Sen lisäksi muun muassa terveelliset elämäntavat ovat jääneet minulle pysyvästi arkipäivään, jonka uskon auttavan minua nykyisessä vaativassa työssäni. Tuntui, että tietyn osan elämästäni jääkiekko oli minulle kaikki kaikessa ja se on varmasti muokannut minusta sellaisen ihmisen kuin olen, voi siis sanoa, että jääkiekko ura ja jääkiekko ylipäättään merkitsee minulle edelleen erittäin paljon.” (pelaaja 1.)

”Jääkiekon vuoksi olen aikoinaan muuttanut pois kotoa alle 20-vuotiaana, sitä kautta olen saanut, ja tai joutunut tutustumaan uudessa kaupungissa uusiin ystäviin ja joukkuekavereihin. Samalla reissulla tapasin myös nykyisen vaimoni ja koti löytyy samasta paikasta vielä tänä päivänäkin. Jääkiekko uran ansiosta olen myös saanut koulutukseni sekä nykyisen työpaikan, sillä yritys, jossa työskentelen, oli joukkueeni sponsori. Voi siis sanoa, että jääkiekko uralla on ollut melko suuri merkitys nykyiseen elämäntilanteeseeni. Kaiken tämän lisäksi lukuisat työelämän ja ihan perusarjentaidot mitä olen oppinut joukkueurheilussa, ovat korvaamattoman tärkeitä oppeja.” (pelaaja 2.)

”Jääkiekko on aina merkinnyt mulla lähestulkoon kaikkea, en ole koskaan työskennellyt missään muualla kuin jääkiekon parissa tai jääkiekko organisaatiossa, ja tuntuu että mikäli vaan saan, niin tässä mennään eläkeikään saakka. Jääkiekon ansiosta olen nähnyt maailmaa ja oppinut sitä kautta erilaisia kulttuureja ja toiminta tapoja, sekä oppinut itse muun muassa sujuvan englannin kielentaidon, mikä taas helpottaa nykyisessä työssä työskentelyä. Jääkiekko on merkinnyt minulle aina paljon ja tulee olemaan jatkossakin suuri osa elämäni.” (pelaaja 3.)

”Jääkiekon kautta on tullut tämänkin päivän läheisimmät kaverit, ensimmäisen työpaikkani uran jälkeen sain myös puhtaasti jääkiekon ansiosta. Urheilu-ura oli henkisesti välillä todella raskasta aikaa ja sen mukana tulleet paineet ja ulkopuoliset odotukset ovat tehneet itsestäni henkisesti vahvemman. Nykyään osaan ottaa kokemukseni ansiosta huomattavasti rennommin. Uskon myös, että johtajuus ja ryhmätyö taidoista suurin osa on opittu jääkiekon puolelta ja siitä on apua nykyisessä työssäni.” (pelaaja 4.)

6.2 Mitä on ammattiurheilu?

Lyhykäisyydessään ammattiurheilu on urheilun harjoittamista kokopäiväsenä ammattina. Huipulle tähtäävältä yksilöltä ammattiurheilu vaatii voittavia valintoja joka päivä ja sitä kuuluisaa 24/7 urheilijana olemista. Ammattiurheilussa on myös aina jonkin näköinen tulostavoittelu ja tulosvastuu. Urheilijalla on kilpakauden aikana lajista riippuen useita harjoituksia, sekä otteluita tai kilpailuja.

Jääkiekkossa pelaajilla on nykypäivänä ympärivuotiset sopimukset, tietenkin joitain poikkeuksia voi olla sopimusehdoissa, mutta käytännössä urheilijalta vaaditaan ympäri vuoden ammatti urheilijan

toimintaa. Jääkiekossa kilpakausi kestää noin 9-10 kuukautta, jonka aikana Sarjasta riippuen pelataan noin 50-100 peliä, peli määrät vaihtelevat suuresti eri sarjojen välillä. tämän lisäksi harjoituksia on vähintään 200, mutta nämä ovat joukkueiden välillä niin yksilöllisiä että tarkkoja harjoitus määriä on mahdotonta sanoa. Tämän lisäksi joukkue toimintaa on kesällä, jolloin joukkue harjoittelee yhdessä yleensä jään ulkopuolista oheisharjoittelua. Loma viikkoja ammattijääkiekkoilijalle kertyy vuoden aikana noin 8-10 viikkoa.

