



**Kiusaaminen ja häirintä urheilussa – Safe Sport Allies
keskustelutyökalujen toimivuuden arviointi kohderyhmänä
valmentajat**

Emilia Kärkkäinen

Haaga-Helia ammattikorkeakoulu

Liikunnanohjaaja AMK

Opinnäytetyö

2022–2023

Tiivistelmä

Tekijä Emilia Kärkkäinen
Tutkinto Liikunnanohjaaja
Opinnäytetyön nimi Kiusaaminen ja häirintä urheilussa – Safe Sport Allies keskustelutyökalujen toimivuuden arviointi kohderyhmänä valmentajat
Sivu- ja liitesivumäärä 30 + 9
<p>Liikunta ja urheilu ovat tärkeitä osa-alueita lasten- ja nuorten hyvinvoinnin ja kehittymisen kannalta. Tämän vuoksi on ensiarvoisen tärkeää taata kaikille turvallinen toimintaympäristö harrastustoiminnassa. Turvallisen toimintaympäristön takaamiseksi seurojen ja urheilutoimijoiden on lisättävä tietoisuutta turvallisen urheilun periaatteista kouluttamalla ihmisiä aiheesta.</p> <p>Opinnäytetyöni toimeksiantajana toimi Erasmus+ hanke Safe Sports Allies, jonka tavoitteena on tukea urheilun sidosryhmiä häirinnän ja hyväksikäytön ehkäisemisessä paikallisissa urheiluseuroissa. Tässä opinnäytetyössä pilotoin hankkeen tuotoksena syntyneitä koulutusmateriaaleiksi suunnattuja keskustelukortteja nuorten urheilijoiden valmentajille.</p> <p>Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus, jonka tavoitteena oli selvittää, minkälaista keskustelua keskustelukorttien hyödyntäminen synnyttää ja koetaanko työkalu vastaavaisuudessa hyödylliseksi ottaa käyttöön seurojen valmennustoiminnassa. Tutkimukseni alkoi perehtymällä aiheeseen liittyvään teoriaan, kuten kiusaamisen ja häirinnän määritelmiin, kiusaamisen ja häirinnän ilmenemiseen urheilussa sekä tutkimuksiin lapsiin- ja nuoriin kohdistuvasta väkivallasta urheilussa.</p> <p>Käytin tutkimuksessani aineistokeruumenetelminä ryhmäkeskustelua ja puolistrukturoitua haastattelua. Ryhmäkeskusteluihin ja haastatteluihin osallistui kuusi lasten- ja nuorten valmennustoiminnassa toimivaa tai toiminutta valmentajaa. Analyysivaiheen aloitin litteroimalla keskustelut ja haastattelut. Lopullisen analyysin toteutin käyttämällä laadullisen tutkimuksen sisällönanalyysimenetelmää ja jäsentelyyn menetelmistä teemoittelua.</p> <p>Keskustelukortit synnyttivät hyvin monipuolista ja sisällöltään rikasta keskustelua, joka oli tuotosta valmentajien avoimesta ja vastavuoroisesta otteesta keskusteluun. Vastauksia peilattiin käytäntöön ja omiin kokemuksiin aiheesta, ja ryhmässä keskusteleminen osoittautui olevan tukeva tekijä aiheesta keskustellessa. Keskustelukortit koettiin myös hyödyllisenä työkaluna ottaa käyttöön seurojen valmennustoiminnassa. Tutkimuksen johtopäätöksenä keskustelukorttien sisältö ja johdattelevat kysymykset edesauttavat keskustelua kiusaamisesta ja häirinnästä urheilussa. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää käytäntöön viemällä keskustelukortit tulevaisuudessa osaksi seurojen valmennustoimintaa kiusaamista ja häirintää ehkäisevänä työkaluna.</p>
Asiasanat Kiusaaminen, häirintä, urheilu, lapset- ja nuoret

Sisällys

1	Johdanto.....	1
2	Kiusaaminen ja häirintä urheilussa	2
2.1	Kiusaaminen määritelmä	2
2.2	Kiusaamisen ilmeneminen urheilussa	2
2.3	Häirintä määritelmä.....	3
2.4	Häirinnän ilmeneminen urheilussa	4
2.5	Lasten- ja nuorten urheiluharrastuksissa koetun väkivallan yleisyys	5
2.6	Turvallinen urheiluympäristö.....	5
2.7	Sivustakatsojan rooli häirintätilanteissa	6
2.8	Kiusaamisen ja häirinnän ehkäisy urheilussa	7
3	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset.....	9
4	Tutkimusmenetelmät.....	10
4.1	Laadullinen tutkimus	10
4.2	Tutkimukseen osallistuneiden valinta.....	10
4.3	Keskustelukorttien sisältö	11
4.4	Tutkimuksen aineistonkeruumenetelmät.....	11
4.5	Aineiston analysointi	15
5	Tutkimustulokset	16
5.1	Ensimmäinen tutkimuskysymys.....	16
5.1.1	Keskustelun luonne.....	16
5.1.2	Jaettu näkemys	19
5.1.3	Ryhmäkeskustelun voima.....	21
5.2	Toinen tutkimuskysymys.....	22
5.2.1	Keskustelukortit avainasemassa ajatusprosessin syntymiseen	22
5.2.2	Valmentajien vastuu.....	22
5.2.3	Keskustelukortit valmentajien osaamisen kehittäjänä.....	23
6	Pohdinta	25
6.1	Tutkimuksen eettisyys	26
6.2	Tutkimuksen luotettavuus.....	27
	Lähteet	28
	Liitteet.....	31
	Liite 1. Sähköposti seuroille	31
	Liite 2. Google Forms-kysely valmentajille	32
	Liite 3. Keskustelukortit	33
	Liite 4. Haastattelurunko	39

1 Johdanto

Useat nuoret viettävät paljon aikaa vapaa-ajastaan harrastuksien parissa. Vanhemmat ilmoittavat lapsensa liikuntaharrastukseen siinä toivossa, että lapsi oppii liikuntaa harrastaessaan terveellisiä elämäntapoja, sosiaalisia taitoja ja joukkuehenkeä sekä toisten kunnioittamista, järkevää ajankäyttöä sekä vastuunkannon kaltaisia arvoja. Kyseiset odotukset toistuvat myös julkisissa ja poliittisissa kannanotoissa. Harrastukset ovat monien tutkimuksien mukaan myönteisiä resurssien lähteitä sekä suojaavia tekijöitä lasten ja nuorten elämässä. Kuten kaikilla muillakin elämänalueilla, liikuntaharrastukseen liittyy myös kielteisiä ilmiöitä kuten eriarvoistavia käytäntöjä, väärinkäytöksiä ja väkivaltaa. (Berg & Kokkonen 2016, 23.)

Opinnäytetyöni toimeksiantajana toimi Erasmus+ hanke Safe Sports Allies, joka on yhteistyökumppanuus kolmen urheilujärjestön, kahden yliopiston, yhden tutkimuskeskuksen, yhden kansainvälisen lastensuojeluviraston, yhden turvallisen urheilun käytäntöjen kehittäjän ja yhden selviytyjien johtaman järjestön välillä Euroopan eri maista (Belgia, Alankomaat, Suomi, Espanja, Kypros ja Unkari). Safe Sports Allies projektin tavoitteena on ennakoivalla otteella suojella lapsia henkiseltä, fyysiseltä ja seksuaaliselta väkivallalta urheilussa kehittämällä, toteuttamalla ja testaamalla sivustakatsoja interventio, jonka avulla urheilijat, valmentajat, seuratoimijat ja vanhemmat voivat reagoida asianmukaisesti lasten hyväksikäyttöön urheilussa. (Safe Sport Allies s.a.) Interventiolla tarkoitetaan väliintuloa tai toimenpidettä, jolla pyritään vaikuttamaan yksilön tai ryhmän terveydentilaan tai käyttäytymiseen (Duodecim terveyskirjasto 2016). Intervention testaus toteutettiin Belgiassa ja Alankomaissa vuonna 2022 (Safe Sports Allies s.a.).

Interventiosta saatujen tuloksien pohjalta, projektin työryhmä alkoi ideoimaan koulutusmateriaaleja urheilun sidosryhmille häirinnän ja hyväksikäytön ehkäisemiseksi paikallisissa urheiluseuroissa. Ideoinnin tuloksena syntyi muiden koulutusmateriaalien ohella nuorten urheilijoiden valmentajille suunnatut keskustelukortit. (Safe Sport Allies s.a.) Kiusaaminen ja häirintä urheilussa on mielestäni kiinnostava ja tärkeä aihe, ja tästä syystä halusin opinnäytetyöni käsittelevän aihetta. Keskustelukortit olivat vielä kehitysvaiheessa aloittaessani opinnäytetyön tekemisen syksyllä 2022 ja näimme tässä yhdessä toimeksiantajani kanssa mahdollisuuden keskustelukorttien pilotoimiseen osana opinnäytetyötäni.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on pilotoida näitä valmentajille suunnattuja keskustelukortteja ja tutkimuksen tavoitteena on selvittää, minkälaista keskustelua keskustelukorttien hyödyntäminen synnyttää ja koetaanko työkalu vastaavaisuudessa hyödylliseksi ottaa käyttöön seurojen valmennustoiminnassa. Opinnäytetyö on toteutettu laadullisen tutkimuksen menetelmiä mukailien.

2 Kiusaaminen ja häirintä urheilussa

2.1 Kiusaaminen määritelmä

Kiusaamisella tarkoitetaan samaan henkilöön kohdistuvaa tarkoituksellista ja toistuvaa vihamielistä käytöstä, joka aiheuttaa sen kohteena olevalle haittaa, harmia ja/tai pahaa mieltä. Siihen sisältyy joko henkistä tai fyysistä väkivaltaa, kuten uhkailua, huhujen levittämistä tai ryhmä ulkopuolelle sulkemista. Kiusaaja on monissa tapauksissa jollakin tavalla kiusattua vahvempi, mikä aiheuttaa toistuvuuden lisäksi osapuolten välille epätasaväkisyyttä. Epätasaväkisyys voi perustua esimerkiksi fyysiseen voimaan, ikään, asemaan ryhmässä tai joihinkin muihin ominaisuuksiin tai resursseihin. Tiivistettynä kiusaaminen on ennen kaikkea voiman tai vallan järjestelmällistä väärinkäyttöä. (Kyllönen 2018, 14.)

Kiusaaminen on pitkälti kokemusperäinen ilmiö ja siihen liittyy paljon henkilökohtaisia näkemyksiä ja tuntemuksia, mikä tekee sen määrittelystä haastavaa. Esimerkiksi joku toinen saattaa kokea jonkun tilanteen kiusaamiseksi, mutta puolestaan toiselta kysyttäessä, hän ei kokisi vastaavaa tilannetta kiusaamiseksi. Sama asetelma pätee myös kiusaajan rooliin; toiset eivät välttämättä tiedosta olevansa kiusaajan asemassa eikä uhrikaan aina tunnista olevan kiusaamisen kohteena. (Kyllönen 2018, 14.)

2.2 Kiusaamisen ilmeneminen urheilussa

Vuoden 2016 lasten ja nuorten liikuntakäyttäytymistä tarkasteleva LIITU-tutkimus osoitti koulun ja internetin jälkeen liikuntaharrastuksen olevan kolmanneksi yleisin paikka joutua kiusatuksi (Kyllönen 2018, 6). Tutkimusten mukaan seksuaali- ja sukupuolivähemmistöt, etniset vähemmistöt, vammaisurheilijat sekä kansainvälisellä tasolla urheilevat raportoivat kokeneensa psykologisen, fyysisen tai seksuaalisen väkivallan muotoja enemmän kuin muut ryhmät (Kyllönen 2018, 22). Tähän vaikuttanee urheilu- ja liikuntatoiminnassa taustalla vallitsevat heteronormatiiviset ja homofobiset ajattelumallit etenkin joukkueurheilun puolella (Kyllönen 2018, 23).

Yleisimmät kiusaamisen muodot ovat verbaalinen, sosiaalinen ja fyysinen, edellä mainitussa järjestyksessä. Tyypillisin paikka, jossa kiusaamista tapahtuu, on pukuhuoneessa ennen harjoituksia. Seuravaksi yleisimmät paikat joutua kiusatuksi ovat kilpailutilanteet ja muut ympäristöt. Fyysistä kiusaamista ilmenee useimmiten harjoituksissa. Kiusattu kuitenkin harvoin kertoo eteenpäin tapahtuneesta kiusaamistilanteesta muille, kuin ehkä omille vanhemmilleen. (Kyllönen 2018, 22–23.)

Useimmiten kiusaajat ovat kanssaurheilijoita tai joukkuetovereita. Usein on niin, että kiusatuilla henkilöillä on heikommat välit kanssaurheilijoiden tai joukkuetovereidensä kanssa ja vastaavasti kiusaajilla on heikompi suhde valmentajiin. Kiusaamista tapahtuu harvoin vain yhden henkilön toimesta ja etenkin urheilun yhteydessä, kiusaaminen tapahtuu hyvin ryhmäpainotteisesti. Suurin osa kiusaamisesta tapahtuu hetkittäin, mutta myös jatkuvaa kiusaamista esiintyy. (Kyllönen 2018, 22.) Belgiassa vuonna 2020 tehdyssä tutkimuksessa lasten- ja nuorten (13–21-vuotiaat) yleisimmät kokemukset kiusaamisesta kanssaurheilijoiden taholta olivat psykologisen väkivallan muotoja, kuten ryhmästä sulkeminen pois, uhrin nöyryyttäminen, huhujen tai ilkeiden kommenttien esittäminen sekä loukkausten tai uhkailujen vastaanottaminen. (Vertommen, Decuyper, Parent, Pankowiak & Woessner 2022.)

Kiusaamista tapahtuu myös valmentajien toimesta. Tutkimusten mukaan osa valmentajista käyttää osana valmennusmenetelmiään tarkoituksella henkistä väkivaltaa tehokeinoina urheilijoihin. Tällaista autotääristä valmennustyyliä ei tulisi hyväksyä keinona motivoida urheilijoita. (Kyllönen 2018, 23.) Samaisen Belgiassa tehdyn tutkimuksen (n=768) mukaan 20 % lapsista- ja nuorista oli kokenut, että valmentaja oli arvostellut liiallisesti, hylännyt, jättänyt ulkopuolelle, huutanut, loukannut tai nöyryyttänyt heitä. Lähes joka kolmas miespuolinen vastaaja (n=507) ilmoitti, että valmentaja oli heittänyt häntä esineillä. (Vertommen ym. 2022.)

2.3 Häirintä määritelmä

Arkikielessä häirintä määritellään usein kiusaamiseksi, epäasialliseksi kohteluksi tai seksuaaliseksi häirinnäksi. Tasa-arvolain mukaan seksuaalinen tai sukupuolinen häirintä määritetään lainvastaiseksi syrjinnäksi. Lain mukaan seksuaalisella häirinnällä tarkoitetaan luonteeltaan seksuaalista ei-toivottua käytöstä, joka voi olla sanallista, sanatonta tai fyysistä. Häirinnän tavoitteena on loukata henkilön henkistä tai fyysistä itsemääräämisoikeutta ja koskemattomuutta luomalla uhkaava, vihamielinen, halventava, nöyryyttävä tai ahdistava ilmapiiri joko tarkoituksellisesti tai tosiasiallisesti. Sukupuolisesti vihjailevat eleet tai ilmeet, seksuaalissävytteiset vitsit, seksistinen vihjailu, ei-toivottu koskettelu, henkilön pukeutumista, vartaloa tai yksityiselämää koskevat puheet ja kysymykset sekä raiskaus tai sen yritys ovat muun muassa seksuaalista häirintää. (Kyllönen 2018, 8.) Seksuaalinen häirintä eroaa sukupuoleen perustuvasta häirinnästä siten, että se ei kohdistu henkilön sukupuoleen vaan henkilön seksuaalisiin ominaisuuksiin, kuten viehättäväksi koettuun ulkonäköön, rintoihin tai takapuoleen (Vilkkä 2011, 34–35).

