

# URHEILIJOIDEN MYÖNTEISIÄ JA KIELTEISIÄ KOKEMUKSIA SUOMALAISESSA KILPAURHEILUSSA

Asiallinen ja vastuullinen sekä epäasiallinen ja  
vastuuton kohtelu urheilussa

Satu Kaski

Alisa Heikkinen

Taru Lintunen

2022

**Urheilijoiden myönteisiä ja kielteisiä  
kokemuksia suomalaisessa kilpaurheilussa**

Suomen urheilun eettinen keskus SUEK ry

Sisältö: Satu Kaski, Alisa Heikkinen ja Taru Lintunen

Toimitus: Susanna Sokka, Paula Pfosser ja Marko Kananen

Ulkoasu ja taitto: Kruu Oy

Paino: painokauppa.fi

ISSN 2489-6578 (nid.)

ISSN 2489-6586 (PDF)

ISBN 978-952-5605-59-4 (nid.)

ISBN 978-952-5605-60-0 (PDF)

# URHEILIJOIDEN MYÖNTEISIÄ JA KIELTEISIÄ KOKEMUKSIA SUOMALAISESSA KILPAURHEILUSSA

Asiallinen ja vastuullinen sekä epäasiallinen  
ja vastuuton kohtelu urheilussa

Satu Kaski

Alisa Heikkinen

Taru Lintunen

2022

*”Jokaisen tulee  
saada olla oma  
itsensä”*

# KESKEISET TUTKIMUSTULOKSET

Tässä tutkimuksessa selvitettiin urheilijoiden kokemuksia myönteisestä eli asiallisesta ja vastuullisesta kohtelusta sekä kielteisestä eli epäasiallisesta ja vastuuttomasta kohtelusta suomalaisessa kilpaurheilussa. Lisäksi tarkasteltiin näihin kokemuksiin yhteydessä olevia altistavia tekijöitä (taustatekijät, urheiluolosuhdetekijät ja perustarpeiden tyydyttyminen urheilussa) sekä niiden hyvinvointiseurauksia (viihtyminen ja positiivinen mieliala sekä oirehtiminen eli masennus- ja ahdistusoireet sekä stressi). Lopuksi selvitettiin urheilijoiden omia toiveita turvallisen urheiluympäristön saavuttamiseksi sekä epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun ehkäisemiseksi ja estämiseksi.

Tutkimuskohteena olivat suomalaisten urheilujärjestöjen 16-vuotiaat ja sitä vanhemmat kilpaurheilijat. Kilpaurheilijalla tarkoitettiin urheilijoita, jotka osallistuvat lajiliittojen ja urheiluorganisaatioiden määrittelemiin korkeimpiin kilpasarjoihin ja niiden mukaiseen kilpailutoimintaan. Urheilujärjestöllä tarkoitettiin kaikkia tutkimukseen ilmoittautuneita liikunta- ja urheiluorganisaatioita, jotka toimivat kansallisina lajiliittoina tai muilla tavoin liikunnan ja urheilun valtakunnallisina järjestöinä. Urheilujärjestöistä mukaan ilmoittautui yhteensä 45 tahoa. Järjestöiltä saadun arvion mukaan kysely lähti 54 651 kilpaurheilijalle. Kyselyn vastaamisen aloitti yhteensä 3 764 henkilöä, joista vastauksen lähetti 2 097 henkilöä. Kun vastaukset lähettäneiden joukosta poistettiin alle 16-vuotiaiden henkilöiden vastaukset, oli lopullinen vastaajamäärä 2 045 henkilöä. Näin laskien vastausprosentti oli 3,7.

## Myönteiset kokemukset yleisiä, vaikka epäasiallista ja vastuutonta kohtelua ilmenee

Yhteenvedon voidaan todeta, että myönteiset kokemukset ovat urheilijoilla varsin yleisiä. Myönteisinä kokemuksina tutkimuksessa tarkasteltiin positiivisessa psykologiassa usein käytetyn PERMA-teorian (Seligman 2009; 2011) mukaisesti *kukoistusta* (myönteiset tunteet, sitoutuminen, ihmissuhteet, merkityksellisyys ja päämäärien saavuttaminen) sekä *tehtäväsuuntautuneisuutta* (motivaationa oman toiminnan kehittäminen) ja *prososiaalisuutta* (muiden kannustaminen ja auttaminen). Näistä myönteisistä kokemuksista korostui kukoistuksen ja etenkin sen osa-alueista myönteisten ihmissuhteiden ja positiivisten tunteiden kokeminen urheilussa. Kukoistuksen keskiarvo oli 7,5 (asteikolla 0-10). Tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston keskiarvo oli myös korkea (ka = 4,6, arviointiasteikolla 1-5). Prososiaalisen toiminnan keskiarvo oli 4,5 (asteikolla 1-5). Suurin osa vastaajista kertoi menevänsä mielellään harjoitukseen (86 %) ja urheilevansa todennäköisesti vielä kahden vuoden päästä (83 %). Myös nämä tulokset tukevat myönteisten kokemusten olemassaoloa urheilussa.

Myönteisten kokemusten lisäksi ilmeni myös epäasiallista ja vastuutonta kohtelua. Tällaisina kielteisinä kokemuk-

sina tarkasteltiin seksuaalista ja sukupuoleen perustuvaa häirintää, kiusaamista, muuta epäasiallista toimintaa, fyysistä väkivaltaa, epätasa-arvoista ja syrjivää käytöstä sekä vastuutonta toimintaa. Eniten urheilijat olivat kokeneet muuta epäasiallista toimintaa (~39 %), josta yleisintä oli pilkkaava nauraminen (~22 %), tekemisen epäoikeudenmukainen kritisointi (~22 %) sekä mielipiteiden kuuntelematta jättäminen (~21 %). Toiseksi eniten oli koettu epätasa-arvoista ja syrjivää käytöstä (~14 %) ja kolmanneksi eniten kiusaamista (13,9 %). Neljänneksi eniten oli koettu vastuutonta toimintaa (~13 %) ja viidenneksi eniten sukupuoleen perustuvaa häirintää (12,5 %). Vähiten raportoitiin seksuaalista häirintää (~5 %) ja fyysistä väkivaltaa (2 %). Tekijänä mainittiin useimmiten toinen urheilija, paitsi vastuuttomassa toiminnassa, jossa eniten mainintoja sai valmentaja. Etupäässä epäasiallisesta ja vastuuttomasta kohtelusta kerrottiin eteenpäin, mutta harvemmin se johti kokonaan kyseisen toiminnan loppumiseen.

## Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun riskiryhmässä naiset ja nuoret

Naiset olivat riskiryhmässä kaikissa epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun muodoissa, paitsi fyysisessä väkivallassa, jossa miessukupuoli oli tilastollisesti merkitsevämpi riskitekijä. Sukupuoleen perustuvassa häirinnässä korostui naiskupuolen lisäksi muu sukupuoli ja kategoria ”en halua sanoa”. Yhtä lailla nuori ikä lisäsi riskiä kokea kiusaamista, muuta epäasiallista toimintaa, fyysistä väkivaltaa ja vastuutonta toimintaa.

## Ryhmän merkitys suuri epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun suhteen

Ryhmän vastuullisella toiminnalla näyttäisi olevan suojaava vaikutus epäasialliseen ja vastuuttomaan kohteluun kaikissa sen muodoissa lukuun ottamatta seksuaalista ja sukupuoleen perustuvaa häirintää. Ryhmän valmiudella puuttua oli puolestaan suojaava vaikutus seksuaaliseen häirintään, kiusaamiseen sekä muuhun epäasialliseen ja vastuuttomaan toimintaan. Valmentajan toiminta korostui fyysisen väkivallan sekä epätasa-arvoisen ja syrjivän käytöksen kohdalla. Toisin sanoen valmentajan vastuullinen toiminta lisäsi fyysisestä väkivallasta raportointia ja vähensi riskiä kokea syrjintää. Vähemmistöryhmään kuulumisen ei ollut yhteydessä tutkittuihin epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun muotoihin, mutta kuulumisen johonkin vähemmistöryhmään heikensi kukoistusta urheilussa. Toisin sanoen vähemmistöryhmään kuuluvat urheilijat kokivat vähemmän myönteisiä tunteita, merkityksellisyyttä ja päämäärien saavuttamista urheilussa. Lisäksi he arvioivat urheiluun liittyvät ihmissuhteet muita heikomiksi.

## **Pätevyyden tunne vahvistaa myönteisiä kokemuksia urheilussa**

Pätevyyden kokemukset olivat positiivisesti yhteydessä sekä kukoistukseen että tehtäväsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon. Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tarpeen täyttyminen oli positiivisesti yhteydessä myönteisiin tunteisiin ja ihmissuhteisiin. Kukoistus vahvistuu, kun urheilija kokee pätevyyden ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Ryhmän vastuullinen toiminta lisäsi urheilijoiden prososiaalista toimintaa. Ryhmän valmiudella puuttua epäasialliseen kohteluun ei ollut merkitsevää yhteyttä myönteisiin kokemuksiin urheilussa. Valmentajan vastuullinen toiminta taas oli negatiivisesti yhteydessä minäsuuntautuneeseen eli kilpailua ja vertailua korostavaan motivaatioilmastoon.

## **Epäasiallinen ja vastuuton kohtelu lisää pahoinvointia, asiallinen ja vastuullinen kohtelu hyvinvointia**

Epäasiallinen ja vastuuton kohtelu lisää pahoinvointia, sillä seksuaalinen ja sukupuoleen perustuva häirintä, muu epäasiallinen toiminta ja epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös lisäsivät stressin kokemista urheilussa. Lisäksi sukupuoleen liittyvä häirintä, kiusaaminen, muu epäasiallinen toiminta ja vastuuton toiminta olivat yhteydessä lisääntyneeseen oirehtimiseen. Ainoastaan muu epäasiallinen toiminta lisäsi sekä oirehdintaa ja stressiä että vähensi viihtymistä ja positiivista mielialaa.

Asiallinen ja vastuullinen kohtelu taas lisää hyvinvointia. Kukoistus, ennen kaikkea myönteiset tunteet ja päämäärrien saavuttaminen edistivät positiivista mielialaa ja viihtymistä, kun taas kukoistuksen vähäisyys oli yhteydessä pahoinvointiin eli oirehtimiseen ja stressiin. Kukoistuksen osa-alueista sitoutuminen oli positiivisesti yhteydessä sekä positiiviseen mielialaan että oirehdintaan ja stressiin. Prososiaalinen toiminta sen sijaan lisäsi viihtymistä ja vähensi stressin kokemista. Minäsuuntautunut motivaatioilmasto oli positiivisesti yhteydessä sekä positiiviseen mielialaan että oirehtimiseen ja stressiin, mutta negatiivisesti yhteydessä viihtymiseen. Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto taas lisäsi viihtymistä, mutta oli myös positiivisesti yhteydessä oirehtimiseen ja stressiin. Motivaatioilmastoon liittyviä tuloksia voidaan pitää ristiriitaisina. Ilmeisesti on niin, että kummassakin motivaatioilmastossa on jotakin hyvää ja jotakin huonoa, eikä niitä voida ainaakaan hyvinvoinnin näkökulmasta asettaa paremmuusjärjestykseen.

## **Toimintakulttuurin ja -tapojen muutosta toivotaan**

Urheilijat toivovat muutosta niin toimintakulttuuriin kuin toimintatapoihinkin. Vastuullista vuorovaikutusta, jolloin esimerkiksi huumorin varjolla ei toimita asiattomasti, sekä yhdenvertaista ja toista kunnioittavaa toimintaa korostettiin urheilijoiden vastauksissa. Tähän kuuluu niin naisten

aseman parantaminen kuin katsomokulttuurin siistiminen. Lisäksi valmentajan merkitystä painotettiin ennen kaikkea epäasialliseen ja vastuuttomaan kohteluun puuttumisessa. Urheilijat toivovat myös matalankynnyksen ja -kustannuksen apua, mikäli joutuvat kohtaamaan kielteistä kohtelua.

# CENTRALA UNDERSÖKNINGSRESULTAT

I denna studie undersöktes idrottares erfarenheter av positiv, dvs. saklig och ansvarsfull bemötande och negativ, dvs. osakligt och oansvarigt bemötande inom finsk tävlingsidrott. Dessutom undersöktes de predisponerande faktorer (bakgrundsfaktorer, idrottsförhållanden och tillfredsställelse av grundläggande behov inom idrotten) och deras välfärdskonsekvenser (trivsel och positivt humör, symtom på depression och ångest samt stress) som är förknippade med de positiva och negativa upplevelserna som nämns ovan. Slutligen utreddes idrottarnas egna önskemål om hur en säker idrottsmiljö kunde uppnås, och hur man kunde förebygga och förhindra osakligt och oansvarigt bemötande.

Målgruppen för undersökningen var tävlingsidrottare som var 16 år eller äldre från finska idrottsorganisationer. Tävlingsidrottare definieras som en idrottare, som i sina grenar deltar i tävlingsserier och tävlingsverksamhet på den högsta nivån som definierats av specialidrottsförbunden och idrottsorganisationerna. Med idrottsorganisation avses här alla motions- och idrottsorganisationer som anmälde sig till undersökningen och som fungerar som nationella specialidrottsförbund eller på annat sätt som riksomfattande motions- och idrottsförbund. Totalt 45 idrottsorganisationer anmälde sig. Enligt uppskattningen från organisationerna, skickades undersökningen till 54 651 tävlingsidrottare. Totalt började 3 764 personer svara på undersökningen, varav 2 097 personer skickade svaret. När svaren från personer under 16 år togs bort från gruppen av dem som skickade svaren, var slutantalet svarande 2 045 personer. Svarsfrekvensen var således 3,7%.

## Positiva upplevelser är vanliga, även om osakligt och oansvarigt bemötande förekommer

Sammanfattningsvis kan man konstatera, att positiva upplevelser är ganska vanliga bland idrottare. Enligt PERMA-teorin (Seligman 2009; 2011), som ofta används inom positiv psykologi, *blomstring* (positiva känslor, engagemang, relationer, meningsfullhet och att nå mål), samt *uppgiftsorientering* (motivation att utveckla sina egna aktiviteter) och *prosocialitet* (uppmuntra och hjälpa andra) undersöktes som positiva erfarenheter i studien. Av dessa positiva upplevelser lyftes blomstring och särskilt dess aspekter av att uppleva positiva relationer och positiva känslor inom idrotten. Medeltalet för blomstring var 7,5 (på en skala från 0 till 10). Det genomsnittliga uppgiftsorienterade motivationsklimatet var också högt ( $k_a = 4,6$ , betygsskala 1-5). Genomsnittet för den prosociala aktiviteten var 4,5 (på en skala från 1 till 5). Majoriteten av de tillfrågade sa att de gärna går på träning (86 %) och att de förmodligen fortfarande idrottar om två år

(83 %). Dessa resultat stöder också förekomsten av positiva erfarenheter inom idrotten.

Förutom positiva erfarenheter sågs också av osakligt och oansvarigt bemötande. Sådana negativa upplevelser innefattade sexuella trakasserier och trakasserier på grund av kön, mobbning, annan osaklig handling, fysiskt våld, ojämlikt och diskriminerande beteende och oansvarig verksamhet. Idrottare hade oftast upplevt annan olämplig handling (~39 %), varav den vanligaste var hån (~22 %), orättvis kritik av förehavande (~22 %) och åsidosättande av åsikter (~21 %). Ojämlikt och diskriminerande beteende låg på andra plats (~14 %) och mobbning på tredje plats (13,9 %). Det fjärde mest erfarna var oansvarigt verksamhet (~13 %) och det femte mest erfarna var trakasserier baserade på kön (12,5 %). Minst rapporterades om sexuella trakasserier (~5%) och fysiskt våld (2 %). En annan idrottare nämndes oftast som förövare, förutom oansvariga aktiviteter, där tränaren fick flest omnämmanden. Osakligt och oansvarigt bemötande rapporterades vanligtvis, men mer sällan ledde det till att den aktuella verksamheten upphörde.

## Kvinnor och unga i riskgruppen för osakligt och oansvarigt bemötande

Kvinnor var i riskgruppen för alla former av osakligt och oansvarigt bemötande, utom i fall av fysiskt våld där det manliga könet var en statistiskt sett mer betydande riskfaktor. I fråga om trakasserier på grund av kön betonades inte bara det kvinnliga könet, utan också ickebinära, och personer i kategorin "vill inte säga". På samma sätt ökade risken för mobbning, annan osaklig handling, fysiskt våld och oansvarig verksamhet.

## Gruppens betydelse är stor när det gäller osakligt och oansvarigt bemötande

Ansvarsfullt beteende från gruppens sida förefaller ha en skyddande effekt mot osakligt och oansvarigt bemötande i alla dess former, med undantag av sexuella och könsrelaterade trakasserier. Gruppens beredskap att ingripa hade en skyddande effekt mot sexuella trakasserier, mobbning och annan osaklig handling och oansvarig verksamhet. Tränarens verksamhet betonades i fall av fysiskt våld och ojämlikt och diskriminerande beteende. Med andra ord ökade tränarens ansvarsfulla verksamhet rapporteringen av fysiskt våld och minskade risken för diskriminering. Att tillhöra en minoritetsgrupp var inte kopplat till de former av osakligt och oansvarigt bemötande som undersöktes, men att tillhöra en minoritetsgrupp försvagade blomstringen inom idrotten. Idrottare som tillhör en minoritetsgrupp upplevde med andra ord mindre positiva känslor, relevans och uppnående av

mål inom idrotten. De bedömde dessutom de interpersonella relationer som är förknippade med idrott som svagare än andra.

### **En känsla av kompetens stärker de positiva upplevelserna inom idrotten**

Kompetenserfarenheter var positivt kopplade till både blomstrande och ett uppgiftsorienterat motivationsklimat. Att uppfylla behovet av social sammanhållning var positivt kopplat till positiva känslor och människorelationer. Blomstringen stärks när idrottaren upplever en känsla av kompetens och tillhörighet. Gruppens ansvarsfulla verksamhet ökade idrottarens prosociala verksamhet. Det fanns inget betydande samband mellan gruppens beredvillighet att ingripa och de positiva erfarenheterna inom idrotten. Coachens ansvarsfulla agerande var däremot negativt kopplat till ett självorienterat, det vill säga ett motiverande klimat med betoning på konkurrens och jämförelse.

Osakligt och oansvarigt bemötande ökar illamående, sakligt och ansvarsfullt bemötande ökar välbefinnandet

Osakligt och oansvarigt bemötande ökar illamående, eftersom sexuella och könsbaserade trakasserier, annan osaklig handling och ojämlikt och diskriminerande beteende ökar uppfattningen av stress inom idrotten. Dessutom var trakasserier på grund av kön, mobbing, annan osaklig handling och oansvarig verksamhet förknippade med ökat uppvisande av symtom. Endast annan osaklig handling ökade både symtom och stress och minskade trivsel och positivt humör.

Sakligt och ansvarsfullt bemötande ökar däremot välbefinnandet. Blomstring, framför allt positiva känslor och uppnåendet av mål bidrog till ett positivt humör och trivsel, medan en brist på blomstring var förknippad med illamående, dvs uppvisande av symtom och stress. Av blomstringens komponenter var engagemang positivt kopplat till både positivt humör och uppvisandet av symtom och stress. Prosocial verksamhet däremot ökade trivseln och minskade känslan av stress. Ett självorienterat motivationsklimat var positivt kopplat till både positivt humör och uppvisandet av symtom och stress men negativt kopplat till trivsel. Ett uppgiftsorienterat motivationsklimat ökade däremot trivseln, men var också positivt kopplat till uppvisandet av symtom samt stress. Resultaten relaterade till motivationsklimatet kan anses vara motstridiga. Tydligt finns det något bra och något dåligt i båda motivationsklimaten, och de kan inte rangordnas, åtminstone ur välmåendesynpunkt.

### **En ändring i verksamhetskulturen och tillvägagångssätten önskas**

Idrottare hoppas på en ändring, både vad beträffar verksamhetskulturen och tillvägagångssätten. Ansvarsfull växelverkan, där till exempel humor inte används på ett osakligt sätt, samt jämlik och respektfull verksamhet betonades i idrottarnas svar. I detta ingår både att förbättra kvinnornas ställning och att städa upp i läktarkulturen. Dessutom betonades vikten av tränaren framför allt när det gäller att ta itu med osakligt och oansvarigt bemötande. Idrottare önskar att de har tillgång till hjälp med låg tröskel och låga kostnader om de möter sådant negativt bemötande som beskrevs i studien.

# KEY STUDY RESULTS

The study investigated athletes' experiences of positive (i.e. appropriate and responsible) and negative (i.e. inappropriate and irresponsible) treatment in Finnish competitive sports. In addition, the predisposing factors (underlying factors, sports conditions and satisfaction of basic needs in sports) and their effects on well-being (comfort and positive mood and symptoms of depression and anxiety, as well as stress) associated with the positive and negative experiences mentioned above were examined. Finally, the athletes' own hopes for establishing a safe sports environment and the prevention of inappropriate and irresponsible treatment were clarified.

The study targeted competitive athletes of Finnish sports organisations aged 16 and over. Competitive athletes were defined as athletes of a sport participating in the highest tiers defined by sports federations and sports organisations and in competition activities related to them. Sporting organisations were defined as all exercise and sports organisations participating in the study that act as National Federations or in other ways as national associations for sports and exercise. A total of 45 of these sports organisations registered for the study. According to the information received from sports organisations, the survey was sent to approximately 54,651 competitive athletes. A total of 3,764 people began to respond to the questionnaire, of whom 2,097 submitted their answers. When the responses submitted by persons aged under 16 were removed from the 2,097 respondents, the remaining number of respondents was 2,045. Thus, the response rate was 3.7 %.

## Positive experiences are common, although inappropriate and irresponsible treatment occurs

In summary, positive experiences are quite common among athletes. In accordance with the PERMA Model (Seligman 2009; 2011) that is often used in positive psychology, positive experiences included flourishing (positive emotions, commitment, interpersonal relationships, relevance and achievement of goals), as well as task-orientated motivation (individual is motivated by developing their own actions) and pro-social behaviour (encouraging and helping others). Of these positive experiences, the experience of flourishing in sports, particularly in terms of positive relationships and positive emotions, was highlighted.

The average flourishing score was 7.5 (on a scale of 0-10). The average for task-oriented motivation was also high (avg=4.6, on a scale of 1-5), meaning that motivation was largely based on the development of personal skills. The average for pro-social behaviour, i.e. encouraging

and helping others in sports, was 4.5 (on a scale of 1-5). The majority of the respondents said that they were more than happy to go to practice (86 %) and that they would probably still be engaged in sports in two years' time (83 %), which supports the existence of positive experiences in sport.

Although positive experiences were common, inappropriate and irresponsible treatment also emerged. Such negative experiences included sexual and gender-based harassment, bullying, other inappropriate activities, physical violence and unequal and discriminatory behaviour and irresponsible activity. Athletes most often experienced other inappropriate activities (~ 39 %), of which the most common were ridicule (~ 22%), unfair criticism (~ 22%) and disregard for opinions (~ 21%). Unequal and discriminatory behaviour (~ 14%) and bullying (13.9 %) were the second and third most common experiences, respectively. Irresponsible activity (~ 13%) and gender-based harassment (12.5 %) were the fourth and fifth most common experiences, respectively. Sexual harassment (~ 5%) and physical violence (2%) were the least reported experiences. In most cases, the person committing these acts was another athlete, except in the case of irresponsible behaviour, which typically involved a coach. Most cases of inappropriate and irresponsible treatment were reported to someone, but this seldom led to the complete cessation of such action.

## Women and young people at risk of inappropriate and irresponsible treatment

Women were at risk in all forms of inappropriate and irresponsible treatment, except in cases of physical violence, where the male sex was statistically a considerably higher risk factor. With regard to gender-based harassment, not only was the female sex highlighted, but also the responses "other" and "do not want to say". Similarly, young age corresponded with the heightened risk of experiencing bullying, other inappropriate activities, physical violence and irresponsible activity.

## High significance of groups in terms of inappropriate and irresponsible treatment

Responsible behaviour within a group seems to have a protective effect against irresponsible and inappropriate treatment in all of its forms, with the exception of sexual and gender-based harassment. The group's ability to intervene, on the other hand, had a protective effect against sexual harassment, bullying and other inappropriate activities and irresponsible activity. The behaviour of coaches was highlighted in the case



of physical violence and unequal and discriminatory behaviour. In other words, the responsible behaviour of a coach increased the likelihood of physical violence being reported and reduced the risk of experiencing discrimination. Belonging to a minority group was not linked to the inappropriate and irresponsible forms of treatment studied, but belonging to a minority group weakened the score of flourishing in sports. In other words, athletes belonging to a minority group experienced less positive emotions, less relevance and less achievement of goals in sports. In addition, they rated their relationships within sports as weaker than others.

### **A sense of competence reinforces positive experiences in sports**

Experiences of competence were positively linked to both flourishing and task-oriented motivation. A satisfied need for social cohesion was positively linked to positive emotions and interpersonal relationships. High flourishing scores correspond with athletes' experiences of a sense of competence and cohesion. Responsible behaviour within a group increased the pro-social behaviour of athletes. There was no significant link between the group's ability to intervene and positive experiences in sports. Conversely, the responsible behaviour of a coach was negatively linked to self-oriented motivation that emphasises competition and comparison.

### **Inappropriate and irresponsible treatment has a negative effect on well-being, while appropriate and responsible treatment increases well-being**

Inappropriate and irresponsible treatment has a negative effect on well-being as sexual and gender-based harassment, other inappropriate activities and unequal and discriminatory behaviour increased the stress experienced in sports. In addition, gender-related harassment, bullying, other inappropriate activities and irresponsible activity were associated with increased prevalence of symptoms. Only other inappropriate activities increased both the prevalence of symptoms and stress and reduced comfort and positive mood.

Appropriate and responsible treatment increases well-being. Flourishing and positive emotions and the achievement of goals, in particular, contributed to a positive mood and comfort, while the lack of flourishing was associated with poor well-being, i.e. symptoms and stress. Among the components of flourishing, commitment was positively linked to both positive mood and symptoms and stress. Pro-social behaviour, on the other hand, increased comfort and reduced experiences of stress. Self-oriented motivation was positively linked to both positive mood and symptoms and stress, but negatively linked to comfort. Task-oriented motivation, on the other

hand, increased comfort, but was also positively linked to symptoms and stress. The results related to motivation can be considered contradictory. It seems that there is something good and something bad in both types of motivation and they cannot be ranked, at least from the point of view of well-being.

### **Demand for changes in operating culture and practices**

Athletes are hoping for a change in both the operating culture and practices. Responsible interaction where humour is not used inappropriately, for example, and equal and respectful behaviour were highlighted in the athletes' responses. This includes both improving the position of women and spectator culture. In addition, the importance of the coach was highlighted in addressing appropriate and responsible treatment, in particular. Athletes are also hoping for low-threshold and low-cost assistance in the event of negative treatment as described in the study.

# SISÄLTÖ

<b>KESKEISET TUTKIMUSTULOKSET</b>	<b>4</b>
<b>CENTRALA UNDERSÖKNINGSRESULTAT</b>	<b>6</b>
<b>KEY STUDY RESULTS</b>	<b>8</b>
<b>SISÄLTÖ</b>	<b>10</b>
<b>1 JOHDANTO</b>	<b>13</b>
1.1 Tutkimuksen lähtökohdat	13
1.2 Kielteiset kokemukset urheilussa eli epäasiallinen ja vastuuton kohtelu	13
1.3 Myönteiset kokemukset urheilussa eli asiallinen ja vastuullinen kohtelu	17
1.4 Kielteisiin ja myönteisiin kokemuksiin eli epäasialliseen ja asialliseen kohteluun yhteydessä olevat tekijät	19
1.4.1 Kielteiset kokemukset	19
1.4.2 Myönteiset kokemukset	21
1.5 Kielteisten ja myönteisten kokemusten eli epäasiallisen ja asiallisen kohtelun seuraukset urheilussa	22
1.6 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset	23
<b>2 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN</b>	<b>25</b>
2.1 Tutkimusjoukon muodostaminen	25
2.2 Aineiston keruu	26
2.3 Katoanalyysi	28
2.4 Vastanneiden urheilijoiden taustatietojen kuvaus	29
2.5 Tutkimusmenetelmät ja mittarit	30
2.5.1 Kielteiset kokemukset eli epäasiallinen ja vastuuton kohtelu	30
2.5.2 Myönteiset kokemukset eli asiallinen ja vastuullinen kohtelu	31
2.5.3 Kielteisiin ja myönteisiin kokemuksiin yhteydessä olevat tekijät	31
2.5.4 Kielteisten ja myönteisten kokemusten seuraukset	32
2.5.5 Avoimet kysymykset	32
2.5.6 Yhteenveto keskeisistä summamuuttujista	32
2.6 Tilastolliset menetelmät	33
2.7 Eettiset kysymykset	33
<b>3 KUYVAILEVAT TULOKSET</b>	<b>35</b>
3.1 Kielteisten kokemusten yleisyys	35
3.1.1 Tekijä	35
3.1.2 Kielteisten kokemusten jälkeinen toiminta	38
3.2 Myönteisten kokemusten yleisyys	40
3.3 Yhteenveto	41
<b>4 TAUSTATEKIJÖIDEN JA URHEILUOLOSUHTEIDEN YHTEYS EPÄASIALLISEEN JA ASIALLISEEN KOHTELUUN</b>	<b>43</b>
4.1 Taustatekijöiden ja urheiluolosuhteiden yhteys kielteisiin kokemuksiin	43
4.1.1 Yhteenveto	45
4.2 Taustatekijöiden, urheiluolosuhteiden ja perustarpeiden tyydyttymisen yhteys myönteisiin kokemuksiin	46
4.2.1 Yhteenveto	48

<b>5</b>	<b>EPÄASIALLISEN JA ASIALLISEN KOHTELUN SEURAUKSET URHEILIJOLLE</b>	<b>51</b>
5.1	Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun yhteydet hyvin- ja pahoinvointiin	58
5.1.1	Yhteenveto	59
5.2	Asiallisen ja vastuullisen kohtelun yhteydet hyvin- ja pahoinvointiin	60
5.2.1	Yhteenveto	62
<b>6</b>	<b>URHEILIJOIDEN NÄKEMYKSIÄ TURVALLISEN URHEILUYMPÄRISTÖN EDISTÄMISEKSI SEKÄ EPÄASIALLISEN JA VASTUUTTOMAN KOHTELUN ESTÄMISEKSI</b>	<b>65</b>
6.1	Toimintakulttuurin ja -tapojen muutos	65
6.2	Valmentajan toiminnan ja osaamisen kehittäminen	65
6.3	Tukipalvelut urheilijoille	65
6.4	Mitään ei tarvitse tehdä tai tekeminen on turhaa	66
<b>7</b>	<b>POHDINTA</b>	<b>69</b>
7.1	Urheilijoilla runsaasti myönteisiä kokemuksia urheilussa	69
7.2	Vajaa 40 prosenttia kokenut epäasiallista ja vastuutonta kohtelua	70
7.2.1	Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun tekijä etupäässä toinen urheilija	71
7.2.2	Epäasiallisesta ja vastuuttomasta kohtelusta kertominen ei johda muutokseen	71
7.3	Taustatekijöillä ja urheiluolosuhteilla merkitystä urheilijoiden myönteisiin ja kielteisiin kokemuksiin	72
7.3.1	Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun uhri etupäässä nainen, myös nuori ikä riskitekijänä	72
7.3.2	Iällä ja sukupuolella merkitystä motivaatioilmastoon, vähemmän kukoistukseen	72
7.3.3	Vähemmistöryhmään kuuluminen ei yhteydessä epäasialliseen ja vastuuttomaan kohteluun, mutta estää myönteiset kokemukset	72
7.3.4	Ryhmän vastuullinen toiminta ja toimintavalmius puskuri epäasialliselle ja vastuuttomalle kohtelulle	73
7.3.5	Valmentajan toiminnan merkitys ei näy suoraan	74
7.3.6	Pätevyyden kokemus lisää kukoistusta	74
7.4	Epäasiallinen ja vastuuton kohtelu lisää pahoinvointia, asiallinen ja vastuullinen kohtelu hyvinvointia	75
7.5	Urheilijat toivovat urheilukulttuuriin muutosta	76
7.6	Tutkimuksen arviointi	77
7.7	Suosituksiset tutkimuksen pohjalta	78
	<b>LÄHTEET</b>	<b>80</b>
	<b>LIITTEET</b>	<b>88</b>
LIITE 1.	Kilpaurheilijan määritelmät urheilujärjestön mukaan	88
LIITE 2.	Ohjeet urheilujärjestöjen yhteyshenkilöille kyselyn välittämisestä	91
LIITE 3.	Saatekirje urheilijoille: tiedote tutkimuksesta tutkittaville ja ohjeet kyselyyn vastaamiseen	92
LIITE 4.	Yhteystietolistaus tutkimuksen ulkopuolisista, apua epäasiallisen kohtelun kokemuksiin, tarjoavista tahoista	95
LIITE 5.	Valmis tiedotepohja urheilujärjestöjen käyttöön tutkimuksesta viestimiseksi	96
LIITE 6.	Vastajien sukupuolijakauma iän suhteen (n=2073)	97
LIITE 7.	Tutkimuksen kyselylomake	98
LIITE 8.	Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun tekijä sekä tilanteen selvittämiseen liittyvä yhteenveto seksuaalisen ja sukupuoleen perustuvan häirinnän, kiusaamisen, fyysisen väkivallan, epätasa-arvoisen ja syrjivän käytöksen sekä vastuuttoman toiminnan osalta	122
LIITE 9.	Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun tekijä sekä tilanteen selvittämiseen liittyvä yhteenveto muun epäasiallisen toiminnan osalta	124
LIITE 10.	Taulukko myönteisistä kokemuksista urheilussa	126

### Urheilijan näkemys tutkimuksessa

*”Ilmapiirin pitäisi kaikissa joukkueissa olla niin hyvä, että urheilijat uskaltaisivat sanoa itseään vaivaavista asioista eteenpäin ja niiden eteen voitaisiin tehdä muutoksia. Usein moni ajattelee, että ei uskalla puhua asiasta eteenpäin ja se jää siten painamaan mieltä”*

# 1 JOHDANTO

## 1.1 Tutkimuksen lähtökohdat

Vuonna 2020 Suomen urheilun eettinen keskus SUEK ry teki tutkimuksen sukupuolisesta ja seksuaalisesta häirinnästä suomalaisessa urheilussa (Lahti ym., 2020). Kyseisen tutkimuksen jälkeen lajiliitot toivoivat, että Suomessa selvitetäisiin laajemmin urheilijoiden myönteisiä ja kielteisiä kokemuksia – asiallisia tai asiattomia, vastuullisia tai vastuuttomia – urheilukontekstissa seksuaalisen ja sukupuolisen häirinnän lisäksi.

SUEKin raportin mukaan sekä sukupuolinen että seksuaalinen häirintä on yleistä urheilussa. Häirintä kohdistuu etupäässä vähemmistöön, naiskupuoleen ja nuoriin aikuisiin. Myös kansainvälisten tutkimusten mukaan häirintä on yleistä (esim. Marks, Mountjoy & Marcus, 2011) ja naiset joutuvat kokemaan sitä miehiä enemmän (esim. Fasting, Brackenridge & Sundgot-Borgen, 2003).

Lahden ja kollegoiden (2020) raportin mukaan suurimmalla osalla urheilijoista (59 %) ei ollut tietoa, onko lajiliitto puuttunut tai tehnyt toimenpiteitä ehkäistäkseen häirintää. Urheilijat toivoivatkin enemmän avointa keskustelua, tietoisuuden lisääntymistä ja koulutusta sekä tasa-arvon edistämistä. Samaan johtopäätökseen ja toivomukseen urheiluorganisaatioille on päädytty myös kansainvälisesti (esim. Mountjoy ym., 2016).

Häirinnän lisäksi urheilussa esiintyy myös muunlaista asiatonta kohtelua ja toimintaa. Tutkimuksissa on todettu, että asiaton kohtelu voi näkyä monella tavalla, kuten huumailmisena, nöyryyttämisenä, syntipukiksi tekemisenä, eristämisenä tai uhkaavana käytöksenä. Psykologinen väärinkäytös voi ilmetä myös huomiotta jättämisenä tai tarvittavan tuen epäämisenä (esim. Mountjoy ym., 2016).

Kansainvälisen Olympiakomitean konsensuslauselman mukaan jokaisella urheilijalla on oikeus ”turvalliseen urheilulliseen ympäristöön, joka on kunnioittava, oikeudenmukainen ja vapaa kaikenlaisesta väkivallasta urheilijalle” (Mountjoy ym., 2016). Jotta tähän päästään, edellyttäisi se eri toimijoilta ja organisaatioilta toimia, kuten esimerkiksi koulutusta valmentajille, vanhemmille, sponsoreille ja urheilijoille (esim. Mountjoy ym., 2016), terveydenhuollon ammattilaisten valppautta tunnistaa ja osata ohjata urheilijat avun piiriin (Marks ym., 2011; Stirling & Kerr, 2010) ja urheiluorganisaatioissa toimivien valtaapitävien arvojen, asenteiden, uskomusten ja käytäntöjen muuttamista turvallisuutta korostavaksi ja kaikenlaiseen kiusaamiseen puuttuvaksi (Shannon-McCallum, 2013). Lisäksi urheiluorganisaatioilla tulisi olla selkeä toimintatapa ja linja ennaltaehkäisyyn, puuttumisen ja tukemisen sekä arvioinnin ja seurannan suhteen (Stirling, ym., 2011).

Tällä hetkellä ei ole kattavaa tietoa suomalaisesta urheilusta, millaista kohtelua aktiiviset kilpaurheilijat kokevat saavansa, minkälaiset tekijät ovat siihen yhteydessä ja mikä merkitys sillä on heidän hyvinvoinnilleen. Roberts, Sojon ja Grantin (2019) katsausartikkelissa tutkittiin urheilun organisatorisia tekijöitä, jotka mahdollistavat ja motivoivat niin kutsuttuun ”ei vahingossa tapahtuvaan” (non-accidental) väkivaltaan eli epäasialliseen toimintaan. Heidän mukaansa epäasiallista ja asiallista toimintaa tutkittaessa voidaan helposti keskittyä ”pahoihin tapauksiin” eli ”mätiin omenoihin korissa” sen sijaan, että tutkisimme koko ”hedelmätyynyriä” tai ”puutarhaa”. Tällainen yksittäisten tapausten tutkiminen on Roberts ym. (2019) mukaan lamauttanut ”urheiluväen” kykyä ymmärtää ja käsitellä ei-vahingossa tapahtuvaa väkivaltaa urheilussa.

Tässä tutkimuksessa pyritään saamaan kattava kuva urheilijoiden kokemista myönteisistä ja kielteisistä kokemuksista urheilussa. Kokonaiskuvan rakentaminen on tärkeää, jotta voidaan tunnistaa ne tekijät, jotka ovat oleellisia turvallisen, kunnioittavan ja oikeudenmukaisen urheilukulttuurin rakentamisessa ja toisaalta, jotta voidaan rakentaa urheiluun soveltuvat oikeanlaiset välittämisen ja puuttumisen mallit.

Tutkimusraportin tilastollisiin ajoin apua on antanut filosofian tohtori Lauri Hietajärvi. Lisäksi tutkimusraporttia on kommentoinut psykologian emeritaprofessori Ulla Kinunen. Tutkimuskyselyä on kommentoinut tutkimusryhmän ulkopuolelta Helsingin yliopistosta Virve-Maria Toivonen. Selvityksessä on osin myös hyödynnetty Virve-Maria Toivosen, Jatta Muhosen ja Antti Aineen alaikäisen urheilijan oikeuksiin ja oikeusturvaan liittyviä kysymyksiä. Lisäksi hyvinvointiin liittyviä kysymyksiä on ollut valitsemassa Terveys- ja hyvinvoinnin laitokselta Kaija Appelqvist-Schmidlechner.

## 1.2 Kielteiset kokemukset urheilussa eli epäasiallinen ja vastuuton kohtelu

Tässä tutkimuksessa kielteisillä kokemuksilla tarkoitetaan epäasiallista ja vastuutonta kohtelua suomalaisessa urheilussa. Kun puhutaan kielteisestä toiminnasta, on tärkeää määritellä käsitteet. Puhuttaessa epäasiallisesta kohtelusta ja kiusaamisesta, yläkäsitteenä voidaan pitää väkivallan käsitettä. Maailman terveysjärjestö WHO:n (Krug ym., 2005; WHO, ei pvm.) käyttämän määritelmän mukaan väkivalta on fyysisen voiman tai vallan tahallista käyttöä tai sillä uhkaamista, joka kohdistuu ihmiseen itseensä, toiseen ihmiseen tai ihmisryhmään tai yhteisöön. Se voi olla luonteeltaan fyysistä, seksuaalista tai psykologista tai tarpeiden tyydyttämättä jättämistä tai laiminlyöntiä (esim. Krug ym., 2002). Suomessa käytetty termi kaltointokohtelu viittaa tilanteisiin, joissa fyysinen tai hen-

kinen väkivalta kohdistuu vastuu-, luottamus- tai valtasuhteissa heikommassa asemassa olevaan (**Bildjuschkin ym.**, 2019). **Bildjuschkinin** ja kollegoiden (2019) mukaan väkivalta voi olla rakenteellista. Toisin sanoen vallitsevilla rakenteilla, valtajärjestelmillä ja toimintatavoilla heikennetään yksittäisten ihmisten tai ihmisryhmien oikeuksia ja asemaa. Rakenteellinen väkivalta voi näkyä instituutioissa ja yhteisöissä. Se voi näkyä esimerkiksi väkivaltaa ihannoivana tai tietyn ihmisryhmän syrjimisestä sallimana toimintana. Väkivalta voi kohdistua tiettyyn sukupuoleen, kuten naisiin tai sukupuolivähemmistöihin, kuten trans- tai intersukupuolen edustajiin. Yhtä lailla ikä, vamma, seksuaalinen suuntautuneisuus tai etninen ja/tai kulttuuriset tekijät, kun ne poikkeavat valtaväestön ominaisuuksista tai elämäntavoista, voivat olla väkivallan syynä. Urheilussa havaittiin jo vuonna 1997, että valta-asemassa oleva, urheilijan vanhempien korkean luottamuksen omaava, hyvämaineinen ja pätevä sekä etupäässä vanhempi mieshenkilö oli potentiaalinen riskitekijä epäasialliselle toiminnalle ja häirinnälle (**Brackenridge**, 1997).

Suomalaisessa työelämässä häirinnästä ja epäasiallisesta kohtelusta, tasa-arvosta ja yhdenvertaisesta kohtelusta on säädetty työturvallisuuslaissa (738/2002). Työturvallisuuslain lisäksi yhdenvertaisuuslaissa (1325/2014) puhutaan iän perusteella tapahtuvasta syrjinnästä ja tasa-arvolaisista sukupuoleen perustuvasta syrjinnästä (laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta, 1986/609). Tasa-arvolaisissa häirintä koskee sukupuolen lisäksi sukupuoli-identiteettiä, sukupuolen ilmaisua ja seksuaalista häirintää. Nämä lait antavat raamit myös urheiluun, mutta eivät varsinaisesti kerro, mitä häirintä ja epäasiallinen kohtelu käytännössä tarkoittaa.