6.3 Huippu valmentajien kanssa toimiminen

Urheilijalle huippuvalmentajan kanssa toimiminen tuo rauhaa ja varmuutta omaan tekemiseen, kun urheilija voi luottaa siihen, että valmentajan käskyjä ja neuvoja noudattamalla kehittyi itse parhaalla mahdollisella tavalla. Silloin syntyy yleensä myös paras lopputulos. Valmentajan ja urheilijan välinen kemia muodostuu luottamuksesta sekä rehellisyydestä. Kun molemmilla on sama päämäärä ja tavoite on yleensä yhteistyö kaikista hedelmällisintä.



Kuva 13. Jukka Jalonen Maailmanmestaruus.

Haastateltavat kuvailivat valmentajien kanssa toimimista seuraavasti:

”Minulla oli kunnia työskennellä usean loistavan valmentajan kanssa, mutta ykkönen oli ehdottomasti Jukka Jalonen. Hänen tapansa käsitellä joukkuetta ja hitsata joukkuehenki yhteen oli täysin poikkeuksellista. Roolitus hänen joukkueessaan oli selkeämpää kuin yhdenkään muun valmentajan joukkueessa.

Jukalle oli myös tärkeää, että jokainen joukkueessa hyväksyy oman roolinsa ja arvostaa sitä sellaisenaan, sillä jokaisen panos oli yhtä tärkeä ja jokaisella tuli olla tunne, että on ylpeä omasta roolistaan. Samaan aikaan, vaikka jokaisella oli kristallin kirkkaana mielessään mikä on oma rooli, joukkueessamme oli kovempi keskinäinen kilpailu pelipaikoista kuin missään muussa joukkueessa urani aikana. Se oli terveellä tapaa kilpailua, joka loppujen lopuksi puski jokaista meistä eteenpäin yksilöinä. Jukalla olikin loistava taito saada pelaajat pelaamaan heidän omien taitojen ylärajoilla ja saada yksilöstä paras mahdollinen irti. Hän oli myös äärimmäisen rehti ja reilu kaikkia kohtaan. Vaatimustaso oli tapissa, mutta yleinen ilmapiiri oli silti mentaliteetiltaan sellainen, että silloin kun tehdään asioita niin tehdään kunnolla ja silloin kun on aika ottaa rennommin, niin on oikeasti lupa ottaa rennosti. Olen kuullut, että hän on käyttänyt hieman samaa teemaa viime vuosina Suomen maajoukkueessa sloganilla ”kun aika on” tämä juurtaa varmasti juurensa jo meidän ajoilta vuosikymmeniä sitten.” (pelaaja 1.)

”Minulla on ollut sekä hyviä että suoraan sanoen todella luokattomiakin valmentajia. Hyvistä haluan mainita Antti Pennasen, hänen tietämyksensä pelistä ja taktiikoista oli jotain mitä en ole tavannut kenelläkään muulla. Tämän lisäksi hänen vaatimustasonsa oli ehkä tiukin mitä minun valmentajistani kenelläkään on ollut, tai ainakin se oli fiksuimmalla tavalla tiukin. On minulla ollut myös yksi kunnan räyhääjä valmentaja, mutta se oli lähinnä vain semmoista huutoa, mitä pelaajat ottivat toisesta korvasta sisään ja toisesta saman tien ulos.

Pennasen vaatimustaso näkyi päivittäisessä tekemisessä. Yritettiin pienenä seurana kuroa kilpailuetua muilta suuremmilta ja isomman budjetin joukkueilta tekemällä ne asiat mahdollisimman hyvin, mitkä eivät maksa mitään. Urheilullisesta näkökulmasta katsottuna, se oli varmasti urheilullisin joukkue missä olen koskaan pelannut ja se lähti täysin valmentajan vaatimustasosta.” (pelaaja 2.)

”Olen nähnyt valmennus kulttuuria kolmelta eri vuosikymmeneltä ja viidestä eri maasta. 90-luvulla valmennus oli enemmän pelon kautta ja autoritääristä valmennusta, ja täytyy sanoa, että silloin treenaamisen määrä oli aivan kauhea. Toisaalta treenaamisen määrä ei ollut lähelläkään sitä mitä se oli urani loppu vuosina. Ulkomailla ollessani huomasin, että valmennus kulttuuri oli täysin eri kuin Suomessa. Valmentaja ei oikeastaan puuttunut millään tapaan pelaajien oheisharjoitteluun vaan käytännössä oli pelkästään jääharjoittelussa mukana. Toiminta ulkomailla 90- luvulla oli melko epäammattimaista.

