



VALMENTAJAKYSELY



Minna Blomqvist,
Kaisu Mononen ja
Kirsi Hämäläinen

KIHUn julkaisusarja, nro 71
ISBN 978-952-7290-12-5
ISSN 2489-8317

Minna Blomqvist, Kaisu Mononen ja Kirsi Hämäläinen

VALMENTAJAKYSELY 2019

Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU

KIHUn julkaisusarja, nro 71

Copyright © Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU, 2020

ISBN 978-952-7290-11-8 (painettu)

ISBN 978-952-7290-12-5 (verkkojulkaisu)

ISSN 2489-8309 (painettu)

ISSN 2489-8317 (verkkojulkaisu)

Kaikki oikeudet pidätetään. Tämän julkaisun tai sen osan jäljentäminen ilman tekijän kirjallista lupaa painamalla, monistamalla, äänittämällä tai muulla tavoin on tekijänoikeuslain mukaisesti kielletty.

Jyväskylä 2020

SISÄLLYS

PÄÄHAVAINNOT.....	4
1 JOHDANTO	6
2 TIEDON KERUU JA ANALYSOINTI.....	7
3 TULOKSET.....	8
3.1 Taustatiedot.....	8
3.2 Valmentajuus ja valmentajakokemus	10
3.3 Valmentajien koulutustausta	15
3.4 Valmennuksen nykytila.....	20
Nykyinen valmennustehtävä	21
Valmentaminen tehtävänä ja valmentajan kokonaishyvinvointi	28
3.5 Osaamisen kehittäminen.....	33
Koulutus osaamisen kehittäjänä	33
Osaamisen kehitystarpeet.....	36
Oppimistilanteet ja oppimisen lähteet osaamisen kehittäjinä	39
Valmentajana kehittymisen haasteet.....	41
3.6 Kuvaus valmennustoiminnan keskeyttäneistä tai lopettaneista	44
4 JOHTOPÄÄTÖKSET.....	47
LIITE 1. Kyselyn vastaajat lajeittain (N=2608)	50
LIITE 2. Liitetaulukot	52
LIITE 3. Liitekuviot	60
LIITE 4. Kyselylomake.....	66

PÄÄHAVAINNOT

Tämä julkaisu esittelee laajan suomalaisvalmentajille suunnatun kyselyn tuloksia, jonka aineisto on kerätty kesä-elokuussa 2019. Kyselyyn vastasi kaikkiaan 2765 valmentaa 61 eri lajista.

- Kaksi kolmesta kyselyyn vastanneesta valmentajasta on miehiä. Kolmasosa kuuluu ikäluokkaan 40–49 vuotta ja neljännes on alle 30-vuotiaita. Naisilla valmentaminen painottuu nuoremmalle iälle, kun taas miesvalmentajista valtaosa on 40-vuotiaita tai sitä vanhempia. Pääosa valmentajista asuu joko puolison ja lasten kanssa (52 %) tai kaksin puolison kanssa (20 %). Yleisimmin valmentajat asuvat pääkaupunkiseudulla tai asukasluvultaan suurissa kunnissa (61 %).
- Valtaosalla valmentajista (77 %) on kilpaurheilukokemusta. Naisvalmentajat (30 %) ovat kilpailleet miehiä (19 %) useammin joko kansainvälisellä tasolla tai arvokisoissa ja täysipäiväiset (38 %) valmentajat useammin kuin osa-aikaiset (26 %) tai vapaaehtoisvalmentajat (16 %).
- Valmennustoimintaan tullaan mukaan useimmin joko oman (42 %) tai lapsen (25 %) lajiharastuksen kautta. Valtaosalla valmentajista on tavoitteena kehittyä edelleen valmentajana ja urheilijan kehittymisen seuraaminen koetaan tärkeimmäksi valmennustoiminnan jatkamiseen vaikuttavaksi tekijäksi.
- Valmentajakokemusta on keskimäärin 11 vuotta. Miesvalmentajat ovat naisia kokeneempia ja täysipäiväisesti valmentavat kokeneempia kuin osa-aikaiset tai vapaaehtoisvalmentajat. Valmentajakokemus kasvaa myös sen mukaan, mitä vanhempia tai korkeamman tason urheilijoita valmennetaan.
- Opetus- tai liikunta-alan koulutuksen on suorittanut noin kolmannes valmentajista ja korkein valmentajakoulutustaso on useimmin 1 tason koulutus (44 %). Ammatillisen valmentajakoulutuksen ovat useimmin suorittaneet kokeneimmat (48 %), kansainvälisellä tasolla (60 %) tai täysipäiväisesti toimivat (68 %) valmentajat.
- Kymmenen vastaajamäärältään suurinta lajia kattaa 77 prosenttia kyselyn kokonaisvastaajamäärästä. Eniten vastaajia on jalkapallosta (23 %) ja muita hyvin edustettuja lajeja ovat salibandy (15 %), voimistelulajit (12 %) ja jääkiekko (12 %).
- Yleisimmät valmennustehtävässä käytettävät nimikkeet ovat valmentaja (53 %) tai päävalmentaja (23 %) ja pääasiallinen toimintaympäristö on urheiluseura (90 %). Valtaosa valmentajista (60 %) toimii vapaaehtois pohjalta, miesvalmentajat (68 %) naisia useammin (43 %). Vapaaehtoisvalmentajien osuus on suurin 40–49-vuotiaiden ja osa-aikaisesti toimivien alle 30-vuotiaiden ikäluokassa.
- Valtaosalla valmennettavat ovat alle 16-vuotiaita (66 %) ja paikallis-, piiri-, aluetason tai kansallisen tason urheilijoita (74 %). Vapaaehtoisvalmentajat valmentavat yleisemmin lapsuus- ja nuoruvaiheen urheilijoita harraste tai paikallistasolla kun taas täysipäiväiset valmentavat yleisemmin aikuisurheilijoita joko kansallisella tai kansainvälisellä tasolla.

- Valmentamiseen käytetään aikaa keskimäärin 13 tuntia viikossa, miesvalmentajat naisia enemmän ja täysipäiväisesti valmentavat enemmän kuin osa-aikaiset tai vapaaehtoisvalmentajat. Valmentamiseen käytettävä aika kasvaa myös sen mukaan mitä vanhempia tai korkeamman tasoisia urheilijoita valmennetaan.
- Yleisimmät tavat hankkia valmennustyö tai -tehtävä ovat, että tehtävä on tarjottu vastaajalle (41 %) tai vastaaja on tarjoutunut työhön vapaaehtoisesti (33 %). Reilu kolmasosa saa valmennustoiminnastaan palkkatuloa (37 %) tai kulukorvauksia (35 %). Toisaalta noin puolelle valmentajista (52 %) aiheutuu valmennustoiminnasta kuluja, joita mikään taho ei korvaa.
- Näkemys valmentajan tärkeimmästä tehtävästä vaihtelee sen mukaan, minkä ikäisiä valmentavat ovat. Lapsuusvaiheessa painottuvat harjoittelemaan innostaminen ja motivaation vahvistaminen (30 %) ja aikuisurheilijoita valmennettaessa urheilijan taitojen ja urheilusuorituksen kehittäminen (39 %).
- Noin kolme neljästä (78 %) valmentajasta kokee, että oma osaamisen taso ja kokemus valmentajana sekä suhteet urheilijoihin, vanhempiin ja seuraan vaikuttavat positiivisesti heidän kokonaishyvintointiinsa.
- Lähes kaksi kolmesta (62 %) valmentajasta on osallistunut valmentajakoulutukseen edellisen vuoden aikana. Koulutuksen kustannuksiin on itse osallistunut alle viidennes valmentajista (16 %).
- Noin kaksi kolmesta (62 %) valmentajasta on suunnitellut kouluttautuvansa seuraavan vuoden aikana. Koulutusmuodoista parhaiten heidän tarpeitansa vastaavat joko yhdistetty lähi- ja verkko-opetus (24 %) tai pelkkä lähiopetus (24 %).
- Valmentajien kehittymistarpeet ovat moninaisia ja vaihtelevat toiminnan perusteen mukaan. Vapaaehtoisvalmentajilla suurin tarve on kehittyä lajitiedoissa ja -taidoissa sekä harjoittelun suunnittelussa ja täysipäiväisillä valmentajilla psykologiassa, pedagogiikassa ja didaktiikassa.
- Valmentajan osaamisen kehittyminen erilaisissa oppimistilanteissa perustuu vahvasti kokemuksen kautta oppimiseen. Käytetyimpiä ja tärkeimpiä oppimistilanteita ovat työskentely ja vuorovaikutus muiden valmentajien kanssa, valmennettavilta saatava palaute sekä omien ideoiden testaaminen ja kokeileminen käytännön arkivalmennuksessa.
- Koulutukseen osallistumista vaikeuttavat eniten ajan puute sekä työ- ja siviilielämän asettamat haasteet. Muita kehittymistä tai uralla etenemistä vaikeuttavia tekijöitä ovat taloudellisen tuen puute, tiedon tai osaamisen puute, osaamisen aliarvostus, kokemuksen puute sekä olosuhteiden tai välineiden puute tai sopimattomuus.
- Valmennustoiminnan on keskeyttänyt tai lopettanut 153 vastaajaa, joista reilu kolmannes (38 %) on ajatellut jatkaa valmentamista seuraavan 12 kuukauden aikana. Ajan riittämättömyys ja henkilökohtaiset syyt (terveys, perhesyyt) ovat kaksi tärkeintä syytä valmentamisen keskeyttämiseen tai lopettamiseen.

1 JOHDANTO

Vaikka valmentajilla on merkittävä rooli sekä liikunnallisen elämäntavan että urheilullisen menestyksen edistäjinä, tutkimuksiin tai selvityksiin perustuvaa tietoa valmentajista on kansallisesti verrattain vähän. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus (KIHU) toteutti laajan eri tasojen ja lajien valmentajille kohdistetun kyselytutkimuksen 2009 (n=2476) ja samalle kohdejoukolle seurantakyselyn vuonna 2013 (n=712). Näiden kyselyjen pohjalta oli ensimmäistä kertaa mahdollista muodostaa yleiskuva suomalaisesta valmentajakunnasta sekä kuvata valmentajien toimintaympäristöä, toimintaa, oppimista ja kehittymistä Suomessa. Tuloksia käytettiin lähtökohtana 2012 alkaneelle valmennusosaamisen kehittämistyölle, jonka tavoitteena oli suomalaisen valmennusosaamisen kehittämisen mahdollistavien rakenteiden ja toimintojen uudistaminen. Valmennusosaamisen parissa tehtävän kehittämistyön jatkaminen on edellytys niin valmennuksen laadun kehittämiselle kuin koko urheilujärjestelmän toimivuudelle, ajatellen sekä urheilussa menestymistä että liikunnallisen elämäntavan edistämistä yhteiskunnassa.

Suomalaisen valmennusjärjestelmän toimivuus sekä laadukkaiden toimintaympäristöjen jatkuva kehittäminen edellyttävät systemaattista tiedon keräämistä eri ympäristöissä toimivien valmentajien ja ohjaajien määristä, taustoista, motiiveista, tarpeista ja kehityspoluista sekä arvoista ja asenteista. Ainoastaan säännöllisellä tiedon keruulla on mahdollista arvioida erilaisten kehittämistoimien vaikuttavuutta sekä kartoittaa, millaisia kehityskulkuja on havaittavissa ja miten ne heijastavat liikunnassa, urheilussa ja laajemmin myös yhteiskunnassa tapahtuneita muutoksia. Tiedolla johtamisen kannalta on tärkeää, että tarjolla on ajantasaista ja monipuolista tietoa valmentajista ja valmentamisesta kattaen koko liikunnan ja urheilun kirjon harrasteliikunnasta huippu-urheiluun.

Tämän hankkeen tavoitteena on muodostaa nykykuva suomalaisesta valmentajakunnasta, kuvata valmentajien toimintaa ja toimintaympäristöä sekä tuottaa uutta tietoa ja lisätä ymmärrystä valmentajien kehityspoluista, motiiveista, arvoista ja asenteista. Nykytilan kuvauksen ohella aineisto mahdollistaa myös nyt käsillä olevien tulosten tarkastelun suhteessa 2009 vastaaviin valmentajakyselyn tuloksiin.

Hanketta ovat rahoittaneet opetus- ja kulttuuriministeriö sekä Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. Hankkeen suunnittelusta, toteutuksesta ja raportoinnista on vastannut KIHU. Hankkeen yhteistyökumppaneina ovat toimineet Suomen olympiakomitea, Suomen paralympiakomitea ja Suomen valmentajat ry, Suomen ammattivalmentajat, Suomen urheilun eettinen keskus sekä lajiliitot. Yhteistyökumppaneiden päätehtävinä ovat olleet osallistuminen kyselyn sisällön suunnitteluun sekä sähköisen kyselyn vastauslinkin välittäminen omille jäsenilleen.

Raportin tulokset perustuvat 2765 valmentajan vastauksiin, jotka edustavat yhteensä 61 eri lajia (liite 1). Vastaajat edustavat nykyisen valmennustehtävänsä perusteella arvioituna melko kattavasti eri ikäisten ja tasoisten urheilijoiden valmentajia vapaaehtoisvalmentajista ammattivalmentajiin. Meillä ei ole kuitenkaan varmaa tietoa siitä, kuinka hyvin otos edustaa koko suomalaisvalmentajien joukkoa, koska kohteena olevan perusjoukon eli suomalaisvalmentajien kokonaismäärää ei tarkasti tiedetä. Tuloksia tarkasteltaessa on lisäksi huomioitava, että yleensä tämän tapaisiin kyselyihin vastaavat henkilöt saattavat jo lähtökohtaisesti olla keskimääräistä enemmän kiinnostuneita oman toimintansa ja itsensä kehittämisestä.

Vuoden 2019 valmentajakyselyn raportti koostuu johdannosta, aineiston keruun kuvauksesta, tuloksista, johtopäätöksistä sekä liitteistä. Tulosluku puolestaan on jaettu kuuteen osioon, joista ensimmäisessä luo-

daan yleiskuva vastaajista ja kahdessa seuraavassa tarkastellaan valmentajuutta, valmentajakokemusta ja -koulutusta. Neljäs osio pitää sisällä valmennustehtävän nykytilan kuvauksen, viides keskittyy valmentajien osaamisen kehittämiseen ja viimeinen osio luo yleiskuvan valmennustoiminnan lopettaneista tai keskeyttäneistä vastaajista. Jokaisen osion lopussa tarkastellaan lisäksi vertailukelpoisten kysymysten osalta tuloksia suhteessa vuoden 2009 vastaaviin tuloksiin. Osa tulostaulukoista ja kuvioista sekä alkupe-
räinen kyselylomake (liitteet 2, 3 ja 4) on liitetty ainoastaan raportin sähköiseen versioon.

2 TIEDON KERUU JA ANALYSOINTI

Suomalaisvalmentajien kokonaismäärästä ei ole tarkkaa tietoa, mutta siitä on esitetty erilaisia arvioita. Aarresolan ym. (2018¹) mukaan säännöllisesti vapaaehtoistehtävissä joko valmentajana, apuvalmentajana tai ohjaajana eri järjestöissä toimi vuonna 2018 160 000 henkilöä. Lajiliitot puolestaan arvioivat vuonna 2016 urheiluseuroissa toimineen noin 80 000 valmentajaa² ja ammattivalmentajien määrän arvioitiin samana vuonna olleen noin 1600³. Vuoden 2019 valmentajakyselyn lähtökohtana oli tavoittaa mahdollisimman laajasti eri lajeissa ja tasoilla toimivia valmentajia. Koska kohteena olevan perusjoukon eli suomalaisvalmentajien kokonaismäärä ei ole tarkasti tiedossa eikä kattavaa rekisteriä valmentajista ole olemassa, päädyttiin aineiston keruu toteuttamaan hankkeen yhteistyökumppaneiden avulla.

Vuoden 2019 valmentajakyselyn aineisto kerättiin käyttäen Webropol kyselytyökalua kesä-elokuussa 2019. Kyselyyn vastaaminen tapahtui avoimen linkin kautta anonyymisti. Avoin vastauslinkki sähköiseen suomenkieliseen kyselylomakkeeseen toimitettiin 27.5.2019 hankkeen yhteistyökumppaneille, jotka tämän jälkeen välittivät vastauslinkkiä omille jäsenilleen suoraan sähköpostilla tai hyödyntämällä jäsenistölle lähetettävää uutiskirjettä. Vastauslinkki kyselyyn oli lisäksi saatavilla useiden yhteistyökumppaneiden nettisivuilla ja sitä jaettiin myös sosiaalisen median kanavissa. Elokuun loppuun mennessä kyselyyn vastasi yhteensä 2765 valmentajaa, joista 2612 toimi valmentajana ja 153 oli keskeyttänyt tai lopettanut valmentamisen.

Vastaukset analysoitiin SPSS-tilasto-ohjelmalla. Aineiston kuvauksessa käytettiin tunnuslukuina prosentiosuuksia ja keskilukuja. Tilastollisina menetelminä käytettiin riippumattomien muuttujien t-testiä, yksisuuntaista varianssianalyysiä ja χ^2 -testiä. Riippumattomina muuttujina käytettiin vastaajan sukupuolta ja toiminnan perustetta sekä valmennettavien ikää ja tasoa. Kaikki raportoidut tulokset ovat lähtökohtaisesti tilastollisesti merkitseviä (merkitsevyystaso vähintään .05), ellei toisin mainita.

Tulokset raportoidaan ensin koko vastaajajoukon osalta ja sen jälkeen pääsääntöisesti sukupuolen ja toiminnan perusteen mukaan, mikäli näiden suhteen on vastaajajoukossa eroja. Jos aineiston tarkastelussa on käytetty lisäksi muita taustamuuttujia, kuten valmennettavien ikää ja tasoa, tulostaulukot on esitetty kokonaisuudessaan liitteessä 2. Tulosten vertailu vuoden 2009 aineistoon on tehty kuvailevalla tasolla ja ainoastaan samansisältöisten kysymysten osalta (kuviot liitteessä 3).

1 Aarresola O., Itkonen H., Salmikangas A-K, Mäkinen J. Liikunnan ja urheilun vapaaehtoistyö, osallistuminen ja jäsenyys. Teoksessa Mäkinen, J. (toim.) Aikuisväestön liikunnan harrastaminen, vapaaehtoistyö ja osallistuminen 2018. Jyväskylä, KIHUn julkaisusarja, nro 67.

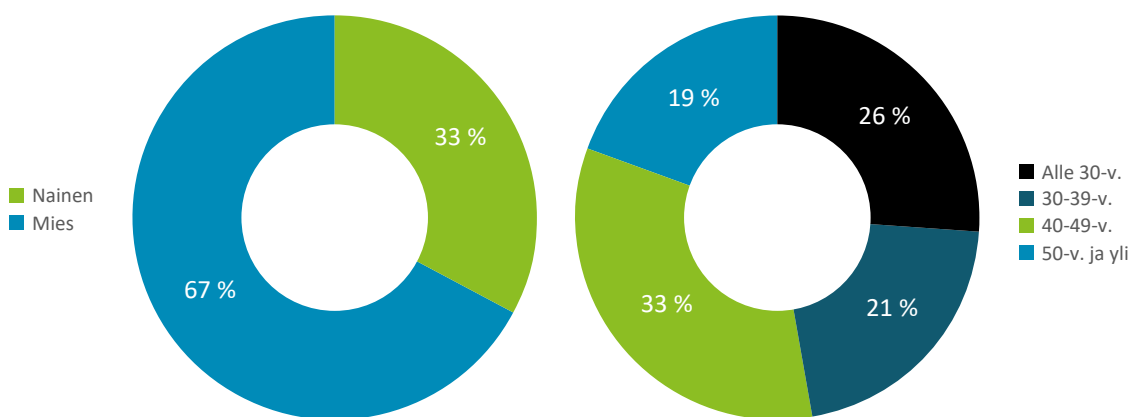
2 Härmäläinen K. Kirjallinen tiedonanto 25.1.2017.

3 Puska M., Lämsä J., Potinkara P. Valmentaminen ammattina Suomessa 2016. Jyväskylä, KIHUn julkaisusarja, nro 53.

3 TULOKSET

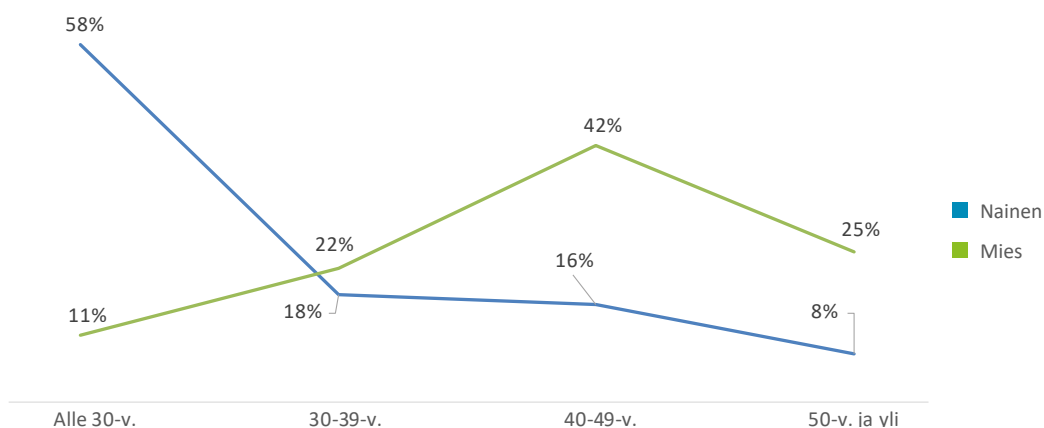
3.1 Taustatiedot

Suurin osa kyselyn vastaajista oli miehiä (67 %) (n = 1755). Naisvalmentajien osuus oli 33 prosenttia (n = 853) ja muun sukupuolisten vastaajien osuus oli alle prosentin (n = 4). Vastaajien ikäjakauma puolestaan oli melko tasainen. Hieman suurempi osa vastaajista kuului ikäluokkiin 40–49-vuotiaat (n = 875) ja alle 30-vuotiaat (n = 692) kuin 30–39-vuotiaat (n = 545) ja 50-vuotiaat tai vanhemmat (n = 500), joita oli noin viidesosa vastaajista (kuvio 1).



Kuvio 1. Vastaajien sukupuoli- ja ikäjakauma (n = 2608-2612).

Naisvalmentajista valtaosa kuului nuorimpaan ikäluokkaan (58 %), kun taas miesvalmentajista suurin osa (42 %) kuului ikäluokkaan 40–49-vuotiaat. Vanhimpaan ikäluokkaan kuului miesvalmentajista lähes joka neljäs, kun naisilla vastaava osuus oli vain 8 prosenttia (kuvio 2). Naisilla valmentaminen painottui siis nuoremmalle iälle, kun taas miesvalmentajista valtaosa oli 40-vuotiaita tai sitä vanhempia.



Kuvio 2. Vastaajien ikäjakauma sukupuolen mukaan (n = 853-1755).

Pääosa vastaajista asui yhdessä puolison kanssa. Reilu puolet vastaajista (52%) asui puolison ja lasten kanssa ja viidesosa (20 %) kaksin puolison kanssa. Vastaajista 15 prosenttia asui yksin ja 10 prosenttia asui kotona vanhempien kanssa. Yksinhuoltajia vastaajissa oli 3 prosenttia.

Korkeimpana koulutustasona yli puolella vastaajista (53 %) oli korkeakoulututkinto. Alemman korkea-koulututkinnon oli suorittanut 30 prosenttia ja ylemmän korkeakoulututkinnon 23 prosenttia vastaajista. Lukion oppimäärän tai ylioppilastutkinnon suorittaneita oli 17 prosenttia ja ammatillisen perustutkinnon suorittaneita 22 prosenttia. Vastaajista 8 prosenttia oli suorittanut peruskoulun tai vastaavan oppimäärän.

Asuinkunnan koon mukaan tarkasteltuna vastaajat asuivat yleisimmin asukasluvultaan suurissa kunnissa. Yli 50 000 asukkaan kunnassa asui 37 prosenttia, pääkaupunkiseudulla lähes neljäsosa (24 %) ja 20 000–50 000 asukkaan kunnissa reilu viidesosa (21 %) vastaajista. 5 000–20 000 tuhannen asukkaan kunnissa vastaajista asui 15 prosenttia ja alle 5 000 asukkaan kunnissa 3 prosenttia.



EROT VALMENTAJIEN TAUSTATIEDOISSA VUOTEEN 2009 VERRATTUNA

VUONNA 2019:

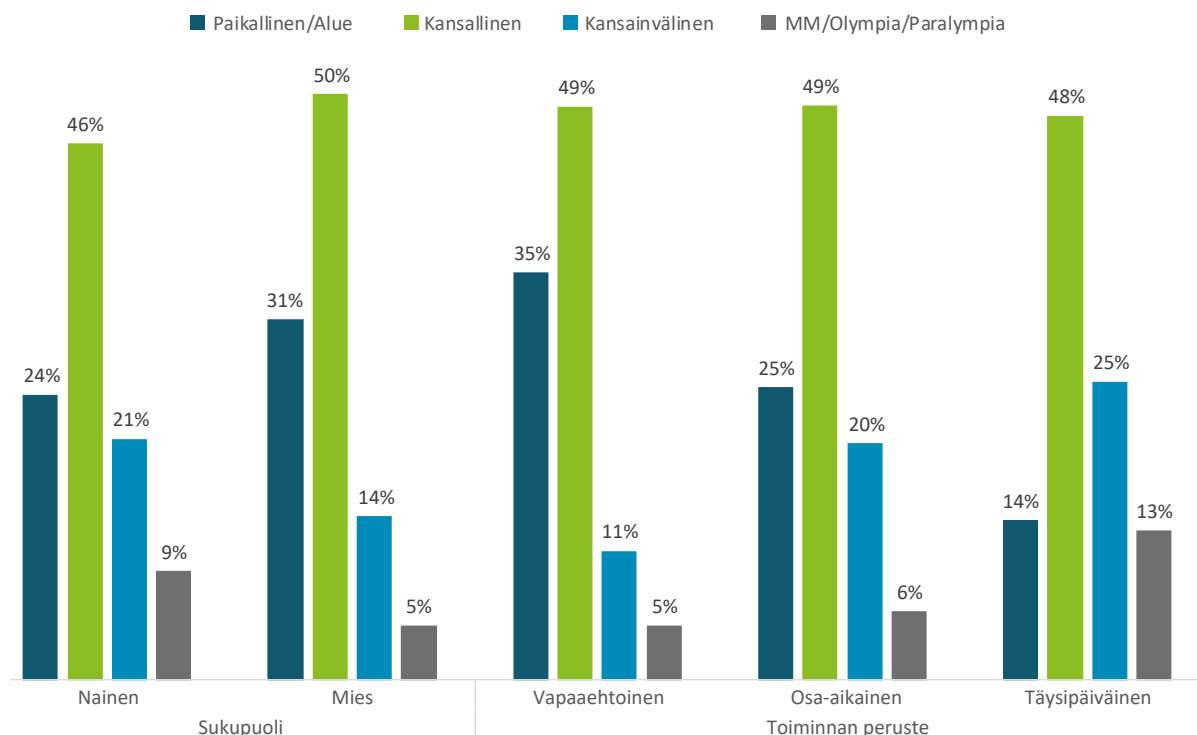
- Naisvalmentajien osuus oli suurempi (4 %)
- 30–49-vuotiaiden valmentajien osuus oli pienempi (8 %) ja 50-vuotiaiden tai sitä vanhempien osuus suurempi (8 %)
- Korkeakoulutettujen osuus oli suurempi (7 %) ja perus- tai keskiasteella koulutettujen osuus pienempi (4 %)

Liite 3, kuvat 1 ja 2

Kilpaurheilutausta valtaosalla valmentajista

Kyselyyn vastanneista valmentajista noin kolmella neljäsosalla oli kilpaurheilutausta (77 %) (n = 2014), naisilla (87 %) miehiä useammin (73 %). Täysipäiväisistä valmentajista kilpaurheilutausta oli 89 prosentilla, osa-aikaisista valmentajista 85 prosentilla ja vapaaehtoisvalmentajista 71 prosentilla.

Korkeimmillaan kansallisella tasolla oli kilpaillut 49 prosenttia ja paikallisella/piiri/alueatasolla 29 prosenttia vastaajista. Kansainvälisellä tasolla kilpailleita oli 16 prosenttia ja MM-, olympia- tai paralympiatasolla kilpailleita 6 prosenttia. Naisvalmentajat olivat kilpailleet miesvalmentajia yleisemmin kansainvälisellä tasolla tai arvokisoissa. Naisista 30 prosenttia oli kilpaillut kansainvälisellä tasolla tai arvokisoissa, kun vastaava osuus miehissä oli 19 prosenttia. Toiminnan perusteen mukaan tarkasteltuna kansainvälisellä tasolla tai arvokisoissa kilpailleiden osuus oli korkein täysipäiväisillä valmentajilla (38 %), osa-aikaisista valmentajista vastaavalla tasolla oli kilpaillut 26 prosenttia ja vapaaehtoisvalmentajista 16 prosenttia. Vastaavasti kansallisella tai sitä alemmalla tasolla oli kilpaillut täysipäiväisesti valmentavista 62 prosenttia, osa-aikaisista valmentajista 74 prosenttia ja vapaaehtoispuhjalta toimivista 84 prosenttia (kuviot 3).



Kuvio 3. Valmentajien korkein kilpaurheilutaso sukupuolen (n=734-1270) ja toiminnan perusteen (n=330-1092) mukaan.



EROT VALMENTAJIEN KILPAURHEILUTAUSTASSA VUOTEEN 2009 VERRATTUNA

VUONNA 2019:

- Kilpaurheilutaustaisten valmentajien osuus oli pienempi (6 %)
- Paikallisella/alueellisella tasolla tai arvokisoissa kilpailleiden osuus oli pienempi (3 %) ja kansainvälisellä tasolla kilpailleiden osuus suurempi (3 %)

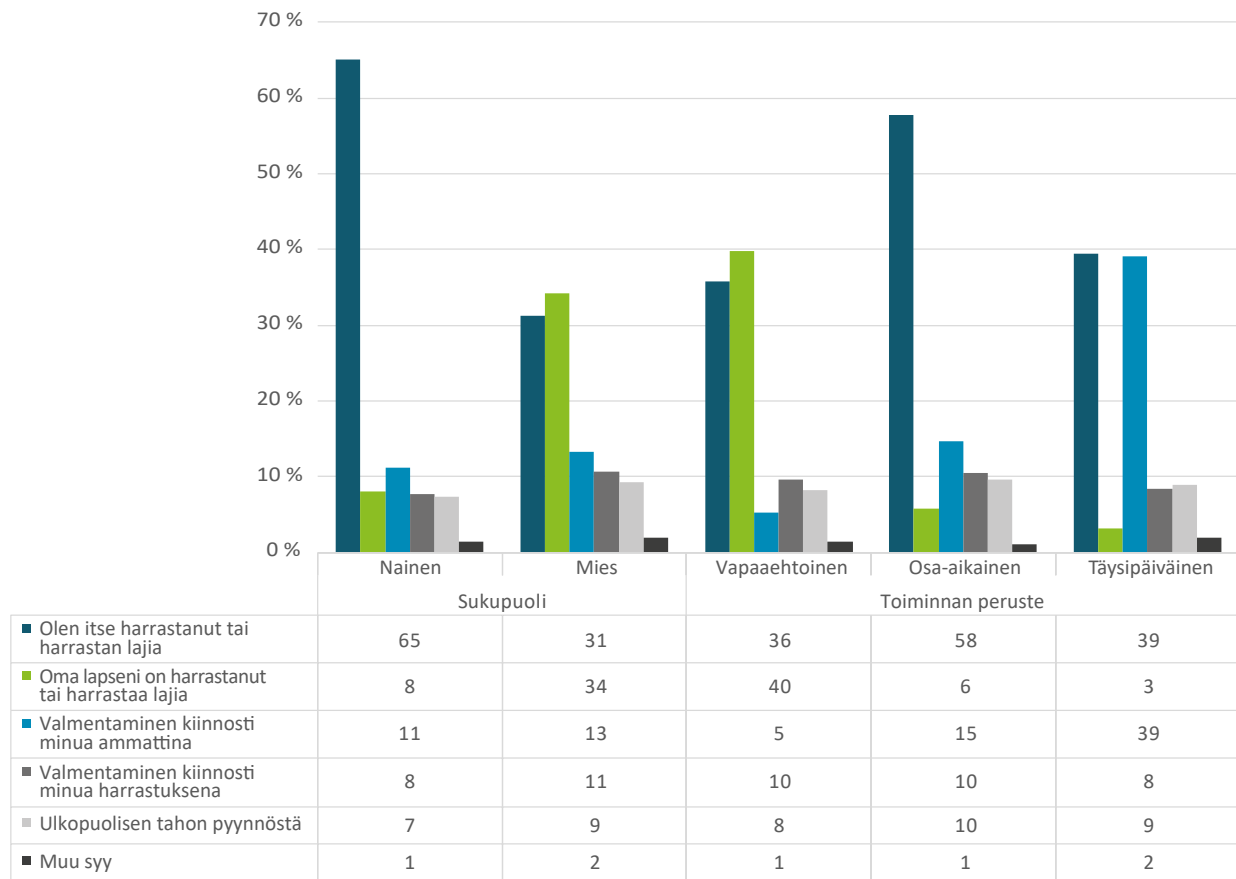
Liite 3, kuvio 3

3.2 Valmentajuus ja valmentajakokemus

Oma lajiharrastusta tai lapsen harrastusta ohjaa valmentajan polulle

Valmennustoiminnan aloittamisen tärkeimmäksi syyksi 42 prosenttia vastaajista ilmoitti oman lajiharrastustaan. Oman lapsen harrastuksen myötä valmennustoimintaan mukaan oli tullut neljännes (25 %) vastaajista. Hieman harvemmin valmennustoiminnan aloittamisen tärkeimmäksi syyksi valittiin sen kiinnostavuus ammattina (13 %) tai harrastuksena (10 %), että oli aloittanut valmennustoiminnan ulkopuolisen tahon pyynnöstä (9 %) tai muusta syystä (1 %). Tärkeimmät aloittamisen syyt erosivat sekä sukupuolen että toiminnan perusteen mukaan (kuvio 4). Naisten kohdalla aloittamisen syy oli miehiä yleisemmin oma lajiharrastusta ja miehillä taas oman lapsen lajiharrastusta. Osa-aikaisilla val-

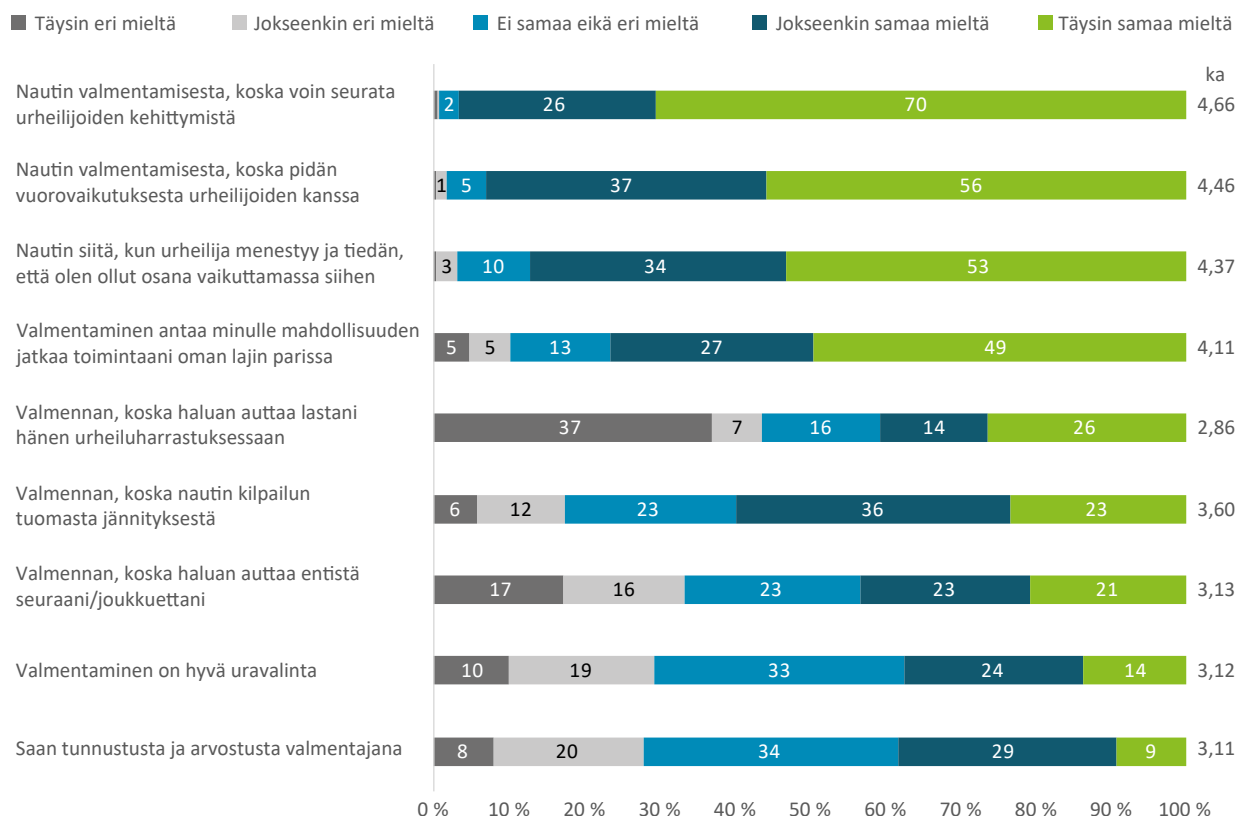
mentajilla tärkein valmennustoiminnan aloittamisen syy oli muita yleisemmin oma lajiharrastustausta, vapaaehtoisvalmentajilla oman lapsen lajiharrastus ja täysipäiväisillä se, että valmentaminen oli kiinnostanut ammattina. Liitteessä 2 (taulukko 1) on esitetty eri valmennustoiminnan aloittamisen tärkeimmät syyt kaikkien taustamuuttujien (sukupuoli, toiminnan peruste, valmennettavien ikä ja taso) osalta.