Tasa-arvolain mukaan sukupuoleen perustuva häirintä tarkoittaa henkilön sukupuolen, sukupuoli-identiteetin tai sukupuolen ilmaisun halventamista. Se on ei-toivottua huomiota, joka ei ole luonteeltaan seksuaalista. Tämän ei-toivotun huomion kautta loukataan kohteena olevan henkilön fyysistä tai henkistä koskemattomuutta ja samalla luodaan vihamielinen, uhkaava, halventava,

nöyryyttävä tai ahdistava ilmapiiri tarkoituksellisesti tai tosiasiallisesti. (Kyllönen 2018, 8.) Sukupuolinen huomio muuttuu häirinnäksi siinä vaiheessa, kun tekijä jatkaa toimintaansa, vaikka huomion kohde ilmaisisi sen olevan epämiellyttävää (MLL 2021).

2.4 Häirinnän ilmeneminen urheilussa

Häirintää ja hyväksikäyttöä tapahtuu kaikkialla urheilussa, mutta riskivöhykkeellä ovat etenkin lapset- ja nuoret, seksuaali- ja sukupuolivähemmistöt, huippu-urheilijat sekä vammaisurheilijat. Kilpailutason nousu heijastuu suurempana riskinä joutua häirinnän kohteeksi. Kun kilpailutaso nousee niin myös suhde urheilijan ja valmentajan välillä syventyy. Tällöin valmennussuhde muuttuu usein läheisemmäksi ja kahdenkeskeisemmäksi, mikä puolestaan voi selittää ilmiötä häirinnän kohteeksi joutumisesta kilpailutason noustessa. Lapset- ja nuoret, seksuaali- ja sukupuolivähemmistöt sekä vammaisurheilijat ovat usein heikommassa asemassa suhteessa auktoriteetteihin ja ei-vähemmistöihin verrattaessa, mikä voi tehdä heistä häirinnän kohteita haavoittuvaisuuden takia. He saattavat kunnioittaa ahdistelijoiden asemaa tai auktoriteettia ja ajatella, että heidän sanomisilleen ei kuitenkaan annettaisi riittävää paino- tai totuusarvoa. (Kyllönen 2018, 19.)

Häirintää kohdistuu sukupuolittain tarkasteltuna molempiin sukupuoliin, mutta tytöt ja naiset joutuvat huomattavasti useammin häirinnän kohteeksi poikiin ja miehiin verrattaessa. Tutkimukset ovat kuitenkin osoittaneet, että tytöt ja naiset raportoivat häirinnästä poikia ja miehiä useammin, joten tämä voi vääristää kuvaa sukupuoleltaan mieheksi identifioituvien kokeman häirinnän osalta. Sukupuolella näyttää olevan merkitystä siihen, kuinka herkästi häirinnästä kerrotaan muille osapuolille. (Kyllönen 2019, 19.)

Verbaalinen häirintä on urheilun parissa seksuaalisen häirinnän yleisin ilmenemismuoto. Häirintää ovat esimerkiksi häiritsevät kommentit, katseet sekä halventavat huomautukset sukupuolta tai lajia koskien. Seksuaalivähemmistöjä alentavat homofoobiset kommentit ovat myös yleisiä. Seuraavaksi yleisin häirinnän muoto on fyysinen kontakti, kuten ei-toivottu koskettelu. Tutkimusten mukaan lajiin liittyvällä pukeutumisella tai kosketuksilla ei ole todettu olevan yhteyttä seksuaalisen häirinnän tai hyväksikäytön yleisyyteen. (Kyllönen 2018, 20.)

Pääosa häirintää koskevista tutkimuksista on käsitellyt valmennussuhteissa tapahtuvaa seksuaalista häirintää. Valmentajan valmennettaviin kohdistamaa häirintää on pidetty urheilussa tapahtuvan seksuaalisen häirinnän ja väkivallan yleisimpänä ilmenemismuotona. Tutkimukset ovat kuitenkin löytäneet viitteitä siitä, että ahdistelua saattaakin tapahtua kanssaurheilijoiden toimesta useammin kuin valmentajien. Matalammilla kilpailutasoilla häiritsijä on useammin joukkueoveri tai kanssaurheilija, kun taas korkeammilla tasoilla puolestaan valmentaja. (Kyllönen 2018, 20.)

Kappaleessa 2.2 mainitun belgialaisen tutkimuksen (n=768) mukaan 16 % vastanneista oli kokenut kanssaurheilijoiden taholta nöyryyttäviä seksuaalisia kommentteja ja 11 % hyväksymätöntä seksuaalista käytöstä. Valmentajien taholta seksuaalisia kommentteja oli kokenut 9 % vastaajista ja seksuaalista käyttäytymistä ilman kontaktia 6 %. (Vertommen ym. 2022) Kyseinen tutkimus osoittaa viitteitä siitä, että ahdistelua voikin tapahtua kanssaurheilijoiden taholta useammin kuin valmentajien.

2.5 Lasten- ja nuorten urheiluharrastuksissa koetun väkivallan yleisyys

Sosiaali- ja terveysministeriön vuonna 2022 toteutetussa lasten ja nuorten väkivaltakokemukset tutkimuksessa (n=3765) 21 % tutkimukseen osallistuneista kuudes- ja yhdeksäsluokkalaisista peruskoulun oppilaista oli kokenut henkistä väkivaltaa urheiluharrastuksessaan. Fyysistä väkivaltaa urheiluharrastuksissa kokivat noin kolme prosenttia ja seksuaaliväkivaltaa kaksi prosenttia. (Mielityinen, Hautamäki, Hakala, Fagerlund & Ellonen 2023, 89.)

Vuonna 2020 Belgiassa tehdyssä tutkimuksessa (n=768) mitattiin lapsiin- ja nuoriin kohdistuvaa väkivaltaa urheiluharrastuksissa. Väkivaltaa mitattiin psykologisena väkivaltana ja laiminlyöntinä sekä instrumentaalisenä-, fyysisenä- ja seksuaalisena väkivaltana. Kyselyyn vastanneista 66 % (n=507) oli miehiä, 33 % (n=256) naisia ja 0,7 % (n=5) muunsukupuolisia. Vastaajien keski-ikä oli 15,9 vuotta ja se vaihteli 13 ja 21 ikävuoden välillä. Vain 14 % vastanneista ei raportoinut kokeneensa minkäänlaista väkivaltaa urheilussa. Psykologista väkivaltaa ja laiminlyöntiä koki 78,8 % kaikista vastaajista, eikä tyttöjen ja poikien kokemusten välillä ollut juuri eroa. Huomiota kiinnitti se, että suurin osa vastaajista oli kokenut useampaa kuin yhtä väkivallan muotoa ja kaksi kolmasosaa kaikista vastaajista ilmoitti kokeneensa kahta tai useampaa väkivallan muotoa. Miespuoliset vastaajat ilmoittivat kokeneensa huomattavasti enemmän fyysistä väkivaltaa (59,9 %), kun taas naispuoliset vastaajat ilmoittivat kokeneensa huomattavasti enemmän seksuaalista väkivaltaa (32 %). (Vertommen ym. 2022.)

Samassa vuonna 2020 Belgiassa tehdyssä tutkimuksessa selvitettiin myös, kenen taholta kiusaamista tapahtuu lapsia ja nuoria kohtaan. Lapset- ja nuoret raportoivat vertaisurheilijoiden aiheuttamasta väkivallasta yhtä paljon kuin valmentajien (70 %). Vanhempien aiheuttama väkivalta urheilun yhteydessä oli hieman harvinaisempaa, mutta silti yleistä (48 %). Mies- ja naisvastaajien kokemuksissa ei ollut eroja tekijän tyyppin mukaan. (Vertommen ym. 2022.)

2.6 Turvallinen urheiluympäristö

Suomen Olympiakomitea määrittelee turvallisen toimintaympäristön ympäristönä, jossa urheilun tulee tuottaa iloa ja positiivisia kokemuksia ilman, että kukaan joutuu kokemaan kiusaamista, häirintää tai muuta epäasiallista käytöstä. On jokaisen urheilun parissa toimivan vastuulla varmistaa, että kaikki toimintaan osallistuvat osapuolet ovat turvassa kiusaamiselta, häirinnältä ja muulta

epäasialliselta käytökseltä. Toimintaympäristön tulee olla terveyttä edistävä, terveellisiin elämäntapoihin kannusta ja fyysisiltä olosuhteiltaan turvallinen. (Suomen Olympiakomitea s.a.)

Sveitsin urheilu ja urheilulääketieteen yhteisö SEM yhdessä Sveitsin urheilufysioterapia yhdistyksen, Sveitsin urheiluravitsemus yhdistyksen ja Sveitsin urheilupsykologian yhdistyksen kanssa loivat Health4Sports työryhmän, jonka tavoitteena oli määrittää polku kohti urheilijoiden parempaa suojelua häirinnältä ja hyväksikäytöltä kaikilla urheilun tasoilla. Työryhmä kokosi 13. toimintaperiaatteen listan, jotka tukevat työryhmän visiota siitä, että urheilijat voisivat osallistua urheilutoimintaan parhaassa mahdollisessa fyysisessä ja psykologisessa kunnossa hauskuus toiminnan keskiössä. Näiden toimintaperiaatteiden tavoitteena on edistää turvallisen toimintaympäristön luomista. Toimintaperiaatteet sisälsivät muun muassa seuraavia asioita: kunnioitetaan urheilijoiden itsemääräämisoikeutta ja psykologisia tarpeita, otetaan urheilutoiminnassa huomioon urheilijoiden psykologinen, kognitiivinen, emotionaalinen ja sosiaalinen kypsyysaste, terveys ennen mitaleja, tarkastellaan urheiluympäristöä ja kulttuuria punaisten lippujen varalta, avoin viestintä kaikkien sidosryhmien välille, otetaan vanhemmat asianmukaisesti mukaan toimintaan, lisätään tietoisuutta turvallisen urheilun periaatteista kouluttamalla ihmisiä, taataan koulutusta kaikille sidosryhmille väärinkäytösten ehkäisemiseksi, havaitsemiseksi ja niistä ilmoittamiseksi sekä turvataan terveellinen urheiluekosysteemi suunnitelluilla ja kestäväillä taloudellisilla resursseilla. (Gojanovic, Albertin, Bizzini, Clenin, Flueck, Mathieu, Reber & Scherler 2021.)

2.7 Sivustakatsojan rooli häirintätilanteissa

Urheilukontekstissa sivustakatsoja voidaan määritellä henkilöksi, kuka ei suoranaisesti ole osallisena kiusaamis- tai häirintätilanteessa uhrina tai tekijänä, mutta kenellä olisi mahdollisuus puuttua tilanteeseen ja auttaa parantamaan sitä (Stevens s.a.). Puuttumatta jättäminen tai avun tarjoamatta jättäminen mahdollistaa epäasiallisen käyttäytymisen jatkumisen, mikä helpottaa tekijää ja siten pahentaa ja pitkittää uhrin kärsimystä (Verhelle, Vertommen & Peters 2022). Epäasialliseen käytökseen puuttuva sivustakatsoja toimii prososiaalisena sivullisena eli henkilönä, jonka käytöksellä on myönteisiä seurauksia tilanteelle. Kiusaamis- ja häirintätilanteissa tämä prososiaalinen käytös voidaan nähdä uhrin tukemisena sekä pyrkimyksenä lopettaa riskialtis ja haitallinen tilanne. (Stevens s.a.)

On olemassa kahdenlaisia tapoja toimia sivustakatsojana kiusaamis- ja häirintätilanteissa: reaktiivista ja proaktiivista (Verhelle ym. 2022). Reaktiivisuus tarkoittaa vaistomaista toimijuutta, jossa olosuhteet ja niihin liittyvät tekijät ohjaavat meitä (Henttonen s.a.). Proaktiivisuus tarkoittaa puolestaan aktiivista ja aloitteellista toimintaa, jossa yksilö ottaa vastuuta käyttäytymisestään (Esseepankin arkisto s.a.). Kiusaamis- ja häirintätilanteissa sivustakatsojan negatiivinen reaktiivinen

käytös määritellään joko toimettomuudeksi tai epäedulliseksi toiminnaksi. Tällaista käytöstä on esimerkiksi uhrin pilkkaaminen tai tekijän käytöksen ylistäminen tilannetta ennen, sen aikana tai sen jälkeen. Sivustakatsojan positiivinen reaktiivinen käytös puolestaan käsittää kaikki mahdolliset hyödylliset toimet välittömästi ennen tilannetta, sen aikana tai sen jälkeen. Proaktiivisen sivustakatsojan käyttäytyminen ei rajoitu puolestaan vain yhteen tilanteeseen, vaan se käsittää kaikki toimet, joiden avulla pyritään lieventämään tai ehkäisemään kiusaamis- ja häirintätilanteita tapahtumasta. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi kiusaamista- ja häirintää käsittelevän kurssin käymistä tai häirintätilanteiden riskien ja esiintymisen tiedostamista ja havaitsemista. (Verhelle ym. 2022.)

Sivustakatsojilla, jotka käyttäytyvät myönteisesti kiusaamis- ja häirintätilanteissa, on tärkeä rooli turvallisen urheiluympäristön ylläpitämisessä. Asiamukainen puuttuminen kiusaamis- ja häirintätilanteisiin ei ainoastaan hyödytä uhria ja edistä tekijän pysäyttämistä, vaan se myös mallintaa toivottua käyttäytymistä, mikä mahdollisesti rohkaisee muita sivustakatsojia toimimaan samoin tulevissa tilanteissa. Lisäksi myönteinen käytös voi vähentää sivustakatsojien riskiä joutua itse uhriksi tai ei-toivotun käytöksen kohteeksi. Yksilöt voivat olla huolissaan kiusaamis- tai häirintätilanteesta, mutta he eivät uskalla toimia, koska ryhmän normien mukaan tilannetta ei koeta ongelmaksi. Tällaisia normeja, asenteita ja uskomuksia voidaan muuttaa kouluttamalla ihmisiä kiusaamisesta ja häirinnästä sekä sivustakatsojan roolista näissä tilanteissa. (Verhelle ym. 2022.)

2.8 Kiusaamisen ja häirinnän ehkäisy urheilussa

Kiusaamisen osalta tiedetään, että parhaat tulokset sen ehkäisemiseksi saadaan panostamalla varhaiskasvatukseen ja lapsiin. On siis ensiarvoisen tärkeää kylvää kiusaamisen vastainen kulttuuri toimintaan jo urheiluharrastuksen alkuvaiheessa. Olennaista on myös kasvatus häirinnän torjumisen osalta. (Kyllönen 2018, 26.)