Eikä valmennuksen puolelta tullut juurikaan mitään vaatimustasoa tai kuria. Suomessa 90-luku oli pelon valmennuksen aikaa. 2000- luvun alussa aloitettiin keskittymään enemmän urheilijana olemiseen ja urheilullisuus otti isoja harppauksia eteenpäin. Valmennus kulttuuri oli edelleen silti enemmän tai vähemmän pelon ja auktoriteetin kautta toimimista. 2010-luvulla alkoi mielestäni enemmän yksilöllinen valmentaminen. Valmennus tapa muuttui selkeästi hellemmäksi, sekä urheilijalta alettiin odottamaan enemmän itseohjautuvaisuutta. Silti kaikkia hyviä valmentajia, joita minulla on ollut, yhdistää reiluus kaikkia kohtaan, kova vaatimustaso ja taito luoda ryhmähenki yhtenäiseksi.” (pelaaja 3.)

”Huippu valmentajista en tiedä oliko minulla yhtäkään urani aikana, mutta usena eri valmentajan kanssa pääsin kyllä tekemään töitä, ja jokainen heistä oli jollain tapaa erilainen, joku tykkäsi huutaa ja joku taas oli hieman lempeämpi, itselleni huutava ja vaativa valmentaja sopi ehdottomasti paremmin. Ruotsissa ollessani valmentajamme oli nuorempi kuin minä ja muutama muu kokeenmpi pelaaja, silloin tuntui että valmentajalla ei ollut minkäänlaista kuria ja vaatimustasoa meitä kohtaan ja olisimme saaneet tehdä siellä mitä huvittaa. Se oli huono

tilanne niin meitä kohtaan kuin myös muuta joukkuetta kohtaan, koska kaikki sen näkivät ja aistivat. Siellä ryhmähenki ja ryhmädynamiikka ei ollut lainkaan kohdillaan. Sen takia ei varmaan myöskään pärjätty” (pelaaja 4.)

7 Pohdinta

Teoriaosuuden, aiempien tutkimusten, haastattelujen sekä oman kokemuksieni nojalla voidaan todeta, että ammattijääkiekkoilusta on hyötyä uran jälkeisessä työelämässä. Ammattiuran aikana urheilija oppii lukuisia työelämäntaitoja ja näiden omaksumisesta on selkeästi hyötyä lähes ammatissa kuin ammatissa. Ammattitaitoa jääkiekon kautta ei niinkään välttämättä voi oppia tai sitten työn tulee olla erittäin lähellä jääkiekkoa esim. urheilujohtajan työ jääkiekko seurassa, siinä tapauksessa myös jääkiekon ammattitaidosta olisi hyötyä.

Tässä raportissa käsiteltiin hyvin paljon työelämäntaitoja ja tarkasteltiin käytännön kautta mitä ne tarkoittavat jääkiekko maailmassa ja kuinka jääkiekkoilija oppii sekä käyttää näitä taitoja jo jääkiekkouransa aikana. Ryhmätyötaidot korostuivat erityisesti ja niistä taidoista löytyi selkeitä yhtäläisyyksiä työelämässä haastattelujen perusteella.

Haastateltavat kokivat, että urheilu-uralla oli selkeä vaikutus heidän uransa jälkeiseen työelämään. Osa oli oppinut uransa aikana niitä työelämän taitoja, joita käyttää nykyisissä työtehtävissään jatkuvasti ja osa oli jopa saanut työpaikan jääkiekkouransa seurauksena. Jokaiselle haastateltavalle jääkiekkoura merkitsi kuitenkin erityisen paljon ja voitaneen sanoa, että jokaiselle heistä jääkiekko oli enemmänkin elämäntapa kuin ammatti jossakin vaiheessa uraa.