**Stirling ym.** (2011) jakavat urheilussa esiintyvän pahoinpitelyn ja kaltoinkohtelun kolmeen luokkaan:

- 1) hyväksi- tai väärinkäyttö (abuse), johon kuuluu fyysinen (esim. lyöminen), seksuaalinen (esim. seksuaaliset ehdotukset) ja emotionaalinen (esim. nöyryytys) väärinkäyttö,
- 2) häirintä (harrasment), johon kuuluu fyysinen (esim. tönnäminen), seksuaalinen (esim. mauttomat kommentit), emotionaalinen (esim. kiusalliset viisit) ja sukupuoleen/seksuaaliseen suuntautumiseen/rotuun liittyvä häirintä (esim. henkilön poissulkeminen perustuen esimerkiksi sukupuoleen) ja
- 3) kiusaaminen, johon kuuluu fyysinen (esim. potkiminen), emotionaalinen (esim. nimittely) ja sosiaalinen (esim. eristäminen) kiusaaminen.

**Mountjoy ym.** (2016) jakavat ”ei vahingossa tapahtuvan” eli tahallisen väkivallan (non-accidental violence) neljään eri luokkaan: 1) psykologinen, 2) seksuaalinen ja 3) fyysinen häirintä ja hyväksikäyttö sekä 4) laiminlyönti perustuen tutkimuksiin, joita edellä mainituilla alueilla on tehty. Nämä edellä mainitut väkivallan muodot voivat esiintyä erikseen tai yhdessä. Lisäksi ne voivat esiintyä kertaluontoisena, jatkuvana tai toistuvana (**Reardon ym.**, 2019). Tutkimusten mukaan psykologisella, seksuaalisella ja fyysisellä hyväksikäytöllä on vahva korrelaatio (ks. mm. **Leahy, Pretty & Tenenbaum**, 2008), toisin sanoen

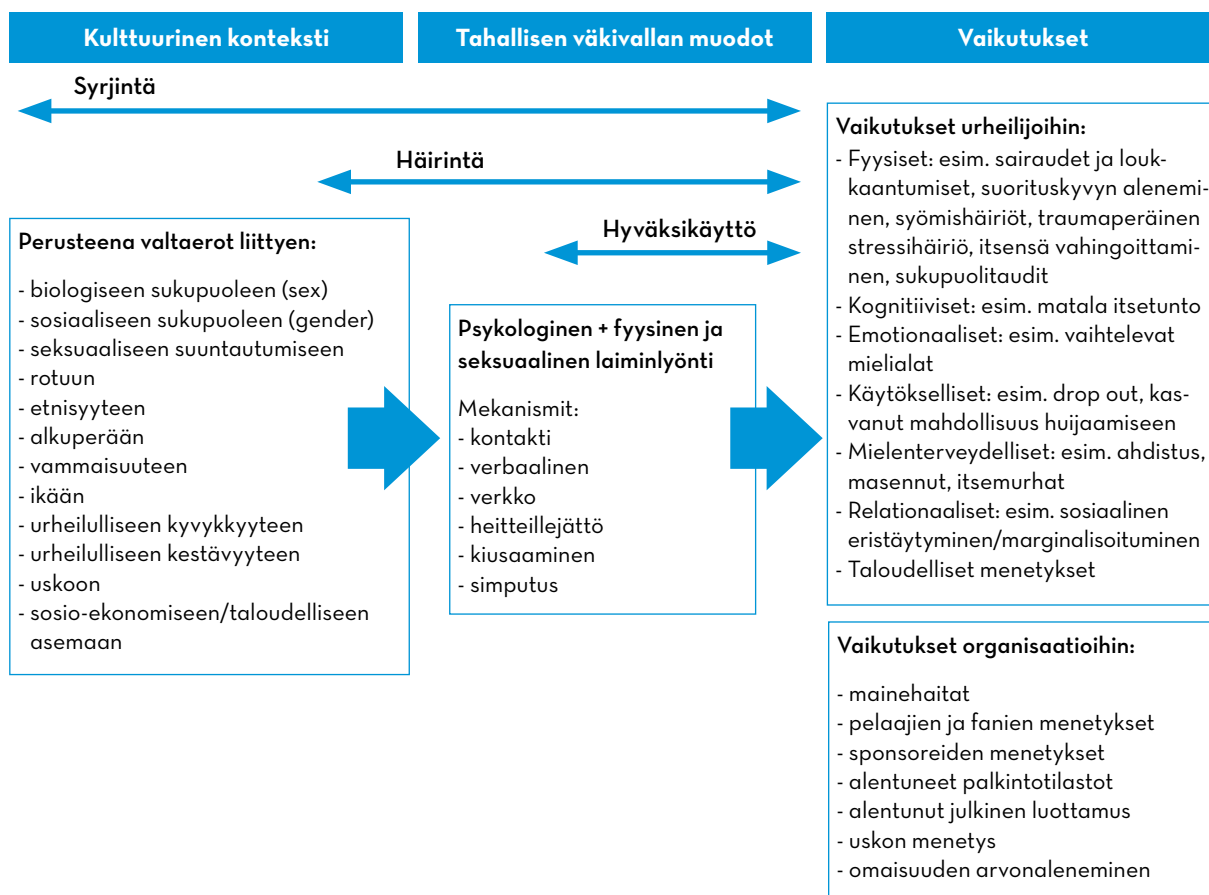
niillä on taipumus esiintyä yhdessä. **Mountjoy ym.** (2016) mukaan psykologista väkivaltaa pidetään kaiken ytimenä, koska on mahdotonta kuvitella minkäänlaista häirintää tai hyväksikäyttöä, jolla ei olisi myös psykologista taustaa. Psykologinen väkivalta kattaa sisäänsä mm. nöyryytyksen, huutamisen, vähättelyn ja uhkaavan käytöksen. Kuviossa 1 on avattu **Mountjoy** ja kollegoiden näkemystä yksityiskohtaisemmin.

Urheilussa voidaan soveltaa myös työelämässä määriteltyjä käsitteitä epäasiallisesta kohtelusta ja häirinnästä. *Epäasiallinen kohtelu* on henkistä väkivaltaa. Työpaikalla epäasiallinen kohtelu tarkoittaa sellaista sinne kuulumatonta käyttäytymistä tai toimintaa, joka häiritsee itse työn tekemistä ja aiheuttaa terveysuhkaa joko yksittäisenä tapahtumana tai huonon kohtelun toistumisen seurauksena (**Räty**, 2017; Työsuojeluvalvonta, 2016). Se on psykososiaalinen riski, joka voi vaikuttaa yksilön terveyteen ja hyvinvointiin sekä yhteisön toimivuuteen. Käytännössä se tarkoittaa esimerkiksi väheksyntää, toistuvaa uhkailua ja/tai perusteetonta arvostelua (**Räty**, 2017). Epäasiallinen kohtelu voi siis ilmetä esimerkiksi sosiaalisena eristämisenä, nöyryyttämisenä, mustamaalaamisena, vähättelynä tai sivuuttamisena. Se on etupäässä toistuvaa ja järjestelmällistä sanatonta tai sanallista asiattomia toimintaa. Epäasiallisen kohtelun on siis mahdollista olla passiivista (esim. ei huomioda) tai aktiivista (esim. vähättely). Epäasiallista kohtelua sen sijaan ei ole esimerkiksi ”tehtäviin liittyvien ongelmien käsittely yhteisössä” tai ”perusteltu kurinpito” tai ”työnantajan työnohjovaltaan kuuluvat toimet”, kuten esimerkiksi urheilussa valmentajan päätökset pelaajakokoonpanoista.

Edellä kuvatun kaltainen epäasiallinen kohtelu on yleistä suomalaisessa työelämässä (**Sutela ym.**, 2019; Työolobarometri, 2020). Esittävän taiteen alalla tehdyn tutkimusraportin mukaan 26 % vastaajista kertoi havainneensa viimeisen kolmen vuoden aikana epäasiallista kohtelua ja 20 % oli joutunut itse sen kohteeksi (**Hela-vuori & Karvinen**, 2019). Kyseisen raportin mukaan epäasiallinen kohtelu, joka nimettiin ”henkiseksi väkivallaksi”, ilmeni useimmiten mielipiteiden huomiotta jättämisenä, kohtuuttomana tehokkuuden vaatimuksena ja työmääränä sekä tiedon pimittämisenä. **Cookin ym.** (2010) tutkimuksessa havaittiin, että urheilussa psykologista häirintää ja epäasiallista toimintaa oli todistanut yli 50 prosenttia vastaajista. Kyseisessä tutkimuksessa yksi avaintutkimuslöytö oli niin kutsutun epäsuoran epäasiallisen toiminnan suuri määrä (82 %). Toisin sanoen vastaajat olivat todistaneet erilaista epäasiallista kohtelua, kuten huutamista, haukkumista tai laiminlyöntiä.

**Vertommenin ym.** (2016) mukaan tällainen psykologinen väkivalta, johon he tutkimuksessaan katsoivat kuuluvaksi muun muassa aggressiivisen sanallisen uhkailun ja liioitellut negatiiviset kommentit suorituksesta tai kehosta, on varsin yleistä. Heidän tutkimuksessaan 38 prosenttia (vastaajien määrä 2 258) oli kokenut psykologista väkivaltaa. **Stafford, Alexander** ja **Fry** (2015) tekivät tutkimuk-

Kuvio 1. Tahallisen väkivallan tyypittely Mountjoyta ym. (2016) mukailleen.



sen Isossa-Britanniassa liittyen ”negatiivisiin ja harmillisiin kokemuksiin urheilussa”. Tutkimukseen osallistui 6 124 18–22-vuotiasta urheilijaa. Tulosten mukaan urheilijoista 75 prosenttia oli kokenut emotionaalisesti harmillista toimintaa harrastaessaan urheilua lapsena ja nuorena. Tällaiseksi emotionaalisesti harmilliseksi toiminnaksi katsottiin kuuluvaksi muun muassa huutaminen, jota oli kokenut 30–60 prosenttia ja nöyryyttäminen, jota oli kokenut reilu 60 prosenttia. Tällaisen käytöksen tekijänä mainittiin joukkueoveri useammin kuin esimerkiksi valmentaja. Tosin samaisen tutkimuksen mukaan valmentajan merkitys tekijänä nousi, kun urheilutaso nousi korkeammalle, esimerkiksi kansalliselle ja kansainväliselle tasolle.

Epäasiallisen kohtelun lisäksi voidaan puhua kiusaamisesta (bullying). *Kiusaamisella* tarkoitetaan tilannetta, jossa joku joutuu toistuvasti ja pitkän aikaa kielteisen, loukkaavan tai alistavan käyttäytymisen kohteeksi. Se voi ilmetä sanoin, elein tai teoin (esim. Rätty, 2017). Mountjoyn ym. (2016) mukaan kiusaaja nauttii kiusaamisesta ja kiusattu yleensä tuntee olevansa sorrettu. Kiusaaminen perustuu usein vallan epätasapainoon (Stirling ym., 2011). Kiusaamiskokemuksessa kohde kokee itsensä puolustuskyvyttömäksi (esim. Manka, 2011; Vartia & Perka-Jortikka, 1994). Lisäksi on varsin yleistä, että kiusaaja ei edes tunnista tekemisiään henkisenä väkivaltana (Manka, 2011). Kiusaamisen määrittelemistä vaikeuttaa kulttuuri ja ilmapiiri: huonosti toimivassa ilmapiirissä

vähäinenkin teko voi tuntua kiusaamiselta ja vastaavasti avoimessa ilmapiiressä vastaava asia ei tunnu ahdistavalta (Rätty, 2017). Työolobarometrin (Työ- ja elinkeinoministeriö, 2020) mukaan 56 prosenttia suomalaisista on havainnut kiusaamista työpaikallaan esihenkilön, työtovereiden tai asiakkaiden taholta. Sutelan ym. (2019) tekemän työolotutkimuksen mukaan noin joka neljäs on joutunut jossain uransa vaiheessa työpaikkakiusatuksi. Urheilussa kiusaamista on tutkittu vähemmän (Mountjoyn ym., 2016), mutta esimerkiksi Stanfordin ym. (2015) tutkimuksessa urheilijoista kiusaamista oli kokenut vajaa 30 prosenttia.

Fyysisistä väkivaltaa (esim. lyöminen ja potkiminen) on tutkittu urheilussa myös jonkin verran. Mountjoy ym. (2016) mukaan fyysisen väkivallan esiintyminen urheilussa on minimaalista. Mutta esimerkiksi Vertommenin ym. (2016) tutkimuksessa noin 10 prosenttia oli kokenut fyysisistä väkivaltaa. Miehet olivat kokeneet sitä naisia enemmän kuten myös seksuaali- ja etniseen vähemmistöön kuuluvat urheilijat.

Epäasiallisen kohtelun lisäksi on hyvä erottaa niin kutsuttu vastuuton (työ)käyttäytyminen. Vastuuton työikäyttäytyminen on sellaista työikäyttäytymistä, joka häiritsee ja vaikeuttaa työyhteisön toimintaa ja joka aiheuttaa mielipahaa, ärtymystä ja työmotivaation laskua muissa työyhteisön jäsenissä (Vartia ym., 2016). Vastuuttomassa työ-

käytöksessä kohde voi vaihtua, kun taas kiusaamisessa kohde on sama. **Heiskasen** (2013) Tehyn jäsenille teke- mässä tutkimuksessa puhutaan *häiriökäyttäytymisestä*, joka voi ilmetä muun muassa pantomiimina, kuten pahek- suvina katseina tai ylidramaattisina huokauksina, kunniat- tomuutena, kuten syyttämisenä toisten tai omista virheistä, nöyryyttämisenä, kuten julkisena nuhteluna, epäasiallisuu- tena, kuten toistuvina voimasanojen käyttämisinä tai itse- tunnon romuttamisena, kuten julkisena suorituskyvyn tai käyttäytymisen mitätöintinä. Kuten sanottu, vastuutto- massa käyttäytymisessä kohde voi vaihtua, mutta toiminta pysyy asiattomana. Vastuutonta käytöstä ei ole tutkittu urheilun puolella, mutta tutkimukset, joissa puhutaan ”emo- tionaalisesta harmista” tai ”harmillisista kokemuksista” (ks. mm. **Vertommen** ym., 2016; **Stafford** ym., 2015) viittaisivat siihen, että myös vastuutonta kohtelua ilmenee.

Kun arvioidaan epäasiallista kohtelua, usein hankaluu- deksi nousee rajanveto epäasiallisuuden ja asiallisuu- den välille. Esimerkiksi kiusaamisen kohdalla voidaan jou- tua miettimään tapauskohtaisesti, mikä on niin kutsuttua kiusoittelua ja mikä kiusaamista (**Vartia & Perka-Jor- tikka**, 1994). Se, mikä toiselle on kiusaamista, voi toiselle olla leikinlaskua. Tämän lisäksi kukin yhteisö on omanlai- sensa. Jokaisessa yhteisössä on omanlaisensa vuorovai- kutus- ja toimintakulttuuri. Esimerkiksi **Strandin** (2021) tutkimuksessa suurin osa tutkituista 488 valmentajasta (57 %) koki, että urheilijalle nauraminen ei ole asiatonta toimintaa. Kyseisen tutkimuksen mukaan sitä oli tehnyt noin 45 prosenttia vastaajista. Toiseksi eniten oli nolattu urheilijoita toisten edessä (34 %). Nolaamista pidettiin hyvänä tapana herätellä urheilija ja koettiin, että sama toiminta toisen urheilijan kanssa ei ollut edes nolaamista, kun taas toisen kanssa se voisi olla.

Epäasialliseen kohteluun kuuluu myös häirintä ja syrjintä. Häirintä on tarkoituksellista toisen ihmisarvoa sekä fyy- sistä ja henkistä koskemattomuutta loukkaavaa käytöstä (**Kokkonen**, 2019). Suomessa tasa-arvolaki kieltää sek- suaalisen ja sukupuoleen perustuvan häirinnän. *Seksuaa- lisella häirinnällä* tarkoitetaan tasa-arvolaisissa sanallista, sanatonta, fyysistä, seksuaalista ei toivottua käytöstä. Seksuaalinen häirintä voi olla a) sanallista, kuten tunget- televat kysymykset, sukupuolista kanssakäymistä koske- vat ehdotukset tai härskit vitsit, b) sanatonta, kuten vihjai- levat eleet ja ilmeilyt tai fyysistä, kuten ei toivottu kosket- telu (**Kokkonen**, 2019; **Lahti** ym., 2020). Kuten aiemmissa selvityksissä on todettu, se on yleistä niin Suomessa kuin muualla (**Lahti** ym., 2020; **Marks** ym., 2011). Tasa-arvo- barometrin (**Anttila** ym., 2018) mukaan vajaa 20 prosent- tia miehistä ja vajaa 40 prosenttia naisista oli kokenut seksuaalista häirintää. Selvityksen mukaan ikä korreloi häirinnän määrään: mitä nuorempi, sen enemmän häirin- tää oli kokenut. Urheilussa tehtyjen tutkimusten mukaan seksuaalinen häirintä on melko yleistä. Sitä on eri tutki- muksissa ilmennyt 19 prosentista jopa 92 prosenttiin (ks. mm. **Mountjoy** ym., 2016). Tutkimusten mukaan seksuaa-

lista häirintää ilmenee joka urheilulajissa ja joka tasolla (**Mountjoy** ym., 2016).

Tasa-arvolain mukaan *sukupuoleen perustuva häirintä* ei ole seksuaalista tai seksuaalissävyytteistä, vaan se perustuu esimerkiksi sukupuoleen, sukupuoli-identiteet- tiin tai sukupuolen ilmaisuun (Laki 1889/609). Sukupuole- leen perustuva häirintä on kyseisen lain mukaan syrjintää. Se voi ilmetä esimerkiksi sukupuolta vähättelevinä vit- seinä tai täysi-ikäisten työttömyydenä tai pojitteluna (**Kokko- nen**, 2019). Tutkimusten mukaan se on urheilussa yleistä (**Marks** ym., 2011). Lisäksi naiset joutuvat miehiä useam- min häirityksi urheilussa (**Fasting, Brackenridge & Sund- got-Borgen**, 2003), kuten myös muun sukupuoliset, toisin sanoen ihmiset, jotka ilmaisevat omaa sukupuoltaan ”ei normatiivisesti” esimerkiksi pukeutumisellaan tai käytök- sellään (**Garcia**, 2011), ja sukupuolivähemmistöön kuulu- vat (**Denison, Bevan & Jeanes**, 2021).

Kuten sanottu aiemmin, myös *syrjintä* on kiellettyä ja toi- saalta yleistä. Syrjintä voi johtua muun muassa iästä, suku- puolesta, seksuaalisesta suuntautuneisuudesta, terveyden- tilasta tai syntyperästä. Työolobarometrissä (**Sutela, Pär- nänen & Keyriläinen**, 2019) käy ilmi, että omakohtainen syrjinnän kokeminen on lisääntynyt työelämässä. Vuonna 2018 naisista noin joka viides (19 %) ja miehistä noin joka kymmenes (yhteensä 14 %) oli itse kokenut tulleen syrji- tyksi (**Sutela** ym., 2019). Työolobarometrissä (**Sutela** ym., 2019) on kysytty myös syrjinnän havaitsemisesta, jota suo- malaisista 9 prosenttia oli havainnut terveyden takia ja 6 prosenttia sukupuolen takia. Nuorten liikuntakäyttäyty- mistä selvittäneestä Liitu-tutkimuksesta (**Kokko, Hämylä & Martin**, 2020) ilmeni, että noin kolmannes nuorista oli kokenut syrjintää ja lukiolaisista noin kolmannes koki sen tapahtuvan urheiluharrastuksessa (**Laine, Salasuo & Matilainen**, 2021). Denisonin ym. (2021) katsausartikke- lin mukaan urheilussa esiintyy paljon myös sukupuoleen ja seksuaalisen suuntautumiseen liittyvää syrjintää. Syrjintä voi näkyä esimerkiksi homofobisena käytöksenä. **Menzelin** ym. (2019) tutkimuksessa jopa 82 prosenttia oli todistanut homofobista tai transfobista kielenkäyttöä urheilussa vii- meisen kuuden kuukauden sisällä.

Tässä tutkimushankkeessa hyödynnetään Suomen lain- säädännön ja suomalaisessa työelämässä käytössä ole- via yleisiä käsitteitä sekä urheilussa tehtyjen kansainvä- listen tutkimusten pohjalta todettuja ilmiöitä ja käsitteitä. Yläkäsitteenä käytämme kielteisistä kokemuksista epä- asiallista ja vastuutonta kohtelua, joka jakautuu tässä tut- kimuksessa

- a) kiusaamiseen,
- b) häirintään (seksuaalinen/sukupuolinen),
- c) syrjintään, eriarvoiseen ja epätasa-arvoiseen kohte- luun, esimerkiksi iän tai sukupuolen perusteella,
- d) muuhun epäasialliseen toimintaan, kuten toisen musta- maalaamiseen,
- e) fyysiseen väkivaltaan ja
- f) vastuuttomaan toimintaan, jossa kohde vaihtuu, mutta mikä haittaa toimintaa ja tuottaa mielipahaa.



Tällainen vastuuton ja epäasiallinen kohtelu on siis tahallista, jatkuvaa ja toistuvaa. Lisäksi se tapahtuu suhteessa, jolla on merkittävä vaikutus yksilön turvallisuuden tunteeseen, luottamukseen ja tarpeiden täyttymiseen. Sen ei kuitenkaan tarvitse olla käytöstä, jonka tarkoitus on vahingoittaa, vaikka se luokiteltaisiin vastuuttomaksi ja epäasialliseksi (Stirling & Kerr, 2008).

### 1.3 Myönteiset kokemukset urheilussa eli asiallinen ja vastuullinen kohtelu

Jokaisella urheilijalla on oikeus tulla kohdelluksi kunnioitavasti ja oikeus tulla suojelluksi epäasialliselta toiminnalta (esim. Mountjoy ym., 2020). Kansainvälisen Olympiakomitean konsensuslauselman mukaan urheilijoiden ympäristön tulee olla kunnioittava, oikeudenmukainen ja vapaa kaikesta urheilijoihin kohdistuvasta ”ei vahingossa tapahtuvasta” eli tahallisesta (non-accidental) väkivallasta. Toisin sanoen urheilijoilla on oikeus harjoittaa niin kutsutusti turvallista urheilua (Mountjoy ym., 2016).

Kun pyrkimyksenä on tutkia epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun lisäksi asiallista ja vastuullista kohtelua, herää kysymys, mitä vastuullinen ja asiallinen kohtelu on? Tarkoittaako epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun puuttuminen automaattisesti vastuullista ja asiallista kohtelua? Vai onko se omanlaisensa toimintatapojen maasto tai kulttuuri? Tässä tutkimushankkeessa hyödynnetään myönteisten kokemusten kohdalla positiivisen psykologian teorioita, toisin sanoen näkemyksiä siitä, miten hyveitä, vahvuuksia ja hyvinvointia voidaan edistää (esim. Ojanen, 2014). Positiivinen psykologia perustuu teoreettisiin näkökulmiin siitä, mikä tekee elämästä elämisen arvoista ja mitkä tekijät johtavat onnellisuuteen, täytymykseen ja kukoistukseen (Hakanen, 2011). Yksi kuuluisimmista tällaisista teorioista on Seligmanin PERMA-teoria (2009; 2011), jota myös hyödynnetään suomalaisessa urheilussa (ks. esim. Mieli – Suomen Mielenterveys ry, 2022). Seligman (2011) pyrkii omassa PERMA-hyvinvointiteoriassaan määrittelemään, mitä tarkoittaa elämässä kukoistaminen. PERMA-teoria pohjautuu eudaimoniselle hyvinvointikäsitteelle, jossa hyvinvointi on ja sitä tuottaa itsensä toteuttaminen ja se, että ihminen tekee sitä, minkä kokee arvokkaaksi ja hyveelliseksi (Ryff & Keyes, 1995).

Seligmanin (2012) mukaan ihmisen hyvinvointi, josta hän käyttää myös nimitystä *kukoistus* (flourishing) koostuu viidestä eri elementistä:

- 1) *Myönteisistä tunteista* (P = positive emotions), kuten ilo, ylpeys ja onnen tunne. Myönteiset tunteet toimivat siis merkinä kukoistuksesta ja kertovat yleisestä taipumuksesta kokea tyytyväisyyttä ja iloa.
- 2) *Sitoutumisesta* eli tiiviistä kiinnittyneisyydestä omaan elämään ja sen kokemiseen (E = engagement). Tällöin ihminen on erittäin kiinnostunut itse toiminnasta. Käsitteessä on hieman samaa kuin flow-kokemuksessa, jossa ihmisen itsetietoisuus katoaa, hän uppoutuu ja elää hetkessä keskittyen siihen, mitä sillä hetkellä tekee (esim.

Csikszentmihályi, 2008). Toisin sanoen ihminen kokee syvää psykologista yhteyttä, esimerkiksi urheilussa kiinnostuneisuutta, sitoutumista ja uppoutumista.

3) *Ihmissuhteista* (R = relationships), kuten kuulumisen tunteesta yhteisöön ja tuntemuksesta, että itsestä välitetään. Tällöin ihmisellä on olo, että häntä rakastetaan, tuetaan ja arvostetaan muiden taholta.

4) *Merkityksellisyydestä* (M = meaning), toisin sanoen ihmisellä on jokin suunta elämässä ja/tai asioita, joihin voi fokusoida ja hänellä on olo, että on osa jotain suurempaa. Hänellä on esimerkiksi henkilökohtaisesti jokin merkityksellinen päämäärä.

5) *Päämäärien saavuttamisesta, tavoitteellisuudesta, saavuttamisesta* (A = accomplishment), toisin sanoen ihminen saavuttaa itselleen tärkeitä tavoitteita, itsensä vuoksi ei vain lopputuloksen vuoksi. Esimerkiksi urheilija, joka kokee tekevänsä parhaansa, vaikka ei voittaisi, voi kokea onnistumisen tunnetta, koska tietää, että urheili hyvin. Tällainen päämäärien saavuttaminen voi siis olla palkintoja ja voittamista tai se voi olla onnistumisen ja saavuttamisen tunnetta (Butler & Kern, 2016). Esimerkiksi urheilija voi kokea saavuttamisen tunnetta harjoituksessa, jossa tunsikin kykenevänsä suorittamaan halutun harjoitteen.

Seligmanin teoria kuvaa yhtäältä ihmisen kokemusta, tunnetta ja toisaalta aktiivista pyrkimystä, motivaatiota kukoistaa, toisin sanoen näiden elementtien ”vaalimista ja hoivaamista” (Seligman, 2012). Seligmanin mukaan kaikilla edellä mainituilla elementeillä on ominaisuutena kolme asiaa:

- 1) ne edistävät hyvinvointia,
- 2) niissä on jotain, mitä ihmiset harjoittavat sen itsensä vuoksi, ei saadakseen jotain muuta asiaa ja
- 3) ne ovat määriteltävissä ja mitattavissa muista tekijöistä riippumatta. Seligmanin mukaan siis hyvinvoiva ihminen kukoistaa ja voi lisätä kukoistusta panostamalla edellä kuvattuihin PERMA-osatekijöihin. Kukoistus voidaan nähdä tarkoittavan sekä hyvää oloa että tehokasta toimintaa (Butler & Kern, 2016; Huppert & So, 2013). Tutkimusten mukaan PERMA-osatekijöiden on todettu olevan positiivisesti yhteydessä muun muassa elämäntyytyväisyyteen, kasvun ”ajattelutapaan” (growth mindset) (Dweck, 2017) ja yhteisöön, esimerkiksi kouluun, sitoutumiseen (Kern ym., 2015) ja negatiivisesti yhteydessä henkiseen pahoinvointiin (mm. Pezirkianidis ym., 2021).

Tällainen kukoistusta tukeva lähestymistapa edellyttää urheilussa valmentajalta halua panostaa positiiviseen pedagogiikkaan. Tällöin valmentaja pyrkii luomaan myönteisiä oppimismahdollisuuksia, mikä voi edistää hyvinvointia (Light & Harvey, 2019). PERMA-teorian pohjalta tehtyjä sovelluksia ja tutkimusasetelmia on hyödynnetty niin koulussa (esim. Leskisenoja, 2016) kuin urheilussa (esim. Doyle ym., 2016).

Tutkimuksissa Seligmanin PERMA-teoriaa on hyödynnetty yleisenä viitekehystenä. Sen mukaisesti esimerkiksi urheilualueenvalmennuksessa valmennettavia pyydetään arvioimaan, mitkä asiat sujuivat hyvin ja miten paljon har-

joituksissa oli naurua/hymyä (P = positiiviset tunteet) tai mindfulness-harjoituksia treenien ohessa (E = sitoutuminen) (Uusiautti, Leskisenoja & Hyvärinen, 2017) tai missä määrin opeteltiin PERMA-osatekijöiden hyödyntämistä valmennuksessa, esimerkiksi miten kehua urheilijaa huolimatta virheistä (Wilczyńska ym., 2021). Seligmanin PERMA-teorian pohjalta on kehitetty myös oma mittari, jonka luotettavuus ja validiteetti on todettu hyväksi ja jolla voidaan pätevästi arvioida edellä mainittuja osatekijöitä (Butler & Kern, 2016). Yleisesti ottaen voidaan todeta, että tällaiset positiivisen psykologian menetelmät, joita PERMA-teoria edustaa, edistävät kukoistamista ja myönteisiä kokemuksia urheilussa. Näin ollen voidaan olettaa, että mikäli urheilija kokee edellä mainittuja PERMA-osatekijöitä, hänellä on myönteisiä kokemuksia urheilussa.

Ihmisen toimintaan vaikuttaa myös motivaatio. Motivaatio liittyy aina tavoitteelliseen toimintaan, jossa ihmistä arvioidaan ja jossa hän yrittää saavuttaa tietyn suoritustandardin tai normin (Liukkonen & Jaakkola, 2013a). Se toimii sekä energian lähteenä että suuntaa toimintaamme. Lähtökohtaisesti voidaan ajatella, että kilpaurheilijalla on aina jonkinlaista motivaatiota, muutoin hän ei olisi kilpaurheilutoiminnassa mukana.

Urheilussa luodulla *motivaatioilmastolla* on oleellinen merkitys myönteisiin, kuten arvostuksen kokemukseen, sekä kielteisiin, kuten ahdistuksen kokemuksiin urheilussa (Liukkonen & Jaakkola, 2013a; Ntoumanis ym., 2020). Motivaatioilmasto tarkoittaa yksilön kokemaa psykologista ilmapiiriä urheilutoiminnassa, mikä ohjaa toiminnan tavoitteita (Ames 1992). Jokaisessa ryhmässä on omanlaisensa motivaatioilmasto. Motivaatioilmasto voidaan perinteisesti jakaa tehtävä- ja minä- (tai kilpailu-) suuntautuneeseen motivaatioilmastoon (Ames, 1992). *Tehtäväsuuntautuneessa motivaatioilmastossa* urheilijat ja valmentajat painottavat taitojen kehittämistä ja virheet ovat osa oppimisprosessia. Tällöin urheilijat keskittyvät enemmän yrittämiseen ja uuden oppimiseen kuin niinkään siihen, millainen oma suoritus on suhteessa toisten suoritukseen (Jaakkola & Liukkonen, 2013b). Sen sijaan *minäsuuntautuneessa (tai kilpailusuuntautuneessa) motivaatioilmastossa* urheilijat ja valmentajat arvioivat menestyksen voittamisen perusteella ja virheet ovat merkki epäonnistumisesta. Tällöin urheilijoiden tyytyväisyys perustuu siihen, että on toista parempi tai pärjää muita paremmin (Jaakkola & Liukkonen, 2013b).

Tutkimusten mukaan tehtäväsuuntautuneella motivaatioilmastolla on selkeä positiivinen yhteys muun muassa hyvinvointiin ja haluun jatkaa urheilua seuraavalla kaudella (esim. Alvarez, Balaguer, Castillo & Duda, 2012). Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto liittyy tutkimusten mukaan myönteisiin tuloksiin, kuten lisääntyneeseen pätevyys tunteeseen, sisäiseen motivaatioon ja myönteisiin tunteisiin, kun taas minäsuuntautunut motivaatioilmasto liittyy kielteisiin tuloksiin, kuten ulkoiseen motivaatioon, amotivoitumiseen ja kielteisiin tunteisiin (Harwood ym., 2015; Nikander & Rovio, 2009).

Tehtäväsuuntautuneessa motivaatioilmastossa valmentaja välittää ja osoittaa luottamusta urheilijoiden kyvykkyyteen, ottaa huomioon heidän näkemyksensä ja tukee autonomiaa, esimerkiksi antamalla vaihtoehtoja (Harwood ym., 2015). Tehtäväsuuntautuneella motivaatioilmastolla on todettu olevan yhteys myös henkiseen hyvinvointiin ja minäsuuntautuneella pahoinvointiin, kuten ahdistukseen (Sheehan, Herring & Cambell, 2018). Minäsuuntautuneisuus, johon liittyy ulkoinen säätely, rangais- tukset tai palkinnot, lisää ahdistusta, koska tällöin urheilijat ovat alttiita muiden tuomioille ja arvioinneille eikä se ole omassa hallinnassa (Sheehan ym., 2018). Näin ollen voidaan olettaa, että tehtäväsuuntautuneessa motivaatioilmastossa urheilija kokee enemmän myönteisiä kokemuksia kuin minäsuuntautuneessa motivaatioilmastossa.

Valmentajalla on merkitys myös siinä, miten urheilijat koh- televat toisiaan. Kavussanun ja Al-Yaaribin (2021) kat- sausartikkelin mukaan muun muassa tehtäväorientoitu- nut motivaatioilmasto ja autonomiaa tukeva valmennus- tyyli olivat yhteydessä prososiaaliseen käyttäytymiseen urheilijoiden kesken. *Prososiaalinen käyttäytyminen* tar- koittaa toisen auttamista ja toimintaa, joka hyödyttää toista, kuten hyvästä suorituksesta onnittelua ja toisen pelaajan auttaminen esimerkiksi silloin, kun hän kaatuu pelin tiimellyksessä. Luodulla motivaatioilmastolla on siis merkitystä siihen, miten urheilijat toimivat suhteessa toi- siinsa.

Prososiaalisella käytöksellä on todettu olevan paljon myönteisiä seuraamuksia urheilussa, kuten

- 1) se lisää iloa,
- 2) urheilusta nauttimista ja
- 3) halua ponnistella suoritusten suhteen sekä
- 4) vahvistaa koheesiota ja
- 5) sitoutumista eli halua pysyä urheilun parissa (Kavussanu & Al-Yaaribi, 2021). Bolter ja Weiss (2013) tunnistivat tut- kimuksessaan useita erilaisia käyttäytymistapoja, joilla val- mentajat voivat vahvistaa urheilijoiden niin kutsuttua urhei- luhenkeä, kuten asettamalla odotuksia, vahvistamalla, mal- lintamalla ja opettamalla hyvää urheiluhenkeä osoittavaa käytöstä sekä rankaisemalla huonosta käytöksestä.

Jokaisella urheilijalla on oikeus tulla kohdelluksi kunnioit- tavasti ja oikeus tulla suojelluksi epäasialliselta toimin- nalta (esim. Mountjoy ym., 2016). Meiltä puuttuu Suo- messa kokonaisvaltainen tieto siitä, miten urheilijat koke- vat oman kohtelunsa ja minkälaista kohtelua he saavat niin urheilutovereilta, valmentajalta ja urheiluorganisa- atiolta kuin laajemmin medialta ja yleisöltä. Tällainen tieto auttaa urheiluorganisaatioita kehittämään omaa toiminta- ansa ja vahvistamaan hyviä toimintatapoja. Lisäksi täl- laisen tiedon avulla voisimme kehittää ehkäiseviä toimin- tamalleja urheiluun ja tarttua jo niin kutsuttuihin hiljaisiin merkkeihin kielteisten kokemusten kohdalla.

Vaikei meillä ole kattavaa tutkimustietoa suomalaisesta urheilusta, voimme edellä mainittuun teoria- ja tutkimus- tietoon nojaten sanoa, että kukoistus, kuten myönteisten

tunteiden kokeminen ja sitoutuminen, tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto ja urheilijoiden keskinäinen prososiaalinen toiminta kuvaavat myönteisiä kokemuksia urheilussa. Tällaisella toiminnalla on merkitystä siihen, miten urheilussa voidaan ja miten urheilijat viihtyvät urheilussa.

**Forgeard ym. (2011)** toteavat katsauksessaan, että ihmisillä on tarve saada yhden mittarin ja luvun avulla tietoa monimutkaisista ilmiöistä. Toisin sanoen ihmiset pyrkivät tekemään yksinkertaisia havaintoja ja johtopäätöksiä monimutkaisista ilmiöistä. Kuitenkaan kukoistamisen ja myönteisten kokemusten tutkiminen urheilussa perustuen yhteen mittariin ja näkökulmaan ei ole riittävä. Toisaalta kaikkea ei voi mitata ja joitakin valintoja on tehtävä.

Tässä tutkimuksessa myönteisiä kokemuksia eli asiallista ja vastuullista kohtelua tarkastellaan siis

- 1) PERMA-osatekijöiden avulla eli koettujen myönteisten tunteiden, sitoutumisen, ihmissuhteiden, merkityksellisyyden ja päämäärien saavuttamisen kokemisena eli kukoistuksena,
- 2) motivaatioilmaston (tehtäväsuuntautunut vs. minäsuuntautunut) sekä
- 3) urheilijoiden keskinäisen prososiaalisen toiminnan kautta.

## 1.4 Kielteisiin ja myönteisiin kokemuksiin eli epäasialliseen ja asialliseen kohteluun yhteydessä olevat tekijät

### 1.4.1 Kielteiset kokemukset

Urheilussa koetun epäasiallisen kohtelun ja sen syiden tutkimusten vertailu on vaikeaa, koska eri tutkimuksissa on käytetty erilaisia määritelmiä ja lähestymistapoja (**Vertommen ym., 2016**). Vaikka tutkimustieto on vähäistä sen suhteen, mitkä tekijät altistavat epäasialliselle ja vastuuttomalle kohtelulle, tiedetään se, että riski siihen kasvaa, kun urheilija etenee korkeammalle tasolle urheilussa (**Reardon ym., 2019; Vertommen ym., 2015; 2016**). Lisäksi *naissukupuoli* lisää miessukupuolta enemmän riskiä joutua epäasiallisen kohtelun uhriksi (**Fasting ym., 2003; Stierling ym., 2011**). **Vertommenin ym. (2015)** tutkimuksesta kävi ilmi, että miehillä riski joutua uhriksi pienenee iän myötä, kun taas naisilla se kasvaa. Kyseisessä tutkimuksessa miesten riski joutua uhriksi oli suurempi kuin naisten alle 12-vuotiaana, mutta sen jälkeen kaikissa ikäryhmissä suurempi osa uhreista oli naisia. Siis riski lisääntyy naisten kypsyessä, mutta vähenee miesten kypsyessä. Kansainvälisen Olympiakomitean konsensuslauselman mukaisesti erityinen riski perustuu myös *ikään* ja *vähemmistöryhmään* kuulumiseen. Toisin sanoen riski on suurempi lapsilla, nuorilla ja nuorilla aikuisilla sekä niillä urheilijoilla, joilla on jokin vamma tai jotka kuuluvat johonkin seksuaali- ja/ tai etniseen vähemmistöön (**Mountjoy ym., 2016; Stierling, ym., 2011**). **Blondeelin ym. (2018)** katsausartikkelista ilmeni, että homo- ja biseksuaalimiehillä on suurempi riski joutua fyysisen seksuaalisen häirinnän kohteeksi kuin lesbo- ja biseksuaalinaisilla.

Usein häirinnän ja epäasiallisen kohtelun tutkimuksissa korostuu tekijän valta-asema (**Mountjoy ym., 2016**) ja *heteronormatiivinen ja hypermaskuliininen narratiivi*, mikä voi estää myös potentiaalisen epäasiallisen toiminnan esilletulon tai siihen puuttumisen (**Hartill, 2013**). Heteronormatiivisuudella tarkoitetaan sitä, että miesten ja naisten välistä heteroseksuaalista kiinnostusta pidetään muita suuntautumisia parempana ja luonnollisempana (**Alanko, 2014**). **Hartillin (2013)** mukaan urheiluilmapiiri on edelleen varsin maskuliininen ja sitä hallitsevat miehet eli taustalla vaikuttava narratiivi on hypermaskuliininen. **Adamsin ym. (2010)** tutkimuksessa todettiin, miten tällainen maskuliinisuuteen perustuva diskurssi myös ylläpitää käsitystä urheilun heteromaskuliinisuudesta, aggressiivisuudesta ja kovuudesta. **Connell (2013)** puhuu hegemonisesta maskuliinisuudesta, jossa arvostetaan tietynlaista normatiivista miehistä käytöstä ja maskuliinisia ominaisuuksia. **Anderson (2008)** puolestaan puhuu ortodoksisesta maskuliinisuudesta, jolla tarkoitetaan heteroseksuaalisuutta ja hypermaskuliinisuutta. Nämä ahtauttavat sukupuolten olemisen ja ilmaisemisen, siksi niitä pidetään toksisina maskuliinisuuden käytänteinä (**Connell, 2013; Adams ym., 2010**). Kulttuurisena ilmentymänä ne voivat siis estää ylipäätään epäasiallisen toiminnan esilletulon, koska verbaalisesti aggressiivista, sukupuolisesti värittyä ja muita sukupuolia ja seksuaalisia suuntauksia väheksyvä puhe normalisoituu (**Hartill, 2013; Adams ym., 2010**). Näin asiattomuuksiin ei osata eikä huomata puuttua. Toisin sanoen ryhmältä puuttuu *valmius puuttua* epäasialliseen kohteluun.

**Veinhardtin ja Fominien (2020)** tutkimuksen mukaan *valmentajien toiminta*, käsitykset ja suhtautuminen urheilijoihin, on oleellinen tekijä, joka mahdollistaa esimerkiksi kiusaamisen. Esimerkkinä tällaisista käsityksistä on seuraava: vain psykologisesti vahvat ihmiset ovat niin kutsutusti hyviä ja potentiaalisia urheilijoita, kun taas heikot ovat heikkoja, jotka tippuvat luontaisesti pois. Näin siis kiusaaminen oikeuttaa ja se mahdollistaa luonnollisen valikoitumisen.

