

# **Sosiaalinen yhteenkuuluvuus Huuhkaja- ja Helmaripolun motivaatioilmastokyselyssä**

## **Selvitys tekoälyn käytöstä**

Tämän opinnäytetyön kirjoittaja, Jaakko Oksanen vastaa koko opinnäytetyön sisällön oikeellisuudesta ja ei ole hyödyntänyt tekoälyä opinnäytetyön kirjoittamisessa. Tekoälyä on hyödynnetty kokonaiskuvan luomiseen, asioiden jäsentelyyn, ideointiin, kielen- ja tekstinhuoltoon. Tämän opinnäytetyön aitous on tarkastettu Turnitin samankaltaisuuden tarkastusohjelmalla.

## Tiivistelmä

Tekijä Jaakko Oksanen	Julkaisun laji Opinnäytetyö, YAMK	Valmistumisaika 2026
	Sivumäärä 31 liitteet 32–35	
Työn nimi <b>Sosiaalinen yhteenkuuluvuus Huuhkaja- ja Helmaripolun motivaatioilmastokyselyssä</b>		
Tutkinto ja koulutusala Kuntoutuksen ja liikunnan integraatio (YAMK)		
Toimeksiantajaorganisaatio Suomen Palloliitto ja Eerikkilä		
<p>Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tarkastella sosiaalista yhteenkuuluvuutta osana Huuhkaja- ja Helmaripolun pelaajille toteutettua motivaatioilmastokyselyä sekä sen yhteyttä kilpailusuuntautuneisuuteen ja yhteyttä sukupuolten välisiin eroihin. Tavoitteena oli tuottaa tietoa suomalaisen pelaajakehityksen ja valmentajakoulutuksen kehittämiseen. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Suomen Palloliiton ja Eerikkilän urheiluopiston kanssa.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin kvantitatiivisena tutkimuksena. Aineisto koostui 12–15-vuotiaiden pelaajien motivaatioilmastokyselyistä (N = 1660) vuosilta 2024–2025. Aineisto analysoitiin kuvailevien tunnuslukujen, riippumattomien otosten t-testin ja Pearsonin korrelaation avulla. Tilastollisen merkitsevyyden rajana käytettiin <math>p &lt; 0,05</math>.</p> <p>Tulosten mukaan sosiaalinen yhteenkuuluvuus oli korkealla tasolla (<math>k_a = 4,36</math>, <math>k_h = 0,55</math>). Vuoden 2025 tulos oli korkeampi kuin vuoden 2024 tulos (<math>p &lt; 0,05</math>). Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden ja kilpailusuuntautuneisuuden välillä ei havaittu yhteyttä (<math>r = -0,02</math>, <math>p &gt; 0,05</math>). Poikien yhteenkuuluvuus oli korkeampi kuin tyttöjen (<math>p &lt; 0,05</math>).</p> <p>Tulokset osoittavat myönteistä ja vakaata yhteenkuuluvuutta, mikä viittaa tavoitteellisen harjoittelun ja hyvän ilmapiirin yhteensopivuuteen. Havaintoja voidaan hyödyntää valmentajakoulutuksessa ja pelaajakehityksessä. Jatkotutkimuksessa voidaan tarkastella motivaatioilmaston osa-alueiden välisiä eroja sekä niitä yksilötasolla.</p>		
Asiasanat Motivaatioilmasto, sosiaalinen yhteenkuuluvuus, kilpailusuuntautuneisuus		

## Abstract

Author	Type of Publication	Published
Jaakko Oksanen	Master Thesis (UAS)	2026
	Number of Pages	
	31 appendices 32–35	
Title of Publication		
<b>Social Cohesion in the Huuhkaja and Helmari Pathway Motivational Climate Questionnaire</b>		
Degree, Field of Study		
Master's Degree Programme in Rehabilitation and Sports Integration		
Organisation of the client		
The Football Association of Finland and Eerikkilä Sport & Outdoor Resort		
<p>The purpose of this thesis was to examine social cohesion as part of the motivational climate questionnaire completed by players in the Huuhkaja and Helmari player development pathway, as well as its relationship with performance orientation and gender differences. The aim was to provide information to support the development of Finnish player development and coach education. The thesis was conducted in cooperation with the Football Association of Finland and the Eerikkilä Sport &amp; Outdoor Resort.</p> <p>The thesis was carried out as a quantitative study. The data consisted of motivational climate questionnaires collected from players aged 12-15 years (N = 1660) during 2024-2025. The data were analyzed using descriptive statistics, independent samples t-tests, and Pearson correlation analysis. Statistical significance was set at <math>p &lt; 0.05</math>.</p> <p>The results indicated that social cohesion was at a high level (<math>M = 4.36</math>, <math>SD = 0.55</math>). The 2025 results were higher than the 2024 results (<math>p &lt; 0.05</math>). No relationship was found between social cohesion and competitiveness (<math>r = -0.02</math>, <math>p &gt; 0.05</math>). Boys reported higher levels of social cohesion than girls (<math>p &lt; 0.05</math>).</p> <p>The findings indicate positive and stable social cohesion, suggesting that goal-oriented training and a positive team atmosphere can coexist. The results can be utilized in coaching education and player development. Future research could examine differences between the sub-dimensions of motivational climate as well as individual-level variation.</p>		
Keywords		
Motivational climate, social cohesion, performance orientation		

## Sisällys

1	Johdanto.....	1
1.1	Opinnäytetyön tausta.....	1
1.2	Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset.....	2
2	Motivaatioilmasto.....	3
2.1	Tavoiteorientaatio.....	3
2.2	Itsemääräämisteoria.....	4
2.3	Sosiaalinen yhteenkuuluvuus.....	5
2.4	Kilpailu- ja tehtäväsuuntautuneisuus.....	5
2.5	Tyttöjen ja poikien erot motivaatioilmastossa.....	7
2.6	Autonomiaa tukeva valmennus.....	8
2.7	Psykologinen turvallisuus.....	8
2.8	Voittamista tukeva toiminta, harjoituksista nauttiminen ja laatutekijät.....	9
3	Huuhkaja- ja Helmaripolku.....	11
4	Opinnäytetyön tutkimusaineista ja menetelmät.....	12
4.1	Tutkimusaineisto.....	12
4.2	Tutkimusasetelma.....	13
4.3	Tiedonkeruumenetelmät.....	13
4.4	Opinnäytetyön eettiset näkökulmat.....	14
4.5	Aineiston analysointi.....	15
5	Tulokset.....	17
5.1	Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden muutokset.....	17
5.2	Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden yhteys kilpailusuuntautuneisuuteen.....	19
5.3	Tyttöjen ja poikien väliset erot sosiaalisessa yhteenkuuluvuudessa.....	20
6	Pohdinta.....	21
6.1	Aineisto.....	21
6.2	Menetelmät.....	22
6.3	Tulokset.....	22
6.4	Jatkotutkimusaiheet.....	25
7	Johtopäätökset.....	26
	Lähteet.....	27

Liite 1. Eerikkilän kanssa allekirjoitettu sitoumus

Liite 2. Kyselylomake motivaatioilmasto

Kuva 1. Huuhkaja- ja Helmaripolulla käytettävä motivaatioilmastokysely ja pohjateoriat (Tossavainen 2022.)

Kuva 2. Tutkimusasetelma

Kuva 3. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus vuosina 2024 ja 2025

Kuva 4. Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden ja kilpailusuuntautuneisuuden välinen yhteys si-  
rontakuviolla esitettynä

Kuva 5. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus sukupuolten välillä

Taulukko 1. Tutkimusongelmien ja kyselylomakkeen väittämien vastaavuus

Taulukko 2. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus

Taulukko 3. Kilpailusuuntautuneisuus

# 1 Johdanto

## 1.1 Opinnäytetyön tausta

Pelaajakehityksen ja valmentajakoulutuksen kehittäminen Suomessa on keskeinen osa urheilujärjestelmän kehitystä ja nuorten hyvinvoinnin tukemista. Jalkapallo ja muut joukkuelajit tarjoavat kontekstin, jossa oppiminen, sosiaalinen vuorovaikutus ja identiteetin rakentuminen tapahtuvat moninaisesti. Suomen Palloliitto toimii suomalaisen jalkapallon strategisena kehittäjänä ja vastaa valmentajakoulutuksesta ja pelaajapolun rakentamisesta, missä motivaatioilmasto on osa kokemuksellista ympäristöä (Palloliitto 2025). Motivaatioilmaston tutkimuksessa urheilupsykologiassa yhdistyvät tavoiteorientaatioteoria (Nicholls 1989; Ames 1992) ja itsemääräämisteoria (Deci & Ryan 2000), jotka selittävät, miten valmennusilmaston (coaching culture) ja periaatteet, kuten autonomia ja erityisesti sosiaalinen yhteenkuuluvuus, vaikuttavat nuorten urheilukokemuksiin ja sisäiseen motivaatioon.

Yksilötasolla sosiaalinen yhteenkuuluvuus toimii psykologisena perustarpeena ja on yhdistetty nuorten urheilijoiden motivaatioon, viihtyvyyteen ja psykologiseen hyvinvointiin. Tutkimus nuorten urheilijoiden kokemista motivaatioilmastoista osoittaa, että ilmasto, joka korostaa tehtäväkeskeisyyttä ja sosiaalista yhtenäisyyttä, on yhteydessä korkeampaan harrastamiseen nautintoon ja sisäiseen motivaatioon (Jaakkola ym. 2016). Lisäksi suomalaisessa kontekstissa on havaittu, että ilmastoa koskevien psykologisten konstruktioiden, kuten sosiaalisen yhteenkuuluvuuden, rooli on keskeinen, kun analysoidaan nuorten motivaatioprofiileja ja kokemuksia urheilun kentällä (Jaakkola ym. 2015). Nämä löydökset korostavat, että motivaatioilmasto ja siihen liittyvä sosiaalinen yhteenkuuluvuus ovat teoriaperustaisia ja empiirisesti tuettuja tekijöitä, joita on syytä tarkastella urheilun kehitysympäristöissä.

Tutkimus toteutettiin yhteistyössä Suomen Palloliiton, Eerikkilän urheiluopiston sekä Huuhkaja- ja Helmaripolun kanssa, jotka toimivat keskeisinä kumppaneina suomalaisen pelaajakehityksen ja valmennuksen kehittämisessä (Eerikkilä 2026). Näiden organisaatioiden kanssa tehty aineistonkeruu ja analyysi vahvistavat tutkimuksen työelämärelevanssia ja antavat käytännön suuntaa valmentajakoulutuksen kehittämiseen. Suomalaisen juniorijalkapallon motivaatioilmaston tutkiminen on yhteiskunnallisesti tärkeää, koska se kytkeytyy nuorten liikunnan jatkuvuuteen, psyykkiseen hyvinvointiin, tasa-arvoon sekä suomalaisen urheilukulttuurin eettiseen ja kestävään kehittämiseen (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018). Nuorten pelaajakehitysympäristöissä rakentuva valmennuskulttuuri heijastuu laajasti koko liikuntajärjestelmään ja vaikuttaa siten kansanterveyteen ja tulevien sukupolvien urheilukokemuksiin (Jaakkola, Ntoumanis & Liukkonen 2016).

## 1.2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyössä analysoitiin Huuhkaja- ja Helmaripolun aikana toteutettuja kyselyitä motivaatioilmastosta siihen osallistuvilta 12–15-vuotiailta pelaajilta määrällistä tutkimusta käyttäen. Kyselyt on toteutettu Eerikkilän testaajien toimesta Huuhkaja- ja Helmaripolun tapahtumissa Eerikkilässä. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä ymmärrystä sosiaalisesta yhteenkuuluvuudesta motivaatioilmastossa suomalaisen jalkapallon pelaajakehityksen ja valmentajakoulutuksen kehittämiseen. Tämän opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Miten Huuhkaja- ja Helmaripolun suomalaisjoukkueiden 12–15-vuotiaiden motivaatioilmaston osa sosiaalinen yhteenkuuluvuus on muuttunut verrattaessa Eerikkilässä 11.2.-21.4.2024 kerättyä aineistoa ja 27.8.-18.12.2025 kerättyä aineistoa toisiinsa?
2. Miten sosiaalinen yhteenkuuluvuus on yhteydessä kilpailusuuntautuneisuuden tasoon?
3. Miten tyttöjen ja poikien motivaatioilmaston sosiaalinen yhteenkuuluvuus eroavat toisistaan?

## 2 Motivaatioilmasto

Motivaatioilmasto (motivational climate) tarkoittaa joukkueessa vallitsevaa yleistä ilmapiiriä, joka ohjaa yksilöiden ja ryhmän toimintaa. Se vaikuttaa siihen, miten lapset ja nuoret kokevat jalkapalloharrastuksensa ja millä tavoin he tulkitsevat omat onnistumisensa ja epäonnistumisensa. Motivaatioilmastolla on keskeinen rooli lasten ja nuorten motivaation, tunteiden, aktiivisuuden ja käyttäytymisen muodostumisessa. Valmentajan onnistuessa rakentamaan joukkueeseen myönteisen ja kannustavan ilmapiirin, se lisää pelaajien iloa harjoittelusta, tukee heidän oppimistaan ja vähentää epäonnistumisen pelkoa. Tällainen ympäristö edistää pitkäkestoisempaa ja mielekkäämpää harrastamista. (Tossavainen 2022.)