Kuvio 4. Valmennustoiminnan aloittamisen syyt sukupuolen (n = 853-1755) ja valmennustoiminnan perusteen (n = 371-1552) mukaan.

Urheilijan kehittyminen motivoi jatkamaan valmennustoimintaa

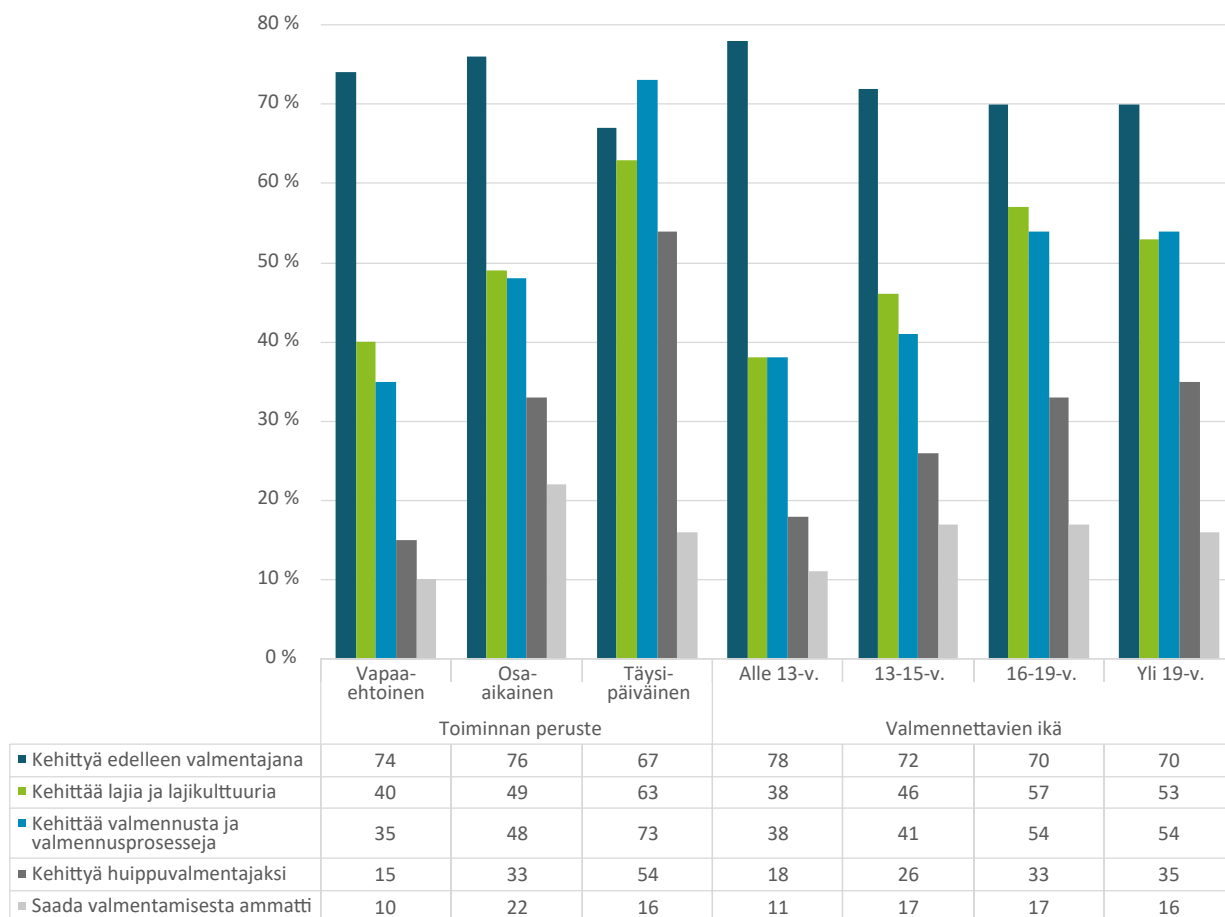
Valmennustoiminnan jatkamiseen vaikuttavia tekijöitä kartoitettiin pyytämällä vastaajia arvioimaan kuviossa 5 esitettyjä väittämiä 5-portaisella asteikolla (1=täysin eri mieltä... 5=täysin samaa mieltä). Valmennustoiminnan jatkamiseen vaikuttavat tekijät liittyivät valtaosalla vastaajista (87-96 %) nautinnon tunteeseen, jota valmentamisesta oli saanut joko seuraamalla urheilijoiden kehittymistä (ka 4,66), olemalla vuorovaikutuksessa urheilijoiden kanssa (ka 4,46) tai tunteesta, että oli ollut osaltaan vaikuttamassa urheilijan menestykseen (ka 4,37). Noin kolme neljästä vastaajasta piti valmennustoiminnan jatkamisen kannalta tärkeänä sitä, että valmentaminen tarjosi mahdollisuuden jatkaa toimintaa oman lajin parissa (ka 4,11) ja kolme viidestä nautti kilpailun tuomasta jännityksestä (ka 3,60). Vähiten valmennustoiminnan jatkamiseen näyttivät vaikuttavan valmentamisen näkeminen hyvänä uravalintana (ka 3,12) tai arvostuksen ja tunnustuksen saaminen valmentajana (ka 3,11). Valmennustoiminnan jatkamiseen vaikuttaneet tekijät kaikkien taustamuuttujien (sukupuoli, toiminnan peruste, valmennettavien ikä ja taso) osalta on esitetty liitteessä 2 (taulukko 2).



Kuvio 5. Valmennustoiminnan jatkamiseen vaikuttaneet tekijät (n = 2612).

Valmentajana kehittymisen ohella tavoitteena myös lajin ja valmennuksen kehittäminen

Tiedusteltaessa valmentajauran henkilökohtaisia tavoitteita, kolme neljäsosaa (74 %) ilmoitti tavoitteekseen kehittyä edelleen valmentajana. Lähes yhtä suuri osuus ilmoitti tavoitteekseen lajin ja lajikulttuurin (46 %) sekä valmennuksen ja valmennusprosessien kehittämisen (44 %). Neljäsosa halusi kehittyä huippuvalmentajaksi (25 %), 14 prosenttia tavoitteli valmentamisesta itselleen ammattia ja ainoastaan 8 prosenttia valmentajista ei asettanut itselleen tai toiminnalleen selkeää kehittymistavoitetta, vaan aikoi jatkaa valmennustoimintaansa ennallaan. Hieman suurempi osuus naisista (79 %) kuin miehistä (71 %) valitsi tavoitteekseen kehittymisen valmentajana tai kehittymisen huippuvalmentajaksi (naiset 28 % ja miehet 24 %). Tavoitteet vaihtelivat myös sekä toiminnan perusteen että valmennettavien iän mukaan (kuvio 6). Vapaaehtoisvalmentajien sekä osa-aikaisesti valmentavien tavoitteena oli yleisimmin valmentajana kehittyminen, kun taas täysipäiväisesti toimivat valmentajat valitsivat yleisimmin tavoitteekseen valmennuksen ja valmennusprosessien kehittämisen. Huippuvalmentajaksi kehittyminen oli tavoitteena noin joka kolmannella osa-aikaisella valmentajalla ja reilulla puolella täysipäiväisesti valmentavista. Vanhempien ikäryhmien valmentajat valitsivat useammin tavoitteekseen lajin ja lajikulttuurin tai valmennuksen ja valmennusprosessien kehittämisen sekä huippuvalmentajaksi kehittymisen kuin nuorempien ikäryhmien valmentajat. Lapsuusvaiheen valmentajilla tavoite taas oli yleisimmin valmentajana kehittyminen. Valmennusuran henkilökohtaiset tavoitteet kaikkien taustamuuttujien (sukupuoli, toiminnan peruste, valmennettavien ikä ja taso) osalta on esitetty liitteessä 2 (taulukko 3).



Kuvio 6. Vastaajien henkilökohtaiset tavoitteet valmentajauralla toiminnan peruste (n = 371-1552) ja valmennettavien iän (n = 444-1117) mukaan (prosenttilukujen summa ylittää 100 %, koska vastaaja on voinut valita useita vaihtoehtoja).



EROT VALMENNUSTOIMINNAN ALOITTAMISESSA JA TOIMINNAN TAVOITTEISSA VUOTEEN 2009 VERRATTUNA

VUONNA 2019:

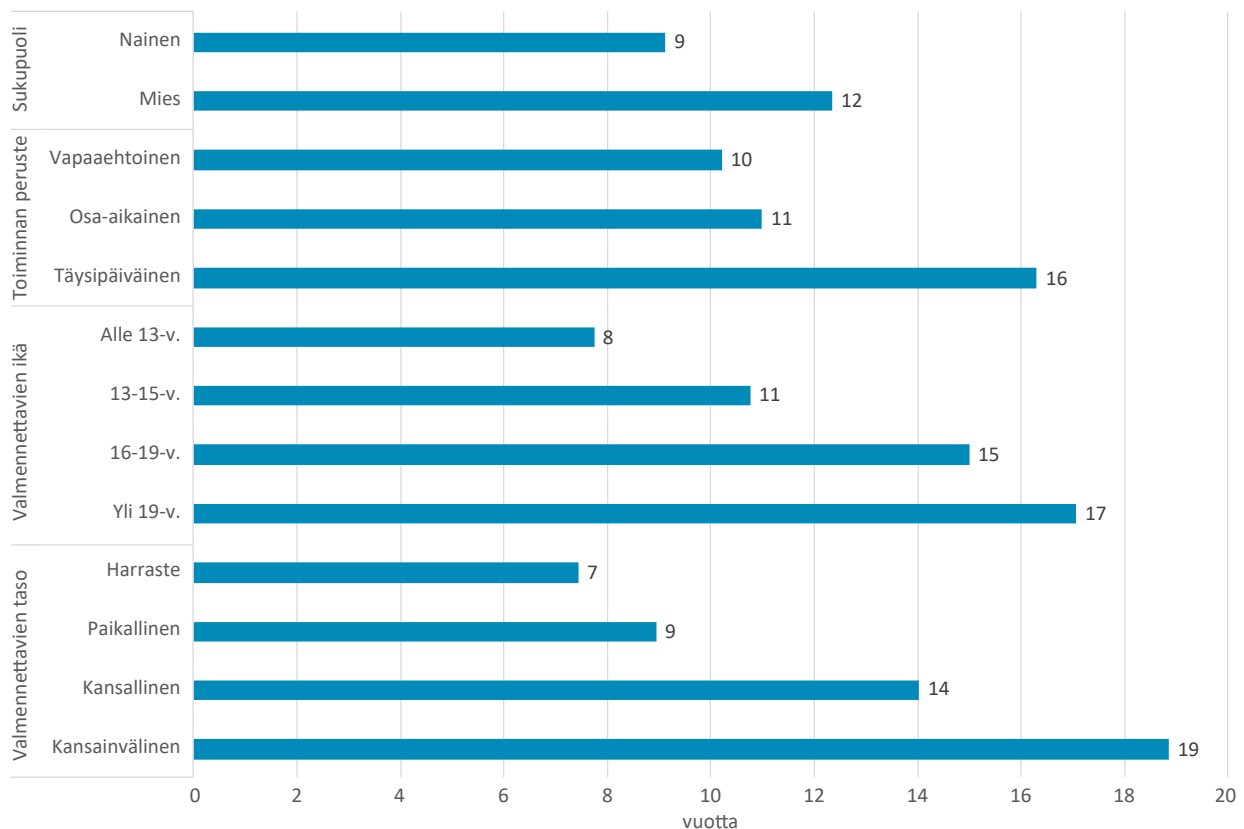
- Oman lapsen harrastus valmennustoiminnan aloittamisen syynä oli yleisempää (2 %)
- Valmennusuran tavoitteita valittiin useampia ja valmentajista suurempi osuus halusi kehittyä valmentajina (8 %), kehittää lajia ja lajikulttuuria (7 %), kehittää valmennusta ja valmennusprosesseja (13 %) tai kehittyä huippuvalmentajaksi (6 %)
- Niiden valmentajien osuus, joilla ei ollut merkittäviä kehittymistavoitteita oli pienempi (5 %)

Liite 3, kuvat 4 ja 5

Valmentajakokemusta keskimäärin 11 vuotta

Valmentajakokemusta vastaajilla oli koko valmentajauransa ajalta keskimäärin 11 vuotta (mediaani 8). Valmentajakokemuksen perusteella tehdyn luokituksen mukaan runsaalla 13 prosentilla vastaajista (n = 335) oli valmentajakokemusta korkeintaan 2 vuotta ja noin neljäsosalla (24 %) joko 3-5 vuotta (n = 631),

6-10 vuotta (n = 638) tai 11-20 vuotta (n = 613). Yli 20 vuotta valmentajakokemusta oli 15 prosentilla vastaajista (n = 395). Valmentajakokemuksen pituus vaihteli sukupuolen, toiminnan perusteen ja valmennettavien iän ja tason mukaan (kuvio 7). Miesvalmentajille oli kertynyt enemmän kokemusta kuin naisvalmentajille ja täysipäiväisillä valmentajilla oli puolestaan pidempi valmentajakokemus vapaaehtoi-
siin ja osa-aikaisiin valmentajiin verrattuna. Valmentajakokemuksen pituus oli yhteydessä myös valmen-
nettavien ikään siten, että valmentajakokemus kasvoi valmennettavien iän mukaan. Lisäksi kansallisella
ja kansainvälisellä tasolla valmentaville oli kertynyt enemmän kokemusta harraste- tai paikallistasolla
valmentaviin verrattuna.



Kuvio 7. Valmentajauran aikainen valmentajakokemus vuosina sukupuolen (n = 853-1755), toiminnan perusteen (n = 371-1552), valmennettavien iän (n = 444-1117) ja tason mukaan (n = 271-1157).



EROT VALMENTAJAKOKEMUKSESSA VUOTEEN 2009 VERRATTUNA

VUONNA 2019:

- Valmentajakokemusta oli keskimäärin vuosi enemmän.
- Kokemattomimpien (0-2 vuotta) valmentajien osuus oli suurempi (2 %)
- 3-10 vuotta valmentaneiden osuus oli pienempi (7 %) ja
kokeneimpien (yli 10 vuotta) valmentajien osuus oli suurempi (5 %)

Liite 3, kuvio 6

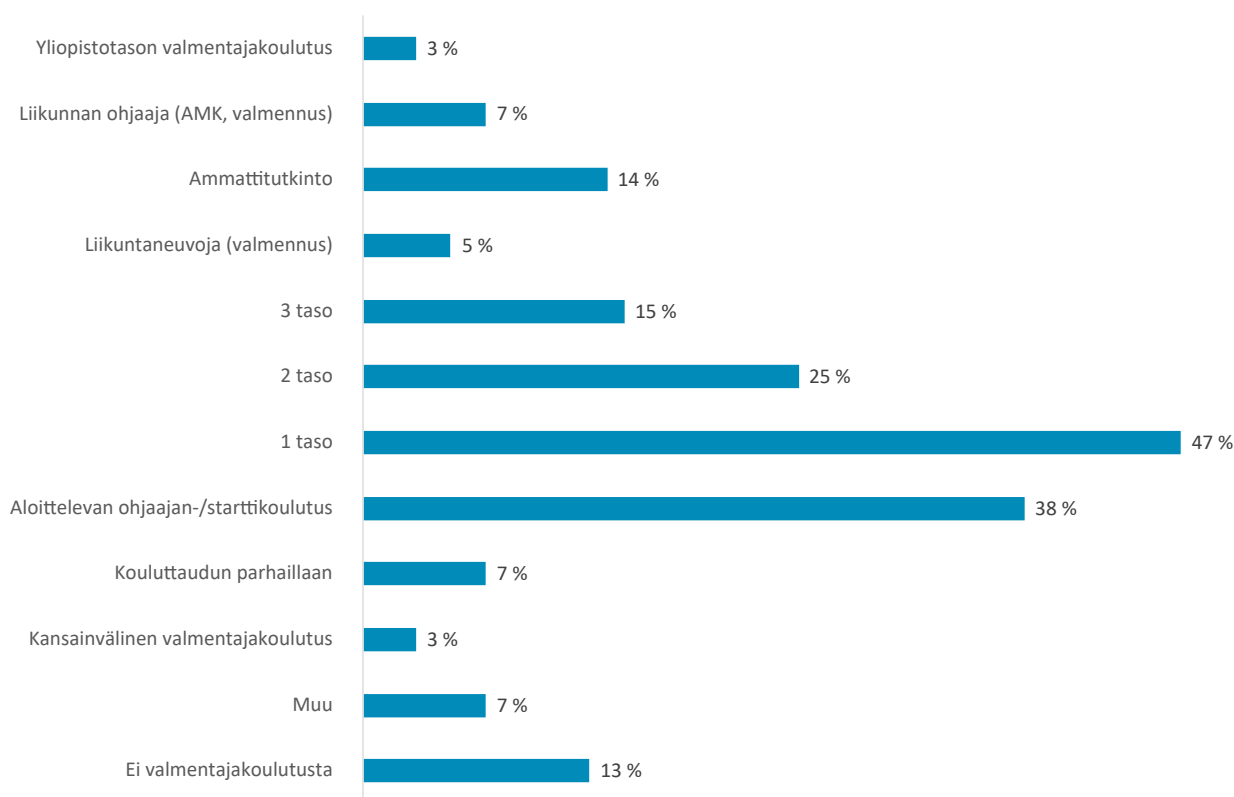
3.3 Valmentajien koulutustausta

Valmentajista kolmasosalla opetus- tai liikunta-alan tutkinto

Reilulla kolmasosalla vastaajista (35 %) oli opetus- tai liikunta-alan tutkinto. Yleisimmin opetus- tai liikunta-alan tutkinnon vastaajista olivat suorittaneet täysipäiväiset valmentajat (80 %). Osa-aikaisesti toimivista valmentajista 39 prosentilla oli opetus- tai liikunta-alan tutkinto ja vapaaehtois pohjalta toimivista 22 prosentilla. Valmennettavien iän mukaan tarkasteltuna vanhempien ikäryhmien (16–19-v. ja yli 19-v.) valmentajista puolet oli suorittanut opetus- tai liikunta-alan tutkinnon, kun 13–15-vuotiaiden ja alle 13-vuotiaiden valmentajien vastaavat osuudet olivat 32 ja 24 prosenttia.

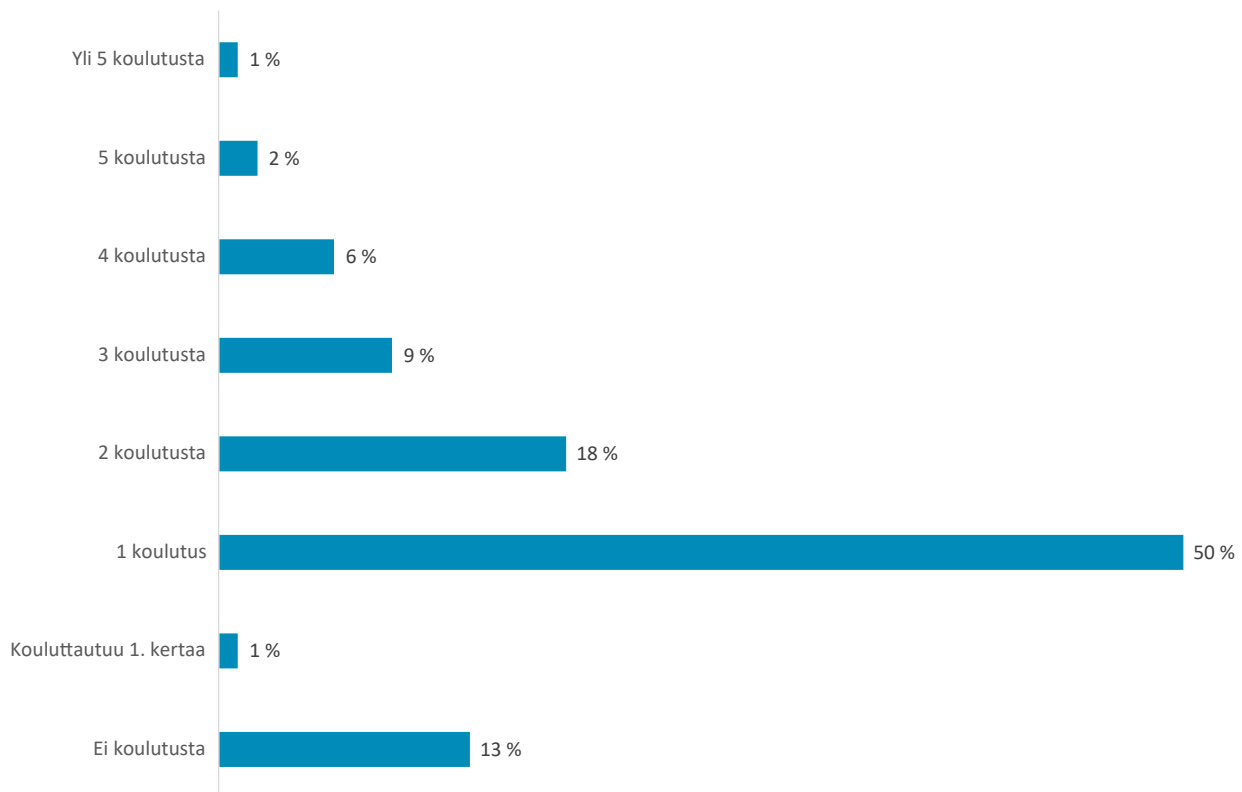
1 tason valmentajakoulutus yleisin

Kyselyyn vastanneista valmentajista 87 prosentilla oli valmentajakoulutus. Yleisin suoritettu valmentajakoulutus oli 1 tason valmentajakoulutus, jonka oli suorittanut 47 prosenttia vastaajista (kuvio 8). Seuraavaksi yleisin koulutus oli aloittelevan ohjaajan koulutus/starttikoulutus (38 %). 2 tai 3 tason valmentajakoulutus oli 40 prosentilla vastaajista ja ammatillinen valmentajatutkinto (VAT, VEAT), opisto- tai AMK-tasoinen liikunnan ohjaajan tutkinto tai yliopistotason valmentajatutkinto neljäsosalla vastaajista. Lisäksi kansainvälistä valmentajakoulutusta tai muuta koulutusta oli 10 prosentilla ja seitsemän prosenttia vastaajista kouluttautui parhaillaan. Vammaisurheilijan tai erityisliikkujan valmentamiseen liittyvää koulutusta oli kuudella prosentilla vastaajista.



Kuvio 8. Kaikki vastaajien suorittamat valmentajakoulutukset/-tutkinnot (n = 2586) (prosenttilukujen summa ylittää 100 %, koska vastaaja on valinnut kaikki suorittamansa koulutukset).

Keskimäärin valmentajat olivat suorittaneet 1,6 valmentajakoulutusta (vaihteluväli 1-8 koulutusta). Puolella vastaajista oli yksi koulutus ja lähes joka viides oli käynyt kaksi koulutusta. Kolme koulutusta tai enemmän oli noin viidesosalla vastaajista ja pieni osa kävi parhaillaan vasta ensimmäistä valmentajakoulutustaan (kuvio 9). Lähes kaksi kolmasosaa viimeksi käydyistä valmentajakoulutuksista oli suoritettu joko vuosien 2018-2019 (42 %) tai 2016-2017 (22 %) aikana. Vuosina 2011-2015 oli viimeisimmän valmentajakoulutuksensa suorittanut 19 prosenttia vastaajista ja sitä aikaisemmin 17 prosenttia.



Kuvio 9. Vastaajien valmentajakoulutusten määrä (n = 2612).

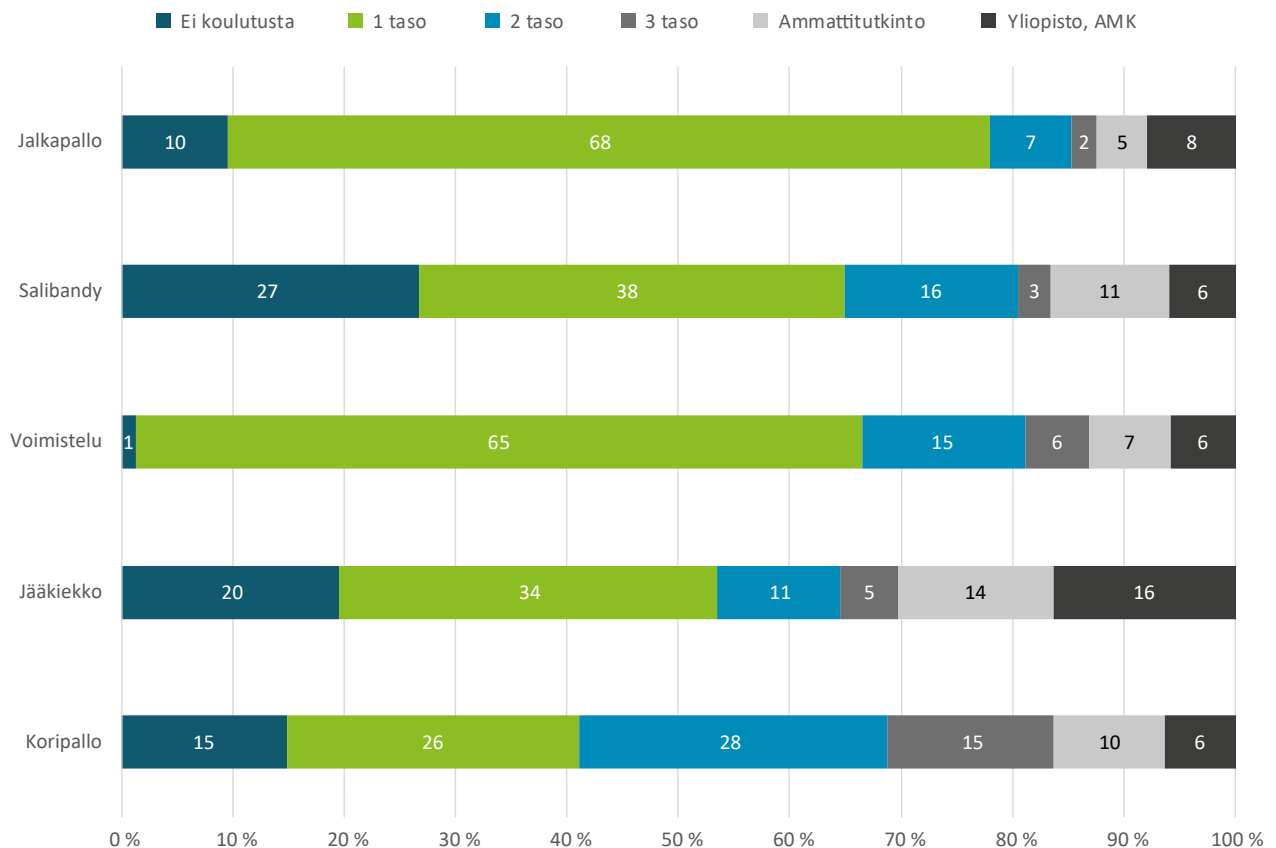
Kokeneet ja kansainvälisellä tasolla valmentavat korkeimmin koulutettuja

Valmentajakoulutuksen vaihtoehtoista muodostettiin 5-luokkaa korkeimman koulutustason tarkastelua varten. Tarkastelusta poistettiin 26 vastaajaa (1 %), jotka kouluttautuivat kyselyntekohetkellä ensimmäistä kertaa. Lisäksi aloittelevan ohjaajan koulutus/starttikoulutus yhdistettiin 1 tason koulutuksen kanssa samaan luokkaan. Vastaajien korkein valmentajakoulutustaso oli yleisimmin 1 tason koulutus (44 %). Lajiliiton 2 tai 3 tason koulutus oli korkein koulutustaso reilulla viidesosalla samoin kuin ammatillinen valmentajakoulutus (valmentajan ammattitutkinto, AMK- tai yliopistotutkinto) (taulukko 1).

Taulukko 1. Vastaajien korkein valmentajakoulutus.

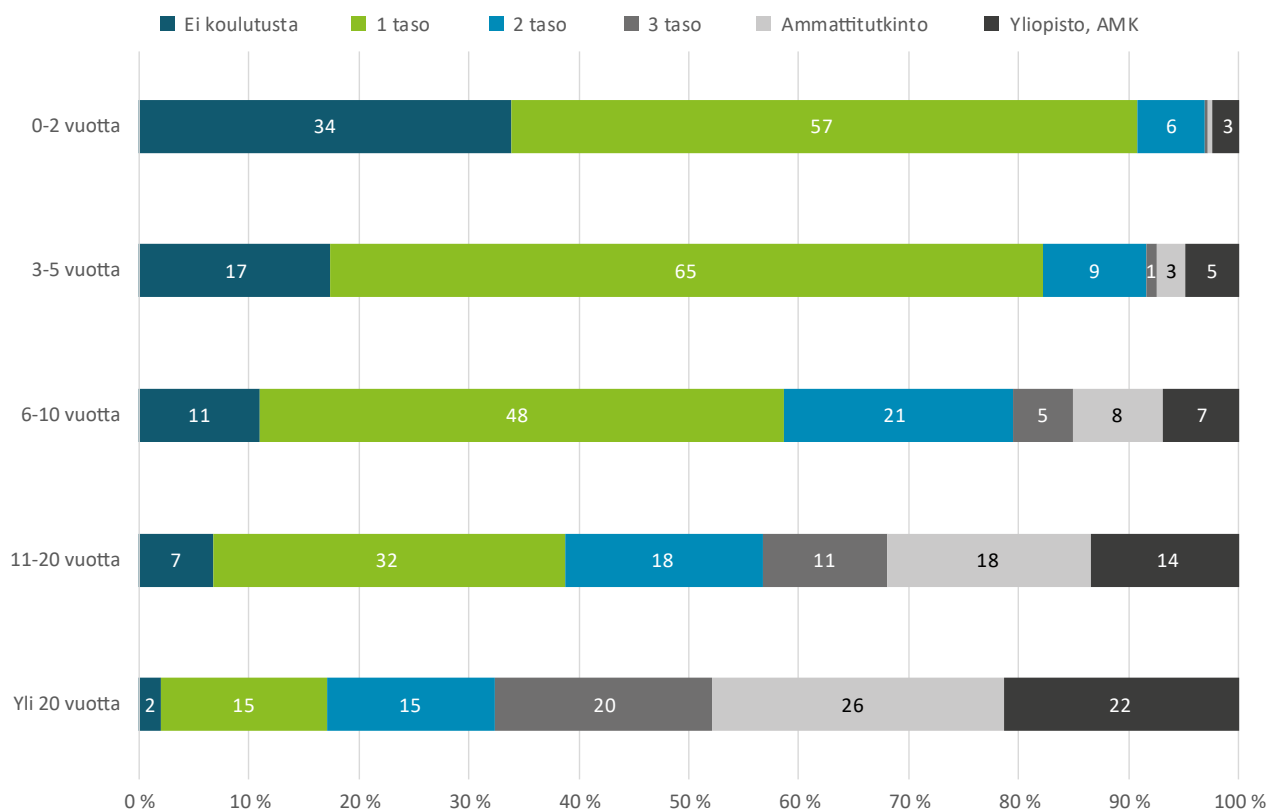
Valmentajakoulutus	Frekvenssi	%
Ei koulutusta	334	13
1 taso	1146	44
2 taso	381	15
3 taso	188	7
Ammattitutkinto	286	11
AMK, yliopisto	251	10
Yhteensä	2586	100

Vastaajien korkein koulutustaso viidessä vastaajamäärältään suurimmassa lajissa on esitetty kuviossa 10. 1 tasolla koulutettujen valmentajien osuudet olivat suurimmat jalkapallossa ja voimistelussa. Vähintään 2 tasolla koulutettujen valmentajien osuus oli suurin koripallossa (59 %) ja toiseksi suurin jääkiekossa (48 %). Salibandyssa ja voimistelussa vähintään 2 tason suorittaneita oli noin kolmasosa ja jalkapallossa reilut 20 prosenttia. Ammatillisen valmentajakoulutuksen suorittaneiden osuus oli selvästi suurin jääkiekossa (30 %) ja lähes yhtä suuri salibandyssa (17 %) ja koripallossa (16 %). Kouluttamattomien valmentajien osuudet olivat suurimmat salibandyssa ja jääkiekossa.



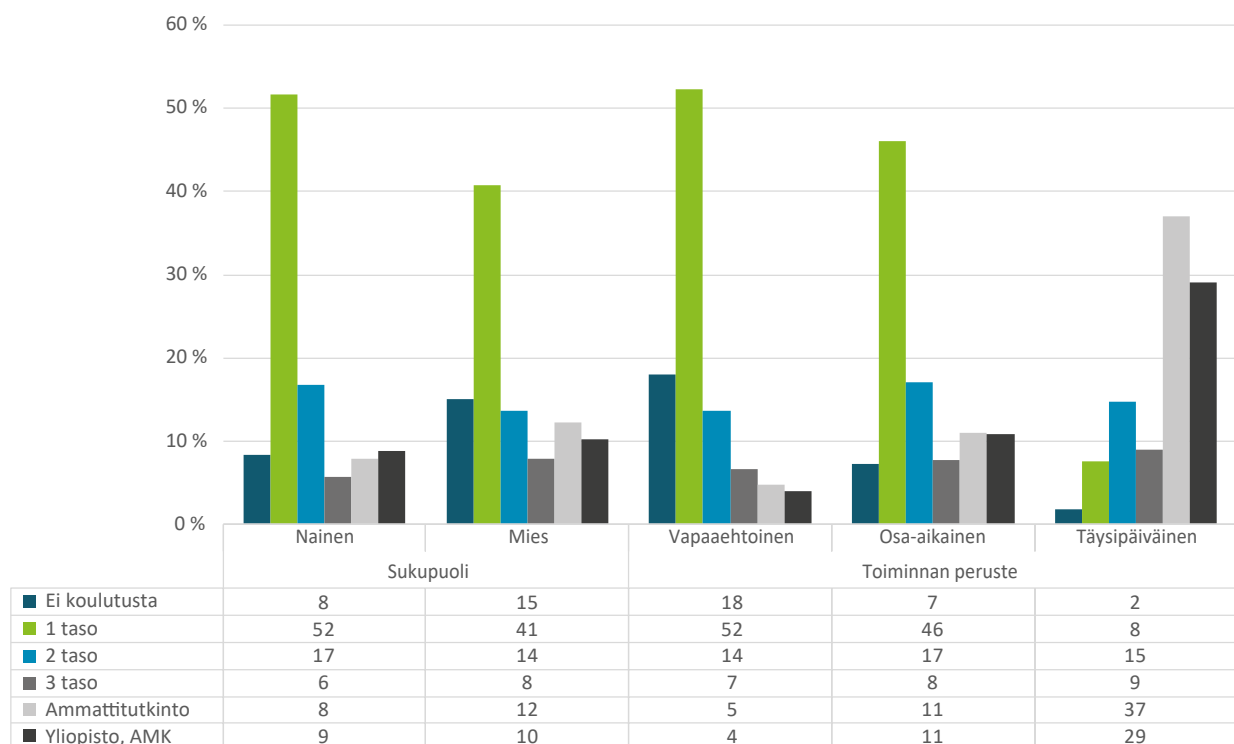
Kuvio 10. Korkein valmentajakoulutustaso viidessä vastaajamäärältään suurimmassa lajissa (n = 144-589).