Usein tekijä käyttää hyväksi tekosyynä muun muassa läheisyyttä, vuorovaikutustilanteita ja fyysisesti karkeaa käsittelyä, vaikka sinänsä kosketus valmennuksessa ei ole osoittautunut riskitekijäksi (esim. **Mountjoy ym., 2016**). Urheilijoiden eristäminen psykologisesti ja fyysisesti sosiaalisesta tukiverkosta (esimerkiksi harjoituksiin ei saa tulla katsomaan, koska se olisi häiriötekijä) on todettu olevan yhteydessä seksuaaliseen hyväksikäyttöön (**Roberts ym., 2019**), mutta harvemmin henkiseen tai fyysiseen väkivaltaan. Arvaamattomuus, pelon ja rangaistuksen sekä anteeksiannon ja palkitsemisen syklinen vuorottelu suljetussa kontekstissa voi johtaa riippuvuuteen kyseistä valtaa väärinkäyttävää pahantekijää kohtaan. **Leahyn ym. (2004)** tutkimuksessa yksi osallistuja ilmaisi tämän osuvasti: ”Meille valmentajan sana oli tuolloin kuin evankeliumi”. Kyseinen osallistuja oli valmentajansa seksuaalisesti hyväksikäyttämä.

Valmentajan asenne urheilijoihin voi myös olla etäinen, jolloin urheilijat ovat ikään kuin tuotteita. Tällainen asenne muuttaa myös urheilijoiden suhtautumista itseensä ja toisiin ja voi altistaa kiusaamiselle (esim. **Vveinhardt & Fominiene, 2020**). Myös urheilijoiden keskinäinen huono käytös sallitaan, varsinkin, jos kyseisen urheilijan katsotaan olevan hyödyksi joukkueelle tai kiusaamisen katsotaan olevan luonnollista lasten ja nuorten parissa, joka aikaa myöten loppuu tai ratkeaa, kun nuoret kasvavat riittävästi (**Vveinhardt & Fominiene, 2020**). Tutkimuksissa on myös todettu, että mikäli urheilijat eivät tunnista, että kyse on kiusaamisesta tai esimerkiksi valmentajan epäasiallisesta käytöksestä, he voivat kokea, että ovat ansainneet rangaistuksen ja valmentajan käytös on oikeutettua, koska aie on hyvä (**Lazarević & Krstic, 2015**). Toisin sanoen kyseinen käytös on normaalia ja kuuluu urheiluun (**Mountjoy ym., 2016**). Kun käytös niin kutsutusti normalisoituu, se myös estää asian paljastumisen ja avun hakemisen (Leahy ym., 2004). **Robertsin ym. (2019)** katsausartikkelissa todetaan myös, että ylipäätään urheilyyhteisön jäsenten kritiikitön hyväksyntä ja sitoutuminen urheilun vallitseviin arvoihin, kuten korkeaan suorituskykyyn, asiantuntemukseen ja maskuliinisuuteen, liittyy kaikkeen ”ei-vahingossa” tapahtuvaan eli tahalliseen väkivaltaan, toisin sanoen epäasialliseen kohteluun. Esimerkiksi kun valmentajaa pidetään urheilukontekstissa ainoana asiantuntijana eikä hänen auktoriteettiaan kyseenalasteta, alkaa myös urheilijat toimia näiden uskomusten ja arvojen mukaan. Toisin sanoen urheilijat sietävät kipua ja kilpailevat vammautuneina, koska muunlainen käytös ei olisi ”normaalia” eli epämukavuutta opitaan sietämään (**Roberts ym., 2019**). Esimerkiksi vammasta valittaminen voisi johtaa epäasialliseen kohteluun, kuten nöyryyttämiseen (Smits ym., 2016). **Stirlingin ja Kerrin (2014)** tutkimus osoitti, että urheilijat uskoivat valmentajien toimivan heidän urheilullisen kehityksensä edun mukaisesti. Tällöin osana sen filosofiaa ja tavoitteita saattoi siihen kuulua epäasiallista kohtelua. Ikään kuin kielteinen ja epäasiallinen käytös olisi pakollista, jos halutaan saavuttaa tuloksia (**Stirling & Kerr, 2014**).

Joissain tapauksissa yhteisöllä, lajilla tai ryhmällä ei ole selkeitä toimintatapoja tai eettisiä normeja, joiden mukaan tulee toimia. Näin ollen kukin valmentaja ja urheiluryhmä luo itse omat norminsa, jolloin esimerkiksi aggressiivinen käytös tai huutaminen tulkitaan olevan osa menestyksen mahdollistamista ja osa vahvan urheilijan kehittymistä (**Vveinhardt & Fominiene, 2020**). Tutkimuksissa on myös todettu, että urheilijat voivat käyttäytyä psykologisesti ja fyysisesti väkivaltaisiksi taktiikoita vain osoittaakseen sitoutumisensa lajin tai yhteisön perinteisiin maskuliinisiin arvoihin (**Roberts ym., 2019**). Esimerkiksi **Grangen ja Kerrin (2016)** tutkimuksessa kentällä tapahtuva väkivalta auttoi urheilijoita luomaan kovan maineen, saamaan joukkueen jäsenten kunnioituksen ja osoittamaan uskollisuutta joukkueetta kohtaan. Ylipäätään *ryhmän toiminta* eli urheilijoiden keskinäinen suhde ja kielteinen suhtautuminen kanssaurheilijoihin vaikut-

taa siihen, miten urheilussa oleminen koetaan (**Frazer-Thomas & Cote, 2009**).

Urheilussa myös *palkitsemisjärjestelmällä* voi olla vaikutusta epäasialliseen kohteluun. Urheilussa perinteisesti voittaja palkitaan (winner takes it all) eli voittajista tulee kuuluisia, he saavat rahapalkintoja ja heidän saavutuksistaan tulee kansallisia ylpeyden aiheita, kun taas epäonnistuminen voi johtaa työpaikan menetykseen, julkiseen häpeään ja mainehaittaan (**Roberts ym., 2019**). Tällainen ”voittaja saa kaiken” -palkitsemisjärjestelmä voi saada valmentajat ja urheilijat käyttämään mitä tahansa keinoja saavuttaakseen halutut tulokset. Urheilijoille se antaa ikään kuin luvan käyttää väkivaltaa strategisena keinona heikentää toisen urheilijan suorituskykyä. **Robertsin ym. (2019)** katsausartikkelissa urheilijoiden väkivaltaa kanssakilpailijoita kohtaan vauhditti entisestään esimerkiksi fanien kannustus.

Työelämä tutkimuksista tiedämme, että yksiköissä, joissa ilmenee epäasiallista kohtelua, on myös työn tekemiseen ja työyhteisön toimintaan liittyviä ongelmia (**Vartia ym., 2016**). Esimerkiksi autonomian puuttuminen ja suuri työkuorma ovat riskitekijöitä ja yhteydessä työpaikkakiusaamiseen (esim. **Baillien, Cuypers & De Witte, 2011**). Lisäksi puutteellinen tai kokonaan puuttuva johtaminen, epäselvät tai ristiriitaiset tavoitteet, yhteisten pelisääntöjen puuttuminen ja työyhteisössä ilmenevä negatiivisuus ovat yhteydessä kiusaamiseen ja epäasialliseen kohteluun (mm. **Cassitto ym., 2003**; **Vartia ym., 2016**; **Vartia & Perka-Jortikka, 1994**). **Fraser-Thomasin ja Coten (2009)** mukaan urheilussa esimerkiksi koettu huono suhde valmentajaan ja valmentajan suosikkien pitäminen olivat yhteydessä kielteisiin kokemuksiin urheilussa.

Kuten sanottu, myös koko urheiluorganisaatiolla saattaa olla puutteita sen suhteen, miten tulee toimia, mikäli epäasiallista kohtelua ilmenee (**Vveinhardt & Fominiene, 2020**). **Robertsin ym. (2019)** mukaan urheiluorganisaatioiden toleranssi, toisin sanoen sallivuus ja puuttumattomuus on välttämätön edellytys kaikenlaiselle epäasialliselle kohtelulle. Mikäli epäasiallista kohtelua ei suvaittaisi organisaatiossa, siihen olisi helpompaa myös yksittäisten ihmisten puuttua. Päinvastaisessa tilanteessa urheiluorganisaatioissa ei rangaista epäasiallisuuteen yllyttäjää ja ihmiset, jotka ilmoittavat väärinkäytöksistä, saavat tuntea sen nahoissaan. Lisäksi taustalla on uskomus, että epäasiallinen ja väkivaltainen käytös tulee kestää hiljaisuudessa ja sivullisten tulee pysyä passiivisina.

Tässä tutkimuksessa kielteisiin kokemuksiin yhteydessä olevia tekijöitä etsitään taustatekijöistä (sukupuoli, ikä ja vähemmistöryhmään kuuluminen), koetuista urheiluolosuhteista (esim. valmentajan vastuuton toiminta eli hänen toimintansa koettu epäreilisuus) sekä urheilyyhteisön toiminnasta (esim. kyvyttömyydestä puuttua, jos toiminnassa on häiritseviä piirteitä).

### 1.4.2 Myönteiset kokemukset

Perustarpeet ovat oleellisia ihmisen kehitykselle ja hyvinvoinnille (Dweck, 2017). Kun ihmisen psykologiset tarpeet täyttyvät, hän voi hyvin ja on tyytyväinen. Urheilussa yksi varsin yleisesti käytetty teoria on **Decin ja Ryanin** (2000) itsemääräämisteoriat (self-determination theory). Tämän teorian ytimessä on koettu autonomia, pätevyys ja sosiaalinen yhteenkuuluvuus, joita voidaan pitää psykologisin perustarpeina (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2017). Ihmiset pyrkivät tyydyttämään edellä mainittuja psykologisia perustarpeitaan jokapäiväisessä vuorovaikutuksessa ympäröivän maailman kanssa (Hagger, ym., 2020). Näiden tarpeiden täytyminen on yhteydessä ihmisen kukoistukseen ja toimintakykyisyyteen, ja ne vaikuttavat sisäisen motivaation muodostumiseen (Deci & Ryan, 2000).

**Decin ja Ryanin** (2000) teorian mukaan *autonomia* tarkoittaa sitä, että ihminen voi itse vaikuttaa toimintaansa ja säädellä sitä, vaikka olisi riippuvainen esimerkiksi valmentajasta. Autonomia ei tarkoita vain vastuun saamista ja mahdollisuutta vaikuttaa esimerkiksi harjoitteluun liittyviin ratkaisuihin, vaan myös itseohjautuvuutta ja itsenäisyyttä. Tällöin esimerkiksi urheilija käyttää mielellään aikaa ja energiaa urheiluun (Niemic & Ryan, 2009) ja kokee, että on vapaasti valinnut osallistuvansa (Allen & Hodge, 2006). Tutkimusten mukaan autonomian tukemisella on positiivinen yhteys sisäiseen motivaatioon ja myönteisiin kokemuksiin liikunnassa (Lochbaum & Jean-Noel, 2016). Vastaavasti valmentajan ja kanssaurheilijoiden kontrolloivalla ja kriittisellä suhtautumisella on yhteys autonomian laskuun ja siihen, ettei urheilu enää tunnu mukavalta (Ryan, ym., 2009).

*Koettu pätevyys* tarkoittaa sitä, että ihminen kokee pärjäävänsä ja saa näin onnistumisen kokemuksia. Urheilussa se tarkoittaa koettua kyvykkyyttä ja omien kykyjen ja taitojen riittävyttä haasteellistenkin tehtävien parissa. Usko omaan pärjävyyteen kantaa. Tutkimuksissa on todettu, että koetun pätevyyden merkitys korostuu liikunnassa viihtymiseen, mitä monimutkaisemmaksi ja vaativammaksi tehtävä nousee (esim. Bari, Vlaši & Erpi, 2014). Vastaavasti, mikäli urheilija kokee haasteet ylivoimaisiksi tai hän saa jatkuvaa negatiivista palautetta, pätevyyden tunne laskee, mikä vähentää sitoutumista ja iloa itse urheilusta (Ryan ym., 2009).

*Sosiaalinen yhteenkuuluvuus* tarkoittaa sitä, että ihminen kokee olevansa osa kyseistä yhteisöä ja kuuluvansa tärkeänä osana kyseiseen ryhmään. Hänellä on turvallista olla ja hän kokee olevansa hyväksytty kyseisessä ryhmässä (Deci & Ryan, 2000). Tutkimusten mukaan ihmisen yrittämisen taso nousee ja sisäinen motivaatio kasvaa, kun hän kokee kuuluvansa ryhmään (esim. Sparks ym., 2016). Tällaisessa ryhmässä on innostavaa olla (Ntoumanis ym., 2020). Näiden psykologisten perustarpeiden tyydyttyminen ovat välttämättömiä optimaaliselle kehittämiselle ja hyvinvoinnille (Ryan & Deci, 2017).

**Decin ja Ryanin** (2000) teorian mukaan edellä mainitun kolmen psykologisen perustarpeen (pätevyys ja kyvykkyys, omaehtoisuus eli autonomia ja yhteisöllisyys eli sosiaalinen yhteenkuuluvuus) tyydyttyminen edistää autonomista (sisäistä) motivaatiota. Sisäinen motivaatio tarkoittaa käyttäytymistä, jota tehdään ilman ulkoista sysäystä ja joka on luonnostaan kiinnostavaa ja nautinnollista (Deci & Ryan, 2000). Autonomiia pidetään keskeisenä tekijänä siinä, muodostuuko ihmisen motivaatio sisäiseksi (ks. Ryan & Deci, 2017), vaikka kyseiset kolme tarvetta ovat keskinäisessä riippuvuussuhteessa ja niiden välillä tulisi vallita tasapaino. Kun urheilija on puhtaasti sisäisesti motivoitunut, hänen itsemääräämisen tunteensa on huipussaan (Deci & Ryan, 2008). Toisin sanoen hän kokee iloa, hauskuutta ja nautintoa urheilusta sinänsä. Kun autonomian, pätevyyden ja sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tarpeet täyttyvät, urheilijat kokevat itsensä elinvoimaisiksi ja sitoutuneeksi (Adie ym., 2008). Näin ollen, mikäli urheilija kokee autonomiaa, kokee kuuluvansa yhteisöön ja kokee olevansa pätevä ja osaava, tämä todennäköisesti johtaa myönteisiin kokemuksiin urheilussa.

Parhaimmillaan urheilussa voi kokea merkityksellisiä aikuis- ja vertaissuhteita, yhteisöllisyyttä (Fraser-Thomas & Cote, 2009). Newmanin ym. (2017) katsausartikkeli osoitti, että psykologisesti turvallisessa ryhmässä ihmiset ovat aidosti kiinnostuneita toisistaan, he uskaltavat ilmaista mielipiteensä, heillä on myönteisiä aikomuksia toisiaan kohtaan ja he kunnioittavat toistensa osamista. Tällaisessa ympäristössä urheilijat uskaltavat ottaa riskejä ja puhua avoimesti myös ongelmallisista asioista (Fransen, McEwan & Sarkar, 2020). Tällaisella *ryhmän toiminnalla* on selkeä yhteys siihen, miten tehokas ryhmä on ja miten ryhmässä voidaan (Fransen ym., 2020). Tällaista toimintaa voidaan myös pitää vastuullisena.

Valmentajan rakentava palaute, välittämisen osoitukset, emotionaalinen tuki ja hyvänä roolimallina toimiminen ovat yhteydessä myönteisiin kokemuksiin urheilussa (Fraser-Thomas & Cote, 2009). Tällaisen toiminnan voidaan katsoa olevan vastuullista. Tutkimuksista tiedetään, että valmentajalla on merkittävä vaikutus nuorten urheilijoiden kehitykseen (esim. Vella, Oades & Crowe, 2013) ja ylipäätään urheilemisen jatkamiseen (esim. Duda ym., 2013). Valmentajan vaikutus urheilijan kokemukseen on siis suuri. Lisäksi työelämäntutkimuksista tiedämme, että oikeudenmukainen johtaminen ja myönteisen ilmapiiri luovat hyvän pohjan tehokkaalle ja hyvinvoinnille työelämälle (esim. Kinnunen, Feldt & Mauno, 2008; Rätty, 2017). Näin ollen voidaan olettaa, että mikäli *valmentajan toiminta* koetaan oikeudenmukaisena ja hyvänä ja ryhmän toiminta ja ilmapiiri myönteisenä sekä turvallisenä (ts. ryhmässä on valmius ottaa esille hankalaksi koetut asiat), urheilijalla on todennäköisesti myönteisiä kokemuksia urheilusta.

Tässä tutkimuksessa myönteisiin kokemuksiin urheilussa yhteydessä olevia tekijöitä tarkastellaan ennen kaikkea

**Decin ja Ryanin** (2000) perustarpeiden tyydyttymisen eli koetun autonomian, pätevyuden ja sosiaalisen yhteenkuulumisen näkökulmasta sekä koettujen urheilulosuhteiden ja urheiluyhteisön toiminnan näkökulmasta. Urheilulosuhteilla viittaamme valmentajan toimintaan. Esimerkiksi, kuinka reiluksi ja oikeudenmukaiseksi eli vastuulliseksi valmentajan toiminta koetaan. Urheiluyhteisön toiminnassa kiinnostavaa on esimerkiksi se, millainen urheiluyhteisön ilmapiiri on ja mikä on urheiluyhteisön valmius puuttua, jos toiminnassa on häiritseviä piirteitä.

## 1.5 Kielteisten ja myönteisten kokemusten eli epäasiallisen ja asiallisen kohtelun seuraukset urheilussa

Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun haitat ovat yhä monelle urheiluorganisaatiolle sokea piste. Syiksi tähän on esitetty mainehaittojen pelkäämistä ja sitä, ettei organisaatioilla ole tietoa, mitä tulisi tehdä (**Mountjoy** ym., 2016). Urheiluorganisaatioissa saatetaan myös olla motivoituneita sulkemaan silmät "ei-vahingossa" tapahtuvalta, tahalliselta väkivallalta eli epäasialliselta kohtelulta, jos puuttuminen voisi johtaa voittojen eli mitaleiden väheneemiseen, koska saavutetut mitalit ovat organisaatiolle mitari tulevan rahoituksen ja menestyksen määrittämiseksi (**Roberts** ym., 2019).

Tutkimusten mukaan epäasiallisen kohtelun seuraukset vaikuttavat niin urheilussa toimimiseen, kuten urheilusuoritukseen (esim. **Mountjoy** ym., 2016), kuin mielenterveyteen, kuten mielialan laskuun (esim. **Gervis & Dunn**, 2004; **Stirling & Kerr**, 2013). **Gervisin** ja **Dunnin** (2004) tutkimuksessa nuoret kokivat arvottomuutta ja masennusta, mikä vaikutti urheilijan uskoon omasta pystyvyydestä. Kun suoritusodotukset eivät täytyneet, se taas lisäsi valmentajan epäasiallista kohtelua. **Stirlingin** ja **Kerrin** (2013) tutkimuksessa nousi esille, miten valmentajan kommentit ja toiminta voivat ahdistaa ja vaikuttaa haluun mennä harjoitukseen sekä vaikuttaa urheilijan itsearvostukseen heikentävästi. Myös **Mountjoyn** ym. (2016) konsensuslauselmassa tuotiin esiin urheilijalle koituvat seuraamukset, kuten *ahdistus ja mielialaongelmat*, mutta myös organisaatioille koituvat seuraamukset, kuten urheilijoiden, fanien ja sponsoroiden menettäminen.

Epäasiallinen kohtelu, kiusaaminen ja häirintä aiheuttavat siis urheilijoille useita erilaisia kielteisiä ja pitkäaikaisia seuraamuksia (esim. **Stirling** ym., 2011). Kansainvälisten tutkimusten mukaan häirinnällä on kauaskantoisia seuraamuksia esimerkiksi mielenterveyteen, itsetuntoon ja urheilusta vetäytymiseen (esim. **Mountjoy** ym., 2016). Myös SUEKin raportin (**Lahti** ym., 2020) mukaan urheilijat kokivat häirinnästä aiheutuvan kielteisiä psykologisia seurauksia, kuten itsetunnon alenemista suhteessa urheiluasuoritukseen ja ulkopuolisuuden kokemuksia.

Tutkimusten mukaan myös epäasiallisen kohtelun todistaminen voi aiheuttaa psykologista kärsimystä tai olla jopa traumatisoivaa urheilijalle (**Raakman, Dorsch & Rhind**,

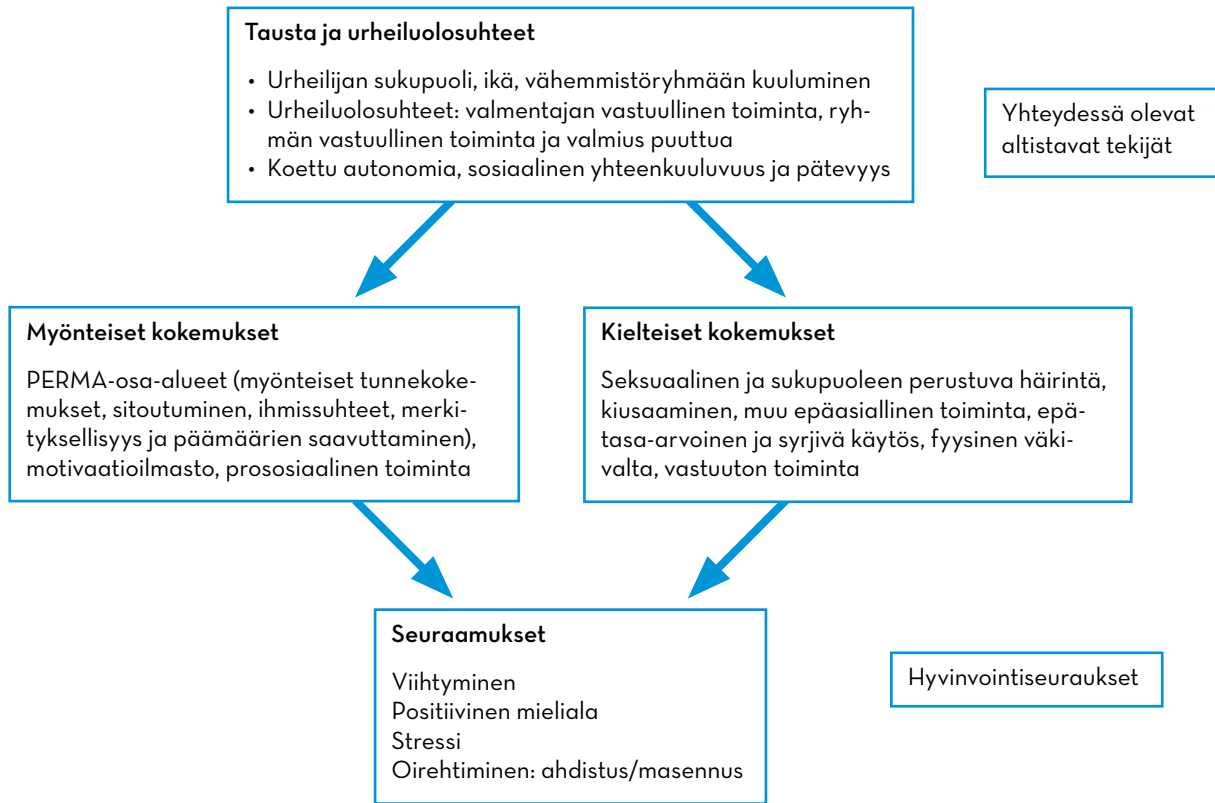
2010; **Reardon** ym., 2019). Toisin sanoen, epäasiallinen kohtelu ei vaikuta vain kohteeseen, vaan myös muihin urheilijoihin, heikentäen heidän hyvinvointiaan.

Kun katsotaan myönteisten kokemusten, toisin sanoen asiallisen ja vastuullisen kohtelun seurauksia, tulokset ovat päinvastaisia. Tutkimuksissa on todettu, että koetut myönteiset tunteet, olo, että pärjää ja on osa yhteisöä, taas vahvistavat *hyvinvointia* ja ennustavat myös sitoutumista ja liikuntaharrastuksessa *viihtymistä* ja siinä pysymistä (esim. **Kang, Lee & Kwon**, 2019; **Ntoumanis**, ym., 2020). Tiedetään, että urheilu parhaimmillaan voi myös suojata mielenterveydenongelmilta olemalla suojaava ympäristö ahdistusta ja masennusoireita vastaan (**Panza** ym., 2020). Tällainen urheiluympäristö on turvallinen. Yhtä lailla tiedämme, että urheilu ei välttämättä suojaa mielenterveysongelmilta ja sillä voi olla negatiivinen vaikutus urheilijan henkiseen hyvinvointiin (**Kaski** ym., 2020; **Kaski** ym., 2022; **Reardon** ym., 2019;). Tutkimusten mukaan epäasiallinen kohtelu, kuten kiusaaminen, on yhteydessä henkiseen pahoinvointiin urheilijoilla (**Kerr** ym., 2019).

Työelämä tutkimuksista tiedämme, että jokaisen työntekijän vastuullinen toiminta ja avoin vuorovaikutus työyhteisössä sekä hyvin toimivat puuttumismallit luovat hyvän pohjan tehokkaalle ja hyvinvoivalle työelämälle (esim. **Kinnunen** ym., 2008; **Räty**, 2017). **Elon** ja **Lambergin** toimittamassa (2018) varhaiskasvatuksen ja koulumaailman työrauhan edistämisen ja kiusaamisen ehkäisyn lopuraportissa korostetaan, että yhteisöllistä ja yhteisesti sovittuihin toimintatapoihin perustuvaa toimintakulttuuria tulee rakentaa pitkäjänteisesti ja suunnitelmallisesti. Tavoitteena on ohjata yhteisöjä sellaisten toimintakulttuurien ja toimintatapojen kehittämiseen, jotka ehkäisevät vuorovaikutukseen liittyviä ongelmia ennalta ja tukevat ihmisen kiinnittymistä kyseiseen yhteisöön. **Robertsin** ym. (2019) mukaan urheiluorganisaatioiden yhdenvertaisuutta ja turvallisuutta korostava politiikka ja suhtautuminen epäasialliseen toimintaan, kunnioittavan käyttäytymisen edellyttäminen ja prosessit, jotka tukevat tällaista käytöstä, tukevat urheilijoiden autonomiaa ja ovat myös kriittisiä toimia epäasiallisen toiminnan kitkemiseksi. Urheilussa puhutaan niin kutsutusta "turvaamisesta" (safeguarding), jolloin keskiössä ei ole vain haittojen estäminen, vaan ennen kaikkea ihmisoikeuksien ja yhdenvertaisuuden turvaaminen (ks. mm. **Guiris & Kerr**, 2021; **Komak & Tuakli-Wosorn**, 2021).

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan epäasiallisen kohtelun koettuja kielteisiä seurauksia ja asiallisen kohtelun koettuja myönteisiä seurauksia suhteessa hyvin- ja pahoinvointiin. Hyvinvoinilla tarkoitetaan tässä tutkimuksessa sekä viihtymistä urheilussa että positiivista mielialaa, kuten kokemusta omasta hyväntuulisuudesta, levollisuudesta ja toimeliaisuudesta. Pahoinvoinilla puolestaan viitataan sekä stressin kokemukseen että oireiluun eli ahdistus- ja masennusoireisiin, jotka ovat yleisiä urheilijoilla (ks. **Reardon** ym., 2019), myös Suomessa (esim. **Kaski** ym., 2020; 2022).

Kuvio 2. Tutkimusmalli.



## 1.6 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset

Tällä tutkimuksella pyrittiin selvittämään urheilijoiden kokemuksia myönteisestä eli vastuullisesta ja asiallisesta sekä kielteisestä eli vastuuttomasta ja epäasiallisesta kohtelusta suomalaisessa kilpaurheilussa, kokemuksiin yhteydessä olevista altistavista tekijöistä sekä hyvinvointiseurauksista. Tutkimusta ohjaava malli on esitetty kuviossa 2.

Tässä tutkimuksessa pyritään vastaamaan alla oleviin tutkimuskysymyksiin:

1. Minkälaisia kielteisiä kokemuksia eli epäasiallista ja vastuutonta kohtelua (seksuaalinen ja sukupuoleen liittyvä häirintä, kiusaaminen, epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös, muu epäasiallinen toiminta, fyysinen väkivalta, vastuuton toiminta) urheilija on kohdannut?
2. Minkälaisia myönteisiä kokemuksia eli asiallista ja vastuullista kohtelua (myönteiset tunteet, sitoutuminen, myönteiset ihmissuhteet, merkityksellisyys, päämäärien saavuttaminen eli kukoistus, tehtäväsuuntautunut [vs. minäsuuntautunut] motivaatioilmasto, prososiaalinen toiminta) urheilija on kohdannut?
3. Kuinka yleisiä urheilijoiden edellä mainitut kokemukset ovat?
4. Minkälaiset tekijät (taustatekijät, valmentajan toiminta, ryhmän toiminta ja valmius puuttua) ovat yhteydessä urheilijoiden kokemaan a) epäasialliseen/vastuuttomaan kohteluun ja minkälaiset tekijät (taustatekijät, koettu autonomia, sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja pätevyys, valmentajan toiminta, ryhmän toiminta ja valmius puuttua) ovat yhteydessä urheilijoiden kokemaan b) asialliseen/vastuulliseen kohteluun?
5. Minkälaisia hyvinvointi- (viihtyminen ja positiivinen mieliala) ja pahoinvointiseurauksia (stressi ja ahdistus- ja masennusoireet eli oirehtiminen) koetulla a) epäasiallisella ja vastuuttomalla ja b) asiallisella ja vastuullisella kohtelulla on urheilijoille?
6. Minkälaisia toiveita urheilijoilla on turvallisen urheiluympäristön saavuttamiseksi ja miten heidän näkemysensä mukaan myönteisiä ja hyviä toimintamalleja voitaisiin edistää ja vahvistaa sekä vastuutonta ja epäasiallista kohtelua ehkäistä ja estää?



Urheilijan näkemys tutkimuksessa

*”Listen more athletes”*



## 2 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 2.1 Tutkimusjoukon muodostaminen

Tässä tutkimuksessa tutkimuskohteena olivat suomalaisten urheilujärjestöjen 16-vuotiaat ja sitä vanhemmat kilpaurheilijat. Kilpaurheilijalla tarkoitetaan lajiensa urheilijoita, jotka osallistuvat lajiliittojen ja urheiluorganisaatioiden määrittelemiä *korkeimpiin kilpasarjoihin* ja niissä kilpailutoimintaan. Urheilujärjestöllä tarkoitetaan kaikkia tutkimukseen ilmoittautuneita liikunta- ja urheiluorganisaatioita, jotka toimivat kansallisina lajiliittoina tai muilla tavoin liikunnan ja urheilun valtakunnallisina järjestöinä (kts. taulukko 1). Ikämääritys perustui Tutkimuseettisen neuvottelukunnan määrittelemään ohjeistukseen, jonka mukaan alle 15-vuotiaiden henkilöiden kohdalla tulee heidän huoltajiltaan hankkia suostumus tutkimukseen osallistumiseen (TENK, 2019). Suostumuksen hankkiminen alle 16-vuotiailta olisi ollut tämän tutkimuksen kannalta erittäin aikaa vievää ja kyselyn välitystavan vuoksi paikoitellen myös mahdotonta. Lisäksi 16-vuotiaiden ja tätä vanhempien voi tiettyjä lajipoikkeuksia lukuun otta-

matta olettaa täyttävän pääpiirteisemmin kilpaurheilulle asetetun määritelmän, jossa korostuu **Itkosta, Lehtosta ja Aarresolaa** (2018) mukailien kilpailullisten tavoitteiden asettaminen ja kilpailuihin osallistuminen.

Kaikille mukaan ilmoittautuneille urheilujärjestöille tarjottiin maaliskuussa 2022 mahdollisuus osallistua kilpaurheilijan määrittelyyn liittyvään työpajaan, jonka tarkoituksena oli ohjeistaa järjestöjä tutkimusjoukon muodostamisessa. Tutkimuksen lopullinen kohdejoukko, jolle kysely urheilujärjestöjen kautta lähetettiin, muodostui näin ollen eri järjestöjen työstämien määritelmien perusteella. Urheilujärjestöjen kuvaukset lajiensa mukaisista kilpaurheilijoista on kuvattu liitteessä 1. Käytännössä kilpaurheilijan määritelmä ei kaikissa tapauksissa vastaa täysin kyselyn vastaanottaneiden urheilijoiden joukkoa, koska järjestöllä ei esimerkiksi puuttuvien yhteystietojen takia ollut mahdollisuutta tavoittaa kaikkia kohdejoukkoon kuuluvia henkilöitä.

Taulukko 1. Tutkimukseen mukaan ilmoittautuneet urheilujärjestöt (yhteensä 45).

Tutkimukseen mukaan ilmoittautuneet urheilujärjestöt	
AKK-Motorsport	Suomen Nyrkkeilyliitto
Jalkapallon Pelaajayhdistys	Suomen Palloliitto
Jääkiekon SM-liiga	Suomen Paralympiakomitea
Suomen Amerikkalaisen Jalkapallon Liitto	Suomen Pesäpalloliitto
Suomen Ampumahiihtoliitto	Suomen Potkunyrkkeilyliitto
Suomen Ampumaurheiluliitto	Suomen Purjehdus ja Veneily
Suomen Biljardiliitto	Suomen Pyöräily
Suomen Cheerleadingliitto	Suomen Pöytätennisliitto
Suomen frisbeegolfliitto	Suomen Ratsastajainliitto
Suomen Golfliitto	Suomen Ringetteliitto
Suomen Hiihtoliitto	Suomen Salibandyliitto
Suomen Hippos	Suomen Squashliitto
Suomen Judoliitto	Suomen Sulkapalloliitto
Suomen Jääkiekkoilijat	Suomen Suunnistusliitto
Suomen Jääkiekkoliitto	Suomen Taekwondoliitto
Suomen Keilailuliitto	Suomen Taitoluisteluliitto
Suomen Koripalloliitto	Suomen Tanssiurheiluliitto
Suomen Käsipalloliitto	Suomen Tennisliitto
Suomen Lentopalloliitto	Suomen Uimaliitto
Suomen Luisteluliitto	Suomen Urheiluliitto
Suomen Melonta- ja Soutuliitto	Suomen Voimanostoliitto
Suomen Moottoriliitto	Suomen Voimisteluliitto
Suomen Muaythai -liitto	

## 2.2 Aineiston keruu

Kyselyn välittäminen tutkimuksen kohdejoukolla tapahtui mukaan ilmoittautuneiden urheilujärjestöjen kautta. Yhteyshenkilöiden käyttö kyselyn välittämisessä perustui tietosuojasäilytyksiin, joiden mukaan SUEK ry ei ole oikeutettu keräämään tutkittavien henkilöiden henkilötietoja. Kysely toteutettiin sähköisessä muodossa SurveyPal-verkkopalvelualustalla. Tutkimusryhmä lähetti tutkimusmateriaalit urheilujärjestöille 11.4.2022. Tutkimusmateriaali sisälsi urheilujärjestöjen yhteyshenkilöille tarkoitetut ohjeet kyselyn välittämisestä (liite 2) kohdejoukolla sekä kohdejoukolla suunnatun sähköpostilla tai esimerkiksi tekstiviestillä lähetettäväksi tarkoitettun saatekirjeen (liite 3). Sekä saatekirje että verkkokyselylomake (liite 7) olivat saatavilla suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi. Saatekirje sisälsi verkkokyselylinkin ohella ohjeet kyselyyn vastaamiseen sekä tiedotteen tutkimuksesta, jossa kuvattiin muun muassa tutkimuksen tarkoitus ja tavoite sekä tiedotettiin tutkimuksen luottamuksellisuudesta ja vapaaehtoisuudesta. Verkkokyselyn yhteydessä tutkittava sai tietoonsa tutkimuksen tietosuojailmoituksen. Ennen kyselyyn pääsyä tutkittavan oli annettava suostumuksensa tutkimukseen osallistumisesta.

Tutkittavia tiedotettiin kaikissa tutkimusmateriaaleissa tutkimuksen vapaaehtoisuudesta ja sen anonyymiuteen ja tietosuojaan liittyvistä tekijöistä. Tutkimuksen sensitii-visen luonteen vuoksi tutkittaville tarjottiin tietoa sekä kyselylomakkeen alussa että sen lopussa tutkimuksen ulkopuolisista tahoista, joista osallistujan oli mahdollista saada apua mahdollisiin ahdistaviin ja epämiellyttäviin kokemuksiinsa (liite 4). Tutkimusmateriaalien ohella urheilujärjestöt saivat käyttöönsä myös valmiin tiedotepohjan tutkimuksesta viestimiseen (liite 5) sekä sosiaalisessa mediassa julkaistavaksi ja jaettavaksi tarkoitettua materiaalia.

Anonyymien kyselyn luotettavuuden varmistamiseksi ja kyselyn pysymiseksi määritellyn kohdejoukon piirissä, jaettiin kyselyä ainoastaan urheilujärjestöjen yhteyshenkilöiden kautta kilpaurheilijan määrittämien täyttävien henkilöille. Muutamissa urheilujärjestötapahtumissa kyselyn välittäminen perustui kuitenkin niin sanottuun välikäsimaliin, sillä järjestöllä ei ollut hallussaan urheilijoiden suoria yhteystietoja. Näin järjestöt jakoivat kyselyn esimerkiksi seura- ja joukkue-tason yhteyshenkilöille, joiden tehtävänä oli välittää kysely kriteeristöjen mukaisille urheilijoille.

Kaikkia mukaan ilmoittautuneita urheilujärjestöjä ohjeistettiin ilmoittamaan tutkimusryhmälle tieto siitä, että kysely on välitetty vastattavaksi urheilijoille. Samassa yhteydessä pyydettiin kertomaan, kuinka monelle urheilijalle kysely oli välitetty mukaan lukien ilmoitus kyseisen kokonaisjoukon ikä- ja sukupuolijakaumasta, mikäli kyseiset tiedot oli mahdollista saada selville. Urheilujärjestöjen yhteyshenkilöille korostettiin, että tutkimusmateriaali on tarkoituksenmukaista lähettää ainoastaan urheilijoille itselleen, kun huomioon ei otettu edellä

mainittuja välikäsimaliin liittyviä seikkoja. Tutkimusryhmän tietoon tuli silti tapauksia, jossa materiaali välitettiin urheilijan nuoren huoltajalle, sillä osalla urheilujärjestöistä ei ollut mahdollisuutta eritellä huoltajien osoitteita pois yhteystietolistoista tai alaikäisen urheilijan omia yhteystietoja ei ylipäänsä ollut saatavilla. Kyseisistä tapauksista tutkimusryhmälle ilmoittaneita henkilöitä pyydettiin olemaan yhteydessä omiin urheilujärjestöihinsä, jotka välittivät kyselyn uudelleen urheilijan henkilökohtaiseen yhteystieto-osoitteeseen.

Kyselyn vastausajan oli tarkoitus päättyä 2.5.2022 vastausajan ollessa kokonaisuudessaan kolme viikkoa. Urheilujärjestöt lähettivät kyselyä kuitenkin varsin eritahtisesti kilpaurheilijoilleen, ja osalla järjestöistä lähetys venyi niin pitkälle, että kyselyn vastausaikaa päätettiin jatkaa viikolla. Kysely sulkeutui lopulta 9.5.2022. Vastausajan pidentämisellä haluttiin tarjota kaikille tutkimuksen kohderyhmään kuuluville kilpaurheilijoille yhtäläinen mahdollisuus vastata kyselyyn. Urheilujärjestöjä pyydettiin muistuttamaan lajinsa urheilijoita kyselyyn vastaamisesta kahden otteeseen vastausajan sisällä. Lisäksi kaikkia urheilujärjestöjä tiedotettiin yhtäläisesti vastausajan pidentämisestä.

Urheilujärjestöiltä saadun tiedon perusteella kysely lähti yhteensä 54 651 kilpaurheilijalle (taulukko 2). Kuvattu lukumäärä on kuitenkin arvio, sillä kaikilta järjestöiltä ei saatu tarkkaa tietoa kyselyn vastaanottaneista henkilöistä. Kyselyn vastaamisen oli aloittanut yhteensä 3 764 henkilöä, joista vastauksen oli lähettänyt 2 097 henkilöä. Kyselyn kesken jättäneitä oli näin kokonaisuudessaan 1 667 kappaletta. Tulosten analyysiin hyväksyttiin vain lähetetyt vastaukset, sillä vastaamisen aloittaneissa, mutta vastauksen lähettämättä jättäneiden joukossa on oletettavasti ollut henkilöitä, jotka ovat vain halunneet katsoa kyselyä sekä henkilöitä, jotka ovat halunneet keskeyttää ja peruuttaa osallistumisensa. Kun vastaukset lähettäneiden 2 097 henkilön joukosta poistettiin alle 16-vuotiaiden henkilöiden vastaukset, oli lopullinen vastaajamäärä 2 045 henkilöä, vastausprosentin ollessa 3,7. Vastausprosentti jäi näin ollen erittäin alhaiseksi. Huomionarvoista on kuitenkin se, että sen laskentaan liittyi useita epävarmuustekijöitä.

Eniten vastauksia kyselyyn saatiin Suomen Salibandyliiton kautta (9,7 %) ja Suomen Ampumaurheiluliiton kautta (9,2 %), kun näiden järjestöjen kautta vastanneiden osuuksia peilataan kyselyn kokonaisvastaajamäärään (n = 2 045). Kun vastausten lukumääriä verrataan puolestaan urheilujärjestöjen ilmoittamiin tietoihin kyselyn vastaanottaneista henkilöistä, voidaan todeta Suomen Biljardiliitolla (46,2 %) ja Suomen Pyöräilyllä (32,7 %) olleen korkeimmat järjestökohtaiset vastausprosentit.

**Taulukko 2. Urheilujärjestökohtaiset sekä yhteenlasketut vastausmäärät, näihin perustuvat vastausprosentit sekä järjestökohtaisten vastausten prosentuaalinen osuus tutkimuksen kokonaisvastaajamäärä (n = 2045).**

\*=lukumäärä perustuu urheilujärjestön ilmoittamaan arvioon.