Motivaatioilmasto perustuu tavoiteorientaation teoriaan ja se jaetaan kahteen pääluokkaan, jotka ovat kilpailu- ja tehtäväsuuntautuneisuus (Soini ym. 2014, 138) itsemääräämisteorian lisäksi. Motivaatioilmasto on yhteydessä yksilön tavoiteorientaatioon siten, että ympäristön korostamat arvot ja toimintakäytännöt ohjaavat sitä, määritteleekö yksilö onnistumisen oppimisen ja kehittymisen vai sosiaalisen vertailun kautta (Gencer & Öztürk 2018, 291–293).

### 2.1 Tavoiteorientaatio

Tavoiteorientaatioteoria (achievement goal theory) tarkastelee sitä, miten yksilöt määrittelevät menestyksen ja miten tämä motivoi heidän käyttäytymistään. Teorian keskiössä on ajatus, että yksilön tavoitteet voidaan jakaa kahteen päätyyppiin. Nämä päätyypit ovat tehtävä- tai oppimisorientoituneisuus (task/mastery orientation) ja kilpailu- tai ego-orientoituneisuus (ego/performance orientation) (Nicholls 1989). Tehtäväorientoitunut yksilö keskittyy oman osaamisensa kehittämiseen, taitojen parantamiseen ja henkilökohtaiseen kasvuun, kun taas kilpailuorientoitunut yksilö arvioi suoriutumista suhteessa muihin ja pyrkii näyttämään paremmuttaan. Näillä orientaatioilla on keskeinen merkitys oppimiseen, motivaatioon ja psykologiseen hyvinvointiin, sillä tehtäväorientaatio tukee sisäistä motivaatiota ja pitkäjänteistä kehittymistä, kun taas kilpailuorientaatio voi lisätä ulkoista motivaatiota ja suorituskeskeisyyttä. (Pentti 2020).

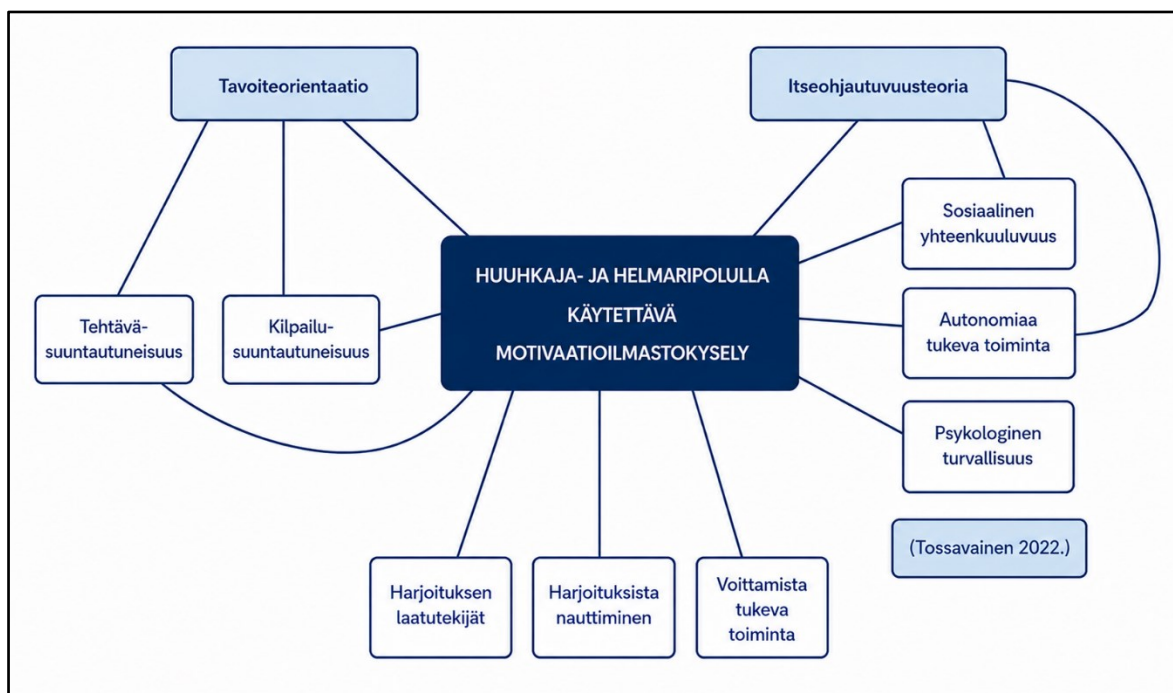
Urheilussa tavoiteorientaatio ilmenee paitsi yksilön henkilökohtaisissa tavoitteissa myös joukkueen ilmapiirissä ja valmennustyyliin liittyvissä odotuksissa. Tehtäväorientoitunut ilmasto, jossa korostetaan henkilökohtaista kehittymistä, yhteistyötä ja virheistä oppimista, tukee autonomista motivaatiota ja yhteenkuuluvuuden kokemusta (Duda & Balaguer 2007; Reinboth & Duda 2004). Sen sijaan kilpaorientoitunut ilmasto, jossa vertailu muihin ja voitto korostuvat, voi lisätä kontrolloitua ja paineen kokemusta (Duda & Balaguer 2007; Reinboth & Duda 2004). Nuorisourheilussa sukupuolieroja on havaittu siten, että tytöt usein kokevat

tehtäväorientoituneen ilmaston merkityksellisemmäksi, kun taas pojilla kilpailullinen orientaatio korostuu useammin (Nicholls 1989; Duda & Balaguer 2007).

## 2.2 Itsemääräämisteoria

Itsemääräämisteoria (self-determination theory) on Decin ja Ryanin kehittämä motivaatio-teoria. Sen keskeisen ajatuksen mukaan ihmisen hyvinvointi ja motivaatio perustuvat kolmen psykologisen perustarpeen täyttymiseen. Nämä perustarpeet ovat autonomia, kyvykkyys ja yhteenkuuluvuus. (Deci & Ryan 1985; Ryan & Deci 2000; 2017). Itsemääräämisteorian mukaan perustarpeiden täytyminen vahvistaa autonomista motivaatiota, sitoutumista ja psykologista hyvinvointia, kun taas niiden heikentyminen on yhteydessä kontrolloituun motivaatioon ja mahdolliseen motivaation laskuun. Urheilukontekstissa valmennustyyli, joukkueen ilmapiiri ja vertaisvuoro vaikutavat keskeisesti psykologisten perustarpeiden toteutumiseen joko niitä tukevalla tai heikentävällä tavalla (Ryan & Deci 2017).

Huuhkaja- ja Helmaripolulla käytettävä motivaatioilmastokysely koostuu kilpailu- ja tehtäväsuuntautuneisuudesta, autonomiaa tukevasta valmennuksesta, sosiaalisesta yhteenkuuluvuudesta, harjoituksista nauttimisesta, voittamista tukevasta toiminnasta, psykologisesta turvallisuudesta sekä harjoituksen laatutekijöistä (Tossavainen 2022.)



Kuva 1. Huuhkaja- ja Helmaripolulla käytettävä motivaatioilmastokysely ja pohjateoriat (Tossavainen 2022.)

### 2.3 Sosiaalinen yhteenkuuluvuus

Itseohjautuvuusteorian mukaan sosiaalinen yhteenkuuluvuus on yksi psykologisista perustarpeista. Ryanin ja Decin mukaan yhteenkuuluvuudella tarkoitetaan yksilön kokemusta siitä, että hän tuntee olevansa hyväksytty, arvostettu ja osa merkityksellistä sosiaalista yhteisöä. Yhteenkuuluvuuden tarpeen täytyminen tukee yksilön sisäistä motivaatiota, hyvinvointia ja sitoutumista toimintaan. Sen puute voi heikentää motivaatiota ja lisätä ulkoisen säätelyn merkitystä (Ryan & Deci 2000; Ryan & Deci 2017).

Urheilukontekstissa sosiaalinen yhteenkuuluvuus ilmenee erityisesti joukkueen sisäisenä yhteishenkenä, myönteisenä vuorovaikutuksena ja kokemuksena siitä, että urheilija on tärkeä ja hyväksytty osa joukkuetta. Ryanin ja Decin mukaan ympäristöt, jotka tukevat yhteenkuuluvuutta, edistävät pitkäjänteistä osallistumista ja motivaation säilymistä, mikä tekee sosiaalisesta yhteenkuuluvuudesta keskeisen tekijän urheilun motivaatioilmaston tarkastelussa (Ryan & Deci 2000).

Urheilussa yhteenkuuluvuudella tarkoitetaan joukkueen jäsenten halukkuutta pysyä yhdessä ja toimia yhtenäisenä ryhmänä yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi sekä samalla täyttää jäsenten emotionaalisia tarpeita. Tutkimukset osoittavat, että 9–17-vuotiaat lapset ja nuoret tunnistavat pääasiassa sosiaalisen ja tehtäväsuuntautuneen yhteenkuuluvuuden. Valmennuksen näkökulmasta tämä korostaa sellaisten joukkuehenkeä vahvistavien toimintojen merkitystä, jotka ovat urheilijoiden iän ja kehitysvaiheen mukaisia. (Degabriele & McGuire 2023).

Ryhmän merkitys ja yhteenkuuluvuuden kokemukset voivat olla ratkaisevia tekijöitä nuoren urheiluharrastuksessa pysymisen kannalta. Tutkimukset osoittavat, että läheiset suhteet joukkuekavereihin ja valmentajaan tukevat motivaatiota ja edistävät harrastuksen jatkuvuutta (Rottensteiner 2015, 45–46; Ntoumanis 2001, 230–231). Esimerkiksi Rottensteinerin (2015, 45) tutkimuksessa 15–16-vuotiaat suomalaiset joukkueurheilijat, jotka jatkoivat harrastustaan, kokivat enemmän läheisyyttä ja sitoutumista ryhmään kuin ne, jotka lopettivat. Samoin Ntoumanis (2001, 230) korostaa, että tiiviit sosiaaliset suhteet ja yhteenkuuluvuuden tunne edistävät oppimista ja aktiivista osallistumista tukevan ilmapiirin. Näin ollen vahva sosiaalinen yhteenkuuluvuus ei ainoastaan lisää motivaatiota, vaan tukee myös urheilijan oppimista ja kehittymistä joukkueessa.

### 2.4 Kilpailu- ja tehtäväsuuntautuneisuus

Kilpailusuuntautuneessa motivaatioilmastossa keskitytään toisten voittamiseen ja menestyksestä määritetään sen perusteella, kuka on paras. Urheilijoiden saavutuksia arvioidaan

vertaamalla heitä toisiinsa. Pelaajien heikkouksia nostetaan esille ja pelien tuloksiin kiinnitetään paljon huomiota. Huipputason ammattilaisjalkapallojoukkueet voivat saavuttaa tiettyjä hyötyjä tämän kaltaisesta kilpailusuuntautuneisuudesta. Nuori ja kehittyvä jalkapalloilija menestyy todennäköisemmin kuitenkin paremmin tehtäväsuuntaisessa ilmastossa. (Lipin & Martin 2022.)

Tehtäväsuuntautunut ilmasto on ympäristö, jossa urheilijan menestys perustuu hänen omaan kokemukseensa edistymisestään ja henkilökohtaisesta tyytyväisyydestään. Tällaisessa ilmapiirissä voittaminen tai parhaana oleminen ei määrittele onnistumista. Sen sijaan onnistuminen syntyy siitä, että urheilija kokee kehittyvänsä ja nauttivansa toiminnasta omilla ehdoillaan. Tämä voi ilmetä esimerkiksi uuden taidon oppimisena, oman kehityksen huomaamisena tai parhaansa yrittämisenä. (Lipin & Martin 2022.)

Tehtäväsuuntautuneessa ilmastossa valmentaja pyrkii luomaan toimintaympäristön, jossa urheilijoita tuetaan kokonaisvaltaisesti. Pelaajien panostusta, kehittymistä ja yhteistyötä arvostetaan, ja heidät nähdään tärkeinä joukkueen jäseninä. Aiemman tutkimustiedon perusteella tällainen ilmasto edistää urheilijoiden kykyä hyödyntää psykologisia selviytymiskeinoja sekä vahvistaa heidän itseluottamustaan ja motivaatiotaan. (Sullivan 2022.)

Kilpailusuuntautuneessa ilmastossa valmennuksessa korostuu suoriutumisen vertailu ja keskinäinen kilpailu. Tämä lisää joukkueen sisäistä kilpailua, ja valmentajan huomio kohdistuu usein harvoin menestyviin yksilöihin. Tällaisessa ilmastossa urheilijat hyödyntävät vähemmän psykologisia selviytymiskeinoja, mikä voi heikentää heidän hyvinvointiaan ja motivaatiotaan. (Sullivan 2022.)