Valmentajakokemus vuosina oli yhteydessä korkeimpaan valmentajakoulutuksen tasoon siten, että korkeammalla tasolla koulutettujen osuudet kasvoivat valmentajakokemuksen karttumisen myötä (kuvio 11). Kouluttamattomien (34 %) tai korkeintaan 1 tasolla kouluttautuneiden valmentajien osuus (57 %) oli selkeästi suurin vastaajilla, joilla oli kaksi vuotta tai vähemmän valmentajakokemusta. 3-5 vuotta valmentaneilla 1 tasolla koulutettujen osuus hieman kasvoi ja kouluttautumattomien valmentajien osuus pieneni. 6-10 vuotta valmentaneiden joukossa 1 taso oli korkeimpana koulutustasona vajaalla puolella ja vähintään 2 tason koulutuksen oli suorittanut 42 prosenttia. Yli 10 vuotta valmentaneissa korkein koulutustaso jakautui tasaisemmin eri koulutusvaihtoehtojen välillä. Ammatillisen valmentajakoulutuksen suorittaneiden osuus oli 11-20 vuotta valmentaneilla noin kolmasosa (32 %) ja yli 20 vuotta valmentaneilla lähes puolet (48 %).

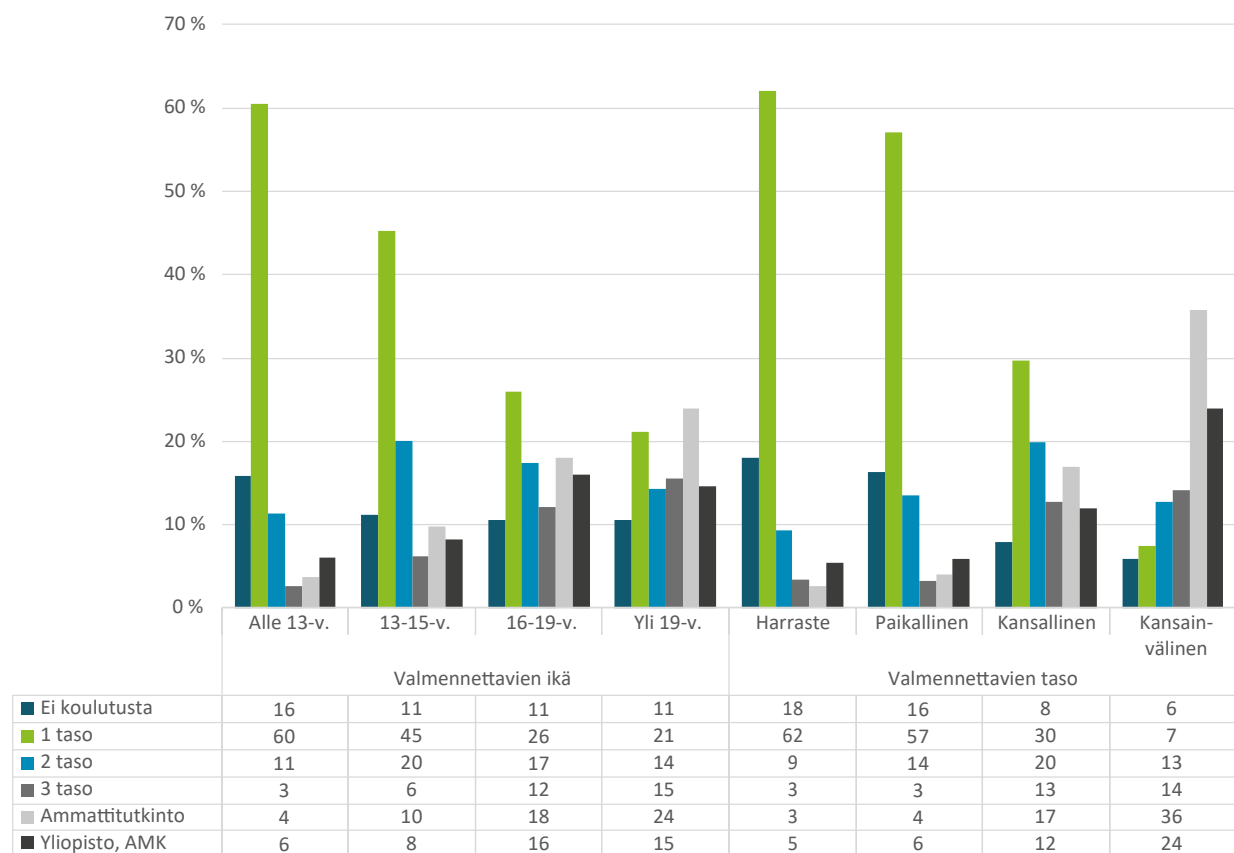


Kuvio 11. Korkein valmentajakoulutustaso valmentajakokemuksen mukaan (n = 335-638).

Korkein valmentajakoulutustaso oli yhteydessä myös sukupuoleen ja toiminnan perusteeseen (kuvio 12) sekä valmennettavien ikään ja tasoon (kuvio 13). Naisilla oli miehiä yleisemmin korkeimpana koulutustasona 1 tai 2 taso. Ammatillisissa valmentajakoulutuksissa miesten osuus (22 %) puolestaan oli vähän naisia (17 %) suurempi. Miehistä kouluttautumattomien valmentajien osuus oli naisia suurempi. Vapaaehtoisvalmentajista reilulla puolella ja osa-aikaisistakin valmentajista lähes puolella oli korkeintaan 1 tason valmentajakoulutus. Ammatillinen valmentajakoulutus taas oli yleisin täysipäiväisesti (66 %) valmentavilla. Ei kouluttautuneiden valmentajien osuus oli suurin vapaaehtoisvalmentajissa. Valmennettavien iän ja tason mukainen tarkastelu osoitti (kuvio 13), että kouluttautumattomien tai korkeintaan 1 tasolla kouluttautuneiden valmentajien osuudet olivat selvästi suurimmat nuorinta ikäryhmää (76 %) tai alemmilla tasoilla (80 % - 73 %) (harraste ja paikallinen) valmentavilla. Yli 19-vuotiaiden valmentajista 39 prosentilla ja kansainvälisellä tasolla valmentavista 60 prosentilla oli puolestaan ammatillinen valmentajakoulutus.



Kuvio 12. Vastaajien korkein koulutustaso sukupuolen (n = 842-1738) ja toiminnan perusteen (n = 365-1538) mukaan.



Kuvio 13. Vastaajien korkein koulutustaso valmennettavien iän (n = 438-1107) ja tason (n = 268-1144) mukaan.



EROT VALMENTAJAKOULUTUKSESSA VUOTEEN 2009 VERRATTUNA

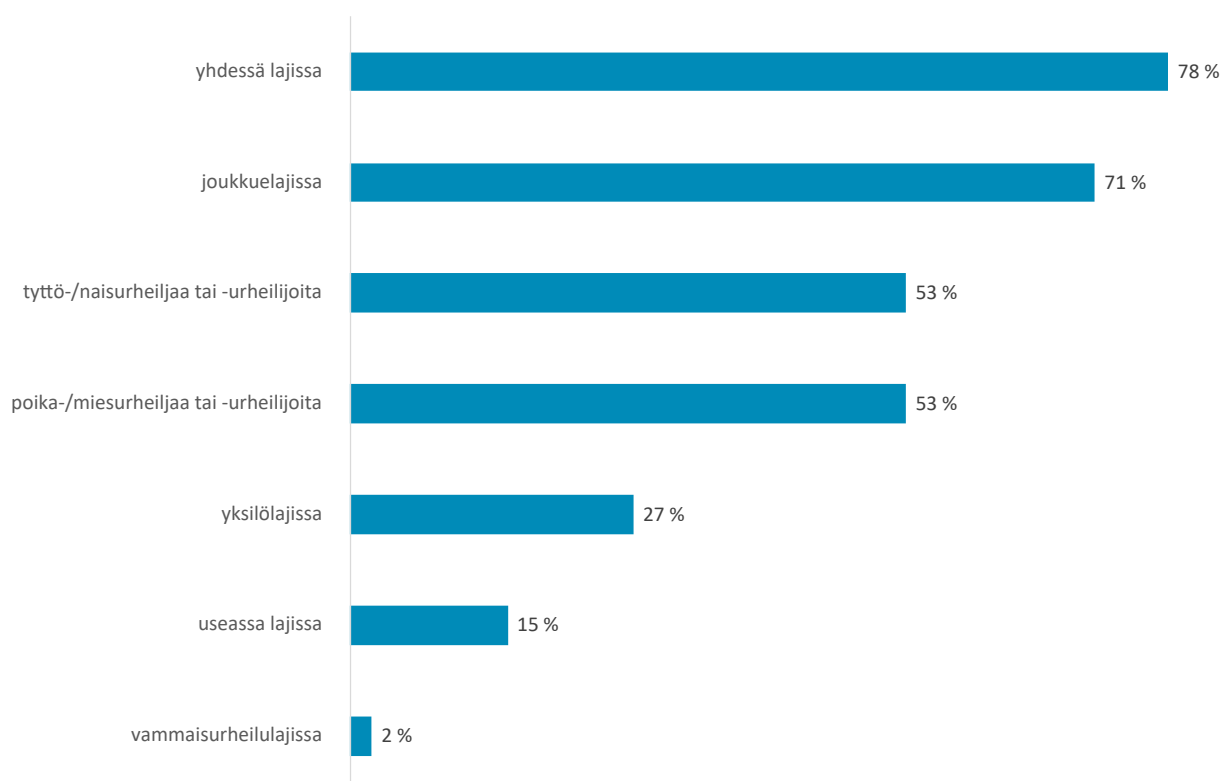
VUONNA 2019:

- Opetus- tai liikunta-alan koulutuksen suorittaneiden osuus oli suurempi (6 %)
- Kouluttamattomien valmentajien osuus suurempi (6%)
- Lajiliiton valmentajakoulutus (tasot 1-3) korkeimpana koulutustasona harvemmin (9 %)
- Ammatillinen valmentajakoulutus korkeimpana koulutustasona useammin (3%)

Liite 3, kuvio 7

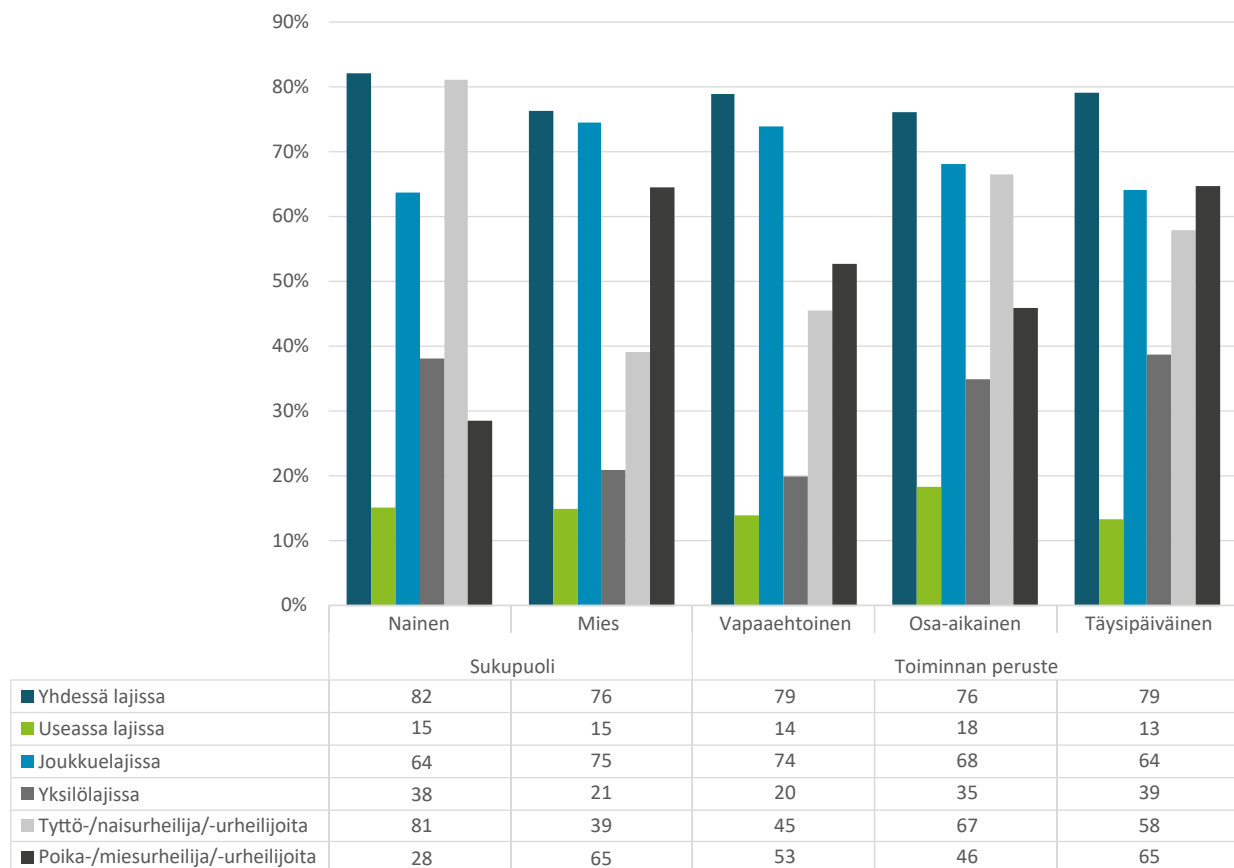
3.4 Valmennuksen nykytila

Yleiskuvaus vastaajien valmennustoiminnasta kyselyntekohetkellä osoitti, että valtaosa vastaajista toimi valmentajana yhdessä lajissa (kuvio 14). Joukkuelajien valmentajia oli 71 prosenttia. Tyttö-/naisurheilijaa tai urheilijoita ja poika-/miesurheilijaa tai urheilijoita valmensi reilu puolet vastaajista. Yksilölajeissa valmentavia oli noin neljännes ja useassa lajissa toimi valmentajana 15 prosenttia. Kaksi prosenttia vastaajista valmensi kyselyntekohetkellä vammaisurheilulajissa.



Kuvio 14. Valmennustoiminnan yleiskuvaus kyselyntekohetkellä (n = 2612) (prosenttilukujen summa ylittää 100 %, koska vastaaja on voinut valita useita vaihtoehtoja).

Valmennustoiminnan yleiskuvauksessa oli eroja sukupuolen ja toiminnan perusteen mukaan (kuvio 15). Naisvalmentajista suurempi osuus valmensi yksilölajissa tai tyttö-/naisurheilijaa tai urheilijoita kuin miesvalmentajista. Miehet taas toimivat naisia yleisemmin valmentajina joukkuelajeissa ja valmensivat poika-/miesurheilijaa tai urheilijoita. Vapaaehtoisvalmentajista hieman suurempi osuus valmensi joukkuelajeissa, kun taas osa-aikaisesti ja täysipäiväisesti toimivista valmentajista suurempi osuus valmensi yksilölajissa. Osa-aikaisista valmentajista suurempi osuus valmensi tyttö-/naisurheilijaa tai urheilijoita, kun taas täysipäiväisistä suurempi osuus valmensi poika-/miesurheilijaa tai urheilijoita.



Kuvio 15. Valmennustoiminnan yleiskuvaus kyselyntekohetkellä sukupuolen (n = 853-1755) ja toiminnan perusteen (n = 371-1552) mukaan (prosenttilukujen summa ylittää 100 %, koska vastaaja on voinut valita useita vaihtoehtoja).

Nykyinen valmennustehtävä

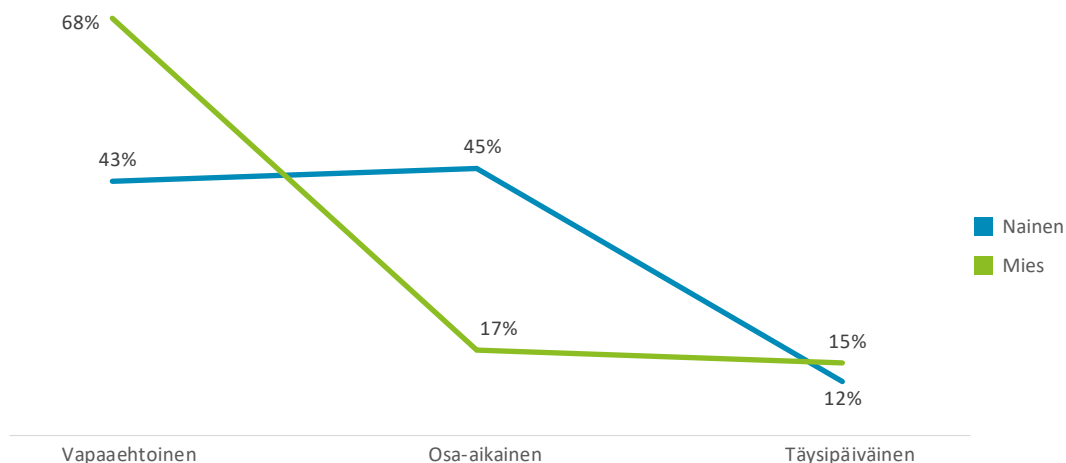
Valmennuksen nykytilaa kuvaavat tulokset perustuvat siihen valmennustehtävään, jossa vastaaja toimi joko kyselyntekohetkellä tai oli toiminut edeltäneen kuuden kuukauden aikana. Jos vastaajalla oli useampia samanaikaisia valmennustehtäviä, häntä ohjeistettiin vastaamaan kysymyksiin hänelle itselleen tärkeimmän valmennustehtävän perusteella.

Kyselyyn vastanneet valmentajat edustivat kaikkiaan 61 lajia. Reilu viidesosa vastaajista toimi valmentajana jalkapallossa (23 %, n=589) ja muita vastaajamäärältään hyvin edustettuja lajeja olivat salibandy (15 %, n=377), voimistelulajit (12 %, n=315), jääkiekko (12 %, n=309) ja koripallo (6 %, n=144). Eri lajien vastaajamäärät, prosentuaaliset osuudet sekä vastaajien sukupuolijakauma on kokonaisuudessaan esitetty Liitteessä 1.

Valtaosa valmentaa vapaaehtois pohjalta

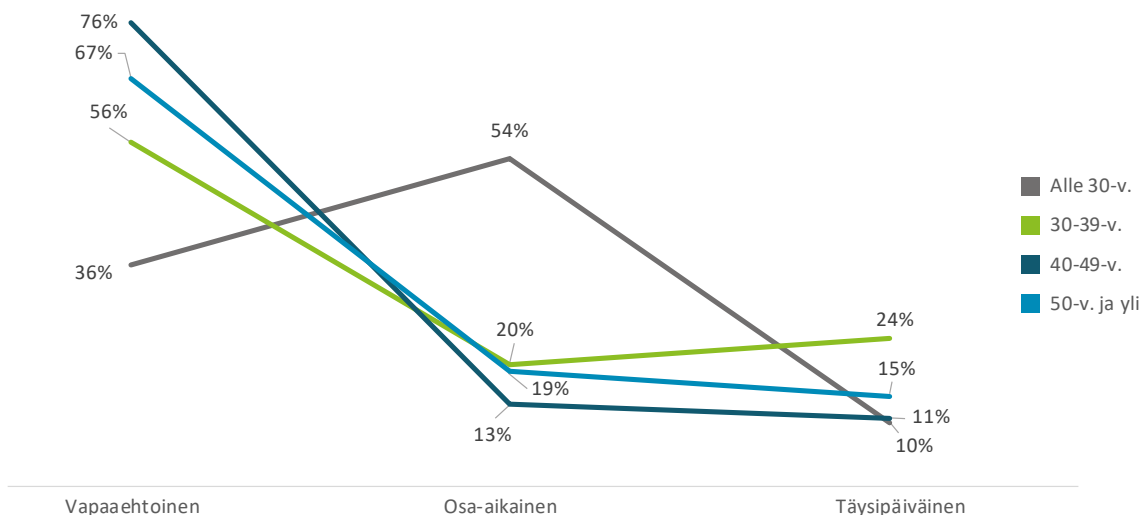
Yli puolet vastaajista (53 %) käytti valmentaessaan nimikettä valmentaja ja päävalmentajan nimikettä käytti vajaa neljäsosa (23 %) vastaajista. Muita käytettyjä nimikkeitä olivat apuvalmentaja (9 %), ohjaaja (7 %), valmennuspäällikkö (4 %), ominaisuusvalmentaja (3 %) ja akatemiavalmentaja (1 %). 90 prosenttia vastaajista ilmoitti urheiluseuran pääasialliseksi toimintaympäristökseen. Muita valmennuksen toimintaympäristöjä olivat urheiluakatemia (2 %), maajoukkue (2 %), liikunta- tai hyvinvointialan yritys (2 %) ja koulu/oppilaitos, urheiluopisto/valmennuskeskus tai jokin muu ympäristö (4%).

Kyselyyn vastanneista valmentajista valtaosa (60 %) (n = 1552) toimi kyselyntekohetkellä vapaaehtoisvalmentajina. Osa-aikaisia valmentajia oli reilu neljäsosa (26 %) (n = 689) ja täysipäiväisiä 14 prosenttia (n = 371). Vapaaehtoisvalmentajista alle 20 tuntia viikossa valmennustoimintaan aikaa käyttäviä oli 22 prosenttia ja 20 tuntia tai enemmän käyttäviä 5 prosenttia. Toiminnan perusteen tarkastelu sukupuolen suhteen osoitti, että naisista lähes yhtä suuri osuus valmensi joko vapaaehtois pohjalta tai osa-aikaisesti kun taas miehistä valtaosa (68 %) toimi vapaaehtoisvalmentajina (kuviot 15 ja 16).



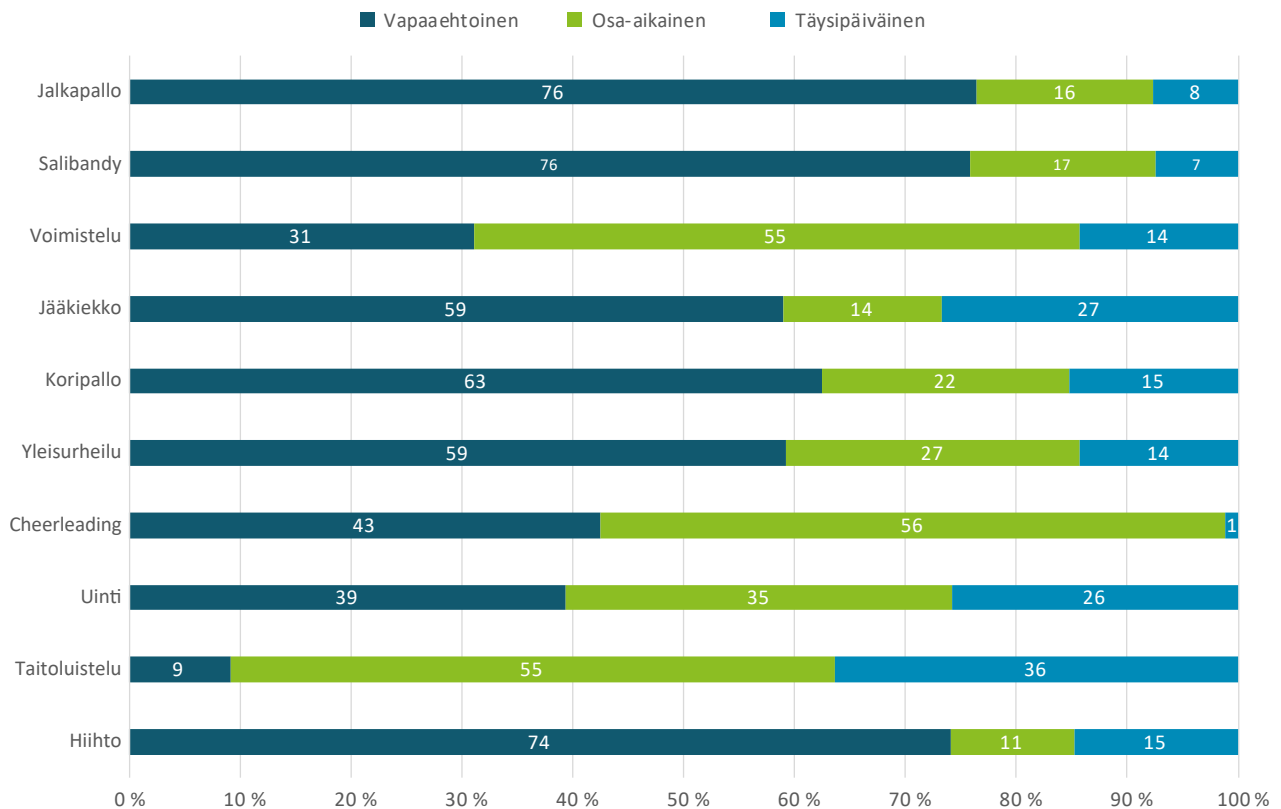
Kuvio 16. Valmentajan toiminnan peruste sukupuolen mukaan (n = 842-1738).

Toiminnan perusteen havaittiin olevan yhteydessä myös vastaajien ikään (kuviot 16 ja 17). Alle 30-vuotiaat valmensivat muita yleisemmin osa-aikaisesti, kun taas kahdessa vanhimmassa ikäryhmässä valtaosa vastaajista toimi vapaaehtoisvalmentajina. Täysipäiväisesti valmentavien osuus puolestaan oli suurin 30–39-vuotiaissa.



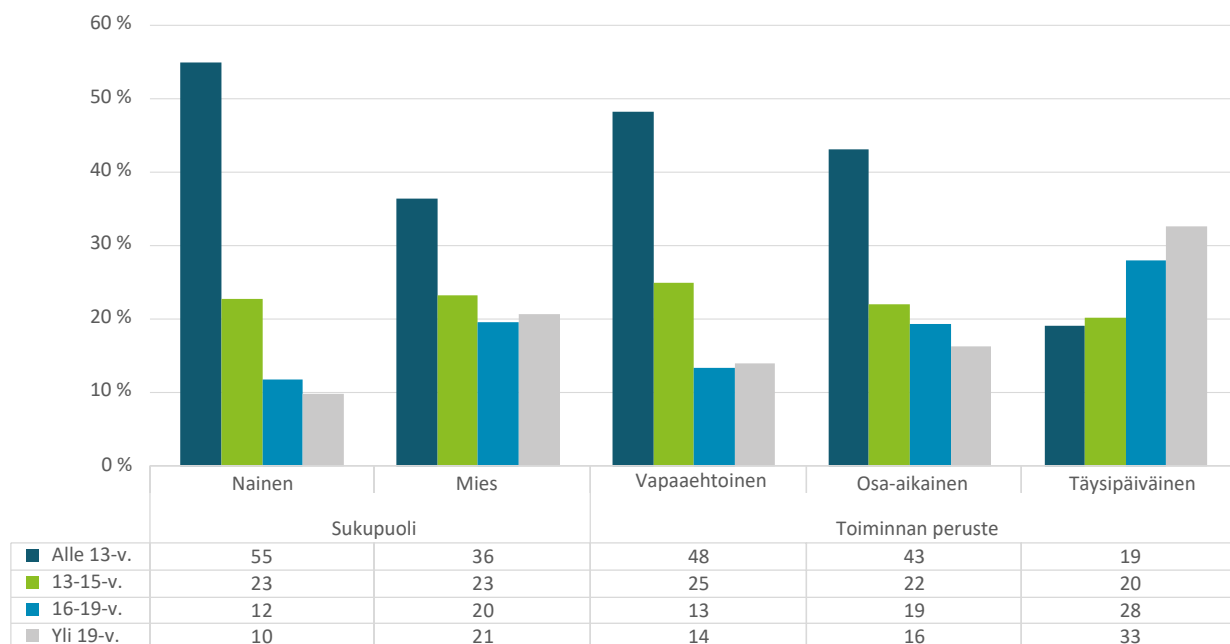
Kuvio 17. Valmentajien toiminnan peruste valmentajan ikäryhmän mukaan (n = 500-875).

Tarkasteltaessa lajikohtaisia eroja toiminnan perusteissa (kuvio 18) havaittiin, että vapaaehtoisten valmentajien osuus vaihteli eri lajeissa taitoluistelun 9 prosentista jalkapallon ja salibandyn 76 prosenttiin. Vapaaehtoisvalmentajien osuus oli suuri lisäksi hiihdossa, koripallossa ja jääkiekossa sekä yleisurheilussa. Osa-aikaisesti työskenteleviä valmentajia oli lähes saman verran lajeissa cheerleading, voimistelu ja taitoluistelu. Täysipäiväisiä valmentajia oli selkeästi eniten taitoluistelussa ja seuraavaksi eniten jääkiekossa ja uinnissa.



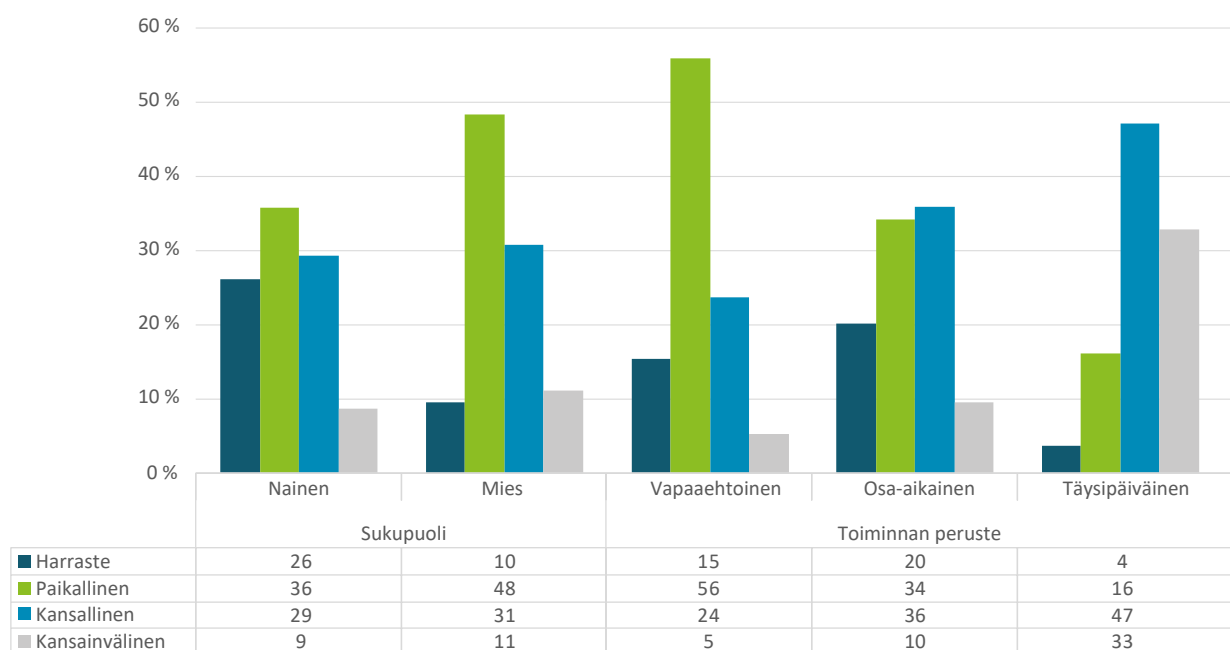
Kuvio 18. Vastaajien toiminnan peruste kymmenessä vastaajamäärältään suurimmassa lajissa (n=53-589).

Reilu kaksi viidesosaa (43 %) vastaajista valmensi alle 13-vuotiaita urheilijoita (n = 1117). 13–15-vuotiaita valmensi 23 prosenttia (n = 601) ja sekä 16–19-vuotiaita että yli 19-vuotiaita 17 prosenttia (n = 444 ja n = 450). Naisista reilusti yli puolet valmensi alle 13-vuotiaita, kun taas miehistä samaa ikäluokkaa valmensi reilu kolmasosa (kuvio 19). Miehet (41 %) puolestaan valmensivat naisia (22 %) yleisemmin 16-vuotiaita ja sitä vanhempia. Vapaaehtois pohjalta valmentavista lähes kolme neljästä valmensi 15-vuotiaita tai sitä nuorempia, kun vastaavat osuudet osa-aikaisilla ja täysipäiväisillä valmentajilla olivat 65 ja 39 prosenttia. Täysipäiväisistä valmentajista puolestaan selvästi suurempi osuus valmensi 16-vuotiaita tai sitä vanhempia kuin vapaaehtoisista tai osa-aikaisista valmentajista.



Kuvio 19. Valmennettavien ikä sukupuolen (n = 853-1755) ja toiminnan perusteen (n = 371-1552) mukaan.

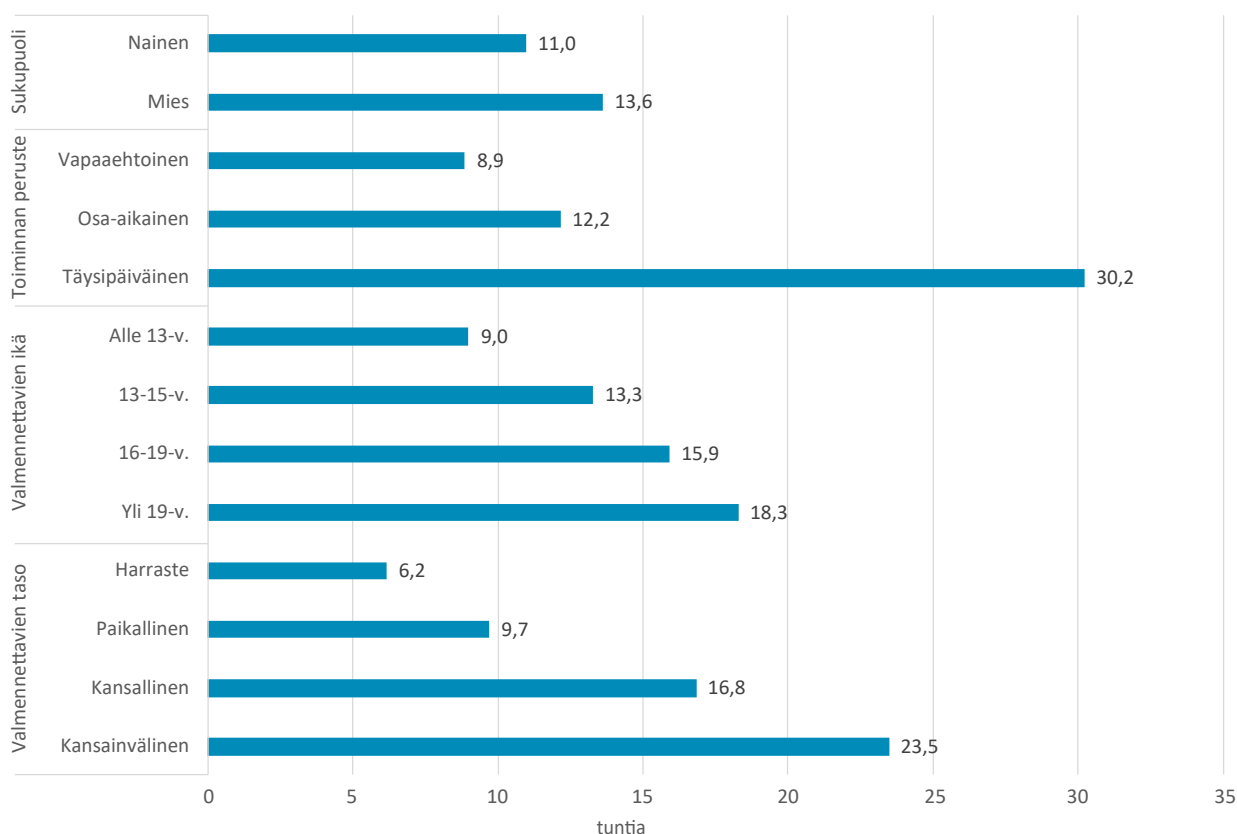
Vastaajista 44 prosenttia valmensi paikallis-, piiri- tai aluetason urheilijoita (n = 1157). Kansallisen tason urheilijoita valmensi 30 prosenttia (n = 792) ja harrastetason urheilijoita 15 prosenttia (n = 392) vastaajista. Kansainvälisen tason urheilijoita valmensi 11 prosenttia (n = 271) vastaajista. Harrastetasolla valmentaminen oli yleisempää naisilla kuin miehillä, joista lähes puolet valmensi paikallis-, piiri- tai aluetason urheilijoita (kuviokuva 20). Korkeammilla tasoilla valmentaminen oli naisilla (38 %) ja miehillä (42 %) lähes yhtä yleistä. Vapaaehtoisvalmentajista suurin osuus valmensi paikallis-, piiri- tai aluetason urheilijoita, kun taas osa-aikaisista valmentajista reilu kolmasosa valmensi joko paikallisella tai kansallisella tasolla. Täysipäiväisistä valmentajista valtaosa (80 %) toimi joko kansallisella tai kansainvälisellä tasolla.



Kuvio 20. Valmennettavien taso sukupuolen (n = 853-1755) ja toiminnan perusteen (n = 371-1552) mukaan.