Urheilujärjestö	Vastauksia	Kuinka monelle lähetettiin	Järjestökohtainen vastausprosentti	% (n=2045)
AKK-Motorsport	163	2627	6,2 %	8,0 %
Jalkapallon Pelaajayhdistys	25	1370*	1,8 %	1,2 %
Jääkiekon SM-liiga	12	420*	2,9 %	0,6 %
Suomen Amerikkalaisen Jalkapallon Liitto	77	723	10,7 %	3,8 %
Suomen Ampumahiihtoliitto	35	412	8,5 %	1,7 %
Suomen Ampumaurheiluliitto	188	3554	5,3 %	9,2 %
Suomen Biljardiliitto	6	13	46,2 %	0,3 %
Suomen Cheerleadingliitto	13	200*	6,5 %	0,6 %
Suomen frisbeegolfliitto	141	3078	4,6 %	6,9 %
Suomen Golfliitto	10	184	5,4 %	0,5 %
Suomen Hiihtoliitto	88	1047	8,4 %	4,3 %
Suomen Hippos	6	246	2,4 %	0,3 %
Suomen Judoliitto	27	115	23,5 %	1,3 %
Suomen Jääkiekkoliijat	5	1200*	0,4 %	0,2 %
Suomen Jääkiekkoliitto	114	2875*	4,0 %	5,6 %
Suomen Keilailuliitto	19	175	10,9 %	0,9 %
Suomen Koripalloliitto	95	1257*	7,6 %	4,6 %
Suomen Käsipalloliitto	37	497	7,4 %	1,8 %
Suomen Lentopalloliitto	20	puuttuva tieto	x	1,0 %
Suomen Luisteluliitto	20	320	6,3 %	1,0 %
Suomen Melonta- ja Soutuliitto	39	836	4,7 %	1,9 %
Suomen Moottoriliitto	33	510*	6,5 %	1,6 %
Suomen Muaythai -liitto	10	140	7,1 %	0,5 %
Suomen Nyrkkeilyliitto	20	462	4,3 %	1,0 %
Suomen Palloliitto	91	2396*	3,8 %	4,4 %
Suomen Paralympiakomitea	16	125	12,8 %	0,8 %
Suomen Pesäpalloliitto	47	440*	10,7 %	2,3 %
Suomen Potkunyrkkeilyliitto	27	145	18,6 %	1,3 %
Suomen Purjehdus ja Veneily	9	88	10,2 %	0,4 %
Suomen Pyöräily	18	55	32,7 %	0,9 %
Suomen Pöytätennisliitto	5	60*	8,3 %	0,2 %
Suomen Ratsastajainliitto	42	996	4,2 %	2,1 %
Suomen Ringetteliitto	92	519	17,7 %	4,5 %
Suomen Salibandyliitto	199	22852	0,9 %	9,7 %
Suomen Squashliitto	6	51	11,8 %	0,3 %
Suomen Sulkapalloliitto	1	14	7,1 %	0,05%
Suomen Suunnistusliitto	25	117	21,4 %	1,2 %
Suomen Taekwondoliitto	14	1204	1,2 %	0,7 %
Suomen Taitoluisteluliitto	20	450*	4,4 %	1,0 %
Suomen Tanssieurheiluliitto	5	81	6,2 %	0,2 %
Suomen Tennisliitto	0	615	0,0 %	0,0 %
Suomen Uimaliitto	11	51	21,6 %	0,5 %
Suomen Urheiluliitto	106	1043	10,2 %	5,2 %
Suomen Voimanostoliitto	21	83	25,3 %	1,0 %
Suomen Voimisteluliitto	67	1005	6,7 %	3,3 %
Joku muu	20	x	x	1,0 %
<b>Yhteensä</b>	<b>2 045</b>	<b>54651</b>	<b>3,7 %</b>	

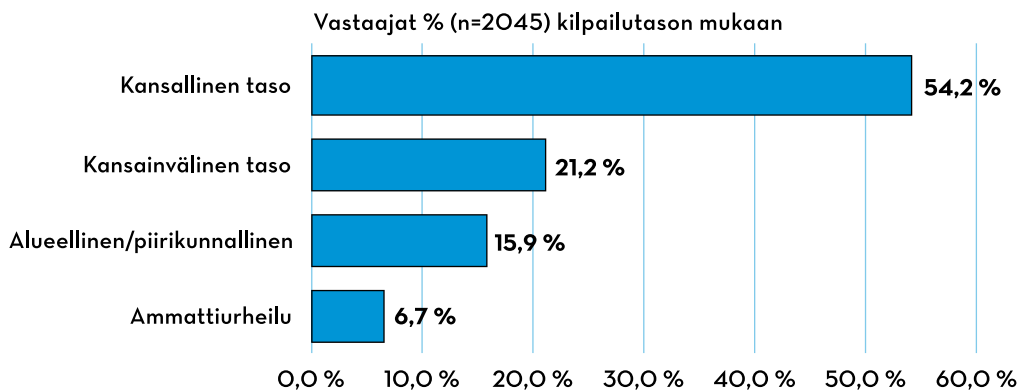
## 2.3 Katoanalyysi

Koska arvioitu vastausprosentti jäi alhaiseksi, tutkimuksen kannalta on tärkeää tarkastella, kuinka hyvin aineisto kuvaa suomalaisia kilpaurheilijoita. Kun katsotaan, miten aineisto vastaa suomalaisia lajiliittojen määrittelemiä kilpaurheilijoita, voidaan todeta, että vastaajissa oli etupäässä kansallisella tasolla urheilevia kilpaurheilijoita, sillä kyselyyn vastanneista 54 prosenttia urheili kansallisella tasolla. Ammattiuurheilijoita oli noin 7 prosenttia ja 21 prosenttia urheili kansainvälisellä tasolla. Ainoastaan hieman alle 16 prosenttia vastaajista urheili alueellisella tai piirikunnallisella tasolla (kuvio 3). Kun verrataan vastaajia edelliseen SUEKin tutkimukseen (Laine ym., 2020), voidaan todeta, että edellisessä tutkimuksessa vastaajia oli vähemmän huippu-urheilusta (ts. korkeimmalta tasolta ko. lajeista) kuin tässä tutkimuksessa. Nyt järjestöjä avustettiin kohdejoukon muodostamisessa, joten kilpaurheilijan määritelmä todennäköisesti täsmentyi kyseenomaisesta syystä. Määritelmässä avustaminen oli varsin tärkeää, sillä lajien parissa voi olla lisenssiurheilijoita kymmeniätuhansia, mutta varsinaisia kilpaurheilijoita huomattavasti pienempi määrä.

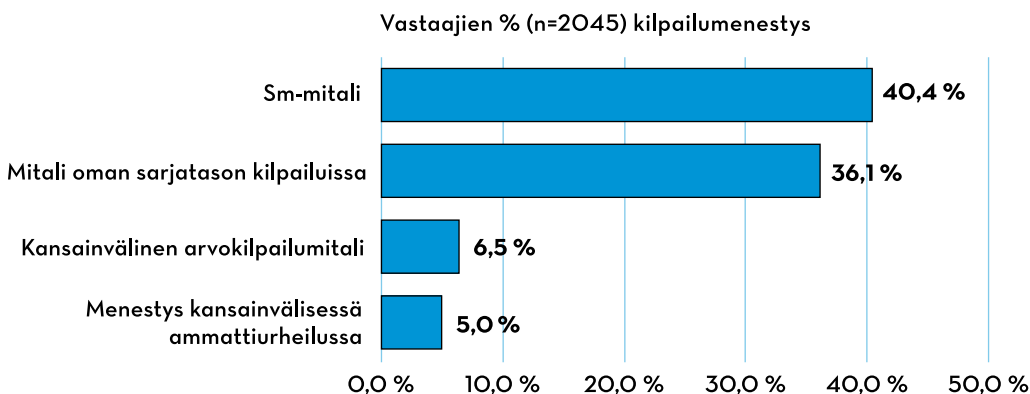
Täysin tarkkaa tietoa siitä, miten paljon tutkimusjoukoon kuuluvia kilpaurheilijoita Suomessa on, ei ollut mahdollista saada selville. Osa urheilujärjestöjen antamista tiedoista oli arvioita, kun taas osalta saatiin tarkat määrät sukupuolijakaumineen. Tapaturmavakuutuskeskuksen tietoihin perustuen ammattilaisurheilijoiden määrä oli Suomessa vuonna 2018 yhteensä 1132 henkilöä ja vuonna 2021 yhteensä 1178 (Ammattiuurheilijoiden vakuustilasto, ei pvm.). Ammattiuurheilijoiden määrä joukkuelajeissa on viiden vuoden aikana kasvanut yhteensä 15 prosenttia eli noin 3 prosenttia vuodessa (Mäkinen & Paavolainen, 2021). Kuluvaan vuoteen aikana urheilijapuraha myönnettiin kesälajien edustajista yhteensä 152 (Valtioneuvosto, 2022a) ja talvilajien edustajista 90 henkilölle (Valtioneuvosto, 2022b).

Kun katsotaan, miten vastanneet urheilijat olivat menestyneet omalla urallaan, voidaan todeta, että noin 40 prosenttia oli saavuttanut SM-mitalin, kun mitalin oman sarjatason kilpailuissa oli saavuttanut 36 prosenttia urheilijoista. Kansainvälisen arvokilpailumitalin oli saavuttanut 6,5 prosenttia vastaajista siinä, missä 5,0 oli menestynyt kansainvälisessä ammattiuurheilussa. Näin ollen voidaan päätellä, että tutkimus tavoitti kilpailuissa menestyneitä suomalaisia kilpa- ja huippu-urheilijoita. (Kuvio 4)

Kuvio 3. Vastaajat (n = 2 045) kilpailutason mukaan jaoteltuna.



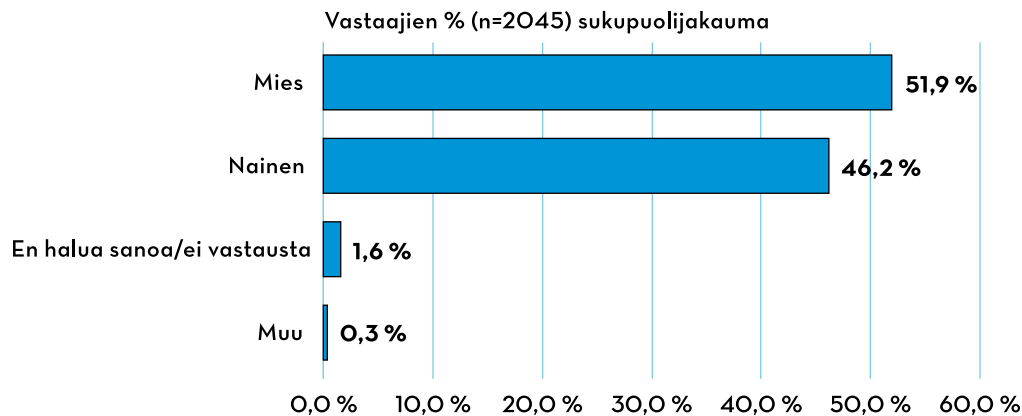
Kuvio 4. Vastaajat (n = 2045) saavutettujen mitalien mukaan jaoteltuna.



## 2.4 Vastanneiden urheilijoiden taustatietojen kuvaus

Vastauksia tuli määräaikaan mennessä 2 045 kappaletta. Kuvion 5 mukaisesti vastaajista oli miehiä 51,9 prosenttia ja naisia 46,2 prosenttia.

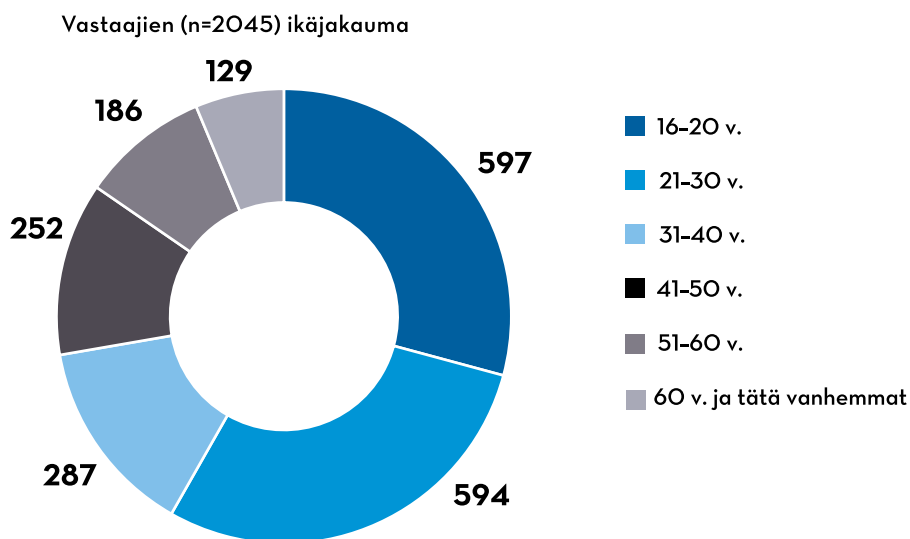
Kuvio 5. Vastaajat (n = 2 045) sukupuolen mukaan jaoteltuna.



Kuviosta 6 voidaan nähdä, suurin osa vastaajista oli 30-vuotiaita ja tätä nuorempia. Eniten vastaajia oli 16-20-vuotiaiden ryhmässä ja lähes yhtä paljon vastaajia

21-30-vuotiaissa. Alle 30-vuotiaissa oli enemmän naisia ja yli 30-vuotiaissa enemmän miehiä (Liite 6).

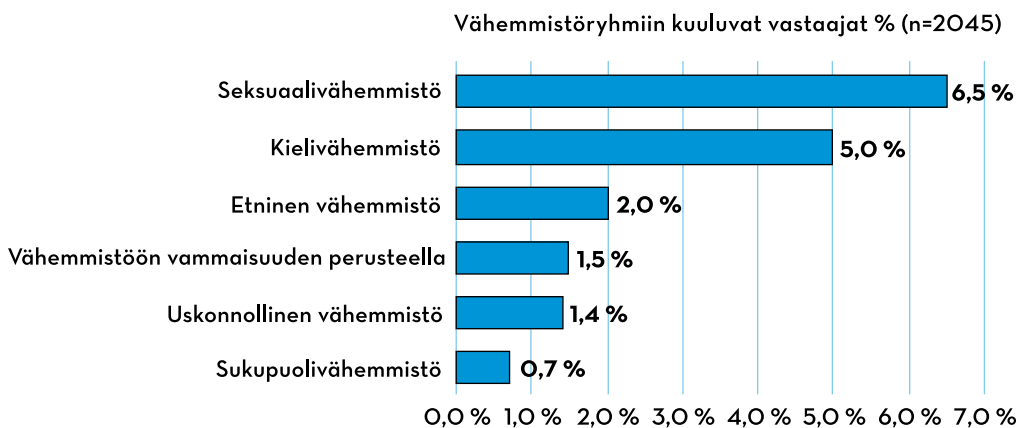
Kuvio 6. Vastaajat (n = 2 045) iän mukaan jaoteltuna.



Vastaajista suurin osa ei kuulunut mihinkään vähemmistöryhmään (82,9 %). Eniten vähemmistöryhmä -mainintoja tuli kuulumisesta seksuaalivähemmistöön, johon kuului reilu 6 prosenttia. Toiseksi eniten mainintoja, 5,0 prosenttia, tuli kuulumisesta kielivähemmistöön (kuvio 7). Reilu prosentti vastaajista valitsi kohdan ”kuuluminen muuhun vähemmistöryhmään”. Näissä avovastauksissa (n = 30) eniten mainittiin ”valkoinen heteromies” (n = 8) ja toiseksi

eniten jokin sairaus, kuten autismi tai ADHD (n = 5). Vastaaja on voinut valita useamman kuin yhden vastausvaihtoehdoista. Yhteyksiä tutkivissa analyyseissä vähemmistöryhmään kuulumisen muutettiin dummy-muuttujaksi, jossa 0 = ei kuulu ja 1 = kuuluu vähemmistöryhmään (n = 1971, jossa vähemmistöryhmään kuului siis 15,5 % (n = 305).

Kuvio 7. Vastaajien (n = 2 045) jakaantuminen vähemmistöryhmiin.



## 2.5 Tutkimusmenetelmät ja mittarit

Tutkimuksessa hyödynnettiin jo olemassa olevia valideja kyselyitä (esim. hyvinvointiin liittyvät kysymykset), muissa selvityksissä mukana olevia väitteitä ja kysymyksiä (esim. Visuri ym., 2020) sekä SUEKin aiemmassa tutkimuksessa käytettyjä kysymyksiä (Lahti ym., 2020). Kysely jakautui seuraaviin osiin, joskin kyselyteknisistä syistä ne eivät olleet kyselylomakkeessa täysin tässä järjestyksessä:

- 1) taustatiedot (ikä, sukupuoli, laji ja taso, jolla urheilee), urheiluolosuhteisiin liittyvät tiedot (koettu valmentajan ja ryhmän toiminta ja valmius puuttua) sekä koettu autonomia, sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja pätevyys,
- 2) myönteiset kokemukset urheilussa (motivaatioilmasto, prososiaalinen toiminta, PERMAN osatekijät),
- 3) koettu hyvin- ja pahoinvointi (viihtyminen, positiivinen mieliala, stressi ja oirehtiminen eli ahdistus- ja masennusoireet) ja
- 3) kielteiset kokemukset urheilussa (seksuaalinen ja sukupuolinen häirintä, kiusaaminen, muu epäasiallinen toiminta, fyysinen väkivalta, epätasa-arvoinen kohtelu tai muu syrjintä ja vastuuton toiminta). Kyselylomake on liitteessä 7.

### 2.5.1 Kielteiset kokemukset eli epäasiallinen ja vastuuton kohtelu

Epäasiallista ja vastuutonta kohtelua lähestyttiin kuudesta eri näkökulmasta:

- 1) seksuaalinen (Lahti ym., 2020) ja
- 2) sukupuolinen häirintä (Lahti ym., 2020),
- 3) kiusaaminen (Keyriläinen, 2021; Vartia ym., 2016),
- 3) muu epäasiallinen toiminta, kuten mustamaalaaminen tai huutaminen, (Keyriläinen, 2021; Vartia ym., 2016),
- 4) fyysinen väkivalta,
- 5) epätasa-arvoinen, eriarvoinen kohtelu tai muu syrjintä, kuten ryhmään pääsyn estäminen syntyperästä johdettuna (Keyriläinen, 2021) ja
- 6) vastuuton toiminta.

Osa kysymyksistä laadittiin itse, kuten fyysistä väkivaltaa koskeva osio, vastaamaan ja kuvaamaan monipuolisesti epäasiallista ja vastuutonta kohtelua. Jokaista edellä mainittua epäasiallista ja vastuutonta kohtelua koskevaa kohtaa kysyttiin yhdellä kysymyksellä, kuten esimerkiksi ”Oletko kokenut viimeisen kolmen vuoden aikana urheilutoiminnassa itseesi kohdistuvaa seksuaalista häirintää” (kyllä, ei, en osaa sanoa, en halua sanoa). Lisäksi kunkin epäasialliseen ja vastuuttomaan kohteluun liittyvän kysymyksen yhteydessä kerrottiin, mitä kyseisellä toiminnalla tarkoitetaan.

Jokaiseen osa-alueeseen liittyen kysyttiin ensinnäkin sitä, onko vastaaja kokenut kyseistä häiritsevää toimintaa itse, oliko hän havainnut sitä omassa urheiluyhteisössään tai oliko hän kenties itse ollut kyseisen kielteisen kohtelun tekijä. Mikäli vastaaja oli kokenut tai havainnut kyseistä toimintaa, häneltä kysyttiin myös, kenen taholta tämä oli tapahtunut sekä lopuksi, onko kyseinen epäasiallinen toiminta loppunut. Lisäksi kysyttiin, oliko vastaaja vienyt asian eteenpäin ja jos oli, kenelle. Tähän liittyen kysyttiin myös, selvisikö tilanne ja oliko itse vastaaja osallisena selvittelyprosessissa. Niiltä, jotka eivät olleet vieneet asiaa eteenpäin, kysyttiin lisäksi, miksi asiaa ei ollut viety eteenpäin (Visuri ym., 2020).

Vastuuttomaan ja epäasialliseen kohteluun liittyen kysyttiin niin ikään seuraamuksia itselle, kuten vaikutusta nukkumiseen ja mielialaan (Lahti ym., 2020). Tämän ohella kysyttiin, miten paljon vastaajalla oli tietoa siitä, mikä on epäasiallista kohtelua ja mitä voi tehdä, mikäli kokee tai havaitsee kyseenomaista toimintaa sekä mistä edellä mainitut tiedot oli mahdollisesti saatu.

### 2.5.2 Myönteiset kokemukset eli asiallinen ja vastuullinen kohtelu

Urheilussa myönteisiä kokemuksia eli asiallista ja vastuullista kohtelua tutkittiin kolmesta näkökulmasta: kukoistus (PERMA:n osatekijät), motivaatioilmasto sekä prososiaalinen toiminta.

**Kukoistus.** Kukoistusta urheilussa mitattiin PERMA-mittarin avulla (Butler & Kern, 2016). Se koostuu yhteensä 23 kysymyksestä, joilla kartoitetaan myönteisten tunteiden, sitoutumisen, ihmissuhteiden, merkityksellisyyden ja päämäärien saavuttamisen kokemista. Jokaisesta kukoistuksen kokemuksesta mittaavasta osiosta tehtiin summamuuttuja, joissa kussakin oli kolme kysymystä. Mittarin sisäistä johdonmukaisuutta arvioitiin Cronbachin alfakertoimella. Saavuttaminen eli tavoitteellisuus (esim. *"Kuinka usein pystyt kantamaan vastuusi"*,  $\alpha=0.70$ ), sitoutuneisuus (esim. *"Kuinka usein olet uppoutunut tekemisiisi"*,  $\alpha=0.52$ ), myönteiset tunteet, (esim. *"Kuinka usein yleensä tunteet olosi positiiviseksi"*,  $\alpha=0.88$ ), merkityksellisyys, (esim. *"Missä määrin elät merkityksellistä ja mielekästä elämää"*,  $\alpha=0.88$ ) ja ihmissuhteet, (esim. *"Missä määrin saat tukea muilta, kun tarvitset"*,  $\alpha=0.82$ ). Kysymyksiin vastattiin asteikolla 0-10, jossa 0 = ei koskaan, en ollenkaan tai erittäin huono ja 10 = aina, täysin tai erinomainen. Lisäksi muodostettiin kaikista PERMA-mittarin kysymyksistä (edellä mainitut ja onnellisuusosio; *"Kaiken kaikkiaan, kuinka onnellinen sanoisit olevasi"*) yhteinen summamuuttuja, kukoistus. Sen Cronbachin  $\alpha$ -kerroin oli 0.92.

**Tehtäväsuuntautunut (vs. minäsuuntautunut) motivaatioilmasto.** Vastaajien kokemuksesta motivaatioilmastosta eli tavoiteorientaatiosta mitattiin Perception of Success Questionnaire (POSQ) -mittarin (Roberts ym., 1998) suomenkielisellä käännöksellä (Jaakkola & Sepponen, 1997; Soini ym., 2014). Mittari sisältää 12 väittä-

mää, joista kuusi mittaa tehtäväsuuntautunutta tavoiteorientaatiota ja kuusi minäsuuntautunutta tavoiteorientaatiota. Mittari on todettu toimivaksi muun muassa koululiikunnan osalta (Jaakkola, 2002; Jaakkola & Sepponen, 1997; Soini ym., 2014). Tähän tutkimukseen otettiin mukaan yhteensä yhdeksän väittämää, joista viisi mittasi tehtäväsuuntautunutta motivaatioilmastoa, kuten *"Jokaiselle meistä on tärkeää yrittää parantaa omia taitojaan"* ( $\alpha=0.83$ ) ja neljä minäsuuntautunutta motivaatioilmastoa, kuten *"Urheilijoille on tärkeää onnistua muita urheilijoita paremmin"* ( $\alpha=0.84$ ). Väitteet muokattiin kilpaurheilun sopivaksi. Tästä tutkimuksesta pois jätettiin ne väitteet, jotka eivät suoraan soveltuneet kilpaurheiluun, kuten *"Oppilailla on mahdollisuus valita harjoitteita oman mielenkiinnon mukaan"*. Motivaatioilmastokysymyksiin vastattiin asteikolla 1-5 (1 = täysin eri mieltä, 5 = täysin samaa mieltä).

**Prososiaalinen toiminta.** Urheilijoiden prososiaalista käytöstä mitattiin Kavussanin ja Boardleyn (2009) kehittämällä 20-osioisella pro- ja antisosiaalinen käyttäytymisen urheilussa -mittarilla. Tutkimukseen valittiin vain ne neljä osiota, jotka liittyivät ryhmän sisäiseen prososiaaliseen toimintaan, esim. *"Kannustan joukkueveroitani/ryhmässä muita"*. Osioista muodostettiin yksi prososiaalista toimintaa kuvaava summamuuttuja. Sen Cronbachin  $\alpha$ -kerroin oli 0.91. Kaikkiin kysymyksiin vastattiin asteikolla 1-5 (1 = ei pidä lainkaan paikkaansa, 5 = pitää täysin paikkansa).

### 2.5.3 Kielteisiin ja myönteisiin kokemuksiin yhteydessä olevat tekijät

Kielteisiin ja myönteisiin kokemuksiin yhteydessä olevina tekijöinä tutkittiin taustatekijöiden (sukupuoli, ikä ja kuuluminen vähemmistöryhmään) lisäksi urheiluolosuhteita (valmentajan ja ryhmän toiminta ja valmius puuttua) ja perustarpeiden (autonomia, pätevyys ja sosiaalinen yhteenkuuluvuus) tyydyttymistä.

**Valmentajan toiminta.** Urheiluolosuhteisiin liittyen kysyttiin kokemuksesta valmentajan toiminnasta kahdeksalla eri väittämällä, kuten *"Valmentajani kohtelee urheilijoita oikeudenmukaisesti"* ja *"Valmentajani puuttuu heti, mikäli joku toimii asiattomasti tai sääntöjen vastaisesti"*. Kysymykset luotiin osin itse ja osin hyödynnettiin mm. LIITU 2020 -tutkimusta (Kokko ym., 2020). Kysymyksiin vastattiin asteikolla 1-5 (1 = ei pidä lainkaan paikkaansa, 5 = pitää täysin paikkansa). Väittämistä muodostettiin summamuuttuja, jonka Cronbachin  $\alpha$ -kerroin oli 0.95 ja jonka katsottiin kuvaavan valmentajan vastuullista toimintaa.

**Ryhmän toiminta ja valmius puuttua.** Lisäksi kysyttiin urheiluryhmän tai joukkueen turvallisuuteen ja ilmapiiriin liittyviä kokemuksia neljällä eri väitteellä, esim. *"Ryhmässä/joukkueessa, jossa säännöllisesti harjoittelen, on hyvä ilmapiiri"*. Ryhmän toimintaa kuvaavista väittämistä muodostettiin summamuuttuja, jonka Cronbachin  $\alpha$ -kerroin oli 0.92 ja jonka katsottiin kuvaavan vastuullista ryhmätoimintaa. Ryhmän valmiuteen puuttua epäasialliseen kohteluun kysyttiin kahdella väitteellä, esimerkiksi *"Ryhmässä/joukkueessa, jossa säännöllisesti harjoittelen, puututaan heti, mikäli ilmenee asiatonta kielenkäyttöä tai epäasiallista käyttäytymistä"*. Ryhmän valmiudesta puuttua muodostettiin myös summamuuttuja, jonka Cronbachin  $\alpha$ -kerroin oli 0.84. Ryhmän toimintaan liittyvät väittämät olivat itse luotuja. Kaikkiin valmentamista ja ryhmän toimintaan liittyviin kysymyksiin vastattiin asteikolla 1-5 (1 = ei pidä lainkaan paikkansa, 5 = pitää täysin paikkansa).

**Perustarpeiden tyydyttyminen.** Vastaajien kokemaa sosiaalista yhteenkuuluvuutta, autonomiaa ja pätevyyttä eli itsemääräämisteorian mukaisia perustarpeita tutkittiin hyödyntäen **Gagnén** (2003) Basic Need Satisfaction in General Scale -mittaria, Intrinsic Motivation Inventory (IMI) -mittaria (selfdeterminationtheory.org) ja **Jarmo Liukkosen** (2017) kehittämää psykologisten perustarpeiden tyydyttyminen urheilussa -testiä. Mittareiden väittämiä muokattiin sisällöllisesti kuvaamaan eri lajien urheiluharjoituksia. *Sosiaalinen yhteenkuuluvuus* koostui kuudesta väittämästä, kuten *"Urheilukaverini välittävät minusta harjoituksissa"* ( $\alpha=0.84$ ), *autonomia* koostui viidestä väittämästä, kuten *"Voin ilmaista mielipiteitäni vapaasti harjoituksissa"* ( $\alpha=0.75$ ) ja *pätevyys* neljästä väittämästä, kuten *"Useimmilla harjoituskerroilla tunnen saavuttavani sen, mitä haluan"* ( $\alpha=0.83$ ). Kaikkiin kysymyksiin vastattiin asteikolla 1-5 (1 = täysin eri mieltä, 5 = täysin samaa mieltä).

#### 2.5.4 Kielteisten ja myönteisten kokemusten seuraukset

Seurauksina tutkittiin sekä koettua hyvinvointia että pahoinvointia, joita molempia tutkittiin kahdella mittarilla.

**Hyvinvointi.** Henkistä hyvinvointia mitattiin WHO-5-mittarilla (**Topp** ym., 2015), jossa on viisi väittämää, kuten *"Viimeisen kahden viikon aikana olen ollut iloinen ja hyväntuulinen"*. Kysymyksiin vastattiin asteikolla 0-5, jossa 0 = en lainkaan, 5 = kaiken aikaa. Positiivisesta mielialasta tehtiin yksi summamuuttuja, ja sen Cronbachin  $\alpha$ -kerroin oli 0.87. Urheilussa viihtymistä kysyttiin soveltaen **Scanlan** ym. (1993) kehittämää neljää kysymystä liikuntaviihtyvyydestä, kuten *"Pidän urheilusta ja harjoituksissa olemisesta"*. Viihtymisestä muodostettiin yksi summamuuttuja, jonka Cronbachin  $\alpha$ -kerroin oli 0.95. Väitteisiin vastattiin asteikolla 1-5 (1 = täysin eri mieltä, 5 = täysin samaa mieltä).

**Pahoinvointi.** Pahoinvointia tutkittiin kysymällä osallistujien kokemusta stressistä (**Elo** ym., 2003), jota tässä tutkimuksessa kysyttiin liittyen urheiluun. Kysymykseen *"Stressillä tarkoitetaan tilannetta, jossa ihminen tuntee itsensä jännittyneeksi, levottomaksi, hermostuneeksi tai ahdistuneeksi taikka hänen on vaikea nukkua asioiden vaivassa jatkuvasti mieltä. Tunnetko sinä nykyisin tällaista stressiä urheiluun liittyen?"* vastattiin asteikolla 1-5 (1 = en lainkaan, 5 = erittäin paljon). Tämän lisäksi ahdistus- ja masennusoireita mitattiin PHQ4-mittarilla (**Kroenke** ym., 2009), jossa kysymykseen, *"Kuinka usein seuraavat ongelmat ovat vaivanneet sinua kahden edeltäneen viikon aikana"* esitettiin neljä oiretta (esim. hermostuneisuuden, ahdistuneisuuden tai kireyden tunne). Väittämiin vastattiin asteikolla 1-5 (1 = ei lainkaan, 5 = lähes joka päivä). Väittämistä muodostettiin yksi summamuuttuja, jonka Cronbachin  $\alpha$ -kerroin oli 0.86.

#### 2.5.5 Avoimet kysymykset

Lopuksi vastaajilla oli mahdollisuus kirjoittaa avoimiin kysymyksiin omia ajatuksiaan ja ideoitaan siitä, mitkä olisivat tärkeimpiä toimenpiteitä ja/tai muutoksia urheilussa, jotta urheilijan oikeus turvalliseen urheiluympäristöön toteutuisi. Tämän lisäksi heiltä kysyttiin, miten urheilun myönteisiä ja hyviä toimintamalleja voitaisiin edistää ja vahvistaa sekä, miten asiatonta ja epäasiallista kohtelua voitaisiin ehkäistä tai estää urheilussa.

#### 2.5.6 Yhteenveto keskeisistä summamuuttujista

Taulukossa 3 esitetään tutkimuksessa käytettyjen summamuuttujien keskiarvot ja keskihajonnat sekä vastaajien määrät.



**Taulukko 3. Summamuuttujien keskiarvot, keskihajonnat ja vastaajien määrät.**

Muuttuja	n	ka	kh
Valmentajan toiminta	1825	3.98	1.01
Ryhmän toiminta	1924	4.30	0.857
Ryhmän puuttuminen	1930	3.78	1.06
Prososiaalinen toiminta	1955	4.47	0.777
Viihtyminen	2004	4.41	0.789
<b>Itsemäärääminen</b>			
Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	1963	3.98	0.577
Autonomia	1960	3.71	0.471
Pätevyys	1980	3.79	0.748
Tehtäväsuuntautunut motivaatio	1970	4.55	0.547
Minäsuuntautunut motivaatio	1976	2.96	0.986
Hyvinvointi	2006	4.37	0.842
Pahoinvointi	2001	1.81	0.731
<b>Perma</b>			
Tavoitteellisuus	1877	7.43	1.27
Sitoutuneisuus	1868	7.33	1.37
Positiiviset tunteet	1923	7.50	1.57
Merkityksellisyys	1909	7.43	1.85
Ihmissuhteet	1917	7.58	1.82
Negatiiviset tunteet	1928	2.93	1.96
Terveys	1940	7.41	1.88
Kokonaisuus	1680	7.49	1.29

## 2.6 Tilastolliset menetelmät

Kuvailevista tuloksista (tutkimuskysymykset 1–3) raportoidaan kielteisistä kokemuksista frekvenssit ja prosentit ja myönteisistä kokemuksista keskiarvot ja -hajonnat sekä mediaanit. Muuttujien välisistä yhteyttä tutkivista tuloksista (tutkimuskysymykset 4–5) raportoidaan keskeiset tulokset. Koettujen myönteisten ja kielteisten eli asiallisten ja epäasiallisten kokemusten yhteyttä taustatekijöihin ja urheilulosuhteisiin sekä hyvinvointiin tutkittiin regressioanalyysin avulla. Jos selitettävä muuttuja oli kaksiluokkainen, käytettiin logistista regressioanalyysia ja jos selitettävä muuttuja oli jatkuva, käytettiin lineaarista regressioanalyysia. Logistisessa regressioanalyysissa on tilastollisesti merkitseviin tuloksiin merkitty myös niin kutsuttu ristisuhte/vetosuhde (odds ratio) 95 prosentin luottamusvälillä (ala- ja yläraja) kuvaamaan suhteellista osuutta ja todennäköisyyden suuruutta (Szumilas, 2010). Kussakin edellä mainitussa regressioanalyysissa yhteydet tutkittiin muiden selittäjien ollessa vakioituja. Analyysit toteutettiin Jamove-ohjelmalla.

## 2.7 Eettiset kysymykset

Tutkimuksesta pyydettiin eettinen arviointi Jyväskylän yliopiston ihmistieteiden eettiseltä toimikunnalta. Tutkimusprojekti toteutettiin hyvän tieteellisen käytännön ohjeiden mukaisesti. Osallistuminen tutkimukseen oli vapaaehtoista, ja osallistujille ilmoitettiin, että heillä oli oikeus vetäytyä tutkimuksesta, milloin tahansa ja mistä tahansa syystä ilman seuraamuksia. Osallistujilta pyydettiin antamaan myös kirjallinen sähköinen suostumus ennen varsinaiseen kyselyyn vastaamisen aloittamista, jota edelsi tutkimuksen tietosuojailmoitus. Tutkimukseen osallistujat olivat 16-vuotiaita tai tätä vanhempia, joten vanhempien suostumusta tutkimukseen osallistumisesta ei tarvittu. Ennen kyselyä osallistujien luettavana oli tutkimuksen saatekirje (liite 3), joka sisälsi luvussa 2.2 esitetysti muun muassa tutkimuksen tarkoitusta ja tavoitetta kuvaavan tiedoteosuuden. Kyselyyn pystyi vastaamaan suomen, englannin ja ruotsin kielellä. Kerätyt tiedot tallennettiin SUEKin suojatulle palvelimelle.



Urheilijan näkemys tutkimuksessa

*”Öppen kommunikation och tänk vad är bäst för grenen, lika möjligheter för kvinnor & män självklart”*

## 3 KUVAILEVAT TULOKSET

Kuvailevat tulokset vastaavat tutkimuskysymyksiin 1–3. Tässä osiossa tarkastellaan, minkälaisia kielteisiä kokemuksia eli epäasiallista ja vastuutonta kohtelua (seksuaalinen ja/tai sukupuoleen liittyvää häirintää, kiusaaminen, muu epäasiallinen toiminta, epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös, fyysinen väkivalta ja/tai vastuuton toiminta) ja myönteisiä kokemuksia eli asiallista ja vastuullista kohtelua (kukoistus eli myönteiset tunteet ja ihmissuhteet sekä merkityksellisyyden tunteet, sitoutuminen ja tavoitteellisuus eli päämäärien saavuttaminen, tehtäväsuauntautunut (vs. minäsuuntautunut) motivaatioilmasto sekä prososiaalinen toiminta) urheilijat olivat kohdanneet. Lisäksi tarkastellaan, miten yleisiä nämä kokemukset ja havainnot olivat.

Kuvailevissa tuloksissa käydään läpi myös, ketkä olivat mainittuja tekijöitä epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun erinäisten muotojen kohdalla, kenelle asiasta kerrottiin, jos kerrottiin ja miten asian selvittelyn kanssa toimittiin. Lopuksi tarkastellaan, kuinka moni jätti kertomatta ja mitkä olivat yleisimmät syyt siihen.

### 3.1 Kielteisten kokemusten yleisyys

Taulukosta 4 nähdään, miten yleisiä epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun erilaiset kokemukset urheilijoilla olivat viimeisen kolmen vuoden aikana. Eniten urheilijat olivat kokeneet niin kutsuttua muuta epäasiallista toimintaa (yhteensä 38,8 % eli 518 vastaajaa, n = 1 336). Muun epäasiallisen kohtelun yksittäisistä osa-alueista eniten oli koettu pilkkaavaa nauramista ja oman toiminnan epäoikeudenmukaista kritisointia, joita oli kokenut reilu viidennes vastaajista. Toiseksi eniten oli koettu epätasa-arvoista ja syrjivää käytöstä (14,1 %) ja kolmanneksi eniten kiusaamista (13,9 %). Neljänneksi eniten oli koettu vastuutonta toimintaa (12,9 %) ja viidenneksi eniten sukupuoleen liittyvää häirintää (12,5 %). Seksuaalista häirintää oli kokenut vastaajista 5,2 prosenttia ja vähiten eli 2,0 prosenttia oli koettu fyysistä väkivaltaa. Naiset olivat kokeneet miehiä enemmän kaikkea muuta epäasiallista ja vastuutonta kohtelua paitsi muun epäasiallisen toiminnan osa-alueita: ”itselle on naurettu”, jossa kokemus oli lähes yhtä yleinen naisilla ja miehillä. Kun vastauksista poimittiin kaikki ”ei ole kokenut” vastaukset, voitiin todeta, että vastaajista 33,9 prosenttia ei ollut kokenut mitään yllä mainituista epäasiallisen kohtelun muodoista.

Kun tarkastellaan epäasiallisen toiminnan havaitsemista, voidaan todeta, että eniten oli havaittu muuta epäasiallista toimintaa (17,2 %). Kiusaamista oli havaittu toiseksi eniten (16,6 %) ja siis enemmän kuin sitä oli koettu (13,9 %). Kolmanneksi eniten oli havaittu vastuutonta toimintaa (15,6 %) ja neljänneksi havaintoja oli epätasa-arvoisesta ja syrjivästä käytöksestä (12,2 %). Viidenneksi oli havaittu sukupuoleen perustuvaa häirintää (6,0 %) ja

sitä oli siis koettu yli puolet enemmän (12,5 %). Kuudenneksi eniten oli havaittu seksuaalista häirintää (5,6 %), kun fyysistä väkivaltaa oli havainnut 1,9 prosenttia vastaajista. Naiset olivat havainneet miehiä useammin epäasiallista ja vastuutonta kohtelua kaikilla muilla alueilla paitsi, että fyysistä väkivaltaa miehet havaitsivat hieman useammin. (Taulukot 4 ja 5).

Kun kysyttiin, oliko vastaaja itse toiminut edellä mainituilla epäasiallisilla ja vastuuttomilla tavoilla, erittäin harva raportoi tätä. Vastaajan oman roolin osuus tekijänä oli yleisintä muun epäasiallisen toiminnan kohdalla (2,6 %). (Taulukko 6).

#### 3.1.1 Tekijä

Jokaisen edellä mainitun vastuuttoman ja epäasiallisen kohtelun tekijänä mainittiin useimmin toinen urheilija (43,9–92,7 %). Poikkeuksena oli vastuuton toiminta, jossa eniten mainintoja sai valmentaja/ohjaaja (49,4 %). Seksuaalisen ja sukupuoleen perustuvan häirinnän kohdalla toiseksi eniten mainintoja saivat yleisö, fanit, someseuraajat (41,4–32,7 %) ja vastuuttomassa toiminnassa toinen urheilija (46,8 %). Vastaavasti kiusaamisessa, muussa epäasiallisessa toiminnassa, fyysisessä väkivallassa sekä epätasa-arvoisessa ja syrjivässä käytöksessä tekijän rooliin asemoitiin toiseksi useimmin valmentaja/ohjaaja (7,3–42,9 %). Näin oli myös muun epäasiallisen toiminnan kategoriassa, jonka eri muotojen kohdalla valmentaja/ohjaaja oli tekijänä 32,9–58,0 prosentissa tapauksia. (Liitteet 8 ja 9.)

Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja mainittiin kolmanneksi useimmin kaikissa muissa osa-alueissa (18,7–34,0 %). Poikkeus oli seksuaalisen häirinnän ja fyysisen väkivallan kohdalla, jossa seksuaalisen häirinnän osalta valmentaja/ohjaaja (19,6 %) ja fyysisen väkivallan kohdalla toisen urheilijan lähipiiriin kuuluva henkilö eli puoliso, kaveri tai huoltaja (4,9 %) sai kolmanneksi eniten mainintoja. Muun epäasiallisen toiminnan muotojen kohdalla seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja oli häirinnän tekijänä kolmanneksi eniten tekemisen epäoikeudenmukaisessa kritisoinnissa, mielipiteiden kuuntelematta jättämisessä, perättömien tietojen kertomisessa, eristämisessä ja ulkopuolelle jättämisessä sekä puhumattomuudessa (19,4–22,9 %). Vastaavasti kolmanneksi suurin ryhmä mustamaalaamisessa, loukkaamisessa ja epäkunnioittavassa kohtelussa esimerkiksi huumorin varjolla nauramisessa sekä huutamisessa olivat yleisö, fanit ja sosiaalisen median seuraajat (17,1–23,6 %). (Liitteet 8 ja 9).

Taulukko 4. Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun eri muotoihin liittyvien kokemusten yleisyys.