Jotta valmennus tukisi oppimista ja yksilön kasvua, tulisi sen perustua tehtäväsuuntautuneeseen ilmastoon. Tällaisessa ympäristössä harjoittelussa käytetään vaihtelevia ja monipuolisia menetelmiä. Jokaiselle pelaajalle pyritään tarjoamaan omalle taitotasolle sopivia haasteita. Kilpailusuuntautuneessa ilmastossa harjoitteet ovat kaikille samat, mikä voi johtaa siihen, että osa pelaajista kokee tehtävät liian helpoiksi ja osa liian vaikeiksi. (Korhonen 2017, 23–24.) Käytännössä tämä voisi tarkoittaa, että pelaajille muodostetaan heidän taitotasoaan vastaavat A- ja B-joukkueet, jolloin kumpaankin joukkueeseen saadaan mahdollisimman tasavahvoja pelaajia.

Tutkimusten mukaan tehtäväsuuntautuneisuus tukee joukkueen sosiaalista yhteenkuuluvuutta, sillä yhteistyöhön ja yhteisiin tavoitteisiin painottuva toiminta vahvistaa jäsenten välistä luottamusta ja yhteenkuuluvuuden kokemusta (Cantón ym. 2021, 1049–1058; Omundsen ym. 2005, 977–989). Nuoret, jotka kokevat tehtäväsuuntautuneisuuden mukaisia tavoitteita, osallistuvat aktiivisemmin joukkueen toimintaan ja rakentavat myönteisiä vertais-suhteita.

Kilpailusuuntautuneisuus voi heikentää joukkueen sosiaalista ilmapiiriä, koska kilpailu ja vertailu joukkueen sisällä ei tue yhteenkuuluvuuden kokemusta (Cantón ym. 2021; Ommundsen ym. 2005). Lisäksi sosiaalinen ympäristö, kuten valmentajien ja joukkueetoverien asenteet, vaikuttavat siihen, millaiseksi kilpailusuuntautuneisuus kehittyy nuorten jalkapallojoukkueissa (Ebbeck & Becker 1994, 355–362).

Positiivisen joukkueilmapiirin merkitystä tukee myös Zhao ym. (2025, 155), jotka osoittivat, että aktiivinen osallistuminen ja urheiluun sitoutuminen vahvistavat epäsuorasti yhteenkuuluvuuden kokemusta kollektiivisen itsetunnon kautta. Tämä korostaa, että nuorten sosiaalinen yhteenkuuluvuus syntyy paitsi yksilön motivaatioista myös joukkueen yhteisöllisestä ilmapiiristä.

Tutkimusten yhteenvetona voidaan todeta, että tehtäväsuuntautuneisuus tukee sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja kilpailusuuntautuneisuus voi heikentää joukkueen sosiaalista ilmapiiriä. Joukkueen motivaatioilmapiirin ja sosiaalisen dynamiikan huomioon ottaminen on keskeistä nuorten urheilijoiden hyvinvoinnin ja joukkueen toimivuuden kannalta.

## 2.5 Tyttöjen ja poikien erot motivaatioilmastossa

Tyttöjen ja poikien kokemassa motivaatioilmastossa on aiempien tutkimusten perusteella havaittavissa eroja sosiaalisen yhteenkuuluvuuden osalta. Tyttöjen joukkueissa korostuu useammin tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto, jossa yhteistyö, kannustaminen ja ryhmän sisäinen tuki ovat keskeisiä tekijöitä. Tällainen ilmasto vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja hyväksytyksi tulemisen kokemusta, jotka ovat yhteydessä korkeampaan viihtymiseen ja sitoutumiseen junioriurheilussa (Moreno Murcia, Cervelló & González-Cutre 2008, 181–191; Morales-Sánchez ym. 2022, art. 15673). Sosiaalinen yhteenkuuluvuus näyttäytyy keskeisenä motivaatiotekijänä tytöille, sillä ryhmän ilmapiiri ja ihmissuhteet vaikuttavat urheiluharrastuksen jatkamiseen.

Poikien joukkueissa motivaatioilmasto on tutkimusten mukaan useammin kilpailusuuntautunutta. Tämä voi heikentää sosiaalista yhteenkuuluvuutta erityisesti niiden pelaajien kohdalla, jotka eivät menesty suhteessa muihin. Kilpailu, vertailu ja hierarkkiset roolit saattavat vähentää yhteenkuuluvuuden kokemusta ja lisätä ryhmän sisäisiä jännitteitä (Sage & Kavussanu 2008, 717–732). Tutkimusnäyttö osoittaa, että myös poikien joukkueissa tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto tukee prososiaalista käyttäytymistä ja vahvistaa yhteenkuuluvuutta. Sukupuolten väliset erot sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokemuksessa eivät ole pysyviä, vaan ne muotoutuvat valmennuskäytäntöjen ja joukkueen toimintakulttuurin kautta (Morales-Sánchez ym. 2022).

## 2.6 Autonomiataukeva valmennus

Deci & Ryan (2000, s. 231–233) määrittelevät autonomian yksilön kokemukseksi siitä, että hän toimii omasta tahdostaan ja arvojen mukaisesti, eikä ulkoisen kontrollin tai pakon ohjaamana. Autonomia ei tarkoita riippumattomuutta muista ihmisistä, vaan psykologista vapautta ja kokemusta siitä, että toiminta on sisäisesti motivoitunutta. Autonomia on yksi kolmesta psykologisesta perustarpeesta yhdessä kompetenssin ja yhteenkuuluvuuden kanssa, ja näiden tarpeiden tyydyttyminen tukee sisäistä motivaatiota, hyvinvointia ja optimaalista toimintaa eri konteksteissa.

Autonomiataukevalla valmennuksella on tutkimusten mukaan myönteinen vaikutus urheilijoiden motivaatioon, hyvinvointiin ja suoriutumiseen (Ryan & Deci 2000; Kaarlela 2024). Autonomiataukevasta valmennuksesta erityisesti valmentajan ja urheilijan välisellä vuorovaikutuksella, ja sen tukeminen on osa valmentajan ammatillista toimintaa. Lisäksi autonomiataukeva toimintakulttuuri on yhteydessä valmennuksen onnistumiseen ja urheilijoiden sitoutumiseen (Ryan & Deci 2000).

Autonomiataukevasta voidaan vahvistaa sekä yksilö-, että joukkueetasolla tarjoamalla urheilijoille mahdollisuuksia itsenäiseen päätöksentekoon. Autonomia perustuu urheilijoille annettavaan vapauteen toimia itsenäisesti. Kevyempi valmentajan kontrolli voi edistää nopeampaa reagoitusta, aktiivisempaa pelaamista sekä päätöksenteon ja reagoitakyvyn kehittymistä (Kaarlela 2024).

Autonomiataukeva ympäristö on motivaatiokonteksti, jossa yksilöt kokevat toimintansa itse valituksi ja itseään ilmentäväksi. Se lisää sisäistä motivaatiota, luovuutta, kognitiivista joustavuutta ja syvällistä oppimista sekä edistää pitkäkestoista käyttäytymisen muutosta, vahvempaa itsetuntoa, pätevyyden tunnetta, luottamusta ja kokonaisvaltaista hyvinvointia. (Ryan & Deci 2000; Conroy & Coatsworth 2007, 671–684).

## 2.7 Psykologinen turvallisuus

Psykologinen turvallisuus urheilussa viittaa ilmapiiriin, jossa urheilijat uskaltavat ilmaista ajatuksiaan avoimesti, kokeilla uusia toimintatapoja ja tunnustaa virheensä ilman pelkoa rangaistuksista tai negatiivisista reaktioista. Vastuu tällaisen turvallisen ilmapiirin rakentamisesta kuuluu urheiluorganisaatioille, valmentajille ja joukkueille. Tukevan ja luottamuksellisen ympäristön rakentaminen on keskeinen tekijä huippusuoritusten mahdollistamisessa. Psykologisella turvallisuudella on urheilussa keskeinen rooli, sillä urheilijat pystyvät parhaimpaan suoritusasuunsa silloin, kun he kokevat olonsa arvostetuiksi, tuetuiksi ja turvatuiksi. (Sonneveld 2023).

Edmondsonin (1999, 354–355) mukaan psykologisesti turvallisessa ryhmässä jäsenet kokevat, että heidän panostaan arvostetaan ja että he voivat osallistua keskusteluun avoimesti. Tämä luottamukseen perustuva ilmapiiri edistää oppimista, yhteistyötä ja innovatiivista toimintaa ryhmässä. Urheilukontekstissa tällainen turvallinen ympäristö tukee joukkueen sisäistä yhteenkuuluvuutta ja kannustaa pelaajia jakamaan havaintoja, antamaan palautetta ja osallistumaan aktiivisesti harjoituksiin ilman pelkoa epäonnistumisesta. Psykologisen turvallisuuden merkitys korostuu erityisesti tilanteissa, joissa tavoitteet ovat haastavia ja epävarmuus suurta, sillä se mahdollistaa oppimisen ja kehittymisen ryhmänä (Edmondson 1999, 355–356).

## 2.8 Voittamista tukeva toiminta, harjoituksista nauttiminen ja laatutekijät

Voittamista tukevaa toimintaa voidaan havainnollistaa seurojen strategisilla linjauksilla ja valmennusjohdon puheella. Esimerkiksi Turun Palloseuran valmennuspäällikkö Miro Varhelahti kuvaa voittamisen kulttuuria seuraavasti: ”Jalkapallon ja urheilun perusluonteeseen kuuluu pyrkimys voittaa, eli olla toista joukkuetta vahvempi. Tavoitteemme on, että TPS:n pelaajat ja joukkueet tunnetaan voittavasta pelitavastaan sekä siitä, että jokainen ottelu ja sen jokainen hetki nähdään merkityksellisenä.” (Varhelahti 2025). Lausunto heijastaa kilpailusuuntautunutta ajattelutapaa, jossa menestys, tulos ja vastustajan voittaminen muodostavat toiminnan keskeisen tavoitteen.

Harjoituksista nauttiminen on keskeinen tekijä urheilijoiden motivaation ja pitkäjänteisen harrastamisen kannalta. Jalkapallo ja futsal innostavat ja liikuttavat ihmisiä kaiken ikäisinä, pienistä lapsista isovanhempiin. Suomen Palloliiton lähes tuhannessa seurassa toimii yhteensä yli 160 000 rekisteröityä pelaajaa. Laji tarjoaa paljon pelaajille, taustahenkilöille ja futisvanhemmille. Parhaimmillaan jalkapallo tuo mukanaan iloa, onnistumisen kokemuksia ja elinikäisiä ystävyyssuhteita. Kaikkien velvollisuutena on yhdessä rakentaa myönteinen ilmapiiri, jossa jokainen voi harrastaa turvallisesti ja saada osakseen yhdenvertaista sekä kunnioittavaa kohtelua. (Palloliitto 2025.)

Harjoituksen laatutekijät muodostuvat keskeisen perustan pelaajien kehittymiselle. Lempäälän Palloseuran valmennuslinjauksen mukaan U14-U15-ikäluokkien harjoittelun tärkeimmät laatutekijät rakentuvat useista osa-alueista. Harjoitusten tempo pidetään korkeana, jotta suoritukset ovat selkeitä, tarkkoja ja pelinomaisia. Toistojen avulla pelaajilla tarjotaan mahdollisimman paljon kokemuksia erilaisista pelitilanteista, motorisista suorituksista ja pallonkäsittelystä. Täysillä tekemistä korostetaan ohjaamalla pelaajia antamaan jokaisessa suorituksessa paras mahdollinen panos, kuten juoksemaan kovaa, keskittymään ja eläytymään peliin. (Leki-futis 2025.)

Harjoitteissa otetaan huomioon jatkuvasti tilanteenvaihdot hyökkäyksen ja puolustuksen välillä, ja molemmille joukkueille määritellään selkeät maalintekotavat. Pallon menetyksen jälkeen pyritään välittömään riistoon, ja riiston jälkeen etenemään nopeasti kohti maalia. Lisäksi tukitoimien avulla kehitetään pelaajien ymmärrystä omasta roolista osana joukkuetta. Pelipaikkakohtaisuutta vahvistetaan käytännössä pelaamalla eri pelipaikoilla säännöllisesti. (Leki-futis 2025.)

### 3 Huuhkaja- ja Helmaripolku

Huuhkaja- ja Helmaripolku on Suomen palloliiton ja Eerikkilän yhteistyössä toteuttama pelaajakehityksen ja tiedolla johtamisen kokonaisuus. Sen tavoitteena on kehittää suomalaista jalkapalloa systemaattisesti tukemalla seurojen valmennustoimintaa sekä pelaajien yksilöllistä kehitystä. Toiminta on suunnattu 10–15-vuotiaille junioreille ja heidän valmentajilleen. (Eerikkilä 2026.)

Polun keskeisenä tavoitteena on edistää suomalaista pelaajakehityksen tasoa kohti kansainvälistä huippua. Tämä toteutuu tunnistamalla ja tukemalla motivoituneita ja lahjakkaita pelaajia sekä kehittämällä valmentajien osaamista. Lisäksi toiminnan tarkoituksena on mahdollistaa ajantasaisen kehitystiedon jakaminen seurojen, Palloliiton ja Eerikkilän välillä. (Eerikkilä 2026.)