Valmentamiseen käytetään aikaa keskimäärin 13 tuntia viikossa

Valmentajien ajankäyttöä selvitettiin kysymällä, kuinka paljon he käyttivät harjoitus-/kilpailukaudella aikaa valmentamiseen normaalin viikon aikana. Keskimäärin valmentamiseen käytettiin aikaa 12,8 tuntia viikossa. Miehet käyttivät valmentamiseen aikaa naisia enemmän ja täysipäiväiset valmentajat selkeästi vapaaehtoisia tai osa-aikaisia valmentajia enemmän. Lisäksi valmentamiseen käytettävä aika viikossa kasvoi sen mukaan, mitä vanhempia tai korkeamman tasoisia urheilijoita valmennettiin. Alle 13-vuotiaiden valmentajat käyttivät aikaa valmentamiseen noin puolet vähemmän kuin aikuisurheilijoita valmentavat ja kansainvälisellä tasolla valmentavien ajankäyttö oli neljä kertaa suurempi harrastetason valmentajien ajankäyttöön verrattuna (kuvio 21).



Kuvio 21. Valmentamiseen käytetty aika viikossa sukupuolen (n = 853-1755) ja toiminnan perusteen (n = 371-1552) sekä valmennettavien iän (n = 438-1107) ja tason (n = 268-1144) mukaan.

EROT NYKYISESSÄ VALMENNUSTEHTÄVÄSSÄ VUOTEEN 2009 VERRATTUNA



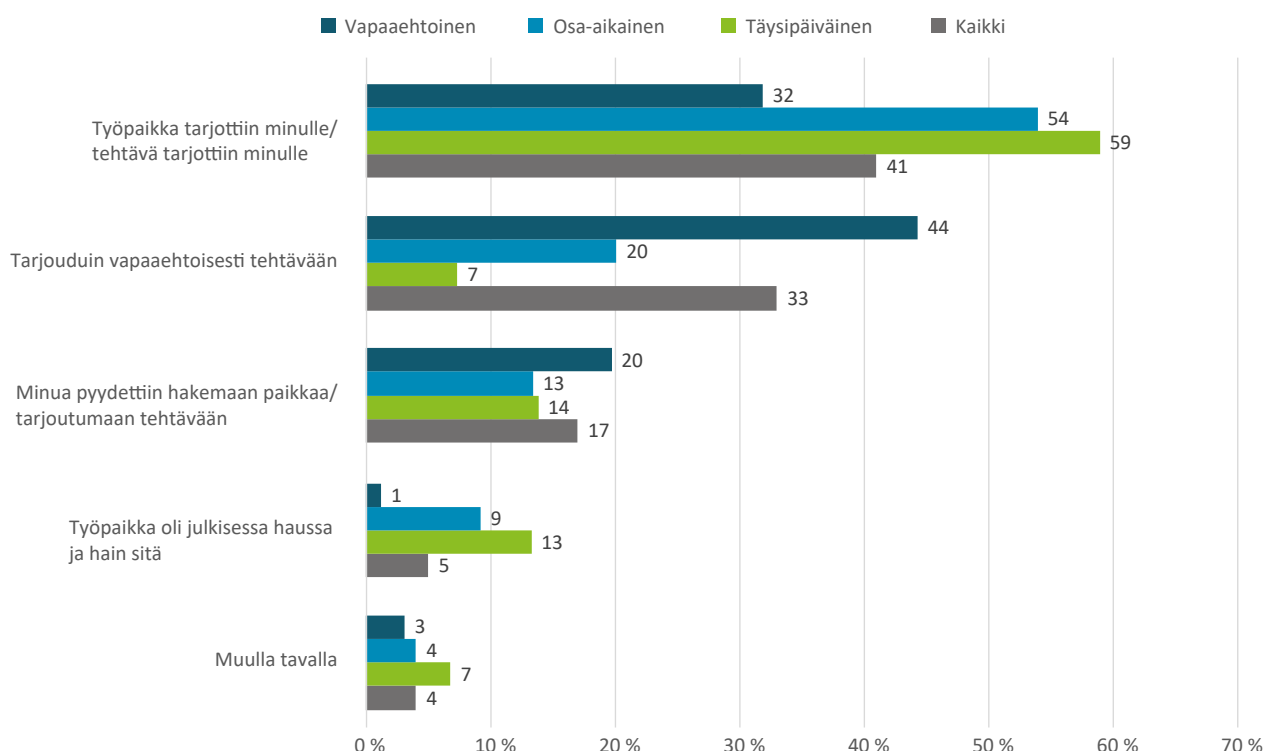
VUONNA 2019:

- Valmentajan nimikettä käyttävien osuus oli suurempi (8 %) ja päävalmentajan (5 %) sekä ohjaajan (7 %) nimikettä käyttävien osuus pienempi
- Täysipäiväisten valmentajien osuus oli suurempi (5 %) ja vapaaehtoisvalmentajien osuus pienempi (5 %)
- Lapsuusvaiheen valmentajien osuus oli suurempi (12 %) ja nuoruuksivaiheen pienempi (13 %)
- Paikallisella (3 %) tai kansainvälisellä (2 %) tasolla valmentavien osuus oli suurempi
- Aikaa valmentamiseen käytettiin keskimäärin 3 tuntia enemmän viikossa

Liite 3, kuvat 8-11

Valmennustehtävä tarjotaan tai siihen tarjoudutaan - mukana usein myös muita tehtäviä seurassa

Yleisin tapa hankkia valmennustyö tai -tehtävä oli se, että työpaikka tai tehtävä oli tarjottu vastaajalle (41 %) (kuviot 22). Kolmasosa oli tarjoutunut työhön vapaaehtoisesti ja vajaata viidesosaa oli pyydetty hakemaan tai tarjoutumaan kyseessä olevaan tehtävään. Ainoastaan noin 10 prosenttia vastaajista oli hankkinut valmennustyönsä tai -tehtävänsä julkisen haun kautta tai jollakin muulla tavoin. Valmennustyötä tai -tehtävää oli tarjottu yleisemmin täysipäiväisille tai osa-aikaisille valmentajille vapaaehtoisvalmentajiin verrattuna. Täysipäiväiset valmentajat olivat myös muita useammin hakeneet työpaikkaa julkisen haun kautta. Vapaaehtoisvalmentajat puolestaan olivat hankkineet valmennustyön tai -tehtävän yleisimmin tarjoutumalla siihen itse tai vaihtoehtoisesti heitä oli pyydetty hakemaan paikkaa tai tarjoutumaan tehtävään.

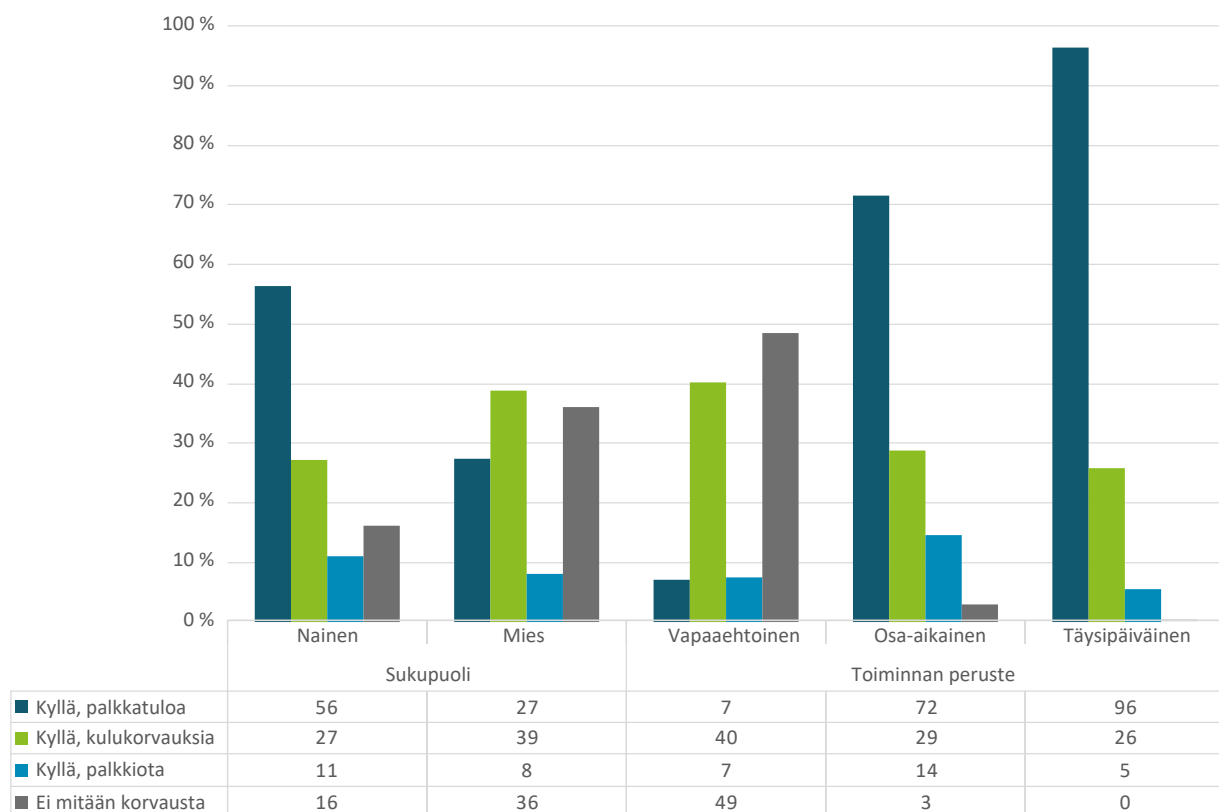


Kuvio 22. Valmennustehtävän hankkiminen toiminnan perusteen mukaan (n = 2598).

Vastaajilta tiedusteltiin myös, oliko heillä valmennuksen lisäksi jokin muu tehtävä tai tehtäviä seurassa ja paljonko näihin muihin tehtäviin kului aikaa viikossa. Vastaajista 41 prosenttia (n=1035) ilmoitti, että heillä oli valmennuksen lisäksi muitakin tehtäviä seurassa. Valmennuksen lisätehtävien yleisyys seurassa vaihteli sukupuolen ja toiminnan perusteen mukaan. Muita tehtäviä oli yleisemmin naisilla (47 %) kuin miehillä (38 %) ja täysipäiväisesti valmentavilla (62 %) useammin kuin vapaaehtoisilla tai osa-aikaisilla valmentajilla (37 %). Muut tehtävät liittyivät yleisimmin hallintoon (28%), valmennukseen liittyviin kehitystehtäviin (23%) sekä lajiin ja valmennukseen liittyviin muihin tehtäviin (13%). Muihin tehtäviin seurassa vastaajilla kului keskimäärin aikaa 8,7 tuntia viikossa. Viidesosa vastaajista käytti muihin tehtäviin aikaa alle 2 tuntia, noin kolmannes (31 %) 2-4 tuntia, 5-10 tuntia aikaa käytti 26 prosenttia ja yli kymmenen tuntia vajaa neljäsosa (23 %) vastaajista. Toiminnan perusteen mukaan tarkasteltuna täysipäiväiset valmentajat käyttivät selvästi enemmän aikaa (17,5 h/vko) muiden tehtävien hoitoon kuin vapaaehtoiset (5,2 h/vko) tai osa-aikaiset (8,6 h/vko) valmentajat.

Kolmasosa saa valmentamisesta palkkaa tai korvauksia

Vastaajista 37 prosenttia oli saanut valmennustoiminnastaan palkkatuloa, kulukorvauksia oli saanut 35 prosenttia ja palkkiota tai apurahaa 10 prosenttia. Vähän alle kolmasosa vastaajista (30 %) ei ollut saanut mitään taloudellista korvausta valmennustehtävästään. Naiset olivat saaneet palkkatuloa miehiä useammin, kun miehistä taas suurempi osuus oli saanut kulukorvauksia tai ei mitään taloudellista korvausta (kuvio 23). Toiminnan perusteen mukaan tarkasteltuna palkkatuloa saaneiden osuudet olivat luonnollisesti suurimmat täysipäiväisillä ja osa-aikaisilla valmentajilla, kun taas kulukorvauksia saaneiden osuudet olivat vastaavasti vapaaehtoisvalmentajia pienemmät. Vapaaehtoisvalmentajista lähes puolet ei ollut saanut valmennustehtävästään mitään korvausta ja 40 prosenttia ilmoitti saaneensa kulukorvauksia.



Kuvio 23. Korvaus valmennustehtävästä sukupuolen (n = 843-1748) ja toiminnan perusteen (n = 369-1543) mukaan (prosenttilukujen summa ylittää 100 %, koska vastaaja on voinut valita useita vaihtoehtoja).

Vastaajista reilu puolet ilmoitti, että valmentamisesta aiheutui heille kuluja, joita mikään taho ei korvannut (taulukko 2). Valmentamisesta ei aiheutunut kustannuksia tai kuluja 28 prosentille ja viidesosa ei osannut sanoa. Miehillä aiheutui naisia yleisemmin valmennukseen liittyviä kustannuksia tai kuluja, joita ei korvattu. Vapaaehtoisvalmentajista kolmelle viidestä aiheutui kuluja, kun vastaavat osuudet osa-aikaisilla ja täysipäiväisillä valmentajilla olivat 42 ja 37 prosenttia. Valmennettavan iän mukaan tarkasteltuna kuluja, joita mikään taho ei korvannut aiheutui harvimminkin alle 13-vuotiaiden valmentajille.

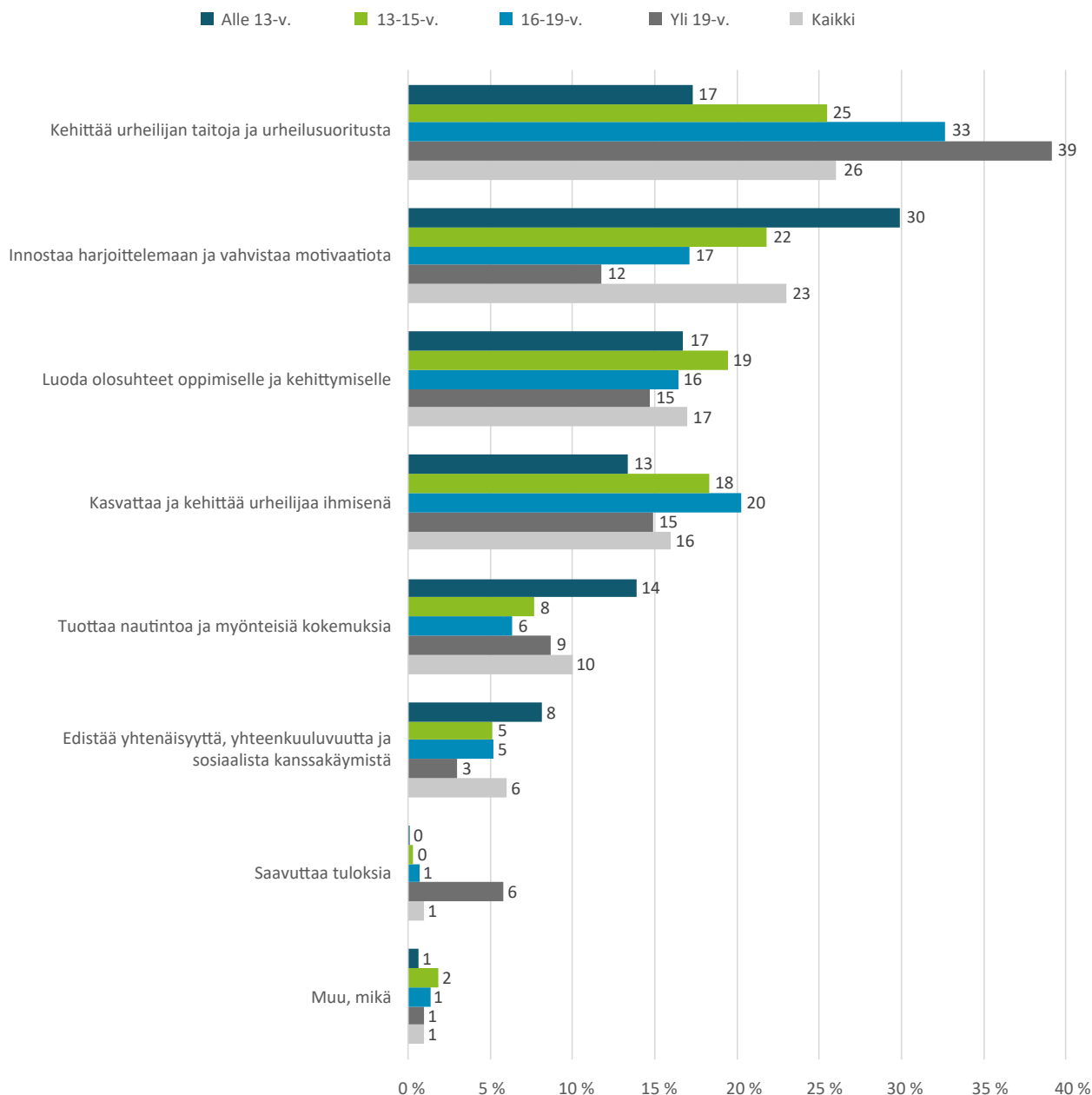
Taulukko 2. Valmennuksesta aiheutuvat kulut sukupuolen (n = 847-1751), toiminnan perusteen (n = 370-1549) ja valmennettavien iän (n = 450-1111) mukaan.

	Kaikki	Naiset	Miehet	Vapaaehtoinen	Osa-aikainen	Täysipäiväinen	Alle 13-v.	13-15-v.	16-19-v.	Yli 19-v.
	(%)	Sukupuoli (%)		Toiminnan peruste (%)			Valmennettavien ikä (%)			
Kyllä	52	42	57	60	42	37	47	57	54	56
Ei	28	32	26	22	34	44	31	24	27	29
En osaa sanoa	20	26	17	18	24	19	23	19	19	15

Valmentaminen tehtävänä ja valmentajan kokonaishyvinvointi

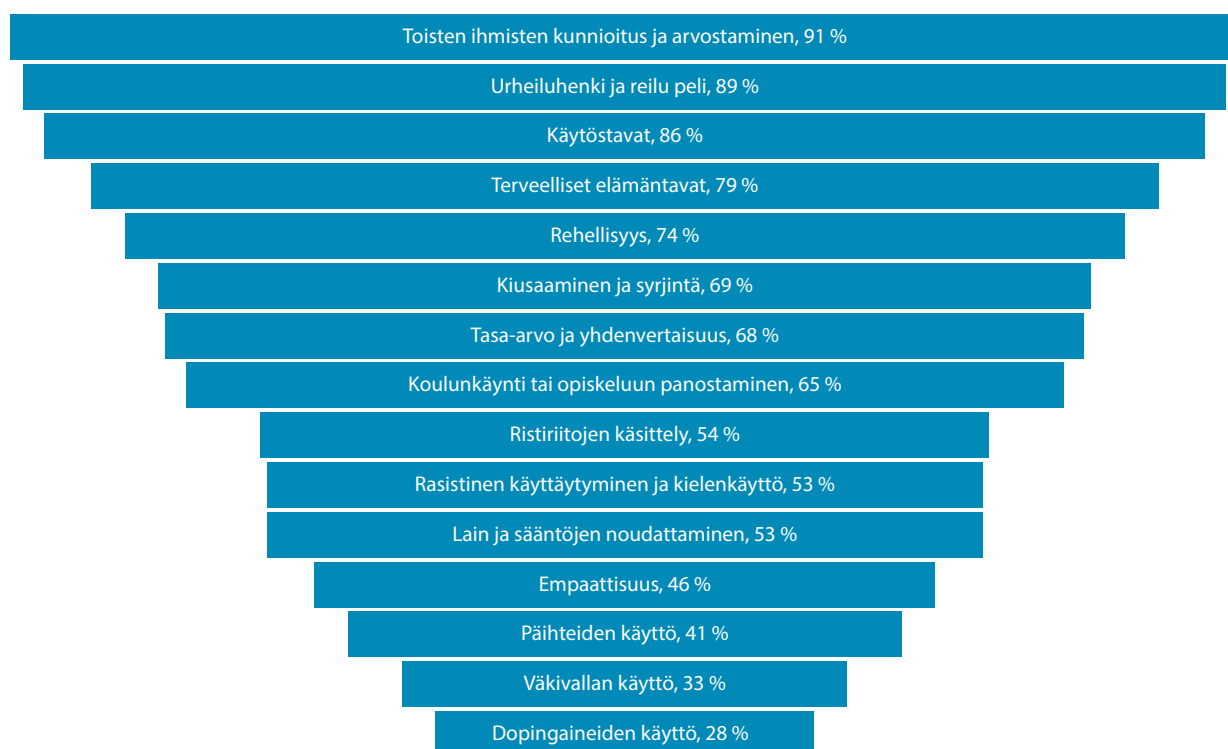
Taitojen kehittäminen ja harjoitteluun innostaminen tärkeimmät tehtävät valmentajana

Vastaajia pyydettiin myös valitsemaan kuviossa 24 esitetyistä vaihtoehdoista heidän tärkein tehtävänsä valmentajana kyselyntekohetkellä. Vastaajista noin neljäsosa koki tärkeimmäksi tehtäväkseen valmentajana joko urheilijan taitojen ja urheilusuorituksen kehittämisen (26 %) tai harjoittelemaan innostamisen ja motivaation vahvistamisen (23 %). Vajaan viidenneksen mielestä olosuhteiden luominen oppimiselle ja kehittymiselle (17 %) tai urheilijan kasvattaminen ja kehittäminen ihmisenä (16 %) oli kyselyntekohetkellä heidän tärkein tehtävänsä valmentajana. Vain yksi prosentti vastaajista ajatteli tulosten saavuttamisen olevan tärkein tehtävä valmentajana. Näkemys valmentajan tärkeimmästä tehtävästä vaihteli jonkin verran sen mukaan, minkä ikäisiä valmennettavat olivat. Aikuisurheilijoiden valmentajilla tärkeimpänä tehtävänä oli muita yleisemmin urheilijan taitojen ja urheilusuorituksen kehittäminen sekä tulosten saavuttaminen ja vastaavasti nuoruusvaiheessa urheilijan taitojen ja urheilusuorituksen kehittämisen ohella urheilijan kasvattaminen ja kehittäminen ihmisenä. Lapsuusvaiheessa tärkeimmäksi tehtäväksi valittiin muita useammin harjoittelemaan innostaminen ja motivaation vahvistaminen sekä nautinnon ja myönteisten kokemusten tuottaminen (kuvio 24). Valmentajan tärkein tehtävä kaikkien taustamuuttujien (sukupuoli, toiminnan peruste, valmennettavien ikä ja taso) osalta on esitetty liitteessä 2 (taulukko 4).



Kuvio 24. Tärkein tehtävä valmentajana valmennettavien iän (n = 444-1117) mukaan.

Valmentajalla on lisäksi mahdollisuus vaikuttaa positiivisesti urheilijoiden arvoihin, asenteisiin ja käyttäytymiseen monissa erilaisissa asioissa. Vastajia pyydettiin valitsemaan kuviossa 25 esitetyistä asioista ne, joihin liittyviin arvoihin, asenteisiin ja käyttäytymiseen vastaajat itse pyrkivät positiivisesti vaikuttamaan omien urheilijoidensa kohdalla. Vähintään kolme neljästä valmentajasta pyrki vaikuttamaan toisten ihmisten kunnioittamiseen ja arvostamiseen, urheiluhengen ja reiluun peliin, käytöstapoihin, terveellisiin elämäntapoihin ja rehellisyyteen. Hieman harvempi (65-69 %) pyrki vaikuttamaan kiusaamiseen ja syrjintään, tasa-arvoon ja yhdenvertaisuuteen tai koulunkäyntiin ja opiskeluun panostamiseen.



Kuvio 25. Asiat, joihin liittyviin arvoihin, asenteisiin ja käyttäytymiseen valmentajat pyrkivät vaikuttamaan positiivisesti omissa urheilijoissaan (n = 2606) (prosenttilukujen summa ylittää 100 %, koska vastaaja on voinut valita useita vaihtoehtoja).

Arvot, asenteet ja käyttäytyminen, joihin valmentajat pyrkivät vaikuttamaan urheilijoissaan positiivisesti olivat yhteydessä siihen, minkä ikäisiä valmennettavat olivat (taulukko 3). Vastaajat pitivät perusarvoihin, kuten toisten ihmisten kunnioittamiseen ja arvostukseen tai rehellisyyteen, vaikuttamista yhtä tärkeänä valmennettavien iästä riippumatta. Urheiluhenki ja reilu peli, käytöstapoihin, kiusaamiseen ja syrjintään sekä tasa-arvoon ja yhdenvertaisuuteen vaikuttaminen oli yleisintä lapsuusvaiheessa. Nuoruusvaiheessa taas haluttiin yleisimmin vaikuttaa positiivisesti arvoihin, asenteisiin ja käyttäytymiseen, jotka liittyivät terveellisiin elämäntapoihin, koulunkäyntiin panostamiseen, rasistiseen käyttäytymiseen tai kielenkäyttöön sekä päihteiden käyttöön. Kahta vanhinta ikäryhmää valmentavat pyrkivät vaikuttamaan muita yleisemmin doping-aineiden käyttöön liittyviin arvoihin ja asenteisiin.

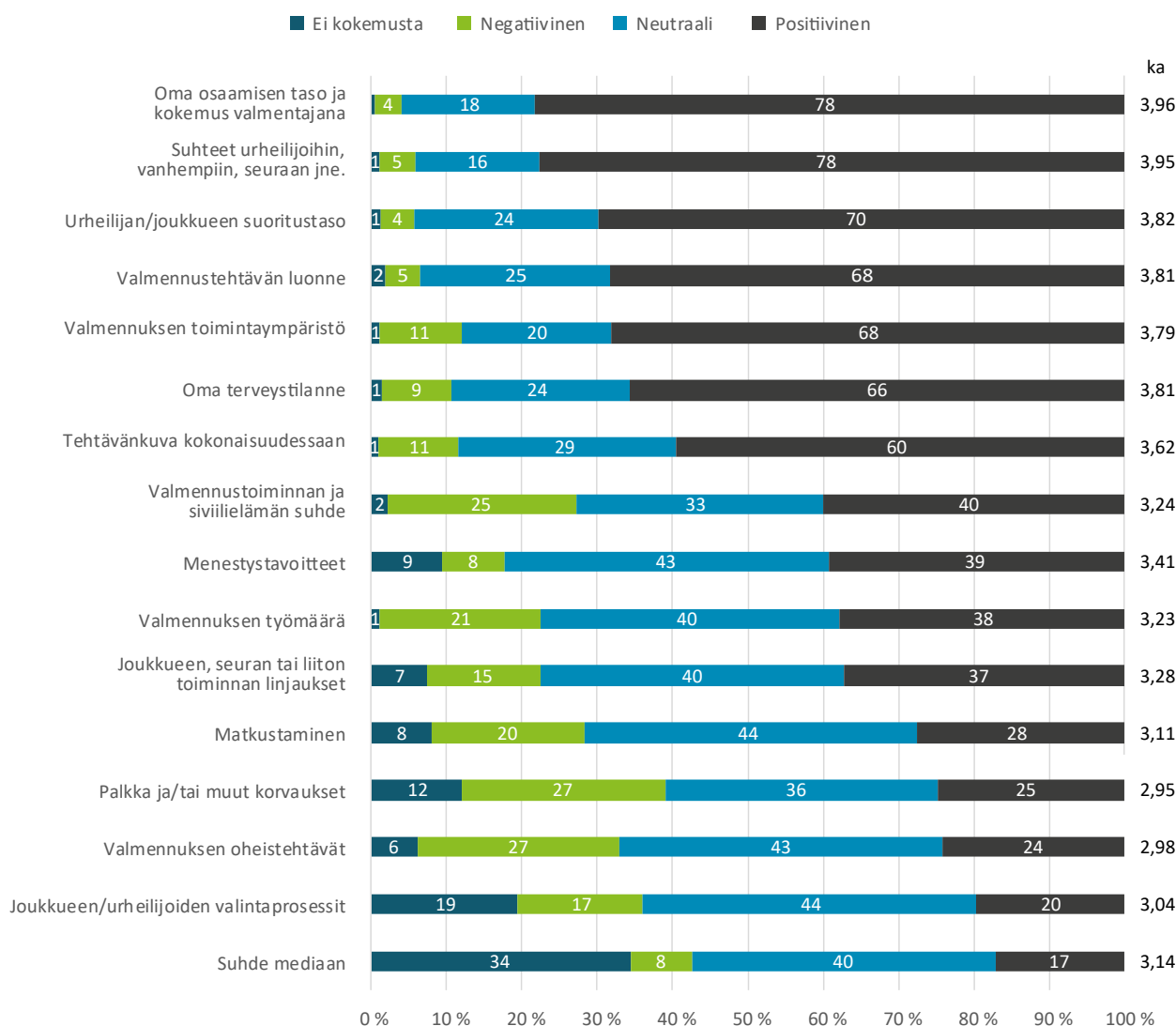
Taulukko 3. Asiat, joihin liittyviin arvoihin, asenteisiin ja käyttäytymiseen valmentajat pyrkivät vaikuttamaan positiivisesti omissa urheilijoissaan valmennettavien iän (n = 444-1115) mukaan.

	Alle 13-v.	13-15-v.	16-19-v.	Yli 19-v.
	Valmennettavien ikä (%)			
Toisten ihmisten kunnioitus ja arvostaminen	91	91	92	89
Urheiluhenki ja reilu peli	94*	90	83	81
Käytöstavat	90*	87	85	75
Terveelliset elämäntavat	75	84	85*	75
Rehellisyys	74	75	75	74
Kiusaaminen ja syrjintä	79*	72	62	46
Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus	73*	65	64	63
Koulunkäynti tai opiskeluun panostaminen	55	72	80*	63
Ristiriitojen käsittely	55	55	52	51
Rasistinen käyttäytyminen ja kielenkäyttö	53	57*	57	42
Lain ja sääntöjen noudattaminen	53	56	52	48
Empaattisuus	46	48	45	45
Päihteiden käyttö	31	48	53*	43
Väkivallan käyttö	35	33	31	28
Dopingaineiden käyttö	16	29	41	42*

* Ryhmien välillä merkitsevä ero.

Valmentajan hyvinvointia edistävät osaaminen, kokemus ja suhteet urheilijoihin ja lähipiiriin

Valmentajia pyydettiin arvioimaan miten erilaiset elämään ja valmentamiseen liittyvät tekijät vaikuttivat heidän kokonaishyvinvointiinsa valmentajana (kuvio 26). Eri tekijöiden vaikutusta arvioitiin asteikolla 1-5 (1= erittäin negatiivisesti, 2= negatiivisesti, 3= ei negatiivisesti eikä positiivisesti, 4= positiivisesti, 5= erittäin positiivisesti). Jos valmentajalla ei ollut kokemusta kyseisestä tekijästä oli mahdollista valita vaihtoehto ”ei kokemusta”.



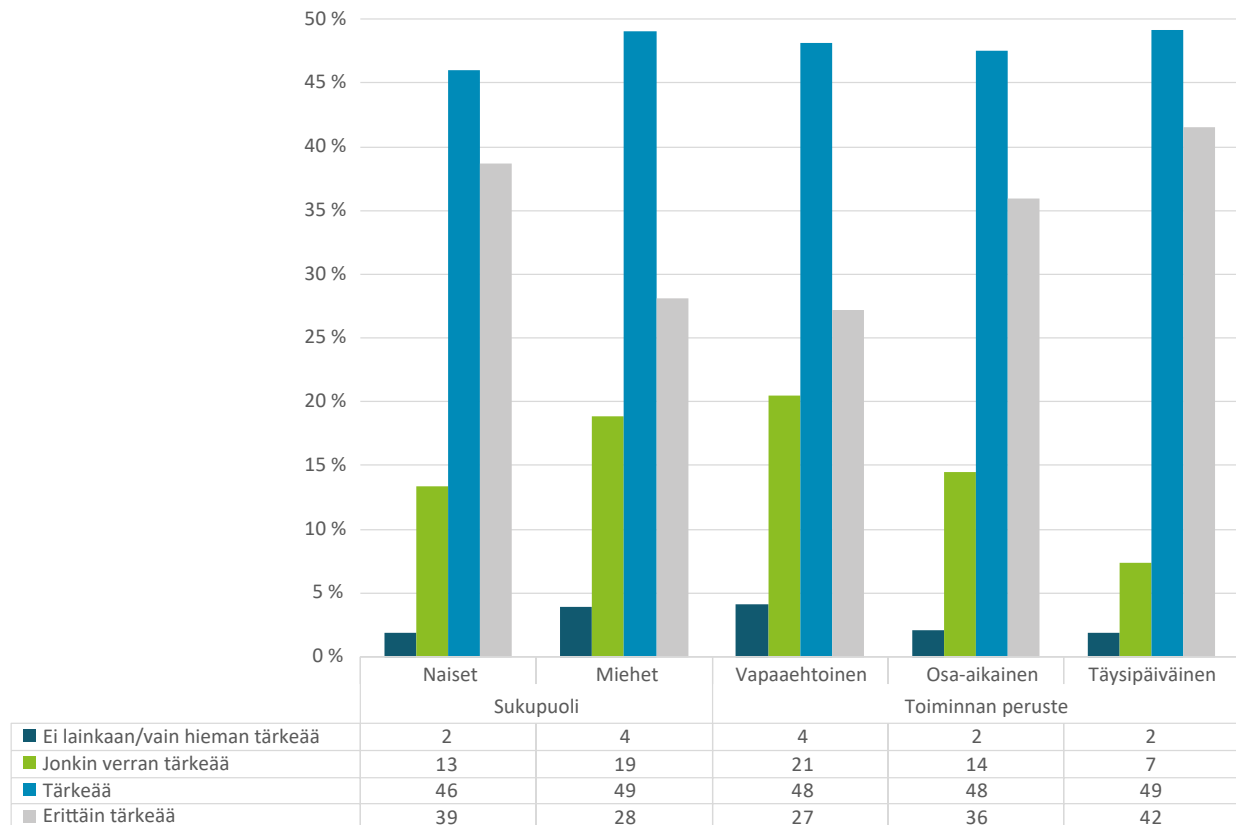
Kuvio 26. Valmentajan kokonaishyvinvointiin vaikuttavat tekijät (n = 2611).

Ylipäätään valmentajat arvioivat valtaosan tekijöistä vaikuttavan enemmän positiivisesti kuin negatiivisesti heidän kokonaishyvinvointiinsa. Reilu kolme neljästä vastaajasta koki oman osaamisensa tason ja kokemuksen valmentajana (ka 3,96) sekä suhteiden urheilijoiden, vanhempien ja seuran kanssa (ka 3,95) vaikuttavan positiivisesti heidän hyvinvointiinsa. Noin 70 prosentin mielestä positiivisesti hyvinvointiin vaikuttivat myös urheilijan/joukkueen suoritustaso (ka 3,82), valmennustehtävän luonne (ka 3,81) ja valmennuksen toimintaympäristö (ka 3,79). Muita hyvinvointiin selkeästi positiivisesti vaikuttavia tekijöitä olivat oma terveystilanne (ka 3,81) sekä tehtävänkuvan laajuus, selkeys ja mielekkyys (ka 3,62). Vastaajista reilu neljännes arvioi palkan ja/tai muiden korvausten (ka 2,95), valmennuksen oheistehtävien (ka 2,98) tai valmennustoiminnan ja siviilielämän suhteen (ka 3,24) vaikuttaneen kokonaishyvinvointiin negatiivisesti. Viidesosalla negatiivisesti vaikutti valmennuksen työmäärä (ka 3,23) tai matkustaminen (ka 3,11). Lisäksi noin puolta arvioiduista tekijöistä vastaajat pitivät hyvinvointinsa kannalta pääosin neutraaleina. Liitteessä 2 (taulukko 5) on esitetty eri tekijöiden vaikutus hyvinvointiin kaikkien taustamuuttujien (sukupuoli, toiminnan peruste, valmennettavien ikä ja taso) osalta. Valtaosa vastaajista (83 %) tunsikin myös, että heidän päivittäisvalmennuksensa oli linjassa toimintaympäristön odotusten kanssa. Ainoastaan joka kymmenes oli sitä mieltä, että heidän päivittäisvalmennuksensa ei ollut linjassa joko seuran/liiton, vanhempien tai urheilijoiden kanssa ja 7 prosenttia ei osannut sanoa.

3.5 Osaamisen kehittäminen

Koulutus osaamisen kehittäjänä

Vastaajat arvioivat lisäkouluttautumisen tärkeyttä valmentajana 7-portaisella (0=ei lainkaan tärkeää, 6=erittäin tärkeää) asteikolla. Jatkotarkastelua varten vastaukset luokiteltiin uudelleen neljään luokkaan (0-1=ei lainkaan tai vain hieman tärkeää, 2-3=jonkin verran tärkeää, 4-5=tärkeää, 6=erittäin tärkeää). Lähes kolmasosa vastaajista (32%) piti lisäkouluttautumista erittäin tärkeänä ja lähes puolet (48%) tärkeänä. Jonkin verran tärkeänä lisäkouluttautumisen näki 17 prosenttia ja ei lainkaan tai vain hieman tärkeänä 3 prosenttia. Kaiken kaikkiaan vastaajat siis pitivät lisäkouluttautumista varsin tärkeänä.