Vastuuttoman ja epäasiallisen kohtelun muodot	Kokenut vastuutonta ja epäasiallista kohtelua (kpl)	% (n=2045)	Sukupuoli									
			Nainen (kpl)	% kokijoista	Mies (kpl)	% kokijoista 2	Muu (kpl)	% kokijoista 3	En halua sanoa (kpl)	% kokijoista 4	Vastauskato (kpl)	% kokijoista 5
Seksuaalinen häirintä	107	5,2 %	92	86,0 %	13	12,1 %	0	0,0 %	0	0,0 %	2	1,9 %
Sukupuoleen perustuva häirintä	256	12,5 %	238	93,0 %	12	4,7 %	3	1,2 %	2	0,8 %	1	0,4 %
Kiusaaminen	284	13,9 %	184	64,8 %	95	33,5 %	0	0,0 %	2	0,7 %	3	1,1 %
Muu epäasiallinen toiminta												
Tekemisen kritisointi epäoikeudenmukaisesti	441	21,6 %	260	59,0 %	169	38,3 %	1	0,2 %	6	1,4 %	5	1,1 %
Mielipiteitä ei ole kuunneltu	436	21,3 %	270	61,9 %	155	35,6 %	0	0,0 %	5	1,1 %	6	1,4 %
Mustamaalaaminen	241	11,8 %	147	61,0 %	90	37,3 %	0	0,0 %	2	0,8 %	2	0,8 %
Perättömien tietojen kertominen	280	13,7 %	179	63,9 %	95	33,9 %	1	0,4 %	2	0,7 %	3	1,1 %
Eristäminen ja ulkopuolelle jättäminen	228	11,1 %	160	70,2 %	64	28,1 %	0	0,0 %	2	0,9 %	2	0,9 %
Puhumattomuus	252	12,3 %	166	65,9 %	79	31,3 %	0	0,0 %	4	1,6 %	3	1,2 %
Loukkaaminen ja epäkunnioittava kohtelu esim. huumorin varjolla	387	18,9 %	244	63,0 %	133	34,4 %	3	0,8 %	4	1,0 %	3	0,8 %
Nauraminen	447	21,9 %	215	48,1 %	224	50,1 %	0	0,0 %	2	0,4 %	6	1,3 %
Huutaminen	364	17,8 %	198	54,4 %	161	44,2 %	1	0,3 %	1	0,3 %	3	0,8 %
Fyysinen väkivalta	41	2,0 %	19	46,3 %	22	53,7 %	0	0,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %
Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös	289	14,1 %	207	71,6 %	76	26,3 %	0	0,0 %	3	1,0 %	3	1,0 %
Vastuuton toiminta	263	12,9 %	179	68,1 %	78	29,7 %	0	0,0 %	4	1,5 %	2	0,8 %

Taulukko 5. Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun eri muotoihin liittyvien havaintojen yleisyys.

Vastuuttoman ja epäasiallisen kohtelun muodot	Havainnut vastuutonta ja epäasiallista kohtelua (kpl)	% (n=2045)	Sukupuoli									
			Nainen (kpl)	% havait-sijoista	Mies (kpl)	% havait-sijoista 2	Muu (kpl)	% havait-sijoista 2	En halua sanoa (kpl)	% havait-sijoista 4	Vastauskato (kpl)	% havait-sijoista 5
Seksuaalinen häirintä	115	5,6 %	77	67,0 %	35	30,4 %	0	0,0 %	1	0,9 %	2	1,7 %
Sukupuoleen perustuva häirintä	122	6,0 %	76	62,3 %	42	34,4 %	0	0,0 %	2	1,6 %	2	1,6 %
Kiusaaminen	339	16,6 %	221	65,2 %	110	32,4 %	2	0,6 %	2	0,6 %	4	1,2 %
Muu epäasiallinen toiminta	352	17,2 %	232	65,9 %	109	31,0 %	2	0,6 %	5	1,4 %	4	1,1 %
Fyysinen väkivalta	38	1,9 %	18	47,4 %	19	50,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %	1	2,6 %
Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös	250	12,2 %	174	69,6 %	66	26,4 %	2	0,8 %	4	1,6 %	4	1,6 %
Vastuuton toiminta	318	15,6 %	211	66,4 %	99	31,1 %	2	0,6 %	4	1,3 %	2	0,6 %

**Taulukko 6. Vastaaja tekijänä vastuuttoman ja epäasiallisen kohtelun eri muotojen mukaan tarkasteltuna.**

Vastuuttoman ja epäasiallisen kohtelun muoto	Vastaaja tekijänä (kpl)	Vastaaja tekijänä % (n=2045)
Seksuaalinen häirintä	4	0,2 %
Sukupuoleen perustuva häirintä	1	0,05 %
Kiusaaminen	14	0,7 %
Muu epäasiallinen toiminta	53	2,6 %
Fyysinen väkivalta	10	0,5 %
Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös	6	0,3 %
Vastuuton toiminta	6	0,3 %

Toinen urheilija mainittiin useimmin tekijänä, kun kysyttiin, oliko vastaaja havainnut mitään tutkituista epäasiallisen kohtelun muodoista eli seksuaalista häirintää, sukupuoleen perustuvaa häirintää, kiusaamista, muuta epäasiallista toimintaa, fyysistä väkivaltaa, epätasa-arvoista ja syrjivää käytöstä sekä vastuutonta toimintaa (48,4–84,2%). Toiseksi eniten kaikissa edellä nimetyissä kategorioissa mainintoja sai valmentaja/ohjaaja (23,7–48,4%). Kolmanneksi eniten mainintoja keräsivät yleisö, fanit, sosiaalisen median seuraajat seksuaalista (21,7 %)

ja sukupuoleen perustuvaa (26,2 %) häirintää sekä kiusaamista (9,7 %) koskevissa havainnoissa. Vastaavasti fyysisessä väkivallassa ja muussa epäasiallisessa toiminnassa toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja (7,9–17,3 %) sekä vastuuttomassa toiminnassa ja epätasa-arvoisessa ja syrjivässä käytöksessä seuran, lajiliiton tai muun urheiluluogaation edustaja (21,1–21,6 %) asemoitiin havaitun kohtelun tekijöiksi. (Taulukko 7).

**Taulukko 7. Tekijä vastuuttoman ja epäasiallisen kohtelun eri muotojen havainnoissa.**

\*= vastaaja on voinut valita kysymyksen kohdalla useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.

Tekijä vastuuttoman ja epäasiallisen kohtelun eri muotojen havainnoissa*	Seksuaalinen häirintä (kpl)	Seksuaalinen häirintä % (n=115)	Sukupuoleen perustuva häirintä (kpl)	Sukupuoleen perustuva häirintä % (n=122)	Kiusaaminen (kpl)	Kiusaaminen % (n=339)	Muu epäasiallinen toiminta (kpl)	Muu epäasiallinen toiminta % (n=352)	Fyysinen väkivalta (kpl)	Fyysinen väkivalta % (n=38)	Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös (kpl)	Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös % (n=250)	Vastuuton toiminta (kpl)	Vastuuton toiminta % (n=318)
Toinen urheilija	60	52,2 %	59	48,4 %	274	80,8 %	238	67,6 %	32	84,2 %	133	53,2 %	178	56,0 %
Toisen urheilijan lähipiiriin kuuluva henkilö (huoltaja, puoliso, kaveri tmv.)	13	11,3 %	17	13,9 %	30	8,8 %	34	9,7 %	2	5,3 %	25	10,0 %	25	7,9 %
Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja	23	20,0 %	19	15,6 %	32	9,4 %	61	17,3 %	3	7,9 %	29	11,6 %	39	12,3 %
Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista	5	4,3 %	9	7,4 %	14	4,1 %	21	6,0 %	2	5,3 %	10	4,0 %	14	4,4 %
Valmentaja/ohjaaja	34	29,6 %	33	27,0 %	81	23,9 %	154	43,8 %	9	23,7 %	121	48,4 %	147	46,2 %
Vanhemmat/toinen vanhemmista	2	1,7 %	2	1,6 %	4	1,2 %	8	2,3 %	1	2,6 %	4	1,6 %	4	1,3 %
Huoltaja/muu tukitiimin jäsen	11	9,6 %	8	6,6 %	13	3,8 %	20	5,7 %	1	2,6 %	6	2,4 %	11	3,5 %
Tuomari	2	1,7 %	2	1,6 %	8	2,4 %	6	1,7 %	1	2,6 %	7	2,8 %	9	2,8 %
Seuran, lajiliiton tai muun urheiluluogaation edustaja	15	13,0 %	25	20,5 %	32	9,4 %	51	14,5 %	2	5,3 %	54	21,6 %	67	21,1 %
Yhteistyökumppanin tai median edustaja	3	2,6 %	3	2,5 %	5	1,5 %	4	1,1 %	2	5,3 %	8	3,2 %	4	1,3 %
Yleisö, fanit, someseuraajat tmv.	25	21,7 %	32	26,2 %	33	9,7 %	41	11,6 %	2	5,3 %	21	8,4 %	17	5,3 %
Joku muu (avovastaus)	4	3,5 %	3	2,5 %	4	1,2 %	4	1,1 %	2	5,3 %	6	2,4 %	9	2,8 %

### 3.1.2 Kielteisten kokemusten jälkeinen toiminta

Tutkimuksessa oltiin kiinnostuneita, kertoiko urheilija kokemastaan epäasiallisesta ja vastuuttomasta kohtelusta kenellekään. Vaihtelua oli melko paljon eri osaluokissa siitä, kerrottiinko mainitusta kohtelusta eteenpäin. Fyysisistä väkivaltaa kohdanneista 65,9 prosenttia ja vastuutonta toimintaa kohdanneista 53,2 prosenttia oli kertonut siitä eteenpäin, kun taas sukupuoleen perustuvaa häirintää kokeneista vain 25,4 prosenttia oli kertonut asiasta jollekin. Muun epäasiallisen toiminnan kohdalla eniten oli kerrottu mustamaalaamiseen liittyvistä kokemuksista (46,1 %). Seksuaalisen ja sukupuoleen perustuvan häirinnän, kiusaamisen, epätasa-arvoisen ja syrjivän käytöksen sekä vastuuttoman toiminnan osalta enemmistö kertoi joukkue- tai ryhmätoverille (48,1–60,0 %). Koetusta fyysisestä väkivallasta kerrottiin ensisijaisesti valmentajalle (70,4 %). Muut mainitut merkittävät tahot olivat omat vanhemmat ja muu ystävä, joista molemmat asettuivat korkeimmille sijoille kertomisen kohteina niin ikään muun epäasiallisen toiminnan kokemuksissa, kuten mielipiteiden kuuntelemattomuudessa sekä eristämässä ja ulkopuolelle jättämisessä. (Liitteet 8 ja 9).

Suurin osa niistä, jotka olivat kokeneet seksuaalista ja sukupuoleen perustuvaa häirintää, kiusaamista, fyysisistä väkivaltaa, epätasa-arvoista ja syrjivää käytöstä sekä vastuutonta toimintaa, vastasivat, ettei tilannetta ollut selvitetty (51,2–71,0 %). Näin oli myös muun epäasiallisen toiminnan muotojen kohdalla (49,0–61,8 %). (Liitteet 8 ja 9).

Kysyttäessä, miksi asiaa ei ollut selvitetty, seksuaalista ja sukupuoleen perustuvaa häirintää kohdanneiden urheilijoiden vastauksissa nousi ensisijaisesti esille kokemus kohtelun pienimuotoisuudesta tai ohimenevyydestä (34,0–44,9 %). Kiusaamisessa korostui pyrkimys olla välittämättä (28,5 %), kun taas fyysisessä väkivallassa tuotiin välittämättä pyrkimisen ohella (22,0 %) esille myös ajatus siitä, että ryhmässä epäasiallista kohtelua täytyy ”kestää” (22,0 %). Epätasa-arvoisessa ja syrjivässä käytöksessä sekä vastuuttomassa toiminnassa jaettiin yleisimmin kokemus tai ajatus siitä, ettei tilanne ole muuttunut tai muutu kuitenkaan (23,6–24,9 %). Muun epäasiallisen kohtelun kaikissa muodoissa syyksi nousi pyrkimys olla välittämättä (24,4–29,4 %). (Taulukot 8 ja 9).

Niiden kohdalla, jotka vastasivat, että tilanne oli selvitetty, kysyttiin myös, olivatko he itse mukana käsittelyprosessissa. Vastaajista yli puolet oli mukana käsittelyssä, kun se koski muita muun epäasiallisen toiminnan muotoja (52,4–70,1 %) kuin eristämistä ja ulkopuolelle jättämistä (31,8 %), fyysisistä väkivaltaa (60,0 %), seksuaalista häirintää (57,1 %), kiusaamista (53,2 %) sekä epätasa-arvoista ja syrjivää käytöstä (50,0 %). Sen sijaan vastuutonta toimintaa (44,2 %) ja sukupuolista häirintää (27,3 %) koske-

vissa selvittelyissä oli mukana alle puolet vastaajista. (Liitteet 8 ja 9).

Kysyttäessä, loppuiko koettu epäasiallinen ja vastuuton kohtelu, vastattiin, että harvemmin se loppui kokonaan. Noin 40 prosenttia vastasi, että fyysinen väkivalta ja seksuaalinen häirintä oli loppunut kokonaan, kun taas reilu kolmannes vastasi, että epätasa-arvoisen ja syrjivän käytöksen sekä vastuuton toiminta ei ollut loppunut. Kaiken kaikkiaan vajaasta 25 prosentista aina reiluun 36 prosenttiin vastasi, että kohtelu oli loppunut osittain seksuaalisen ja sukupuoleen perustuvan häirinnän, kiusaamisen, fyysisen väkivallan, epätasa-arvoisen ja syrjivän käytöksen sekä vastuuttoman toiminnan kategorioissa. Muuhun epäasialliseen toimintaan lukeutuvan toiminnan osalta kielteinen kohtelu oli loppunut kokonaan noin viidenneksessä tapauksia. (Liitteet 8 ja 9).

**Taulukko 8. Syyt epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun selvittämättömyydelle seksuaalisen ja sukupuoleen perustuvan häirinnän, kiusaamisen, fyysisen väkivallan, epätasa-arvoisen ja syrjivän käytöksen sekä vastuuttoman toiminnan mukaan luokiteltuna.**

\*= vastaaja on voinut valita kysymyksen kohdalla useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.

Tilanteen selvittämättömyyden syyt*	Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun muoto											
	Seksu-aalinen häirintä (kpl)	Seksuaalinen häirintä % (n=107)	Sukupuoleen perustuva häirintä (kpl)	Sukupuoleen perustuva häirintä % (n=256)	Kiusaaminen (kpl)	Kiusaaminen % (n=284)	Fyysinen väkivalta (kpl)	Fyysinen väkivalta % (n=41)	Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös (kpl)	Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös % (n=289)	Vastuuton toiminta (kpl)	Vastuuton toiminta % (n=263)
Ryhmässäni epäasiallista kohtelua täytyy "kestää"	21	19,6 %	49	19,1 %	41	14,4 %	9	22,0 %	56	19,4 %	34	12,9 %
En uskalla, koska pelkään, että tilanne vain pahenee	9	8,4 %	16	6,3 %	43	15,1 %	5	12,2 %	32	11,1 %	30	11,4 %
Ryhmässäni ei ole tapana ottaa puheeksi tällaista	21	19,6 %	43	16,8 %	45	15,8 %	5	12,2 %	45	15,6 %	29	11,0 %
En tiedä, miten pitäisi toimia tai kehen ottaa yhteyttä	8	7,5 %	19	7,4 %	24	8,5 %	3	7,3 %	32	11,1 %	20	7,6 %
Pelkään kielteisiä seurauksia itselleni tai urheilu-urani jatkuvuudelle tulevaisuudessa	15	14,0 %	26	10,2 %	52	18,3 %	6	14,6 %	58	20,1 %	45	17,1 %
Koen tai ajattelen, ettei tilanne ole muuttunut tai muutu kuitenkaan	18	16,8 %	67	26,2 %	65	22,9 %	7	17,1 %	72	24,9 %	62	23,6 %
Koen kohtelun olevan pienimuotoista tai ohimenevää	48	44,9 %	87	34,0 %	52	18,3 %	5	12,2 %	35	12,1 %	31	11,8 %
En usko oman tulkinnan oikeellisuuteen	5	4,7 %	18	7,0 %	32	11,3 %	2	4,9 %	31	10,7 %	19	7,2 %
Pyrin olemaan välittämättä	39	36,4 %	83	32,4 %	81	28,5 %	9	22,0 %	68	23,5 %	49	18,6 %
En halua sanoa	2	1,9 %	2	0,8 %	7	2,5 %	2	4,9 %	5	1,7 %	7	2,7 %

**Taulukko 9. Syyt epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun selvittämättömyydelle muun epäasiallisen toiminnan muotojen mukaan luokiteltuna.**

\*= vastaaja on voinut valita kysymyksen kohdalla useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.

Tilanteen selvittämättömyyden syyt*	Muun epäasiallisen toiminnan muoto								
	Tekemisen kritisointi epäoikeudenmukaisesti (kpl)	Tekemisen kritisointi epäoikeudenmukaisesti % (n=441)	Mielipiteitä ei ole kuunneltu (kpl)	Mielipiteitä ei ole kuunneltu % (n=436)	Mustamaalaaminen (kpl)	Mustamaalaaminen % (n=241)	Perättömiin tietojen kertominen (kpl)	Perättömiin tietojen kertominen % (n=280)	Eristäminen ja ulkopuolelle jättäminen (kpl)
Ryhmässäni epäasiallista kohtelua täytyy "kestää"	78	17,7 %	73	16,7 %	51	21,2 %	46	16,4 %	44
En uskalla, koska pelkään, että tilanne vain pahenee	44	10,0 %	39	8,9 %	26	10,8 %	31	11,1 %	33
Ryhmässäni ei ole tapana ottaa puheeksi tällaista	77	17,5 %	81	18,6 %	46	19,1 %	48	17,1 %	54
En tiedä, miten pitäisi toimia tai kehen ottaa yhteyttä	32	7,3 %	36	8,3 %	20	8,3 %	20	7,1 %	28
Pelkään kielteisiä seurauksia itselle tai urheilu-uran jatkuvuudelle tulevaisuudessa	69	15,6 %	62	14,2 %	47	19,5 %	39	13,9 %	45
Koen tai ajattelen, ettei tilanne ole muuttunut tai muutu kuitenkaan	86	19,5 %	86	19,7 %	55	22,8 %	58	20,7 %	51
Koen kohtelun olevan pienimuotoista tai ohimenevää	84	19,0 %	92	21,1 %	40	16,6 %	52	18,6 %	45
En usko oman tulkinnan oikeellisuuteen	43	9,8 %	45	10,3 %	25	10,4 %	32	11,4 %	33
Pyrin olemaan välittämättä	121	27,4 %	117	26,8 %	70	29,0 %	72	25,7 %	67
En halua sanoa	6	1,4 %	7	1,6 %	3	1,2 %	5	1,8 %	7

### 3.2 Myönteisten kokemusten yleisyys

Taulukosta 3 nähdään koettujen myönteisten kokemusten summamuuttujien keskiarvot, keskihajonnat ja vastaajien määrät. Tässä tutkimuksessa myönteisiä kokemuksia kuvaa siis PERMAN osa-alueiden ja yhteisarvon eli kukoistuksen, prososiaalisen toiminnan ja tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston korkeat keskiarvot. Kuten nähdään, myönteisissä kokemuksissa korostui PERMAN osa-alueista (asteikolla 0-10) eniten ihmissuhteet (ka=7,6) ja positiiviset tunteet (ka=7,5), toisekseen tavoitteellisuus eli saavuttaminen ja merkityksellisyys (ka=7,4) ja vähiten sitoutuneisuus (ka=7,3). PERMAN kaikkien osa-alueiden yhteisarvo eli kukoistuksen keskiarvo oli 7,5.

Tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston keskiarvo oli myös korkea (ka=4,6) ja vastaukset painoutuivat selkeästi korkeampiin arvoihin arviointiasteikolla 1-5. Sen sijaan minäsuuntautuneen motivaatioilmaston keskiarvo oli kolme (2,96) ja sen vastauksissa oli selkeästi jakaumaeroa. Toisin sanoen osa koki, että harjoituksissa on tär-

keää näyttää olevansa muita parempi ja onnistua muita paremmin.

Prososiaalisen toiminnan keskiarvo oli 4,5 asteikolla 1-5, mitä voidaan pitää korkeana. Toisin sanoen, urheilijat kokivat käyttäytyvänsä toisiaan kohtaan prososiaalisesti eli esimerkiksi kannustavat ja antavat myönteistä palautetta toisilleen. Liitteessä 10 on esitetty kukoistuksen, tehtäväsuuntautuneen ja minäsuuntautuneen motivaatioilmaston sekä prososiaalisen toiminnan keskiarvot, keskihajonnat ja mediaani.

Suurin osa vastaajista kertoi menevänsä mielellään harjoituksiin (86 %) ja urheilevansa todennäköisesti vielä kahden vuoden päästä 82,9 prosenttia. Lisäksi suurin osa vastaajista (83,8 %) koki, että omassa seurassa (tai urheiluyhteisössä) saa olla oma itsensä sukupuolesta, seksuaalisesta suuntautuneisuudestaan taikka taustastaan riippumatta. Tämä tukee myönteisten kokemusten olemassaoloa urheilussa.



Tilanteen selvittämättömyyden syyt*	Muun epäasiallisen toiminnan muoto								
	Eristäminen ja ulkopuolelle jättäminen % (n=228)	Puhumattomuus (kpl)	Puhumattomuus % (n=252)	Loukkaaminen ja epäkunnioittava käytös esim. huumorin varjolla (kpl)	Loukkaaminen ja epäkunnioittava käytös esim. huumorin varjolla % (n=387)	Nauraminen (kpl)	Nauraminen % (n=447)	Huutaminen (kpl)	Huutaminen % (n=364)
Ryhässäni epäasiallista kohtelua täytyy "kestää"	19,3 %	43	17,1 %	79	20,4 %	66	14,8 %	60	16,5 %
En uskalla, koska pelkään, että tilanne vain pahenee	14,5 %	33	13,1 %	43	11,1 %	32	7,2 %	29	8,0 %
Ryhässäni ei ole tapana ottaa puheeksi tällaista	23,7 %	49	19,4 %	80	20,7 %	72	16,1 %	54	14,8 %
En tiedä, miten pitäisi toimia tai kehen ottaa yhteyttä	12,3 %	28	11,1 %	31	8,0 %	23	5,1 %	25	6,9 %
Pelkään kielteisiä seurauksia itselle tai urheilu-uran jatkuvuudelle tulevaisuudessa	19,7 %	41	16,3 %	60	15,5 %	48	10,7 %	47	12,9 %
Koen tai ajattelen, ettei tilanne ole muuttunut tai muutu kuitenkaan	22,4 %	58	23,0 %	71	18,3 %	51	11,4 %	43	11,8 %
Koen kohtelun olevan pienimuotoista tai ohimenevää	19,7 %	44	17,5 %	93	24,0 %	93	20,8 %	74	20,3 %
En usko oman tulkinnan oikeellisuuteen	14,5 %	33	13,1 %	44	11,4 %	37	8,3 %	34	9,3 %
Pyrin olemaan välittämättä	29,4 %	68	27,0 %	112	28,9 %	109	24,4 %	91	25,0 %
En halua sanoa	3,1 %	6	2,4 %	6	1,6 %	6	1,3 %	6	1,6 %

### 3.3 Yhteenveto

Yhteenvetona voidaan todeta, että myönteiset kokemukset ovat varsin yleisiä urheilijoilla. Kukoistuksessa ennen kaikkea myönteiset tunteet ja ihmissuhteet korostuivat. Vaikka myönteisiä kokemuksia koetaan, myös epäasiallista ja vastuutonta kohtelua ilmeni. Eniten eli vajaa 40 prosenttia koettiin muuta epäasiallista toimintaa ja sen muodoista eniten itselle nauramista ja oman toiminnan epäoikeudenmukaista kritisoimista. Tällaista muuta epäasiallista toimintaa koki vajaa viidennes vastaajista. Vähi-ten (2,0 %) koettiin fyysisistä väkivaltaa. Tekijä oli useimmiten toinen urheilija. Vaikka yli puolet oli kertonut asiasta jollekin, yli puolet vastaajista kertoi, ettei asiaa ollut selvitetty. Suurin syy siihen, miksi asiaa ei ollut selvitetty, johtui asian välttelystä. Niiden urheilijoiden kohdalla, joilla asia oli selvitetty, noin puolet oli selvittelyssä mukana. Kolmanneksen mukaan koettu epäasiallinen ja vastuuton kohtelu loppui osittain.



Urheilijan näkemys tutkimuksessa

*”Kaikista tärkeintä olisi todella määrätietoinen tietoisuuden lisääminen. Monet valmentajat ja urheilijat eivät tiedä, mikä on epäasiallista toimintaa...ylipäättään lajien (arkista) kulttuuria on tietoisesti yritettävä parantaa”*

# 4 TAUSTATEKIJÖIDEN JA URHEILU- OLOSUHTEIDEN YHTEYS EPÄASIALLISEEN JA ASIALLISEEN KOHTELUUN

Tässä luvussa vastataan tutkimuskysymykseen 4 eli tarkastellaan, ovatko taustatekijät ja urheiluolosuhteet (ts. ikä, sukupuoli ja kuuluminen johonkin vähemmistöryhmään, ryhmän toiminta, ryhmän valmius puuttua ja valmentajan toiminta sekä myönteisiin kokemuksiin liittyen myös autonomia, sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja pätevyyden tunne) yhteydessä urheilijoiden kokemuksiin ja mikäli ovat, mitkä taustatekijät erityisesti.

## 4.1 Taustatekijöiden ja urheiluolosuhteiden yhteys kielteisiin kokemuksiin

**Seksuaalinen häirintä.** Logistisella regressioanalyysillä tutkittiin, mitkä taustatekijät (ikä, sukupuoli, kuuluminen johonkin vähemmistöryhmään) ja urheiluolosuhteet (ryhmän toiminta, ryhmän valmius puuttua ja valmentajan toiminta) olivat yhteydessä seksuaaliseen häirintään. Taulukon 10 tulokset osoittavat, että sukupuoli ja ryhmän puuttuminen olivat tilastollisesti merkitseviä selittäjiä. Toisin sanoen, miessukupuoli ja ryhmän valmius puuttua vähensi todennäköisyyttä kokea seksuaalista häirintää. Naisilla riski raportoida seksuaalista häirintää oli kuusinkertainen (OR 5.99, 95 % CI: 3.19–11.26), kun taas ryhmän puuttumisen parantuessa todennäköisyys raportoida seksuaalista häirintää oli 0,6-kertainen (OR 0.60, 95 % CI: 0.5–0.8). Kaikkiaan tutkitut taustatekijät selittivät 12,7 prosenttia seksuaalisen häirinnän kokemuksen todennäköisyydestä (taulukko 10).

**Taulukko 10. Taustatekijöiden ja urheiluolosuhteiden yhteys seksuaaliseen häirintään.**

B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.

Selittäjä	B	SE	p
Vakiotermin	-2.1577	0.6313	<.001
Ryhmän toiminta	-0.1686	0.1901	0.375
Valmentajan toiminta	0.1532	0.1502	0.308
Ryhmän valmius puuttua	-0.5056	0.1475	<.001
Vähemmistöryhmään kuuluminen	0.4414	0.2613	0.091
Ikä	-0.0180	0.0487	0.711
<b>Sukupuoli</b>			
Nainen - Mies	1.7910	0.3217	<.001
Muu - Mies	-11.8597	587.4745	0.984
En halua sanoa - Mies	-12.6101	824.8278	0.988

**Sukupuoleen perustuva häirintä.** Logistisen regressioanalyysin mukaan tutkituista tekijöistä vain sukupuoli oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä sukupuoleen liittyvään häirintään. Toisin sanoen nais- ja muu sukupuoli sekä luokka "en halua sanoa" lisäsi todennäköisyyttä kokea sukupuoleen perustuvaa häirintää. Naissukupuolella riski oli 27-kertainen (OR: 27.05, 95 % CI: 13.92–

52.57), kategoria en halua sanoa 36-kertainen (OR: 36.50, 95 % CI: 4.26–312.48) ja muu sukupuoli 94-kertainen (OR: 94.09, 95 % CI: 13.3–663.6). Kaikkiaan taustatekijät selittivät 24,9 prosenttia sukupuoleen perustuvan häirintäkokemuksen todennäköisyydestä. (Taulukko 11).

**Taulukko 11. Taustatekijöiden ja urheiluolosuhteiden yhteys sukupuoleen perustuvaan häirintään.**

B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.

Selittäjä	B	SE	p
Vakiotermin	-1.7761	0.5231	<.001
Ryhmän toiminta	-0.2888	0.1477	0.051
Valmentajan toiminta	-0.1617	0.1070	0.131
Ryhmän puuttuminen	-0.1316	0.1082	0.224
Vähemmistöryhmään kuuluminen	0.1751	0.1976	0.376
Ikä	-0.0569	0.0376	0.130
<b>Sukupuoli</b>			
Nainen - Mies	3.2976	0.3391	<.001
Muu - Mies	4.5443	0.9966	<.001
En halua sanoa - Mies	3.5972	1.0956	<.001

**Kiusaaminen.** Logistisen regressioanalyysin mukaan sukupuoli, ikä, ryhmän toiminta ja ryhmän valmius puuttua olivat tilastollisesti merkitseviä kiusaamisen selittäjiä. Toisin sanoen naissukupuoli ja nuori ikä lisäsi todennäköisyyttä kokea kiusaamista. Naissukupuolella riski oli kaksinkertainen (OR: 2.18, 95 % CI: 1.56–3.05) ja iältään nuoremmilla 0,9-kertainen (OR: 0.92, 95 % CI: 0.86–0.98). Lisäksi ryhmän valmius puuttua (OR: 0.75, 95 % CI: 0.62–0.91) ja ryhmän koettu hyvä ja vastuullinen toiminta (OR: 0.85, 95 % CI: 0.58–1.23) taas oli yhteydessä alhaisempaan todennäköisyyteen kokea kiusaamista. Taustatekijät selittivät kiusaamiskokemusten todennäköisyydestä 13,3 % (Taulukko 12).

**Taulukko 12. Taustatekijöiden ja urheiluolosuhteiden yhteys kiusaamiseen.**

B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.

Selittäjä	B	SE	p
Vakiotermin	1.5986	0.3906	<.001
Ryhmän puuttuminen	-0.2888	0.0993	0.004
Ryhmän toiminta	-0.5815	0.1284	<.001
Valmentajan toiminta	0.0213	0.1023	0.835
Vähemmistöryhmään kuuluminen	-0.0687	0.1959	0.726
Ikä	-0.0836	0.0309	0.007
<b>Sukupuoli</b>			
Nainen - Mies	0.7808	0.1708	<.001
Muu - Mies	-12.3098	386.3897	0.975
En halua sanoa - Mies	0.7127	0.9348	0.446

Muu epäasiallinen toiminta. Logistisen regressioanalyysin avulla katsottiin "muu epäasiallinen toiminta" niin, että siitä muodostettiin dummy-muuttuja (on kokenut tai ei ole kokenut). Regressioanalyysin mukaan ikä, ryhmän toiminta ja valmius puuttua oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä muuhun epäasialliseen toimintaan. Toisin sanoen, mitä nuorempi urheilija, sen suurempi riski epäasialliselle toiminnalle (OR: 0.87, 95 % CI: 0.23–0.91) ja toisaalta ryhmän valmius puuttua (OR: 0.74, 95 % CI: 0.62–0.89) ja koettu vastuullinen toiminta (OR: 0.71, 95 % CI: 0.55–0.92) taas vähensi todennäköisyyttä kokea muuta epäasiallista toimintaa. Taustatekijät selittivät muun epäasiallisen toiminnan vaihtelusta 10,6 prosenttia. (Taulukko 13).

**Taulukko 13. Taustatekijöiden ja urheilulosuhteiden yhteys muuhun epäasialliseen toimintaan.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	P
Vakiotermi	3.649	0.4460	<.001
Ryhmän toiminta	-0.343	0.1313	0.009
Valmentajan toiminta	-0.171	0.1032	0.098
Ryhmän valmius puuttua	-0.300	0.0949	0.002
Vähemmistöryhmään kuuluminen	-0.218	0.1888	0.247
Ikä	-0.145	0.0255	<.001
<b>Sukupuoli</b>			
Nainen - Mies	0.194	0.1419	0.171
Muu - Mies	0.600	1.0482	0.567
En halua sanoa - Mies	11.320	324.7438	0.972

Fyysinen väkivalta. Logistisen regressioanalyysin mukaan tutkituilla tekijöillä oli vain heikosti selitysarvoa fyysiselle väkivallalle. Melkein merkitseväksi nousi kuitenkin ikä, sukupuoli ja valmentajan sekä ryhmän toiminta. Toisin sanoen nuorempi ikä, miessukupuoli sekä valmentajan vastuullinen toiminta lisäsi todennäköisyyttä raportoida fyysistä väkivaltaa ja toisaalta ryhmän vastuullinen toiminta vähensi todennäköisyyttä raportoida fyysistä väkivaltaa. Miessukupuolella riski raportoida väkivaltaa oli kaksinkertainen (OR: 2.02, 95 % CI: 1.02–3.99), iältään nuoremmilla 1,2-kertainen (OR: 1.19, 95 % CI: 1.04–1.36) ja valmentajan toiminta vaikutti raportointiin 0,6-kertaisesti (OR: 0.64, 95 % CI: 0.42–0.98). Sen sijaan ryhmän vastuullinen toiminta vähensi riskiä raportoida fyysistä väkivaltaa lähes kaksinkertaisesti (OR: 1.85, 95 % CI: 1.12–3.10). Muuttajat selittivät 9 prosenttia fyysisen väkivallan kokemuksen todennäköisyydestä. (Taulukko 14).

**Taulukko 14. Taustatekijöiden ja urheilulosuhteiden yhteys fyysiseen väkivaltaan.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	P
Vakiotermi	-0.328	0.7280	0.653
Ryhmän valmius puuttua	-0.438	0.2257	0.052
Ryhmän toiminta	-0.617	0.2621	0.019
Valmentajan toiminta	0.450	0.2188	0.040
Vähemmistöryhmään kuuluminen	0.363	0.3966	0.360
Ikä	-0.172	0.0694	0.013
<b>Sukupuoli</b>			
Nainen - Mies	-0.703	0.3470	0.043
Muu - Mies	-13.551	953.4439	0.989
En halua sanoa - Mies	-14.141	944.9305	0.988

Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös. Logistisen regressioanalyysin mukaan sukupuoli ja ryhmän sekä valmentajan toiminta oli tilastollisesti merkitseviä selittäjiä. Toisin sanoen naisukupuoli lisäsi todennäköisyyttä kokea syrjintää kolminkertaisesti (OR 3.31, 95 % CI: 2.34–4.69). Melkein merkitsevä positiivinen yhteys oli myös sukupuoleen liittyen vastauksella "en halua sanoa". Tässä kategoriassa riski raportoida epätasa-arvoista ja syrjivää käytöstä kasvoi lähes kahdeksankertaiseksi (OR 7.87, 95 % CI: 1.15–53.80). Ryhmän vastuullinen toiminta vähensi todennäköisyyttä kokea syrjintää (OR 0.57, 95 % CI: 0.44–0.73) ja sama yhteys, vaikkei tilastollisesti niin vahva, oli myös valmentajan vastuullisella toiminnalla (OR 0.82, 95 % CI: 0.68–0.99). Tekijät selittivät 13,7 prosenttia epätasa-arvoisen ja syrjivän käytöksen vaihtelusta. (Taulukko 15).

**Taulukko 15. Taustatekijöiden ja urheilulosuhteiden yhteys epätasa-arvoiseen ja syrjivään käytökseen.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	P
Vakiotermi	0.8667	0.3828	0.024
Ryhmän puuttuminen	-0.0113	0.1000	0.910
Ryhmän toiminta	-0.5643	0.1274	<.001
Valmentajan toiminta	-0.2006	0.0979	0.040
Vähemmistöryhmään kuuluminen	0.1905	0.1848	0.302
Ikä	-0.0390	0.0301	0.196
<b>Sukupuoli</b>			
Nainen - Mies	1.1976	0.1773	<.001
Muu - Mies	-12.2488	390.9814	0.975
En halua sanoa - Mies	2.0635	0.9806	0.035

Vastuuton toiminta. Logistisen regressioanalyysin mukaan sukupuolella oli tilastollisesti merkitsevä yhteys vastuuttoman toiminnan kokemiseen. Toisin sanoen naisukupuoli lisäsi 2,5-kertaisesti todennäköisyyttä raportoida vastuuttonta toimintaa (OR: 2.53, 95 % CI: 1.81–3.55). Myös ikä, eli nuoruus (OR: 0.92, 95 % CI: 0.86–0.98), oli yhteydessä riskiin raportoida vastuuttonta toimintaa, joskaan yhteys ei ollut niin vahva kuin sukupuolella. Ryhmän valmius puuttua (OR: 0.75, 95 % CI: 0.61–0.91) ja ryhmän vastuullinen toiminta (OR: 0.77, 95 % CI: 0.60–0.99) vähensivät todennäköisyyttä kokea vastuuttonta toimintaa. Tutkitut tekijät selittivät 12,4 prosenttia vastuuttoman toiminnan vaihtelusta. (Taulukko 16).

**Taulukko 16. Taustatekijöiden ja urheilulosuhteiden yhteys vastuuttomaan toimintaan.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	P
Vakiotermi	1.01546	0.3917	0.010
Ryhmän valmius puuttua	-0.29135	0.1005	0.004
Ryhmän toiminta	-0.26572	0.1290	0.039
Valmentajan toiminta	-0.18748	0.0997	0.060
Vähemmistöryhmään kuuluminen	0.00459	0.1980	0.981
Ikä	-0.08691	0.0312	0.005
<b>Sukupuoli</b>			
Nainen - Mies	0.92888	0.1725	<.001
Muu - Mies	-12.36496	355.2543	0.972
En halua sanoa - Mies	1.66625	0.8834	0.059

#### 4.1.1 Yhteenveto

Yhteenvetona voidaan todeta, että sukupuoli vaikutti kaikkiin epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun muotoihin, paitsi ”muuhun epäasialliseen toimintaan”. Naiset olivat riskiryhmässä, paitsi fyysisessä väkivallassa, jossa miessukupuoli oli tilastollisesti merkitsevämpi riskitekijä. Myös taulukosta 4 esitetyistä frekvenssiluvuista ja prosenttiosuuksista näkyy, että naiset kokivat yleisesti ottaen enemmän epäasiallista toimintaa kuin miehet. Sukupuoleen perustuvassa häirinnässä korostui naissukupuolen lisäksi muu sukupuoli ja kategoria en halua sanoa. Yhtä lailla nuori ikä lisäsi riskiä kokea kiusaamista, muuta epäasiallista toimintaa, fyysistä väkivaltaa ja vastuutonta toimintaa. Valmentajan toiminta korostui fyysisen väkivallan sekä epätasa-arvoisen ja syrjivän käytöksen kohdalla. Toisin sanoen valmentajan vastuullinen toiminta

lisäsi fyysisestä väkivallasta raportointia ja vähensi riskiä kokea syrjintää. Sen sijaan ryhmän vastuullisella toiminnalla näyttäisi olevan suojaava vaikutus epäasialliseen toimintaan kaikissa muissa muodoissa, paitsi seksuaaliseen ja sukupuoleen perustuvassa häirinnässä. Ryhmän valmiudella puuttua taas näyttäisi olevan suojaava vaikutus seksuaaliseen häirintään, kiusaamiseen, muuhun epäasialliseen toimintaan ja vastuuttomaan toimintaan. Vähemmistöryhmään kuulumisen ei selittänyt mitään tutkituista epäasiallisista toiminnoista. Taustatekijöiden ja urheiluo-losuhteiden kootut yhteydet vastuuttomaan ja epäasialliseen toimintaan on koostettu taulukkoon 17, niin että plusmerkki kertoo positiivisesta yhteydestä ja miinusmerkki negatiivisesta yhteydestä. Merkkien määrä kertoo yhteyden voimakkuudesta. Mikäli solussa ei ole mitään merkkiä, se kertoo, ettei yhteyttä ole.

**Taulukko 17. Taustatekijöiden kootut yhteydet epäasialliseen ja vastuuttomaan kohteluun. n = nainen, m = mies, muu = muu sukupuoli ja ehs -vastaaja ei ole halunnut sanoa sukupuoltaan.**

+ tai - = lievä yhteys, ++ tai -- = kohtalainen yhteys, +++ tai --- = voimakas yhteys.

	Sukupuoli	Nuori ikä	Kuuluminen vähemmistöön	Ryhmän valmius puuttua	Ryhmän (vastuullinen) toiminta	Valmentajan (vastuullinen) toiminta
Seksuaalinen häirintä	+++ (n)			---		
Sukupuoleen perustuva häirintä	+++ (n, muu) ++ (ehs)					
Kiusaaminen	+++ (n)	++		--	---	
Muu epäasiallinen toiminta		+++		--	--	
Fyysinen väkivalta	+(m)	+			-	+
Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös	+++ (n)				---	-
Vastuuton toiminta	+++ (n)	+		--	-	

## 4.2 Taustatekijöiden, urheilulosuhteiden ja perustarpeiden tyydyttymisen yhteys myönteisiin kokemuksiin

*Kukoistus.* Lineaarisen regressioanalyysin mukaan tutkituista tekijöistä vähemmistöryhmään kuulumisella ja pätevyyden kokemuksella oli tilastollisesti merkitsevä yhteys kukoistukseen. Myös sosiaalisella yhteenkuuluvuudella ja iällä oli positiivinen yhteys, joskaan ei tilastollisesti niin vahva kuin edellä mainituilla. Toisin sanoen vanhempi ikä, sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja pätevyyden tunne lisäsivät todennäköisyyttä kokea kukoistusta, kun taas kuuluminen johonkin vähemmistöryhmään vähensi sitä. Tekijät selittivät kukoistuksen vaihtelusta 33,5 prosenttia. (Taulukko 18).

**Taulukko 18. Taustatekijöiden, urheilulosuhteiden ja perustarpeiden tyydyttymisen yhteys kukoistukseen.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskvirhe.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	2.99947	0.2641	11.3576	<.001
Autonomia	0.04831	0.0776	0.6223	0.534
Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	0.21035	0.0668	3.1484	0.002
Pätevyyden tunne	0.77189	0.0462	16.7131	<.001
Ryhmän valmius puuttua	-0.00250	0.0404	-0.0619	0.951
Ryhmän toiminta	0.06691	0.0589	1.1363	0.256
Valmentajan toiminta	0.03826	0.0441	0.8682	0.385
Kuuluminen vähemmistöryhmään	-0.34296	0.0779	-4.4012	<.001
Sukupuoli				
Nainen - Mies	-0.02362	0.0615	-0.3840	0.701
Muu - Mies	-0.70997	0.4743	-1.4968	0.135
En halua sanoa - Mies	-0.13130	0.5296	-0.2479	0.804
Ikä	0.03084	0.0106	2.8977	0.004

*Kukoistuksen (PERMA) osa-alueet.* Kun tutkittiin kutakin kukoistuksen eri osa-alueita erikseen, voidaan todeta, että myönteisiä tunteita urheilussa selittivät sosiaalinen yhteenkuuluvuus, pätevyyden tunne sekä vanhempi ikä ja ryhmän vastuullinen toiminta. Lisäksi kuuluminen vähemmistöryhmään vähensi sitä. Tutkitut tekijät selittivät myönteisten tunteiden kokemisesta 27,8 %. (Taulukko 19).