Verratessani haastattelijoiden kertomuksia omiin kokemuksiini, pystyn samaistumaan lähestulkoon kaikkiin jääkiekkouran aikana tapahtuneisiin asioihin ja niihin taitoihin, joita haastateltavat ovat kokeneet oppivan. Vaikkakaan minulla ei ole kokemusta vielä uran jälkeisestä työelämästä uskon ja luotan, että jääkiekkourani on jo tähän mennessä opettanut minulle paljon ja antanut minulle työelämäntaitoja kuten johtamistaitoja. Toimin tällä hetkellä joukkueessani kapteenina ja jo pelkästään tästä kaudesta olen oppinut johtajuudesta erittäin paljon sekä siitä, kuinka toimia vastuullisessa roolissa ja ajatella asioita useammalta eri näkökulmasta.

Olen myös urani aikana oppinut ryhmätyön ja ryhmän ilmapiirin merkityksen, voittavissa ja toimivissa ryhmissä sekä joukkueissa on aina ollut erittäin hyvä, rehellinen ja avoin ilmapiiri. Kun taas joukkueissa, jotka eivät ole pärjänneet niin hyvin, ilmapiiri ei ole ollut vastaavanlainen. Niissä joukkueissa on syntynyt ”kuppikuntia” ja tervettä kilpailu ei ole ollut joukkueen sisällä. Päinvastoin tuntuu, että kaikki jäsenet eivät ole aina toivoneet vieruskaverille pelkkiä onnistumisia.

Jälkikäteen ajateltuna haastatteluissa olisi voinut paneutua vielä syvemmin niihin työelämän taitoihin ja niihin hetkiin, joissa haastateltavat ovat kokeneet oppineensa taidot jääkiekkouran kautta. Olisi ollut myös mielenkiintoista haastatella esimerkiksi joidenkin näiden haastateltavien esimiehiä ja kuulla heidän mielipiteensä mitkä työelämäntaidot korostuvat heidän kanssaan

työskentelyssä ja oliko mahdollisesti heidän palkkaamisessaan merkitystä aikaisemmasta työurasta.

Itse haastattelut sujuivat mielestäni hyvin. Osittain se johtuu varmastikin siitä, että aihe oli minulle hyvin ennestään tuttu sekä haastateltavat olivat minulle tuttuja, vaikkakaan eivät ole parhaita kavereitani. Haastattelut sujuivat joutuisasti ja etenivät suunnitellusti. Mielestäni sain raportissa hyvin tuotua esille niitä työelämäntaitoja, joita voi oppia jääkiekkouran aikana ja selvensin niitä konkreettisten esimerkkien kautta. Teoriaosuudessa pyrin käyttämään mahdollisimman laajasti erilaisia lähteitä. Kirjallisuudessa ja erityisesti työelämäntaitoja koskevassa kirjallisuudessa turvauduin suomalaisten asiantuntijoiden teoksiin, sillä kulttuurierot saattavat vaikuttaa näkemyksiin työelämäntaidoista.

Opinnäytetyön tekeminen kokonaisuudessaan tuntui melko mukavalta, olin aikaisemmin hieman skeptinen sen suhteen, että mitä tästä mahtaa tulla, mutta ilokseni huomasin, että kirjoittaminen ja tekstin tuottaminen olikin erittäin mukavaa puuhaa ja välillä jopa huomasi kuinka kirjoittamiseen jäi hieman jopa koukkuun, eikä olisi malttanut lopettaa.

Raportin kirjoittaminen ja haastattelujen suunnittelu ja tekeminen vei itseltäni aikaa noin kuudesta seitsemään viikkoa. Mutta todellisuudessa niin kuin jo johdannossa totesin, opinnäytetyön aihe on ollut itselleni selkeä jo hyvin pitkään. Runkoa ja raportin työstämistä on tullut ajateltua jo pitemmän aikaa. Varmasti myös se, että aihe on lähellä päivittäistä arkeani, helpotti työn tekemistä ja raportin tekeminen tuntui melko helpolta, eikä lainkaan niin työläältä mitä olin kuvitellut.

Kaiken kaikkiaan olen hyvin tyytyväinen opinnäytetyön lopputulokseen ja koen, että raportin tutkimusongelma tuli selvitettyä hyvin sekä pysyin hyvin rajauksien raameissa. Tämän raportin tekeminen myös varmisti omia ajatuksia siitä, että ammattuurheilija ja etenkin joukkuelajin urheilija on valmiimpi normaaliin työelämään kuin monesti kuvitellaan. Oppina itselleni sekä muille koen, että vastaavien raporttien aiheiden valitseminen kannattaa ehdottomasti valita niin, että se on itselle mieluisa ja jotta voisit samaistua siihen, mikäli se siis vain on mahdollista.