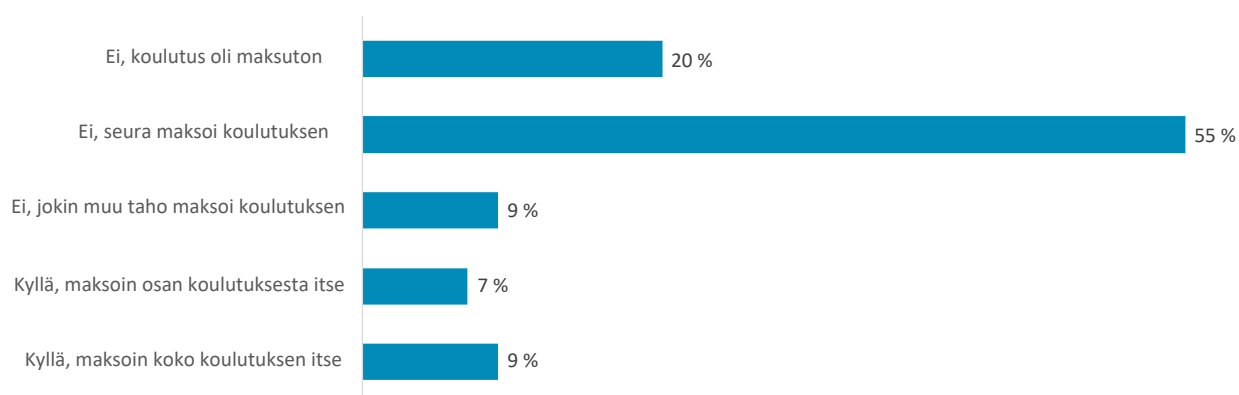


Kuvio 27. Lisäkouluttautumisen tärkeys sukupuolen (n = 845-1698) ja toiminnan perusteen (n = 366-1497) mukaan.

Lisäkouluttautumisen tärkeys erosi sukupuolen ja toiminnan perusteen mukaan. Naisista lähes kaksi viidesosaa piti lisäkouluttautumista erittäin tärkeänä, kun taas miehillä vastaava osuus oli selvästi pienempi (kuvio 27). Sen sijaan miesten prosenttiosuudet olivat suuremmat lisäkouluttautumista tärkeänä ja jonkin verran tärkeänä pitävien joukossa. Täysipäiväisesti valmentavista reilu kaksi viidesosaa piti lisäkouluttautumista erittäin tärkeänä. Osa-aikaisesti ja vapaaehtois pohjalta valmentavissa vastaava osuus oli pienempi. Täysipäiväisesti valmentavat näyttivät siis pitävän lisäkouluttautumista tärkeämpänä kuin muilla tasoilla valmentavat.

Valtaosa valmentajista kouluttautunut edellisen vuoden aikana

Reilu kolme viidesosaa vastaajista (61%) oli osallistunut valmentajakoulutukseen edellisen 12 kuukauden aikana. Koulutukseen osallistuminen näytti riippuvan sukupuolesta, toiminnan perusteesta ja valmennettavien tasosta. Naisista oli koulutuksiin osallistunut 67 prosenttia ja miehillä vastaava osuus oli 59 prosenttia. Täysipäiväisesti valmentavista koulutuksiin oli osallistunut 79 prosenttia, osapäiväisesti valmentavista kaksi kolmasosaa (66%) ja vapaaehtois pohjalta valmentavista reilusti yli puolet (55%). Kansainvälisellä tasolla valmentavista oli osallistunut koulutukseen suurempi prosenttiosuus (68%) kuin kansallisella (67%), paikallisella (58%) ja harrastetasolla (56%) toimivista valmentajista. Valtaosalle vastaajista koulutuksesta ei ollut aiheutunut kustannuksia. Viidesosa vastaajista oli osallistunut maksuttomaan koulutukseen, reilusti yli puolelle vastaajista koulutuksen oli maksanut seura ja vajaalle 10 prosentille jokin muu taho. Koulutuksen oli maksanut itse tai sen kustannuksiin osittain oli osallistunut 16 prosenttia vastaajista (kuvio 28).



Kuvio 28. Koulutuskustannusten jakautuminen eri tahoille (n = 1602).

Jatkotarkastelua varten muodostettiin kolme luokkaa kuvaamaan koulutuskustannusten jakautumista eri tahoille. Koulutuskustannukset vaihtelivat sukupuolen ja toiminnan perusteen mukaan. Koulutus oli maksuton useammin miehille (23%) kuin naisille (15%). Seura tai muu taho oli maksanut koulutuksen reilulle kahdelle kolmasosalle (68%) naisista ja miehistä hieman pienemmälle osalle (62%). Itse koulutuksen oli maksanut naisista 17 prosenttia, mikä oli enemmän miehiin verrattuna (15%). Vapaaehtois pohjalta valmentaville (23 %) koulutus oli ollut maksuton useammin kuin osa-aikaisesti (17 %) tai täysipäiväisesti valmentaville (16 %). Reilulle kahdelle kolmasosalle täysipäiväisesti valmentavista (69 %) koulutuksen maksoi seura tai muu taho, osa-aikaisesti (64 %) tai vapaaehtois pohjalta (62 %) valmentavista hieman pienemmälle osuudelle. Osa tai koko koulutuksen itse maksavien osuus oli suurempi osa-aikaisilla valmentajilla (19 %) vapaaehtoisiin (15 %) ja täysipäiväisiin verrattuna (15 %).

Koulutuskustannukset vaihtelivat myös valmennettavien iän ja tason mukaan (taulukko 4). Koulutus oli maksutonta vähän yli viidesosalle alle 20-vuotiaita valmentavista. Yli 19-vuotiaita valmentavien osallistuminen maksuttomaan koulutukseen oli vähäisempää. Seura tai muu taho maksoi koulutuksen lähes 70 prosentille alle 13-vuotiaita valmentavista. Mitä nuorempia valmennettavia valmentajalla siis oli, sitä suuremmalle osalle koulutuksen maksoi seura tai jokin muu taho. Koulutuksensa kustannuksiin osallistui lähes kolmasosa yli 19-vuotiaita valmentavista. Koulutuskustannuksiin osallistuminen kasvoi, mitä vanhempia valmennettavia valmentajalla oli.

Maksuttomaan koulutukseen oli osallistunut paikallistasolla valmentavista vajaa neljäsosa ja harrastetasolla valmentavista reilu viidesosa. Sekä kansallisen että kansainvälisen tason valmentajissa maksuttomaan koulutukseen osallistuneita oli hieman vähemmän. Seura tai jokin muu taho oli maksanut koulutuksen puolestaan reilulle kahdelle kolmasosalle harrastetason valmentajista, kun vastaava osuus kansainvälisellä tasolla valmentavissa oli 56 prosenttia. Reilu neljäsosa kansainvälisen tason valmentajista oli osallistunut koulutuksensa kustannuksiin. Kansallisen tason valmentajista oli koulutuksensa kustannuksiin osallistunut viidesosa ja paikallisen ja harrastetason valmentajista selvästi vähemmän. Kansainvälisen tason valmentajat olivat siis osallistuneet seuran tai muun tahon maksamaan koulutukseen muita valmentajia harvemmin ja ottivat osaa vastaavasti muita useammin oman koulutuksensa kustannuksiin.

Taulukko 4. Koulutuskustannusten jakautuminen eri tahoille valmennettavien iän (n = 258-717) ja tason (n = 183-669) mukaan.

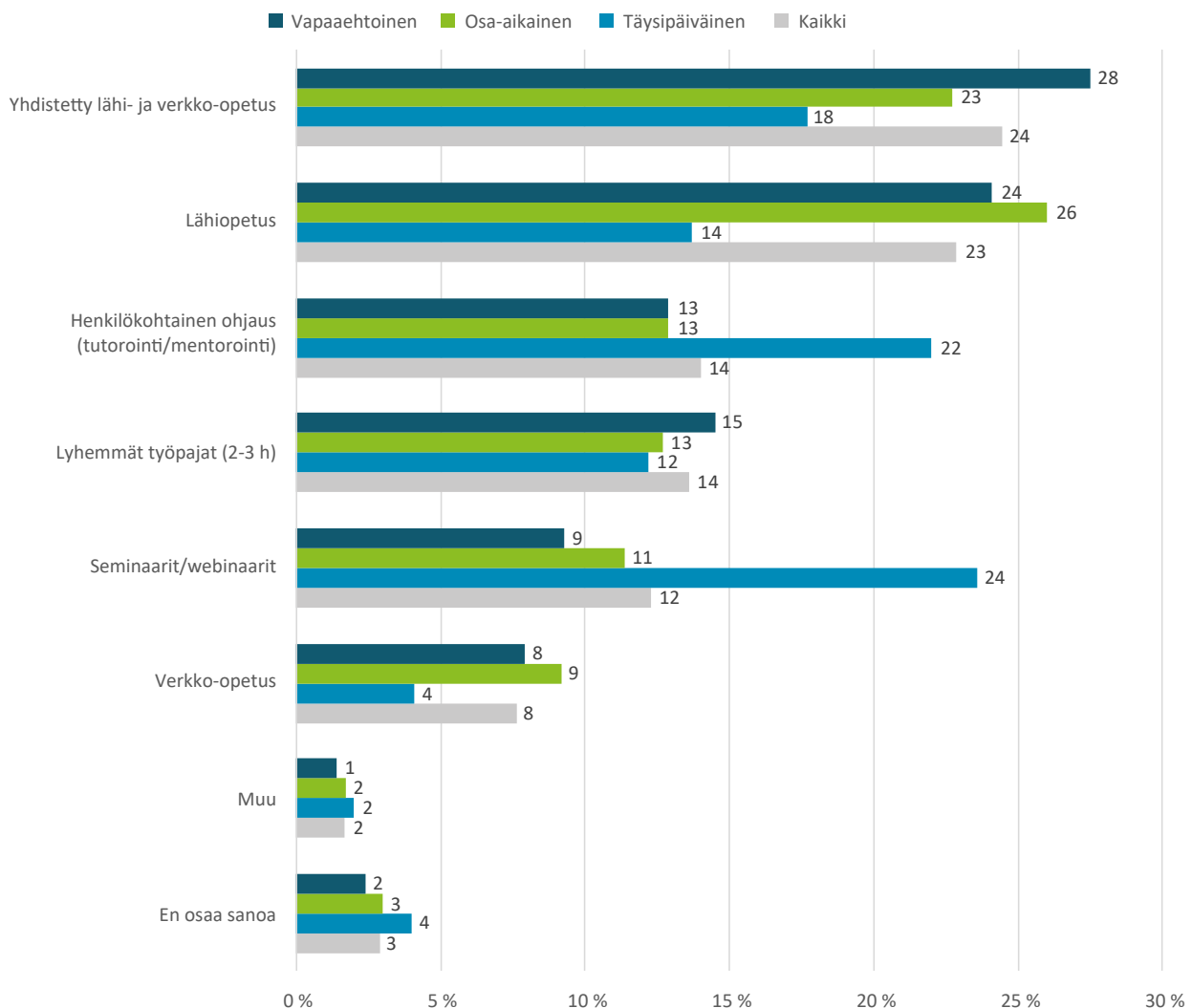
	Alle 13-v.	13-15-v.	16-19-v.	Yli 19-v.	Harraste	Paikallinen	Kansallinen	Kansainvälinen
	Valmennettavien ikä (%)				Valmennettavien taso (%)			
Ei, koulutus oli maksuton	21	21	21	16	21	24*	17	17
Ei, seura tai muu taho maksoi koulutuksen	69*	65	59	52	68*	64	64	56
Kyllä, maksoin osan/koko koulutuksen itse	10	14	20	32*	11	12	19	27*

* Ryhmien välillä merkitsevä ero.

Vastaajista 62 prosenttia oli ajatellut osallistuvansa valmentajakoulutukseen seuraavan 12 kuukauden aikana, kun taas 11 prosentilla ei ollut aikomusta kouluttautua tulevan vuoden aikana. Vastaajista 27 prosenttia ei osannut sanoa aikeistaan tulevan vuoden kouluttautumisen suhteen. Ajatukset valmentajakoulutukseen osallistumisesta seuraavan 12 kuukauden aikana erosivat sukupuolen, toiminnan perusteen ja valmennettavien iän ja tason mukaan. Naisista koulutukseen ajatteli osallistuvansa 64 prosenttia ja miehistä 61 prosenttia. Täysipäiväisesti valmentavista koulutukseen aikoi osallistua suurempi osuus (73%) kuin osa-aikaisesti (67%) ja vapaaehtoispuolelta (57%) valmentavista. Sekä 16–19-vuotiaita (64%) että alle 13-vuotiaita (63%) valmentavista lähes yhtä suuri osuus oli ajatellut osallistua valmentajakoulutukseen seuraavan 12 kuukauden aikana. 13–15-vuotiaita (60%) ja yli 19-vuotiaita (58%) valmentavista koulutukseen aikoi osallistua hieman pienempi osuus. Kansainvälisellä tasolla valmentavista 69 prosenttia ja kansallisella tasolla valmentavista 65 prosenttia oli ajatellut osallistuvansa tulevan vuoden koulutukseen. Harraste- ja paikallistaso valmentajista oli koulutukseen ajatellut osallistua 59 prosenttia.

Vastaajilta, jotka olivat seuraavan 12 kuukauden aikana (n = 1610) ajatelleet osallistua valmentajakoulutukseen tiedusteltiin lisäksi, mikä koulutusmuoto palvelisi parhaiten heidän tarpeitaan. Kuviossa 29 kuvataan vastaajien valitsemat koulutusmuodot sekä kaikkien vastaajien osalta että toiminnan perusteen mukaan. Noin neljännes vastaajista valitsi parhaaksi koulutusmuodoksi yhdistetyn lähi- ja verkko-opetuksen tai pelkän lähiopetuksen. Pelkän verkko-opetuksen valitsi vain 8 prosenttia ja muiden koulutusmuotojen osuudet vaihtelivat 12 ja 14 prosentin välillä. Vapaaehtoisvalmentajat suosivat yhdistettyä lähi- ja

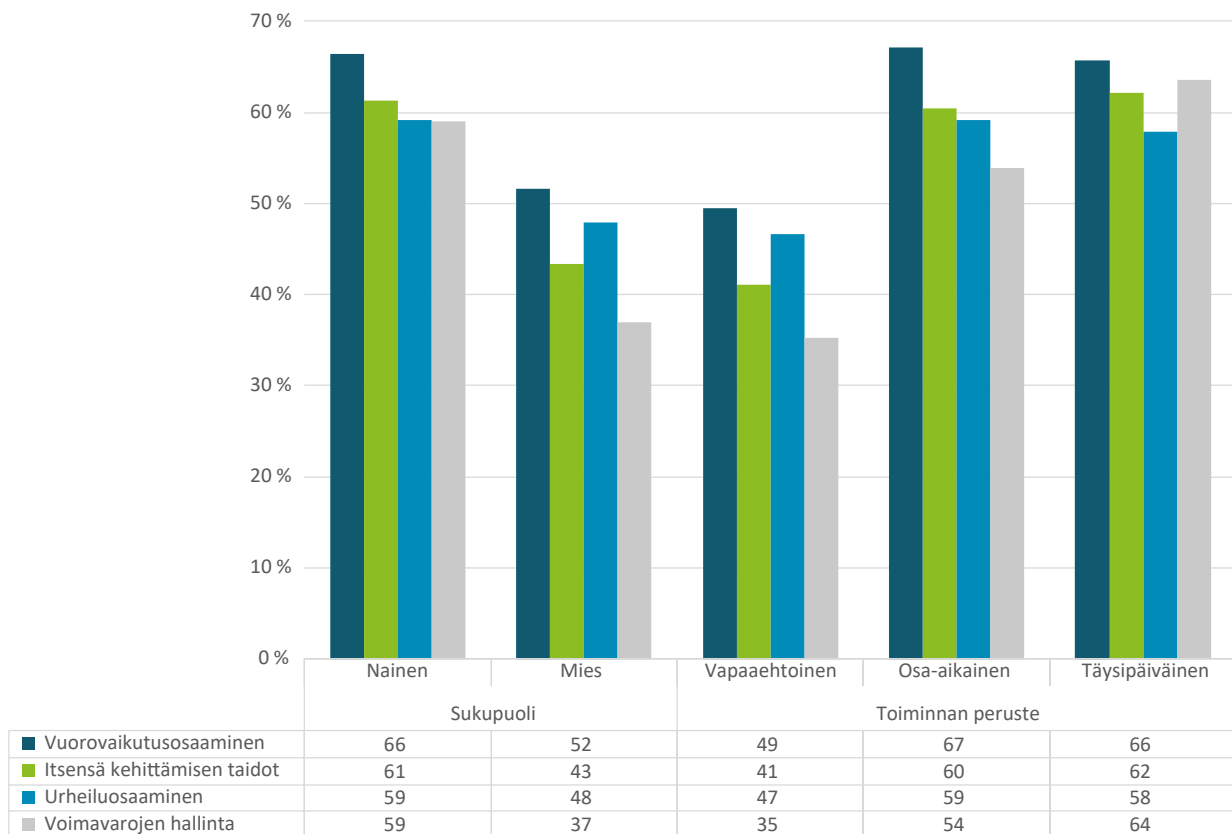
verkko-opetusta ja pelkän lähiopetuksen valitsivat yleisimmin osa-aikaiset valmentajat. Täysipäiväiset valmentajat valitsivat koulutusmuodoista muita yleisemmin seminaarit/webinaarit tai henkilökohtaisen ohjauksen (kuvio 29).



Kuvio 29. Valitut koulutusmuodot toiminnan perusteen mukaan (n=1610).

Osaamisen kehitystarpeet

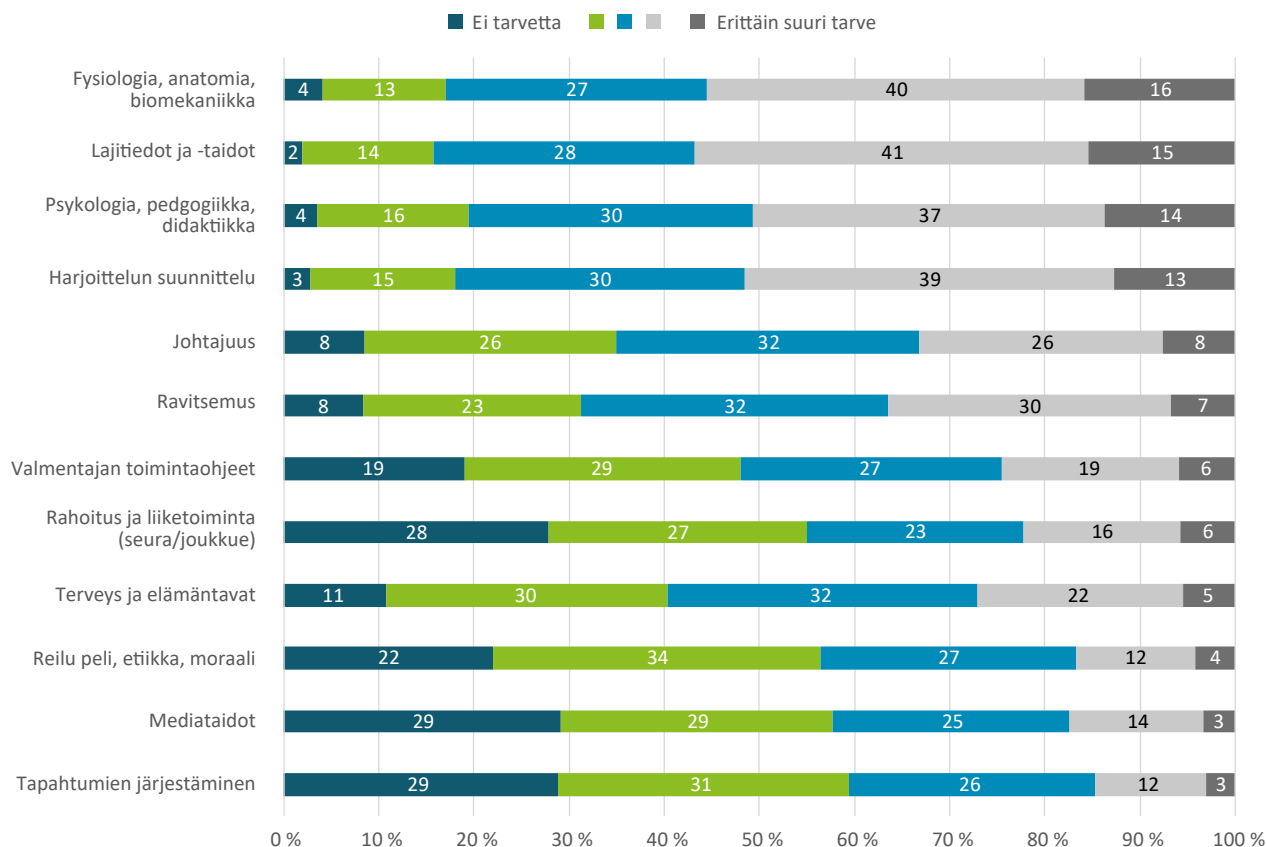
Vastaajien kehittymistarpeita kartoitettiin kahdella kysymyksellä. Ensimmäisessä kysymyksessä vastaajat arvioivat 5-portaisella asteikolla (1= en lainkaan tärkeänä... 5=erittäin tärkeänä), kuinka tärkeänä he pitivät kehittymistään valmennusosaamisen eri osa-alueilla. Valtaosa vastaajista piti tärkeänä tai erittäin tärkeänä kehittymistä kaikilla neljällä osa-alueella: vuorovaikutusosaamisessa (89 %), urheiluosaamisessa (90 %), itsensä kehittämisen taidoissa (89 %) ja voimavarojen hallinnassa (82 %). Valmennusosaamisen eri osa-alueita erittäin tärkeänä pitävien osuuksissa havaittiin eroja sukupuolen ja toiminnan perusteen mukaan (kuvio 30). Kaksi kolmasosaa naisista ja miehistä reilu puolet piti vuorovaikutusosaamisen kehittämistä erittäin tärkeänä. Naisista suurempi osuus piti erittäin tärkeänä kehittymistä myös muilla valmennusosaamisen osa-alueilla. Osa-aikaisista ja täysipäiväisistä valmentajista suurempi osuus piti kehittymistä kaikilla valmennusosaamisen eri osa-alueilla erittäin tärkeänä vapaaehtoisvalmentajiin verrattuna. Osa-aikaiset ja täysipäiväiset valmentajat erosivat tältä osin ainoastaan voimavarojen hallinnan osalta.



Kuvio 30. Valmennusosaamisen eri osa-alueiden kehittämistä erittäin tärkeänä pitävien osuudet sukupuolen (n = 849-1749) ja toiminnan perusteen (n = 370-1547) mukaan.

Valmentajien kehittymistarpeet monenlaisia

Toisessa kysymyksessä vastaajat arvioivat 5-portaisella asteikolla (1=ei tarvetta... 5=erittäin suuri tarve), kuinka suuri tarve heillä oli osaamisen kehittämiseen valmennuksen eri aihealueilla. Vastaajien kehittymistarve oli erittäin suuri tai suuri yli puolella vastaajista fysiologian, anatomian ja biomekaniikan, lajitietojen ja -taitojen, psykologian, pedagogiikan ja didaktiikan sekä harjoittelun suunnittelun aihealueilla. Reilu kolmannes piti kehittymistarvetta erittäin suurena tai suurena myös johtajuuden ja ravitsemuksen osalta ja vastaavasti noin kolmanneksella ei ollut tai oli vain vähäinen tarve kehittyä näillä aihealueilla. Yleisimmin kehittymistarvetta ei ollut tai se oli vähäinen rahoituksen ja liiketoiminnan (55 %), reilun pelin, etiikan ja moraalin (56 %), mediataitojen (58 %) ja tapahtumien järjestämisen (60 %) aihealueilla (kuvio 31).



Kuvio 31. Vastaajien osaamisen kehittämistarve valmennuksen eri aihealueilla (n = 2600-2607).

Vastaajien sukupuolella ja toiminnan perusteella oli yhteys siihen, kuinka suureksi kehittämistarve eri aihealueilla arvioitiin (taulukko 5). Miesvalmentajilla oli naisia suurempi tarve kehittyä erityisesti lajitiedoissa ja -taidoissa, harjoittelun suunnittelussa, ravitsemuksessa, terveydessä ja elämäntavoissa sekä reilussa pelissä, etikassa ja moraalisissa. Vapaaehtoisvalmentajilla oli suurin tarve kehittyä lajitiedoissa ja -taidoissa. Lisäksi vapaaehtoisvalmentajat kokivat muita suurempaa tarvetta kehittyä harjoittelun suunnittelussa, terveydessä ja elämäntavoissa, valmentajan toimintaohjeissa sekä reilussa pelissä, etikassa ja moraalisissa. Osa-aikaisilla valmentajilla oli suurin tarve kehittää osaamistaan fysiologiassa, anatomiasa ja biomekaniikassa. Täysipäiväiset valmentajat taas pitivät tärkeimpänä kehittyä psykologiassa, pedagogiikassa ja didaktiikassa ja muita tärkeämpänä kehittyä johtajuudessa, rahoituksessa ja liiketoiminnassa sekä mediataidoissa. Kehittämistarve valmennuksen eri aihealueilla on kuvattu kaikkien taustamuuttujien (sukupuoli, toiminnan peruste, valmennettavien ikä ja taso) osalta liitteessä 2 (taulukko 6).

Taulukko 5. Vastaajien kehittymistarve valmennuksen eri aihealueilla sukupuolen ja toiminnan perusteen mukaan.

	Kaikki	Naiset	Miehet	Vapaaehtoinen	Osa-aikainen	Täysipäiväinen
	ka	Sukupuoli (ka)		Toiminnan peruste (ka)		
Lajitiedot ja -taidot	3,55	3,46	3,58*	3,63*	3,41	3,43
Fysiologia, anatomia, biomekaniikka	3,50	3,48	3,51	3,51	3,50	3,48
Harjoittelun suunnittelu (lyhyellä/pitkällä aikavälillä)	3,43	3,37	3,46*	3,56*	3,28	3,22
Psykologia, pedagogiikka, didaktiikka	3,41	3,37	3,44	3,37	3,40	3,63*
Ravitseminen	3,04	2,80	3,15*	3,07	2,93	3,07*
Johtajuus	2,97	2,93	2,99	2,87	2,95	3,45*
Terveys ja elämäntavat	2,81	2,64	2,90*	2,86*	2,71	2,81
Valmentajan toimintaohjeet (kiusaaminen, ahdistelu, häirintä)	2,63	2,65	2,62	2,70*	2,54	2,53
Rahoitus ja liiketoiminta (seura/joukkue)	2,45	2,47	2,44	2,39	2,51	2,61*
Reilu peli, etiikka, moraali	2,42	2,36	2,46*	2,49*	2,35	2,30
Mediataidot	2,34	2,28	2,36	2,24	2,36	2,69*
Tapahtumien järjestäminen	2,29	2,34	2,27	2,30	2,32	2,22

* Ryhmien välillä merkitsevä ero.

Oppimistilanteet ja oppimisen lähteet osaamisen kehittäjinä

Oppimistilanteiden ja oppimisen lähteiden kartoitusta varten vastaajia pyydettiin valitsemaan omalla kohdallaan toteutuneet oppimistilanteet ja oppimisen lähteet sekä arvioimaan niiden tärkeyttä oman valmennustoiminnan tai valmentajana kehittymisen kannalta 3-portaisella asteikolla (1=ei lainkaan tärkeä, 2=tärkeä ja 3= erittäin tärkeä).

Taulukkoon 6 on koostettu yhteenvetona kaikkien oppimistilanteiden toteutuminen sekä vastaajien arvio niiden tärkeydestä valmennustoiminnan tai valmentajana kehittymisen kannalta. Useat hyvin erilaiset oppimistilanteet ja oppimisen lähteet näyttivät tukevan valmentajana kehittymistä. Arvioitavana olleista 15 oppimistilanteesta yhdeksän oli toteutunut vähintään 90 prosentilla vastaajista ja muidenkin toteutumisprosentti vaihteli 59-80 välillä. Kaikkia oppimistilanteita ja oppimisen lähteitä piti lisäksi tärkeänä tai erittäin tärkeänä vähintään puolet vastaajista.

Useimmin toteutuneiden ja tärkeimpien oppimistilanteiden perusteella valmentajan osaamisen kehittyminen perustui työskentelyyn ja vuorovaikutukseen muiden valmentajien kanssa, valmennettavilta saatavaan palautteeseen sekä omien ideoiden testaamiseen ja kokeilemiseen käytännön arkivalmennuksissa. Edellisiä oppimistilanteita ja oppimisen lähteitä piti erittäin tärkeänä reilu puolet vastaajista (52-57 %). Noin kolmasosa vastaajista piti erittäin tärkeänä myös oman valmennustoiminnan reflektointia, muiden valmentajien toiminnan seuraamista ja tarkkailua, valmentajakoulutusta sekä omia kokemuksia urheilijana. Useimmin toteutuneista oppimisen lähteistä sähköisiä materiaaleja piti erittäin tärkeänä reilu neljännes ja kirjallisia materiaaleja 16 prosenttia. Mentorointi oli toteutunut 70 prosentilla valmentajista ja suurempi osa (58 %) piti sitä tärkeänä kuin erittäin tärkeänä (29 %) oman valmennustoiminnan tai valmentajana kehittymisen kannalta. Sosiaalista mediaa ja urheiluun ja valmennukseen liittyviä keskustelupalstoja pidettiin oppimisen ja kehittymisen kannalta vähiten tärkeinä.

Taulukko 6. Oppimistilanteiden ja oppimisen lähteiden toteutuminen ja tärkeyden arviointi.

	Toteutunut		Erittäin tärkeä	Tärkeä	Ei tärkeä	Tärkeys yht.
	%	n	%	%	%	%
Työskentely/vuorovaikutus muiden valmentajien kanssa	98	2559	57	41	1	99
Palautte, jota saan urheilijoilta/pelaajilta	96	2502	55	44	1	99
Omien ideoiden testaaminen ja kokeileminen käytännössä (arkivalmennus)	98	2569	52	46	1	99
Oman valmennustoiminnan reflektointi	94	2447	37	59	4	96
Muiden valmentajien toiminnan seuraaminen/tarkkailu	95	2493	35	60	5	95
Valmentajakoulutus	92	2412	33	61	6	94
Sähköiset materiaalit (videot, tallenteet)	91	2364	27	64	8	92
Omat kokemukset urheilijana	96	2498	37	52	12	88
Mentorointi	70	1823	29	58	13	87
Kirjalliset materiaalit	92	2398	16	67	17	83
Seminaarit, työpajat ja teemapäivät	77	2012	16	63	21	79
Valmennuksen verkkosivustot	80	2082	11	66	23	77
Verkkokurssit ja -oppiminen	59	1553	10	55	35	65
Sosiaalinen media	80	2080	6	50	44	56
Urheiluun ja valmennukseen liittyvät keskustelupalstat	69	1797	7	43	50	50

Vastaajien sukupuoli ja toiminnan peruste olivat yhteydessä siihen, kuinka tärkeänä vastaajat eri oppimistilanteita ja oppimisen lähteitä pitivät (taulukko 7). Naisvalmentajien keskiarvot olivat korkeammat kuin miesvalmentajilla viidessä tärkeimmässä oppimistilanteessa. Täysipäiväiset valmentajat puolestaan

pitivät muita tärkeämpiä kaikkia oppimistilanteita lukuun ottamatta valmennettavilta saatavaa palautetta, jota pitivät tärkeimpänä osa-aikaiset valmentajat. Valmentajana kehittymiseen liittyvien oppimistilanteiden ja oppimisen lähteiden tärkeys kaikkien taustamuuttujien (sukupuoli, toiminnan peruste, valmennettavien ikä ja taso) osalta on esitetty liitteessä 2 (taulukko 7).

Taulukko 7. Oppimistilanteiden tärkeys sukupuolen ja toiminnan perusteen mukaan.

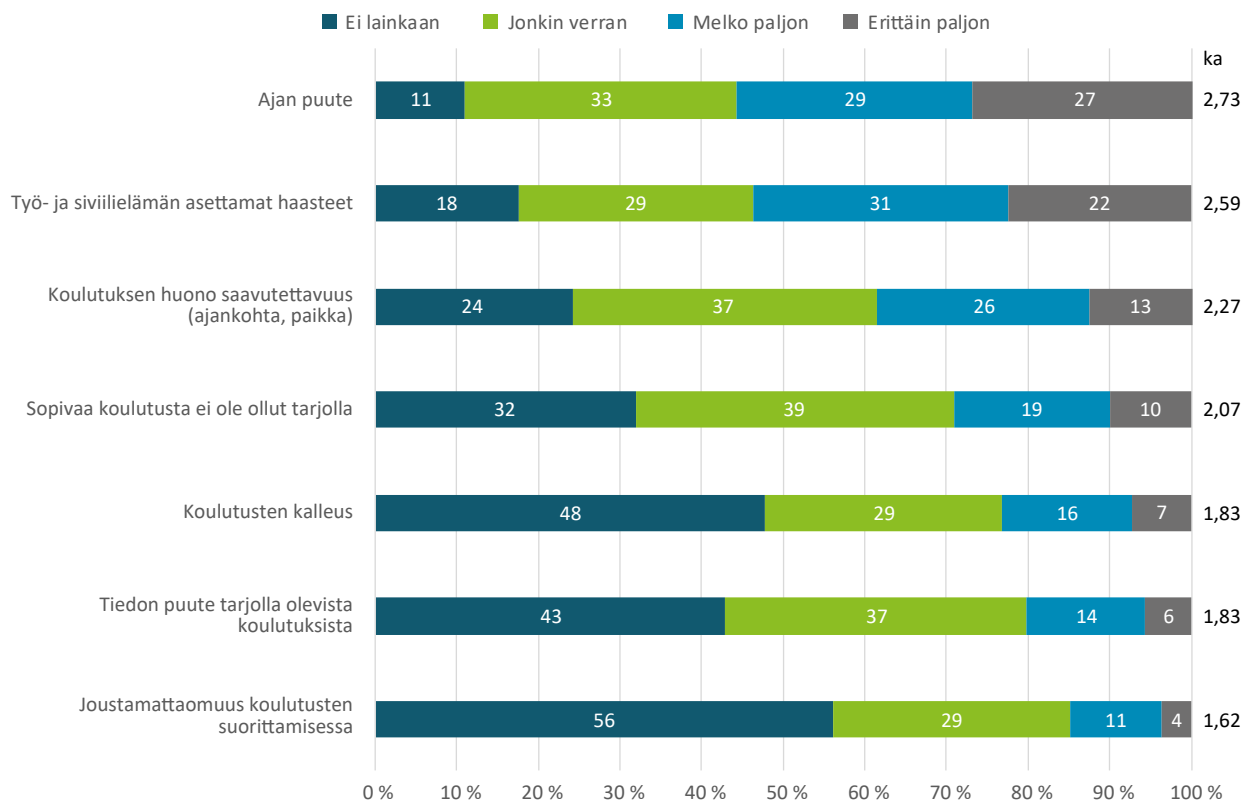
	Kaikki	Naiset	Miehet	Vapaaehtoinen	Osa-aikainen	Täysipäiväinen
	ka	Sukupuoli (ka)		Toiminnan peruste (ka)		
Työskentely/vuorovaikutus muiden valmentajien kanssa	2,56	2,62*	2,53	2,54	2,57	2,65*
Palaute, jota saan urheilijoilta/pelaajilta	2,55	2,64*	2,50	2,52	2,60*	2,58
Omien ideoiden testaaminen ja kokeileminen käytännössä (arkivalmennus)	2,51	2,59*	2,47	2,46	2,56	2,63*
Oman valmennustoiminnan reflektointi	2,34	2,43*	2,29	2,26	2,40	2,52*
Muiden valmentajien toiminnan seuraaminen/tarkkailu	2,29	2,37*	2,26	2,26	2,33	2,37*

* Ryhmien välillä merkitsevä ero.

Valmentajana kehittymisen haasteet

Koulutukseen osallistumista vaikeuttavia tekijöitä arvioitiin asteikolla 1-4 (1=ei lainkaan... 4=erittäin paljon) (kuvio 32). Reilu puolet vastaajista koki ajan puutteen (ka 2,73) sekä työ- ja siviilielämän asettamien haasteiden (ka 2,59) vaikeuttavan eniten koulutukseen osallistumista. Koulutuksen huono saavutettavuus (ka 2,27) tai se ettei sopivaa koulutusta ollut ollut tarjolla (ka 2,07) olivat seuraavaksi eniten vaikuttaneita syitä. Vähiten koulutukseen osallistumista oli vaikeuttanut joustamattomuus koulutuksen suorittamisessa, joka reilulla puolella vastaajista ei ollut vaikuttanut lainkaan ja alle kolmasosallakin ainoastaan jonkin verran.