Lisäämällä tietoisuutta urheilijoiden, harrastajien, valmentajien, vanhempien ja muiden urheilun parissa toimivien henkilöiden keskuudessa sekä kouluttamalla urheilun eri toimijoita, on kiusaamista ja häirintää helpompi tunnistaa ja torjua. Häirinnän ja kiusaamisen tunnistaminen auttaa tilanteisiin puuttumisessa sekä ennaltaehkäisevässä työssä. Rakentava, vuorovaikutuksellinen ja tietoutta lisäävä keskustelu on avainasemassa lisättäessä tietoisuutta näistä arkaluontoisista aihealueista. (Kyllönen 2018, 26.)

Järjestöjen ja seurojen tulee luoda selkeät toimintamallit, miten kiusaamis- ja häirintätapauksissa edetään ja kenen puoleen kääntyä tapauksien ilmetessä. Esille nousseet tapaukset on selvitettävä oikeudenmukaisesti ja ilman viivytyksiä. Seurat voivat kertoa urheilijoilleen esimerkiksi Väestöliiton Et ole yksin -tukipalvelusta, johon urheilija voi olla yhteydessä matalalla kynnyksellä joutuessaan

seksuaalisen hyväksikäytön, häirinnän, kiusaamisen tai muun epäasiallisen käytöksen kohteeksi. Lainsäädäntö tarjoaa myös keinoja kiusaamisen ja häirinnän kitkemiseen. Lain mukaan lasten ja nuorten kanssa toimivien henkilöiden taustat tulee tarkistaa ja vuodesta 2014 asti myös vapaaehtoisten taustat on voitu selvittää. (Kyllönen 2018, 27.)

3 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyöni tarkoituksena on pilotoida Erasmus+ hanke Safe Sports Allies luomia keskustelutyökaluja, joiden tavoitteena on tukea urheilun sidosryhmiä häirinnän ja hyväksikäytön ehkäisemisessä paikallisissa urheiluseuroissa. Työkaluja on suunniteltu niin urheilijoille kuin nuorten urheilijoiden valmentajille, mutta tässä opinnäytetyössä keskityn kohderyhmänä valmentajiin. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, minkälaista keskustelua keskustelukorttien hyödyntäminen synnyttää ja koetaanko työkalu vastaavaisuudessa hyödylliseksi ottaa käyttöön seurojen valmennustoiminnassa.

Tutkimuksellani on kaksi pääkysymystä, joista ensimmäinen on jaettu alakysymyksiin:

Pääkysymys 1.

- Minkälaista keskustelua keskustelukorttien hyödyntäminen synnyttää?

Alakysymykset:

- Kuinka jaettuja näkemykset tai mielipiteet ovat?
- Mikä vaikutus ryhmällä on keskusteluun?

Pääkysymys 2.

- Miten valmentajat itse arvioivat keskustelukorttien vaikuttavuutta tietoa lisäävänä tekijänä kiusaamisesta ja häirinnästä urheilussa?

4 Tutkimusmenetelmät

4.1 Laadullinen tutkimus

Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus on tieteellisen tutkimuksen menetelmäsuuntaus, jossa pyritään ymmärtämään tutkimuksessa tarkasteltavaa ilmiötä tutkimuksen kohteena olevien henkilöiden näkökulmasta. Eroteltuna laadullinen ja määrällinen tutkimus toisistaan laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus keskittyy tutkimaan käsiteltävää aihetta syvällisemmin, kun taas määrällinen eli kvantitatiivinen tutkimus pohjautuu tilastoitavaan tietoon. Laadullisen tutkimuksen tekemiseen käytetään apuna erilaisia menetelmiä, joiden avulla tutkimuksen aihetta lähestytään ja pyritään vastaamaan tutkimuskysymyksiin. (Puusa & Juuti 2020, 9; Jyväskylän Yliopisto 2021.) Tutkimukseni on laadullinen tutkimus ja sen tarkoituksena on tuoda esille havaintoja keskusteluista, joita valmentajien välillä syntyy sekä kuulla valmentajien kokemuksia keskustelukorttien hyödyllisyydestä tietoa lisäävänä tekijänä häirinnästä ja kiusaamisesta urheilussa.

4.2 Tutkimukseen osallistuneiden valinta

Aloitin osallistujien etsimisen muotoilemalla sähköpostin urheiluseuroille, mistä kävi ilmi oma koulutustaustani, opinnäytetyön aihe, keskustelukorttien aihepiirit, tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet sekä tutkimuksen näkökulmasta kriteerit sopivalle osallistujalle. Kriteereinä pidin sitä, että tutkimukseen osallistuva henkilö valmentaa tai on valmentanut lapsia tai nuoria ja sitä, että hänellä on jonkinlainen käsitys siitä, mitä kiusaaminen ja häirintä urheilussa tarkoittaa. Toin sähköpostissa ilmi, että tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja tutkimustulokset kirjoitetaan niin, että tutkimukseen osallistuneiden anonymiteetti turvataan. Mainitsin, etten osallistumisesta pysty maksamaan rahallista korvausta. Kerroin tilaisuuden luonteesta ja arvioimastani ajasta, joka keskustelun ja haastatteluiden toteuttamiseen menee. Toin myös ilmi, että osallistujat saavat tutustua kysymyksiin ennen keskustelua. Viimeisenä mainitsin, että keskustelukortit tukevat valmentajien osaamisen kehittymistä aiheen tiimoilta. Sähköposti löytyy opinnäytetyön liiteosiesta.

Seurat, joihin olin yhteydessä valikoituivat paikkakunnan perusteella, jotta pystyisin toteuttamaan ryhmäkeskustelut ja haastattelut kasvotusten tutkimukseen osallistuvien henkilöiden kanssa Helsingissä. Kontaktoin seuroja sähköpostitse, ja jos en saanut vastausta sähköpostiini muutaman päivän kuluessa, olin yhteydessä seuraan puhelimitse. Puhelinsoitot osoittautuivat onnistuneiksi ja sain kahdesta eri seurasta itselleni osallistujia tutkimukseen. Yhden osallistujan sain rekrytoitua omien kontaktieni kautta. Sain tutkimukseeni mukaan kolme miespuolista jalkapallovalmentajaa sekä kolme naispuolista cheerleadingvalmentajaa. Osallistujat olivat tutkimusta tehdessäni iältään 19–30-vuotiaita ja he valmentavat tai ovat valmentaneet iältään 5–13-vuotiaita lapsia ja nuoria.

Taustatiedot osallistujista keräsin Google Forms kyselyä käyttäen, mikä löytyy opinnäytetyön liiteosiosta.

4.3 Keskustelukorttien sisältö

Keskustelukortit sisältävät kolme osiota: turvallisesta urheiluilmapiiiristä keskusteleminen keskustelua johdattavien kysymysten avulla, häirintätilanteiden arviointi vakavuusasteittain sekä kuvitteellisten häirintätapauksien läpikäyminen keskustelukysymysten avulla. Alkuperäiset keskustelukortit on toteutettu englannin kielellä, joten käänsin niiden sisällön suomen kielelle tätä tutkimusta varten. Keskustelukortit löytyvät opinnäytetyön liiteosiosta, josta niitä pääsee tarkastelemaan lähemmin. Avaan tässä kappaleessa pelkistetysti keskustelukorttien sisällön.

Ensimmäinen osio koskien turvallista urheiluilmapiiriä sisältää 12 kysymystä ("ohjekorttia"), joiden avulla valmentajat voivat aloittaa keskustelun turvallisesta urheiluilmapiiristä. Tavoitteena on saada aikaan keskustelua valmentajien välillä ja jakaa ryhmässä esille nousseita kokemuksia ja ajatuksia. Tarkoituksena ei ole löytää ratkaisua tai oikeaa vastausta.

Toinen osio on nimeltään "Ranking kilpailu", jossa valmentajien on tarkoitus järjestää kuusi eri kiusaamis- ja häirintätilannetta/käyttäytymistapaa vakaavuusjärjestykseen. Osioon on lisätty eräänlainen lippujärjestelmä, joka opastaa käyttäjänsä määrittämään, milloin tietty käyttäytyminen on tai ei ole hyväksyttävää objektiivisten kriteerien mukaisesti. Valmentajat voivat käyttää tämän järjestelmän kriteereitä apuna oman sijoituksen tekemiseen. Kun oman sijoituksen on tehnyt ja muut ovat myös valmiita, tarkoituksena on keskustella omista sijoituksista muiden ryhmän jäsenten kanssa. Keskustelukortteihin on kirjattu kaksi kysymystä, joita valmentajat voivat käyttää apuna keskusteluun.

Kolmas harjoitus on nimeltään "Ja mitä sinä tekisit?". Harjoituksessa kuvataan kolmea mahdollista häirintä- ja hyväksikäyttötilannetta. Tarkoituksena on lukea tapaus kerrallaan ääneen koko ryhmälle ja tämän jälkeen keskustella jokaisesta tapauksesta keskustelukysymysten avulla, jotka löytyvät materiaaleista. Jokaisen tapauksen yhteyteen on liitetty ohjeita, kuinka tilanteissa tulisi toimia ja edetä.

4.4 Tutkimuksen aineistonkeruumenetelmät

Laadullisen tutkimuksen yleisimmät aineistonkeruumenetelmät ovat haastattelu, kysely, havainnointi sekä dokumentteihin perustuva tieto. Näitä menetelmiä voidaan käyttää joko vaihtoehtoisesti, rinnakkain tai yhdisteltynä tutkittavan ongelman ja tutkimusresurssien mukaan. Haastattelun ja kyselyn idea on melko yksinkertainen. On järkevää kysyä ihmiseltä itseltään, kun halutaan tietää, mitä hän ajattelee tai miksi hän käyttäytyy, niin kuin käyttäytyy. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 3;3.1.)

Hirsjärven ja Hurmeen (2022, 3) mukaan on loogista käyttää haastattelua aineistonkeruumenetelmänä, jos halutaan saada ihmiset itse sanoittamaan heitä koskevia asioita. Heidän mielestään olisi typerää jättää tämä etu käyttämättä ihmisiä tutkittaessa. Pohtiessani tämän tutkimuksen aineistonkeruumenetelmiä otin huomioon työn luonteen ja tutkimuskysymykset. Varteenotettavina aineistonkeruumenetelminä mielsin joko fokusryhmähaastattelun ja puolistrukturoidun haastattelun yhdistelmää tai haastattelun ja kyselylomakkeen yhdistelmää. Päädyin kuitenkin hyödyntämään fokusryhmähaastattelun ja puolistrukturoidun haastattelun yhdistelmää, jotta sain pidettyä tutkimuksen yksinomaan laadullisen tutkimuksen raameissa.

Haastattelun etu on ennen kaikkea joustavuus, koska haastattelijalla on mahdollisuus toistaa kysymys, oikaista väärinkäsityksiä, selventää käytettyjä sanamuotoja ja käydä keskustelua informantin kanssa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 3.1). Hirsjärven ja Hurmeen (2022, 3.1) mukaan haastattelun myönteisiä puolia on nähdä ihminen tutkimustilanteessa merkityksiä luovana, aktiivisena osapuolena. Heidän mukaansa etuna on myös vastausten selventämisen ja syventämisen mahdollisuus. Tuomen & Sarajärven (2018, 3.1) mukaan joustavuutta haastatteluun tuo myös se, ettei sitä koeta tietokilpailuksi. Tärkeintä on saada kerättyä mahdollisimman paljon tietoa halutusta asiasta.

Kun halutaan saada tutkittavasta aiheesta mahdollisimman paljon tietoa, on perusteltua antaa haastatteluun osallistuville aikaa tutustua haastattelukysymyksiin tai -aiheeseen hyvissä ajoin etukäteen. Tämä toteutuu käytännössä silloin kun haastatteluluvasta ja haastattelun ajankohdasta sovitaan yhdessä osapuolien kanssa. On eettisesti perusteltua kertoa haastatteluun osallistuville, mitä aihetta haastattelu koskee. Myös huomiona, etteivät ihmiset lupaudu tutkimukseen, jonka aiheesta heillä ei ole tietoa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 3.1.) Toimin tutkimusta tehdessäni edellä mainittujen ohjeiden mukaan. Kerroin sähköpostitse osallistujille, mitä aihetta ryhmäkeskustelu- ja haastattelu koskee sekä lähetin PDF-tiedoston keskustelukorteista sähköpostin liitteenä. Ohjeistin osallistujia tutustumaan keskustelukorttien sisältöön etukäteen ennen ryhmäkeskustelua. Kerroin myös, kuinka paljon osallistujien olisi hyvä varata aikaa keskustelulle.

Ensimmäisen tutkimuskysymykseni kohdalla päädyin käyttämään erilaisista haastattelumenetelmistä fokusryhmähaastattelua eli haastattelijan ylläpitämää ryhmäkeskustelua (Mäntyranta & Kaila 2008). Ero ryhmähaastattelun ja ryhmäkeskustelun välillä on vuorovaikutuksen rakentuminen eri tavoin. Ryhmähaastattelussa vuorovaikutus painottuu haastattelijan ja kunkin osallistujan välille ryhmässä tapahtuvina yksilökeskusteluina, kun taas ryhmäkeskustelussa pyritään saamaan tietoisesti aikaan vuorovaikutusta osallistujien välillä (Valtonen & Viitanen 2020, 118). Omassa tutkimuksessani keskustelukortit ohjaavat keskustelua ryhmän osallistujien välillä ja korttien

tavoitteena on saada osallistujat keskustelemaan keskenään kohteena olevasta aiheesta. Tästä syystä valitsin aineistonkeruumenetelmäksi fokusryhmähaastattelun.

Haastattelun tapaan, fokusryhmähaastattelu on menetelmänä joustava ja soveltuu siksi vastaaman hyvinkin erilaisiin tutkimuskysymyksiin. Usein kyseisen menetelmän avulla pyritään selvittämään haastateltavien näkemyksiä, kokemuksia tai mielipiteitä asioista. Ryhmän sisäinen hierarkia pääsee tulemaan esille aidon keskustelun kautta: kuka puhuu eniten, kuka on hiljaa tai kuka keskeyttää kenet. Tutkimuksen tekijä voi olla myös kiinnostunut ryhmän yhteisistä normeista ja ihanteista yksittäisten näkemysten ja mielipiteiden lisäksi. (Mäntyranta & Kaila 2008.)

Yhteen fokusryhmähaastatteluun osallistuu yleensä noin 4–10 henkilöä ja sitä ohjaa yksi tai useampi haastattelija. Monissa tutkimuksissa on järjestetty useampi fokusryhmähaastattelu eri osallistujille, mutta keskusteluista syntyvän aineiston riittävää määrää on kuitenkin mahdotonta tietää etukäteen. Kun fokusryhmähaastattelua käytetään aineistonkeruumenetelmänä, pyritään koolle saamaan ryhmä henkilöitä, jotka pystyvät tuomaan tutkittavaan asiaan erilaisia näkökulmia. Henkilöiden on kyettävä kuulemaan ja osallistumaan joskus vilkkaaseenkin keskusteluun. Hyvin usein haastateltavat löytyvät yhden avainhenkilön kautta, kuka voi tiedustella ja ehdottaa muita mahdollisia osallistujia mukaan tutkimukseen. Halukkuutta haastatteluun on hyvä selvittää lyhyen kyselyn avulla ja samalla voidaan kerätä taustatiedot halukkaista. (Mäntyranta & Kaila 2008.) Omassa tutkimuksessani sain järjestettyä kaksi ryhmäkeskustelua, joista molemmissa osallistujia oli kolme henkilöä. Tutkimukseen osallistuneet henkilöt olivat optimaalinen kohderyhmä, koska he pystyivät tuomaan näkökumia aiheeseen valmentajien perspektiivistä.