**Taulukko 19. Taustatekijöiden, urheilulosuhteiden ja perustarpeiden tyydyttymisen yhteys myönteisiin tunteisiin.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskvirhe.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	2.25187	0.3210	7.0152	<.001
Autonomia	-0.00877	0.0928	-0.0945	0.925
Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	0.33525	0.0808	4.1494	<.001
Pätevyyden tunne	0.84334	0.0551	15.3176	<.001
Ryhmän valmius puuttua	-0.06135	0.0485	-1.2658	0.206
Ryhmän toiminta	0.16378	0.0712	2.3000	0.022
Valmentajan toiminta	0.01417	0.0522	0.2715	0.786
Vähemmistöryhmään kuuluminen	-0.29338	0.0939	-3.1258	0.002
Sukupuoli				
Nainen - Mies	0.01817	0.0738	0.2462	0.806
Muu - Mies	-0.70409	0.5525	-1.2744	0.203
En halua sanoa - Mies	0.06878	0.6041	0.1139	0.909
Ikä	0.04507	0.0125	3.6186	<.001

Sosiaalinen yhteenkuuluvuuden tunne ja pätevyys olivat positiivisesti yhteydessä myönteisiin ihmissuhteisiin, kun taas vähemmistöryhmään kuuluminen oli negatiivisesti yhteydessä myönteisiin ihmissuhteisiin. Tutkitut tekijät selittivät myönteisistä ihmissuhteista 18,4 prosenttia. (Taulukko 20).

**Taulukko 20. Taustatekijöiden, urheilulosuhteiden ja perustarpeiden tyydyttymisen yhteys myönteisiin ihmisuhteisiin.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskvirhe.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	2.4205	0.3868	6.258	<.001
Autonomia	0.1694	0.1137	1.490	0.136
Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	0.4470	0.0991	4.513	<.001
Pätevyyden tunne	0.6100	0.0673	9.067	<.001
Ryhmän valmius puuttua	0.0641	0.0590	1.087	0.277
Ryhmän toiminta	0.0572	0.0873	0.655	0.513
Valmentajan toiminta	-0.0114	0.0643	-0.177	0.860
Vähemmistöryhmään kuuluminen	-0.5246	0.1151	-4.558	<.001
Sukupuoli				
Nainen - Mies	0.0253	0.0900	0.281	0.779
Muu - Mies	-0.4823	0.6749	-0.715	0.475
En halua sanoa - Mies	-0.4414	0.8231	-0.536	0.592
Ikä	0.0148	0.0154	0.959	0.338

Pätevyyden tunne lisäsi päämäärien saavuttamisen kokemista, kuten myös urheilijan vanhempi ikä, kun taas vähemmistöryhmään kuuluminen heikensi sitä. Tekijät selittivät päämäärien saavuttamisesta 34,7 prosenttia. (Taulukko 21).

**Taulukko 21. Taustatekijöiden, urheilulosuhteiden ja perustarpeiden tyydyttymisen yhteys saavuttamiseen.**  
B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	3.27945	0.24793	13.2274	<.001
Autonomia	0.04978	0.07234	0.6882	0.491
Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	0.00651	0.06299	0.1033	0.918
Pätevyyden tunne	0.87007	0.04310	20.1866	<.001
Ryhmän valmius puuttua	0.02738	0.03767	0.7269	0.467
Ryhmän toiminta	0.04796	0.05514	0.8697	0.385
Valmentajan toiminta	0.06611	0.04019	1.6450	0.100
Kuuluminen vähemmistöryhmään	-0.19690	0.07295	-2.6992	0.007
<b>Sukupuoli</b>				
Nainen - Mies	-0.03180	0.05745	-0.5535	0.580
Muu - Mies	-0.42352	0.46579	-0.9092	0.363
En halua sanoa - Mies	-0.00895	0.46646	-0.0192	0.985
Ikä	0.02045	0.00990	2.0663	0.039

Muu sukupuoli ja vähemmistöryhmään kuuluminen heikensivät merkityksellisuuden kokemusta, kun taas korkeampi ikä lisäsi sitä. Tutkitut tekijät selittivät merkityksellisyydestä 25,6 prosenttia. (Taulukko 22).

**Taulukko 22. Taustatekijöiden, urheilulosuhteiden ja perustarpeiden tyydyttymisen yhteys merkityksellisuuden kokemiseen.**  
B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	2.5464	0.3855	6.605	<.001
Autonomia	-0.1233	0.1131	-1.090	0.276
Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	0.1891	0.0981	1.928	0.054
Pätevyyden tunne	1.0289	0.0670	15.366	<.001
Ryhmän valmius puuttua	-0.0179	0.0587	-0.306	0.760
Ryhmän toiminta	0.1395	0.0863	1.616	0.106
Valmentajan toiminta	-0.0278	0.0639	-0.434	0.664
Vähemmistöryhmään kuuluminen	-0.4203	0.1144	-3.672	<.001
<b>Sukupuoli</b>				
Nainen - Mies	-0.1636	0.0898	-1.822	0.069
Muu - Mies	-1.7923	0.6700	-2.675	0.008
En halua sanoa - Mies	-0.6187	0.8169	-0.757	0.449
Ikä	0.0754	0.0153	4.936	<.001

Sen sijaan vain pätevyyden kokemus oli positiivisessa yhteydessä sitoutumiseen. Tutkitut tekijät selittivät sitoutumisesta 14,6 prosenttia (Taulukko 23).

**Taulukko 23. Taustatekijöiden, urheilulosuhteiden ja perustarpeiden tyydyttymisen yhteys sitoutumiseen.**  
B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	4.27617	0.3045	14.0431	<.001
Autonomia	0.00894	0.0891	0.1003	0.920
Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	0.11778	0.0773	1.5226	0.128
Pätevyyden tunne	0.54201	0.0529	10.2444	<.001
Ryhmän valmius puuttua	0.05020	0.0465	1.0787	0.281
Ryhmän toiminta	-0.00571	0.0681	-0.0839	0.933
Valmentajan toiminta	0.08969	0.0505	1.7763	0.076
Vähemmistöryhmään kuuluminen	-0.13129	0.0899	-1.4610	0.144
<b>Sukupuoli</b>				
Nainen - Mies	0.03181	0.0709	0.4486	0.654
Muu - Mies	-0.41511	0.5239	-0.7923	0.428
En halua sanoa - Mies	0.66495	0.5729	1.1607	0.246
Ikä	-0.00234	0.0121	-0.1941	0.846

Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto (vs. minäsuuntautunut motivaatioilmasto). Regressioanalyysin mukaan ikä, sukupuoli ja kaikkien perustarpeiden tyydyttyminen, toisin sanoen autonomia, pätevyys ja sosiaalinen yhteenkuuluvuus, olivat tilastollisesti erittäin merkitsevästi yhteydessä tehtäväsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon. Toisin sanoen naissukupuoli ja nuori ikä sekä autonomian, pätevyyden ja sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tunteet lisäsivät tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston kokemista. Tekijät selittivät tehtäväsuuntautuneesta motivaatioilmastosta 29,2 prosenttia. (Taulukko 24).

**Taulukko 24. Taustatekijöiden, urheilulosuhteiden ja perustarpeiden tyydyttymisen yhteys tehtäväsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon.**  
B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	2.5899	0.10378	24.956	<.001
Autonomia	0.1743	0.03067	5.684	<.001
Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	0.1111	0.02655	4.184	<.001
Pätevyyden tunne	0.2390	0.01816	13.164	<.001
Ryhmän valmius puuttua	0.0309	0.01595	1.940	0.053
Ryhmän toiminta	0.0122	0.02345	0.519	0.604
Valmentajan toiminta	-0.0241	0.01708	-1.409	0.159
Vähemmistöryhmään kuuluminen	-0.0159	0.03093	-0.513	0.608
<b>Sukupuoli</b>				
Nainen - Mies	0.0834	0.02422	3.443	<.001
Muu - Mies	-0.0734	0.18506	-0.397	0.692
En halua sanoa - Mies	-0.2151	0.18550	-1.159	0.246
Ikä	-0.0240	0.00409	-5.876	<.001

Sen sijaan *minäsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon* olivat yhteydessä miessukupuoli, nuori ikä ja autonomian kokemus. Vahva sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja valmentajan vastuullinen toiminta olivat puolestaan negatiivisesti yhteydessä *minäsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon*. Tutkitut tekijät selittivät 11,2 prosenttia *minäsuuntautuneesta motivaatioilmastosta*. (Taulukko 25).

**Taulukko 25. Taustatekijöiden, urheilulosuhteiden ja perustarpeiden tyydyttymisen yhteys minäsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskvirhe.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	4.0259	0.21658	18.589	<.001
Autonomia	0.1780	0.06365	2.797	0.005
Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	-0.1236	0.05533	-2.234	0.026
Pätevyyden tunne	0.0500	0.03801	1.315	0.189
Ryhmän valmius puuttua	-0.0366	0.03323	-1.102	0.271
Ryhmän toiminta	-0.0761	0.04864	-1.564	0.118
Valmentajan toiminta	-0.1136	0.03563	-3.188	0.001
Vähemmistöryhmään kuuluminen	-0.0178	0.06448	-0.276	0.783
Sukupuoli				
Nainen - Mies	-0.6063	0.05057	-11.988	<.001
Muu - Mies	-0.6760	0.38708	-1.747	0.081
En halua sanoa - Mies	-0.4594	0.38795	-1.184	0.236
Ikä	-0.0368	0.00855	-4.308	<.001

*Prososiaalinen toiminta*. Lineaarisen regressioanalyysin mukaan prososiaalista toimintaa selittivät naissukupuoli ja ryhmän vastuullinen toiminta. Tutkituilla tekijöillä saatiin selitettyä 42,4 prosenttia prososiaalisesta toiminnasta. (Taulukko 26).

**Taulukko 26. Taustatekijöiden, urheilulosuhteiden ja perustarpeiden tyydyttymisen yhteys prososiaaliseen toimintaan.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskvirhe.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	1.87490	0.13086	14.328	<.001
Autonomia	0.02349	0.03852	0.610	0.542
Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	-0.01876	0.03355	-0.559	0.576
Pätevyyden tunne	0.04407	0.02297	1.919	0.055
Ryhmän valmius puuttua	-0.01684	0.02005	-0.840	0.401
Ryhmän toiminta	0.54698	0.02951	18.538	<.001
Valmentajan toiminta	0.01695	0.02143	0.791	0.429
Vähemmistöryhmään kuuluminen	0.05616	0.03913	1.435	0.151
Sukupuoli				
Nainen - Mies	0.12332	0.03051	4.042	<.001
Muu - Mies	0.08733	0.23290	0.375	0.708
En halua sanoa - Mies	-0.14727	0.23343	-0.631	0.528
Ikä	0.00361	0.00518	0.697	0.486

#### 4.2.1 Yhteenveto

Tutkimuksen mukaan sukupuoli vaikutti positiivisesti motivaatioon, naisilla tehtäväsuuntautuneeseen ja miehillä *minäsuuntautuneeseen*. Muu sukupuoli heikensi merkityksellisuuden kokemusta. Iältään vanhemmilla urheilijoilla korostui myönteiset tunteet ja merkityksellisyys, kun taas nuoremmilla sekä tehtävä- että *minäsuuntautunut motivaatio*. Sen sijaan kuuluminen johonkin vähemmistöryhmään heikensi kukoistusta urheilussa, mutta sillä ei ollut yhteyttä muihin myönteisiin urheilukokemuksiin. Pätevyyden kokemukset olivat sitä vastoin positiivisesti yhteydessä sekä kukoistukseen että tehtäväsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon. Sen sijaan autonomia oli positiivisesti ja sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja valmentajan vastuullinen toiminta negatiivisesti yhteydessä *minäsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon*. Ryhmän vastuullinen toiminta puolestaan lisäsi prososiaalista toimintaa. Ryhmän valmiudella puuttua ei ollut merkitsevää yhteyttä myönteisiin kokemuksiin urheilussa. Taulukkoon 27 on koostettu taustatekijöiden kootut yhteydet vastuulliseen ja asialliseen kohteluun, niin että plusmerkillä on positiivinen ja miinusmerkillä negatiivinen yhteys. Yhteyden voimakkuuden kertoo merkkien määrä. Jos solu on tyhjä, se tarkoittaa, ettei tilastollisesti merkitsevää yhteyttä ollut.



**Taulukko 27. Taustatekijöiden ja urheilulosuhteiden kootut yhteydet vastuulliseen ja asialliseen kohteluun urheilussa.**  
*n = nainen, m = mies, muu = muu sukupuoli, ehs = vastaaja ei ole halunnut sanoa sukupuoltaan. v = vanhempi iältään, nu = nuorempi iältään*

+ tai - = lievä yhteys, ++ tai -- = kohtalainen yhteys, +++ tai --- = voimakas yhteys.

	Sukupuoli	Ikä	Kuuluminen vähemmistöön	Ryhmän valmius puuttua	Ryhmän (vastuullinen) toiminta	Valmentajan (vastuullinen) toiminta	Autonomia	Sos. yhteenkuuluvuus	Pätevyys
Kukoistus			---					++	+++
Myönt. tunteet		+++ (v)	--		+			+++	+++
Ihmissuhteet			---					+++	+++
Saavuttaminen			--						+++
Merkityksellisyys	--(muu)	+++ (v)	---						+++
Sitoutuminen									+++
Tehtäväsuunt. motivaatio	+++ (n)	+++ (nu)					+++		+++
Minäsuunt. motivaatio	+++ (m)	+++ (nu)				--	++	-	
Prososiaalinen toiminta	+++ (n)				+++				

### Urheilijan näkemys tutkimuksessa

*”Minusta olisi hienoa, jos urheilijat voisivat anonyymisti ilmoittaa asioista jotka he kokevat olevan haitaksi heidän turvallisuudelleen urheiluympäristössä. Tai jos ei anonyymisti, niin edes luottamuksellisesti. Urheilijoille käy todella usein niin, että kun he yrittävät puhua jostain mikä vaikuttaa heihin ja heidän suorituskykyynsä negatiivisesti, heitä rangaistaan siitä koska se nähdään vain turhana valituksena tai hankaluuksien aiheuttamisena”*

## 5 EPÄASIALLISEN JA ASIALLISEN KOHTELUN SEURAUKSET URHEILIJOILLE

Tässä luvussa vastataan tutkimuskysymykseen 5 eli tarkastellaan, mitä seurauksia asiallisella ja/tai epäasiallisella kohtelulla on. Toisin sanoen, mitä yhteyksiä niillä on urheilijan hyvinvointiin (viihtyminen ja positiivinen mieliala) sekä pahoinvointiin (stressi ja ahdistus- ja masennusoireet). Tuloksiin on poimittu myös keskeiset avoimien kysymysten vastaukset sekä muutamia esimerkkejä niistä kuvaamaan kyseistä asiaa.

Kysyttäessä, mitä seurauksia osallistujat olivat kokeneet liittyen epäasialliseen ja vastuuttomaan kohteluun, oli seksuaalisen häirinnän kohdalla yleisintä tunne joukkoon kuulumattomuudesta (51,4 %) ja itsetunnon aleneminen suhteessa urheilusuorituksiin (51,4 %), joista viimeksi mainittu oli myös yleisintä sukupuoleen perustuvassa häirinnässä

(47,3 %), fyysisessä väkivallassa (43,9 %), vastuuttomassa toiminnassa (54,8 %) sekä muussa epäasiallisessa toiminnassa tekemisen epäoikeudenmukaisen kritisoinnin (47,2 %), esimerkiksi huumorin varjolla tapahtuneen loukkaamisen ja epäkunnioittavan kohtelun (49,1 %) sekä huutamisen (42,9 %) suhteen. Tunne siitä, ettei kuulu joukkoon korostui seksuaalisen häirinnän ohella kiusaamisessa (58,8 %), epätasa-arvoisessa ja syrjivässä käytöksessä (61,9 %) sekä muussa epäasiallisessa toiminnassa eli mielipiteiden kuuntelemattomuudessa (47,2 %), mustamaalaamisessa (52,7 %), eristämässä ja ulkopuolelle jättämisessä (76,3 %), puhumattomuudessa (63,1 %), pilkkaavassa nauramisessa (37,4 %) sekä perättömien tietojen kertomisessa (45,0 %), jonka suhteen koettiin yhtä yleisesti vaikeutta luottaa muihin (45,0 %). (Taulukot 28 ja 29).

**Taulukko 28. Seuraukset epäasiallisesta ja vastuuttomasta kohtelusta seksuaaliseen ja sukupuoleen perustuvaan häirintään, kiusaamiseen, fyysiseen väkivaltaan, epätasa-arvoiseen ja syrjivään käytökseen sekä vastuuttomaan toimintaan liittyen.**

\*= vastaaja on voinut valita kysymyksen kohdalla useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.

Seuraukset*	Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun muoto											
	Seksu- aalinen häirintä (kpl)	Seksu- aalinen häiri- rintä % (n=107)	Sukupu- oleen perus- tuva häi- rintä (kpl)	Sukupu- oleen perus- tuva häi- rintä % (n=256)	Kiusaa- minen (kpl)	Kiusaa- minen % (n=284)	Fyysinen väkivalta (kpl)	Fyysinen väkivalta % (n=41)	Epätasa- arvoinen ja syrjivä käytös (kpl)	Epätasa- arvoinen ja syrjivä käytös % (n=289)	Vastuu- ton toi- minta (kpl)	Vastuu- ton toi- minta % (n=263)
Tunsi itseni yksinäiseksi	46	43,0 %	82	32,0 %	120	42,3 %	12	29,3 %	123	42,6 %	94	35,7 %
Tunsi, etten kuulu joukkoon	55	51,4 %	115	44,9 %	167	58,8 %	17	41,5 %	179	61,9 %	134	51,0 %
Tunsi itseni haavoittuvaksi	41	38,3 %	80	31,3 %	117	41,2 %	15	36,6 %	93	32,2 %	103	39,2 %
Koin unetto- muutta tai uni- vaikeuksia	36	33,6 %	64	25,0 %	92	32,4 %	9	22,0 %	88	30,4 %	79	30,0 %
Koin masentu- neisuutta, ahdis- tusta, paniikkioi- reita tai muita psykykkisiä oireita	41	38,3 %	73	28,5 %	101	35,6 %	11	26,8 %	95	32,9 %	92	35,0 %
Koin fyysisiä stressin oireita	42	39,3 %	78	30,5 %	100	35,2 %	9	22,0 %	90	31,1 %	93	35,4 %
Koin itsetunnon alenemista suh- teessa urheilu- suorituksiin	55	51,4 %	121	47,3 %	153	53,9 %	18	43,9 %	156	54,0 %	144	54,8 %
Koin alentunutta suorituskykyä harjoituksissa tai kilpailuissa	51	47,7 %	104	40,6 %	144	50,7 %	17	41,5 %	133	46,0 %	130	49,4 %
Koin vaikeuttaa luottaa muihin	47	43,9 %	82	32,0 %	144	50,7 %	14	34,1 %	129	44,6 %	116	44,1 %
Koin vaikeuksia urheiluun liitty- vissä ihmissuh- teissa	50	46,7 %	85	33,2 %	123	43,3 %	17	41,5 %	118	40,8 %	118	44,9 %
Koin vaikeuk- sia muissa ihmis- suhteissa	21	19,6 %	34	13,3 %	44	15,5 %	6	14,6 %	49	17,0 %	34	12,9 %
Ei mikään edellisistä	13	12,1 %	23	9,0 %	20	7,0 %	6	14,6 %	14	4,8 %	19	7,2 %
Jotain muuta (avovastaus)	7	6,5 %	13	5,1 %	17	6,0 %	3	7,3 %	16	5,5 %	18	6,8 %
En osaa sanoa	2	1,9 %	12	4,7 %	10	3,5 %	5	12,2 %	17	5,9 %	7	2,7 %
En halua sanoa	2	1,9 %	5	2,0 %	3	1,1 %	2	4,9 %	2	0,7 %	4	1,5 %

**Taulukko 29. Seuraukset epäasiallisesta ja vastuuttomasta kohtelusta muuhun epäasialliseen toimintaan liittyen.**

\*= vastaaja on voinut valita kysymyksen kohdalla useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.

Seuraukset*	Muun epäasiallisen toiminnan muoto								
	Tekemisen kritisointi epäoikeudenmukaisesti (kpl)	Tekemisen kritisointi epäoikeudenmukaisesti % (n=441)	Mielipiteitä ei ole kuunneltu (kpl)	Mielipiteitä ei ole kuunneltu % (n=436)	Mustamaalaus (kpl)	Mustamaalaus % (n=241)	Perättömien tietojen kerrominen (kpl)	Perättömien tietojen kerrominen % (n=280)	Eristäminen ja ulkopuolelle jättäminen (kpl)
Tunsin itseni yksinäiseksi	136	30,8 %	144	33,0 %	93	38,6 %	92	32,9 %	136
Tunsin, etten kuulu joukkoon	186	42,2 %	206	47,2 %	127	52,7 %	126	45,0 %	174
Tunsin itseni haavoittuvaksi	136	30,8 %	125	28,7 %	86	35,7 %	84	30,0 %	76
Koin unettomuutta tai univaikeuksia	111	25,2 %	104	23,9 %	84	34,9 %	88	31,4 %	81
Koin masentuneisuutta, ahdistusta, paniikkioireita tai muita psyykkisiä oireita	123	27,9 %	120	27,5 %	82	34,0 %	79	28,2 %	83
Koin fyysisiä stressin oireita	118	26,8 %	122	28,0 %	84	34,9 %	88	31,4 %	80
Koin itsetunnon alenemista suhteessa urheilusuorituksiin	208	47,2 %	190	43,6 %	116	48,1 %	125	44,6 %	133
Koin alentunutta suorituskykyä harjoituksissa tai kilpailuissa	168	38,1 %	159	36,5 %	105	43,6 %	106	37,9 %	105
Koin vaikeutta luottaa muihin	152	34,5 %	157	36,0 %	122	50,6 %	126	45,0 %	119
Koin vaikeuksia urheiluun liittyvissä ihmissuhteissa	144	32,7 %	135	31,0 %	105	43,6 %	109	38,9 %	106
Koin vaikeuksia muissa ihmissuhteissa	54	12,2 %	50	11,5 %	42	17,4 %	46	16,4 %	42
Ei mikään edellisistä	46	10,4 %	47	10,8 %	22	9,1 %	36	12,9 %	6
Jotain muuta, mitä (avovastaus)	18	4,1 %	13	3,0 %	14	5,8 %	15	5,4 %	6
En osaa sanoa	30	6,8 %	29	6,7 %	18	7,5 %	18	6,4 %	5
En halua sanoa	7	1,6 %	7	1,6 %	4	1,7 %	3	1,1 %	1

Vastaajista 2,6–20,1 prosenttia ei ollut kokenut mitään vaihtoehtoina olleista epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun seurauksista (taulukot 28 ja 29). Avovastauksissa korostui eniten kielteiset tunteet, kuten pelko ja viha sekä kielteiset ajatukset itsestä, kuten alemmuudentunteet. Yksittäisissä avovastauksissa nousi esille myös mielenterveyden ongelmat, kuten syömishäiriö ja itsemurha-ajatukset.

Seuraukset*	Muun epäasiallisen toiminnan muoto								
	Eristäminen ja ulkopuolelle jättäminen % (n=228)	Puhumattomuus (kpl)	Puhumattomuus % (n=252)	Loukkaaminen ja epäkunnioittava kohtelu esim. huumorin varjolla (kpl)	Loukkaaminen ja epäkunnioittava kohtelu esim. huumorin varjolla % (n=387)	Nauraminen (kpl)	Nauraminen % (n=447)	Huutaminen (kpl)	Huutaminen % (n=364)
Tunsin itseni yksinäiseksi	59,6 %	113	44,8 %	136	35,1 %	129	28,9 %	104	28,6 %
Tunsin, etten kuulu joukkoon	76,3 %	159	63,1 %	181	46,8 %	167	37,4 %	135	37,1 %
Tunsin itseni haavoittuvaksi	33,3 %	78	31,0 %	133	34,4 %	108	24,2 %	102	28,0 %
Koin uutteruutta tai univaikeuksia	35,5 %	78	31,0 %	106	27,4 %	92	20,6 %	80	22,0 %
Koin masentuneisuutta, ahdistusta, paniikkioireita tai muita psyykkisiä oireita	36,4 %	88	34,9 %	110	28,4 %	92	20,6 %	96	26,4 %
Koin fyysisiä stressin oireita	35,1 %	84	33,3 %	117	30,2 %	103	23,0 %	93	25,5 %
Koin itsetunnon alenemista suhteessa urheilusuorituksiin	58,3 %	123	48,8 %	190	49,1 %	164	36,7 %	156	42,9 %
Koin alentunutta suorituskkyä harjoituksissa tai kilpailuissa	46,1 %	109	43,3 %	157	40,6 %	138	30,9 %	140	38,5 %
Koin vaikeuttaa luottaa muihin	52,2 %	114	45,2 %	152	39,3 %	125	28,0 %	108	29,7 %
Koin vaikeuksia urheiluun liittyvissä ihmissuhteissa	46,5 %	105	41,7 %	138	35,7 %	113	25,3 %	96	26,4 %
Koin vaikeuksia muissa ihmissuhteissa	18,4 %	43	17,1 %	60	15,5 %	56	12,5 %	41	11,3 %
Ei mikään edellisistä	2,6 %	16	6,3 %	38	9,8 %	90	20,1 %	64	17,6 %
Jotain muuta, mitä (avovastaus)	2,6 %	8	3,2 %	16	4,1 %	11	2,5 %	9	2,5 %
En osaa sanoa	2,2 %	12	4,8 %	21	5,4 %	37	8,3 %	25	6,9 %
En halua sanoa	0,4 %	5	2,0 %	4	1,0 %	10	2,2 %	6	1,6 %

Kun kysyttiin seurauksista urheilutoimintaan liittyen, voitiin todeta, että jännittäminen ja pelkääminen suhteessa harjoitukseen, kilpailuihin taikka muihin urheiluun liittyviin tapahtumiin oli yleisintä kaikissa epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun muodoissa (32,2-53,5 %) (taulukot 30 ja 31).

Vastaajista 12,2-27,7 prosenttia ei ollut kokenut mitään vaihtoehtoina olleista epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun seurauksista urheilutoimintaan (taulukot 30 ja 31). Avovastauksissa korostui yhtä lailla eniten seuran, lajin ja/tai valmentajan vaihtamiseen liittyvät aiheet ja ajatuk-

set: *"Olen harkinnut joukkueen vaihtamista"* ja *"Olen miettinyt seuran vaihtoa"* oli tyypillisiä vastauksia. Toiseksi eniten avovastauksissa näkyi välttely. Toisin sanoen urheilijat välttelevät tilaisuuksia tai tilanteita, joissa kyseistä epäasiallista toimintaa voisi ilmetä tai tekijä olisi paikalla: *"Olen joutunut välttelemään kyseistä ihmistä yhteisissä tilaisuuksissa"*.

**Taulukko 30. Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun seuraukset urheilutoimintaan seksuaaliseen ja sukupuoliin perustuvaan häirintään, kiusaamiseen, fyysiseen väkivaltaan, epätasa-arvoiseen ja syrjivään käytökseen sekä vastuutomaan toimintaan liittyen.**

\*= vastaaja on voinut valita kysymyksen kohdalla useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.

Seuraukset urheilutoimintaan*	Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun muoto											
	Seksuaalinen häirintä (kpl)	Seksuaalinen häirintä % (n=107)	Sukupuoleen perustuva häirintä (kpl)	Sukupuoleen perustuva häirintä % (n=256)	Kiusaaminen (kpl)	Kiusaaminen % (n=284)	Fyysinen väkivalta (kpl)	Fyysinen väkivalta % (n=41)	Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös (kpl)	Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös % (n=289)	Vastuuton toiminta (kpl)	Vastuuton toiminta % (n=263)
Olen jännittänyt/pelännyt harjoituksia/kilpailuja/muita urheiluun liittyviä tapahtumia	55	51,4 %	114	44,5 %	138	48,6 %	21	51,2 %	143	49,5 %	127	48,3 %
Minun on ollut hankala osallistua urheilutoimintaan tapahtuman jälkeen	24	22,4 %	47	18,4 %	63	22,2 %	9	22,0 %	65	22,5 %	58	22,1 %
Olen harkinnut valmentajan vaihtamista	20	18,7 %	40	15,6 %	48	16,9 %	9	22,0 %	55	19,0 %	50	19,0 %
Olen vaihtanut valmentajaa	13	12,1 %	26	10,2 %	45	15,8 %	4	9,8 %	39	13,5 %	44	16,7 %
Olen harkinnut urheilun, oman lajin, kilpailun tai valmennussuhteen lopettamista	35	32,7 %	89	34,8 %	110	38,7 %	15	36,6 %	116	40,1 %	115	43,7 %
Olen vaihtanut joukkuetta	12	11,2 %	30	11,7 %	46	16,2 %	8	19,5 %	49	17,0 %	33	12,5 %
Olen vaihtanut seuraa	16	15,0 %	37	14,5 %	62	21,8 %	9	22,0 %	59	20,4 %	44	16,7 %
Olen vaihtanut lajia	4	3,7 %	4	1,6 %	7	2,5 %	3	7,3 %	9	3,1 %	9	3,4 %
Olen lopettanut urheilun	2	1,9 %	7	2,7 %	13	4,6 %	2	4,9 %	12	4,2 %	10	3,8 %
Olen lopettanut lajin	5	4,7 %	9	3,5 %	18	6,3 %	3	7,3 %	17	5,9 %	17	6,5 %
Olen lopettanut valmennussuhteen	8	7,5 %	18	7,0 %	26	9,2 %	2	4,9 %	27	9,3 %	24	9,1 %
Olen pelännyt urheilu-uran ja siihen liittyvien etuuksien (esim. sponsorisopimusten) puolesta	12	11,2 %	17	6,6 %	34	12,0 %	5	12,2 %	29	10,0 %	27	10,3 %
Ei mitään edellisistä	24	22,4 %	36	14,1 %	39	13,7 %	5	12,2 %	45	15,6 %	42	16,0 %
Jotain muuta (avovastaus)	5	4,7 %	15	5,9 %	17	6,0 %	1	2,4 %	23	8,0 %	25	9,5 %
En osaa sanoa	3	2,8 %	18	7,0 %	11	3,9 %	4	9,8 %	15	5,2 %	12	4,6 %
En halua sanoa	0	0,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %	1	0,3 %	0	0,0 %

**Taulukko 31. Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun seuraukset urheilutoimintaan muuhun epäasialliseen toimintaan liittyen. \*= vastaaja on voinut valita kysymyksen kohdalla useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.**

Seuraukset urheilutoimintaan*	Muun epäasiallisen toiminnan muoto								
	Tekemisen kritisointi epäoikeudenmukaisesti (kpl)	Tekemisen kritisointi epäoikeudenmukaisesti % (n=441)	Mielipiteitä ei ole kuunneltu (kpl)	Mielipiteitä ei ole kuunneltu % (n=436)	Mustamaalaaminen (kpl)	Mustamaalaaminen % (n=241)	Perättömien tietojen kertominen (kpl)	Perättömien tietojen kertominen % (n=280)	Eristäminen ja ulkopuolelle jättäminen (kpl)
Olen jännittänyt/pelännyt harjoituksia/kilpailuja/muita urheiluun liittyviä tapahtumia	169	38,3 %	177	40,6 %	107	44,4 %	109	38,9 %	122
Minun on ollut hankala osallistua urheilutoimintaan tapahtuman jälkeen	73	16,6 %	73	16,7 %	56	23,2 %	53	18,9 %	52
Olen harkinnut valmentajan vaihtamista	66	15,0 %	77	17,7 %	43	17,8 %	46	16,4 %	44
Olen vaihtanut valmentajaa	54	12,2 %	53	12,2 %	37	15,4 %	40	14,3 %	32
Olen harkinnut urheilun, oman lajin, kilpailun tai valmennussuhteen lopettamista	149	33,8 %	147	33,7 %	94	39,0 %	90	32,1 %	97
Olen vaihtanut joukkuetta	48	10,9 %	44	10,1 %	35	14,5 %	35	12,5 %	32
Olen vaihtanut seuraa	63	14,3 %	60	13,8 %	47	19,5 %	50	17,9 %	39
Olen vaihtanut lajia	9	2,0 %	8	1,8 %	10	4,1 %	6	2,1 %	8
Olen lopettanut urheilun	12	2,7 %	13	3,0 %	9	3,7 %	8	2,9 %	8
Olen lopettanut lajin	21	4,8 %	20	4,6 %	15	6,2 %	9	3,2 %	12
Olen lopettanut valmennussuhteen	31	7,0 %	29	6,7 %	24	10,0 %	21	7,5 %	17
Olen pelännyt urheiluran ja siihen liittyvien etuisuuksien (esim. sponsorisopimusten) puolesta	38	8,6 %	32	7,3 %	34	14,1 %	33	11,8 %	24
Ei mitään edellisistä	76	17,2 %	76	17,4 %	39	16,2 %	55	19,6 %	29
Jotain muuta (avovastaus)	31	7,0 %	25	5,7 %	16	6,6 %	18	6,4 %	13
En osaa sanoa	38	8,6 %	29	6,7 %	14	5,8 %	17	6,1 %	8
En halua sanoa	1	0,2 %	2	0,5 %	0	0,0 %	1	0,4 %	0



Seuraukset urheilutoimintaan*	Muun epäasiallisen toiminnan muoto								
	Eristäminen ja ulkopuolelle jättäminen % (n=228)	Puhumattomuus (kpl)	Puhumattomuus % (n=252)	Loukkaaminen ja epäkunnioittava kohtelu esim. huumorin varjolla (kpl)	Loukkaaminen ja epäkunnioittava kohtelu esim. huumorin varjolla % (n=387)	Nauraminen (kpl)	Nauraminen % (n=447)	Huutaminen (kpl)	Huutaminen % (n=364)
Olen jännittänyt/pelännyt harjoituksia/kilpailuja/muita urheiluun liittyviä tapahtumia	53,5 %	124	49,2 %	169	43,7 %	144	32,2 %	134	36,8 %
Minun on ollut hankala osallistua urheilutoimintaan tapahtuman jälkeen	22,8 %	59	23,4 %	65	16,8 %	50	11,2 %	51	14,0 %
Olen harkinnut valmentajan vaihtamista	19,3 %	50	19,8 %	63	16,3 %	55	12,3 %	61	16,8 %
Olen vaihtanut valmentajaa	14,0 %	44	17,5 %	46	11,9 %	39	8,7 %	42	11,5 %
Olen harkinnut urheilun, oman lajin, kilpailun tai valmennussuhteen lopettamista	42,5 %	90	35,7 %	124	32,0 %	111	24,8 %	114	31,3 %
Olen vaihtanut joukkuetta	14,0 %	36	14,3 %	45	11,6 %	39	8,7 %	39	10,7 %
Olen vaihtanut seuraa	17,1 %	47	18,7 %	51	13,2 %	46	10,3 %	49	13,5 %
Olen vaihtanut lajia	3,5 %	5	2,0 %	11	2,8 %	9	2,0 %	8	2,2 %
Olen lopettanut urheilun	3,5 %	7	2,8 %	11	2,8 %	8	1,8 %	9	2,5 %
Olen lopettanut lajin	5,3 %	11	4,4 %	17	4,4 %	15	3,4 %	15	4,1 %
Olen lopettanut valmennussuhteen	7,5 %	24	9,5 %	29	7,5 %	23	5,1 %	24	6,6 %
Olen pelännyt urheiluran ja siihen liittyvien etuisuuksien (esim. sponsorisopimusten) puolesta	10,5 %	23	9,1 %	37	9,6 %	29	6,5 %	22	6,0 %
Ei mitään edellisistä	12,7 %	36	14,3 %	77	19,9 %	124	27,7 %	85	23,4 %
Jotain muuta (avovastaus)	5,7 %	18	7,1 %	19	4,9 %	17	3,8 %	21	5,8 %
En osaa sanoa	3,5 %	14	5,6 %	27	7,0 %	47	10,5 %	30	8,2 %
En halua sanoa	0,0 %	0	0,0 %	1	0,3 %	0	0,0 %	0	0,0 %

## 5.1 Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun yhteydet hyvin- ja pahoinvointiin

Lineaarisen regressioanalyysin avulla tutkittiin kunkin vastuuttoman ja epäasiallisen kohtelun yhteydet hyvinvointiin (viihtyminen ja positiivinen mieliala) sekä pahoinvointiin (ahdistus- ja masennusoireet ja stressi).

*Viihtyminen urheilussa.* Lineaarisen regressioanalyysin mukaan vain fyysisellä väkivallalla ja muulla epäasiallisella toiminnalla oli yhteyttä viihtymiseen. Toisin sanoen, fyysinen väkivalta ja muu epäasiallinen toiminta (esim. omaa tekemistä kritisoi epäoikeudenmukaisesti) oli negatiivisesti yhteydessä viihtymiseen. Vastuuton ja epäasiallinen toiminta selitti viihtymisestä vain 5 prosenttia. (Taulukko 32).

**Taulukko 32. Epäasiallisen toiminnan yhteydet viihtymiseen urheilussa.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	4.61364	0.0282	163.6749	<.001
Seksuallinen häirintä	0.01417	0.1152	0.1230	0.902
Sukupuoleen perustuva häirintä	-0.13638	0.0851	-1.6022	0.109
Kiusaaminen	-0.00697	0.0874	-0.0798	0.936
Muu epäasiallinen toiminta	-0.17682	0.0536	-3.2984	0.001
Fyysinen väkivalta	-0.39246	0.1692	-2.3196	0.021
Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös	-0.17279	0.0895	-1.9305	0.054
Vastuuton toiminta	-0.15168	0.0866	-1.7505	0.080

*Positiivinen mieliala.* Lineaarisen regressioanalyysin mukaan sukupuoleen liittyvällä häirinnällä ja muulla epäasiallisella toiminnalla oli negatiivinen yhteys positiiviseen mielialaan. Vastuuton/epäasiallinen toiminta selitti positiivisen mielialan vaihtelusta 8,4 prosenttia. (Taulukko 33).

**Taulukko 33. Epäasiallisen toiminnan yhteydet positiiviseen mielialaan.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	4.6745	0.0291	160.508	<.001
Seksuallinen häirintä	-0.2197	0.1189	-1.848	0.065
Sukupuoleen perustuva häirintä	-0.2006	0.0883	-2.272	0.023
Kiusaaminen	-0.1277	0.0898	-1.421	0.156
Muu epäasiallinen toiminta	-0.2806	0.0552	-5.084	<.001
Fyysinen väkivalta	0.0189	0.1747	0.108	0.914
Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös	-0.1293	0.0921	-1.403	0.161
Vastuuton toiminta	0.1359	0.0886	1.534	0.125

*Ahdistus- ja masennusoireet.* Lineaarisen regressioanalyysin mukaan sukupuoleen liittyvä häirintä, kiusaaminen, muu epäasiallinen toiminta ja vastuuton toiminta olivat yhteydessä ahdistus- ja masennusoireisiin. Sen sijaan fyysisellä väkivallalla, epätasa-arvoisella ja syrjivällä käytöksellä sekä seksuaalisella häirinnällä ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä oirehtimiseen. Vastuuton ja epäasiallinen toiminta selitti ahdistus- ja masennusoireista 12,8 prosenttia. (Taulukko 34).

**Taulukko 34. Epäasiallisen toiminnan yhteydet ahdistus- ja masennusoireisiin.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	1.5251	0.0233	65.463	<.001
Seksuallinen häirintä	0.0933	0.0954	0.978	0.328
Sukupuoleen perustuva häirintä	0.2280	0.0708	3.218	0.001
Kiusaaminen	0.2269	0.0722	3.141	0.002
Muu epäasiallinen toiminta	0.2343	0.0446	5.256	<.001
Fyysinen väkivalta	0.2165	0.1403	1.543	0.123
Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös	0.0811	0.0740	1.096	0.274
Vastuuton toiminta	0.1764	0.0715	2.466	0.014

*Stressi.* Lineaarisen regressioanalyysin mukaan sukupuoleen liittyvä häirintä ja muu epäasiallinen toiminta olivat tilastollisesti erittäin merkitsevässä yhteydessä stressin kokemiseen. Lisäksi seksuaalinen häirintä sekä epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös olivat tilastollisesti merkitsevässä yhteydessä stressin kokemiseen. Toisin sanoen, mitä enemmän edellä mainittuja epäasiallisen toiminnan muotoja koettiin, sitä enemmän koettiin stressiä. Vastuuton/epäasiallinen toiminta selitti stressin vaihtelusta 17,1 prosenttia. (Taulukko 35).

**Taulukko 35. Epäasiallisen toiminnan yhteydet stressiin.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	1.9427	0.0365	53.194	<.001
Seksuallinen häirintä	0.3636	0.1496	2.431	0.015
Sukupuoleen perustuva häirintä	0.5862	0.1109	5.285	<.001
Kiusaaminen	0.2230	0.1140	1.956	0.051
Muu epäasiallinen toiminta	0.4550	0.0696	6.541	<.001
Fyysinen väkivalta	0.0631	0.2199	0.287	0.774
Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös	0.2819	0.1160	2.431	0.015
Vastuuton toiminta	0.1834	0.1115	1.645	0.100

### 5.1.1 Yhteenveto

Vastuuton ja epäasiallinen kohtelu lisää stressiä ja masennus- ja ahdistusoireita ja vähentää viihtymistä ja positiivista mielialaa. Ennen kaikkea muu epäasiallinen toiminta oli selkeästi yhteydessä lisääntyneeseen oirehtimiseen ja stressin kokemuksiin sekä vähentyneeseen viihtymiseen ja positiiviseen mielialaan. Alla olevassa taulukossa 36 on koostettu epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun yhteydet hyvin- ja pahoinvointiin siten, että plusmerkki kertoo positiivisesta yhteydestä ja miinusmerkki negatiivisesta yhteydestä ja merkkien lukumäärä yhteyden voimakkuudesta. Mikäli mitään merkkiä ei ole, yhteyttä ei ole havaittu.

**Taulukko 36. Vastuuttoman ja epäasiallisen kohtelun kootut yhteydet hyvin- ja pahoinvointiin.**

+ tai - = lievä yhteys, ++ tai -- = kohtalainen yhteys, +++ tai

--- = voimakas yhteys.

	Seksuuallinen häirintä	Sukupuoleen liittyvä häirintä	Kiusaaminen	Muu epäasiallinen toiminta	Fyysinen väkivalta	Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös	Vastuuton toiminta
Viihtyminen				--	-		
Positiivinen mieliala		-		---			
Masennus- ja ahdistusoireet		++	++	+++			+
Stressi	+	+++		+++		+	

## 5.2 Asiallisen ja vastuullisen kohtelun yhteydet hyvin- ja pahoinvointiin

Viihtyminen urheilussa. Lineaarisen regressioanalyysin mukaan kukoistus (ts. PERMA), tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto ja prososiaalinen toiminta lisäsivät viihtymisen kokemusta. Sen sijaan minäsuuntautunut motivaatioilmasto laski viihtymistä. Edellä mainitut tekijät selittivät viihtymisestä 32,8 prosenttia. (Taulukko 37).