Neljässä koulutukseen osallistumista eniten vaikeuttavassa tekijässä oli eroa sukupuolen ja toiminnan perusteen mukaan (taulukko 8). Miesvalmentajilla työ- ja siviilielämän asettamat haasteet vaikuttivat naisia enemmän ja naisilla puolestaan koulutuksen huono saavutettavuus tai se ettei sopivaa koulutusta ollut ollut tarjolla. Vapaaehtoisvalmentajilla koulutukseen osallistumista olivat vaikeuttaneet muita enemmän ajanpuute sekä työ- ja siviilielämän asettamat haasteet ja täysipäiväisillä valmentajilla puolestaan se, ettei sopivaa koulutusta ollut ollut tarjolla.



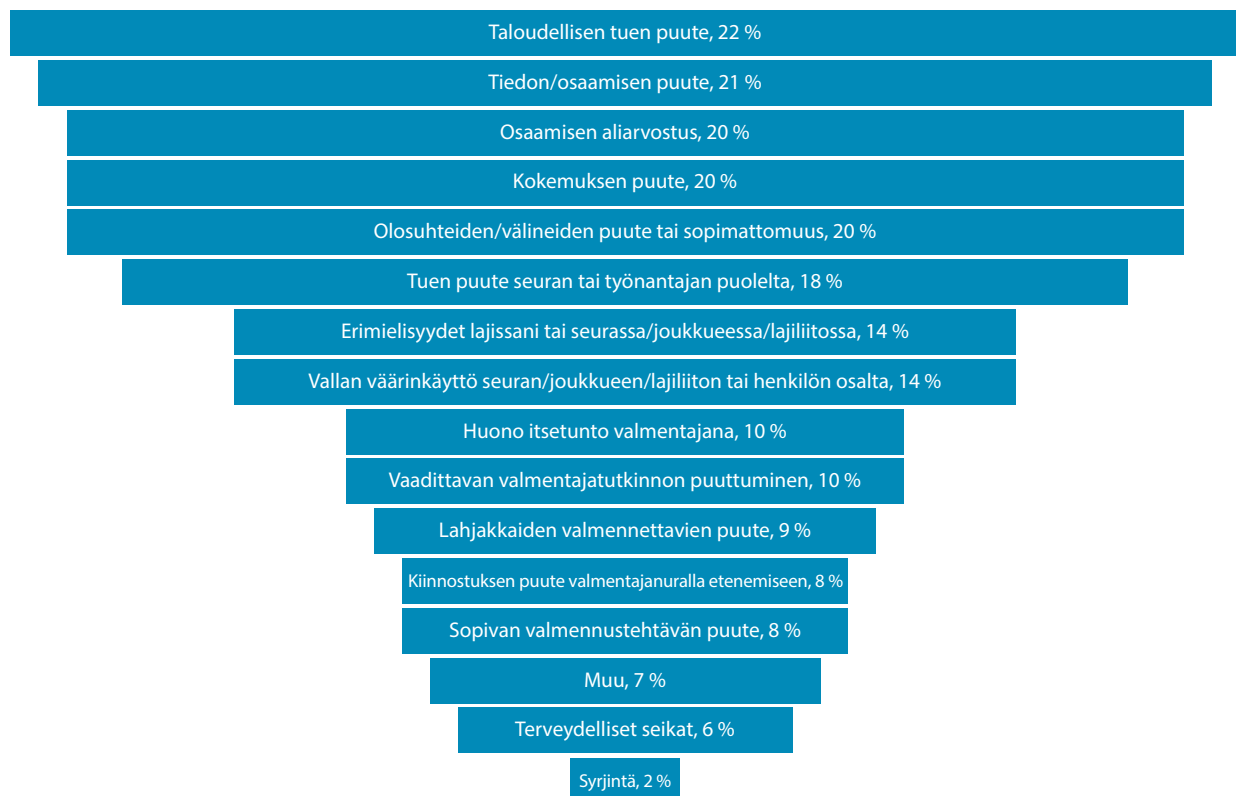
Kuvio 32. Koulutukseen osallistumista vaikeuttaneet tekijät (n = 2581-2599)

Taulukko 8. Neljä koulutukseen osallistumista eniten vaikeuttavaa tekijää sukupuolen ja toiminnan perusteen mukaan.

	Kaikki	Naiset	Miehet	Vapaaehtoinen	Osa-aikainen	Täysipäiväinen
	ka	Sukupuoli (ka)		Toiminnan peruste (ka)		
Ajan puute	2,73	2,70	2,75	2,78*	2,65	2,67
Työ- ja siviilielämän asettamat haasteet	2,59	2,39	2,68*	2,70*	2,48	2,30
Koulutuksen huono saavutettavuus (ajankohta, paikka)	2,27	2,40*	2,21	2,27	2,33	2,21
Sopivaa koulutusta ei ole ollut tarjolla	2,07	2,13*	2,04	2,02	2,14	2,15*

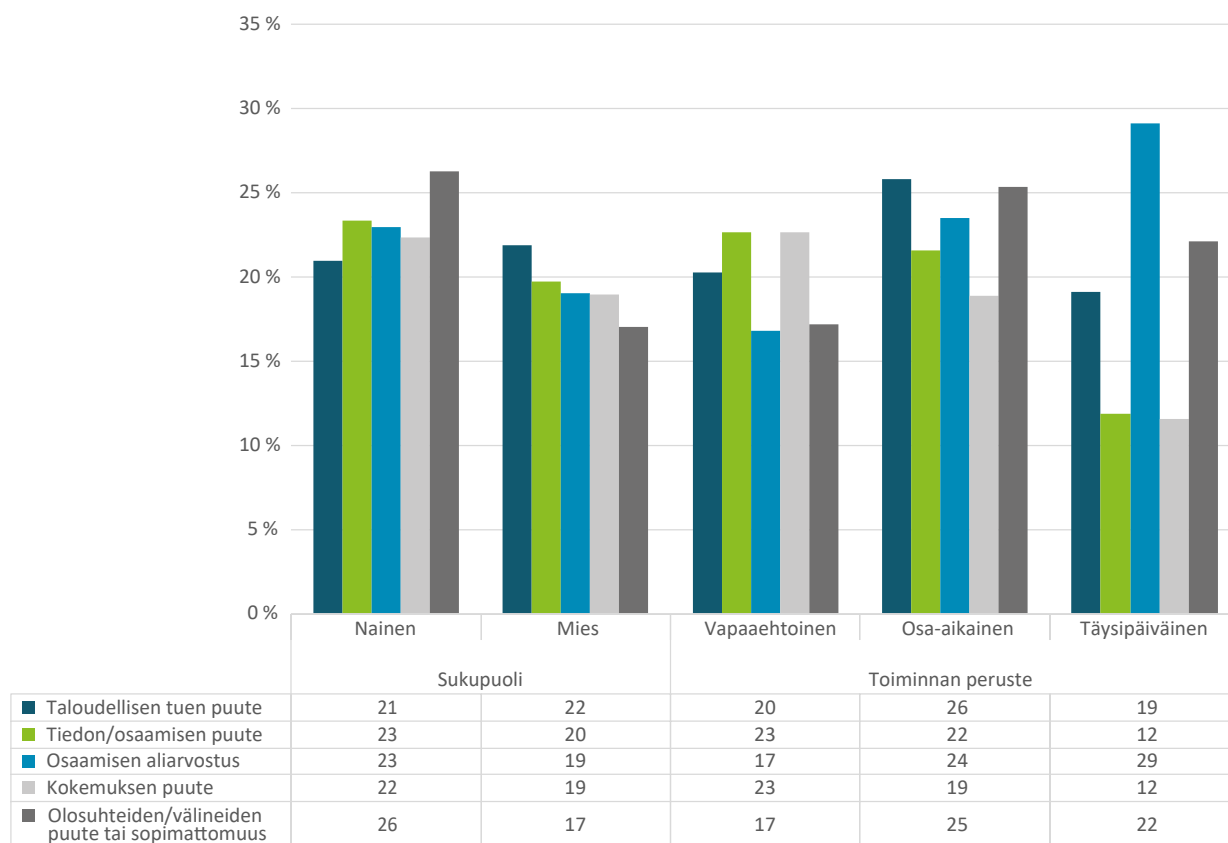
* Ryhmien välillä merkitsevä ero.

Vastaajia pyydettiin valitsemaan, mitkä kuviossa 33 esitetyistä tekijöistä olivat vaikeuttaneet heidän valmentajana kehittymistään tai valmentajan uralla etenemistä. Valmentajista vajaa neljäsosa (24 %) koki, ettei mikään asia ollut vaikeuttanut heidän kehittymistään valmentajana tai uralla etenemistä. Noin viidesosa vastaajista koki, että taloudellisen tuen puute, tiedon tai osaamisen puute, osaamisen aliarvostus, kokemuksen puute tai olosuhteiden tai välineiden puute tai sopimattomuus vaikeuttivat valmentajana kehittymistä tai valmentajauralla etenemistä. Pienempi osuus vastaajista (10-18 %) koki, että haasteet toimintaympäristössä tai omassa osaamisessa vaikeutti valmentajana kehittymistä. Harvemmallakin kuin joka kymmenellä vaikeuttavina tekijöinä olivat lahjakkaiden valmennettavien puute, oman kiinnostuksen puute uralla etenemiseen, sopivan valmennustehtävän puute, terveydelliset seikat tai syrjintä. Vastaajien valitsemat asiat erosivat jonkin verran sukupuolen ja toiminnan perusteen mukaan.



Kuvio 33. Valmentajana kehittymistä tai valmentajauralla etenemistä vaikeuttaneet tekijät (prosenttilukujen summa ylittää 100 %, koska vastaaja on voinut valita useita tekijöitä).

Naiset valitsivat miehiä useammin tiedon tai osaamisen puutteen, osaamisen aliarvostamisen, kokemuksen puutteen tai olosuhteiden tai välineiden puutteen tai sopimattomuuden vaikeuttaneen heidän toimintaansa (kuvio 34). Vapaaehtoisvalmentajilla toimintaa vaikeutti muita yleisemmin tiedon ja osaamisen puute tai kokemuksen puute, kun taas osa-aikaisilla valmentajilla vaikeuttavia asioita olivat muita yleisemmin taloudellisen tuen sekä olosuhteiden tai välineiden puute tai sopimattomuus. Täysipäiväisesti valmentavat puolestaan kokivat osaamisen aliarvostuksen useimmin vaikeuttavan heidän kehittymistään valmentajana tai uralla etenemistä. Valmentajana kehittymistä tai valmentajauralla etenemistä vaikeuttaneet tekijät kaikkien taustamuuttujien (sukupuoli, toiminnan peruste, valmennettavien ikä ja taso) osalta on esitetty liitteessä 2 (taulukko 8).

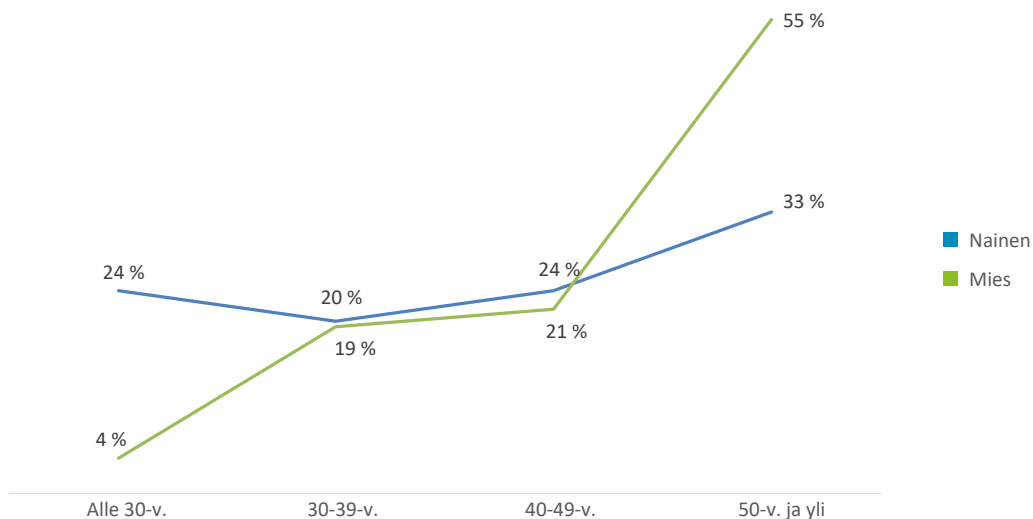


Kuvio 34. Tärkeimmät valmentajana kehittymistä tai valmentajauralla etenemistä vaikeuttaneet tekijät sukupuolen (n = 853-1755) ja toiminnan perusteen (n = 371-1552) mukaan.

3.6 Kuvaus valmennustoiminnan keskeyttäneistä tai lopettaneista

Kaikista kyselyyn vastanneista valmentajista (n = 2765) vajaa kuusi prosenttia ei ollut mukana valmennustoiminnassa kyselyntekohetkellä (n=153). Heistä 59 prosenttia piti taukoa valmentamisesta ja 41 prosenttia oli lopettanut valmentamisen. Vastaajista 38 prosenttia oli ajatellut jatkaa valmentamista seuraavan 12 kuukauden aikana. Niistä valmentajista, jotka olivat vastanneet tauon pituutta koskevaan kysymykseen (n=82), lähes puolet oli pitänyt taukoa valmentamisesta vuoden tai sitä vähemmän (48%).

Valmennustoiminnan keskeyttäneistä tai lopettaneista kaksi kolmasosaa oli miehiä (64 %). Lähes puolet vastaajista kuului 50 vuotta täyttäneisiin tai vanhempiin (47%). Noin viidennes vastaajista kuului ikäluokkiin 30–39-vuotiaat (20 %) ja 40–49-vuotiaat (22 %). Alle 30-vuotiaita oli vastanneissa reilu 11 prosenttia. Valmennuksen lopettaminen tai siitä tauon pitäminen painottui siis vanhimpaan ikäluokkaan. Vapaaehtoispuolelta viimeisessä valmennustehtävässään oli toiminut 71 prosenttia vastaajista, osa-aikaisesti oli valmentanut 21 prosenttia ja täysipäiväisesti 8 prosenttia. Opetus- tai liikunta-alan tutkinto oli 47 prosentilla ja kilpaurheilutausta 82 prosentilla kyselyhetkellä valmennustoiminnasta poissa olevista vastaajista.



Kuvio 35. Valmennustoiminnan lopettaneiden tai keskeyttäneiden ikäjakauma sukupuolittain (n = 55-98).

Kyselyhetkellä valmennustoiminnasta poissa olevista miehistä valtaosa kuului vanhimpaan ikäluokkaan (55 %), kun taas alle 30 vuotiaita oli miesten joukossa vain 4 prosenttia (kuvio 35). Kahdessa muussa ikäluokassa oli miehistä noin viidesosa. Kyselyhetkellä ei valmentavista naisista kolmannes kuului 50 vuotta täyttäneisiin tai vanhempiin, alle 30-vuotiaita ja 40–49-vuotiaita oli noin neljäsosa ja 30–39-vuotiaita vajaa viidesosa. Naisten kohdalla lopettaminen tai keskeyttäminen oli lähes yhtä yleistä kaikissa ikäluokissa, kun taas miehillä se painottui vanhimpaan ikäluokkaan.

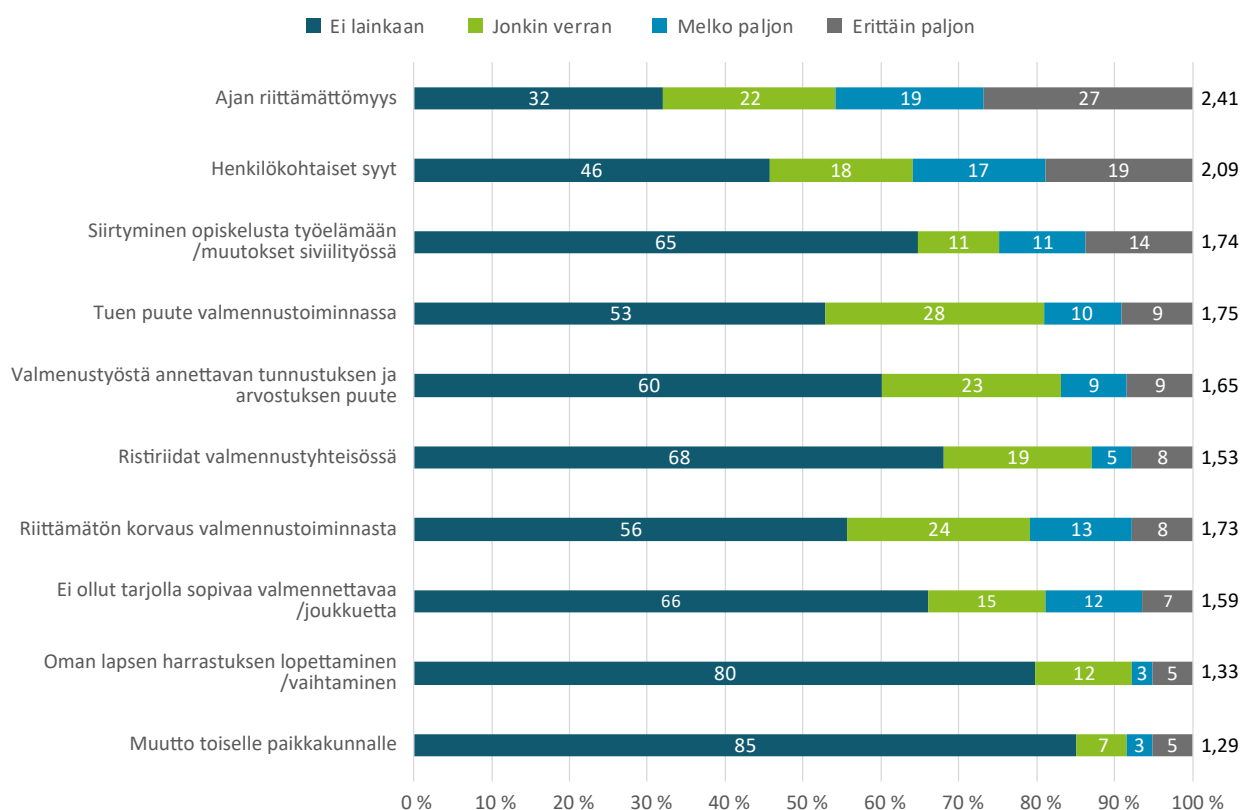
Vastaajista 88 prosentilla oli jokin valmentajakoulutus. Reilulla kolmasosalla vastaajista (34%) oli 1 tason valmentajakoulutus. Seuraavaksi eniten oli ammatillisen valmentajakoulutuksen (AMK/yliopistotaso) (21%) suorittaneita. 3 tason valmentajakoulutuksen suorittaneita (13%), valmennuksen ammattitutkinnon suorittaneita (12%) sekä ilman valmentajakoulutusta valmentavia (12%). 2 tason koulutus oli 9 prosentilla.

Korkeimman koulutustason tarkastelua varten valmentajakoulutuksen vaihtoehtoista muodostettiin 5-luokkaa. Vastaajien korkein valmentajakoulutustaso oli yleisimmin lajiliiton 1 tason koulutus (34%). AMK- tai yliopistotasoinen valmentajakoulutus oli reilulla viidesosalla vastaajista (21 %) ja lajiliiton 3 tason (13%) tai ammatillisen valmentajatutkinnon (12%) oli suorittanut hieman yli 10 prosenttia vastaajista. Lajiliiton 2 tason koulutus oli 9 prosentilla vastaajista. Keskimäärin valmentajat olivat suorittaneet 1,8 valmentajakoulutusta (vaihteluväli 0-8 koulutusta). Yksi koulutus oli vajaalla puolella (45%) vastaajista ja kaksi koulutusta vajaalla viidesosalla (18 %). Kolme koulutusta tai enemmän oli neljäsosalla vastaajista (24%).

Reilu kaksi viidesosaa vastaajista (41%) kertoi tärkeimmäksi syyksi valmennustoimintansa aloittamiselle sen, että oli itse harrastanut tai harrastaa kyseistä lajia. Vajaalla viidesosalla tärkein syy oli oman lapsen harrastaminen (18%) tai se, että valmentaminen kiinnosti ammattina (17%). Valmentamisen kiinnostaminen harrastuksena (12%) tai ulkopuolisen tahon pyyntö (11%) oli tärkein syy valmennustoiminnan aloittamiseen reilulla 10 prosentilla vastaajista ja jokin muu syy 1 prosentilla.

Vastaajista 30 prosenttia oli valmentanut viimeksi alle 13-vuotiaita, 26 prosenttia yli 19-vuotiaita ja sekä 13–15-vuotiaita että 16–19-vuotiaita 22 prosenttia. Viimeisimmässä valmennustehtävässään kansallisen tason urheilijoita oli valmentanut 40 prosenttia ja paikallisen/piiri/aluetaso urheilijoita 31 prosenttia vastaajista. Viidennes kyselyntekohetkellä valmennustoiminnasta poissa olevista oli valmentanut viimeksi harrastetason urheilijoita (20%) ja 9 prosenttia oli toiminut kansainvälisen tason urheilijoiden parissa.

Valmennustoiminnan lopettamiseen tai keskeyttämiseen johtaneita syitä kartoitettiin pyytämällä vastaajia arvioimaan kuviossa 36 esitettyjä tekijöitä 4-portaisella asteikolla (1= ei lainkaan... 4= erittäin paljon). Ajan riittämättömyys ja henkilökohtaiset syyt (terveys, perhesyyt) olivat kaksi tärkeintä syytä valmentamisen keskeyttämiseen tai lopettamiseen. Ajan riittämättömyys (ka 2,41) oli vaikuttanut vähintäänkin jonkin verran valmentamisen keskeyttämiseen tai lopettamiseen yli kahdella kolmasosalla vastaajista ja henkilökohtaiset syyt (ka 2,09) yli puolella vastaajista. Vähintäänkin jonkin verran päätökseen oli vaikuttanut lähes puolella vastaajista tuen puute valmennustoiminnassa (ka 1,75) tai riittämätön korvaus valmennustoiminnasta (1,74). Vähiten valmennustoiminnan lopettamiseen tai keskeyttämiseen olivat vaikuttaneet oman lapsen harrastuksen lopettaminen tai muutto toiselle paikkakunnalle.



Kuvio 36. Valmennustoiminnan lopettamiseen tai keskeyttämiseen johtaneet syyt (n = 153).

4 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tulosten perusteella valtaosan Suomalaisesta valmentajakunnasta muodostavat vapaaehtois pohjalta toimivat 30–49-vuotiaat miesvalmentajat. Naisilla valmentaminen painottuu nuoremmalle iälle ja naisvalmentajista lähes kolme viidestä kuuluu alle 30-vuotiaiden ikäryhmään. Valmentaminen aloitetaan useimmin oman lajiharrastuksen tai oman lapsen harrastustoiminnan kautta ja harvemmin siksi, että se kiinnostaa harrastuksena tai ammattina. Naiset aloittavat valmentamisen yleisimmin oman lajiharrastuksen jatkona, mikä mahdollistaa toiminnan jatkamisen itselle tärkeän lajin parissa. Miehet taas päätyvät useammin valmentamaan oman lapsensa harrastamassa lajissa. Tuloksista käy myös ilmi se, että valmennustyössä pysytään mukana verraten pitkään ja että toiminta vaatii sitoutumista, sillä kokemusta valmentajilla on keskimäärin 11 vuotta ja valmentamiseen käytetty aika viikossa on keskimäärin 13 tuntia. Valmennustoiminnan jatkamiseen vaikuttavat valtaosalla eniten sisäiset motivaatiotekijät, kuten valmentamisesta saatava nautinnon tunne. Valmentajan kokonaishyvinvointia tukevat yleisimmin osaaminen ja kokemus valmentajana sekä valmentamiseen kiinteästi liittyvät vuorovaikutussuhteet. Negatiivisesti valmentajan kokonaishyvinvointiin vaikuttavat valmennuksen oheistehtävät, riittämätön palkka tai korvaus sekä valmennustoiminnan sovittaminen muuhun elämään. Edellisten lisäksi ajan riittämättömyys ja tuen puute valmennustoiminnassa vaikuttavat useimmin valmennustoiminnan lopettamiseen tai keskeyttämiseen.

HUOMIOT JA SUOSITUKSET:

- Vaikka valmentajina toimii tälläkin hetkellä melko laaja kirjo eri ikäisiä ja erilaisista lähtökohdista tulevia ihmisiä lasten vanhemmista ammattivalmentajiin olisi keinoja sekä valmentajien määrän lisäämiseksi että valmennustoiminnassa jatkamisen tukemiseksi ja ammattimaisuuden edistämiseksi edelleen mietittävä kaikilla toiminnan tasoilla.
- Valmentajakunnan monimuotoisuuden lisääminen edellyttää keskustelua siitä, houkutteleeko vallitseva urheilukulttuuri miehiä toiminnan pariin naisia enemmän tai rajaako mielikuva valmentajasta sitä, kenelle valmennustehtävä tarjotaan. Lisäksi olisi mietittävä toimenpiteitä tähän vaikuttamiseksi.
- Vaihtoehtoisia rekrytointitapoja olisi hyvä miettiä, kun valtaosa valmennustehtävistä on joko tarjottu henkilölle tai siihen on tarjouduttu vapaaehtoisesti. Rekrytoinnin monipuolistaminen mahdollistaisi myös erilaisten väestöryhmien tavoittamisen kattavammin.
- Vapaaehtoistyön tekemisen muotoja tulisi miettiä uudelleen, koska ihmisten ajatus vapaaehtoistyöstä on muuttunut.
- Positiivista on, että erityisesti nuorista valmentajista yli puolet toimii osa-aikaisesti. Keinoja valmentajien palkkaus- ja työmahdollisuuksien lisäämiseksi on kuitenkin edelleen mietittävä.
- Valmentamisen arvostusta ja houkuttelevuutta tulisi lisätä, jotta se nähtäisiin todellisenä vaihtoehtona myös ammatinvalintatilanteessa.

- Tulisi pyrkiä tukemaan nykyistä paremmin valmentajien kokonaishyvinvointia edistämällä siihen positiivisesti vaikuttavia tekijöitä sekä löytämään ratkaisuja negatiivisesti vaikuttaviin tekijöihin.
- Koska lopettamisen syistä merkittävimmäksi koettiin ajan riittämättömyys – tulisi kehittää uusia toimintamuotoja, jotka keventävät sitoutumista ja mahdollistaisivat uusilla tavoilla osallistumisen valmennustoimintaan.
- Koska valmentaminen usein loppuu suurten elämänmuutosten (avioliitto, lapset, urakehitys) kohdatessa, olisi tärkeää kartoittaa myöhemmin uudelleen näiden henkilöiden halukkuutta palata takaisin valmennustoiminnan pariin, jotta osaamista ja kokemusta ei hukattaisi.

Valmentajien tavoitteet, motiivit sekä tehtävät vaihtelevat ja painottuvat eri tavoin valmentajauran eri vaiheissa ja toimintaympäristöissä. Kolme neljästä valmentajasta ilmoittaa tavoitteekseen valmentajana kehittymisen ja noin puolet lajin ja lajikulttuurin tai valmennuksen ja valmennusprosessien kehittämisen. Harvempi kuin yksi kymmenestä ei aseta itselleen tai toiminnalleen selkeää kehittymistavoitetta. Valmentajien koulutustaso on näiden tulosten pohjalta korkeampi kuin väestössä keskimäärin. Valtaosalla valmentajista on lisäksi valmentajakoulutus ja korkein valmentajakoulutustaso on yhteydessä niin valmentajakokemukseen ja valmennustoiminnan perusteeseen, kuin valmennettavien ikään ja tasoonkin. Lisäkouluttautumista pitää tärkeänä tai erittäin tärkeänä kahdeksan kymmenestä valmentajasta. Valmentajien koulutushalukkuudesta kertoo myös se, että kaksi kolmesta valmentajasta on osallistunut valmentajakoulutukseen edellisen vuoden aikana ja sama osuus on suunnitellut kouluttautuvansa tulevan vuoden aikana. Koulutusmuodoista vapaaehtoisten ja osa-aikaisten valmentajien tarpeita palvelisivat parhaiten yhdistetty lähi- ja verkko-opetus tai pelkkä lähiopetus, kun täysipäiväiset valitsisivat koulutusmuodoksi useimmin seminaarit/webinaarit tai henkilökohtaisen mentoroinnin. Koulutukseen osallistumista puolestaan vaikeuttavat selkeimmin ajan puute sekä työ- ja siviilielämän asettamat haasteet. Myös koulutusten saavutettavuus tai sopivan koulutuksen puute asettavat haasteita kouluttautumiselle.

HUOMIOT JA SUOSITUKSET:

- Näyttäisi siltä, että valmentajat ovat pääsääntöisesti erittäin kehitymis- että koulutushaluisia. Lähtökohta avaakin monia mahdollisuuksia miettiä keinoja valmentajien osaamisen kehittämiseksi ja edelleen valmennuksen laadun parantamiseksi.
- Koulutuspolulla jatkaminen tulee tehdä valmentajalle merkityksellisemmäksi. Koulutussisältöjen tulee olla entistä kohderyhmälähtöisempiä ja aiempi osaaminen tulisi tunnistaa entistä paremmin.
- Valmentajien kouluttautumista tulee edistää monipuolisesti ja entistä kohdennetummin. Tärkeintä olisi löytää kullekin koulutettavalle sopivimmat oppimiskäsitteet taustakoulutus ja kokemus huomioiden.

- On kehitettävä uudenlaisia ratkaisuja, jotka mahdollistavat entistä sujuvammin koulutautumisen myös kiinteästi arjessa tehtävän valmennustyön yhteydessä.
- Koulutuksia suunnittelevien ja järjestävien tahojen tulisi pyrkiä omalta osaltaan minimoimaan koetut esteet koulutuksessa sekä suosia koulutusmuotoja, jotka parhaiten vastaavat valmentajien tarpeita.

Valtaosa valmentajista pitää kehittymistään kaikilla valmennusosaamisen eri osa-alueilla tärkeänä tai erittäin tärkeänä. Kehittymistarpeet valmennuksen eri aihealueilla puolestaan vaihtelevat valmennustehtävistä ja toimintaympäristöstä riippuen. Toiminnan perusteen mukaan tarkasteltuna vapaaehtoisvalmentajille merkityksellisintä on kehittää itseään lajitiedoissa ja -taidoissa sekä harjoittelun suunnittelussa, kun taas täysipäiväisesti valmentavilla on muita suurempi tarve kehittyä psykologiassa, opettamisessa ja johtamisessa. Valmentajan osaamisen kehittyminen erilaisissa oppimistilanteissa näyttäisi perustuvan vahvasti kokemuksen kautta oppimiseen. Useimmin toteutuneiden ja tärkeimpien oppimistilanteiden perusteella oman osaamisen kehittämisen kivijalkana ovat työskentely ja vuorovaikutus muiden valmentajien kanssa, valmennettavilta saatava palaute sekä omien ideoiden testaaminen ja kokeileminen käytännön arkivalmennuksessa. Edellisten lisäksi kolmasosa valmentajista pitää erittäin tärkeänä oman valmennustoiminnan reflektointia, muiden valmentajien toiminnan seuraamista ja tarkkailua, valmentajakoulutusta sekä omia kokemuksia urheilijana. Valmentajana kehittymistä tai valmentajan uralla etene- mistä vaikeuttavat puolestaan yleisimmin taloudellisen tuen puute, tiedon tai osaamisen puute, osaami- sen aliarvostus, kokemuksen puute tai olosuhteiden tai välineiden puute tai sopimattomuus.

HUOMIOT JA SUOSITUKSET:

- Oppimisprofiili muuttuu kokemuksen ja koulutuksen myötä ja valmentajat näyttävät pitävän tärkeänä hyvin monenlaista tietoa oman asiantuntijuutensa kehittämisessä. Valmennuksen laadun ylläpitäminen ja kehittäminen edellyttävätkin valmentajana kehittymisen näkemistä yksilöllisenä ja elinikäisenä prosessina.
- Valmentajat tuntevat ymmärtävän hyvin kokonaisvaltaisen valmennuksen osaamistarpeet. Kokemus kehittymistarpeista voi vaihdella sen mukaan, miten laajasti eri aihealueet ymmärretään ja kuinka merkityksellisinä ne näyttäytyvät valmentajan omassa päivittäisvalmennuksessa.
- Valmentajilla osaamisen kehittämisen keskiössä ovat vuorovaikutus muiden valmentajien kanssa, urheilijoilta saatava palaute ja arkivalmennus. Huomioitava on kuitenkin, että useat hyvin erilaiset oppimistilanteet ja oppimisen lähteet mahdollistavat valmentajana kehittymisen.
- Vähintään yhtä tärkeää kuin opettaa koulutussisältöjä, on opettaa oppimaan eli auttaa valmentajia oppimaan käytännöstä ja refleктоimaan omaa toimintaansa parhaalla mahdollisella tavalla sekä etsimään ja tarkastelemaan tietoa kriittisesti.

LIITE 1. Kyselyn vastaajat lajeittain (N=2608)

Laji	Kaikki	% vastauksista	Naiset	Naiset %	Miehet	Miehet %
Jalkapallo	589	22,6 %	59	10,0%	530	90,0%
Salibandy	377	14,5 %	33	8,8%	344	91,2%
Jääkiekko	309	11,8 %	13	4,2%	296	95,8%
Joukkuevoimistelu	149	5,7 %	148	99,3%	1	0,7%
Koripallo	144	5,5 %	32	22,2%	112	77,8%
Yleisurheilu	98	3,8 %	25	25,5%	73	74,5%
Cheerleading	87	3,3 %	85	97,7%	2	2,3%
Voimistelu	79	3,0 %	74	93,7%	5	6,3%
Telinevoimistelu	76	2,9 %	66	86,8%	10	13,2%
Uinti	66	2,5 %	39	59,1%	27	40,9%
Taitoluistelu	55	2,1 %	51	92,7%	4	7,3%
Hiihto	53	2,0 %	16	30,2%	37	69,8%
Muu	47	1,8 %	34	72,3%	13	27,7%
Lentopallo	45	1,7 %	16	35,6%	29	64,4%
Suunnistus	37	1,4 %	11	29,7%	26	70,3%
Judo	35	1,3 %	8	22,9%	27	77,1%
Pesäpallo	33	1,3 %	6	18,2%	27	81,8%
Tanssiurheilu	27	1,0 %	22	81,5%	5	18,5%
Ratsastus	22	0,8 %	17	77,3%	5	22,7%
Painonnosto	19	0,7 %	3	15,8%	16	84,2%
Muodostelmaluistelu	18	0,7 %	18	100,0%	0	0,0%
Golf	14	0,5 %	1	7,1%	13	92,9%
Tennis	14	0,5 %	3	21,4%	11	78,6%
Futsal	12	0,5 %	1	8,3%	11	91,7%
Sulkapallo	12	0,5 %	1	8,3%	11	91,7%
Squash	12	0,5 %	2	16,7%	10	83,3%
Ampumaurheilu	11	0,4 %	2	18,2%	9	81,8%
Ringette	11	0,4 %	6	54,5%	5	45,5%
Fitness	11	0,4 %	7	63,6%	4	36,4%
Rytminen voimistelu	11	0,4 %	11	100,0%	0	0,0%
Alppihiihto	10	0,4 %	2	20,0%	8	80,0%
Käsipallo	8	0,3 %	0	0,0%	8	100,0%
Aerobic	8	0,3 %	7	87,5%	1	12,5%
Am. jalkapallo	7	0,3 %	1	14,3%	6	85,7%
Ampumahiihto	7	0,3 %	2	28,6%	5	71,4%
Karate	7	0,3 %	2	28,6%	5	71,4%
Keilailu	7	0,3 %	3	42,9%	4	57,1%
Taekwondo	6	0,2 %	2	33,3%	4	66,7%
Uimahypyt	6	0,2 %	5	83,3%	1	16,7%
Luistelu	6	0,2 %	6	100,0%	0	0,0%
Paini	5	0,2 %	0	0,0%	5	100,0%
Pyöräily	5	0,2 %	0	0,0%	5	100,0%
Lumilautailu	5	0,2 %	1	20,0%	4	80,0%

Moottoriurheilu	4	0,2 %	0	0,0%	4	100,0%
Voimanosto	4	0,2 %	0	0,0%	4	100,0%
Vammaisurheilu	4	0,2 %	1	25,0%	3	75,0%
Vesipallo	4	0,2 %	1	25,0%	3	75,0%
Beach volley	3	0,1 %	0	0,0%	3	100,0%
Mäkihyppy	3	0,1 %	0	0,0%	3	100,0%
Aikido	3	0,1 %	1	33,3%	2	66,7%
Jousiammunta	3	0,1 %	1	33,3%	2	66,7%
Purjehdus	3	0,1 %	1	33,3%	2	66,7%
Nyrkkeily	3	0,1 %	2	66,7%	1	33,3%
Jääpallo	2	0,1 %	0	0,0%	2	100,0%
Sukellus	2	0,1 %	0	0,0%	2	100,0%
Triathlon	2	0,1 %	0	0,0%	2	100,0%
Melonta	2	0,1 %	1	50,0%	1	50,0%
Miekkailu	2	0,1 %	2	100,0%	0	0,0%
Soutu	2	0,1 %	2	100,0%	0	0,0%
Hiihtosuunnistus	1	0,0 %	0	0,0%	1	100,0%
Yhdistetty	1	0,0 %	0	0,0%	1	100,0%

LIITE 2. Liitetaulukot

Taulukko 1. Valmennustoiminnan aloittamisen syyt sukupuolen (n = 853-1755), valmennustoiminnan perusteen (n = 371-1552), valmennettavien iän (n = 444-1117) ja tason (n = 271-1157) mukaan.