Huuhkaja- ja Helmaripolku rakentuu viisiportaisesta tasomallista, johon seurat sijoittuvat Palloliiton laatujärjestelmän perusteella. Jokaisella mukana olevalle seuralle löytyy sopiva kehitystaso, ja toimintaa ohjataan seurojen yksilöllisten tarpeiden mukaisesti. Pelaajien kehitystä seurataan monipuolisesti huomioiden pelisuoritukset, harjoittelu sekä elämäntilinta. Toiminnan keskiössä on tiedolla johtaminen, jossa kerättyä tietoa hyödynnetään valmennuksen kehittämisessä. Seuranta toteutuu sekä arjen harjoittelussa että tapahtumissa, ja sitä tukevat koulutukset, työpajat sekä valmennuksen ohjausprosessit. (Eerikkilä 2026.)

Huuhkaja- ja Helmaripolku jakautuu kahteen pääkokonaisuuteen; tiedolla johtamiseen sekä kilpailujärjestelmään, joka tunnetaan Huuhkaja- ja Helmariliigana. Kokonaisuuden tavoitteena on vahvistaa suomalaisen jalkapallon kehitystä yhdistämällä keskeiset toimijat ja keskittämällä toiminta pelin ympärille. (Eerikkilä 2026.)

Huuhkaja- ja Helmariliiga muodostaa virallisen kilpailurakenteen, jonka tarkoituksena on edistää seurojen pelaajakehitystä. Kilpailujärjestelmää korostaa pelikeskeistä lähestymistapaa, ja sen ottelut toteutetaan sekä alueellisissa, että valtakunnallisissa tapahtumissa. Näiden tapahtumien kautta joukkueille ja yksittäisille pelaajille avautuu mahdollisuus edetä asteittain korkeammalle tasolle aina kansainvälisiin otteluihin saakka. (Suomen Palloliitto 2026.)

## 4 Opinnäytetyön tutkimusaineista ja menetelmät

### 4.1 Tutkimusaineisto

Tutkimusaineistona oli aikavälillä 2024–2026 kerätty Huuhkaja- ja Helmaripolun pelaajien motivaatioilmaston ja tavoiteorientaation kyselyaineisto. Kyselyt oli toteutettu Eerikkilän testaajien toimesta osana Huuhkaja- ja Helmaripolun tapahtumia, ja niitä kerätään kaikissa tapahtumissa. Jokaisella ikäluokalla on 2–3 tapahtumaa vuoden aikana. Yksi on keväällä ja toinen on syksyllä sekä mahdollinen kolmas tapahtuma on talvella, joka on kansainvälinen lopputurnaus. Lopputurnaukseen on mahdollista päästä suoraan alkusarjasta, jos se on ollut riittävän menestyksenkäs. Kyselyihin vastataan MyE.Way-oppimisympäristössä. Kyselykokonaisuus sisältää kuusi eri kyselyä. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin motivaatioilmastoa hyödyntäen motivaatioilmastokyselyä, jota tarkastellaan joukkueetasolla. Kyselyt sisälsivät myös tavoiteorientaatiokyselyn, jota tarkastellaan yksilötasolla. Kyselyt täytetään jokaiselle joukkueelle erikseen varatussa 75 minuutin aikaikkunassa turnauksen aikana erillisessä rauhallisessa palaveritilassa tai luokahuoneessa. Kyselyihin vastaavat 10–17-vuotiaat Huuhkaja- ja Helmaripolun osallistuvat pelaajat. Kyselyiden pitittäisaineistoa kerätään suomalaisen pelaajakehityksen ja suomalaisen valmentajakoulutuksen kehittämiseen.

Tutkimuksen perusjoukosta kerättävä näyte oli Huuhkaja- ja Helmaripolun 12–15-vuotiaat suomalaisten jalkapalloseurojen pelaajat. Seurat, jotka kuuluvat tutkimukseen, olivat Espoon palloseura, Vaasan palloseura, Turun palloseura, Seinäjoen jalkapallokubi, Oulun Nice Soccer, Oulun luistinseura, Käpylän pallo, Kuopion palloseura, Jyväskylän Pallokerho ja Jalkapallokubi, Tampereen Ilves, Helsingin Jalkapallokubi, Fotbollsföreningen Jaro ja Football Club Espoo Honka. Tutkimukseen otettiin mukaan aineisto, joka oli kerätty 11.2.-21.4.2024 ja 27.8.-18.12.2025. Tutkimuksesta rajattiin pois Huuhkaja- ja Helmaripolun kansainväliset seurat ja niiden joukkueiden pelaajat. Poisrajutat seurat olivat; Sportklub Niederröster-reich St. Pölten, Idrottsföreningen Kamraterna, Lidingö Fotbollklubb, Hammarby Idrottsförening, Hercules, Football Club Nordsjaelland, Football Club Midtjylland ja Brøndbyernes Idrætsforening. Suomalaisten seurojen joukkueet ja pelaajat, jotka eivät olleet osallistuneet 11.2.-21.4.2024 ja 7.8.-18.12.2025 rajattiin myös pois. Nämä seurat olivat Joensuu Jippo, Rovaniemen palloseura ja Oulunkylän urheiluseura Gnistan. Tutkimuksesta rajattiin myös pois alle 12-vuotiaat ja yli 15-vuotiaat. 12–15-vuotiaiden ikäryhmä valittiin, koska nuoruusiässä sosiaalinen yhteenkuuluvuus on keskeisessä roolissa urheiluharrastuksen jatkumisen ja sitoutumisen kannalta.

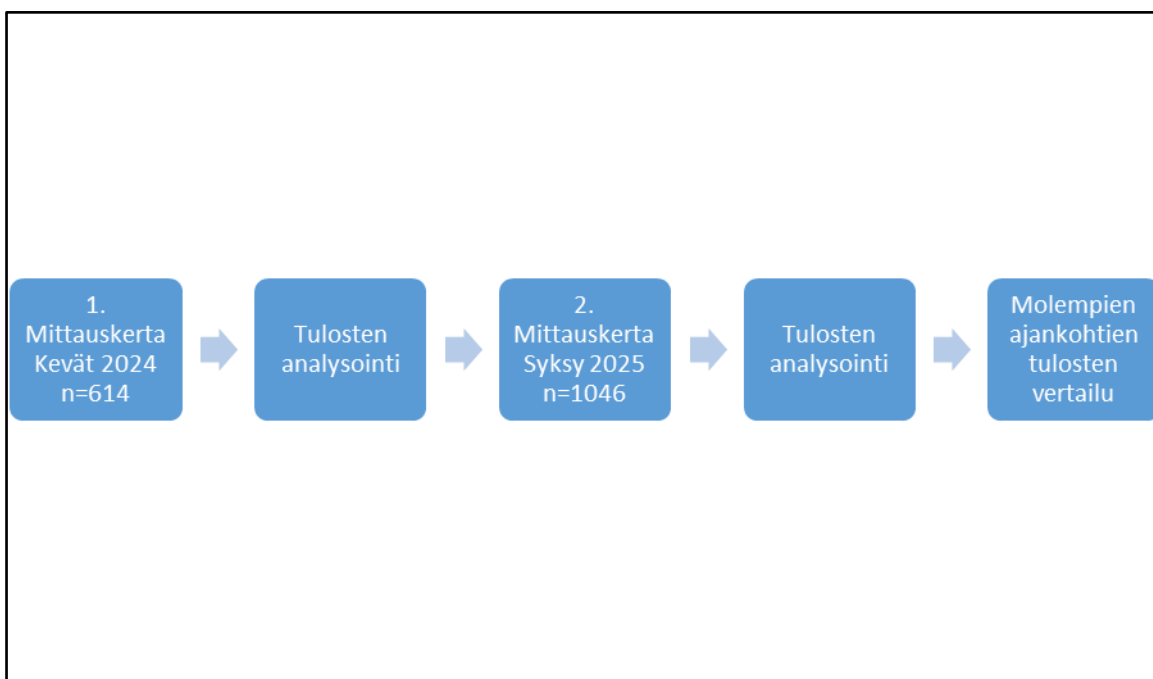
Aineisto koostui yhteensä 1660 pelaajasta. Vuoden 2024 mittauksessa vastaajia oli 614 ja vuoden 2025 mittauksessa 1046. Vastaajista 725 (43,7 %) oli tyttöjä ja 935 (56,3 %) poikia.

Ikäjakauten perusteella vastaajista 36,2 % oli 12-vuotiaita, 39,3 % 13-vuotiaita, 24,0 % 14-vuotiaita ja 0,5 % 15-vuotiaita.

## 4.2 Tutkimusasetelma

Opinnäytetyö oli kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus, koska se keräsi systemaattisesti numeerista tietoa sosiaalisen yhteenkuuluvuuden, kilpailusuuntautuneisuuden ja motivaatio ilmaston tasosta Huuhkaja ja Helmaripolun suomalaisissa juniorijoukkueissa. Tutkimusasetelma oli retrospektiivinen ja epäkokeellinen eli tutkija tutkii muuttujien välisiä yhteyksiä manipuloimatta tutkimusasetelmaa. Aineisto mahdollisti yksilöiden ja joukkueiden tunnistamisen ID-koodien avulla, vaikka aineisto oli anonymisoitu. Tässä tutkimuksessa aineistoa tarkasteltiin kuitenkin ryhmätasoisena toistettuna poikittaistutkimuksena. Tutkimuksessa ei käytetty otantamenetelmiä, vaan tutkimukseen sisällytettiin perusjoukosta valittu 12–15-vuotiaiden pelaajien ryhmä, joka sovittiin yhteisesti tutkijan ja yhteistyökumppanin välillä.

Tutkimus toteutettiin Kuvan 2 mukaisesti. Aluksi analysoitiin kevään 2024 kyselytulokset, minkä jälkeen analysoitiin syksyn 2025 kyselytulokset. Tämän jälkeen molempien ajankohdientien kyselyiden tulokset verrattiin keskenään.



Kuva 2. Tutkimusasetelma

## 4.3 Tiedonkeruumenetelmät

Kyselyt (Liite 2) oli pidetty Eerikkilän urheiluopistolla ja ne oli toteutettu Eerikkilän testaajien toimesta Huuhkaja- ja Helmaripolun tapahtumissa. Kyselyistä kerättävää pitkäaikaisaineistoa

hyödynnetään suomalaisen pelaajakehityksen ja valmentajakoulutuksen kehittämisessä. Kyselyt toteutetaan kaikissa Huuhkaja- ja Helmaripolun tapahtumissa.

Motivaatioilmastokysely pohjautuu Soini ym. (2014) Factorial validity and internal consistency of the motivational climate in physical education scale 2014, jossa mittaria on käytetty liikuntapedagogiikan tutkimuksessa. Kyselyn alkuperäiset viisi osa-aluemuuttujaa olivat tehtävä- ja kilpailusuuntautuneisuus, sosiaalinen yhteenkuuluvuus, autonomiaa tukeva toiminta ja harjoituksista nauttiminen. Näihin viiteen osa-alueeseen ei ole tehty muutoksia. Vuonna 2017 kyselyyn lisättiin ”Voittamista tukeva toiminta” osa-alue. Vuonna 2021 kyselyyn lisättiin ”Harjoituksen laatutekijät” ja ”Psykologinen turvallisuus”. Nämä kolme myöhemmin lisättyä osa-aluetta eivät ole tieteellisesti validoituja, vaan Eerikkilän psyykkisen valmennuksen asiantuntijan johdolla koottuja käytännönläheisiä valmennukseen liittyviä osa-alueita, jotka on tuotu mukaan kyselyyn valottamaan tuloksia valmentajan näkökulmasta.

Tutkimusongelma	Kyselylomakkeen väittämät
1	Sosiaalinen yhteenkuuluvuus väittämät 1–4
2	Sosiaalinen yhteenkuuluvuus väittämät 1–4, kilpailusuuntautuneisuus väittämät 1–4
3	Sosiaalinen yhteenkuuluvuus väittämät 1-4 + sukupuolimuuttuja

Taulukko 1. Tutkimusongelmien ja kyselylomakkeiden väittämien vastaavuus

#### 4.4 Opinnäytetyön eettiset näkökulmat

Tutkimuksessa noudatettiin tieteellisen tutkimuksen eettisiä periaatteita tutkimuseettisen neuvottelukunnan mukaan sekä LAB-ammattikorkeakoulun ja hyvän tieteellisen käytännön ohjeita. Tutkimusaineisto saatiin Eerikkilän Urheiluoopistolta, joka oli kerännyt aineiston ja säilyttää omistus-, hallinta- ja tekijänoikeudet siihen. Tutkija on allekirjoittanut (Liite 1) sitoumuksen aineiston käyttöehdoista, jonka mukaan aineistoa käytetään ainoastaan tässä tutkimuksessa. Sitoumuksen mukaisesti aineisto oli anonymisoitu. Vastaukset olivat kuitenkin koodattu tunnisteeellisillä ID-koodeilla, joiden avulla aineistoa olisi voitu tarkastella sekä joukkue-, että yksilötasolla. Tässä tutkimuksessa analyysi tehtiin kuitenkin ainoastaan ryhmätasolla. Tutkija sitoutui myös säilyttämään aineistoa turvallisesti, estämään pääsyn ulkopuolisilta, palauttamaan tai tuhoamaan sen sovittuun päivämäärään mennessä (1.7.2027), sekä ilmoittamaan luovuttajalle kaikista julkaisuista ja raporteista, jotka perustuvat aineistoon.