Lähteet

Aarnikoivu, H. 2010. Työelämä – menesty ja voi hyvin. Bookwell Oy.

Antti Pennanen. Luettavissa: <https://www.keski-uusimaa.fi/urheilu/4351677>

Eskola, J. & Suoranta, J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 10. painos. Tampere. Vastapaino.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki. Yliopistopaino.

Jaana Pakka ja Tarja Rätty, 2010. Työstä Hyvinvointia.

Johtajuus info. Luettavissa: <https://johtajuus.info/ihmisten-johtaminen/tieda-vastuusi-esimiehena/>

Jukka Jalonen. Luettavissa: <https://www.perustava.fi/blogi/uutiset/jukka-jalonen-menestyvan-tiimin-rakentaminen>

Kaisa Vuorinen, 2017. Luontevahvuudet Luettavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/Inv00007>
[Luettu 3.11.2022](#)

Kananen, J. 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Juventus Print.

Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylä. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisu –sarja.

Kuva 1. DEL logo, Luettavissa:

https://www.google.com/search?q=del+logo&tbm=isch&ved=2ahUKEwiWi4KU-Zb7AhXGUaQEhQ1ZCtQQ2-cCegQIABAA&oq=del+logo&gs_lcp=CgNpbWcQAziHCAAQgAQQEzIHCAAQgAQQEzIICAAQBR AeEBMyCAgAEAUQHhATMggIABAFEB4QEzIICAAQBRAeEBMyCAgAEAUQHhATMggIABAFEB4QEzIICAAQBRAeEBMyCAgAEAUQHhATOgUIABCABDoECAAQHjoGCAAQBRAeUIwGWPgQYIcUaABwAHgAgAFmiAG3BZIBAzquMZgBAKABAaoBC2d3cy13aXotaW1nwAEB&sclient=img&ei=QEpmY5brJcajkdUPjbKpoA0&bih=577&biw=1280#imgrc=r6rNsGRzP3U4HM

Kuva 2. Liiga logo. Luettavissa:

https://www.google.com/search?q=liiga&tbm=isch&ved=2ahUKEwiw5aaC-Jb7AhU_hCcCHeOJBS0Q2-cCegQIABAA&oq=liiga&gs_lcp=CgNpbWcQAziFCAAQgAQyBQgAEIAEMgUIABCABDIFCAAQgAQyBQgAEIAEMgUIABCABDIFCAAQgAQyBQgAEIAEMgUIABCABDIFCAAQgAQ6BAgiECc6BAgA

[EEM6BwgjEOoCECdQnAdYpRVg_BVoAXAAeACAAaoBiAG8BJIBAzYuMZgBAKABAaoBC2d3cy13aXotaW1nsAEKwAEB&sclient=img&ei=QE1mY7DFL7-InsEP45OW6AI&bih=577&biw=1280#imgrc=GdipOijnqDsxPM](https://www.google.com/search?q=harri+pesonen+maajoukkue&tbm=isch&ved=2ahUKEwiF-Lnm-5b7AhVrTaQEHckzDggQ2-cCegQIABAA&oq=harri+pesonen+maajoukkue&gs_lcp=CgNpbWcQAzoECCMQJzoHCAAQgAQQEzoICAAQBxAeEBM6BAgAEEM6BQgAEIAEOgQIABAEogclABCABBAYUJsHWPggYIAjaABwAHgAgAG3AYgBrg-SAQQyMS40mAEAoAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&client=img&ei=Bk1mY4XdFuuakdUPyee4QA&bih=577&biw=1280#imgrc=GdipOijnqDsxPM)

Kuva 3. Harri Pesonen maajoukkue. Luettavissa:

[https://www.google.com/search?q=harri+pesonen+maajoukkue&tbm=isch&ved=2ahUKEwiF-Lnm-5b7AhVrTaQEHckzDggQ2-cCegQIABAA&oq=harri+pesonen+maajoukkue&gs_lcp=CgNpbWcQAzoECCMQJzoHCAAQgAQQEzoICAAQBxAeEBM6BAgAEEM6BQgAEIAEOgQIABAEogclABCABBAYUJsHWPggYIAjaABwAHgAgAG3AYgBrg-SAQQyMS40mAEAoAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&client=img&ei=Bk1mY4XdFuuakdUPyee4QA&bih=577&biw=1280](https://www.google.com/search?q=ryhm%C3%A4ty%C3%B6&sxsrf=ALiCzsaQD4tAwGAu5qB-BMoYS4Gkan7m2Q:1667478805190&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwjE5enOgpL7AhVagv0HHVfvcNsQ_AUoAXoECAIQAw&biw=1280&bih=520&dpr=1.5#imgrc=2HI_R97hfOJENM)