Mistä syystä tulit mukaan valmennustoimintaan?	Kaikki	Nainen	Mies	Vapaaehtoinen	Osa-aikainen	Täysipäiväinen	Alle 13-v.	13-15-v.	16-19-v.	Yli 19-v.	Harraste	Paikallinen	Kansallinen	Kansainvälinen
	%	Sukupuoli (%)		Toiminnan peruste (%)			Valmennettavien ikä (%)				Valmennettavien taso (%)			
Olen itse harrastanut tai harrastan lajia	42	65	31	36	58	39	42	38	40	48	52	37	44	42
Oma lapseni on harrastanut tai harrastaa lajia	25	8	34	40	6	3	35	27	17	9	24	38	14	9
Valmentaminen kiinnosti minua ammattina	13	11	13	5	15	39	7	12	18	22	6	7	19	29
Valmentaminen kiinnosti minua harrastuksena	10	8	11	10	10	8	8	10	14	9	10	9	12	8
Ulkopuolisen tahon pyynnöstä	9	7	9	8	10	9	7	11	9	10	7	8	10	10
Muu	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2
Yhteensä	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Taulukko 2. Valmennustoiminnan jatkamisen vaikuttaneet tekijät sukupuolen (n = 853-1755), valmennustoiminnan perusteen (n = 371-1552), valmennettavien iän (n = 444-1117) ja tason (n = 271-1157) mukaan.

Mikä saa sinut jatkamaan valmennustoimintaasi? (Asteikko 1-5)	Kaikki	Nainen	Mies	Vapaaehtoinen	Osa-aikainen	Täysipäiväinen	Alle 13-v.	13-15-v.	16-19-v.	Yli 19-v.	Harraste	Paikallinen	Kansallinen	Kansainvälinen
	ka	Sukupuoli (ka)		Toiminnan peruste (ka)			Valmennettavien ikä (ka)				Valmennettavien taso (ka)			
Nautin valmentamisesta, koska voin seurata urheilijoiden kehittymistä	4,66	4,76*	4,61	4,59	4,74	4,80*	4,61	4,66	4,75*	4,68	4,59	4,59	4,74	4,81*
Nautin valmentamisesta, koska pidän vuorovaikutuksesta urheilijoiden kanssa	4,46	4,58*	4,41	4,37	4,54	4,70*	4,41	4,47	4,53	4,54*	4,41	4,38	4,56	4,65*
Nautin siitä, kun urheilija menestyy ja tiedän, että olen ollut osana vaikuttamassa siihen	4,37	4,45*	4,33	4,30	4,45	4,49*	4,27	4,38	4,45	4,51*	4,22	4,29	4,48	4,59*
Valmentaminen antaa minulle mahdollisuuden jatkaa toimintaani oman lajin parissa	4,11	4,39*	3,98	3,91	4,42*	4,37	4,01	4,11	4,25*	4,23	4,14	3,93	4,31*	4,25
Valmennan, koska nautin kilpailun tuomasta jännityksestä	3,60	3,37	3,71*	3,61	3,48	3,76*	3,45	3,66	3,73	3,74*	3,14	3,63	3,75	3,69*
Valmennan, koska haluan auttaa entistä seuraani/joukkuettani	3,13	3,38*	3,01	3,19*	3,17	2,85	3,16	3,08	3,10	3,16	3,30*	3,13	3,15	2,89
Valmentaminen on hyvä uravalinta	3,12	3,13	3,11	2,87	3,26	3,87*	3,00	3,11	3,22	3,31*	3,09	2,95	3,23	3,53*
Saan tunnustusta ja arvostusta valmentajana	3,11	3,22*	3,07	2,99	3,34*	3,23	3,08	3,07	3,15	3,22	3,16	3,04	3,16	3,23*
Valmennan, koska haluan auttaa lastani hänen urheiluharrastuksessaan	2,86	2,11	3,23*	3,47*	2,04	1,82	3,23*	2,90	2,47	2,28	2,75	3,36*	2,43	2,17

* Ryhmien välillä merkitsevä ero.

Taulukko 3. Vastaajien henkilökohtaiset tavoitteet valmentajauralla sukupuolen (n = 853-1755), valmennustoiminnan perusteen (n = 371-1552), valmennettavien iän (n = 444-1117) ja tason (n = 271-1157) mukaan.

Millaisia henkilökohtaisia tavoitteita sinulla on valmennusurallasi?	Kaikki	Nainen	Mies	Vapaaehtoinen	Osa-aikainen	Täysipäiväinen	Alle 13-v.	13-15-v.	16-19-v.	Yli 19-v.	Harraste	Paikallinen	Kansallinen	Kansainvälinen
	%	Sukupuoli (%)		Toiminnan peruste (%)			Valmennettavien ikä (%)				Valmennettavien taso (%)			
Kehittyä edelleen valmentajana	76	79*	71	74	76*	67	78*	72	70	70	74	77*	72	66
Kehittää lajia ja lajikulttuuria	46	46	46	40	49	63*	38	46	57*	53	34	37	57	67*
Kehittää valmennusta ja valmennusprosesseja	44	45	43	35	48	73*	38	41	54	54*	30	35	55	68*
Kehittyä huippuvalmentajaksi	25	28*	24	15	33	54*	18	26	33	35*	16	18	34	48*
Saada valmentamisesta ammatti	14	14	14	10	22*	16	11	17	17*	16	11	11	20*	14
Ei merkittäviä, toiminnan jatkaminen ennallaan	8	6	10	12*	4	1	9	9	5	8	13*	10	5	3

* Ryhmien välillä merkitsevä ero.

Taulukko 4. Tärkein tehtävä valmentajana sukupuolen (n = 853-1755), valmennustoiminnan perusteen (n = 371-1552), valmennettavien iän (n = 444-1117) ja tason (n = 271-1157) mukaan.

Mikä seuraavista on tällä hetkellä mielestäsi tärkein tehtäväsi valmentajana?	Kaikki	Nainen	Mies	Vapaaehtoinen	Osa-aikainen	Täysipäiväinen	Alle 13-v.	13-15-v.	16-19-v.	Yli 19-v.	Harraste	Paikallinen	Kansallinen	Kansainvälinen
	%	Sukupuoli (%)		Toiminnan peruste (%)			Valmennettavien ikä (%)				Valmennettavien taso (%)			
Kehittää urheilijan taitoja ja urheilusuoritusta	26	23	27	25	26	28	17	25	33	39	11	21	34	41
Innostaa harjoittelemaan ja vahvistaa motivaatiota	23	25	22	25	22	16	30	22	17	12	26	27	18	12
Luoda olosuhteet oppimiselle ja kehittymiselle	17	16	17	16	17	22	17	19	16	15	15	17	19	15
Kasvattaa ja kehittää urheilijaa ihmisenä	16	15	17	15	16	21	13	18	20	15	9	15	20	19
Tuottaa nautintoa ja myönteisiä kokemuksia	10	14	8	12	11	4	14	8	6	9	28	11	3	2
Edistää yhtenäisyyttä, yhteenkuuluvuutta ja sosiaalista kanssakäymistä	6	6	6	7	6	4	8	5	5	4	10	8	3	3
Saavuttaa tuloksia	1	0	2	1	1	4	0	0	1	6	0	0	2	6
Muu	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2
Yhteensä	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Taulukko 5. Valmentajan kokonaishyvinvointiin vaikuttavat tekijät sukupuolen (n = 853-1755), valmennustoiminnan perusteen (n = 371-1552), valmennettavien iän (n = 444-1117) ja tason (n = 271-1157) mukaan.

Miten seuraavat asiat ovat vaikuttavat kokonaishyvinvointiisi valmentajana? (Asteikko 1-5)	Kaikki	Nainen	Mies	Vapaaehtoi- nen	Osa-aikainen	Täysipäiväi- nen	Alle 13-v.	13-15-v.	16-19-v.	Yli 19-v.	Harraste	Paikallinen	Kansallinen	Kansainvä- linen
	ka	Sukupuoli (ka)		Toiminnan peruste (ka)			Valmennettavien ikä (ka)				Valmennettavien taso (ka)			
Oma osaamisen taso ja kokemus valmentajana	3,96	4,02*	3,94	3,84	4,07	4,27*	3,88	3,91	4,08	4,11*	3,92	3,81	4,11	4,26*
Suhteet urheilijoihin, vanhempiin, seuraan	3,95	3,88	3,98*	3,97	3,90	3,95	3,94	3,84	3,97	4,08*	3,96	3,94	3,94	3,98
Urheilijan/joukkueen suoritustaso	3,82	3,80	3,82	3,80	3,75	3,97*	3,78	3,74	3,89	3,94*	3,68	3,72	3,92	4,09*
Valmennustehtävän luonne	3,81	3,88*	3,78	3,76	3,86	3,95*	3,79	3,81	3,86	3,82	3,83	3,74	3,88	3,89*
Oma terveystilanne	3,81	3,77	3,83	3,81	3,77	3,86	3,83	3,79	3,78	3,81	3,91	3,80	3,76	3,83
Valmennuksen toimintaympäristö	3,79	3,80	3,79	3,78	3,78	3,89	3,81	3,78	3,82	3,76	3,81	3,79	3,79	3,83
Tehtävänkuva kokonaisuudessaan	3,62	3,71*	3,58	3,59	3,73*	3,55	3,64	3,60	3,58	3,66	3,77*	3,57	3,61	3,67
Menestystavoitteet	3,41	3,49*	3,37	3,38	3,39	3,55*	3,36	3,34	3,49	3,53*	3,30	3,32	3,48	3,69*
Joukkueen, seuran tai liiton toiminnan linjaukset	3,28	3,32	3,27	3,27	3,30	3,30	3,37*	3,21	3,24	3,21	3,38*	3,31	3,29	3,04
Valmennustoiminnan ja siviilielämän suhde	3,24	3,32*	3,21	3,22	3,34*	3,14	3,29	3,19	3,23	3,21	3,40*	3,25	3,19	3,18
Valmennuksen työmäärä	3,23	3,26	3,21	3,22	3,31*	3,12	3,25	3,22	3,21	3,20	3,42*	3,20	3,22	3,09
Suhde mediaan	3,14	3,24*	3,09	3,10	3,17	3,24*	3,17	3,06	3,08	3,23*	3,22	3,08	3,12	3,30*
Matkustaminen	3,11	3,23*	3,06	3,10	3,13	3,09	3,16	3,09	3,05	3,08	3,23	3,09	3,07	3,15
Joukkueen/urheilijoiden valintaprosessit	3,04	3,01	3,06	3,03	3,03	3,09	3,03	2,96	3,14*	3,07	3,04	3,04	3,05	3,05
Valmennuksen oheistehtävät	2,98	3,01	2,96	2,98	2,97	3,01	3,03	2,95	2,90	2,98	3,12*	3,00	2,90	2,94
Palkka ja/tai muut korvaukset	2,95	3,16*	2,83	2,67	3,24	3,33*	3,01*	2,84	2,97	2,93	3,20*	2,86	2,94	2,95

* Ryhmien välillä merkitsevä ero.

Taulukko 6. Kehittymistarve valmennuksen eri aihealueilla sukupuolen (n = 853-1755), valmennustoiminnan perusteen (n = 371-1552), valmennettavien iän (n = 444-1117) ja tason (n = 271-1157) mukaan.

Arvioi kuinka suuri tarve sinulla on kehittää osaamistasi seuraavilla aihealueilla. (As- teikko 1-5)	Kaikki	Nainen	Mies	Vapaaehtoinen	Osa-aikainen	Täysipäiväinen	Alle 13-v.	13-15-v.	16-19-v.	Yli 19-v.	Harraste	Paikallinen	Kansallinen	Kansainvälinen
	ka	Sukupuoli (ka)		Toiminnan peruste (ka)			Valmennettavien ikä (ka)				Valmennettavien taso (ka)			
Lajitiedot ja -taidot	3,55	3,46	3,58*	3,63*	3,41	3,43	3,59	3,54	3,45	3,52	3,63*	3,60	3,43	3,55
Fysiologia, anatomia, biomekaniikka	3,50	3,48	3,51	3,51	3,50	3,48	3,53	3,55*	3,52	3,35	3,52	3,54*	3,29	3,28
Harjoittelun suunnittelu (lyhyellä/pitkällä aikavälillä)	3,43	3,37	3,46*	3,56*	3,28	3,22	3,52*	3,46	3,32	3,30	3,43	3,50	3,56	3,45
Psykologia, pedagogiikka, didaktiikka	3,41	3,37	3,44	3,37	3,40	3,63*	3,41	3,46	3,45	3,32	3,35	3,36	3,49	3,49*
Ravitsemus	3,04	2,80	3,15*	3,07	2,93	3,07*	2,98	3,08	3,06	3,09	2,92	2,91	3,01	3,19*
Johtajuus	2,97	2,93	2,99	2,87	2,95	3,45*	2,92	2,94	3,01	3,12*	2,82	2,84	2,80	2,73
Terveys ja elämäntavat	2,81	2,64	2,90*	2,86*	2,71	2,81	2,83	2,85	2,75	2,79	2,93	3,02	3,09	3,12
Valmentajan toimintaohjeet (kiusaaminen, ahdistelu, häirintä)	2,63	2,65	2,62	2,70*	2,54	2,53	2,76*	2,61	2,48	2,50	2,41	2,35	2,53	2,70*
Rahoitus ja liiketoiminta (seura/joukkue)	2,45	2,47	2,44	2,39	2,51	2,61*	2,38	2,38	2,61*	2,57	2,40*	2,32	2,24	2,17
Reilu peli, etiikka, moraali	2,42	2,36	2,46*	2,49*	2,35	2,30	2,51*	2,36	2,30	2,41	2,24	2,20	2,47	2,69*
Mediataidot	2,34	2,28	2,36	2,24	2,36	2,69*	2,21	2,26	2,51	2,59*	2,63*	2,45	2,32	2,32
Tapahtumien järjestäminen	2,29	2,34	2,27	2,30	2,32	2,22	2,35	2,24	2,27	2,24	2,80*	2,71	2,48	2,51

* Ryhmien välillä merkitsevä ero.

Taulukko 7. Oppimistilanteiden ja oppimisen lähteiden tärkeys sukupuolen (n = 853-1755), valmennustoiminnan perusteen (n = 371-1552), valmennettavien iän (n = 444-1117) ja tason (n = 271-1157) mukaan.

Arvioi seuraavien oppimistilanteiden ja oppimisen lähteiden tärkeys oman valmentajana kehittymisesi kannalta. (Asteikko 1-3)	Kaikki	Nainen	Mies	Vapaaehtoinen	Osa-aikainen	Täysipäiväinen	Alle 13-v.	13-15-v.	16-19-v.	Yli 19-v.	Harraste	Paikallinen	Kansallinen	Kansainvälinen
	ka	Sukupuoli (ka)		Toiminnan peruste (ka)			Valmennettavien ikä (ka)				Valmennettavien taso (ka)			
Työskentely/vuorovaikutus muiden valmentajien kanssa	2,56	2,62*	2,53	2,54	2,57	2,65*	2,61*	2,55	2,52	2,51	2,53	2,56	2,56	2,62
Palaute, jota saan urheilijoilta/pelaajilta	2,55	2,64*	2,50	2,52	2,60*	2,58	2,50	2,53	2,58	2,64*	2,57	2,48	2,58	2,68*
Omien ideoiden testaaminen ja kokeileminen käytännössä (arkivalmennus)	2,51	2,59*	2,47	2,46	2,56	2,63*	2,51	2,50	2,54*	2,49	2,50	2,47	2,54	2,62*
Oman valmennustoiminnan reflektointi	2,34	2,43*	2,29	2,26	2,40	2,52*	2,30	2,37	2,34	2,37	2,32	2,27	2,38	2,47*
Muiden valmentajien toiminnan seuraaminen/tarkkailu	2,29	2,37*	2,26	2,26	2,33	2,37*	2,33	2,31	2,26	2,22	2,28	2,28	2,32	2,29
Valmentajakoulutus	2,27	2,34*	2,23	2,25	2,30	2,27	2,30*	2,28	2,20	2,23	2,32	2,26	2,25	2,26
Omat kokemukset urheilijana	2,25	2,45*	2,15	2,23	2,37*	2,10	2,30*	2,25	2,16	2,23	2,41*	2,24	2,23	2,16
Sähköiset materiaalit (videot, tallenteet)	2,19	2,17	2,20	2,21	2,17	2,16	2,19	2,24	2,15	2,18	2,16	2,18	2,22	2,18
Mentorointi	2,16	2,20	2,15	2,09	2,21	2,34*	2,16	2,17	2,16	2,16	2,05	2,13	2,21	2,24*
Kirjalliset materiaalit	1,99	2,03*	1,97	1,98	1,99	2,03	2,00	1,99	1,98	2,00	2,00	1,98	1,98	2,08
Seminaarit, työpajat ja teemapäivät	1,96	2,04*	1,92	1,92	2,01*	1,99	1,97	1,93	1,94	1,97*	1,98	1,91	1,97	2,04*
Valmennuksen verkkosivustot	1,88	1,91	1,87	1,93*	1,84	1,74	1,94*	1,90	1,78	1,79	1,96*	1,92	1,83	1,76
Verkkokurssit ja -oppiminen	1,76	1,87*	1,71	1,77	1,81*	1,64	1,82	1,78	1,74	1,60	1,83	1,77	1,73	1,71
Sosiaalinen media	1,62	1,77*	1,55	1,60	1,68*	1,60	1,69*	1,60	1,56	1,56	1,71	1,62	1,59	1,61
Urheiluun ja valmennukseen liittyvät keskustelupalstat	1,56	1,62*	1,54	1,59*	1,57	1,44	1,62*	1,57	1,53	1,44	1,65*	1,58	1,53	1,45

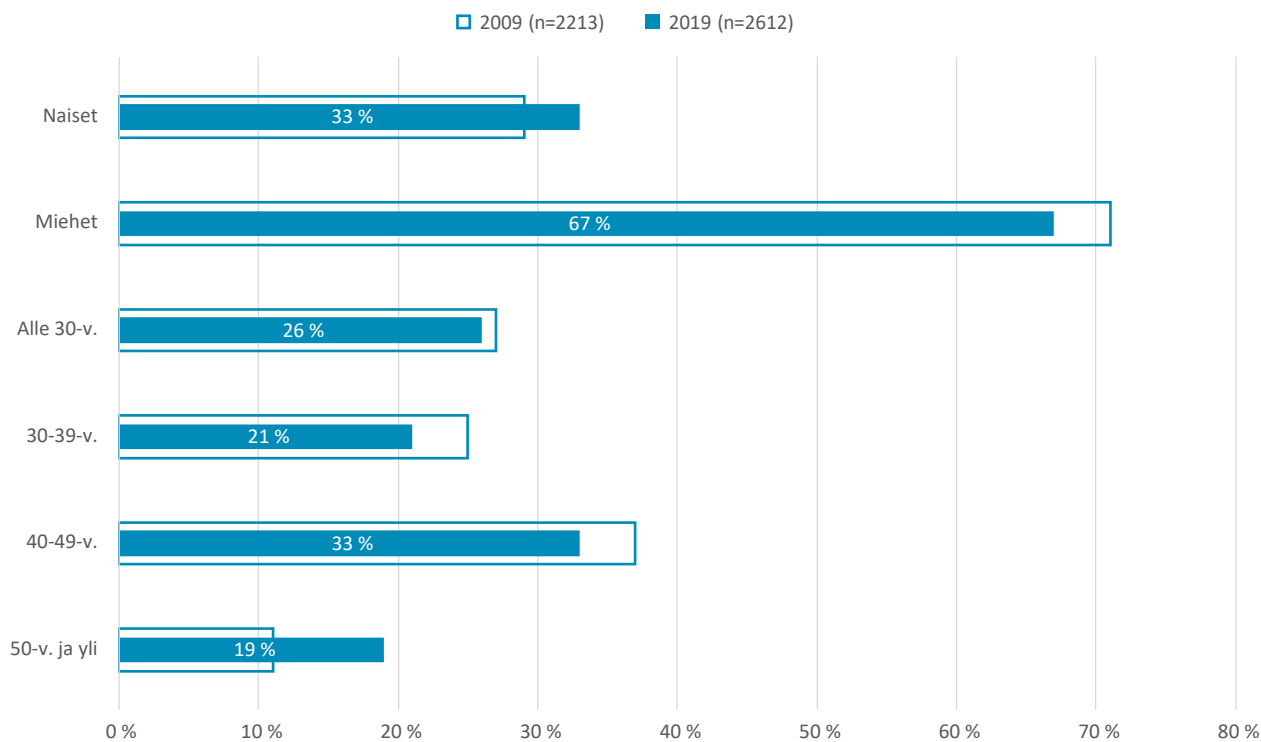
* Ryhmien välillä merkitsevä ero.

Taulukko 8. Valmentajana kehittymistä tai valmentajauralla etenemistä vaikeuttaneet tekijät sukupuolen (n = 853-1755), valmennustoiminnan perusteen (n = 371-1552), valmennettavien iän (n = 444-1117) ja tason (n = 271-1157) mukaan.

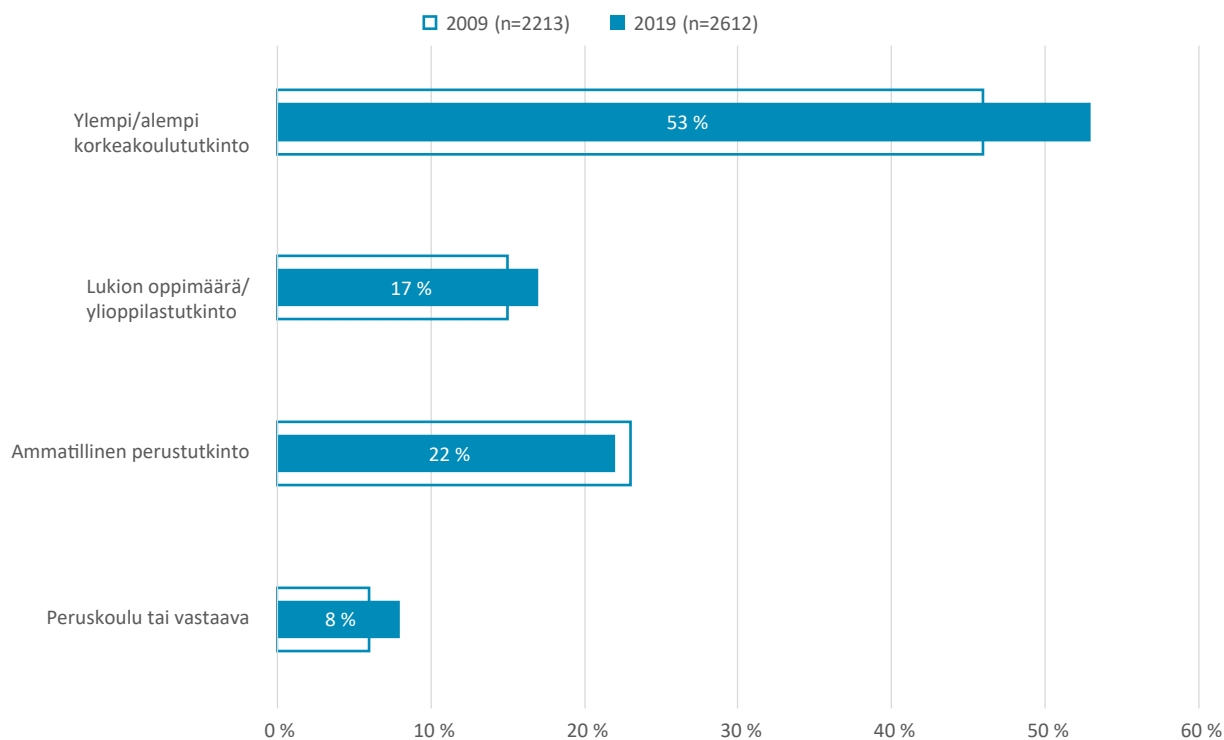
Mitkä seuraavista asioista vaikeuttavat kehittymistäsi valmentajana tai etenemistäsi valmentajauralla?	Kaikki	Nainen	Mies	Vapaaehtoinen	Osa-aikainen	Täysipäiväinen	Alle 13-v.	13-15-v.	16-19-v.	Yli 19-v.	Harraste	Paikallinen	Kansallinen	Kansainvälinen
	%	Sukupuoli (%)		Toiminnan peruste (%)			Valmennettavien ikä (%)				Valmennettavien taso (%)			
Taloudellisen tuen puute	22	21	22	20	26*	19	15	23	28	31*	14	17	28*	34
Tiedon/osaamisen puute	21	23*	20	23*	22	12	24*	23	15	15	30*	23	16	11
Kokemuksen puute	20	22*	19	23*	19	12	26*	19	15	12	32*	23	14	9
Osaamisen aliarvostus	20	23*	19	17	24	29*	17	24	25*	20	17	18	25*	24
Tuen puute seuran tai työnantajan puolelta	18	19	17	16	21*	20	17	21	18	17	16	18	20	15
Erimielisyydet lajissani tai seurassa/joukkueessa/lajiliitossa	14	15	14	13	17	17*	13	15	16	15	12	13	16	23*
Vallan väärinkäyttö seuran/joukkueen /lajiliiton tai henkilön osalta	14	14	14	12	16	22*	13	14	14	16	9	13	16	23*
Olosuhteiden/välineiden puute tai sopimattomuus	10	26*	17	17	25*	22	19	23*	23	16	21	18	22	21
Vaadittavan valmentajatutkinnon puuttuminen	10	11	10	11*	11	4	12	11	9	8	14*	11	9	4
Huono itsetunto valmentajana	10	19*	6	9	14*	10	12*	11	9	7	14*	10	11	5
Lahjakkaiden valmennettavien puute	9	9	10	8	13*	9	7	11	11	11*	9	10	10	8
Kiinnostuksen puute valmentajanuralla etenemiseen	8	7	9*	10*	6	3	8	10	8	6	9	11*	6	3
Sopivan valmennustehtävän puute	8	7	8	5	13*	10	6	10	10*	9	8	7	10	7
Terveydelliset seikat	6	9*	5	5	9*	6	6	6	6	6	7	5	7	6
Syrjintä (sukupuolen, uskonnon, iän, kansallisuuden, seksuaalisen suuntautuneisuuden jne. mukaan)	2	4*	1	1	3	3*	1	2	1	2	2	1	2	1

* Ryhmien välillä merkitsevä ero.

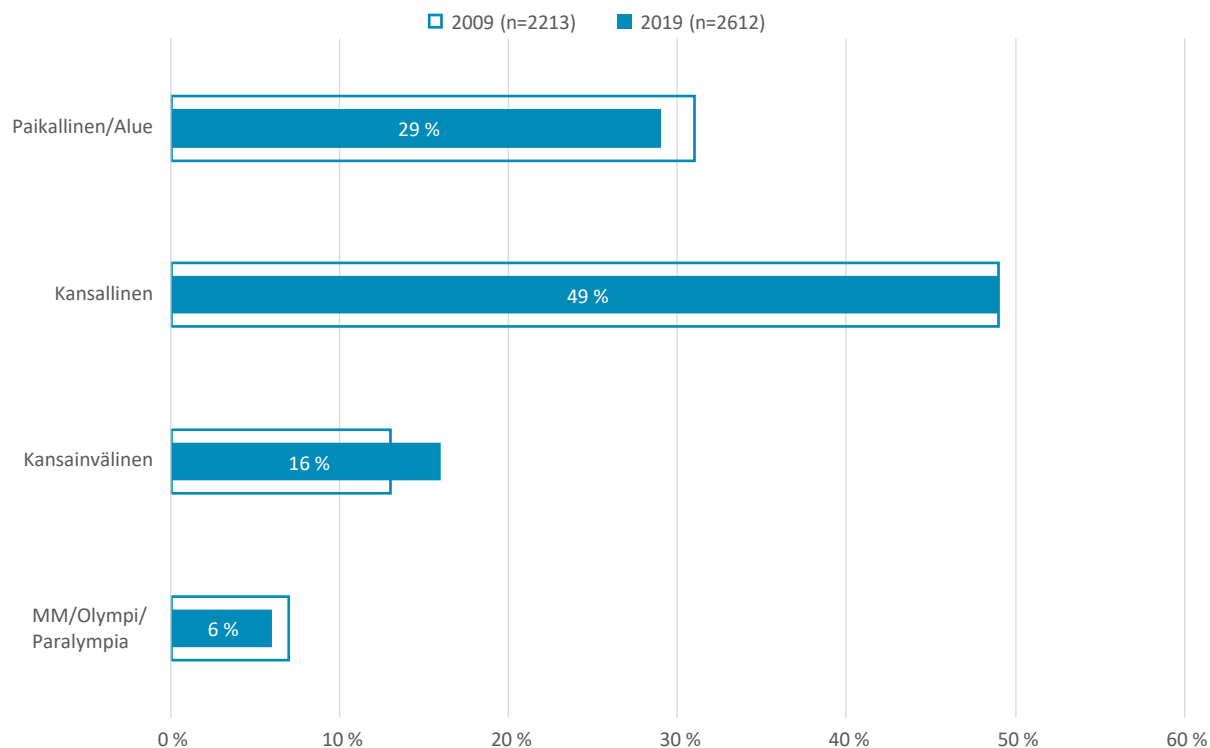
LIITE 3. Liitekuviot



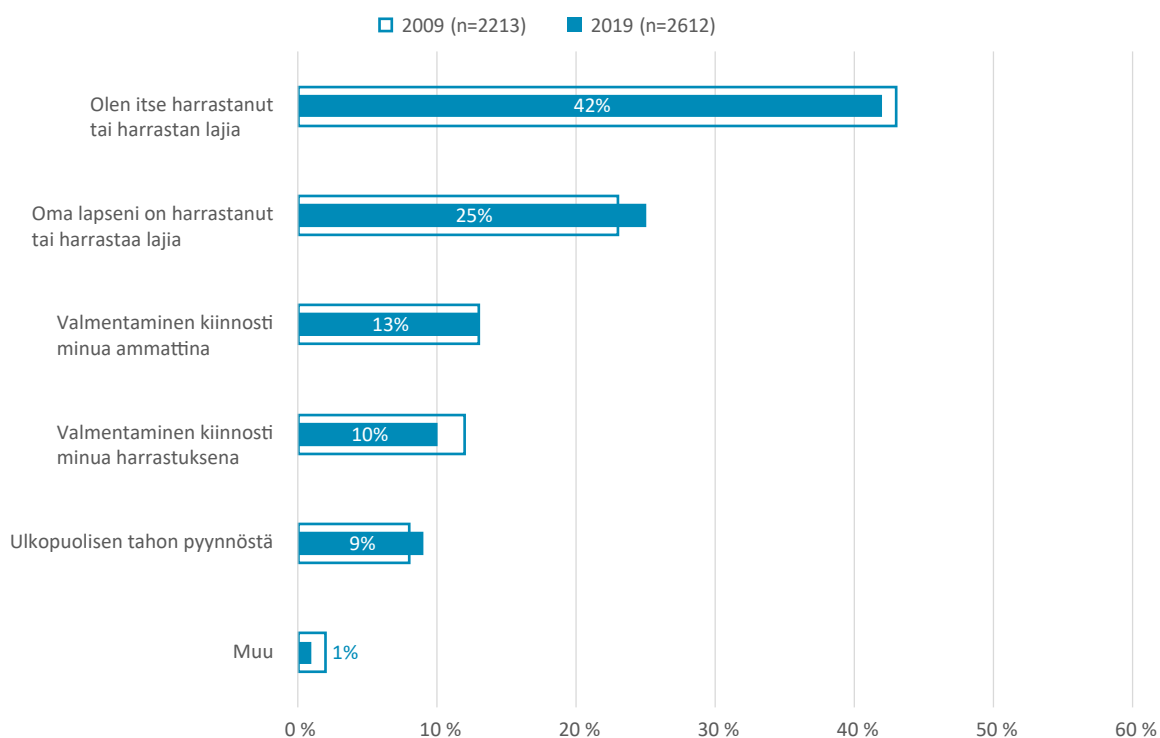
Kuvio 1. Vastaajien sukupuoli ja ikä 2009 ja 2019.



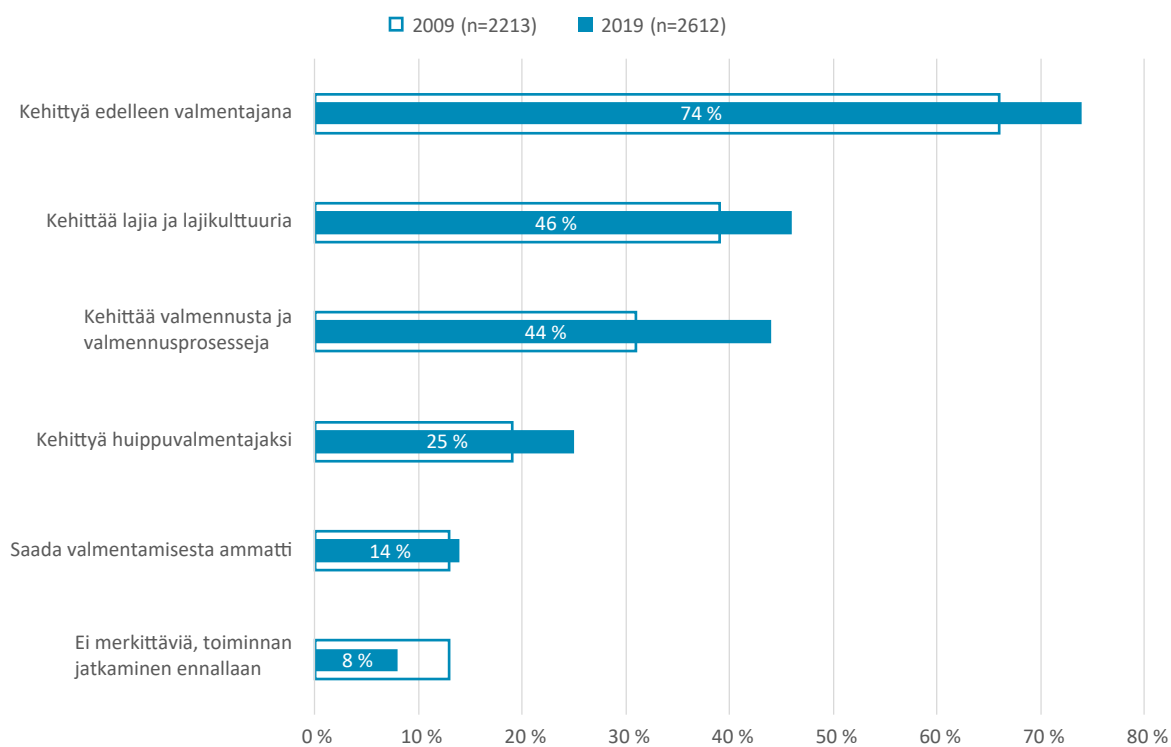
Kuvio 2. Vastaajien korkein koulutustaso 2009 ja 2019.