Tutkimuskirjallisuuden mukaan fokusryhmien muodostamisessa on pidetty tärkeänä yhtenäisyyttä. Voidaan puhua fokusoitumisesta eli ryhmä kootaan jonkin tai joidenkin ennalta tiedettyjen asioiden suhteen yhtenäiseksi, jotta keskustelu helpottuisi. Tällaisia asioita voi olla esimerkiksi henkilöiden yhteinen ammattitausta. Joidenkin lähteiden mukaan on pidetty tärkeänä erottaa naiset ja miehet omiksi ryhmiksi, koska eri sukupuolet voivat käsittää asioita eri tavoin, ryhmän välille voi muodostua seksuaalisia jännitteitä sekä miehet yleisesti ovat keskustelussa hallitsevassa asemassa. Ihmisten sosiaalisen aseman ja koulutustaustan homogeenisuutta on myös pidetty tärkeänä fokusryhmässä. Muista maista poiketen suomalaisten kokemusten mukaan sukupuoli tai sosiaalinen asema eivät kuitenkaan samalla tavalla lukitse keskustelua. (Mäntyranta & Kaila 2008.) Ryhmäkeskusteluihin osallistuneilla oli molemmissa ryhmissä yhteinen ammattitausta. Yhteneväisyyttä toi myös osallistujien kohtalaisen yhtenevä ikähaarukka. Jalkapallovalmentajien ryhmässä kaikki henkilöt olivat miehiä ja cheerleadingvalmentajien ryhmässä naisia. Tämä oli kuitenkin sattumaa, että molemmissa ryhmissä osallistujat olivat samaa sukupuolta. Tarkoitukseni ei ollut muodostaa ryhmiä sukupuolen mukaan.

Fokusryhmähaastattelussa pyritään saamaan mahdollisimman paljon keskustelua osallistujien välille ja tämä tuottaa ryhmäkeskustelulle tyypillisen tutkimusaineiston (Mäntyranta & Kaila 2018; Valtonen & Viitanen 2020, 118.) Fokusryhmähaastattelun keskustelu tapahtuu valikoidussa ryhmässä, jota ylläpitää haastattelija ennalta suunnitellun haastattelurungon pohjalta. Menetelmää voidaan käyttää itsenäisenä tutkimusmenetelmänä tai se voidaan yhdistää johonkin toiseen menetelmään. Sitä voidaan käyttää esimerkiksi tapana tutustuttaa kohderyhmä aiheeseen ennen toisen tutkimusmenetelmän käyttöä. Kyseistä menetelmää käytetään paljon tutkimuksissa, joiden avulla pyritään kehittämään palveluita tai toimintaa. (Mäntyranta & Kaila 2008.) Omassa tutkimuksessani keskustelukortit toimivat ennalta suunniteltuna haastattelurunkona. Käytin ryhmäkeskustelua tutkimusmenetelmänä koskien ensimmäistä pääkysymystäni. Samalla ryhmäkeskustelu toimi tapana tutustuttaa ryhmää aiheeseen ennen toisen tutkimusmenetelmäni eli puolistrukturoidun haastattelun käyttöä.

Avoimet kysymykset (mitä, miten) ovat suositeltuja. Jos haastateltavien välillä ilmenee ristiriitaisia mielipiteitä, on suositeltavaa käyttää syventäviä kysymyksiä. Onkin tärkeää, että haastattelija pystyy luomaan turvallisen ja sallivan ilmapiirin, joka mahdollistaa erilaisten käsitysten ja mielipiteiden esittämisen. On mahdollista, että haastattelussa käyty keskustelu synnyttää uusia tutkimuskysymysten kannalta merkittäviä teemoja. Kerätystä aineisosta voidaan joskus myös analysoida muita alkuperäisen tutkimuskysymyksen ulkopuolelta nousevia aiheita. (Mäntyranta & Kaila 2008.) Pysin luomaan rennon ja sallivan ilmapiirin, jossa haastateltavat uskaltavat tuoda esille omia mielipiteitä aiheeseen. Alkuun juttelimme aiheen vierestä niitä näitä kuulumisia ja esittelimme itsemme toisillemme. Kerroin osallistujille heidän tärkeydestään tutkimuksen toteuttamisen kannalta. Toin myös pientä syötävää ja juotavaa keskustelutilaisuuksiin.

Toisen tutkimuskysymyksen kohdalla päädyin käyttämään puolistrukturoitua haastattelua. Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset on laadittu etukäteen teoriaan nojautuen ja ne esitetään kaikille tutkittaville samalla tavoin ja samassa järjestyksessä. Puolistrukturoidussa haastattelussa ei ole valmiita vastausvaihtoehtoja (vrt. strukturoitu haastattelu). Tämä tekee haastattelutavasta vapaamman, minkä ansioista vastauksista voi ilmetä jotain sellaista, mitä tutkija ei olisi välttämättä osannut ottaa huomioon laatiessaan valmiita vastausvaihtoehtoja. Puolistrukturoidun haastattelun etuna on haastateltavilta näkemysten saaminen tutkimuksen keskeisiin ja etukäteen määriteltäviin aiheisiin heidän omin sanoin kerrottuna. (Puusa 2020, 111–112). Haastattelin osallistujia ryhmäkeskustelujen jälkeen, ja esitin kysymykset kaikille osallistujille samalla tavoin ja samassa järjestyksessä.

4.5 Aineiston analysointi

Laadullisen tutkimuksen ensimmäinen analyysin vaihe on aineiston litterointi eli puheen ja toiminnan purkaminen kirjoitettuun muotoon. Litteroinnilla on keskeinen merkitys aineiston haltuunottoon ja analyysiprosessiin (Kallio s.a.). Nauhoitin ryhmäkeskustelut ja haastattelut käyttäen Microsoft Wordin sanele-toimintoa sekä puhelimen sanelin-sovellusta. Analyysin tekemisen aloitin litteroimalla eli kirjoittamalla äänitallenteet puhtaaksi tekstimuotoon.

Keräämäni aineistoin analysoin laadullisella sisällönanalyysilla. Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää kaikkien laadullisten tutkimuksien analysoimiseen (Tuomi & Sarajärvi 2018, 103). Sisällönanalyysin menetelmää käyttäen pystytään tarkastelemaan kerättyä aineistoa systemaattisesti ja objektiivisesti. Analyysilla tavoitellaan tiivistettyä ja selkeää kuvausta tutkittavasta aiheesta, kuitenkin kadottamatta sen sisältämää informaatiota. Hajanaisesta aineistosta pyritään rakentamaan yhtenäinen ja selkä kokonaisuus, minkä tavoitteena on tutkimuksen informaatioarvon lisääminen. Jotta tutkittavasta aiheesta voidaan tehdä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä, on analyysillä ensin luotava selkeyttä aineistoon. Laadullisessa sisällönanalyysissa aineisto pilkotaan ensin osiin, käsitellään hyödyntäen loogista päättelyä ja tulkintaa ja kootaan uudestaan niin, että uudelleenrakennettu versio muodostaa loogisen kokonaisuuden. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117–122.)

Aineiston jäsentelyyn hyödynsin sisällönanalyysin menetelmistä teemoittelua. Teemoittelussa on kyse aineiston pilkkomisesta osiin ja näiden osien ryhmittelystä erilaisten aineistossa esiintyvien aihepiirien mukaan (Tuomi & Sarajärvi 2018, 105). Aineistosta paikannetaan tutkimuskysymyksen kannalta olennaiset aiheet eli teemat, jotka muodostuvat tiettyä teemaa kuvaavista näkemyksistä ja usein esiintyvistä piirteistä (Juhila s.a.; Tuomi & Sarajärvi 2018, 107.)

Analysoin molempia ryhmäkeskusteluja yhtenä kokonaisuutena, koska tavoitteenani ei ollut saada tietoa erikseen jalkapallovalmentajien ja cheerleadingvalmentajien näkemyksistä ja kokemuksista. Tavoitteenani oli saada mahdollisimman laaja käsitys siitä, minkälaista keskustelua keskustelukortit synnyttävät kaiken kaikkiaan. Haastattelut analysoin myös yhdistäen ne yhdeksi kokonaisuudeksi.

5 Tutkimustulokset

Olen jakanut tutkimustulokset tutkimukseni ensimmäisen pääkysymyksen tuloksiin ja toisen pääkysymyksen tuloksiin. Koska minulla oli kaksi ryhmää, niin käyttäessäni sitaatteja aineistosta, viittaaan puhujaan esimerkiksi seuraavasti: *Ryhmä1, Valmentaja1*.

5.1 Ensimmäinen tutkimuskysymys

Ensimmäisen tutkimuskysymykseni avulla pyrin selvittämään minkälaista keskustelua keskustelukorttien hyödyntäminen synnyttää. Toteutin ryhmäkeskustelut kahtena eri ajankohtana kahden eri ryhmän kanssa. Molemmilla ryhmillä keskustelukorttien ohjaamaan keskusteluun meni aikaa noin 90 minuuttia. Keskustelut sujuivat molempien ryhmien kanssa melko luontevasti, mutta ylläpidin keskustelua jonkin verran siirtyessä edellisestä kysymyksestä/aiheesta toiseen. Valmentajat eivät juuri tarttuneet kysymään itse seuraavaa kysymystä ryhmältä. Kun kysymys oli tuotu esille, valmentajat pystyivät puhumaan asioista avoimesti ja aiheista syntyi keskustelua. Keskeisiksi teemoiksi ryhmäkeskusteluita analysoidessa nousi: keskustelun luonne, jaettu näkemys ja ryhmäkeskustelun voima.

5.1.1 Keskustelun luonne

Turvallisesta urheiluilmapiiiristä keskusteltaessa keskustelu on hyvin sujuvaa ja kysymyksiin on helppo löytää vastauksia. Vastauksissa käytetään paljon käytännön esimerkkejä omasta valmennuksesta ja tämä tuntuu olevan luonteva tapa kaikille aiheesta keskusteluun. Tämä kertoo siitä, että valmentajien on helppo soveltaa keskustelukorttien kysymyksiä käytäntöön, mikä tekee keskustelusta rikkaan. Seuraavat lainaukset ovat valmentajien vastauksia siihen, miten he ovat tukeneet urheilijoiden vuorovaikutusta keskenään.

”Antanut urheilijoille vastuuta treeneissä. Jos on jonkun näköistä toimintaa, missä esimerkiksi tehdään pareittain niin ohjeistaa urheilijoita valitsemaan parit itse.” (Ryhmä1, Valmentaja1)

”Joo ja sitten jossain otteluissa mä teen silleen, että mä annan esimerkiksi kapteenille roolin vetää pallottoman alkulämmittelyn.” (Ryhmä1, Valmentaja3)

”Tosta kapteenin roolista tuli mieleen, että mä pistän yleensä aina ennen pelejä kapteenin puhumaan pelaajille silleen, että mä en oo siinä kuulemassa, mitä pelaajat puhuu keskenään. Se lisää niinku pelaajien omaa vastuunottoa ja sitä vuorovaikutusta. Eikä siinä tietysti ainoastaan kapteeni puhu, että siinä puhuu sitten muutkin pelaajat ja tsemppaa toisia. Se on sitä positiivista vuorovaikutusta, mitä haluaa just tukea omien urheilijoiden keskuudessa.” (Ryhmä1, Valmentaja2)

Oikeastaan vain yksi kysymys turvallisesta urheilumapiiristä keskusteltaessa saa molemmissa ryhmissä valmentajat hetkeksi hiljaisiksi. Tämä kysymys koskee häirintää ja miten valmentajat ovat itse keskustelleet häirinnästä urheilijoidensa kanssa. On hankala keskustella asioista, joihin ei ole itsellä tarttumapintaa. Ei välttämättä ole ollut tilanteita, joissa tietty käytös olisi osattu yhdistää häirinnäksi tai parhaimmassa tapauksessa joukkueen sisällä ei ole ollut tällaista käytöstä. Seuraavat lainaukset ovat valmentajien vastauksia siihen, miten he ovat keskustelleet häirinnästä urheilijoiden kanssa.

”Meillä ei ainakaan mitään tarvinnut ikinä käydä tai ei käyty sen kummemmin muuten paitsi, kun niillä tuli hirveet halut päästä katsomaan tyttöjen pukkariin, niin sitten tehtiin selväksi, että tuommoinen ei ole OK. En tiä tuleeko kaikilla joukkueille jossain vaiheessa semmoinen, että menee vähän niinku puol läpällä tai sen tyyppistä sinne, mutta teki sen selväksi, että ei voi mennä mitenkään häiritsemään tolla tavalla, että se ei ole mikään vitsi. Mutta ei oo joukkueen sisällä ikinä ollut mitään tarvetta tai en nähnyt syytä itse käydä sitä muuten läpi.” (Ryhmä1, Valmentaja1)

”No ei ehkä tolla sanalla oo kyllä. Ne on niin nuoria, että mä en tiedä et tietäisikö ne edes oikeastaan, jos puhuisi vaikka oikeasti sillain fyysistä häirinnästä, että tietäisikö ne tavallaan mistä on kysymys. Mä en tiedä kyl.” (Ryhmä2, Valmentaja3)

”Kun ei siel oo esiintyny mitää sellasta, niin sen takii ei oo jotenki tullu kertaakaan puheeks.” (Ryhmä2, Valmentaja1)

”Toi on kyllä ihan hyvä kysymys tai silleen, et me ei olla oikeastaan saatu mun mielestä seuraltakaan oikeen koulutusta tuohon, et miten nimeomaan tän ikästen kanssa otetaan se puheeksi sillä tavalla, että se on kuitenkin turvallinen.” (Ryhmä2, Valmentaja2)

Ranking-osiossa keskustelu on hyvin vastavuoroista osallistujien välillä. Osallistujat paneutuvat toistensa vastauksiin ja käyvät läpi, mitkä tekijät kenelläkin vaikutti omaan vakavuusjärjestykseen tilanteita arvioidessa. Kuullessaan toisten osallistujien perusteluja näkemyksille käy ilmi, että omaa järjestystä haluttaisiin vaihtaa osassa tilanteita.