Tulokset raportoitiin yhteenvetoina, eikä yksittäisiä vastaajia tunnistettu. Näin tutkimus toteutettiin eettisesti ja tietoturvallisesti, LAB-ammattikorkeakoulun ohjeiden mukaisesti sekä Eerikkilän Urheiluopiston sitoumusehtojen puitteissa.

#### 4.5 Aineiston analysointi

Aineistoa kuvattiin ensivaiheessa keskeisten sijainti- ja hajontalukujen avulla. Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden ja kilpailusuuntautuneisuuden jakaumia tarkasteltiin laskemalla keskiarvo ja mediaani. Keskiarvo kuvasi vastausten keskimääräistä tasoa ja mediaani jakauman keskimmäistä arvoa. Hajontaa kuvattiin keskihajonnan ja vaihteluvälin avulla, jolloin saatiin kokonaiskuva vastausten vaihtelusta ja jakauman muodosta.

Likert-asteikollisia muuttujia käsiteltiin analyysissa välimatka-asteikollisina. Tämä mahdollisti keskiarvon ja keskihajonnan käytön kuvailevassa tarkastelussa. Tyttöjen ja poikien sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tasoa kuvattiin ryhmäkohtaisilla keskiarvoilla, mediaaneilla ja keskihajonnoilla. Ryhmien välisiä eroja arvioitiin riippumattomien otosten t-testillä.

Summamuuttujat muodostettiin neljän Likert-asteikon väittämän keskiarvona, jolloin niitä käsiteltiin jatkuvina muuttujina. Ennen summamuuttujien muodostamista väittämien sisäistä johdonmukaisuutta arvioitiin Cronbachin alfa -kertoimen avulla. Parametrisia testejä käytettiin suuren näytteen koon vuoksi. Muuttujien normaalijakaumaa tarkasteltiin Kolmogorov-Smirnov -testillä, koska koehenkilöiden määrä on yli 50, sekä visuaalisesti histogrammin avulla. Kaikki analyysit suoritettiin SPSS-tilasto-ohjelmistolla.

Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden eroja ajankohtien 11.2.-21.4.2024 ja 27.8.-18.12.2025 välillä analysoitiin riippumattomien otosten t-testillä. Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden ja kilpailusuuntautuneisuuden välistä yhteyttä tarkasteltiin Pearsonin korrelaatiokertoimen avulla. Tyttöjen ja poikien välisiä eroja sosiaalisessa yhteenkuuluvuudessa arvioitiin riippumattomien otosten t-testillä.

Jatkuvien summamuuttujien sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja kilpailusuuntautuneisuus jakaumaa ja ryhmäeroja havainnollistettiin histogrammien, laatikko-jana-kuvion (box-plot-diagram) ja keskiarvopylväsdiagrammin avulla. Laatikkokaavioilla esitettiin mediaanit, kvartiilit ja mahdolliset poikkeavat havainnot erityisesti sukupuolten ja eri mittausajankohtien vertailussa. Muuttujien välistä yhteyttä tarkasteltiin sirontakuvion avulla. Kategoriset muuttujat sukupuoli ja mittausajankohta esitettiin frekvensseinä ja prosenttiosuuksina pylväskaavioiden avulla.

Tilastollisen merkitsevyyden rajana käytettiin arvoa  $p < 0,05$ , koska se on yleisesti hyväksytty merkitsevyytaso liikunta-, käyttäytymis-, ja kasvatustieteellisessä tutkimuksessa

(Heikkilä 2018; Field 2018). Vaikka tutkimuksen suuri otoskoko lisää todennäköisyyttä tilastollisesti merkitsevien tulosten löytymiseen, pelkkä p-arvo ei yksin kuvaa tulosten käytännön merkitystä. Tämän vuoksi tulosten tarkastelussa kiinnitettiin huomiota myös keskiarvojen välisiin eroihin sekä vaikutuksen käytännön merkitykseen. Tiukemman merkitsevyystason käyttöä ei katsottu tarpeelliseksi, koska tutkimus ei ollut kokeellinen interventiotutkimus eikä siihen liittynyt kliinistä riskiarviointia.

## 5 Tulokset

### 5.1 Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden muutokset

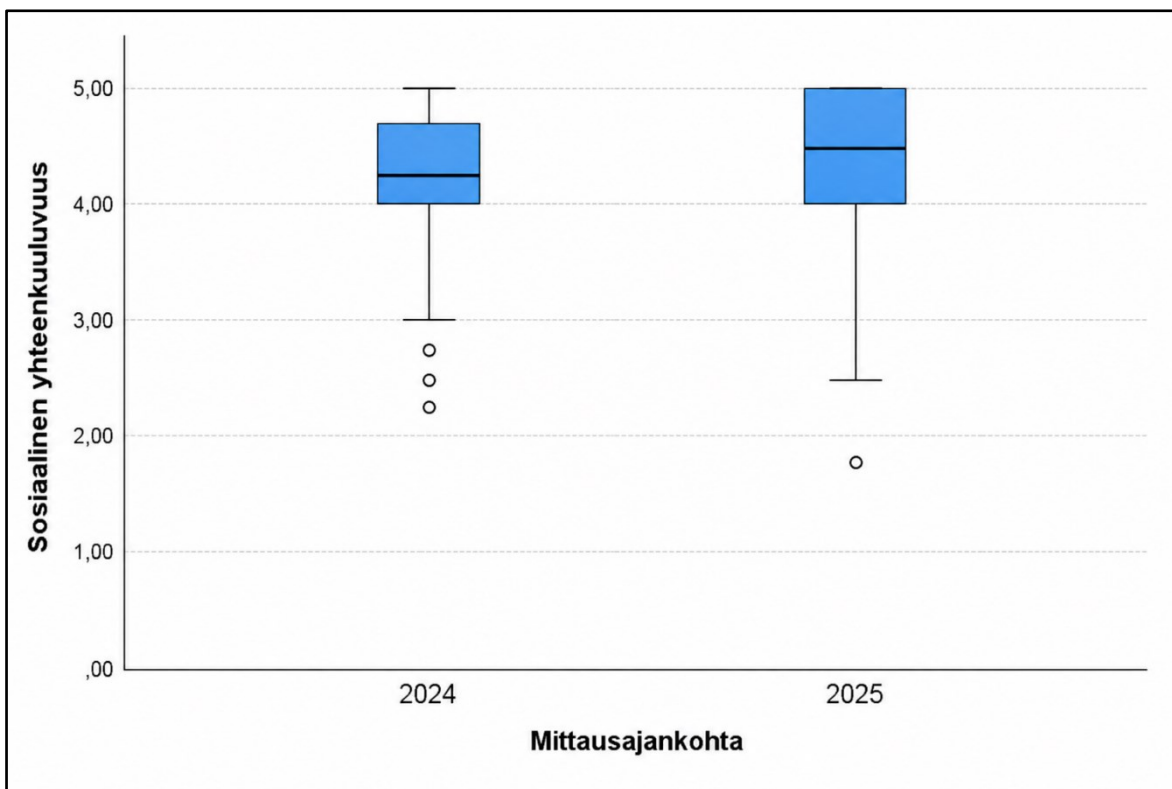
Vuosi	N	Keskiarvo	Mediaani	Keskihajonta	Minimi	Maksimi
2024	614	4,32	4,25	0,52	2,25	5,00
2025	1046	4,39	4,50	0,56	1,75	5,00
<b>Yhteensä</b>	1660	4,36	4,25	0,55	1,75	5,00

Taulukko 2. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus

Vuosi	N	Keskiarvo	Mediaani	Keskihajonta	Minimi	Maksimi
2024	614	3,32	3,50	0,89	1,00	5,00
2025	1046	3,37	3,50	0,88	1,00	5,00
<b>Yhteensä</b>	1660	3,35	3,50	0,88	1,00	5,00

Taulukko 3. Kilpailusuuntautuneisuus

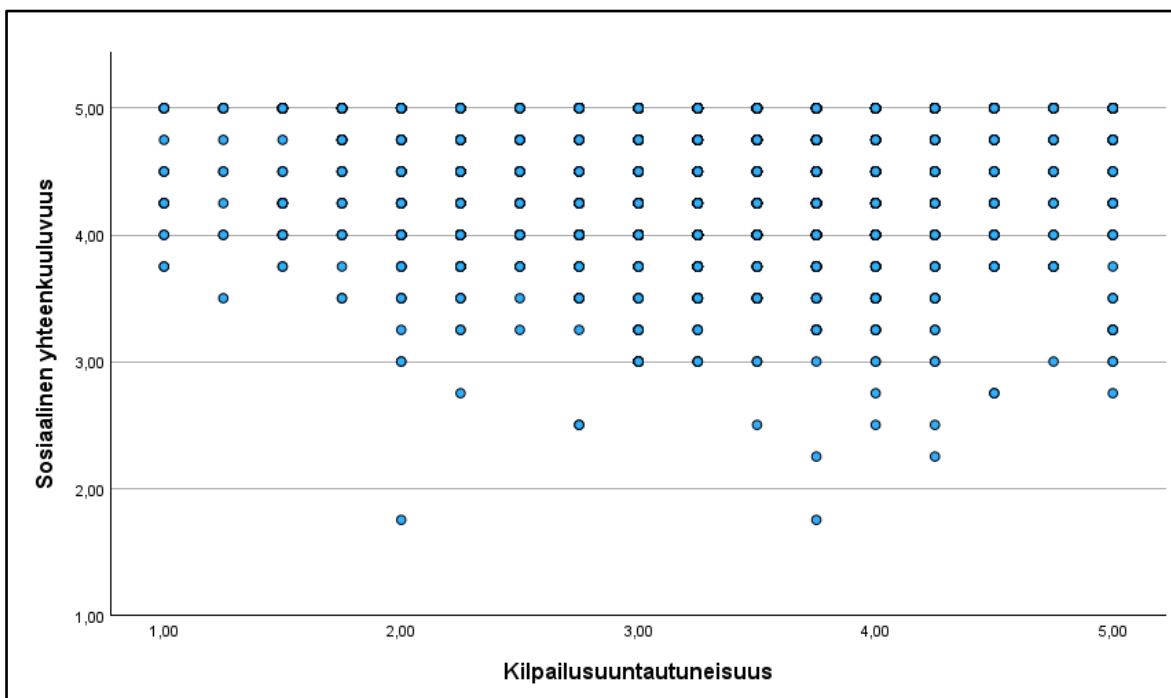
Summamuuttujien reliabiliteettia arvioitiin Cronbachin alfa -kertoimen avulla. Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden summamuuttujan alfa-arvo oli 0,844 ja kilpailusuuntautuneisuuden summamuuttujan alfa-arvo oli 0,848. Tulosten perusteella molempien summamuuttujien sisäinen johdonmukaisuus oli hyvällä tasolla.



Kuva 3. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus vuosina 2024 ja 2025

Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden keskiarvo oli hieman korkeampi vuoden 2025 mittauksessa (ka = 4,39, kh = 0,56) verrattuna vuoden 2024 mittaukseen (ka = 4,32, kh = 0,52). Ero keskiarvojen välillä oli 0,07 yksikköä.