**Taulukko 37. Myönteisten kokemusten yhteys viihtymiseen urheilussa.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	0.2066	0.1698	1.22	0.224
Kukoistus	0.1562	0.0130	12.05	<.001
Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto	0.4253	0.0324	13.13	<.001
Minäsuuntautunut motivaatioilmasto	-0.0459	0.0165	-2.79	0.005
Prososiaalinen toiminta	0.2775	0.0231	12.02	<.001

Kun tutkittiin erikseen kukoistuksen (PERMA) osa-alueiden yhteydet viihtymiseen, voitiin todeta, että myönteiset tunteet ja päämäärien saavuttaminen urheilussa lisäsivät viihtymistä. Kukoistuksen osa-alueet, motivaatioilmasto ja prososiaalinen toiminta selittivät viihtymisestä 35 prosenttia. Toisin sanoen vastuullinen ja asiallinen toiminta lisäsi tilastollisesti merkitsevästi viihtymistä. (Taulukko 38).

**Taulukko 38. Kukoistuksen eri osa-alueiden, motivaatioilmaston ja prososiaalisen toiminnan yhteyden viihtymiseen.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	0.1201	0.1701	0.706	0.480
Myönteiset tunteet	0.1273	0.0173	7.367	<.001
Saavuttaminen	0.0603	0.0171	3.527	<.001
Ihmissuhteet	-0.0230	0.0127	-1.815	0.070
Merkityksellisyys	-0.0115	0.0146	-0.790	0.430
Sitoutuminen	0.0277	0.0145	1.910	0.056
Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto	0.4156	0.0322	12.893	<.001
Minäsuuntautunut motivaatioilmasto	-0.0460	0.0162	-2.836	0.005
Prososiaalinen toiminta	0.2670	0.0229	11.674	<.001

*Positiivinen mieliala.* Lineaarisen regressioanalyysin mukaan kukoistus (PERMA yhteensä) ja minäsuuntautunut motivaatioilmasto lisäsivät positiivisen mielialan kokemista. Positiivisesta mielialasta saatiin edellä mainituilla tekijöillä selitettyä 49,2 prosenttia. (Taulukko 39).

**Taulukko 39. Myönteisten kokemusten yhteys positiiviseen mielialaan.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	0.7107	0.1592	4.464	<.001
Kukoistus	0.4507	0.0121	37.191	<.001
Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto	0.0169	0.0304	0.556	0.578
Minäsuuntautunut motivaatioilmasto	0.0561	0.0155	3.621	<.001
Prososiaalinen toiminta	0.0118	0.0216	0.547	0.585

Kun tutkittiin kukoistuksen osa-alueiden yhteydet, voitiin todeta, että myönteiset tunteet, merkityksellisyden kokemus ja päämäärien saavuttaminen lisäsivät positiivisen mielialan kokemista. Motivaatioilmasto (minäsuuntautunut), prososiaalinen toiminta ja kukoistuksen eri osa-alueet selittivät positiivisesta mielialasta 52,4 prosenttia. Vastuullisella ja asiallisella kohtelulla oli siis tilastollisesti merkitsevä yhteys positiiviseen mielialaan. (Taulukko 40).

**Taulukko 40. Kukoistuksen eri osa-alueiden, motivaatioilmaston ja prososiaalisen toiminnan yhteydet positiiviseen mielialaan.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	0.87251	0.1570	5.556	<.001
Positiiviset tunteet	0.23612	0.0160	14.783	<.001
Saavuttaminen	0.05186	0.0157	3.293	0.001
Ihmissuhteet	-0.00856	0.0118	-0.725	0.469
Merkityksellisyys	0.11158	0.0135	8.274	<.001
Sitoutuminen	0.02641	0.0134	1.976	0.048
Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto	0.03705	0.0297	1.246	0.213
Minäsuuntautunut motivaatioilmasto	0.05150	0.0150	3.428	<.001
Prososiaalinen toiminta	0.01535	0.0211	0.729	0.466

*Ahdistus- ja masennusoireet.* Lineaarisen regressioanalyysin mukaan kukoistus ja minä- sekä tehtävuuntautunut motivaatioilmasto olivat yhteydessä ahdistus- ja masennusoireiluun. Toisin sanoen, mitä vähemmän kukoistusta urheilija koki ja toisaalta mitä enemmän hän koki minä- ja/tai tehtävuuntautunutta motivaatioilmastoa, sitä enemmän hän oireili. Edellä mainitut tekijät selittivät pahoinvoinnista 38,7 prosenttia. (Taulukko 41).

**Taulukko 41. Myönteisten kokemusten yhteydet ahdistus- ja masennusoireisiin.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	4.0836	0.1521	26.85	<.001
Kukoistus	-0.3498	0.0116	-30.20	<.001
Tehtävuuntautunut motivaatioilmasto	0.0780	0.0291	2.68	0.007
Minäsuuntautunut motivaatioilmasto	0.0398	0.0148	2.69	0.007
Prososiaalinen toiminta	-0.0299	0.0207	-1.45	0.149

Tutkittaessa kukoistuksen (PERMA) osa-alueiden yhteydet, voitiin todeta, että sitoutuminen, myönteiset tunteet ja merkityksellisyys olivat tilastollisesti erittäin merkittävässä yhteydessä oireiluun. Toisin sanoen, mitä sitoutuneempi ja mitä vähemmän myönteisiä tunteita ja merkityksellisyyttä koettiin, sitä enemmän koettiin ahdistus- ja masennusoireita. Tässä mallissa vain minäsuuntautunut motivaatioilmasto oli yhteydessä oireiluun. Toisin sanoen, mitä minäsuuntautuneemmaksi urheilija koki motivaatioilmaston, sen enemmän hän koki oireilua. Edellä mainitut tekijät selittivät oireilusta 45,2 prosenttia. (Taulukko 42).

**Taulukko 42. Kukoistuksen eri osa-alueiden, motivaatioilmaston ja prososiaalisen toiminnan yhteydet ahdistus- ja masennusoireisiin.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	3.80184	0.1464	25.965	<.001
Myönteiset tunteet	-0.24819	0.0149	-16.636	<.001
Saavuttaminen	0.00333	0.0148	0.225	0.822
Ihmissuhteet	0.00982	0.0110	0.894	0.371
Merkityksellisyys	-0.09003	0.0126	-7.139	<.001
Sitoutuminen	0.04147	0.0125	3.318	<.001
Tehtävuuntautunut motivaatioilmasto	0.03957	0.0278	1.421	0.155
Minäsuuntautunut motivaatioilmasto	0.03984	0.0140	2.841	0.005
Prososiaalinen toiminta	-0.03760	0.0197	-1.906	0.057

*Stressi.* Lineaarisen regressioanalyysin mukaan kukoistus, tehtävu- ja minäsuuntautunut motivaatioilmasto sekä prososiaalinen toiminta olivat merkittävästi yhteydessä stressiin. Vähäinen kukoistus ja prososiaalinen toiminta lisäsivät stressin kokemusta ja toisaalta sekä tehtävuuntautunut että minäsuuntautunut motivaatioilmasto oli positiivisessa yhteydessä stressiin. Eli mitä minäsuuntautuneempi motivaatioilmasto, sitä enemmän stressiä ja toisaalta mitä tehtävuuntautuneempi motivaatioilmastossa, sitä enemmän stressiä. Viimeksi mainittu yhteys ei ollut kuitenkaan yhtä vahva. Tällä mallilla tosin selitettiin stressin kokemuksesta vain 16,2 prosenttia. (Taulukko 43).

**Taulukko 43. Myönteisten kokemusten yhteydet stressiin.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	4.430	0.2772	15.98	<.001
Kukoistus	-0.335	0.0211	-15.84	<.001
Tehtävuuntautunut motivaatioilmasto	0.161	0.0530	3.03	0.002
Minäsuuntautunut motivaatioilmasto	0.108	0.0270	3.99	<.001
Prososiaalinen toiminta	-0.101	0.0377	-2.68	0.007

Sen sijaan, kun tutkittiin PERMAN eri osa-alueiden yhteydet, voitiin todeta, että mitä sitoutuneempi urheilija oli, mitä vähemmän hän koki myönteisiä tunteita ja merkityksellisyyttä, sitä enemmän hän koki stressiä. Yhtä lailla, mitä vähemmän tehtävuuntautuneeksi urheilija arvioi motivaatioilmastoa ja mitä vähemmän ilmeni prososiaalista toimintaa sekä mitä minäsuuntautuneemmaksi hän arvioi motivaatioilmaston, sitä enemmän hän koki stressiä. Stressin kokemuksesta edellä mainitut vastuullisen ja asiallisen toiminnan eri osa-alueet selittivät 20,7 prosenttia. (Taulukko 44).

**Taulukko 44. Kukoistuksen eri osa-alueiden, motivaatioilmaston ja prososiaalisen toiminnan yhteydet stressiin.**

*B = standardoimaton regressiokerroin, SE = keskiarvo.*

Selittäjä	B	SE	t	p
Vakiotermi	4.3096	0.2747	15.690	<.001
Myönteiset tunteet	-0.2756	0.0280	-9.831	<.001
Saavuttaminen	-0.0839	0.0277	-3.030	0.002
Ihmissuhteet	0.0170	0.0206	0.822	0.411
Merkityksellisyys	-0.0494	0.0237	-2.081	0.038
Sitoutuminen	0.1036	0.0235	4.416	<.001
Tehtävuuntautunut motivaatioilmasto	0.1200	0.0522	2.298	0.022
Minäsuuntautunut motivaatioilmasto	0.0997	0.0263	3.789	<.001
Prososiaalinen toiminta	-0.1033	0.0370	-2.789	0.005

## 5.2.1 Yhteenveto

Tutkimuksen mukaan kukoistus, ennen kaikkea myönteiset tunteet ja päämäärien saavuttaminen edistivät hyvinvointia eli positiivista mielialaa ja viihtymistä. Kun taas kukoistuksen vähäisyys oli yhteydessä pahoinvointiin eli ahdistus- ja masennusoireisiin ja stressiin. PERMAN osa-alueista poikkeuksena oli sitoutuminen, sillä sitoutuminen oli positiivisessa yhteydessä oirehtimiseen. Urheilijan koettut myönteiset tunteet, merkityksellisyden kokeminen ja päämäärien saavuttaminen olivat negatiivisesti yhteydessä stressiin, kun taas korkeampi sitoutuminen yhdistyi stressiin. Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto lisäsi viihtymistä, mutta oli positiivisesti yhteydessä ahdistus- ja masennusoireisiin sekä stressin kokemuksiin. Minäsuuntautunut motivaatioilmasto taas laski viihtymistä, mutta oli yhteydessä sekä lisääntyneeseen positiiviseen mielialaan että oireiluun ja stressiin. Prososiaalinen toiminta sen sijaan lisäsi viihtymistä ja laski stressin kokemista. Taulukkoon 45 on koostettu vastuullisen ja asialli-

sen kohtelun yhteydet hyvinvointiin ja pahoinvointiin, niin että plusmerkki kertoo positiivisesta yhteydestä ja miinusmerkki negatiivisesta yhteydestä ja merkkien lukumäärä yhteyden voimakkuudesta. Mikäli mitään merkkiä ei ole, yhteyttä ei ole havaittu.

### Taulukko 45. Vastuullisen ja asiallisen kohtelun kootut yhteydet hyvinvointiin ja pahoinvointiin.

\*= mallissa, jossa kukoistus summamuuttujana, merkitsevä yhteys, mutta mallissa, jossa kukoistuksen osa-alueet erikseen tutkittuina, ei yhteyttä. + tai - = lievä yhteys, ++ tai -- = kohtalainen yhteys, +++ tai --- = voimakas yhteys.

	Viihtyminen	Positiivinen mieliala	Ahdistus- ja masennusoireet	Stressi
Kukoistus	+++	+++	---	---
Myönteiset tunteet	+++	+++	---	---
Saavuttaminen	+++	++		--
Ihmissuhteet				
Merkityksellisyys		+++	---	-
Sitoutuminen		+	+++	+++
Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto	+++		+++*	++
Minäsuuntautunut motivaatioilmasto	--	+++	++	+++
Prososiaalinen toiminta	+++			--



### Urheilijan näkemys tutkimuksessa

*”Turvallisesta toimintaympäristöstä pitäisi edelleen puhua enemmän sekä siitä, mikä on ok toimintaa ja mikä ei. Lisäksi lajien, joukkueiden sekä seurojen toimintakulttuureja tulisi tarkastella kriittisesti ja asioista tulisi puhua avoimesti. Tärkeää olisi tarkastella, miten epäasiallista käytöstä voidaan ehkäistä ihan joukkueiden jokapäiväisestä toiminnasta ja käytännöistä lähtien”.*



# 6 URHEILIJOIDEN NÄKEMYKSIÄ TURVALLISEN URHEILUYMPÄRISTÖN EDISTÄMISEKSI SEKÄ EPÄASIALLISEN JA VASTUUTTOMAN KOHTELUN ESTÄMISEKSI

Kyselyn lopussa (tutkimuskysymys 6) urheilijoilta kysyttiin toimenpide-ehdotuksia ja ideoita sekä ajatuksia turvallisen urheiluympäristön toteutumiseksi sekä myönteisten ja hyvien toimintamallien edistämiseksi. Samalla kysyttiin ideoita ja ajatuksia, miten epäasiallista ja vastuutonta kohtelua estää tai ehkäistä. Avovastauksia tuli useita satoja. Tähän lukuun on koostettu keskeiset avovastauksien tulokset. Avovastauksista poimittiin tyypilliset toistuvat teemat. Jokaiseen teemaan on poimittu myös esimerkivastauksia teema-alueesta.

## 6.1 Toimintakulttuurin ja -tapojen muutos

Kun vastauksia luokiteltiin teemojen mukaan, havaittiin, että eniten urheilijoiden vastauksissa korostui toive toimintakulttuurin ja -tapojen muutoksesta. Tällä tarkoitettiin avoimen, myönteisen ja toista kunnioittavan keskustelukulttuurin luomista. Vastauksissa korostui toive tasa-arvosta ja siitä, että urheilija voisi ja uskaltaisi rohkeasti tuoda esille asioita, jotka häiritsevät: *"Uskallus puhua julkisesti ilman häpeää aiheen ympärillä"*. Avoimuuteen liittyi myös toive voida puhua epäasialliseen kohteluun liittyvistä teemoista ilman, että kokee puhuvansa kielletystä asiasta: *"Pääsisi irti tabun leimasta"*.

Toimintakulttuurin muutokseen linkittyi vahvasti eettiset periaatteet ja ylipäätään toimintaohjeiden jalkauttaminen käytäntöön. Lisäksi toivottiin vahvempaa seurausten toteutumista: *"Seurojen käyttöön safe space periaatteet, joiden mukaan kaikki hyväksytään urheiluun sellaisena kuin ovat, ja joiden rikkomisella on seuraamuksia"*.

Urheilukulttuurin muutokseen liittyi myös toive niin kutsutun "sisäpiirin" tai "hyvä veli" -järjestelmän muutoksesta. Sen tiedostamista ja muuttamista pidettiin tärkeänä: *"Urheilujärjestöissä säännölliset henkilöstövaihdokset auttaisivat hyvä veli -verkostojen muodostumiselta"*

Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun kitkemiseksi toivottiin myös selkeitä ohjeita, kuten mitä tehdä, jos kokee tai havaitsee kyseenomaista kielteistä toimintaa, kenen puoleen kääntyä ja milloin tulee puuttua. *"Työkälypakkia"* siihen, mitä ja miten tehdä, toivottiin. *"Kaikki on varmaan jo kirjoitettu. Otetaan valmiit ohjeet käyttöön"*. Lisäksi toivottiin erillistä häirintäyhteyshenkilöä, jolla olisi juridinen eli oikeudellinen koulutus.

Erityisesti toivottiin muutosta huumorin varjolla tapahtuvaan epäasialliseen ja vastuuttomaan kohteluun: *"Huumorin varjolla kiusaaminen pois"*. Vastauksissa nousi esille

huumorin varjolla kiusaaminen, ivaaminen sekä naisiin ja seksuaalivähemmistöihin liittyvät sanalliset heitot: *"Eettisten periaatteiden tuominen paremmin esille, kulttuurinen muutos ettei huumorin varjolla ole hyväksyttävää esittää seksuaalissävyytteisiä kommentteja"*.

Naisiin kohdistuvan väheksynnän toivottiin loppuvan. Tämä näkyi jo aiemmin mainituissa tasa-arvoa ja toisen kunnioitusta toivovissa vastauksissa. Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun kitkemisen ei koettu liittyvän vain urheilun sisällä toimiviin, vaan myös katsojiin: *"Katsomokulttuurin siistiminen ...ja esimerkiksi suuremmat sanktiot negatiiviseen käyttäytymiseen vastustajaa ja tuomareita kohtaan"*. Vastauksissa nousi esille myös fanien toimintaan ja ylipäätään katsomokulttuuriin vaikuttaminen ja puuttuminen. Samojen sääntöjen toivotaan kohdistuvan myös sinne.

## 6.2 Valmentajan toiminnan ja osaamisen kehittäminen

Toinen iso teema avovastauksissa liittyi valmentajan toimintaan. Vastauksissa nostettiin valmentajan käytöksen merkitys epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun sallimiselle ja sen estämiselle: *"Huonosti käyttäytyvä valmentaja ikään kuin hyväksyy epäasiallisen käytöksen harjoitusryhmänsä sisällä"* ja *"Valmentajan rooli on merkittävä. Valmentajan on oltava vaikeissakin tilanteissa oikeudenmukainen ja puuttuttava, jos tilanteet vaativat puuttumista"*. Vastauksissa nousi esille toive valmentajan nopeasta puuttumisesta asiattoman käyttäytymisen ilmenemisessä.

Lisäksi vastauksissa korostui valmentajien koulutus ja osaamisen kehittäminen. Valmentajille toivottiin koulutusta mahdollisten epäasiallisuuksien tunnistamista ja puuttumista varten sekä koulutusta omakohtaisen vastuullisen ja asiallisen toiminnan kehittämiseksi. Esille nostettiin myös valmennustyöhön valintakriteerit ja rekrytointi.

## 6.3 Tukipalvelut urheilijoille

Kolmas teema avovastauksissa liittyi toiveeseen saada tukea ja apua, mikäli urheilija joutuu epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun kohteeksi. Tällaisia tahoja oli esimerkiksi oikeudellinen neuvonta ja urheilupsykologin palvelut. Vastauksissa tuli esille se, ettei urheilijoilla ole välttämättä tietoa, mihin ottaa yhteyttä ja mistä saisi apua: *"Haitallisten toimintamallien havaitseminen toimintaympäristössä on kaikkien vastuulla, mutta jää valitettavan usein kertomatta eteenpäin, mikäli kanavaa raportoinnille"*

*ei ole järjestetty näkyvästi ja mahdollisesti anonyymisti".* Lisäksi toivottiin matalankynnyksen palveluita, jotka olisivat myös urheilijoille rahallisesti mahdollisia: *"Matalan kustannustason urheilupsykologipalvelut".*

#### **6.4 Mitään ei tarvitse tehdä tai tekeminen on turhaa**

Avovastauksissa ilmeni myös muutamia kommentteja, joiden mukaan epäasiallisesta ja vastuuttomasta kohtelusta puhuminen ja sen esille ottaminen on turhanpäiväistä tai naurettavaa: *"Vanhat arvot kunniaan...Tällaiset turhanpäiväiset kyselyt ja keskustelut pois".* Näiden vastausten mukaan esimerkiksi tutkimuksen mukaisesta toiminnasta kysely ei edistä asiaa (ts. turvallista urheilua), tietynlainen puhe kuuluu lajiin ja se tulee kestää: *"Tämä epäasiallisuuskohtu on ihan naurettava" ja "Kuuluu lajiin eikä siitä pidä loukkaantua".* Lisäksi vastauksissa nousi esille, että kyse on huumorintajuttomuudesta, jos tällaista ei kestä: *"Pie-nimmästäkin huumorilla sävytetystä kommentista vedetään kilo herneitä nenään".*

Joissain vastauksissa nousi esille myös toivottomuus: urheilussa ilmeneviin epäasiallisuuksiin ei niiden mukaan voida vaikuttaa: *"Ei tule onnistumaan ikinä millään tasolla".* Varsinkin huippu-urheilua pidettiin maastona, jossa muutokset tämän suhteen olisivat mahdottomia: *"Ei ainakaan huippu-urheilussa".*





### Urheilijan näkemys tutkimuksessa

*”Avoimuutta täytyy lisätä. Lisäksi urheilijalla täytyisi olla mahdollisuus vaikuttaa tilanteisiin. Nytkin liittotasolla tehty parikin isoa kyselyä, mutta mitään toimenpiteitä ei tehty tilanteen parantamiseksi. Jos tällaisia kyselyitä viitsitään tehdä, pitäisi niitä lisäksi hyödyntää.”*

## 7 POHDINTA

Tutkimuksen tavoitteena oli kilpaurheilijoiden myönteisten ja kielteisten kokemusten tutkiminen suomalaisessa urheilussa. Tutkimuksessa tarkasteltiin, minkälaisia ja miten paljon myönteisiä eli asiallisia ja vastuullisia sekä kielteisiä eli epäasiallisia ja vastuuttomia kokemuksia urheilijoilla oli toiminnasta. Lisäksi selvitettiin, mitkä taustatekijät (ikä, sukupuoli ja kuuluminen vähemmistöryhmään) ja urheilulosuhteisiin liittyvät tekijät (valmentajan ja ryhmän vastuullinen toiminta sekä ryhmän valmius puuttua ja perustarpeiden tyydyttyminen eli autonomia, sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja pätevyys) olivat yhteydessä urheilijoiden myönteisiin ja kielteisiin kokemuksiin. Lopuksi tarkasteltiin, mitä hyvinvointi- (viihtyminen ja positiivinen mieliala) ja pahoinvointiseuraamuksia (ahdistus- ja masennusoireet ja stressi) myönteisillä ja kielteisillä kokemuksilla oli urheilijoille. Luvuissa 6.1 ja 6.2 pohditaan keskeisiä kuvailevia tuloksia (tutkimuskysymykset 1–3) ja luvuissa 6.3 ja 6.4 keskeisiä yhteyttä etsivien tutkimuskysymysten 4 ja 5 tuloksia. Luvussa 6.5 käydään läpi urheilijoiden toiveita, joita nousi esille avoimissa kysymyksissä (tutkimuskysymys 6). Lopuksi luvussa 6.6 arvioidaan tutkimusta ja luvussa 6.7 annetaan tutkimustuloksiin perustuvia suosituksia jatkoon.

### 7.1 Urheilijoilla runsaasti myönteisiä kokemuksia urheilussa

Tulosten mukaan urheilijat kokevat etupäässä myönteisiä kokemuksia urheilussa. Urheilijat kokivat kukoistavansa eli heillä oli melko runsaasti kokemuksia myönteisistä tunteista urheilussa, sitoutumisesta urheiluun, myönteisistä ihmissuhteista, urheilun merkityksellisyydestä ja päämäärien saavuttamisesta urheilussa. Lisäksi urheilussa arvioitiin tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston olevan vallalla ja myös prososiaalista käyttäytymistä arvioitiin ilmenevän runsaasti. Tätä voidaan pitää osin oletettuna tuloksena. Tuskin kukaan urheilisi, jos ei lähtökohtaisesti kokisi siitä saavansa myönteisiä kokemuksia.

Kaiken kaikkiaan urheilijoiden kokema kukoistus oli muihin tutkimuksiin verrattuna keskimääräistä (Butler & Kern, 2016). Kun tuloksia verrataan esimerkiksi Ascencion ym. (2018) muusikoille tekemään tutkimukseen (n = 601), voidaan todeta, että urheilijoilla oli korkeampi kukoistuksen taso kuin muusikoilla (muusikoilla  $ka = 7,34$ , urheilijoilla 7,49). Tämä näkyi myös kukoistuksen yksittäisissä osa-alueissa. Esimerkiksi positiivisten tunteiden keskiarvo oli urheilijoilla 7,5 (muusikoilla 7,04), ihmissuhteiden keskiarvo oli 7,58 (muusikoilla 7,25). Osa-alueista urheilijoiden sitoutuneisuus oli alimmalla tasolla ( $ka = 7,33$ ), mikä oli sama kuin muusikoilla.

Tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston keskiarvo oli myös korkea eli omien taitojen kehittyminen ja parhaansa yrittäminen painottuivat vallitsevassa motivaatioilmas-

tossa. Kun kokee ilmapiirin yrittämistä tukevaksi ja toisaalta urheilija keskittyy omaan kehittymiseen, se oletettavasti edistää urheilussa jatkamista. Se tiedetään, että tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto on yhteydessä hyvään suoriutumiseen, uppoutumiseen eli flow-kokemukseen (Harwood, ym., 2015).

Prososiaalinen toiminta oli myös yleistä. Toisin sanoen urheilijat kannustivat toisiaan ja antoivat myönteistä palautetta. Tämä voi kertoa siitä, että urheilijat nauttivat olostaan, jolloin myönteisten kokemusten jakaminen on osa omaa urheilukokemusta. Se tiedetään, että prososiaalinen käyttäytyminen kasvaa, kun sitä havaitsee joukkueoverilla. Kun itse saa kannustusta, sitä myös jakaa eteenpäin (Benson & Bruner, 2018).

Tässä tutkimuksessa myönteisiksi kokemuksiksi laskettiin siis kukoistus (Seligman, 2009; 2011), tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto (vs. minäsuuntautunut) (esim. Ames, 1992) sekä prososiaalinen toiminta (Kavussanu & Al-Yaaribi, 2021). Koska se, mikä määrittää myönteiseksi kokemukseksi, perustuu tutkijaryhmän valintaan, tuloksiin on hyvä suhtautua myös kriittisesti. Toisaalta, kuten Forgeard ym. (2011) toteavat katsausartikkelissaan, tutkijat toivovat kattavansa yhdellä mittarilla tutkittavan asian, vaikka kyseinen mitattava asia olisi monimutkainen. On siis mahdotonta yhden mittarin perusteella arvioida monimutkaisia ilmiöitä. Tässä tutkimuksessa myönteisiä kokemuksia kuvastamaan valittiin PERMA-mittari, koska se kuvastaa kukoistusta (Seligman, 2012) ja sitä on myös hyödynnetty urheilukontekstissa (esim. Wilczyńska ym., 2021). Urheilijoita pyydettiin vastaamaan PERMA-mittarin väitteisiin ajatellen itseä vain urheilussa. Kysymyksillä haettiin vastauksia vain ”kukoistukseen urheilussa” ei elämässä ylipäätään. Tehtäväsuuntautuneella motivaatioilmastolla tiedetään taas olevan selkeä yhteys niin hyvinvointiin (Sheehan ym. 2018) kuin sitoutumiseenkin urheilussa (esim. Alvarez ym., 2012) ja prososiaalinen toiminta taas jo sinänsä tuottaa iloa ja nautintoa (Kavussanu & Al-Yaaribi, 2021). Kun ihminen siis kokee myönteisiä tunteita, tekee merkityksellisiä asioita, haluaa kehittää itseään ja keskittyy yrittämään yhä uudelleen oppiakseen uutta sekä kannustaa toisia, hänellä ajateltiin olevan myönteisiä kokemuksia eli kokevan asiallista ja vastuullista kohtelua. Tulosten mukaan suurin osa vastaajista menee mielellään harjoituksiin ja arvioi urheilevansa vielä parin vuoden päästä, mikä myös osoittanee myönteisten kokemusten olevan osa urheiluarkea.

## 7.2 Vajaa 40 prosenttia kokenut epäasiallista ja vastuutonta kohtelua

Vaikka urheilijat kokivat myönteisiä kokemuksia paljon, ilmeni myös kielteisiä kokemuksia. Tulosten mukaan urheilijat olivat kokeneet eniten eli 38,8 prosenttia ”muuta epäasiallista toimintaa”. Muun epäasiallisen kohtelun osa-alueista noin viidennes vastaajista oli kokenut asiointia nauramista ja oman tekemisen epäoikeudenmukaista kritisoimista. Toiseksi eniten oli koettu epäasiallisen arvoista ja syrjivää käytöstä, kolmanneksi eniten kiusaamista. Neljänneksi eniten oli koettu vastuutonta toimintaa, viidenneksi sukupuoleen liittyvää häirintää ja kuudenneksi eniten seksuaalista häirintää. Vähiten kokemuksia oli fyysisestä väkivallasta, jota ilmeni 2 prosentilla vastaajista. Kaikkiaan vain reilu 30 prosenttia urheilijoista ei ollut kokenut mitään edellä mainituista kielteisistä kokemuksista.

Kun verrataan tuloksia muihin kansainvälisiin tutkimuksiin, joiden mukaan epäasiallinen kohtelu urheilussa on yleistä (Vertommen ym., 2016; Stafford ym., 2015), voidaan todeta, että suomalaiset urheilijat kokevat vähemmän kyseistä toimintaa. Kansainvälisen tutkimusnäytön mukaan psykologisen väärinkäytön (psychological abuse) yleisyys vaihtelee jopa 44 prosentista aina 75 prosenttiin (Vertommen ym., 2016; Stafford ym., 2015). Tässä tutkimuksessa ”muuta epäasiallista toimintaa” oli kohdannut noin 40 prosenttia ja sen yksittäisiä osa-alueita noin viidennes. Kun verrataan yleisesti suomalaiseen työelämään (Sutela ym., 2019; Helavuori & Karvinen, 2019), voidaan todeta sama eli urheilijat kokevat vähemmän epäasiallista ja vastuutonta kohtelua kuin suomalaisessa työelämässä yleensä. Esimerkiksi Sutelan ym. (2019) mukaan työpaikkakiusaamista on kokenut 26 prosenttia ja sitä havainnut vajaa 50 prosenttia, kun taas tässä tutkimuksessa kiusaamista oli kokenut vajaa 14 prosenttia ja havainnut vajaa 17 prosenttia. Tämä voi kertoa siitä, että suomalainen urheilukulttuuri on muuttunut ja kielteistä kohtelua ei hyväksytä. Yhtä lailla kyse voi olla edelleen siitä, että urheilijat eivät uskalla ilmaista mielipidettään, jos kokevat jonkin asian vääräksi. Vastaajista vain reilu 30 prosenttia ei ollut kokenut mitään tutkimuksen kohteina olleista epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun muodoista. Toisin sanoen vajaa 70 prosenttia oli vastannut joko kokeneensa jotain kielteistä kohtelua tai he olivat vastanneet ”en tiedä” tai ”en halua sanoa”, mikä voi viitata edellä mainittuun tulkintaan tai siihen, että epäasiallista toimintaa ei aina osata edes tunnistaa (Hartill, 2013).

SUEKin edelliseen tutkimukseen verrattuna, jossa keskitettiin seksuaaliseen ja sukupuoliseen häirintään, voidaan todeta, että tämän aineiston mukaiset kokemukset seksuaalisesta häirinnästä olivat selkeästi (5 % vs. 26 %) ja sukupuoleen perustuvasta häirinnästä hieman (12,5 % vs. 14 %) vähäisempiä (Lahti ym., 2020). Tulokseen on voinut vaikuttaa aktiivinen puuttuminen väärinkäytöksiin ja julkinen keskustelu sekä urheilijoiden aktiivinen ulostulo

aiheesta. Aineistojen välinen vertailu on kuitenkin vaikeaa, koska emme tiedä, onko vastaajissa samoja urheilijoita. Emme voi myöskään tietää, kenelle tutkimuskysely lähti, eli jäikö joku ryhmä kokonaan vaille kyselylinkkiä. Emme myöskään tiedä sitä, ketkä jättivät kokonaan vastaamatta kyselyyn. Se, jättivätkö epäasiallista ja vastuutonta kohtelua kokeneet vastaamatta, jää arvailujen varaan. Näistä syistä yleisyytlukuihin on hyvä suhtautua näiltä osin varauksellisesti. Toisaalta kyselyyn vastanneet edustivat suhteellisen hyvin suomalaisia huippu-urheilijoita, joten voimme sanoa, että epäasiallista ja vastuutonta kohtelua esiintyy, mutta vähemmän kuin maailmanlaajuisessa urheilukontekstissa. Tutkimuksen mukaan suurin osa vastaajista eli yli 80 prosenttia koki, että omassa seurassa (tai urheiluyhteisössä) saa olla oma itsensä sukupuolesta, seksuaalisesta suuntautuneisuudesta tai/ ja taustasta riippumatta, mikä tukee edellä esitettyä tulkintaa.

Tulosten mukaan urheilijat olivat havainneet eniten ”muuta epäasiallista toimintaa” (17,2 %) ja toiseksi eniten kiusaamista (16,6 %). Muihin tutkimuksiin verrattuna myöskin nämä havainnot ovat harvinaisempia kuin muualla. Esimerkiksi Cookin ym. (2010) tutkimuksen mukaan urheilussa psykologista häirintää ja epäasiallista toimintaa oli todistanut yli puolet vastaajista. Tulos voidaan tulkita joko niin, että vaikka kiusaamista havaitaan, sitä on vähemmän Suomessa kuin muualla maailmassa tai se voi kertoa myös siitä, että kiusaamista pidetään Suomessa osana normaalia urheiluun kuuluvaa toimintaa, joten sitä ei lievävä osata tunnistaa. Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun kohdalla toimintakulttuuri ja käytetty kieli vaikuttavat siihen, mitä pidetään ylipäätään epäasiallisena toimintana ja mitä ei (Hartill, 2013; Vartia & Perkkajortikka, 1994; Strand, 2021). Toisin sanoen, koetaanko esimerkiksi käytetyt sanat kiusoittelemiseksi eikä kiusaamisena tai onko totuttu niin sanottuun maskuliiniseen narratiiviin, jolloin asiaton tapa puhua kuuluu kulttuuriseen kontekstiin. Esimerkiksi eräs vastaaja kuvasi asiaa: ”Välillä voi olla erittäin vaikeaa todentaa, mikä on epäasiallista käytöstä ja mikä ei...Esimerkiksi huutaminen ei ole huippu-urheilussa välttämättä asiointia käytöstä” ja toinen näin: ”Useimmat kysymykset tässä koin olevan normaaleja tilanteita, mitkä koin olevan itsestänselvyyksiä...”.

Vaikka epäasiallista ja vastuutonta kohtelua esiintyy tämän tutkimuksen mukaan vähemmän suomalaisessa urheilussa kuin kansainvälisissä tutkimuksissa, ilmenee huonoa kohtelua kuitenkin. Jokainen tapaus on liikaa. Suomalaisessa urheilussa suurin työ on epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun tunnistamisessa sekä rohkeudessa ottaa häiriökäyttäytyminen heti esille. Epäasialliseen ja vastuuttomaan kohteluun tulee puuttua ja puuttumisen malleja pitää ottaa entistä tehokkaammin käyttöön urheiluorganisaatioissa.

### 7.2.1 Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun tekijä etupäässä toinen urheilija

Tulosten mukaan toinen urheilija oli useimmiten mainittu tekijäksi epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun eri muodoissa. Tämän suhteen tilanne näyttytyi samana myös SUEKin edellisessä tutkimuksessa, jossa seksuaalisen häirinnän kohdalla tekijäksi mainittiin 35 prosentissa toinen urheilija ja sukupuoleen perustuvassa häirinnässä 29 prosentissa tapauksia (Lahti ym., 2020). Kuitenkin prosentuaalisesti toisen urheilijan kokeminen epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun tekijän rooliin on nousut selkeästi, sillä esimerkiksi seksuaalisen ja sukupuoleen perustuvan häirinnän kohdalla se oli tässä tutkimuksessa vajaa 50 prosenttia. Tämä tukee myös kansainvälistä tutkimusnäyttöä, jonka mukaan toinen urheilija on usein tekijä (esim. Vertommen ym., 2017). Urheilukulttuurin muutos suuntaan, jossa osataan tunnistaa epäasiallinen ja vastuuton kohtelu ja siihen voidaan puuttua matalla kynnyksellä, näyttytyy oleellisena ja tärkeänä seuraavana askeleena. Kun vertainen eli toinen urheilija uskaltaa sanoa, mikä on asiatonta, voi se jo tuoda hyvää puskuria epäasiallista ja vastuutonta kohtelua vastaan urheilukontekstissa.

Kun verrataan SUEKin aiempaan tutkimukseen, toinen muutos liittyy yleisön, fanien, sosiaalisen median seuraajien sekä muiden vastaavien kokemiseen, jotka miellettiin nyt toiseksi suurimpana tekijänä seksuaalisen ja sukupuoleen perustuvan häirinnän kohdalla, kun Lahden ym. (2020) tutkimuksessa toiseksi useimmin tekijäksi mainittiin valmentaja. Kansainvälisistä tutkimuksista, joissa on erikseen eritelty tekijä, voidaan nähdä, että urheilun sisältä tulevien toimijoiden sijaan myös katsojat ja fanit ovat syyllistyneet urheilijoiden häirintään (mm. Rintaugu ym., 2014). Katsojien ja fanien kohdalla on näyttöä myös siitä, miten he suhtautuvat urheilijoihin, esimerkiksi urheilijan julkiseen häpäisemiseen, jos tämä rikkoo normeja (esim. MacPherson & Kerr, 2021). Urheilijoiden julkinen 'työ' ja somekanavien tarjoama helppo tapa arvostella tai pyrkiä kontaktiin on varmasti osaltaan lisännyt seksuaalista ja sukupuoleen liittyvää häirintää.

Tässä tutkimuksessa valmentaja mainittiin muun epäasiallisen toiminnan kohdalla toiseksi useimmin tekijänä ja vastuuttomassa toiminnassa yleisimpänä tekijänä. Valmentajan suhdetta ja valta-asemaa urheilijoihin sekä sen merkitystä epäasiallisessa toiminnassa on tutkittu paljon (esim. Gaedicke ym., 2021) ja todettu, että valmentajan valta- ja auktoriteettiasema ja mahdollisuus kontrolloida urheilijan tekemistä voi lisätä riskiä epäasialliselle ja vastuuttomalle kohtelulle (Roberts ym., 2019; Stirling & Kerr, 2009).

### 7.2.2 Epäasiallisesta ja vastuuttomasta kohtelusta kertominen ei johda muutokseen

Tulosten mukaan vaihtelu oli suurta sen suhteen, kerrottiinko epäasiallisesta ja vastuuttomasta kohtelusta eteen-

päin. Vaikka tiedetään, että häirintä ja syrjintä on yleistä urheilussa, siitä ei välttämättä kerrota. Urheilijat pelkävät esimerkiksi, etteivät tule valituksi enää ryhmään tai joukkueeseen tai että kyseistä häiritsijää ei haluta loukata tai pelätään, että valittaminen voisi vaikuttaa negatiivisesti kyseisen häiritsijän työhön tai perheeseen (Fasting ym., 2007). Fastingin ym. (2007) mukaan niin kutsuttu hyvän valmentajan maine suojelee häiritsijää eikä siihen siksi puututa.

Yleisesti ottaen tämän tutkimuksen perusteella näyttäisi, että urheilijat yleensä kertovat kokemuksistaan eteenpäin jollekin. Sukupuoleen kohdistuvasta häirinnästä kerrottiin harvemmin kuin muusta epäasiallisesta ja vastuuttomasta kohtelusta. Tätä voi osin selittää urheilukulttuuriin liittyvä ilmiö, jossa esimerkiksi sukupuolisesti värittyneet tai muita sukupuolia väheksytyt puhe on normalisoitunut (Hartill, 2013; Adams ym., 2010).

Urheilijat kertoivat omista kokemuksistaan etupäässä toiselle urheilijalle tai jollekin läheiselle, minkä voi olettaa olevan oletettu tulos. Kun kokee ikävää, sen etupäässä haluaa kertoa luotettavalle ihmiselle. Asian jakaminen voi jo sinänsä helpottaa omaa oloa, vaikka se ei välttämättä johda muutokseen toiminnassa.

Edellisen SUEKin tutkimuksen (Lahti ym., 2020) mukaan suurin osa urheilijoista ei tiennyt, onko lajiliitto puuttunut tai tehnyt toimenpiteitä ehkäistäkseen häirintää. Niin pitkään, kun urheiluorganisaatioissa toimivien valtaapitävien asenteet ja käytänteet sekä toimintamallit eivät ole läpinäkyviä, turvallisuutta korostavia (Shannon & McCullum, 2013; Stirling ym., 2011), lienee odotettava, että epäasiallisesta toiminnasta kertominen on vaikeaa virallista reittiä pitkin organisaation sisällä.

Suurin osa eli yli puolet koki, ettei tilannetta ollut edes selvitetty. Tähän syynä mainittiin se, että urheilijalla oli pyrkimys olla välittämättä tai että tilanne ei muuttuisi kuitenkaan. Urheilussa elävät käsitykset, joiden mukaan vain psykologisesti vahvat ihmiset pärjäävät (Vveinhardt & Fominene, 2020), tai pyrkimys pitää yllä kova maine, jotta saisi kunnioitusta (Grange & Kerr, 2016), voivat olla yksi syy siihen, että asian annetaan olla. Usko, ettei asia muuttuisi kuitenkaan, kertoo myös siitä, miten vaikea urheilukulttuurissa ilmeneviä käsityksiä ja uskomuksia on muuttaa.

Kun kysyttiin, loppuiko epäasiallinen toiminta, voitiin todeta, että harvemmin se loppui kokonaan, vaikka sitä olisi pyritty selvittämään joko urheilijan kanssa tai ilman hänen läsnäoloaan. Tämä voi kertoa juuri siitä, että urheilukontekstissa ei osata erottaa vastuutonta ja vastuullista toimintaa toisistaan. Toisin sanoen tietynlainen "epäasiallinen" toiminta ikään kuin kuuluu asiaan, jotta tuloksia voidaan saavuttaa (Stirling & Kerr, 2014). Näin ollen yksittäiselle urheilijalle voi jäädä olo, että epäasiallinen ja vastuuton kohtelu saa osittain jatkaa. Roberts ym. (2020) katsausartikkelin mukaan epäasiallista käyttäytymistä

suvaitseviin urheiluorganisaatiokulttuureihin kuuluu myös jäsenten epäselvä käsitys siitä, mikä on epäasiallista ja mikä ei, minkä vuoksi se ei kokonaan edes voi loppua.

### 7.3 Taustatekijöillä ja urheiluolosuhteilla merkitystä urheilijoiden myönteisiin ja kielteisiin kokemuksiin

Tietyt taustatekijät, kuten sukupuoli ja vähemmistöryhmään kuuluminen, sekä urheiluolosuhteet, kuten ryhmän vastuullinen toiminta, vaikuttavat siihen, miten urheilijat kokevat urheilussa olemisen ja toimimisen. Luvuissa 7.3.1–7.3.6 tarkastellaan, mitkä keskeiset taustatekijät ja urheiluolosuhtetekijät ovat yhteydessä myönteisiin ja kielteisiin kokemuksiin sekä pohditaan niiden merkitystä. Jälleen luvuissa pohditaan vain keskeisiä tuloksia.