”No itseasiassa mä voisin jopa vaihtaa tässä vaiheessa vielä. Mun mielestä toisiks vähiten vakavin on tuo E ja sitten F ois vähiten vakavin just kun tuli ajateltua tota, että kuinka hyvin niinku aikuiset pystyy suodattaa tota palautetta ja just mitä te sanoitte, että niinku eihän valmentajan pitäisi toimia noin missään nimessä ja toi on todella huonoa käytöstä valmentajalta, mutta kyseessä ei kuitenkaan ole junnupelaajat, joiden psyyke on vielä rakentumassa, että siinä ei niin helposti sitten kuitenkaan pystytä horjuttamaan sitä itsetuntoa ja omatuntoa.” (Ryhmä1, Valmentaja2)

Keskustelukorttien kolmannen harjoituksen tuottama keskustelu on luonteeltaan pohdiskelevaa. Häirintä- ja hyväksikäyttötilanteet ovat aiheena vaikeita ja niihin ei ole helppo löytää yksiselitteistä vastausta. Keskustelukorttien kysymykset auttavat selkeästi valmentajia aiheesta keskusteluun. Valmentajilla on kysymys mihin tarttua ja kysymykset auttavat purkamaan tilanteita pienempiin osiin. Keskustelu pääsee etenemään näin loogisessa järjestyksessä. Kysymykset pysäyttävät valmentajat pohtimaan asioita ja keskustelemaan niistä monipuolisesti. Valmentajat pääsevät tuomaan esille oman näkemyksensä asioihin, kuitenkin niin, että näkemykset ovat relevantteja kysymyksiin ja tilanteisiin nähden. Tällainen pohtiva keskustelu antaa paljon eri näkemyksiä näihin tilanteisiin. Seuraavat lainaukset ovat valmentajien ajatuksia keskustelukorttien ”Eemil & Joonas” tilanteeseen. Tilanteessa urheilijoiden sekaryhmän kaksi tyttöä kertoo valmentajalle, että joukkueen kaksi poikaa Eemil ja Joonas olivat ottaneet salakuvia tytöistä suihkutiloissa ja välittäneet ne muun poikajoukkueen WhatsApp ryhmään. Tytöt pelkäävät, että kuvia levitetään myös muille.

”Tää on kyllä pahimmasta päästä näistä kolmesta tilanteesta, että tässä loukataan tosi vakavasti toisten ihmisten rajoja ja toi, että lähdetään sitten mahdollisesti levittämään noita kuvia, niin se olisi kanssa todella paha kaikelle itsetunnolle ja ihan hirveän iso kolaus noille tytöille tuossa tilanteessa. Aika niinku vakava tilanne, että tuossa pitäisi puuttua heti aika voimakkaastikin kyllä.” (Ryhmä1, Valmentaja2)

”Sit kans, että noi tytöt sais silleen jonkun, jolle vois jutella, jos niistä tuntuu siltä, et haluis jonkun, jolle voi puhua tosta.” (Ryhmä2, Valmentaja1)

”Tavallaan se, että kyl ne häiritsijätkin tarvii jotain apuu, että miksi ne tekee tommoista ja mikä on saanut ne kokemaan, että toi on hyväksyttävää. Niinku ymmärtääkö ne yhtään, kuinka isot jäljet se jättää siihen uhriin oikeesti. Mä ottaisin kyllä suosiolla heti yhteyden seuran johtoon ja pikimmiten lähtisin sitä kautta selvittämään asiaa” (Ryhmä2, Valmentaja2)

”Ja sitten oli se sitten seuran johto tai kuka vaan, niin pitäisi todellakin pitää huolta siitä, että ne ei enää leviä pidemmälle ja että kaikilta poistuu oikeasti ne kuvat.” (Ryhmä2, Valmentaja3)

Kaiken kaikkiaan keskustelu on hyvin avointa ja rakentavaa koko keskustelun ajan. Valmentajat kuuntelevat toisiaan ja antavat mahdollisuuden jokaiselle puhua rauhassa loppuun oman näkemyksensä asioihin. Valmentajat liittävät luontevasti oman sanomisensa siihen, mitä joku toinen on tuonut esiin keskustelussa. Omien kokemuksien jakaminen avoimesti toisille auttaa valmentajia ymmärtämään toistensa näkemyksiä aiheeseen.

5.1.2 Jaettu näkemys

Valmentajien vastauksissa ilmenee paljon yhteneviä näkemyksiä heidän vastatessaan kysymyksiin turvallisesta urheiluilmapiiiristä. Valmentajilla on siis yhteinen näkemys siitä, mitkä tekijät vaikuttavat turvallisen urheiluilmapiiirin luomiseen. Keskustelusta nousee samanlaisia ajatuksia tarkasteltaessa pelkästään jo yksittäistä kysymystä. Uudet kysymykset tuovat myös esille samoja, jo aikaisemmin mainittuja asioita. Vastauksissa toistuvat siis samat asiat, vaikka kysymys olisi ollut eri. Alla valmentajien näkemyksiä millaisia ihmissuhde-/vuorovaikutustaitoja urheilijat ovat oppineet valmentajilta.

”Ryhmässä toimimista, oman esimerkin näyttäminen ja erilaiset säännöt. Se on ensimmäinen, mikä tulee mieleen.” (Ryhmä1, Valmentaja1)

”Pyrittä seuraamaan pelaajien vuorovaikutusta keskenään ja asettamaan tietyt rajat ja säännöt, että miten toimia muiden joukkuealaisten kanssa ja miten toimia valmentajien kanssa” (Ryhmä1, Valmentaja2)

”Meillä on joukkueessa säännöt ja ihan perus käytöstapoja käytännössä, että aina kun tuut paikalle niin moikkaat valmentajia ja sitten muita pelaajia.” (Ryhmä1, Valmentaja3)

”Kauden alussa ollaan aina käyty sääntöjä läpi ja samalla käyty läpi, miten muita kohdellaan.” (Ryhmä2, Valmentaja1)

Näkemys yhteenkuuluvuuden lisäämisestä ryhmän sisällä.

”Siihen liittyy vahvasti vuorovaikutustaitojen säännöt joukkueessa, että miten suhtaudutaan eri peliryhmässä pelaaviin pelaajiin.” (Ryhmä1, Valmentaja2)

Näkemyksiä psykologisesti turvallisen harjoitusympäristön luomisesta.

”Ne joukkueen säännöthän tulee olla myös sitä varten, että siellä on tuommoinen psykologisesti turvallinen harjoitteluympäristö, milloin siellä on turvallinen olla.” (Ryhmä1, Valmentaja1)

”Just ne säännöt, mitä käydään kauden alussa, on tärkeä.” (Ryhmä2, Valmentaja1)

”Juu niistä säännöistä tulee varmaan urheilijoillekin semmonen olo, että täällä oikeesti pidetään huolta siitä, ettei käy mitään huonoa” (Ryhmä2, Valmentaja3)

Keskustelukorttien Ranking-osiossa valmentajilla oli niin yhteneviä kuin eriäviä mielipiteitä tilanteiden vakavuuksia arvioidessa. Rankingissa jokainen kehittää näkemyksensä oman taustatarinan mukaan ja nämä asiat eivät ole niin yksiselitteisiä ja näkemys jaettavissa. Asioita

nähdään eri tavalla ja jokaisella on oma mielipide siitä, mikä tilanne aiheuttaa kenenkin mielestä vakavimmat seuraukset. Valmentajat pystyvät kuitenkin perustelemaan omia näkemyksiään toisilleen ja ymmärtämään toistensa mielipiteitä, vaikka olivatkin joistain asioista eri mieltä.

”Mä laitoin kanssa sen A:n kutoseks tai vakamimmaks. Mun mielestä se B oli myös kauhea, mutta sitten mä ajattelin, että se aiheuttaa paha tosi monelle tavallaan samaan aikaan, niin se oli mun mielestä vielä pahempi ja itsellä kun on joukkuelaji ja tässä oli myös koko joukkue kyseessä, niin se vaikuttaa hirveästi koko joukkueeseen koko homma nii siks laitoin sen.” (Ryhmä2, Valmentaja3)

”Mä taas laitoin sen B:n, koska en mä tiedä, mulla jotenki vielä se, että valmentaja kommentoi loi itelle vielä pahemman fiiliksen tai totta kai tuosta ekastakin, mutta varsinkin tossa, kun on tuollainen valtasuhde, niin silleen toi voi olla todella vahingollista niinku siis toi ekakin, mutta nousi auktoriteettisuhde mulle tässä.” (Ryhmä2, Valmentaja2)

Keskustelukorttien kolmannessa osiossa valmentajat keskustelivat kuvitteellisista häirintä- ja hyväksikäyttötilanteista. Tarkasteltaessa tämän osion keskusteluja, valmentajilta nousi esille yhteneviä sekä erilaisia ajatuksia tilanteisiin puuttumisesta ja niiden vaikutuksesta urheilijoihin/tiimille, mikäli tilanteille ei tehtäisi mitään. Vaikka osa näkemyksistä oli erilaisia, niin niissä tuotiin esille hyviä ja tärkeitä huomioita tilanteita ajatellen. Seuraavat lainaukset ovat valmentajien ajatuksia keskustelukorttien ”Leena ja Selina” tilanteeseen puuttumisesta. Tilanteessa valmentaja Selina anelee selkävavoista kärsivää nuorta urheilijaa Leenaa osallistumaan huomiseen otteluun vastoin lääkärin määräyksiä. Ryhmän ulkopuolinen valmentaja kuulee tämän keskustelun. Leena itse on päättänyt auttaa joukkuetta tässä tärkeässä ottelussa.

”Tää on varmasti semmoinen, että se riippuu ehkä siitä omasta ja sen toisen valmentajan vuorovaikutuksesta ja suhteesta. Jos on hyvä tavallaan kollegasuhde, niin varmasti on helpompi mennä kysymään, että mitä se toinen valmentaja itse ajattelee siitä tilanteesta, ja jos se tekee omasta mielestä huonon päätöksen, niin varmasti on myös jälkeinpäin helpompi mennä sanomaan asiasta. Jos joku meistä menisi vaikka ihan uuteen seuraan töihin ja siellä olisi tällainen tilanne, niin siinä olisi kyllä varmaan vaikeahko mennä sanoo asiasta.” (Ryhmä1, Valmentaja1)

”Tällein hyvin nuoren valmentajan näkökulmasta niin ehkä luottaisin tässä tilanteessa, vaikka mä olisin eri mieltä ehdottomasti tuosta, niin en mä myöskään välttämättä uskaltaisi käydä pätemässä paljon kokeneemmalle valmentajalle tuossa tilanteessa, että siinä on vähän sellainen inhottava asetelma kyllä.” (Ryhmä1, Valmentaja2)

”Jos noin tapahtuisi, niin mä kävisin ehkä sanomassa sille kollegalle, että miettisi vähän mitä tässä on taustalla ja sitten edes keventäisi tavallaan sitä ottelun taakkaa, että peluuttaisi sitä Leenaa vähemmän siinä ottelussa. Se olisi vähän semmoinen tavallaan, kun Leena halusi myös ite tulla

pelaamaan, niin se ei järkyttävän suurta suostuttelua tarvinnut, mutta sen valmentajan pitäisi huomioida, että se on vasta palannut loukkaantumisen jälkeen.” (Ryhmä1, Valmentaja3)

”Kyllä mä ehkä tässäkin tilanteessa ottaisin yhteyttä johonkin esihenkilöön siinä mielessä, että se esihenkilö saattaisi osata antaa sen palautteen vähän eri tavalla sille toiselle valmentajalle. Myös ehkä se, että seurallakin pitäisi olla joku linjaus tässä asiassa mun mielestä, eikä vaan joukkueella. Pitäisi olla yleisesti kaikille valmentajille selvää, että urheilijoiden hyvinvointi tulee ensin ja terveys.” (Ryhmä2, Valmentaja2)

”Jos se Selina on vahvasti tolla kannalla, niin ehkä siihen sitten jonkun muun pitäisi puuttua ja ehkä jopa koko joukkueelle sanoa, että jos teillä on jotain loukkaantumisia, niin hoitakaa ne oikeasti kuntoon et teidän ei tarvi tulla puolikuntoisena pelaamaan.” (Ryhmä2, Valmentaja3)

5.1.3 Ryhmäkeskustelun voima

Yhdeksi teemaksi keskusteluista nousi, kuinka ryhmässä ajatusten jakaminen ruokkii keskustelua verrattuna siihen, jos asioita pohtisi läpi vain itsekseen. Yksin pohtiessa voi käydä helposti niin, että sivuuttaa kysymyksen, mikäli ei löydä siihen heti vastausta. Kuitenkin kun asioita pohditaan läpi yhdessä, niin toisen kertomus voi ruokkia omia muistoja. Toisen puheenvuoron aikana on myös aikaa kerätä omia ajatuksia kokoon. Vaikka alkuun tuntuisi, ettei olisi kysymykseen vastausta niin toisten ajatusten tukemana, myös itsellä alkaa muisti virkistyä ja ajatuksia voi herätä paljonkin. Seuraavat lainaukset on poimittu ensimmäisen ryhmän valmentajien keskustelusta kysyttäessä, miten he ovat ottaneet vaikean aiheen esille ja aloittaneet keskustelun.

”Tosta seuraavasta, että miten otat vaikean aiheen esille ja aloitat keskustelun niin mä en muista, että mulla ois ikinä ollut yhtään vaikeeta aihetta, mitä nostaa esille” (Ryhmä1, Valmentaja1)

”Mul ei tuol joukkuearjessa oo niin kauheesti noit tilanteita, että enemmän tuolla iltapäiväkerhon puolella on tommoisia niinku vaikeita asioita [...] siinä joutui vähän miettimään, että miten ottaa sen asian esille [...] käytiin keskustelua, että minkä takia ylipäänsä teki niin ja kävi ilmi, että se oli pelitilanteesta johtuva, mut siinä sitten taas pelaajat kasaan tai nää kaks pelaajaa ja käytiin siinä sitten kolmistaan se asia läpi.” (Ryhmä1, Valmentaja3)

”Ehkä no joo [...] muutaman kerran, kun pelaajat tulivat kysymään treenien aikoina, että miksi mä jouduin C-ryhmään, niin se oli semmoinen, että siitä piti sanoa hienovaraisesti ja silleen ne pelaajat tuntien. Sekin käytiin läpi niin, että pelaajien kanssa ensin keskusteltiin yleensä keskenään ja sitten jossain vaiheessa sen nosti esille taas koko ryhmän kanssa.” (Ryhmä1, Valmentaja1)

5.2 Toinen tutkimuskysymys

Seuraavat tulokset vastaavat toiseen pääkysymykseeni siitä, miten valmentajat itse arvioivat keskustelukorttien vaikuttavuutta tietoa lisäävänä tekijänä kiusaamisesta ja häirinnästä urheilussa. Haastattelut toteutin ryhmäkeskustelujen päätteeksi. Keskeisiksi teemoiksi haastatteluja analysoidessa nousi: keskustelukortit avainasemassa ajatusprosessin syntymiseen, valmentajien vastuu ja keskustelukortit valmentajien osaamisen kehittäjänä.

5.2.1 Keskustelukortit avainasemassa ajatusprosessin syntymiseen

Haastattelun vastausten mukaan, valmentajat kokivat keskustelukorttien auttavan oman ajatusprosessin heräämisessä, kun aiheesta pääsee keskustelemaan muiden valmentajien kanssa. Aiheesta keskusteleminen auttaa sanoittamaan asioita ääneen ja selkeyttämään omaa näkemystä aiheeseen. Keskustelusta voi poimia itselleen oppeja ja keinoja toimia, kun kuulee miten toiset valmentajat käsittelevät- tai toimivat eri tilanteissa.