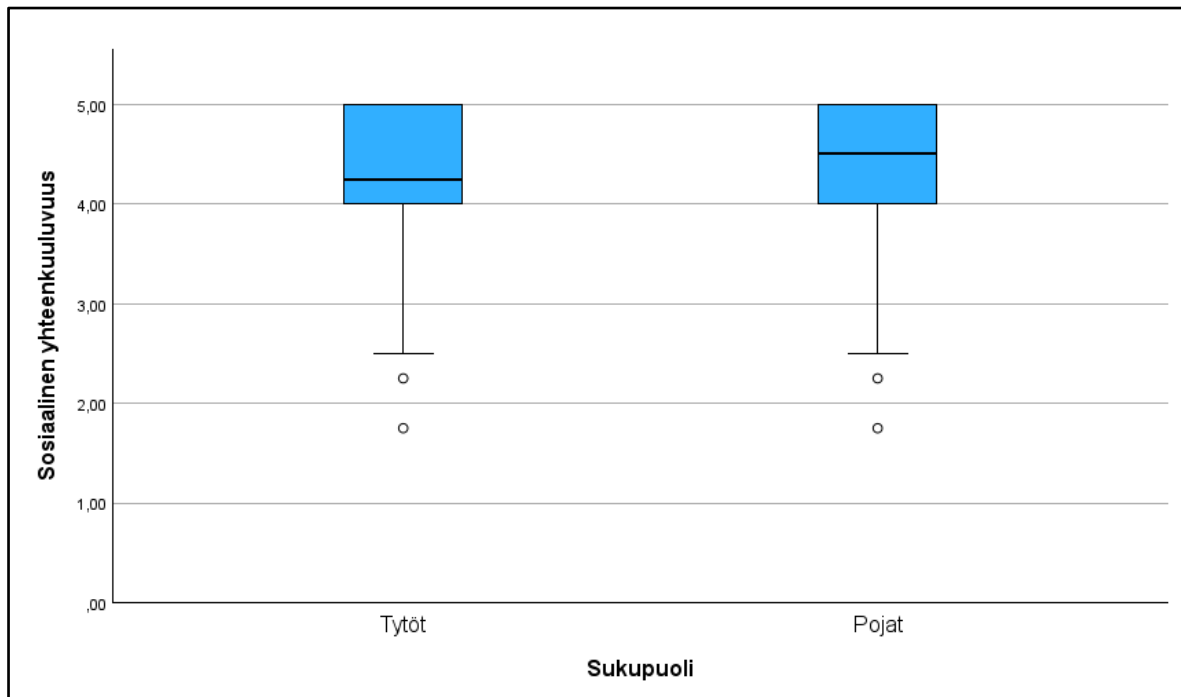
## 5.2 Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden yhteys kilpailusuuntautuneisuuteen



Kuva 4. Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden ja kilpailusuuntautuneisuuden välinen yhteys sirontakuviolla esitettynä

Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden ja kilpailusuuntautuneisuuden välistä yhteyttä tarkasteltiin Pearsonin korrelaatiokertoimen avulla. Tulosten perusteella muuttujien välillä ei havaittu tilastollisesti merkitsevää yhteyttä ( $r = -0,02$ ,  $p > 0,05$ ), ja korrelaatio oli voimakkuudeltaan erittäin matala.

### 5.3 Tyttöjen ja poikien väliset erot sosiaalisessa yhteenkuuluvuudessa



Kuva 5. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus sukupuolten välillä

Poikien sosiaalisen yhteenkuuluvuuden keskiarvo oli 0,05 yksikköä korkeampi ( $ka = 4,38$ ,  $kh = 0,54$ ) kuin tyttöjen ( $ka = 4,33$ ,  $kh = 0,55$ ). Riippumattomien otosten t-testin perusteella ero oli tilastollisesti merkitsevä ( $p < 0,05$ ).

## 6 Pohdinta

### 6.1 Aineisto

Aineiston vahvuutena voidaan pitää suurta vastausmäärää, mikä mahdollistaa ryhmien väliset vertailut ja lisää tutkimuksen tilastollista luotettavuutta. Suuren vastaajamäärän voidaan katsoa myös vähentävän satunnaisvaihtelun vaikutusta tuloksiin ja parantavan analyysien tilastollista voimaa (Heikkilä 2014; Field 2018).

Aineiston vahvuutena voidaan pitää myös sitä, että kyselyt toteutettiin osana Huuhkaja- ja Helmaripolun tapahtumia, jolloin vastaajat olivat tutkimuksen kohderyhmää. Tämä tukee aineiston validiteettia, koska aineisto on kerätty aidossa toimintaympäristössä (Hirsjärvi ym. 2009).

Mahdollisena rajoitteena voidaan kuitenkin pitää sitä, että aineisto edustaa vain Huuhkaja- ja Helmaripolkuun osallistuvia pelaajia. Pelaajat ovat valikoituneet tapahtumiin oman osamisen ja seuratoimintansa perusteella, mikä saattaa vaikuttaa siihen, että aineistossa korostuvat tavoitteellisesti harjoittelevat ja motivoituneet pelaajat tai, että aineistosta on jäänyt pois pelaajia, jotka ovat kokeneet haasteita sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kanssa eivätkä ole tämän vuoksi osallistuneet tapahtumaan. Tällainen valikoituminen voi rajoittaa tulosten yleistettävyyttä laajemmin kaikkiin samanikäisiin jalkapalloilijoihin (Vehkalahti 2019).

Tutkimukseen voi liittyä myös vastausharhaa, joka on tyypillinen kyselytutkimuksen rajoite. Vastaajat saattavat antaa sosiaalisesti toivottuja vastauksia erityisesti silloin, kun kysely liittyy omaan toimintaympäristöön (Heikkilä 2014). Tässä tutkimuksessa vastaaminen tapahtui Huuhkaja- ja Helmaripolun tapahtumissa, mikä on voinut vaikuttaa siihen, että sosiaalista yhteenkuuluvuutta arvioitiin keskimääräistä myönteisemmin. Toisaalta suuri vastausmäärä vähentää yksittäisten vastausten vaikutusta kokonaisuuteen.

Tutkimuksen aikana ei havaittu oleellista aineistokatoa. Vastaajien määrä pysyi suurena molempina mittausajankohtina ja oli suurempi vuonna 2025. Tämä tukee aineiston luotettavuutta ja vähentää systemaattisen kato-ongelman riskiä.

Tutkimuksen ulkoista validiteettia voidaan pitää hyvänä, koska aineisto oli kerätty Huuhkaja- ja Helmaripolun tapahtumissa ja vastaajamäärä oli suuri. Tulosten yleistämisessä koko suomalaisiin nuoriin jalkapalloilijoihin tulee kuitenkin noudattaa varovaisuutta, koska aineisto edustaa tiettyä pelaajaryhmää. Kokonaisuutena aineisto soveltuu kuitenkin hyvin tutkimuksen tavoitteeseen tarkastella sosiaalista yhteenkuuluvuutta kyseisessä toimintaympäristössä. Tutkimusta voidaan pitää ulkoiselta validiteetiltaan riittävänä tutkimuksena kohdejoukon näkökulmasta.

## 6.2 Menetelmät

Tutkimuksessa käytettiin määrällistä tutkimusmenetelmää, koska tavoitteena oli tarkastella sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tasoa sekä muuttujien välisiä yhteyksiä suuresta aineistosta. Määrällinen lähestymistapa soveltui tutkimukseen hyvin, koska aineisto koostui standardoiduista Likert-asteikollisista kyselyvastauksista, jotka mahdollistivat tilastollisten analyysimenetelmien käytön (Heikkilä 2014).

Sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja kilpailusuuntatuneisuutta tarkasteltiin summamuuttujien avulla. Summamuuttujien muodostamista voidaan pitää perusteltuna, koska useasta väittämästä muodostettu muuttuja kuvaa tutkittavaa ilmiötä luotettavammin kuin yksittäinen väittämä. Mittareiden sisäistä johdonmukaisuutta arvioitiin Cronbachin alfa -kertoimen avulla summamuuttujien reliabiliteetin tarkastelemiseksi (Field 2018).

Tutkimuksessa käytettiin riippumattomien otosten t-testiä ryhmien välisten erojen tarkasteluun sekä Pearsonin korrelaatiokerrointa muuttujien välisten yhteyksien analysointiin. Valittujen menetelmiä voitiin pitää sopivina, koska summamuuttujia käsiteltiin jatkuvina muuttujina ja aineiston suuri koko mahdollisti parametriset testit, vaikka muuttujat eivät täysin täyttäneet normaalijakautuneisuuden oletusta (Heikkilä 2014).

Mahdollisina systemaattisina virhelähteinä voidaan pitää itsearviointiin perustuvaa kyselymenetelmää. Vastaajat saattavat arvioida kokemuksiaan myönteisemmin sosiaalisen toimittavuuden vaikutuksesta, mikä voi johtaa tulosten lievään positiiviseen vinoumaan. Lisäksi kyselyn toteuttaminen tapahtumaympäristössä on voinut vaikuttaa vastausten sävyyn siten, että vastaajat arvioivat kokemuksiaan todellista myönteisemmin.

Satunnaisvirhettä voi syntyä yksittäisten vastaajien tulkinnoista kysymyksistä tai vastaustilanteeseen liittyvistä tekijöistä. Suuri vastaajamäärä kuitenkin vähentää satunnaisvirheen vaikutusta kokonaisuuteen, koska yksittäisten vastausten vaikutus keskiarvoihin jää pieneksi (Field 2018).

Tutkimuksen sisäistä validiteettia voidaan pitää hyvänä, koska käytetyt analyysimenetelmät vastasivat tutkimuskysymyksiin ja mittareiden reliabiliteetti oli hyvä. Lisäksi analyysimenetelmät olivat linjassa muuttujien mittaustason kanssa. Kokonaisuutena tutkimusmenetelmiä voidaan pitää tutkimusongelmaan nähden tarkoituksenmukaisina ja tutkimuksen sisäistä validiteettia riittävänä.

## 6.3 Tulokset

Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden korkea keskiarvo viittaa siihen, että pelaajat kokevat oman joukkueensa päivittäisen toimintaympäristön ja motivaatioilmaston sosiaalisesti

myönteisenä. Tämä on merkittävää pelaajakehityksen näkökulmasta, koska myös viitekehityksen mukaan korkean sosiaalisen yhteenkuuluvuuden on todettu tukevan nuorten urheilijoiden viihtymistä, sitoutumista ja pitkäjänteistä kehittymistä urheilussa (Ntoumanis 2001; Rottensteiner 2015).

Tutkimuksen keskeinen havainto oli, että kilpailusuuntautuneisuus ei ollut yhteydessä sosiaaliseen yhteenkuuluvuuteen. Tulos poikkeaa osittain aiemmasta tutkimustiedosta, jonka mukaan kilpailusuuntautunut motivaatioilmasto voi heikentää joukkueen sosiaalista ilmapiiriä ja yhteenkuuluvuuden kokemusta nuorten urheilussa (Cantón ym. 2021; Ommundsen ym. 2005). Tulokset kuitenkin viittaavat siihen, että kilpailullinen toimintaympäristö ei automaattisesti heikennä sosiaalista yhteenkuuluvuutta, mikäli ympäristö on psykologisesti turvallinen ja tukee yksilön kokemusta ryhmään kuulumisesta sekä myönteisistä sosiaalisista suhteista (Deci & Ryan 2000; Ryan & Deci 2017). Käytännön näkökulmasta havainto on merkittävä, sillä se viittaa siihen, että valmennuksessa voidaan samanaikaisesti kehittää pelaajien kilpailullisia valmiuksia ja ylläpitää myönteistä joukkueilmapiiriä.

Sukupuolten väliset erot sosiaalisessa yhteenkuuluvuudessa olivat tilastollisesti merkitseviä, mutta keskiarvojen erot jäivät pieniksi. Tämä viittaa siihen, että sosiaalisen yhteenkuuluvuus oli korkealla tasolla sekä tyttöjen että poikien ryhmissä. Tulokset ovat osittain samassa linjassa aiemman tutkimustiedon kanssa, jossa tyttöjen on havaittu kokevan tehtäväsuuntautuneen ja sosiaalisesti tukevan motivaatioilmaston merkityksellisempänä kuin poikien (Moreno Murcia, Cervelló & González-Cutre 2008; Morales-Sánchez ym. 2022). Tässä tutkimuksessa havaittiin kuitenkin, että pojilla sosiaalisen yhteenkuuluvuuden taso oli hieman korkeampi, mikä poikkeaa osittain aiemmista tutkimushavainnoista.

Tulokset tukevat myös näkemystä siitä, että sukupuolten väliset erot motivaatioilmaston kokemuksissa eivät ole pysyviä, vaan ne voivat muotoutua valmennuskäytäntöjen ja joukkueen toimintakulttuurin kautta (Morales-Sánchez ym. 2022). On mahdollista, että joukkueiden päivittäiset toimintaympäristöt ja valmennuskäytännöt tukevat sosiaalista yhteenkuuluvuutta tasapuolisesti molemmissa sukupuolissa, mikä voi selittää havaittujen erojen pienuuden. Näin ollen valmennuslinjauksilla, ilmapiirillä ja joukkueen toimintatavoilla näyttää olevan keskeinen merkitys siinä, miten yhteenkuuluvuus rakentuu nuorten urheilijoiden keskuudessa.

Tulosten käytännön merkitys liittyy erityisesti valmentajakoulutuksen ja toimintaympäristöjen kehittämiseen. Tuloksia voidaan hyödyntää valmennuksen kehittämisessä siten, että sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tukeminen nähdään keskeisenä osana laadukasta motivaatioilmastoa. Lisäksi tulokset voivat tukea valmentajien tietoisuutta siitä, että kilpailullisuus ja positiivinen ryhmäilmapiiri eivät ole toisiaan automaattisesti poissulkevia tekijöitä.

On kuitenkin tärkeää ottaa huomioon, että tällaisen tasapainon saavuttaminen edellyttää tietoista ja suunnitelmallista valmennusta, jotta kilpailullisuus ei heikennä sosiaalista yhteenkuuluvuutta.

Vaikka tutkimuksessa havaittiin tilastollisesti merkitseviä eroja sosiaalisessa yhteenkuuluvuudessa eri mittausajankohtien ja sukupuolten välillä, keskiarvojen erot olivat pieniä. Käytännön näkökulmasta tämä tarkoittaa, että pelaajien kokemukset ovat pysyneet melko yhtenäisinä ja korkealla tasolla, eikä havaittu muutos viittaa merkittäviin eroihin arjen valmennustilanteissa. Esimerkiksi 0,05–0,07 yksikön erot Likert-asteikolla eivät todennäköisesti näy konkreettisina muutoksina joukkueen toiminnassa, vuorovaikutuksessa tai pelaajien kokemassa ilmapiirissä.