Kuva 4. Teamwork Luettavissa:

[https://www.google.com/search?q=ryhm%C3%A4ty%C3%B6&sxsrf=ALiCzsaQD4tAwGAu5qB-BMoYS4Gkan7m2Q:1667478805190&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwjE5enOgpL7AhVagv0HHVfvcNsQ_AUoAXoECAIQAw&biw=1280&bih=520&dpr=1.5#imgrc=2HI_R97hfOJENM](https://www.google.com/search?q=saksalippu&tbm=isch&ved=2ahUKEwi5rY-Vp5f7AhVkoScCHXLoCZEQ2-cCegQIABAA&oq=saksalippu&gs_lcp=CgNpbWcQAziGCAAQBxAeMgYIABAHEB4yBggAEAcQHjIGCAAQBxAeMgYIABAHEB46BAgjECc6BQgAEIAEOgYIABAIEB46CAgAEAUQBxAeOggIABAIEAcQHjoECAAQQzoHCAAQgAQQEzoICAAQBxAeEBNQtgZYuhNgvhVoAXAAeACAAblBiAGzBplBBDEwLjGYAQcGqAQGqAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=fnpmY7n2OuTCnsEP8tCniAk&bih=520&biw=1280#imgrc=qdnVXWuKKdo_1M&imgdii=1p4j2YOzJGBTIM)

Kuva 5. Saksan lippu. Luettavissa:

[https://www.google.com/search?q=saksalippu&tbm=isch&ved=2ahUKEwi5rY-Vp5f7AhVkoScCHXLoCZEQ2-cCegQIABAA&oq=saksalippu&gs_lcp=CgNpbWcQAziGCAAQBxAeMgYIABAHEB4yBggAEAcQHjIGCAAQBxAeMgYIABAHEB46BAgjECc6BQgAEIAEOgYIABAIEB46CAgAEAUQBxAeOggIABAIEAcQHjoECAAQQzoHCAAQgAQQEzoICAAQBxAeEBNQtgZYuhNgvhVoAXAAeACAAblBiAGzBplBBDEwLjGYAQcGqAQGqAQtnD3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&sclient=img&ei=fnpmY7n2OuTCnsEP8tCniAk&bih=520&biw=1280#imgrc=qdnVXWuKKdo_1M&imgdii=1p4j2YOzJGBTIM](https://www.google.com/search?q=suomi+lippu&tbm=isch&ved=2ahUKEwiShNidp5f7AhWFVKQEHbuCC70Q2-cCegQIABAA&oq=suomi+lippu&gs_lcp=CgNpbWcQAziECCMQJzIFCAAQgAQyBQgAEIAEMgUIABCABDIFCAAQgAQyBQgAEIAEMgYIABAHEB4yBggAEAcQHjIGCAAQBRAeMgYIABAFEB46CQgAEIAEEAoQGD0HCAAQgAQQEzoICAAQBxAeEBM6CAgAEAUQBxAeOggIABAIEAcQHIDzBlizHWC2IGgCcAB4AIABTIqBrAaSAQIxMpgBAKABAaoBC2d3cy13aXotaW1nwAEB&sclient=img&ei=kHpmY5L8OIWpkdUPu4Wu6As&bih=520&biw=1280#imgrc=hJx_lef0JvA7DM)

Kuva 6. Suomen lippu. Luettavissa:

https://www.google.com/search?q=suomi+lippu&tbm=isch&ved=2ahUKEwiShNidp5f7AhWFVKQEHbuCC70Q2-cCegQIABAA&oq=suomi+lippu&gs_lcp=CgNpbWcQAziECCMQJzIFCAAQgAQyBQgAEIAEMgUIABCABDIFCAAQgAQyBQgAEIAEMgYIABAHEB4yBggAEAcQHjIGCAAQBRAeMgYIABAFEB46CQgAEIAEEAoQGD0HCAAQgAQQEzoICAAQBxAeEBM6CAgAEAUQBxAeOggIABAIEAcQHIDzBlizHWC2IGgCcAB4AIABTIqBrAaSAQIxMpgBAKABAaoBC2d3cy13aXotaW1nwAEB&sclient=img&ei=kHpmY5L8OIWpkdUPu4Wu6As&bih=520&biw=1280#imgrc=hJx_lef0JvA7DM