”Mun mielestä tällaiset keskustelut on aina hienoja. Oppii paljon uutta ja auttaa myös omaa ajatusprosessia tietysti aina sanoo asiat ääneen. Näähän kysymykset oli tosi hyvin johdattelevia ja saatiin keskusteltua ja mun mielestä on mielenkiintoista nähdä miten muut valmentajat käsittelee näitä eri tilanteita ja siitä voi oppia paljon.” (Ryhmä1, Valmentaja2)

”Koin kyllä, että tosi ajatuksia herättäviä juttuja ja vaikka silmällä helposti ajattelee vaan no kyllä mä tiedän vastauksen tähän ja kyllä näähän on ihan selviä juttuja, mutta heti kun just alkoi paneutua näihin tilanteisiin enemmän ja kuulee niinku muiden näkökulmia niin kyllä se oli tosi niinku ajatuksia herättävää.” (Ryhmä2, Valmentaja2)

”Herätti paljon ajatuksia ja keskustelua. Jos mä ajattelen omaa treeni- tai joukkueen ympäristöä, niin jos mä ottaisin jonkun näistä kysymyksistä ja kävisin apukoutsien kanssa sen läpi, niin sillä saisi niinku tavallaan nekin ajattelemaan sitä asiaa ja just toi niinku häirintä joukkueessa, niin ei ole ihan älyttömän paljoa tullut mietittyä, mutta sitten kun lävähtää tällainen kysymys esiin, niin sitten alkaa niinku oikeasti miettiä. Kyllä siinä oppii paljon. Kyl mä uskon, että näillä on iso merkitys, jos näitä ottaa käyttöön.” (Ryhmä1, Valmentaja3)

5.2.2 Valmentajien vastuu

Keskustelukortit koettiin tärkeänä tekijänä huomata, mikä vastuu valmentajilla on turvallisen toimintaympäristön luomisessa. Valmentajien on hyvä olla tietoisia omista lähestymis- ja toimintatavoista kiusaamis- ja häirintätilanteissa, koska niillä voi olla merkittävä vaikutus tilanteisiin sekä urheilijoihin. Jotta kiusaamis- ja häirintätilanteisiin osataan puuttua asianmukaisesti, vaatii se

valmentajilta osaamista sekä tietoa oman seuran toimintatavoista tilanteiden ratkaisemiseksi; kenen puoleen kääntyä seuran sisällä kiusaamis- ja häirintätilanteissa.

”Mä näen, että joka ikisen valmentajan olisi hyvä olla jollain tavalla mukana tämmöisessä keskustelussa tai käydä näitä läpi koska, koska joka ikinen tulee kohtaamaan näitä ja se ei ole itsestäänselvyys, että miten sä niitä hoidat.” (Ryhmä1, Valmentaja1)

”Lisäsi sitä vastuuntuntoa ainakin mulla siitä hommasta ja siitä, miten kaikilla meillä on vastuu, niin kyllä mä koin, että tää niinku semmoista näkökulmaa herätti et ehkä osaamistakin sitä kautta.” (Ryhmä2, Valmentaja2)

”Kyllä tässä jotain semmoisia ohjeita oli niinku näissä esimerkkitapauksissa, että miten tärkeä on olla yhteydessä eteenpäin, että noi tilanteet ei tarvi olla vaan meidän harteilla. Me harvoin pystytään oikeasti edes ratkaisemaan niitä niinku kunnolla pidemmälle, kun sitten taas joku muu, joka osaa ja jolla on se osaaminen ja koulutus siihen.” (Ryhmä2, Valmentaja2)

”Mun mielestä on hyvä ja tärkeä keskustella näistä asioista ja sitten niinku tulee ainakin itselle semmoinen fiilis, että oookoo, että me ollaan kaikki niinku perillä tästä asiasta, mikä on tosi tärkeää. Sekä tietää, että saa kaikilta tukea ja että meidän seura ottaa tämmöiset asiat tosi silleen niinku pitääkin ja tietää minne ottaa yhteyttä kaikissa tilanteissa.” (Ryhmä2, Valmentaja3)

5.2.3 Keskustelukortit valmentajien osaamisen kehittäjänä

Keskustelukortit nähtiin positiivisessa valossa valmentajien osaamisen kehittäjänä. Keskustelukorttien synnyttämä keskustelu auttaa luomaan varmuutta ja itsetietoisuutta valmentajien toimintaan urheiluseuroissa. Integroimalla keskustelukortit mukaan valmennustoimintaan ja käyttämällä niitä valmentajien osaamisen kehittämisen työkaluna, saadaan seuran sisälle luotua ilmapiiriä, jossa kaikki olisivat tietoisia aiheesta ja siihen liittyvistä tekijöistä.

”Jos jossain koulutuksessa käsiteltäisiin näitä asioita ja käytettäisiin työkaluna noita lippujärjestelmän kriteereitä, niin siinä oppisi ja kehittyisi ja siitä voisi olla apua sitten arjessa, kun perehtyy paremmin niihin.” (Ryhmä1, Valmentaja3)

”Kun ajatellaan että Suomi on kumminkin maa, jossa juniorijalkapallo toimii paljon vanhempien varassa ja ne faija- ja mutsivalmentajat ketä siellä on, niin mä näkisin sen erittäin hyödyllisenä, että ottaisi osaksi omaa toimintaa sen, että kävisi näitä niitten kanssa läpi, että kaikki on siitä niinku samalla kartalla. Mä koen, että tää on hyvä työkalu niinku sitä kehittämistä varten. Siellä on kumminkin niin paljon toimijoita, jotka ei ole itse hakeutunut tai erikoistunut siihen nuorten

valmentamiseen ja pedagogiikkaan, niin niiden kanssa näitä asioita ois varmasti ihan älyttömän hyvä käydä läpi.” (Ryhmä1, Valmentaja2)

”Mä tajusin ehkä sen tosta Leena tilanteesta, että mekin usein, kun me valmennetaan niin, jos jollain tulee joku pieni haava, niin me ollaan silleen okei no kyl sä voit jatkaa silti, et laitetaan siihen laastari ja sitten jatketaan, niin ehkä pitäis tehdä vielä selkeeks se, että toi on niiko OK, jos on haava ja sä voit jatkaa, mut jos on isompia juttui, niin just se terveys ensin tai tavallaan muistais sen. Ettei urheilijat ajattele, että niiden on pakko tehdä jotain, jos vaikka ois kipeenä tai jotain tällästä ni ehkä se tuli mieleen. [...] Ehkä just se, et tekee selväks missä menee rajat tossa.” (Ryhmä2, Valmentaja1)

Kaiken kaikkiaan keskustelukortit koettiin hyödyllisenä työkaluna ottaa mukaan seuratoimintaan valmentajien käyttöön. Harvoin tällaisesta aiheesta aloitetaan keskustelua ilman, että keskustelulle on varattu aikaa ja otollinen paikka keskustelulle, missä osallistujat pääsevät jakamaan näkemyksiään turvallisessa tilassa. Vaikka osa keskustelua johdattavista asioista oli valmentajille tuttua, niin valmentajat kokivat kuitenkin, että näistä asioista keskusteleminen on tärkeää.

”Ehdottomasti suosittelen seuroille näitä.” (Ryhmä2, Valmentaja2)

”Kyllä on hyvä juttu mun mielestä nää.” (Ryhmä2, Valmentaja3)

”Ihan varmasti tulee olemaan kyllä hyödyllisiä.” (Ryhmä1, Valmentaja1)

”Mun mielestä nää on hieno työkalu nää keskustelukortit.” (Ryhmä1, Valmentaja2)

6 Pohdinta

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, minkälaista keskustelua keskustelukorttien hyödyntäminen synnyttää kiusaamisesta ja häirinnästä urheilussa ja koetaanko työkalu vastaavuudessa hyödylliseksi ottaa käyttöön valmennustoiminnassa. Nämä tavoitteet saavutettiin. Keskustelukortit synnyttivät hyvin monipuolista ja sisällöltään rikasta keskustelua, joka oli tuotosta valmentajien avoimesta ja vastavuoroisesta otteesta keskusteluun. Valmentajilla oli selkeästi jotain tarttumapintaa aiheeseen, koska he pystyivät peilaamaan vastauksiaan käytäntöön ja omiin kokemuksiin aiheesta. Ryhmäkeskustelu osoittautui olevan tukeva tekijä aiheesta keskustellessa. Keskusteluissa ei noussut esille kiusaamis- tai häirintätilanteita, jotka olisivat olleet erityisen hankalia valmentajille hoitaa. Keskustelukortit koettiin myös hyödyllisenä työkaluna ottaa käyttöön valmennustoiminnassa. Johtopäätöksenä tulosten perusteella voi tehdä sen, että keskustelukorttien aiheeseen johdattelevat kysymykset edesauttavat keskustelua kiusaamisesta- ja häirinnästä urheilussa. Valmentajien vapaaehtoinen osallistuminen ryhmäkeskusteluihin kertoo siitä, että aiheesta halutaan keskustella. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää käytäntöön viemällä keskustelukortit tulevaisuudessa osaksi seurojen valmennustoimintaa kiusaamista ja häirintää ehkäisevänä työkaluna. Jatkokehittämisideana itselläni heräsi ajatus siitä, että keskustelukortteja voitaisiin kehittää ja suunnatta kohdistetusti esimerkiksi vanhemmille tai urheiluseurojen johdolle, ja muokata kysymyksiä niin, että ne palvelisivat näitä kohderyhmiä.

Tutkimuksessani onnistuin omasta mielestäni ryhmäkeskustelujen ja haastatteluiden käytännön toteuttamisessa. Olin testannut etukäteen laitteet, joilla nauhoitin keskustelut, että ne toimivat. Olin myös varannut molemmille ryhmille juomista, jottei kenelläkään käy kuivamaan kurkkua keskustelujen aikana. Toin ilmi ennen keskustelujen aloittamista vielä toistamiseen sen, että tulokset kirjataan anonyymisti, jotta osallistujat voisivat mahdollisimman vapaasti keskustella aiheesta. Toteutin keskustelut avoimin mielin, ja uskon näiden seikkojen vaikuttaneen rennomman ilmapiirin luomiseen.

Haasteeksi tutkimusta tehdessäni osoittautui se, ettei vapaaehtoisten osallistujien löytäminen tutkimukseen ollut niin helppoa kuin ajattelin. En saanut alkuun seuroilta vastauksia sähköposteihini ja tilanne näytti hetkellisesti toivottomalta. En kuitenkaan luovuttanut ja soitin seuroihin tiedustellen, olivatko he vastaanottaneet sähköpostiani ja kenties ehtineet miettimään asiaa. Soitot osoittautuivat edukseni. Kun olin saanut ensimmäisestä seurasta kolme vapaaehtoista valmentajaa osallistumaan tutkimukseeni, aikataulujen yhteensovittaminen osoittautui myös hankalaksi. Aikataulut menivät niin, että kaksi valmentajista olisi päässyt paikalle, mutta yksi ei. Tutkimuksen etenemisen kannalta en voinut pitkittää keskustelun järjestämistä, joten löimme lukkoon päivän kahden valmentajan kanssa ja kolmannen valmentajan rekrytoin mukaan seuran ulkopuolelta omasta takaa.

Koska käännsin keskustelukortit englannista suomeksi, olisin voinut olla tarkkaavaisempi käännöksiäns kanssa, jottei keskustelukorttien sisältöihin jäisi tulkinnan varaa. Molemmissa ryhmäkeskusteluissa tuli ilmi käännös, jonka ryhmistä yksi henkilö tulkitse eri tavalla kuin toiset. Ryhmäkeskusteluihin olisi voinut varata lisää aikaa tai jakaa ne pienempiin osiin, jotta esimerkiksi Ranking-osiossa olisi ehtinyt tutustumaan paremmin lippujärjestelmän kriteereihin. Tämä olisi kuitenkin ollut käytännön kannalta haastavaa, koska jo nyt aikataulujen yhteensovittaminen osoittautui haasteeksi puhumattakaan esimerkiksi kahden tai kolmen tilaisuuden järjestämisestä yhdelle ryhmälle. Olin varannut yhteen ryhmäkeskusteluun ja sen jälkeisiin haastatteluihin yhteensä kaksi tuntia, mikä osoittautui riittävän juuri ja juuri.

Opin prosessin aikana tutkimuksen tekemisestä, ja kuinka paljon se vaatii itseltä aikaa ja itsensä johtamista. Lähestulkoon kaikki laadullisen tutkimuksen tekemisestä alusta loppuun, oli itselleni uutta. Jos löydän itseni vielä tulevaisuudessa tekemästä jotain tutkimusta, muistan asettaa itselleni tiukat deadlinet asioiden edistämiseksi.

6.1 Tutkimuksen eettisyys

Eettisten periaatteiden mukaisesti ihmisiin kohdistuvassa tutkimuksessa tutkimukseen osallistuneille on kerrottava tutkimuksen tavoitteet, menetelmät ja mahdolliset riskit. Osallistujilla on oikeus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen, vetäytyä tutkimuksesta pois missä tahansa vaiheessa sekä kieltää jälkikäteen itseään koskevan aineiston käyttö tutkimusaineistona. On tutkijan vastuulla varmistaa ennen tutkimuksen aloittamista, että osallistujat tietävät, mistä tutkimuksessa on kyse. Tutkimuksen ei tule aiheuttaa vahinkoa osallistujille. Tutkimustietojen tulee olla luottamuksellisia, eikä niitä luovuteta ulkopuolisille tai käytetä muuhun tarkoitukseen kuin tutkimuksen tekemiseen. Tutkimukseen osallistuneiden anonymiteetti tulee turvata ja tutkijan on noudatettava lupaamiaan sopimuksia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 155–156.)

Hyvää tutkimusta ohjaa eettinen sitoutuneisuus ja hyvä tieteellinen käytäntö. Hyvä tieteellinen käytäntö edellyttää tutkijalta rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimuksen kaikissa vaiheissa. Hyvän tieteellisen käytännön loukkauksia ovat esimerkiksi puutteellinen viittaaminen aikaisempiin tutkimustuloksiin, tutkimustulosten vääristely tai tutkimukseen osallistuneiden oikeuksien loukkaaminen. Tutkimuksen eettisyyteen sisältyy myös pyrkimys tuottaa uutta ja merkityksellistä tutkimustietoa asioista, joista emme tiedä tarpeeksi. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 150–151; Vuori s.a.)

Noudatin omassa tutkimuksessani näitä eettisiä periaatteita ja otin huomioon erityisesti tutkimukseen osallistuneet tutkimuksen arkaluontoisen aiheen takia. Etenkin ryhmäkeskusteluja ajatellen, osallistujat jakoivat ryhmässä henkilökohtaisia asioita ja tarinoita, joten osallistujien anonymiteetin turvaaminen oli ensiarvoisen tärkeää.

6.2 Tutkimuksen luotettavuus

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuuden arviointi painottuu tutkimusaineiston keräämiseen, aineiston analysointiin ja tutkimuksen raportointiin (Hyvärinen & Vuokila-Oikkonen 2020). Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden kriteereinä voidaan pitää uskottavuutta, luotettavuutta ja eettisyyttä. Kun lukijat hyväksyvät tutkimuksen tulokset tosiksi ja luottavat siihen, että tutkimuksen aineisto on kerätty asianmukaisesti ja analysoitu huolellisesti, on tutkimus uskottava. Tutkittavaa ilmiötä tulee kuvata raportissa niin, että lukijat voivat olla vakuuttuneita siitä, että esitetyt asiat ovat oikeasti tapahtuneet ja niitä on kuvattu asianmukaisesti. Luotettavuudella viitataan siihen, että tutkija on kyennyt valitsemaan ja käyttämään perusteltuja ja otollisia lähestymistapoja ja menetelmiä ratkaistakseen tutkimusongelman ja toteuttaakseen tutkimuksen. Eettisyys tarkoittaa sitä, että tutkija on noudattanut eettisiä periaatteita tutkimusta tehdessään. Tällöin tutkimuksessa käytetyt menetelmät ja analyysitavat täyttävät sen kriteerin, että ne toimisivat minkä tahansa hyvin tehdyn tutkimuksen suuntaviivana. Tutkimuksen tulee pyrkiä saamaan aikaan hyviä asioita sen kohteena oleville ihmisille. (Puusa & Juuti 2020, 175.)