Suuren aineiston vuoksi pienet erot voivat muodostua tilastollisesti merkitseviksi, vaikka niiden käytännön merkitys olisi rajallinen. Tämä korostaa sitä, että valmennuksen kehittämisessä ei tule tehdä johtopäätöksiä pelkästään tilastollisen merkitsevyyden perusteella, vaan tarkastella myös vaikutuksen suuruutta. Tässä tutkimuksessa tulokset viittaavat siihen, että merkittäviä kehittämistarpeita ei sosiaalisen yhteenkuuluvuuden osalta ilmene.

Käytännön tasolla tulokset tukevat näkemystä, että valmennuksen keskeinen tehtävä ei ole korjata suuria puutteita, vaan ylläpitää jo olemassa olevaa myönteistä ilmapiiriä. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi vuorovaikutuksen jatkuvaa tukemista, joukkueen yhteishengen vahvistamista sekä yksilöllisten tarpeiden huomioon ottamista. Näin pienetkin erot voidaan ymmärtää osana luonnollista vaihtelua, eikä merkkeinä olennaisista ongelmista sosiaalisen yhteenkuuluvuuden osalta motivaatioilmastossa.

Tulosten poikkeaminen aiemmasta tutkimustiedosta voi liittyä myös käytettyihin mittareihin ja siihen, miten sosiaalinen yhteenkuuluvuus on tässä tutkimuksessa operationalisoitu. Tässä tutkimuksessa yhteenkuuluvuutta tarkasteltiin rajatun summamuuttujan avulla, mikä ei välttämättä kata kaikkia ilmiön ulottuvuuksia. Lisäksi on mahdollista, että käytetty mittari painottaa erityisesti joukkueen toiminnallista yhtenäisyyttä, jolloin tulokset voivat poiketa tutkimuksista. Tämä voi osaltaan selittää myös sitä, miksi sukupuolten väliset erot jäivät tässä tutkimuksessa melko vähäisiksi.

On kuitenkin otettava huomioon, että tarkasteltu aikaväli on rajallinen, eikä se välttämättä paljasta pidemmän aikavälin kehityssuuntia. On mahdollista, että erot voisivat korostua tai muotoutua selkeämmin pidemmän seurannan aikana, mikä korostaa jatkotutkimusten merkitystä.

## 6.4 Jatkotutkimusaiheet

Tämän tutkimuksen perusteella voidaan tunnistaa useita jatkotutkimusaiheita, jotka syvensisivät ymmärrystä nuorten jalkapalloilijoiden kehitysympäristöstä.

Ensimmäinen jatkotutkimusaihe liittyy motivaatioilmaston muiden osa-alueiden tarkempaan analyysiin. Tässä tutkimuksessa keskityttiin erityisesti sosiaalisen yhteenkuuluvuuden ja kilpasuuntautuneisuuteen, mutta aineisto sisälsi myös muita keskeisiä osa-alueita. Jatkossa olisi perusteltua tarkastella näiden osa-alueiden välisiä yhteyksiä ja niiden merkitystä kokonaisvaltaisen motivaatioilmaston muodostumisessa. Tämä voisi tuottaa syvempää tietoa siitä, mitkä tekijät selittävät sosiaalisen yhteenkuuluvuuden korkeaa tasoa. Lisäksi jatkotutkimuksessa olisi tärkeää tarkastella kilpailusuuntautuneisuuden ja sosiaalisen yhteenkuuluvuuden välistä yhteyttä pidemmällä aikavälillä, jotta voidaan ymmärtää, miten nämä tekijät kehittyvät ja mahdollisesti vaikuttavat toisiinsa ajan kuluessa.

Toinen jatkotutkimusaihe liittyy kansainväliseen vertailuun. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin ainoastaan suomalaisia seuroja ja pois rajattiin kansainväliset seurat. Olisi kiinnostavaa vertailla suomalaisten ja kansainvälisten seurojen motivaatioilmastoa ja sosiaalista yhteenkuuluvuutta. Tällainen vertailu voisi tuottaa arvokasta tietoa valmennuskulttuurien eroista ja kehittämismahdollisuuksista suomalaisessa pelaajakehityksessä.

Kolmantena jatkotutkimusaiheena voidaan esittää yksilötason tarkastelu tavoiteorientaation avulla. Tässä tutkimuksessa analyysi tehtiin pääosin ryhmätasolla, mutta aineisto mahdollistaa myös yksilökohtaisen tarkastelun. Olisi perusteltua tutkia, miten yksilön tavoiteorientaatio on yhteydessä hänen kokemukseensa motivaatioilmastosta.

## 7 Johtopäätökset

Tulokset osoittavat, että 12–15-vuotiaat suomalaisseurojen pelaajat kokevat sosiaalisen yhteenkuuluvuuden omissa joukkueissaan pääosin vahvana ja vakaana eri mittausajankohdina. Tämä viittaa siihen, että joukkueiden päivittäinen toimintaympäristö tukee nuorten pelaajien psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia osana heidän urheilullista kehitystään.

Keskeinen havainto oli, että kilpailusuuntautuneisuus ei ollut yhteydessä sosiaaliseen yhteenkuuluvuuteen. Tulos poikkeaa osittain aiemmasta tutkimustiedosta, jonka mukaan kilpailusuuntautunut motivaatioilmasto voi heikentää joukkueen sosiaalista ilmapiiriä ja yhteenkuuluvuuden kokemusta nuorten urheilussa (Cantón ym. 2021; Ommundsen ym. 2005). Tämän tutkimuksen perusteella kilpailullisuus ja myönteinen ryhmädynamiikka eivät kuitenkaan näyttäisi olevan toisiaan poissulkevia tekijöitä Huuhkaja- ja Helmaripolun tutkimukseen osallistuneiden jalkapallojoukkueiden toimintaympäristöissä. On mahdollista, että joukkueiden valmennuskäytännöt ja sosiaalista yhteenkuuluvuutta tukevat toimintamallit tasapainottavat kilpailullisuuden vaikutuksia.

Sukupuolten välillä havaittiin vain pieniä eroja sosiaalisessa yhteenkuuluvuudessa, mikä viittaa siihen, että toimintaympäristö tukee melko tasapuolisesti positiivisen ilmapiirin muodostumista eri pelaajaryhmissä. Vaikka osa eroista oli tilastollisesti merkitseviä, niiden käytännön merkitys jäi vähäiseksi.

Kokonaisuutena tutkimus vahvistaa käsitystä siitä, että laadukas motivaatioilmasto muodostuu sekä sosiaalisista että tavoitteellisista tekijöistä. Tuloksia voidaan hyödyntää erityisesti valmentajakoulutuksen ja nuorten pelaajakehityksen kehittämisessä.

## Lähteet

- Ames, C. 1992. Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. Teoksessa Roberts, G. C. (toim.) *Motivation in Sport and Exercise*. Human Kinetics, 161–176. Viitattu 25.2.2026.
- Cantón, E., Berengüí, R., Castejón, M. A., Campos-Salinas, J. A. & Carralero, R. 2021. Values, motivational orientation and team cohesion amongst youth soccer players. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 17(5), 1049–1058. Viitattu 24.1.2026. Saatavilla: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/17479541211055690>
- Conroy, D. E. & Coatsworth, J. D. 2007. Assessing autonomy-supportive coaching strategies in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 671–684. Viitattu 16.12.2025. Saatavilla: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1469029206001348?via%3Dihub>
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. 2000. The “what” and why of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. Viitattu 12.2.2026. Saatavilla: [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. 1985. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press. Viitattu 26.2.2026. Saatavilla: <https://link.springer.com/book/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Degabriele, E. & McGuire, C. 2023. How to harness the power of team cohesion in sport. SIRC. Viitattu 16.12.2025. Saatavilla: <https://sirc.ca/articles/harness-power-team-cohesion/>
- Duda, J. L. & Balaguer, I. 2007. Coach-created motivational climate. Teoksessa Jowett, S. & Lavallee, D. (toim.) *Social psychology in sport*, 117–130. Champaign, IL: Human Kinetics. Viitattu 26.2.2026. Saatavilla: <https://us.humankinetics.com/products/social-psychology-in-sport?srsId=AfmBOooa1V5r7H0WQ9f5z9I7fG0T1m4IQ7y0jv6fQ0i7j9s9X1kT8w2F>
- Ebbeck, V. & Becker, S. L. 1994. Psychosocial predictors of goal orientations in youth soccer. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65(4), 355–362. Viitattu 25.1.2026. Saatavilla: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7886285/>
- Edmondson, A. 1999. Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350–383. Viitattu 10.2.2026. Saatavilla: <https://journals.sagepub.com/doi/10.2307/2666999>
- Eerikkilä. 2026. Huuhkaja- ja Helmaripolku. Viitattu 5.5.2026. Saatavilla: <https://www.eerikkila.fi/huuhkaja-ja-helmaripolku/>

- Field, A. 2018. *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*. London: Sage.
- Gencer, E. & Öztürk, A. 2018. Goal orientation and motivational climate in university student-athletes. *Asian Journal of Education and Training*, 4(4), 290–294. Viitattu 27.1.2026. Saatavilla: <https://doi.org/10.20448/journal.522.2018.44.290.294>
- Heikkilä, T. 2014. *Tilastollinen tutkimus*. Helsinki: Edita.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Tammi.
- Jaakkola, T., Wang, C. K. J., Soini, M. & Liukkonen, J. 2015. Students' perceptions of motivational climate and enjoyment in Finnish physical education: A latent profile analysis. *Jyväskylän yliopisto*. Viitattu 27.1.2026. Saatavilla: <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/46084>
- Jaakkola, T., Ntoumanis, N. & Liukkonen, J. 2016. Motivational climate, goal orientation, perceived sport ability, and enjoyment within Finnish junior ice hockey players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 26(1), 109–115. Viitattu 3.3.2026. Saatavilla: <https://doi.org/10.1111/sms.12410>
- Kaarlela, M. 2024. *Autonomiaa tukeva valmennus huippu-urheilussa*. Pro gradu -tutkielma. Oulun yliopisto. Viitattu 6.12.2025. Saatavilla: <https://oulurepo.oulu.fi/bitstream/handle/10024/47792/nbnfioulu-202402131743.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Korhonen, J. 2017. *Psyykkisen valmennuksen kehittäminen lapsuusvaiheen jalkapallossa*. Opinnäytetyö, liikunnanohjaaja (AMK). Kajaanin ammattikorkeakoulu, Kajaani. Viitattu 24.10.2025. Saatavilla: [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/122920/Korhonen\\_Jukka.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/122920/Korhonen_Jukka.pdf?sequence=1)
- Lipin, N. & Luc, M. 2022. Cultivating a mastery climate in youth sport. *SIRC*. Viitattu 24.11.2025. Saatavilla: <https://sirc.ca/articles/mastery-climate-youth-sport/>
- Morales-Sánchez, V., Caballero-Cerbán, M., Postigo-Martín, C., Morillo-Baro, J. P., Hernández-Mendo, A. & Reigal, R. E. 2022. Perceived motivational climate determines self-confidence and precompetitive anxiety in young soccer players: Analysis by gender. *Sustainability*, 14(23), 15673. Viitattu 30.1.2026. Saatavilla: <https://www.mdpi.com/2071-1050/14/23/15673>
- Moreno Murcia, J. A., Cervelló, E. & González-Cutre, D. 2008. Relationships among goal orientations, motivational climate and flow in adolescent athletes: Differences by gender.