[AEIAEEBgyBwgAEIAEEBg6BAqjECc6BwgjEOoCECdQrApY2zNghjVoAnAAeACAAZYBiAH3B5IBBDEyLjGYAQCgAQGgAQtnD3Mtd2l6LWltZ7ABCsABAQ&sclient=img&ei=cxFtY-u9G-7JnsEP3cm7iAg&bih=577&biw=1280#imgrc=pAS1raad5kRQcM](https://www.google.com/search?q=Jukka+jalonen&sxsrf=ALiCzsYnkjvfJID8JHNW3CLSpM4xQc2MRg:1668016611004&source=inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwji6s-M1qH7AhWFG-wKHZxhDDMQ_AUoAXoECAIQAw&biw=1280&bih=520&dpr=1.5#imgrc=c6F7W2qVdswVoM7JnsEP3cm7iAg&bih=577&biw=1280#imgrc=pAS1raad5kRQcM)

Kuva 13. Jukka Jalonen Maailmanmestaruus. Luettavissa:

https://www.google.com/search?q=Jukka+jalonen&sxsrf=ALiCzsYnkjvfJID8JHNW3CLSpM4xQc2MRg:1668016611004&source=inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwji6s-M1qH7AhWFG-wKHZxhDDMQ_AUoAXoECAIQAw&biw=1280&bih=520&dpr=1.5#imgrc=c6F7W2qVdswVoM

Marja- Liisa Manka & Marjut Manka, 2016. Työhyvinvointi.

Mindfullathlete. Luettavissa: <https://www.mindfulathlete.fi/psyykkiset-taidot-1>

Monikulttuurisuus. Luettavissa: <https://fi.wikipedia.org/wiki/Monikulttuurisuus>

Peda.net Työelämäntaidot Luettavissa: <https://peda.net/jokioinen/perusopetus/paanan-koulu/luokat-ja-opettajat/pr1-tma/ye32/ye/nt3/tt>

Petteri Koponen & Jukka Jalonen Yle urheilu. Luettavissa: <https://yle.fi/urheilu/74-20003390>

Surakka, T & Rajamäki, T. 2013. Työelämätaidot – sinä työelämäsi johtajana. Bookwell

Sydänmaalanka, P. 2011. Älykäs itsensä johtaminen. Luettavissa:

http://www.henryorg.fi/files/611/Pentti_Sydanmaanlakka_TyonTuuli_1-2011.pdf

Tampereen kauppakamari. Luettavissa: <https://tampere.chamber.fi/fi-fi/article/etusivu/6-vinkkia-verkostoitumiseen-verkostoituminen-vuonna-2022/1865/>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki.

Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Turun Sanomat Arvo Järvelä, Luettavissa: <https://www.ts.fi/lukijoilta/107379450> Luettu. 3.11.2022

Työn iloa, Luettavissa: <https://blogs2.abo.fi/wp-content/uploads/sites/178/2021/03/VALMIS-Tyon-iloa-opas.-pdf.pdf>

Uusivirta, M. 2016. Luettavissa: <http://www.hs.fi/urheilu/a1472794522784>

Liitteet

Haastattelu kysymykset:

- Ikä?
- Nykyinen ammattisi?
- Koulutus?
- Millä sarjatasolla/sarjatasoilla pelasit ?
- Ammatti jääkiekko uran kesto?
- Missä iässä aloitit ammattilaisena ja milloin lopetit?
- Toimitko joukkueessa kapteenistossa urasi aikana?
- Miten kapteenius näkyi päivittäisessä arjessasi ?
- Mitkä ovat suurimmat opit mielestäsi mitä sait nykyiseen työelämäsi jääkiekon kautta ?
- Onko jääkiekko urallasi vaikutusta että olet nykyisessä työssäsi ?
- Mitä opit uran aikaisilta valmentajiltasi?
- Millä aikavälillä siirryit työhön urasi jälkeen?
- Mitä urheilu urasi merkitsee sinulle ?