Tutkimukseni on luotettava, sillä se on toteutettu rehellisesti ja tarkasti, enkä ole vääristellyt tutkittavia tietoja. Olen myös kuvannut tutkimuksen etenemisen sellaisenaan kuin se on toteutunut. Käyttämäni menetelmät ja analyysitavat ovat siirrettävissä mihin tahansa toiseen, luonteeltaan samanlaiseen kvalitatiiviseen tutkimukseen. Tutkimuksen pyrkimyksenä oli lisätä valmentajien tietoisuutta kiusaamisesta ja häirinnästä urheilussa, mikä on hyvä asia.

Lähteet

Berg M. & Kokkonen M. 2016. Urheilun takapuoli. Nuorisotutkimusseura. Helsinki.

Duodecim terveyskirjasto. 2016. Interventio. Luettavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/ltt01376>.
Luettu: 17.5.2023.

Esseepankin arkisto. s.a. Proaktiivisen ja reaktiivisen suhtautumistavan erot. Luettavissa: <https://esseepankki.proakatemia.fi/proaktiivisen-ja-reaktiivisen-suhtautumistavan-erot/>. Luettu: 7.5.2023.

Gojanovic B., Albertin K., Bizzini M., Clenin G., Flueck J., Mathieu N., Reber S. & Scherler V. 2021. Health4Sport: 13 safeguarding principles so that young athletes can thrive in multidisciplinary sporting environments. Luettavissa: https://bjsm.bmj.com/content/bjsports/early/2021/07/27/bjsports-2021-104699.full.pdf?casa_token=kPVF6ASnFpQAAAAA:p2q6x7vDKdPwJJuf0DHjonbjc7XPvWnitOJfWllmshWeYbbMSs45wi6P3uH1yds89BcLvMUbaQ. Luettu: 9.5.2023.

Henttonen E. s.a. Ensiaskelia tietoiseen toimijuuteen. Luettavissa: <https://www.cocreators.fi/fi/tag/proaktiivisuus/>. Luettu: 7.5.2023.

Herrala. 2021. Seksuaalinen ja sukupuoleen perustuva häirintä – nuoret. Luettavissa: <https://www.etoleyksin.fi/wp-content/uploads/2021/10/materiaalia-nuorille-.pdf>. Luettu: 19.1.2023.

Hirsjärvi S. & Hurme H. 2022. Tutkimushaastattelu. Gaudeamus. E-kirja. Luettu: 12.3.2023.

Hyväri S. & Vuokila-Oikonen P. 2020. Tutkimus- ja kehittämistyön luotettavuus. Luettavissa: <https://libguides.diak.fi/c.php?g=670543&p=4760642>. Luettu: 12.5.2023.

Juhila K. s.a. Teemoittelu. Luettavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/teemoittelu/>. Luettu: 5.5.2023.

Jyväskylän Yliopisto. 2021. Laadullinen tutkimus. Luettavissa: <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>. Luettu: 24.1.2023.

Kallio A. s.a. Litterointi. Luettavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/laadullisen-tutkimuksen-prosessi/litterointi/>.
Luettu: 28.4.2023.

- Kyllönen M. 2018. Vaikeneminen ei ole vaihtoehto – Katsaus häirintää ja kiusaamista käsittelevään tutkimustietoon liikunnan ja urheilun näkökulmasta. Luettavissa: <https://suek.fi/wp-content/uploads/2020/06/Vaikeneminen-ei-ole-vaihtoehto-Katsaus-hairintaa-ja-kiusaamista-kasittelevaan-tutkimustietoon-liikunnan-ja-urheilun-nakokulmasta.pdf>. Luettu: 18.5.2023.
- Mielityinen L., Hautamäki S., Hakala V., Fagerlund M., & Ellonen N. 2023. Lasten ja nuorten väkivaltakokemukset 2022. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki. Luettavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/164616/STM_2023_5_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Luettu: 8.3.2023.
- MLL 2021. Seksuaalinen häirintä. Luettavissa: <https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/kiusaamisen-ehkaiseminen/seksuaalinen-hairinta/>. Luettu: 3.10.2022.
- Mäntyranta T. & Kaila M. 2008. Fokusryhmähaastattelu laadullisen tutkimuksen menetelmänä lääketieteessä. Luettavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo97349>. Luettu: 8.2.2022.
- Puusa A. & Juuti P. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus. Tallinna.
- Puusa A. teoksessa Puusa A. & Juuti P. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus. Tallinna.
- Safe Sport Allies. s.a. Blog. Luettavissa: <https://www.safesportallies.eu/blog/>. Luettu: 17.5.2023.
- Safe Sport Allies. s.a. SSA partners. Luettavissa: <https://www.safesportallies.eu/partners/>. Luettu: 17.5.2023.
- Stevens V. s.a. Five Insights from the Literature of Bystander Interventions at Sports Clubs: Dosage and Booster, Multiple-Role Approach, Social Norms, Self-Efficacy, and the Informal Helper. Luettavissa: <https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=10480&m=1632237177&action=file.download>. Luettu: 7.5.2023.
- Suomen Olympiakomitea. s.a. Turvallinen toimintaympäristö. Luettavissa: <https://www.olympiakomitea.fi/olympiakomitea/vastuullisuus/turvallinen-toimintaymparisto/>. Luettu: 3.3.2023.
- Tuomi J. & Sarajärvi A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi. Helsinki. E-kirja. Luettu: 12.3.2023.

Tuomi J. & Sarajärvi A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi. Helsinki.

Valtonen A. & Viitanen M. teoksessa Puusa A. & Juuti P. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus. Tallinna.

Verhelle H., Vertommen T. & Peters Gjal-Yorn. 2022. Preventing sexual violence in sport: Determinants of positive coach-bystander behavior. Luettavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9350517/>. Luettu: 7.5.2023.

Vertommen T., Decuyper M., Parent S., Pankowiak A. & Woessner M. 2022. Interpersonal Violence in Belgian Sport Today: Young Athletes Report. Luettavissa: <https://doi.org/10.3390/ijerph191811745>. Luettu: 8.3.2023.

Vilkkä H. 2011. Seksuaalinen häirintä. PS-kustannus. Jyväskylä.

Vuori J. s.a. Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Luettavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimusetiikka/tutkimusetiikka-ihmistieteissa/>. Luettu: 11.5.2023.

Liitteet

Liite 1. Sähköposti seuroille

Hei!

Olen viimeisen vuoden opiskelija Haaga-Helia Ammattikorkeakoulussa liikunnan- ja vapaa-ajan koulutusohjelmassa ja työstän tällä hetkellä opinnäytetyötäni. Opinnäytetyöni aiheeni on "Kiusaaminen ja häirintä urheilussa - Safe Sport Allies keskusteluyökalujen arviointi kohderyhmänä valmentajat". Safe Sport Allies hanketta tukee Euroopan Unionin Erasmus+ -ohjelma. Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus.

Keskustelukortit sisältävät kolme osiota:

- Turvallisesta urheiluilmapiiiristä keskusteleminen keskustelua johdattelevien kysymysten avulla
- Häirintätilanteiden arviointi vakavuusasteittain
- Kuvitteellisten häirintätapauksien läpikäyminen keskustelukysymysten avulla

Opinnäytetyötäni varten tarkoitukseni on pilotoida keskustelukorttien käyttöä ja analysoida millaista keskustelua korttien avulla saadaan aikaiseksi sekä keskustelutuokion/tuokioiden jälkeen kysellä valmentajilta kysymyksiä keskustelukorttien vaikuttavuudesta tietoa lisäävänä tekijänä häirinnästä ja kiusaamisesta urheilussa. Aineistokeruun menetelmänäni käytän ryhmäkeskustelua ja puolistrukturoitua haastattelua.

Etsin tutkimukseeni mukaan noin 3-5 valmentajaa samasta seurasta, jotka toimivat valmentajina lapsille ja nuorille noin 10-17 -vuotiaille. Osallistuvien henkilöiden sukupuolella ei ole väliä. Tutkimukseen osallistuvilla olisi hyvä olla jonkinlainen käsitys siitä, mitä kiusaaminen ja häirintä urheilussa tarkoittaa.

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista enkä siitä omalta osaltani pysty maksamaan rahallista korvausta. Tutkimustulokset kirjoitetaan niin, että tutkimukseen osallistuneiden anonymiteetti turvataan. Keskustelutuokio voidaan pitää kertaluontoisena tai jakaa kahteen osaan. Keskusteluun on hyvä varata aikaa noin 1-2 tuntia. Osallistujat saavat tutustua kysymyksiin ennen keskustelua. Ajallisesti tutkimus onnistuisi toteuttaa heti kun vapaaehtoiset valmentajat on saatu koottua ryhmäksi ja sovittua kaikkien aikataulujen puitteissa yhteinen aika keskustelulle.

Keskustelukortit tukevat valmentajien osaamisen kehittymistä aiheen tiimoilta.

Kysymyksenäni olisi, voisiko teidän seuralla/seuran valmentajilla olla kiinnostusta olla osana tutkimustani?

Ystävällisin terveisin,
Emilia Kärkkäinen
puh. 050591xxxx

Liite 2. Google Forms-kysely valmentajille

Safesport keskustelutyökalujen pilotointi

Tämän lomakkeen tarkoituksena on kerätä Safesport keskustelutyökalujen pilotointiin osallistuvien henkilöiden taustatiedot

Miten määrittelet oman sukupuolesi?

- Nainen
- Mies
- Transsukupuolinen
- Muunsukupuolinen
- Muu...

Minkä ikäinen olet?

Lyhyt vastausteksti

Mitä lajia valmennat?

Lyhyt vastausteksti

Minkä ikäisiä lapsia- ja/tai nuoria valmennat tai olet valmentanut?

Pitkä vastausteksti

Valmennan/olen valmentanut:

- Poikia
- Tyttöjä
- Sekaryhmiä
- Muu...

Liite 3. Keskustelukortit

KORTIT –Työpaja valmentajat – suomi

1. Keskustelukortit

OHJEKORTTI

Tämä pakka kortteja sisältää 12 korttia, joiden avulla voit aloittaa keskustelun turvallisesta urheiluilmapiiiristä muiden valmentajien kanssa. Valitkaa yksi kortti kerrallaan ja keskustelkaa aiheesta ryhmässä jakaen kokemuksia ja ajatuksia... Tarkoituksena ei ole löytää ratkaisua tai oikeaa vastausta. Varatkaa aikaa ja miettikää jokaista kysymystä huolellisesti.

Millaisia ihmissuhde-/vuorovaikutustaitoja urheilijasi on oppinut sinulta?

Miten olet lisännyt ryhmän yhteenkuuluvuutta?

Miten olet tukenut urheilijoiden vuorovaikutusta keskenään?

Oletko näyttänyt esimerkkiä, miten ratkaista riitoja?

Miten otat vaikean aiheen esille ja aloitat keskustelun?

Miltä näyttää, kun osoitat arvostusta ryhmällesi? Pystytkö antamaan esimerkin tästä?

Miltä näyttää, kun osoitat arvostusta muita valmentajia kohtaan? Voitko antaa esimerkin tästä?

Miten olet luonut psykologisesti turvallisen harjoitteluympäristön?

Miten olet varmistanut, että urheilijoiden on helppo tulla puhumaan kanssasi?

Jaa tilanne, jossa huomasit kiusaamista ryhmässäsi, ja kuvailen sen vaikutusta. Kerro myös, miksi teit tai jätit tekemättä tilanteelle mitään sillä hetkellä.

Miten olet keskustellut häirinnästä urheilijoidesi kanssa?

Onko urheilijoillesi selvää, miten toimia, jos he näkevät tai kuulevat jotain, joka huolestuttaa heitä?

2. Ranking kilpailu

OHJEKORTTI

Häirintää ja hyväksikäyttöä tapahtuu eri muodoissa sekä vakavuudeltaan eri asteisina. On tärkeä ymmärtää, että jokainen kokee rajan käyttäytymisen hyväksymiseksi tai hyväksymättömäksi eri tavoin ja kokemus tästä voi muuttua ajan myötä. Tämä tekee häirintä- ja hyväksikäyttötilanteiden tuomitsemisen melko vaikeaksi. Meillä on taipumus reagoida tilanteisiin ensin intuition kautta. Tämä ei kuitenkaan ole aina luotettavaa ja vaihtelee henkilöstä toiseen.

Järjestä käyttäytymistavat/tilanteet vakavuusjärjestykseen (1=vähiten vakava – 6=vakavin). Keskustele sijoituksestasi muiden ryhmän jäsenten kanssa. Käytä seuraavia kysymyksiä apunasi:

- *Millä perustein arvostelit näiden käyttäytymistapojen vakavuutta?*
- *Painavatko jotkin tietyt asiat sinulle enemmän kuin toiset tilanteiden arvioinnissa?*

-
- A. Poikien joukkueen jäsen (16-vuotias) puristaa joskus tyttöjen (16-vuotiaat) takapuolia harjoitusten aikana.
 - B. Päävalmentaja kommentoi aina nuoren voimistelijan (14-vuotias) painoa.
 - C. Bart (21-vuotias) tuijottaa urheiluseuran tyttöryhmää (15-vuotiaat) urheiluleirin aikana, mikä saa heidät tuntemaan olonsa epämukavaksi.
 - D. Ryhmä (16-vuotiaita) sulkee pois yhden joukkueen jäsenen WhatsApp-ryhmästä.
 - E. Eräät penkillä istuvat jalkapalloilijat (14-vuotiaat) heittävät limsatölkkejä vastustajan pelaajien suuntaan tauon aikana.
 - F. Frank (42-vuotias) loukkaa joukkueensa aikuispelaajia, kun he menettävät pisteen finaali pelin aikana.
-

Voit käyttää tämän lippujärjestelmän kuutta kriteeriä apuna sijoituksesi tekemiseen. Lippujärjestelmä opastaa käyttäjänsä määrittämään, milloin tietty käyttäytyminen on tai ei ole hyväksyttävää objektiivisten kriteerien mukaisesti.



1. Molemminpuolinen suostumus

Yksi ensimmäisistä kriteereistä (seksuaalisesti) hyvinvoivan käytöksen luonnehtimiseksi on keskinäinen suostumus. Tämä tarkoittaa, että molempien osapuolten on oltava täysin tietoisia käyttäytymisestään. Ei voida puhua suostumuksesta, jos toinen osapuoli jättää toisen pimentoon, johtaa harhaan, harhauttaa tai yllättää heidät.



2. Vapaaehtoinen sitoutuminen

Vapaaehtoisella sitoutumisella tarkoitetaan sitä, että tilanteessa ollaan omasta tahdosta ja vuorovaikutus toisen ihmisen kanssa tapahtuu täysin vapaaehtoisesti. Se tarkoittaa myös sitä, että kanssakäymisen toisen ihmisen kanssa voi lopettaa millä hetkellä hyvänsä ja poistua tilanteesta.