The Spanish Journal of Psychology, 11(1), 181–191. Viitattu 24.1.2026. Saatavilla: <https://doi.org/10.1017/S1138741600004224>

Nicholls, J. G. 1989. The competitive ethos and democratic education. Cambridge, MA: Harvard University Press. Viitattu 25.2.2026. Saatavilla: <https://catalogue.nla.gov.au/Record/432572>

Ntoumanis, N. 2001. A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. British Journal of Educational Psychology, 71(2), 225–242. Viitattu 10.2.2026. Saatavilla: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11449934/>

Ommundsen, Y., Roberts, G. C., Lemyre, P.-N. & Miller, B. W. 2005. Peer relationships in adolescent competitive soccer: Associations to perceived motivational climate, achievement goals and perfectionism. Journal of Sports Sciences, 23(9), 977-989. Viitattu 24.1.2026. Saatavilla: <https://doi.org/10.1080/02640410500127975>

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2018. Liikuntapoliittinen selonteko eduskunnalle. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:47. Viitattu 3.3.2026. Saatavilla: <https://okm.fi/documents/1410845/4449678/Valtioneuvoston+selonteko+liikuntapolitiikasta.pdf/16b4a853-180b-ad4f-0127-e3065b616912/Valtioneuvoston+selonteko+liikuntapolitiikasta.pdf?t=1540461511000>

Palloliitto. 2025. Harrastaminen. Viitattu 10.12.2025. Saatavilla: <https://www.palloliitto.fi/harrastaminen/>

Palloliitto. 2026. Huuhkaja- ja Helmariliiga. Viitattu 5.5.2026. Saatavilla: <https://www.palloliitto.fi/huuhkaja-helmariliiga>

Palloliitto. 2026. Missio, Visio ja Strategia. Viitattu 25.3.2026. Saatavilla: <https://www.palloliitto.fi/missio-visio-ja-strategia?tab=missio-ja-visio>

Pentti, S. 2020. Liikuntamotivaatiotekijöiden yhteys koululiikunnassa viihtymiseen. Pro gradu -tutkielma. Lapin yliopisto. Viitattu 26.2.2026. Saatavilla: <https://lada.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/64204/Pro%20gradu%20-%20Sami%20Pentti.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Reinboth, M. & Duda, J. L. 2004. The motivational climate, perceived ability, and athletes psychological and physical well-being. The Sport Psychologist, 18(3), (237-251). Viitattu 26.2.2026 Saatavilla: [https://www.researchgate.net/publication/229444145\\_The\\_Motivational\\_Climate\\_Perceived\\_Ability\\_and\\_Athletes%27\\_Psychological\\_and\\_Physical\\_Well-Being](https://www.researchgate.net/publication/229444145_The_Motivational_Climate_Perceived_Ability_and_Athletes%27_Psychological_and_Physical_Well-Being)

- Rottensteiner, C. 2015. Young Finnish athletes' participation in organized team sports. *Studies in Sport, Physical Education and Health*, 228. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 10.2.2026. Saatavilla: [https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx\\_123456789\\_47738](https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_47738)
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. 2000. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. Viitattu 10.2.2026. Saatavilla: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. 2017. *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: Guilford Press. Viitattu 10.2.2026. Saatavilla <https://www.guilford.com/excerpts/ryan.pdf?t=1>
- Sage, L. & Kavussanu, M. 2008. Goal orientations, motivational climate, and prosocial and antisocial behavior in youth football: Exploring their temporal stability and reciprocal relationships. *Journal of Sports Sciences*, 26(7), s. 717–732. Viitattu 30.1.2026 Saatavilla: <https://doi.org/10.1080/02640410701769716>
- Soini, M., Liukkonen, J., Watt, A. P., Yli-Piipari, S. & Jaakkola, T. 2014. Factorial validity and internal consistency of the motivational climate in physical education scale. *Journal of Sport Science and Medicine*, 13(1), 137-144. Viitattu 24.1.2026. Saatavilla: <http://www.jssm.org/vol13/n1/19/v13n1-19pdf.pdf>
- Soini, S. 2023. Turvallinen harrastusympäristö lasten ja nuorten jalkapallossa: näkökulmina sosiaalinen vastuullisuus ja psykologinen turvallisuus. Liikunnan yhteiskuntatieteiden kandidaatintutkielma. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 6.12.2025. Saatavilla: <https://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-202311238043>
- Sonneveld, R. 2023. Psychological Safety in the Sports World. Coaching with perspective. Viitattu 6.12.2025. Saatavilla: <https://www.renesonneveld.com/post/psychological-safety-in-the-sports-world>
- Sullivan, B. 2022. Motivational Climates. 3 points by Brian Sullivan. Viitattu 24.11.2025. Saatavilla: <https://3points.substack.com/p/motivational-climates>
- Tossavainen, A. 2022. Lasten valmennuksen laatu -blogi: Motivaatioilmasto lasten urheilussa - osa 1. Suomen palloliitto. Viitattu 24.10.2025 Saatavilla Saatavilla: <https://www.palloliitto.fi/ajankohtaista/lasten-valmennuksen-laatu-blogi-motivaatioilmasto-lasten-urheilussa-osa-1>
- Leki-futis. 2025. Valmennuslinjaus 11v11. Viitattu 8.12.2025. Saatavuus Saatavilla: <https://www.lekifutis.fi/valmennuslinjaus-11v11/>

Varhelahti, M. 2025. Valmennuksenpäällikön tilannekatsaus – toukokuu 2025. FC TPS. Viitattu 8.12.2025. Saatavilla: <https://fc.tps.fi/uutiset/valmennuspaallikon-tilannekatsaus-toukokuu-2025/>

Vehkalahti, K. 2019. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsinki: Helsingin yliopisto. Viitattu 5.4.2026. Saatavilla <http://hdl.handle.net/10138/305021>

Zhao, Z., Liu, Y. & Chen, F. 2025. The relationship between soccer participation and team cohesion for adolescents: A chain-mediated effect of athlete engagement and collective self-esteem. *Behavioural Sciences*, 15(2), 155. Viitattu 24.1.2026. Saatavilla: <https://doi.org/10.3390/bs15020155>



### Sitoumus Eerikkilän Urheiluopiston hallinnoiman tutkimusaineiston käytön ehdoista

Allekirjoittaneelle Jaakko Oksanen luovutetaan rajattu käyttöoikeus Eerikkilän Urheiluopiston tutkimusaineiston käyttöön alla kuvattua käyttötarkoitusta varten. Sitoumuksella ei rajoiteta Eerikkilän Urheiluopiston oikeutta luovuttaa vastaavia käyttöoikeuksia myös muille tahoille. Tutkimusaineiston on kerännyt Eerikkilän Urheiluopisto, joka säilyttää omistus-, hallinta- ja tekijänoikeutensa kaikkeen käytettäväksi luovuttamaansa aineistoon. Aineisto luovutetaan ilman yksilöityjä henkilötietoja, sisältäen kuitenkin vastaajien seuratiedot.

Allekirjoittaneena sitoudun noudattamaan aineiston käytössä seuraavia ehtoja:

- Käytän aineistoa hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti ja ainoastaan ilmoittamaani käyttötarkoitukseen, joka on "Huuhkaja- ja Helmaripolun juniorijoukkueiden (12-15v) motivaatioilmaston ja tavoiteorientaation analyysi" – YAMK opinnäytetyöhön, LAB-ammattikorkeakouluun. Käytön jälkeen palautan aineiston Eerikkilän Urheiluopistolle ja/tai hävitän sen itseltäni/omilta tallennusvälineiltäni sovitun päivämäärään 1.7.2027 mennessä.
- Huolehdin aineiston säilyttämisestä ja käytössä tietoturvallisuudesta ja vastaan siitä, että aineisto ei ole muiden henkilöiden tai tahojen saatavilla. En kopioi aineistoa, enkä luovuta sitä kolmannelle osapuolelle.
- Huolehdin aineiston säilyttämisestä ja käytössä sekä aineistosta julkistettavissa tuloksissa niiden henkilöiden ja tahojen tietosuojasta, joita koskevia tietoja aineisto sisältää. En pyri tunnistamaan tietosuojaan rikkovalla tavalla aineiston tietoihin liittyviä henkilöitä tai tahoja.
- Ilmoitan luovuttajan antaman lähdeviittauksesta kaikissa julkaisuissa, joissa aineistoa käytetään.
- Sitoudun lähettämään kopion aineiston pohjalta laatimistani julkaisuista/valmiista opinnäytetyöstä Sakari Holopaiselle ([sakari.holopainen@eerikkila.fi](mailto:sakari.holopainen@eerikkila.fi)) hyväksyttäväksi ennen julkaisua.

Luovutettavat aineistot: Motivaatioilmasto- sekä tavoiteorientaatiokyselyiden kysymykset ja tulokset.

Edellä tarkoitettu aineiston käyttö on rajoitettua riippumatta siitä, onko se saatu kirjallisessa tai sähköisessä muodossa, vai onko se paljastettu suullisesti, visuaalisesti taikka muulla tavoin.

Tästä sitoumuksesta on kaksi samasisältöistä kappaletta, yksi kullakin osapuolella

Päiväys 2.12.2025

Käyttöoikeuksien luovuttajan allekirjoitus

Sakari Holopainen  
Kokonaisvaltaisen valmistuksen asiantuntija  
Eerikkilän Urheiluopisto  
[sakari.holopainen@eerikkila.fi](mailto:sakari.holopainen@eerikkila.fi)

Aineiston käyttäjän allekirjoitus

Jaakko Oksanen  
Puhelin: 0400455241  
Sähköposti: [jaakko.oksanen@student.lab.fi](mailto:jaakko.oksanen@student.lab.fi)  
Postiosoite: Kylänevantie 6 A 15 00320 Helsinki  
Mahdollisen ohjaajan nimi ja organisaatio:  
Kari Kauranen Lut/Lab

EERIKKILÄ

eerikkila.fi

### **Motivaatioilmasto**

**Kun pelaan futsalia/jalkapalloa/salibandya, tunnen itseni onnistuneimmaksi silloin, kun... Valitse sinuun parhaiten sopiva vaihtoehto (1-5). 1= Täysin eri mieltä, 2= Eri mieltä, 3= Ei samaa, eikä eri mieltä, 4= Samaa mieltä, 5= Täysin samaa mieltä**

#### **Tehtäväsuuntautunut**

1. Pelaajilla on tärkeää yrittää parhaansa harjoituksissa
2. Pääasia on, että kehitymme vuosi vuodelta omissa taidoissamme
3. Uuden oppiminen kannustaa meitä oppimaan yhä enemmän
4. Pelaajille on tärkeää yrittää parantaa omia taitojaan
5. On tärkeää jatkaa yrittämistä, vaikka olisi tehnyt virheitä

#### **Kilpailusuuntautunut**

1. Pelaajilla on tärkeä näyttää muille olevansa parempia harjoituksissa kuin toiset
2. Harjoituksissa pelaajat vertaavat suorituksiaan toisten suorituksiin
3. Pelaajilla on tärkeää onnistua muita pelaajia paremmin
4. Harjoituksissa pelaajat kilpailevat suorituksissa toistensa kanssa

#### **Autonomiataukeva**

1. Pelaajalla on mahdollisuus osallistua omien tavoitteidensa määrittämiseen
2. Pelaajalla on mahdollisuus vaikuttaa omatoimisen harjoittelun sisältöön
3. Pelaajalla on mahdollisuus tehdä omia valintoja ja päätöksiä harjoitteiden sisällä (esim. minne liikun, minne syötän)
4. Pelaajilla on mahdollisuus kysyä valmentajilta harjoitteiden tavoitteista ja toteutuksesta
5. Pelaajalla on mahdollisuus osallistua joukkueen yhteisten pelisääntöjen ja toimintatapojen määrittämiseen
6. Valmentaja ilmaisee luottamuksensa pelaajien kykyihin onnistua
7. Valmentaja arvostaa pelaajia
8. Valmentaja rohkaisee kysymään kysymyksiä ja aidosti kuuntelee pelaajia (esim. varmistaa, että pelaajat ovat ymmärtäneet ja ottaa huomioon pelaajien mielipiteet)

**Sosiaalinen yhteenkuuluvuus**

1. Joukkueemme on yhtenäinen
2. Joukkueemme on yhtenäinen toimiessaan harjoituksissa
3. Pelaajat todella toimivat yhtenä joukkueena
4. Harjoituksissa pelaajat "puhaltavat yhteen hiileen"

**Harjoituksista nauttiminen**

1. Pelaajat pitävät harjoituksista
2. Harjoituksissa on hauskaa
3. Harjoitukset tuovat pelaajille iloa
4. Pelaajat nauttivat harjoituksista

**Voittamista tukeva**

1. Pelaajilla on tärkeää, että oma joukkue voittaa pienpelit harjoituksissa
2. Pelaajat yrittävät voittaa jokaisen kaksinkamppailutilanteen harjoituksissa
3. Pelaajat tekevät kaikkensa voittaakseen pienpelit harjoituksissa
4. Pelaajille on tärkeää voittaa jokainen pelitilanne harjoituksissa

**Psykologinen turvallisuus**

1. Harjoituksissa uskalletaan haastaa itseään ja tehdä virheitä
2. Jos harjoituksissa tehdään virheitä, niin niitä ei käytetä pelaajaa vastaan
3. Harjoituksissa uskalletaan avoimesti nostaa esiin vaikeitakin asioita ja haasteita
4. Pelaajat uskaltavat sanoa, että he eivät osaa jotain ja pyytää apua
5. Pelaajat uskaltavat olla oma itsensä tässä joukkueessa
6. Pelaajien on helppo mennä puhumaan valmentajalle eri asioista

**Harjoituksen laatutekijät**

1. Harjoituksissa on selkeä tavoite
2. Pelaajat antavat joka päivä parhaansa
3. Harjoitukset ovat sopivan haastavia (juuri mukavuusalueeni ulkopuolella)
4. Harjoituksissa on tärkeää keskittyä täysillä oleelliseen (tehtävään asiaan)
5. Harjoituksissa saadaan säännöllisesti palautetta omasta tekemisestä ja sen kehittämisestä
6. Harjoituksissa on paljon varioituja toistoja (harjoiteltua tavoitetta toistetaan riittävästi eri tavoin)
7. Valmentaja pitää huolen, että harjoituksen laatutekijät toteutuvat harjoituksissa (selkeä tavoite, parhaansa antaminen, sopiva haaste, täysi keskittyminen, säännöllinen palaute ja varioidut toistot)