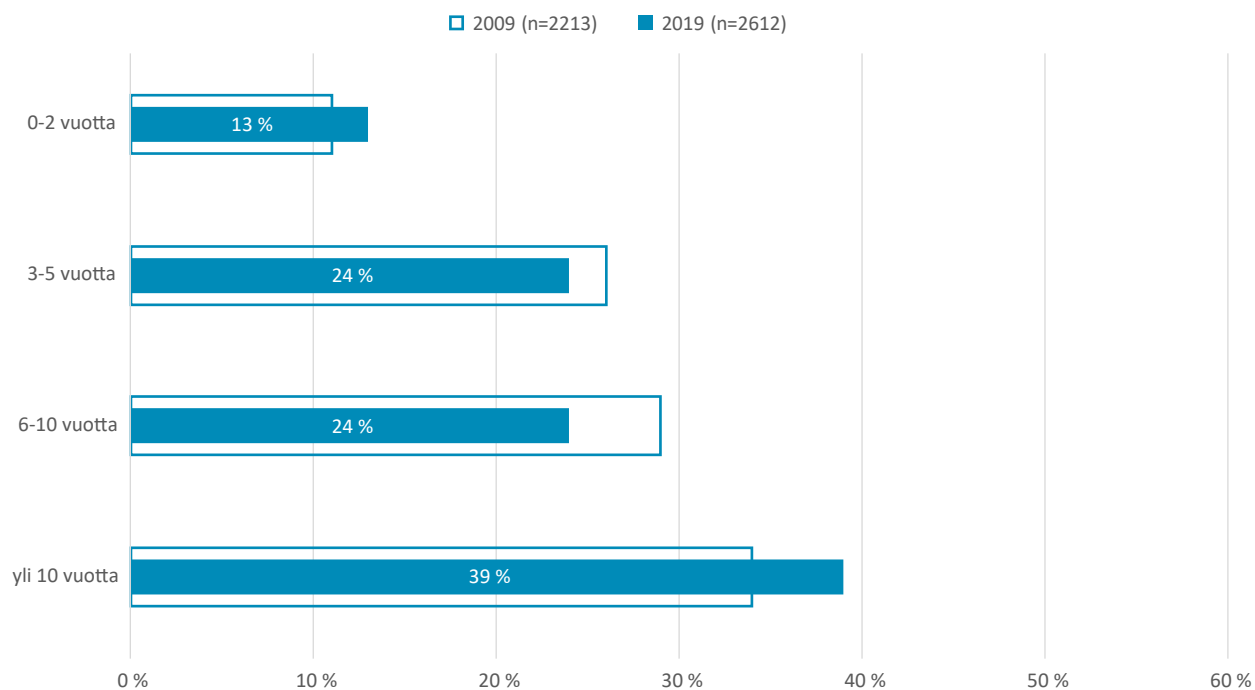
Kuvio 3. Vastaajien korkein kilpaurheilutaso 2009 ja 2019.



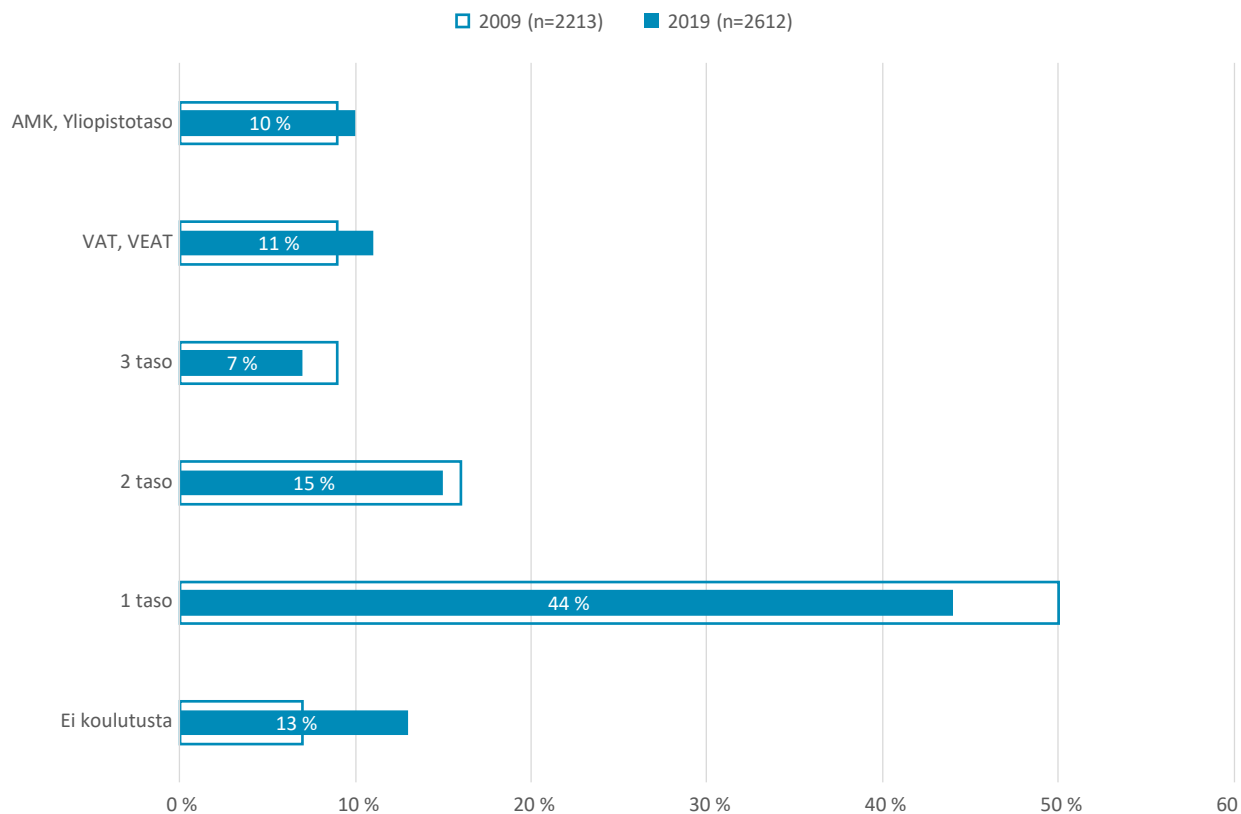
Kuvio 4. Valmennustoiminnan aloittamisen syyt 2009 ja 2019.



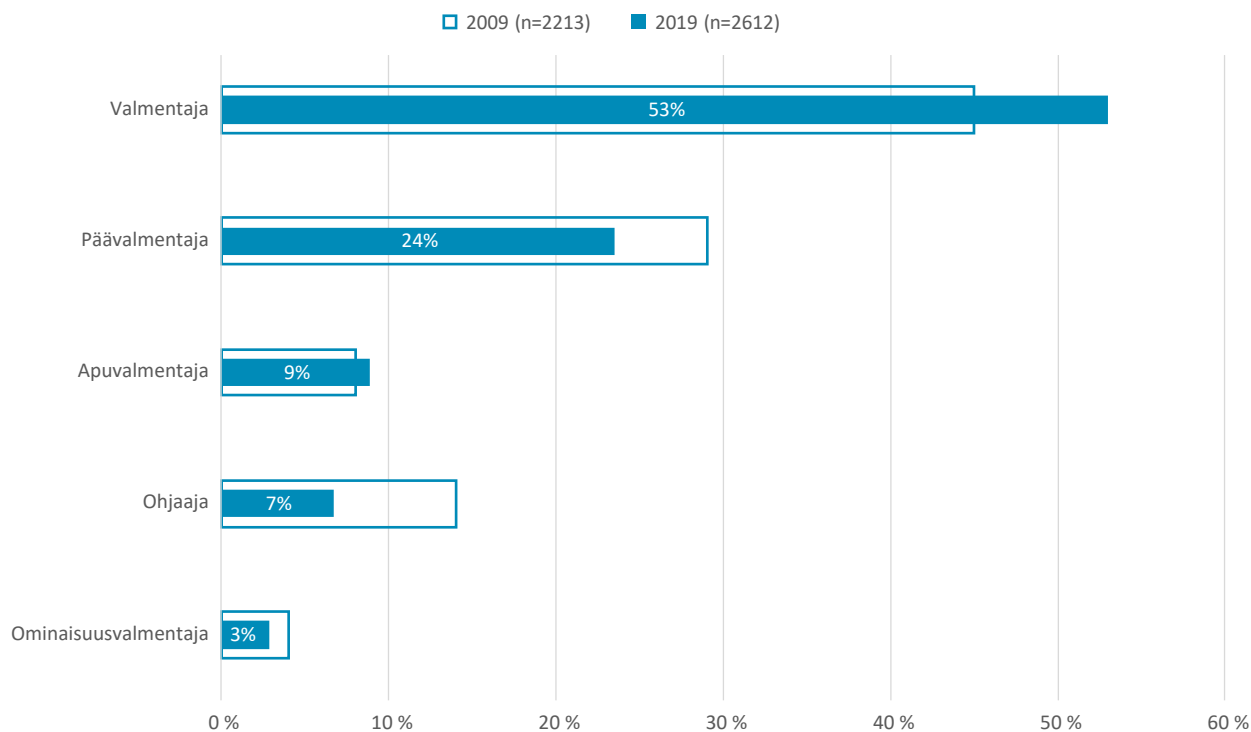
Kuvio 5. Tavoitteet valmentajana 2009 ja 2019.



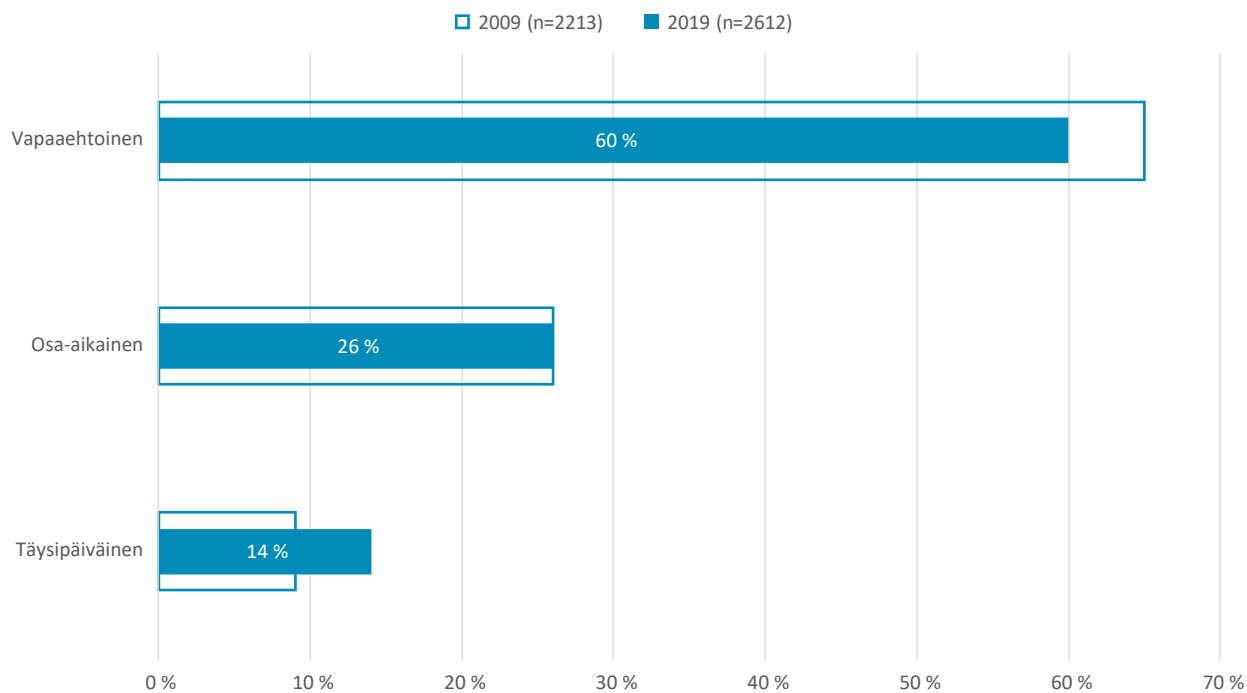
Kuvio 6. Vastaajien valmentajakokemus 2009 ja 2019.



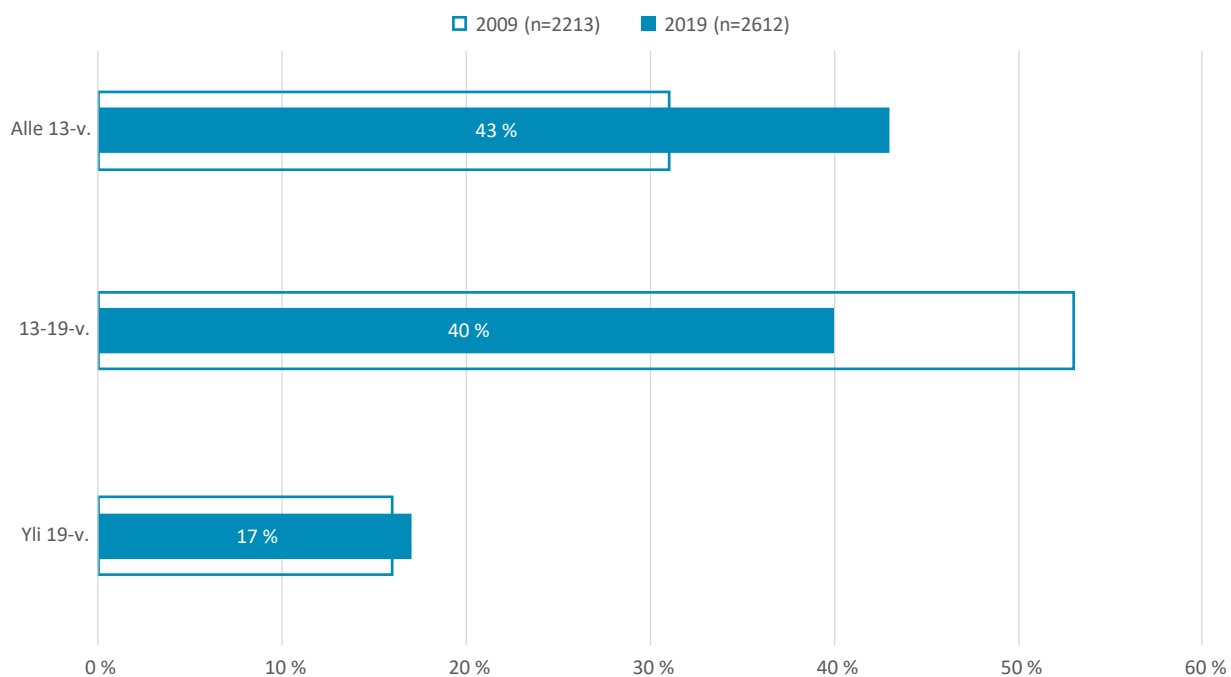
Kuvio 7. Korkein valmentajakoulutustaso 2009 ja 2019.



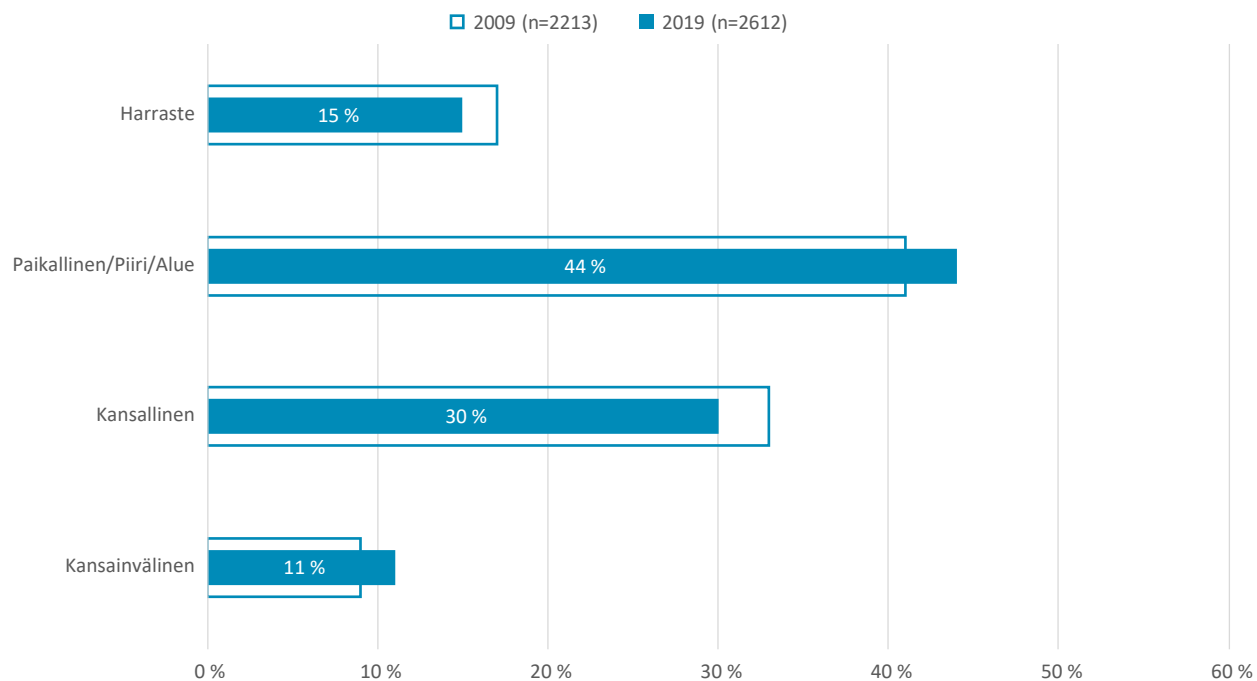
Kuvio 8. Vastaajien nimike valmennustehtävässä 2009 ja 2019.



Kuvio 9. Vastaajien toiminnan peruste valmennustehtävässä 2009 ja 2019.



Kuvio 10. Valmennettavien ikä 2009 ja 2019.



Kuvio 11. Valmennettavien taso 2009 ja 2019.

LIITE 4. Kyselylomake

Taustakysymykset

1. Sukupuoli

Nainen

Mies

Muu

2. Ikä

alle 20 vuotta

20 - 24 vuotta

25 - 29 vuotta

30 - 34 vuotta

35 - 39 vuotta

40 - 44 vuotta

45 - 49 vuotta

50 - 54 vuotta

55 - 59 vuotta

60 - 64 vuotta

yli 64 vuotta

3. Elämänvaihe

Asun kotona vanhempien luona

Asun yksin

Asun kaksin puolison kanssa

Asun puolison ja lasten kanssa

Olen yksinhuoltaja

Muu, mikä?

4. Asuinkunta

Pääkaupunkiseutu (Helsinki, Espoo, Vantaa, Kauniainen)

Yli 50.000 asukasta

20.000 - 50.000 asukasta

5.000 - 20.000 asukasta

Alle 5000 asukasta

5. Koulutustausta, merkitse ylin suorittamasi koulutus.

Peruskoulu tai vastaava

Ammatillinen perustutkinto

Lukion oppimäärä/ylioppilastutkinto

Alempi korkeakoulututkinto (yliopisto tai amk)

Ylempi korkeakoulututkinto (yliopisto tai amk)

6. Onko sinulla opetus- tai liikunta-alan tutkinto?

Kyllä

Ei

7. Onko sinulla kilpaurheilutausta?

Kyllä

Ei

8. Valitse korkein taso, jolla olet kilpaillut.

Paikallinen/Piiri/Alue

Kansallinen (SM-taso)

Kansainvälinen

MM/Olympia/Paralympia

9. Mitä seuraavista valmentajakoulutuksista tai -tutkinnoista olet suorittanut? Merkitse kaikki suorittamasi koulutukset/tutkinnot.

Ei valmentajakoulutusta

Aloittelevan ohjaajan koulutus, starttikoulutus

I-tason koulutus (vähintään 50 h, entinen C- ja B-valmentajakoulutus)

II-tason koulutus (suoritettu I-taso ja vähintään 100 h opintokokonaisuus, entinen A-valmentajakoulutus)

III-tason koulutus (suoritettu II-taso ja vähintään 150 h opintokokonaisuus, entinen A-valmentajakoulutus)

Liikuntaneuvoja (valmennus)

Entinen AmVT, KVT ja AVT

VAT

VEAT

Liikunnan ohjaaja (valmennus) (opisto ja AMK)

Yliopistotason valmentajakoulutus

Kansainvälinen valmentajakoulutus, mikä?

Kouluttaudun parhaillaan, mikä?

Muu, mikä?

10. Milloin olet suorittanut viimeisen valmentajakoulutuksesi?

Suoritusvuosi _____

11. Onko sinulla koulutusta liittyen vammaisurheilijan/erityisliikkujan valmentamiseen?

Kyllä

Ei

12. Toimitko tällä hetkellä valmentajana tai oletko toiminut valmentajana edellisen 6 kk aikana?

Kyllä

En

Kyselyhetkellä valmentavat

13. Kuinka monta vuotta sinulla on kaikkiaan kokemusta valmentamisesta?

_____v

14. Mistä syystä tulit mukaan valmennustoimintaan? Valitse tärkein.

Olen itse harrastanut tai harrastan lajia

Oma lapseni on harrastanut tai harrastaa lajia

Valmentaminen kiinnosti minua harrastuksena

Valmentaminen kiinnosti minua ammattina

Ulkopuolisen tahon pyynnöstä (esim. vanhemmat, ystävät, seuran/akatemian/lajiliiton toimihenkilö)

Muu, mikä?

15. Arvioi kuinka hyvin seuraavat väittämät pitävät paikkansa sinun kohdallasi, kun mietit mikä saa sinut jatkamaan valmennustoimintaasi. (1= Täysin eri mieltä, 2= Jokseenkin eri mieltä, 3= Ei samaa eikä eri mieltä, 4= Jokseenkin samaa mieltä, 5= Täysin samaa mieltä).

Valmentaminen antaa minulle mahdollisuuden jatkaa toimintaani oman lajin parissa

Valmentaminen on hyvä uravalinta

Nautin valmentamisesta, koska pidän vuorovaikutuksesta urheilijoiden kanssa

Nautin valmentamisesta, koska voin seurata urheilijoiden kehittymistä

Nautin siitä, kun urheilija menestyy ja tiedän, että olen ollut osana vaikuttamassa siihen

Valmennan, koska haluan auttaa entistä seuraani/joukkuettani

Valmennan, koska haluan auttaa lastani hänen urheiluharrastuksessaan

Valmennan, koska nautin kilpailun tuomasta jännityksestä

Saan tunnustusta ja arvostusta valmentajana

Muu, mikä?

16. Millaisia henkilökohtaisia tavoitteita sinulla on valmennusurallasi? Voit valita useamman kuin yhden vaihtoehdon.

Ei merkittäviä, toiminnan jatkaminen ennallaan
Kehittyä edelleen valmentajana
Kehittyä huippuvalmentajaksi
Saada valmentamisesta ammatti
Kehittää lajia ja lajikulttuuria
Kehittää valmennusta ja valmennusprosesseja
Muu, mikä?

17. Valitse seuraavista kaikki ne vaihtoehdot, jotka kuvaavat tämän hetkistä toimintaasi valmentajana.

Valmennan...
yhdessä lajissa
useassa lajissa
yksilölajissa
joukkuelajissa
vammaisurheilulajissa
muu, mikä?

Seuraavat kysymykset koskevat joko nykyistä tai edellisen 6 kk aikana hoitamaasi valmennustehtävää. Jos valmennat tai olet valmentanut useammassa lajissa tai useampaa urheilijaa/ryhmää/joukkuetta, vastaa seuraaviin kysymyksiin ajatellen sinulle tärkeintä valmennustehtävää.

18. Minkä lajin urheilijaa/urheilijoita valmennat?

Lajilista

19. Minkä ikäryhmän urheilijaa/urheilijoita valmennat?

Alle 13-vuotiaita
13–15-vuotiaita
16–19-vuotiaita
Yli 19-vuotiaita

19. Minkä tasoista urheilijaa/urheilijoita valmennat?

Harraste
Paikallinen/Piiri/Alue
Kansallinen
Kansainvälinen

20. Mitä nimikettä käytät valmentaessasi?

Ohjaaja
Apuvalmentaja
Valmentaja
Päävalmentaja
Akatemialmentaja
Ominaisuusvalmentaja (esim. fysiikkavalmentaja)
Valmennuspäällikkö/Junioripäällikkö
Muu, mikä?

21. Missä toimintaympäristössä pääasiallisesti valmennat?

Urheiluseura
Urheiluakatemia
Koulu/oppilaitos
Urheiluopisto/valmennuskeskus
Maajoukkue
Liikunta/hyvinvointialan yritys
Muu, mikä?

22. Arvioi montako tuntia käytät harjoitus-/kilpailukaudella kokonaisuudessaan aikaa valmentamiseen normaalin viikon aikana?

_____ tuntia

23. Onko sinulla valmennuksen lisäksi jokin muu tehtävä/tehtäviä seurassa/joukkueessa?

Ei

Kyllä, mikä/mitä?

24. Paljonko näihin muihin tehtäviin kuluu aikaa viikossa?

_____ tuntia

25. Mikä on valmennustoiminnan peruste nykyisessä valmennustehtävässäsi?

Vapaaehtoinen

Osa-aikainen (alle 20 h/vko)

Osa-aikainen (20h/vko tai yli)

Täysipäiväinen

26. Oletko saanut palkkaa, palkkioita, apurahaa tai kulukorvauksia valmennustoiminnastasi vuoden 2018 aikana?

Kyllä, palkkatuloa

Kyllä, palkkioita

Kyllä, apuraha/stipendi

Kyllä, kulukorvauksia

En ole saanut mitään taloudellista korvausta valmennuksesta

27. Aiheutuuko valmentamisesta sinulle kustannuksia/kuluja, joita mikään taho ei korvaa?

Kyllä

Ei

En osaa sanoa

28. Miten olet hankkinut nykyisen valmennustyösi/-tehtäväsi?

Työpaikka oli julkisessa haussa ja hain sitä

Tarjouduin vapaaehtoisesti tehtävään

Minua pyydettiin hakemaan paikkaa/tarjoutumaan tehtävään

Työpaikka tarjottiin minulle/tehtävä tarjottiin minulle

Muuten, miten?

29. Tuntuuko sinusta siltä, että päivittäinen valmennuksesi on pääosin linjassa toimintaympäristösi odotusten kanssa (seura, lajiliitto, joukkue, urheilija(t), vanhemmat)?

Kyllä, valmennukseni on linjassa toimintaympäristön odotusten kanssa

Ei, valmennukseni ei ole linjassa seuran/liiton odotusten kanssa

Ei, valmennukseni ei ole linjassa vanhempien odotusten kanssa

Ei, valmennukseni ei ole linjassa urheilijan/urheilijoiden/joukkueen odotusten kanssa

Ei, valmennukseni ei ole linjassa jonkin muun tahon odotusten kanssa, minkä?

En osaa sanoa

30. Valmentajana sinulla on mahdollisuus vaikuttaa positiivisesti urheilijoiden arvoihin, asenteisiin ja käyttäytymiseen monissa asioissa. Valitse seuraavista ne vaihtoehdot, joihin itse valmentajana pyrit vaikuttamaan. Voit valita useamman kuin yhden vaihtoehdon.

Koulunkäynti tai opiskeluun panostaminen

Päihteiden käyttö

Rasistinen käyttäytyminen ja kielenkäyttö

Urheiluhenki ja reilu peli

Dopingaineiden käyttö

Rehellisyys

Väkivallan käyttö

Lain ja sääntöjen noudattaminen

Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus

Toisten ihmisten kunnioitus ja arvostaminen

Käytöstavat
Ristiriitojen käsittely
Terveelliset elämäntavat
Empaattisuus
Kiusaaminen ja syrjintä
Muu/muita, mitä?
En koe näihin asioihin vaikuttamisen olevan tehtäväni valmentajana

31. Mikä seuraavista on tällä hetkellä mielestäsi tärkein tehtäväsi valmentajana?

Kehittää urheilijan taitoja ja urheilusuoritusta
Edistää yhtenäisyyttä, yhteenkuuluvuutta ja sosiaalista kanssakäymistä
Tuottaa nautintoa ja myönteisiä kokemuksia
Saavuttaa tuloksia
Luoda olosuhteet oppimiselle ja kehitymiselle
Innostaa harjoittelemaan ja vahvistaa motivaatiota
Kasvattaa ja kehittää urheilijaa ihmisenä
Muu, mikä?

32. Miten seuraavat asiat ovat vaikuttaneet/vaikuttavat kokonaisuhyvinvointiisi (fyysinen, psyykinen, sosiaalinen) valmentajana? (1= Erittäin negatiivisesti, 2= Negatiivisesti, 3= Ei negatiivisesti eikä positiivisesti, 4= Positiivisesti, 5= Erittäin positiivisesti).

Suhteet urheilijoihin, vanhempiin, seuraan jne.
Oma osaamisen taso ja kokemus valmentajana
Urheilijan/joukkueen suoritustaso
Oma terveystilanne
Valmennuksen työmäärä
Suhde mediaan
Menestystavoitteet
Valmennustoiminnan ja siviilielämän suhde
Joukkueen/urheilijoiden valintaprosessit
Joukkueen, seuran tai liiton toiminnan linjaukset
Matkustaminen
Valmennustehtävän luonne
Palkka ja/tai muut korvaukset
Valmennuksen oheistehtävät (esim. yhteydenpito, organisointi, hallinto)
Tehtävänkuva kokonaisuudessaan (laajuus, selkeys, mielekkyys)
Valmennuksen toimintaympäristö (esim. olosuhteet, tiimi)
Muu, mikä?

33. Kuinka tärkeänä pidät osaamisesi/itsesi kehittämistä seuraavilla valmennusosaamisen osa-alueilla? (1= En lainkaan tärkeänä...5= Erittäin tärkeänä).

Urheiluosaaminen
Vuorovaikutusosaaminen
Itsensä kehittämisen taidot
Voimavarojen hallinta

34. Arvioi kuinka suuri tarve sinulla on kehittää osaamistasi seuraavilla aihealueilla? (1= Ei tarvetta...5= Erittäin suuri tarve)

Lajitiedot ja -taidot
Harjoittelun suunnittelu (lyhyellä/pitkällä aikavälillä)
Fysiologia, anatomia, biomekaniikka
Psykologia, pedagogiikka, didaktiikka
Johtajuus
Terveys ja elämäntavat
Ravitsemus
Rahoitus ja liiketoiminta (seura/joukkue)
Tapahtumien järjestäminen
Mediataidot
Reilu peli, etiikka, moraali
Valmentajan toimintaohjeet (kiusaaminen, ahdistelu, häirintä)
Muu, mikä?

35. Kuinka tärkeää lisäkouluttautuminen on sinulle valmentajana?

0=ei lainkaan tärkeää... 6=erittäin tärkeää

36. Oletko osallistunut valmentajakoulutukseen edellisen 12 kk aikana?

En
Kyllä

37. Aiheutuiko koulutuksen suorittamisesta sinulle kustannuksia?

Ei, koulutus oli maksuton
Ei, seura maksoi koulutuksen
Ei, jokin muu taho maksoi koulutuksen, mikä?
Kyllä, maksoin osan koulutuksesta itse
Kyllä, maksoin koko koulutuksen itse

38. Oletko ajatellut osallistua valmentajakoulutukseen seuraavan 12 kk aikana?

Kyllä
En
En osaa sanoa

39. Mikä seuraavista koulutusmuodoista palvelisi sinua parhaiten?

Lähiopetus
Verkko-opetus
Yhdistetty lähi- ja verkko-opetus
Henkilökohtainen ohjaus (tutorointi/mentorointi)
Lyhemmät työpajat (2-3 h)
Seminaarit
Muu, mikä?
En osaa sanoa

40. Arvioi missä määrin seuraavat asiat vaikeuttavat/ovat vaikeuttaneet koulutukseen osallistumistasi? (1= Ei lainkaan, 2= Jonkin verran, 3= Melko paljon, 4= Erittäin paljon).

Ajanpuute
Koulutusten kalleus
Sopivaa koulutusta ei ole ollut tarjolla
Koulutuksen huono saavutettavuus (ajankohta, paikka)
Joustamattomuus koulutusten suorittamisessa
Työ- ja siviilielämän asettamat haasteet
Tiedon puute tarjolla olevista koulutuksista
Muu, mikä?

41. Seuraavassa on listattu valmentajien yleisesti käyttämiä oppimistilanteita ja oppimisen lähteitä. Määrittele kunkin asian kohdalla, onko se omalla kohdallasi toteutunut ja jos asia on toteutunut, arvioi sen tärkeys oman valmennustoiminnan/valmentajana kehittymisesi kannalta asteikolla 1-3 (1= ei lainkaan tärkeä, 2= tärkeä, 3= erittäin tärkeä). Muussa tapauksessa valitse ei toteutunut.

Palaute, jota saan urheilijoilta/pelaajilta
Työskentely/vuorovaikutus muiden valmentajien kanssa
Muiden valmentajien työskentelyn seuraaminen/tarkkailu
Oman valmennustoiminnan reflektointi
Omien ideoiden testaaminen ja kokeileminen käytännössä (arkivalmennus)
Omat kokemukset urheilijana
Valmentajakoulutus
Kirjalliset materiaalit
Seminaarit, työpajat ja teemapäivät
Mentorointi
Sosiaalinen media
Valmennuksen verkkosivustot
Sähköiset materiaalit (videot, tallenteet)
Urheiluun ja valmennukseen liittyvät keskustelupalstat
Verkkokurssit ja -oppiminen
Muu, mikä?

42. Mitkä seuraavista asioista ovat vaikeuttaneet/vaikeuttavat kehittymistäsi valmentajana tai etenemistäsi valmentajauralla? Voit valita useamman kuin yhden vaihtoehdon.

Kokemuksen puute
Tiedon/osaamisen puute
Taloudellisen tuen puute
Erimielisyydet lajissani tai seurassa/joukkueessa/lajiliitossa
Olosuhteiden/välineiden puute tai sopimattomuus
Vallan väärinkäyttö seuran/joukkueen/lajiliiton tai henkilön osalta
Vaadittavan valmentajatutkinnon puuttuminen
Kiinnostuksen puute valmentajanuralla etenemiseen
Osaamisen aliarvostus
Huono itsetunto valmentajana
Lahjakkaiden valmennettavien puute
Tuen puute seuran tai työnantajan puolelta
Terveydelliset seikat tai loukkaantuminen
Sopivan valmennustehtävän puute
Syrjintä (sukupuolen, uskonnon, iän, kansallisuuden, seksuaalisen suuntautuneisuuden jne. mukaan)
Muu, mikä?
En koe, että jokin asia olisi vaikeuttanut kehittymistäni valmentajana tai uralla etenemistäni

Valmennustoiminnan keskeyttäneet tai lopettaneet

13. Valitse seuraavista vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa tämän hetkistä tilannettasi valmentajana.

Pidän tällä hetkellä taukoa valmentamisesta
Olen lopettanut valmentamisen

14. Kuinka kauan olet pitänyt taukoa valmentamisesta?

15. Minä vuonna olet lopettanut valmentamisen?

16. Oletko ajatellut jatkaa valmentamista seuraavan 12 kk aikana?

Kyllä
En

17. Mistä syystä tulit alkujaan mukaan valmennustoimintaan? Valitse tärkein.

Olin itse harrastanut tai harrastin lajia
Oma lapseni oli harrastanut tai harrasti lajia
Valmentaminen kiinnosti minua harrastuksena
Valmentaminen kiinnosti minua ammattina
Ulkopuolisen tahon pyynnöstä (esim. vanhemmat, ystävät, seuran/akatemian/lajiliiton toimihenkilö)
Muu, mikä?

18. Minkä lajin urheilijoita olet viimeksi valmentanut?

Lajilista

19. Minkä ikäryhmän urheilijaa/urheilijoita olet viimeksi valmentanut?

Alle 13-vuotiaat
13–15-vuotiaat
16–19-vuotiaat
Yli 19-vuotiaat

20. Minkä tasoista urheilijaa/urheilijoita olet viimeksi valmentanut?

Harraste
Paikallinen/Piiri/Alue
Kansallinen
Kansainvälinen

21. Mikä on ollut valmennustoiminnan peruste viimeisessä valmennustehtävässäsi?

Vapaaehtoinen

Osa-aikainen (alle 20 h/vko)

Osa-aikainen (yli 20h/vko)

Täysipäiväinen

22. Arvioi kuinka paljon seuraavat syyt ovat vaikuttaneet valmennustoiminnan keskeyttämiseen/lopettamiseen omalla kohdallasi. (1= Ei lainkaan, 2= Jonkin verran, 3= Melko paljon, 4= Erittäin paljon).

Tuen puute valmennustoiminnassa (vanhemmat, seura, järjestelmä)

Ristiriidat valmennusyhteisössä (valmennustiimi, vanhemmat, seuran muut toimihenkilöt)

Ei ollut tarjolla sopivaa valmennettavaa/joukkuetta

Muutto toiselle paikkakunnalle

Henkilökohtaiset syyt (terveys, perhesyyt, ajankäyttö)

Riittämän korvaus valmennustoiminnasta

Valmennustyöstä annettavan tunnustuksen ja arvostuksen puute

Siirtyminen opiskelusta työelämään/muutokset siviililyössä

Oman lapsen harrastuksen lopettaminen/vaihtaminen

Muu, mikä?



KIHUn julkaisusarja, nro 71
ISBN 978-952-7290-12-5 (verkkojulkaisu)
ISSN 2489-8317 (verkkojulkaisu)