3. Yhdenvertaisuus

Yhdenvertaisuus määritellään tilanteeksi, jossa kahden osapuolen välillä on tasavertainen valta-asettelu. Tämä tarkoittaa, että molempien osapuolten välillä on oltava tasa-arvo iän, tiedon, älykkyyden, maineen, vallan, elämäkokemuksen, kypsyyden ja aseman suhteen. Epätasapaino osapuolten välillä ei yksinään saa ylittämään rajaa tilanteessa, vaan se, että tätä eriarvoisuutta käytetään väärin sen hyödyntämiseksi kontrolloiden tai pakottaen heikommassa valta-asemassa olevaa henkilöä.



4. Kehitykselle tai iälle sopiva käyttäytyminen

Aikuisilta odotetaan vähimmäistason verran emotionaalista- ja käyttäytymiseen liittyvää itseohjautuvuutta ja kypsyyttä eli kykyä reagoida tilanteeseen ikään sopivalla käytöksellä. Lasten tai nuorten käyttäytyminen riippuu enemmän siitä, missä kehitysvaiheessa he ovat. Kaikki lasten käyttäytyminen ei siis ole hyväksyttävää, mutta on otettava huomioon, että lasten ja nuorten kehitys on prosessi, jossa he asteittain oppivat osoittamaan monitahoista ja sosiaalisesti hyväksytyä käyttäytymistä.



5. Asiyhteyteen sopiva

Säännöt voivat muuttua asiyhteyden mukaan. Riippuen jonkun tilanteen etiketistä ja säännöistä, tietty käytös voi olla vähemmän vakavaa tai jopa täysin hyväksyttävää. Tai päinvastoin, mitä sopimattomampaa käyttäytyminen on jossain tietyssä asiyhteydessä, sitä vakavammaksi tilanne muuttuu. Käyttäytyminen on loukkaavaa, kun se järkyttää tai loukkaa muita.



6. Itsekunnioitus ja vaikutus

Itsekunnioituksella tarkoitetaan sitä, ettei lapsi, nuori tai aikuinen vahingoita itseään. On tärkeä havainnoida omaa käytöstään, mikäli omalla käytöksellä kielteisiä vaikutuksia tai haittaa asianosaisille. Käyttäytyminen voi olla haitallista sen aloittavalle- tai kohteena olevalle henkilölle sekä muille mukana oleville ihmisille tai urheilukontekstille. Käyttäytyminen voi olla haitallista fyysisellä, psykologisella tai sosiaalisella tasolla.

3. Ja mitä sinä tekisit?

OHJEKORTTI

Häirintää ja hyväksikäyttöä tapahtuu eri muodoissa ja vakavuudeltaan eri asteisina. Jos huomaat tai epäilet häirintää tapahtuvan tai joku kertoo sinulle tilanteesta, sinusta tulee sivustakatsoja ja tällöin on tärkeää reagoida.

Tässä harjoituksessa löydät kolme korttia eri tilanteista. Kukin tapaus kuvaa mahdollista häirintä- ja hyväksikäyttötilannetta. Yksi henkilö voi lukea tapauksen ääneen ryhmälle. Keskustelkaa jokaisesta tapauksesta keskustelukysymysten avulla.

Tilanne 1: Arttu

Fernando ja Joonatan ovat kaksi paikallisen yleisurheiluseuran nuorisovalmentajaa, jotka kuljettavat nuoria urheilijoita säännöllisesti harjoituksiin ja takaisin. Näin ollen he viettävät paljon aikaa nuorten urheilijoiden kanssa harjoitteluiden lisäksi, ja kuulevat erilaisia tarinoita. Yski tällainen tarina kertoo eräästä urheilijasta, Artusta. Ilmeisesti Arttu suljetaan järjestelmällisesti pois porukasta eikä häntä kutsuta joukkueovereidensa järjestämiin sosiaalisiin tilaisuuksiin. Arttu ei ole tietoinen asiasta, koska joukkueoverit tekivät WhatsApp-ryhmän ilman häntä. Lisäksi Fernando ja Joonatan kuulivat automatkojen aikana, että joukkueoverit piilottivat toisinaan Artun vaatteita ja tavaroita pukuhuoneeseen, hänen ollessaan suihkussa. Joukkueoverit ovat myös sopineet, etteivät puhu Artulle ja joskus harjoitusten aikana tönivät ja taklailevat ilkeästi Arttua.

Keskustelukysymykset:

- *Mitä ajattelet tilanteesta?*
- *Mitä tekisit valmentajana tässä tilanteessa?*
- *Mitkä olisivat syyt puuttua tai olla puuttumatta asiaan?*
- *Mikä vaikutus tilanteella voi olla urheilijoiden suoritukseen ja/tai tiimille, jos et tekisi mitään?*

Taustatietoa: Arttu

Koska tämä tapaus käsittelee kiusaamista, valmentajan olisi hyvin tärkeää ilmoittaa asiasta seuran turvavastaavalle ja miettiä yhdessä, miten asiaan puututaan.

Seuraavaksi on tärkeää keskustella Artun kanssa siitä, mitä hän tarvitsee ja miten voit auttaa häntä. Tämä on parasta tehdä ensin, ennen kuin lähestyt nuoria urheilijoita, jotka ovat kiusaamisen takana. On tärkeää, että Arttu on mukana kaikissa vaiheissa, joihin ryhdyt, ja että hän tuntee olonsa mukavaksi näin tehdessään.

- *Keskustele Artun kanssa erikseen. On suositeltavaa valita huone, jossa teitä ei keskeytetä muiden ihmisten toimesta.*
- *Kerro, mitä olet kuullut ja kuuntele, mitä Artulla itsellään on sanottavaa tilanteesta. "Kuulin, että muut urheilijat ovat piilottaneet vaatteitasi ja tavaroitasi ja että he sulkevat sinut ulos porukasta. Voisitko kertoa tästä hieman enemmän?"*
- *Kuuntele Artun kertomusta ja anna tilaa tunteille: "Näen, että olet järkyttynyt. Miltä sinusta tuntuu? Mitä tarvitset?"*
- *Tuo ilmi, että rajoja on ylitetty ja ettet hyväksy tällaista käytöstä.*
- *Keskustelkaa yhdessä vaihtoehtoista ja siitä, mihin toimiin voidaan ryhtyä. Yritä saada Arttu kertomaan asiasta ihmisille, joihin hän luottaa (vanhemmat, ystävät, Et ole yksin Chat)*
- *Tehkää yhdessä selkeä sopimus siitä, mitä toimenpiteitä panette käytäntöön (esim. ryhmäkeskustelu, seuran turvavastaavan osallistaminen) ja miten pidät Artun ajan tasalla.*

Vinkkejä nuorten urheilijoiden kanssa keskustelemiseen:

- *Koska kiusaamistapaukset ovat vakavia, voit lähestyä tilannetta vastakkainasettelun kautta. Puhut urheilijoille heidän ilkeästä, ahdistavasta ja loukkaavasta käytöksestään.*
- *Tuot ilmi, mikä tarkalleen tekee käyttäytymisestä mahdotonta hyväksyä. Nimeä myös selkeästi epäasiallinen käyttäytyminen.*
- *Olen kuullut, että suljette Artun pois porukasta ja piilotatte hänen tavaroitaan pukuhuoneessa.”*
- *“Ei ole hyväksyttävää sulkea jotakuta pois porukasta ja ottaa heidän tavaroitaan. Huomioikaa, että tällainen käytös sallii seuraamusten määräämistä. Päätämme käsitellä tätä ensin keskustelemalla. Jos käytöksenne ei lopu, tulee siitä seuraamuksia.”*

Kysy, miksi urheilijat ovat ryhtyneet tällaiseen käytökseen:

- *“Mikä sai teidät tekemään näin? Mitä ehdotat, että suhtaudumme tähän käyttäytymiseen? Mitä voitte tehdä toimiaksenne paremmin ryhmässä?”*
- *“Mihin olette valmiita sitoutumaan, jotta tilannetta saataisiin parannettua tästä eteenpäin?”*
- *Sovi seuraavasta tapaamisesta ja sopikaa, miten käyttäytymistä seurataan ja mitä seuraamuksia tulee olemaan, jos tämä käyttäytyminen toistuu.*

Tilanne 2: Leena and Selina

Leena on 15-vuotias maahockeyn pelaaja ja hänellä on takanaan pitkä kuntotumisprosessi selkävaivojen takia. Päivää ennen tärkeää ottelua hän alkaa taas treenaamaan. Hän kärsii vielä hieman vammastaan, mutta pystyi osallistumaan osaan harjoituksista. Hän pärjasi erittäin hyvin. Nuorempien maapelaajien valmentajana kuulet Leenan ja hänen valmentajansa Selinan välisen keskustelun. Selina anelee Leenaa osallistumaan huomiseen otteluun joka tapauksessa. Selina kertoo Leenalle, että ilman häntä joukkueella ei ole mitään mahdollisuuksia voittoon. Leenan lääkäri oli todennut, että hänen pitäisi osallistua ensin kahteen täyteen harjoituskertaan ennen kuin hän voi pelata ottelussa. Leena itse haluaa ehdottomasti osallistua otteluun. Hän luottaa siihen, että kaikki menee hyvin ja että hänen kehonsa on valmis siihen. Samoin kuin hänen joukkueoverinsa Sara, joka palasi treeneihin aikaisin loukkaantumisen jälkeen. Leena on päättänyt auttaa joukkuettaan tässä tärkeässä ottelussa.

Keskustelukysymykset:

- *Mitä ajattelet tilanteesta?*
- *Mitä tekisit valmentajana tässä tilanteessa?*
- *Mitkä olisivat syyt puuttua tai olla puuttumatta asiaan?*
- *Mikä vaikutus tilanteella voi olla urheilijoiden suoritukseen ja/tai tiimille, jos et tekisi mitään?*

Taustatietoa: Leena ja Selina

Tässä tilanteessa on tärkeää puhua valmentaja Selinan kanssa. Jos et tunne oloasi mukavaksi kääntyä valmentaja Selinan puoleen, voit kääntyä suoraan seuran turvavastaavan puoleen. Olemme tietoisia, että kynnys puuttua asiaan ja kyseenalaistaa valmentajakollegan päätös ei ole helppoa tehdä.

Tässä tilanteessa on tärkeää, että valmentaja Selinaa lähestytään ja tehdään selväksi, että pelaajien ei saa antaa pelata vastoin lääkärin määräyksiä.

Lisäksi voit keskustella Leenan kanssa siitä, mitä olet kuullut. Keskustele siitä, että ei ole hyväksyttävää valmentajana kysyä häntä pelaamaan ottelussa loukkaantuneena. Motivaation kannalta on tärkeää korostaa, että hänen päättäväisyytensä ja pyrkimyksensä pelata näin pian ovat hieno ele. Ottaen kuitenkin huomioon hänen sairaushistoriansa ja lääkärin ohjeistuksen, on tärkeää, että hän käyttää riittävästi aikaa päästäkseen kuntoon. Korostakaa, että on tärkeää noudattaa lääkärin ohjeistuksia.

Koska Leena on niin määrätietoinen omasta panoksestaan tähän tärkeään otteluun, voitte yhdessä hänen kanssaan miettiä, miten hän voi tehdä sen osallistumatta itse pelaamiseen. Hän voi esimerkiksi antaa oman panoksensa muilla tavoin kuten kannustamalla joukkueovereitaan, auttamalla valmistautumisessa tms.

Lopuksi voit myös tässä tilanteessa ottaa yhteyttä Leenan vanhempiin, koska kyseessä on melko vakava tapaus ja Leena on alaikäinen. Voi olla tärkeää tiedottaa vanhemmille seuran kannasta, jotta he voivat varmistua siitä, että lääkärin ohjeistuksia noudatetaan aina. Näin vanhemmat ovat perillä tilanteesta ja voivat pitää tytärtään silmällä varmistaakseen, ettei hän ylitä omia rajojaan. Jos Leena ei itse uskalla toimia vastoin valmentajan pyyntöä, on tärkeää, että vanhemmat tietävät kenen puoleen he voivat kääntyä, jos he haluavat tehdä asiasta ilmoituksen.

Tilanne 3: Eemil ja Joonas

12-vuotiaiden urheilijoiden sekaryhmän harjoitusten jälkeen näet, että Eemil ja Joonas kävelevät kohti tyttöjen pukuhuoneita ja suihkuja. Aluksi et kiinnitä tähän paljon huomiota, mutta seuraavana päivänä yksi tytöistä tulee luoksesi. Hän kertoo, että Eemil ja Joonas ottivat salaa kuvia älypuhelimillaan suihkutiloissa. Tytöt ovat kuulleet, että kuvat välitettiin muun poikajoukkueen WhatsApp-ryhmään. Tytöt ovat järkyttyneitä tästä ja he pelkäävät, että kuvia levitetään myös muille.

Keskustelukysymykset:

- *Mitä ajattelet tilanteesta?*
- *Mitä tekisit valmentajana tässä tilanteessa?*
- *Mitkä olisivat syyt puuttua tai olla puuttumatta asiaan?*
- *Mikä vaikutus tilanteella voi olla urheilijoiden suoritukseen ja/tai tiimille, jos et tekisi mitään?*

Taustatietoa: Eemil ja Joonas

Koska tilanne on hyvin vakava, valmentajan on parasta kutsua välittömästi paikalle seuran turvavastaava. Tässä kyseisessä tilanteessa liiton turvavastaava todennäköisesti avustaa seuran turvavastaavaa.

Voit myös kysyä ohjeita tapauksen käsittelyyn neuvontapuhelimesta ja saada apua väkivaltaan, hyväksikäyttöön ja lasten pahoinpitelyyn liittyvissä kysymyksissä. Lisäksi on hyvä ottaa yhteyttä johonkin tahoon, kenellä on kokemusta vastaavista tapauksista ja jotka voivat auttaa poistamaan nämä kuvat internetistä. Neuvoa voi kysyä oman seuran ulkopuolelta esimerkiksi lajiliitosta tai liikunnan aluejärjestöstä. Et ole yksin – palvelu voi auttaa selvittämään oikean yhteyshenkilön lajiliitostasi. Suomen Urheilun Eettisen Keskuksen ILMO-palveluun voi ilmoittaa urheilun eettisistä rikkomuksista.

Tässä tapauksessa tarvitaan keskustelu tyttöjen, poikien ja vanhempien kanssa. Seuran turvavastaavan tulisi valvoa tätä keskustelua.

Lisäksi seuran on kommunikoitava tapauksen kaikkien osapuolten kanssa johdon toteuttamista toimista. Valmentajana on parasta jättää tämä johdolle. He nimeävät todennäköisesti yhden yhteyshenkilön vanhemmille, urheilijoille ja valmentajille.

Liite 4. Haastattelurunko

- Opitko keskustelun myötä asioita, joiden avulla voit edistää turvallista urheiluilmapiiriä?
- Koetko työkalun auttavan häirintätilanteiden vakavuuden arvioinnissa? (lippusysteemin kriteereitä apuna käyttäen)
- Koetko saaneesi neuvoja, miten voit käsitellä aihetta urheilijoidesi kanssa tilanteen niin vaatiessa?
- Lisääntyikö osaaminen tästä teemasta tämänkaltaisia työkaluja käyttäen?