#### 7.3.1 Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun uhri etupäässä nainen, myös nuori ikä riskitekijänä

Naiset olivat kokeneet eniten epäasiallista ja vastuutonta kohtelua. Seksuaalista ja sukupuoleen perustuvaa häirintää miehistä oli kokenut alle 5 prosentista reiluun 10 prosenttiin (seksuaalista häirintää 12,1 % ja sukupuoleen perustuvaa häirintää 4,7 %) ja naisista yli 85 prosenttia (seksuaalista häirintää 86,0 % ja sukupuoleen perustuvaa 93,0 %). Kun lukuja verrataan SUEKin edelliseen tutkimukseen (Lahti ym., 2020), voidaan todeta, että huolimatta häirinnän kokonaismäärän vähenemisestä, naisten kokemus seksuaalisesta ja sukupuoleen perustuvasta häirinnästä on edelleen noussut. Tulos vastaa kansainvälisiä tutkimustuloksia, joiden mukaan naiset joutuvat kokemaan enemmän häirintää kuin miehet (esim. Fasting ym., 2003).

Kun tutkittiin taustatekijöiden yhteyttä epäasialliseen ja vastuuttomaan kohteluun, havaittiin, että naissukupuoli oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä seksuaaliseen ja sukupuoleen perustuvaan häirintään, kiusaamiseen, syrjintään sekä vastuuttomaan toimintaan. Tämä tulos saa tukea myös muista tutkimuksista (esim. Fasting ym., 2003; Stierling ym., 2011). Vähättely, naiseuden pitäminen niin kutsutusti toiseutena selittää tutkimustulosta. Maskuliininen narratiivi ja tapa puhua myös estää muutoksen mahdollisuutta, koska kyseistä diskursia ei osata kyseenalaistaa (Adams ym., 2010; Connell, 2013). Miessukupuoli lisäsi riskiä kokea fyysistä väkivaltaa, mikä voidaan tulkita edellä mainittuna hypermaskuliinisen ja aggressiivisen käsityksen ilmentymänä (Anderson, 2008). Miehisyyteen kuuluu ikään kuin aggressiivisuus (Connell, 2013), mikä ahtauttaa myös miessukupuolen olemista. Tässä tutkimuksessa fyysistä väkivaltaa oli koettu vähiten (vain 2,0 %), joten kyse voi olla myös lajisidonnaisuudesta. Toisin sanoen nämä kaksi prosenttia edustavat urheilijoita sellaisista lajeista, johon aggressiivinen toiminta (esim. töniminen) yhdistyy.

lältään nuoremmat kokivat enemmän kiusaamista, muuta epäasiallista toimintaa, fyysistä väkivaltaa ja vastuutonta

toimintaa. Tämä tulos vastaa myös kansainvälistä tutkimusnäyttöä, joiden mukaan urheilijoiden nuori ikä on erityinen riskitekijä epäasialliselle toiminnalle (Mountjoy ym., 2016; Stierling ym., 2011). Tässä tutkimuksessa naisia oli enemmän nuoremmassa ikäryhmässä kuin miehiä, joten ennen kaikkea nuoret naiset näyttävät olevan erityinen riskiryhmä (ks. myös Stierling ym., 2011).

#### 7.3.2 Iällä ja sukupuolella merkitystä motivaatioilmastoon, vähemmän kukoistukseen

Nuoremmat urheilijat arvioivat motivaatioilmaston yhtäältä tehtäväsuuntautuneemmaksi ja toisaalta myös minäsuuntautuneemmaksi kuin vanhemmat urheilijat. Lisäksi naiset arvioivat motivaatioilmaston tehtäväsuuntautuneemmaksi kuin miehet, kun taas miehet arvioivat motivaatioilmaston minäsuuntautuneemmaksi kuin naiset. Tämä vastaa myös kansainvälisiä tutkimuksia, joiden mukaan sukupuolella on edellä mainittu yhteys (esim. Gråstén & Watt, 2017).

Tehtäväsuuntautuneessa motivaatioilmastossa keskitytään yrittämiseen ja uuden oppimiseen eikä niinkään suoriutumisen vertailuun, jossa voitto ja virheettömyys ovat ainoa onnistumisen ja menestyksen mitta, kuten minäsuuntautuneessa motivaatioilmastossa (Jaakkola & Liukkonen, 2013b). Tehtäväsuuntautuneessa motivaatioilmastossa urheilija kokee itsensä päteväksi ja kokee myönteisiä tunteita (Harwood ym., 2015). Lisäksi tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto on yhteydessä kilpaurheilussa korkeaan suoritustehokkuuteen ja uskon lisääntymiseen tavoitteiden saavuttamiseksi (Nikander & Rovio, 2009), joten pyrkimys kohti tehtäväsuuntautunutta motivaatioilmastoa, varsinkin nuorilla, lienee hyvä tavoite. Tämän tutkimuksen perusteella näyttäisi siltä, että motivaatioilmastolla on merkitystä nuoremmalla iällä, kun taas merkityksellisuuden ja myönteisten tunteiden kokemisella vanhemmalla iällä.

lältään vanhemmat urheilijat kokivat enemmän myönteisiä tunteita ja merkityksellisyyttä kuin nuoremmat. Vanhemmat urheilijat ovat olleet urheilussa pidempään ja kokeneet myös enemmän, mikä voi selittää tulosta. Toisin sanoen, merkityksellisuuden, asioiden arvokkuuden ja niin kutsutusti suunnan etsiminen, on ollut todennäköisemmin esillä vanhemmilla urheilijoilla kuin nuoremmilla. Päätökset esimerkiksi uran jatkamisesta tai halusta panostaa urheiluun, on käyty.

#### 7.3.3 Vähemmistöryhmään kuuluminen ei yhteydessä epäasialliseen ja vastuuttomaan kohteluun, mutta estää myönteiset kokemukset

”Muu sukupuoli” ja kohta ”en halua sanoa” sukupuoltani olivat positiivisesti yhteydessä sukupuoleen perustuvaan häirintään. Tämä on osin odotettu tulos, kun verrataan muihin tutkimuksiin, joiden mukaan muun muassa trans-



ihmiset ovat usein häirinnän kohteena (Blondeel, 2018). Muun sukupuolen edustajilla riski suhteessa muihin ryhmiin oli yli 90-kertainen ja niillä, jotka eivät halunneet kertoa sukupuoltaan riski oli 36-kertainen. Se tiedetään, että sukupuolivähemmistöön kuuluva urheilija on usein häirinnän kohteena urheilussa (Kokkonen, 2019). Sukupuolen ilmaisu tavalla, joka ei ole niin kutsutusti normaatiivista tai omalle sukupuolelle tyypillistä, voi myös johtaa häirintään (Garcia, 2011). Tietoisuus ja tieto sukupuolen moninaisuudesta, sukupuoleen perustuvan häirinnän tunnistaminen ja siihen puuttuminen on tärkeää, jotta yhdenvertainen ja kunnioittava urheilukulttuuri mahdollistuu.

Toisaalta tässä tutkimuksessa kuuluminen vähemmistöryhmään ei ollut tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä mihinkään muuhun epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun muotoon. Tämä tulos poikkeaa muista tutkimuksista, joiden mukaan nimenomaan vähemmistöryhmään kuuluminen on riskitekijä joutua uhriksi epäasialliselle toiminnalle (Fasting ym., 2003; Stierling ym., 2011). Tämä voi kertoa urheilussa tehdystä tasa-arvo- ja yhdenvertaisuustyöstä sekä siitä, että vähemmistöryhmien kokemaan syrjintään ja häirintään puututaan matalalla kynnyksellä.

Vähemmistöryhmään kuuluminen oli sen sijaan negatiivisesti yhteydessä kukoistukseen: kukoistuksen osa-alueista ennen kaikkea myönteisten tunteiden kokemiseen, ihmissuhteisiin, päämäärien saavuttamiseen ja merkityksellisyiden kokemuksiin. Vähemmistöryhmään kuuluva urheilija kokee siis esimerkiksi saavansa apua ja tukea urheilussa, kun sitä tarvitsee, vähemmän kuin muut tai kokee, että voisi saavuttaa asettamansa tavoitteet harvemmin kuin muut. Tosin sanoen vähemmistöryhmään kuuluva urheilija kokee vähemmän myönteisiä kukoistuksen kokemuksia urheilussa. Vähemmistöön kuuluvien kohdalla puhutaan niin sanotusta vähemmistöstressistä, joka lisää kroonisia haasteita liittyen vähemmistöön kuulumiseen, ei vain yleensä elämään. Tällainen vähemmistöstressi voi siis sinänsä haitata ja estää myönteisten kokemusten kokemisen (Thoits, 2010; Meyer, 2015; Lee ym., 2019). Vaikka vähemmistöön kuuluvat eivät tämän tutkimuksen mukaan koe muita enemmän epäasiallista ja vastuutonta kohtelua, joutuvat he ilmeisesti asemansa (eli vähemmistöön kuulumisen takia) olemaan ”varpaillaan”, mikä estää urheilukontekstissa nauttimisen ja ilon. Sinänsä tulos on merkittävä, mikäli halutaan rakentaa arvostavaa, yhdenvertaista ja tasa-arvoista urheilukulttuuria.

Mikäli myönteisten kokemusten saavuttaminen ei ole samalla tavalla mahdollista vähemmistöryhmille, oletettavasti urheilu myös menettää potentiaalisia huippuja. Kaikkia arvostava urheilukulttuuri on hyvä tavoite, mutta sen todentumiseen näyttää olevan vielä matkaa. Myönteiset kokemukset urheilussa tulisi olla kaikkien oikeus. Tämän tutkimuksen perusteella näyttää valitettavasti siltä, että näin ei, ainakaan vielä, ole.

### 7.3.4 Ryhmän vastuullinen toiminta ja toimintavalmiuspuskuri epäasialliselle ja vastuuttomalle kohtelulle

Ryhmän valmiudella puuttua oli tilastollisesti merkitsevä negatiivinen yhteys seksuaaliseen häirintään, kiusaamiseen, vastuuttomaan toimintaan sekä muuhun epäasialliseen toimintaan. Ryhmän vastuullisella ja asiallisella toiminnalla taas oli tilastollisesti merkitsevä negatiivinen yhteys kiusaamiseen, syrjintään, muuhun epäasialliseen ja vastuuttomaan toimintaan. Tämän tutkimuksen perusteella nimenomaan ryhmän valmius puuttua ja ryhmän vastuullinen toiminta estää parhaiten epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun. Ainoastaan sukupuoleen perustuvaan häirintään ryhmän valmiudella puuttua ja ryhmän vastuullisella toiminnalla ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä. Kertooko tämä siitä, että sukupuoleen perustuvaa häirintää ei tunnusteta vai siitä, että ryhmän toiminnalla ei voida vaikuttaa siihen? Kuten mainittu, taustatekijöistä vain muulla sukupuolella, naissukupuolella ja kohdalla ”en halua sanoa” sukupuoltani oli tilastollisesti merkitsevä yhteys sukupuoleen perustuvaan häirintään. Oletusarvona voi siis pitää, että sukupuoleen perustuvaa häirintää ei osata tunnustaa, vaan sitä pidetään niin kutsutusti normaalina tapana puhua (Adams ym., 2010; Connell, 2013).

Tämän tutkimuksen perusteella näyttää siltä, että puskurina epäasialliselle ja vastuuttomalle kohtelulle toimii se, kun ryhmässä on turvallista olla. Tällaisessa ryhmässä uskalletaan ilmaista oma mielipide, noudatetaan yhdessä sovittuja pelisääntöjä sekä puututaan heti asiattomaan toimintaan. Urheilijoiden keskinäisellä suhteella on merkitystä siihen, miten urheilussa oleminen ylipäätään koetaan (Frazer-Thomas & Cote, 2009). Tiedetään, että epäselvät tai ristiriitaiset tavoitteet, yhteisten pelisääntöjen puuttuminen ja yhteisössä ilmenevä negatiivisuus ovat yhteydessä epäasialliseen toimintaan (Cassitto ym., 2003; Vartia ym., 2016). Tämä tutkimus vahvistaa, että yhteisten pelisääntöjen ja riittävän selkeiden toimintatapojen rakentaminen ryhmään ja urheilyyhteisöön suojaa epäasialliselta ja vastuuttomalta kohtelulta. Ryhmän toimintakulttuurin rakentamiseen, jossa on hyvä ilmapiiri, uskallusta ilmaista itsensä ja turvallista olla, kannattaa siis satsata.

Tutkittaessa ryhmän vastuullisen toiminnan merkitystä myönteisiin kokemuksiin eli asialliseen ja vastuulliseen kohteluun, havaittiin, että tilastollisesti merkitsevät positiiviset yhteydet olivat prososiaaliseen toimintaan ja myönteisiin tunteisiin. Tämä lienee odotettu lopputulos. Kun ryhmässä toimitaan vastuullisesti, siellä oletettavasti myös kannustetaan, annetaan palautetta, onnitellaan hyvistä suorituksista sekä koetaan myös myönteisiä tunteita. Kun ympäristön ilmapiiri on lämmin, turvallinen ja hyväksyvä, urheilijat kokevat myönteisiä tunteita ja nauttivat urheilusta (Fry & Gano-Overway, 2010).

Kaikkienensa tämän tutkimuksen perusteella näyttää siltä, että ryhmän vastuullisella toiminnalla on enemmän merkitystä epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun puskurina

kuin niinkään myönteisten kokemusten suorana mahdollistajana. Muut tekijät, kuten koettu pätevyyden tunne, selittää enemmän urheilijoiden myönteisiä kokemuksia urheilussa kuin ryhmän vastuullinen toiminta.

### 7.3.5 Valmentajan toiminnan merkitys ei näy suoraan

Valmentajan vastuullisella toiminnalla oli lievä positiivinen yhteys koettuun fyysiseen väkivaltaan ja negatiivinen yhteys koettuun epätasa-arvoiseen ja syrjivään käytökseen. Myönteinen yhteys fyysiseen väkivaltaan voi johtua siitä, että valmentajan vastuullinen toiminta rohkaisee urheilijaa kertomaan fyysisestä väkivallasta. Kun valmentaja koetaan vastuulliseksi, silloin on helpompi raportoida koetusta fyysisestä väkivallasta. Lievä negatiivinen yhteys syrjintään on oletettu tulos, kun katsotaan kansainvälisiä tutkimustuloksia. Tämän tutkimuksen perusteella näyttää siltä, että valmentajan merkitys on yleistä käsitystä ja kansainvälisiä tutkimustuloksia pienempi (esim. **Vveinhardt & Fominien**, 2020). Valmentajan merkitystä ja vastuuta korostetaan paljon. Kansainvälisten tutkimusten mukaan valmentajan toiminnalla on merkitystä siihen, miten paljon koetaan epäasiallista toimintaa (ks. mm. **Stirling & Kerr**, 2014; **Smits**, ym., 2016). Myös tässä tutkimuksessa vastuuttoman toiminnan kohdalla tekijänä mainittiin useimmiten valmentaja (49,4 %). Lisäksi avovastauksissa korostui valmentajan merkitys, joten valmentajan merkitystä ei voi sivuuttaa.

Tulosten perusteella näyttäisi kuitenkin, että valmentajan merkitys on oletettua vähäisempi. Valmentajan toiminta ei ehkä olekaan niin merkittävä kuin sen ajatellaan olevan. Tämä ei tarkoita sitä, etteikö valmentajan toiminnalla olisi merkitystä. Vaan tämä tarkoittaa sitä, että yhden ihmisen vaikutuksen merkityksestä tulisi päästä tarkastelemaan urheilukulttuuria, rakenteellisia tekijöitä, ryhmien valmiuksia puuttua ja ryhmien vastuullista toimintaa laajemmin. Vähintäänkin on syytä tarkastella kokonaisuutta eikä vain yhden ihmisen merkitystä, kun puhutaan epäasiallisesta ja vastuuttomasta kohtelusta.

Tulos voi kertoa myös siitä, että vaikka valmentajan koetaan olevan oikeudenmukainen ja kiinnostunut siitä, mitä urheilijalle kuuluu sekä puuttuvan, jos joku toimii asiattomasti, taustalla urheilussa vallitseva diskurssi ja tapa nähdä asiat vaikuttavat enemmän kuin varsinaisesti koettu valmentajan toiminta. **Robertsin** ym. (2019) katsausartikkelin mukaan nimenomaan urheiluyhteisön jäsenten kritiikin hyväksyntä ja sitoutuminen urheilussa vallitseviin arvoihin, kuten korkeaan suorituskykyyn, asiantuntemukseen ja maskuliinisuuteen, liittyy kaikkeen ei-vahingossa tapahtuvaan väkivaltaan. Ongelmatilanteissa on luonnollista, että katseet kääntyvät johtajaan, vaikka jokainen on osallinen siihen, miten yhteisössä voidaan ja miten siellä toimitaan.

Tämän tutkimuksen mukaan valmentajan toiminnalla oli vain pieni merkitys myös myönteisiin kokemuksiin. Tilastollisesti merkitsevä negatiivinen yhteys löytyi vain suh-

teessa minäsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon. Toisin sanoen, mitä vastuullisemmaksi valmentajan toiminta arvioitiin, sitä vähemmän minäsuuntautuneeksi motivaatioilmasto arvioitiin. Minäsuuntautunut motivaatioilmasto liittyy muun muassa kielteisiin tuloksiin, kuten ulkoiseen motivaatioon sekä kielteisiin tunteisiin (**Harwood** ym., 2015). Minäsuuntautuneessa motivaatioilmastossa urheilijat ovat myös alttiita muiden tuomioille ja arvioinneille eikä oman toiminnan arviointi ole tällöin omassa hallinnassa (**Sheehan** ym., 2018). Tämän tutkimuksen mukaan se, että valmentaja ei ole kiinnostunut siitä, mitä urheilijalle kuuluu, ei toimi oikeudenmukaisesti eikä rohkaise urheilijoita ilmaisemaan mielipiteitä, näyttäisi lisäävän siis urheilijan keskinäistä kilpailua ja arviointia korostavaa toimintaa. Urheilussa kilpailu voi siirtyä sisälle ryhmän toimintaan myös haittaavasti, mikäli valmentaja ei ole sen suhteen valppaana. Valmentajan vastuullisella toiminnalla ei kuitenkaan ollut merkitystä tehtäväsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon. Tutkimusten mukaan tehtäväsuuntautuneessa motivaatioilmastossa myös valmentaja osoittaa luottamusta urheilijoiden kyvykkyyteen sekä ottaa huomioon heidän näkemyksensä (**Harwood** ym., 2015). Oletettavasti valmentajan vaikutus näkyy sivu- teitse kulttuurin muodostuksessa ja ryhmän toiminnassa. Esimerkiksi **Vveinhardtin** ja **Fominien** (2020) tutkimuksen mukaan valmentajien käsitykset urheilijoista ja heidän tapansa olla suhteessa urheilijoihin vaikuttaa siihen, millainen toimintakulttuuri ryhmään muodostuu.

### 7.3.6 Pätevyyden kokemus lisää kukoistusta

Tässä tutkimuksessa pätevyyden kokemus oli yhteydessä kukoistukseen ja tehtäväsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon. Kun urheilijat kokevat oppivansa uusia taitoja, kokevat olevansa taitavia ja saavuttavansa tavoitteita sekä olevansa tyytyväisiä suoriutumiseensa, he kokevat myönteisiä kokemuksia urheilussa. Koettu pätevyys oli kaikista perustarpeista (autonomia, sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja pätevyys) merkityksellisin ja tilastollisesti merkitsevästi positiivisesti yhteydessä kaikkiin 'myönteiset kokemukset urheilussa' -osa-alueisiin, lukuun ottamatta prososiaalista toimintaa, johon sillä ei ollut merkitsevää yhteyttä. **Decin** ja **Ryanin** (2000) mukaan ihmisillä on sisäinen tarve kasvaa ja kehittyä sekä kehittää taitojaan, joten ymmärrettävästi tarpeen täytyminen eli pätevyyden tunteen kokeminen on yhteydessä myönteisiin kokemuksiin. Onnistumisen kokemukset ja se, että saa jotain itselle tärkeää aikaiseksi, kasvattaa luottamusta (**Liukkonen**, 2017), mikä taas lisää yrittämistä ja edelleen oppimisen myötä myös pätevyyden kokemusta. Lienee siis myös oletettavaa, että pätevyyden tunne on yhteydessä tehtäväsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon, koska molemmissa keskiössä on juuri omien taitojen kartuttaminen ja oman taitotason kehittäminen. Myös **Decin** ja **Ryanin** (2000) mukaan ihmisen pyrkimys toteuttaa omia perustarpeitaan vaikuttaa motivaatioilmastoon.

Tutkimuksessa autonomia oli positiivisessa yhteydessä vain tehtävä- ja minäsuuntautuneeseen motivaatioilmas-

toon. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus oli puolestaan positiivisessa yhteydessä kukoistukseen, myönteisiin tunteisiin ja ihmissuhteisiin sekä negatiivisessa yhteydessä minäsuuntautuneeseen motivaatioilmastoon. **Decin ja Ryanin** (2000) mukaan autonomian kokeminen on keskeisin tekijä sen suhteen, muodostuuko urheilijan motivaatio sisäiseksi. Toisin sanoen, urheilija harjoittelee ja urheilee, koska se on kiinnostavaa ja nautinnollista. Tämän tutkimuksen perusteella näyttää siltä, että autonomian tarpeen täyttyminen voi toteutua sekä minäsuuntautuneessa että tehtäväsuuntautuneessa motivaatioilmastossa. Se, että sosiaalinen yhteenkuuluvuus edisti kukoistamista, on oletettu tulos. Kun urheilija kokee kuuluvansa joukkoon ja voi luottaa toisiin, hän oletettavasti myös kukoistaa eli kokee ihmissuhteet myönteisinä ja kokee myönteisiä tunteita (**Ntoumanis ym.**, 2020).

Tämän tutkimuksen perusteella kuitenkin vaikuttaa siltä, että nimenomaan pätevyyden tunteen vahvistaminen on oleellista, kun halutaan edistää myönteisten kokemusten määrää urheilussa. Tämän vuoksi kannattaa panostaa siihen, että urheilija kokee olevansa taitava, kokee oppivansa uusia taitoja ja on etupäässä tyytyväinen suorituksiinsa.

#### 7.4 Epäasiallinen ja vastuuton kohtelu lisää pahoinvointia, asiallinen ja vastuullinen kohtelu hyvinvointia

Epäasiallinen ja vastuuton kohtelu lisäsi joko stressiä tai oirehtimista eli ahdistus- ja masennusoireita tai molempia. Ainoastaan fyysisellä väkivallalla ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä oirehtimiseen eikä stressiin. Lienee luonnollista ja odotettua, että syrjintä, häirintä ja asiaton toiminta ovat stressaavia tapahtumia ja voivat saada henkilön oirehtimaan. Kansainvälisten tutkimusten mukaan epäasiallisella toiminnalla on selkeä yhteys pahoinvointiin (mm. **Gervis & Dunn**, 2004; **Kerr ym.**, 2019; **Mountjoy ym.**, 2016; **Stirling & Kerr**, 2013). Epäasiallinen ja vastuuton kohtelu vähentää siis viihtymistä ja positiivista mielialaa sekä lisää stressiä ja oirehtimista.

Tässä tutkimuksessa luokka 'muu epäasiallinen toiminta' oli tilastollisesti eniten merkitsevässä yhteydessä niin pahoin- kuin hyvinvointiinkin. Näin ollen urheilussa kannattaa panostaa siihen, että ryhmässä nolaamiseen ja pilkkaamiseen, urheilu-suorituksen arvosteluun ja nauramiseen, joka ei tunnu yhdessä nauramiselta vaan pilkkaavalta nauramiselta, kiinnitetään huomiota. Tärkeää on rakentaa yhdessä toiminta- ja pelisäännöt toisten kohteluun.

Reilu neljännes vastaajista oli kokenut, että itsetunto aleni suhteessa urheilu-suoritukseen ja ettei hän kuulunut joukkoon. Kun verrataan aiempaan SUEKin tutkimukseen (**Lahti ym.**, 2020), havaitaan, että kielteisiä psykologisia seuraamuksia koettiin nyt enemmän. Edellisessä tutkimuksessa esimerkiksi 19 prosenttia koki itsetunnon alentuneen suhteessa urheilu-suoritukseen, kun tässä tut-

kimuksessa sitä koki 26 prosenttia. Myös kansainvälisen tutkimusnäytön perusteella epäasiallisella käytöksellä on yhteys itsetunnon laskuun (**Mountjoy ym.**, 2016).

Kansainvälisten tutkimusten mukaan kukoistus on negatiivisesti yhteydessä ahdistukseen ja masennukseen (esim. **Ryan ym.**, 2019), mikä todentui myös tässä tutkimuksessa. Kukoistus ja sen osa-alueista myönteiset tunteet, päämäärien saavuttaminen ja merkityksellisyys - siis niiden puute - lisäsi stressin kokemista yhtä lailla kuin kukoistuksen ja sen osa-alueista myönteisten tunteiden ja merkityksellisuuden puuttuminen lisäsi ahdistus- ja masennusoireita eli oirehtimista. Mikäli urheilija ei koe itseään urheilussa iloiseksi ja positiiviseksi eikä koe tekevänsä arvokkaita ja merkityksellisiä asioita ja käyttää silti aikaa ja energiaa siihen, stressin määrä on korkea ja hän kokee ahdistusta sekä mielialan laskua (ks. myös **Panza ym.**, 2020). Toisaalta kukoistaminen ja etenkin myönteisten tunteiden ja päämäärien saavuttaminen saa voimaan hyvin (**Kang, Lee & Kwon**, 2019; **Ntoumanis ym.**, 2020), mikä näkyi tässä tutkimuksessa positiivisena mielialana ja viihtymisenä urheilussa. Myös merkityksellisuuden kokeminen yhdistyi positiiviseen mielialaan.

Mielenkiintoinen ja osin ristiriitainen tulos liittyy kukoistuksen yhteen osa-alueeseen eli sitoutumiseen. Mitä sitoutuneempi urheilija oli, sitä enemmän hän oirehti ja koki stressiä. Tämän yhteyden taustalla voi olla kyse ylisitoutumisesta. **Draeger ym.** (2015) puhuvat pakonomaisesta harjoittelusta, jolloin harjoittelun väliin jäämiseen liittyy hermostuneisuutta ja syyllisyyttä ja esimerkiksi ylimääräisellä harjoittelulla voidaan paikata koettua liiallista syömistä. Asenne harjoittelua kohtaan on siis pakonomaista. Se tiedetään, että ylisitoutuminen on yhteydessä pahoinvointiin (esim. **Kaski ym.**, 2022) ja sitoutuminen niin kutsutusti erinomaisuuteen on altistava tekijä muun muassa syömishäiriöille (esim. **Bratland-Sanda & Sundgot-Borgen**, 2013). Pakonomainen sitoutuminen voi selittää yhteyden pahoinvointiin. Sitoutumisella oli myös lievä yhteys positiiviseen mielialaan, mikä on havaittu myös muissa tutkimuksissa (**Schuller & Seligman**, 2010).

Tulosten mukaan prososiaalinen toiminta lisää viihtymistä ja vähentää stressiä. Tulos tukee muita tutkimuksia. Se tiedetään, että prososiaalinen toiminta lisää urheilusta nauttimista ja halua pysyä urheilun parissa (**Kavussanu & Al-Yaaribi**, 2021). Kun urheilukaverit kannustavat ja antavat myönteistä sekä rakentavaa palautetta, on oletettavaa, että urheilijat viihtyvät eivätkä koe stressiä urheilussa. Urheiluyhteisössä kannattaneen kiinnittää huomiota urheilijoiden keskinäiseen vuorovaikutus- ja palautekulttuurin kehittämiseen.

Mielenkiintoinen ja ristiriitainen tulos myönteisten kokemusten suhteen liittyy motivaatioilmastoon. Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto oli positiivisesti ja minäsuuntautunut motivaatioilmasto taas negatiivisesti yhteydessä viihtymiseen. Tulos vastaa näiltä osin aiempia tutkimustuloksia, sillä ne osoittavat, että tehtäväsuuntautu-

neessa motivaatioilmastossa viihdytään paremmin (esim. **Sheehan** ym., 2018). Toisaalta tässä tutkimuksessa minäsuuntautunut motivaatioilmasto ennusti myös positiivista mielialaa, eikä vain oirehtimista ja stressiä. Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto oli puolestaan myös positiivisesti yhteydessä oirehtimiseen ja stressiin. Näitä jälkimmäisiä tuloksia voidaan pitää ristiriitaisina. Ilmeisesti kummassakin motivaatioilmastossa on jotakin hyvää ja jotakin huonoa, eikä niitä voida ainakaan hyvinvoinnin näkökulmasta asettaa paremmuusjärjestykseen. Tämä aihe vaatisi jatkotutkimuksia.

Yhteenvetona voidaan todeta, että kaikkiaan pääsääntöisesti myönteiset kokemukset urheilussa tuottavat hyvinvointia ja kielteiset kokemukset pahoinvointia, mikä on varsin loogista ja odotettavaa.

## 7.5 Urheilijat toivovat urheilukulttuuriin muutosta

Kysyttäessä urheilijoilta toimenpide-ehdotuksia turvallisen urheiluympäristön toteutumiseksi ja hyvien toimintamallien edistämiseksi sekä epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun ehkäisemiseksi, korostui heidän toiveissaan toimintakulttuurin muuttuminen avoimempaan suuntaan. Tällaisessa avoimessa toimintakulttuurissa epäasiallisuusiin uskalletaan ja halutaan puuttua matalalla kynnyksellä. Lisäksi toivottiin toimintatapoihin selkeyttä ja konkreettiset ohjeet siitä, mitä tehdä, miten tehdä ja milloin tehdä. Tulokset ovat samansuuntaisia kuin SUEKin edellisessä tutkimuksessa (**Lahti** ym., 2020), kansainvälisissä tutkimusraporteissa ja Kansainvälisen Olympiakomitean suosituksissa (esim. **Mountjoy** ym., 2016; **Shannon-McCallum**, 2013; **Stirling** ym., 2011) on noussut esille.

Myös valmentajan osaamisen kehittämistä toivottiin. Valmentajalla on mahdollisuus vaikuttaa muun muassa siihen, miten urheilijat kohtelevat toisiaan ja puuttua mahdollisiin väärinkäytöksiin (esim. **Bolter & Weiss**, 2013). Kaikkiin valmennuskoulutuksiin olisi hyödyllistä lisätä osio, jossa käydään läpi vähintään vastuullisen ja vastuuttoman kohtelun tunnistaminen sekä tietopaketti, mitä tulee tehdä, mikäli havaitsee kielteistä kohtelua.

Vastauksissa korostui myös valmentajan välillinen asema, mikäli hän sallii epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun. Valmentajan voi olla vaikea huomata, mikä on asiallista ja mikä ei (esim. **Adams** ym., 2010; **Roberts** ym., 2019). Kriittikön hyväksyntä taustalla oleviin hypermaskuliinisiin ja aggressiivisiin asenteisiin ja arvoihin näkyvät tavassa puhua, joten pikkuhiljaa vastuuton toiminta alkaakin tuntua normaalilta kanssakäymiseltä (**Connell**, 2013). Vaatii paljon yksittäiseltä valmentajalta tunnistaa ja puuttua käytössä olevaan diskurssiin. Toimintakulttuurin muuttaminen kaikkia arvostavaksi ja yhdenvertaiseksi vaatii jokaiselta urheilutoimijalta muutosta.

Vastauksissa toivottiin myös oikeudellista ja psykologista tukea urheilijoille. Toisin sanoen neuvoja ja ohjantaa, mitä voi ja on oikeus tehdä, mikäli kokee tai havaitsee epäasiallista ja vastuutonta kohtelua. Tällainen mahdollisuus on jo nyt olemassa niin SUEKin ILMO-palvelun, Väestöliiton Et ole yksin -palvelun kuin monien urheilujärjestöjen omien järjestelmien kautta. Sen sijaan matalan kustannustason urheilupsykologin palveluihin kaikilla ei ole samanlaista mahdollisuutta. Urheilupsykologien määrää on kasvatettu urheilukatemoissa, mutta he eivät ole kaikkien saatavilla. Lisäksi urheilupsykologin työ urheilussa mielletään helposti vain psyykkisen valmennuksen asiantuntijatyöksi, mitä se varmasti osin onkin. Tämän lisäksi tarvitaan kuitenkin klinisen urheilupsykologian asiantuntijoita, joiden työssä korostuu nimenomaan henkisen terveyden tuen lisäksi varhaisen puuttumisen valmius ja ymmärrys urheiluun liittyvien riskitekijöiden merkityksestä niin urheilussa kukoistukseen kuin pahoinvointiin. Myös kansainvälisten tutkimusten mukaan tarvitaan terveydenhuollon ammattilaisten valppautta tunnistaa ja osata ohjata urheilijat avun piiriin (**Marks** ym., 2011; **Stirling & Kerr**, 2010).

Urheilijoiden vastauksissa oli myös joitakin kommentteja liittyen siihen, että mitään ei tarvitse tehdä, koska syrjivää ja asiatonta toimintaa ei ole urheilussa. Näiden kommenttien mukaan kyse on paremminkin joidenkin urheilijoiden herkkänahkaisuudesta tai huumorintajuttomuudesta. Joissain kommentteissa myös aiheen tutkimusta (mukaan lukien tämä tutkimus) pidettiin turhanpäiväisenä tai turvallista urheilukulttuuria edistämättömänä. Samantyyliä eli epäasiallista ja vastuutonta kohtelua vähätteleviä vastauksia tuli esiin myös edellisessä SUEKin tutkimuksessa, mutta tuolloin niitä oli määrällisesti enemmän (**Lahti** ym., 2020). Joissakin, määrällisesti vähäisissä kommentteissa, nousi esille myös se, että epäasialliseen toimintaan ei voida vaikuttaa urheilussa. Tällaiset kommentit voidaan tulkita tietämättömyytenä tai olemassa olevan todellisuuden hyväksymisenä sellaisena kuin se näyttäytyy (esim. **Hartill**, 2013). Toisin sanoen, se mihin on totuttu puheessa ja teoissa, on niin kutsutusti normaalia toimintaa, ei syrjivää, vastuutonta eikä epäasiallista. Asian väheksyntä pitää osaltaan yllä syrjivää ja epäasiallista toimintaa sallivaa puhetta urheilussa. Toimintakulttuurin muuttaminen edellyttää jokaiselta sitä, että tiedostaa olettavansa ja toimivansa kulttuurin vallitsevien uskomusten mukaisesti. Vasta sen jälkeen on mahdollista edes tiedostaa rajoittavia normeja, saati olla normikriittinen ja muuttaa niitä. Rakenteellinen, kaikkia arvostava ja yhdenvertainen urheilukulttuurin muutos on mahdollinen, mutta se edellyttää paljon vaivannäköä ja työtä.

**Guiris** ja **Kerr** (2021) haastattelivat tutkimuksessaan urheiluorganisaatioiden johtajia. Haastateltavien mukaan urheiluorganisaatioissa kannattaisi keskittyä arvopohjaiseen lähestymistapaan, jossa keskiössä on ihmisoikeuksien ja tasa-arvon sekä osallisuuden turvaaminen kaikille. Tällöin puhutaan turvaamisesta (safeguarding), joka sisältää sekä turvallisuuden takaamisen että ihmisoikeuksien noudattamisen. Pelkkä haittojen estäminen ei

takaa, että urheilukulttuuri muuttuu yhdenvertaisuutta ja ihmisoikeuksia kunnioittavaksi. **Komakin ja Tuakli-Wosor-nun** (2021) artikkelin mukaan urheilussa voidaan keskittyä kehittämään kulttuuria enemmän hyvän kuin pahan kautta. Ei siis odoteta sitä, ilmoittaako joku syrjinnästä tai häirinnästä, vaan kysytään aktiivisesti, miten urheilijat tulevat kohdatuksi arjessa. Tällaisen ”turvamittarin”, jossa kysytään urheilijoilta esimerkiksi viikoittain, miten muut urheilijat, valmentaja, hallinnon edustaja ja terveydenhuollon ammattilainen on kohdellut ja kohdannut, käyttö voisi vahvistaa urheilijan ääntä kuulevaa turvallista, positiivista ja rohkaisevaa urheilukulttuuria. Tutkimuksen perusteella vaikuttaa siltä, että myönteisiin kokemuksiin eli kukoistukseen ja prososiaaliseen toiminnan kehittämiseen kannattaa satsata. Sitä näyttäisi edistävän ennen kaikkea urheilijoiden pätevyden tunteen kasvattaminen ja ryhmän vastuullinen toiminta. Tämä ei tarkoita, etteikö varhaista puuttumista ja valmiutta puuttua matalalla kynnyksellä kannata vahvistaa, vaan sitä, että vastuullisella ryhmän toiminnalla tällaiset varhaiset puuttumisen käytännöt saadaan myös otettua osaksi urheiluarkea ja -kulttuuria.

## 7.6 Tutkimuksen arviointi

Tässä tutkimuksessa pyrittiin saamaan kattava kuva urheilijoiden kokemista myönteisistä ja kielteisistä kokemuksista urheilussa ja niiden hyvinvointisuraamuksista. Vaikka tutkimus antaa arvokasta tietoa, on sitä syytä arvioida myös kriittisesti.

Tutkimukseen osallistui varsin vähän suomalaisia kilpaurheilijoita. Vaikka tutkimusjoukko vastasi hyvin suomalaisia huippu-urheilijoita, herää kysymys, mistä vastauskato johtui. Alhaiseen vastausprosenttiin saattoi vaikuttaa epätarkka tieto todellisista tutkimukseen kutsun saaneista urheilijoista, itse aihealueeseen liittyvät tekijät sekä tutkimuksen ajankohta ja siitä viestiminen.

Varsinaisesti päätutkijalla ja SUEKista tutkimukseen osallistuneilla henkilöillä ei ole tietoa, kenelle kysely meni eikä siitä, saivatko urheilijat usealta eri taholta saman kyselyn, mikä voi osaltaan vääristää vastausprosenttia. Toinen syy pieneen vastausprosenttiin voi olla myös kyselyn pituus, vastaaminen on voitu kokea liian työläänä. Kolmas syy voi olla se, että vastaaja ei ole kokenut kuuluvansa niin kutsusti kohderyhmään. Vaikka tutkimuksessa oltiin kiinnostuneita niin myönteisistä kuin kielteisistä kokemuksista, kyselyn alussa oleva seloste, mitä vastaaja voi tehdä, jos on kokenut epäasiallista ja vastuutonta kohtelua, on voinut lisätä halua jättää vastaamatta, varsinkin, jos vastaaja ei ole joutunut epäasiallisen toiminnan kohteeksi. Yhtä lailla vastaaja on voinut jättää vastaamatta, koska aihealueet ovat olleet liian ahdistavia tai vaikeita. Kyselylomake oli avattu 3 764 kertaa ja lopullinen vastaajien määrä oli 2 045, joten edellä mainitut tekijät voisivat selittää, miksi kyselyä ei täytetty.

Kyselytutkimus ajoittui olympialaisten jälkeiseen aikaan, jolloin monissa lajeissa sarjat olivat juuri alkaneet ja osalla lajiliitoista oli kauden kiireisin aika. Tämä on voinut vaikuttaa vastausten määrään. Yhtä lailla kyselyyn panostettu markkinointi ja viestintä ei välttämättä saavuttanut kohderyhmää parhaalla mahdollisella tavalla.

Kyselytutkimus perustui itsearvioon eli ihminen itse toimi ainoana informanttina. Tutkijoilla ei ollut käytössä muita informaation lähteitä kuin vastaajien omat arviot kokemuksistaan. Näin vastaamiseen on voinut vaikuttaa yhtäältä se, kuinka halukas urheilija on ollut kertomaan kokemuksistaan, ja toisaalta myös se, kuinka tietoinen hän on ollut niistä.

Kyselytutkimus perustui poikkileikkausasetelmaan, joten syy-seuraussuhteet jäivät väistämättä paljastumatta. Kyse on siis yhteyksistä, jotka voivat olla kummankin suuntaisia, vaikka raportissa käytetäänkin kieltä (esim. lisätä, vähentää, edistää, suojata), joka viittaa syy-seuraussuhteisiin. Tulosten vertailtavuus saavutettiin osin SUEKin edelliseen tutkimukseen, joskaan vastausryhmän samantyyppisyydestä ei ole tietoa. Toisaalta SUEK tulee selvittämään jatkossakin urheilijoiden myönteisiä ja kielteisiä kokemuksia urheilussa. Tällä tavoin saadaan yleistä tietoa suomalaisen urheilukulttuurin kehityksestä ja tavoista puhua sekä toimia urheilussa. Tämä tutkimus antaa arvokasta pohjatietoa tuleville selvityksille. On selvää, että tällainen kokonaiskuvaan pyrkivä selvitys oli tarpeen, koska tieto urheilijoiden kokemasta asiallisen ja vastuullisen sekä epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun kokonaistilanteesta oli puutteellista.

## 7.7 Suositukset tutkimuksen pohjalta

Tämän tutkimuksen perusteella suosittelemme alla olevia toimenpiteitä ja alla olevien teemojen edistämistä.

1. Urheilijoiden eli harjoitteluryhmän/joukkueen toimintakulttuuriin vaikuttaminen: ryhmän vastuulliseen toimintaan ja ryhmän valmiuteen puuttua kannattaa panostaa.
2. Pätevyyskokemukset urheilussa ovat tärkeitä ja tukevat kukoistusta, joten urheilijoiden pätevyden tunteen kasvattamiseen kannattaa kiinnittää huomiota, kuten esimerkiksi urheilijan kokemukseen siitä, että hän kokee olevansa taitava ja oppivansa uusia taitoja.
3. Valmentajan työ on tärkeää, mutta yhden ihmisen työpanokseen keskittymistä tulisi laajentaa urheilukontekstiin kokonaisuutena.
4. Vähemmistöryhmien tilanteen kokonaisvaltaisen ymmärryksen lisääminen ja sitä kautta myönteisten kokemusten mahdollistamisen vahvistaminen.
5. Varhaisen puuttumisen ja 'kielteisten kokemusten' selvittämisen toimintamallien käyttöön ottaminen sekä ihmisoikeuksia ja yhdenvertaisuutta vahvistavien toimintatapojen lisääminen urheiluorganisaatioissa.
6. Psykologisen asiantuntijatyön vahvistaminen niin ehkäisevässä kuin selvitys- ja korjaamistyössä.



# LÄHTEET

- Alanko, K.** (2014). *Mitä kuuluu sateenkaarinuorille Suomessa?* (Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 146, verkkojulkaisuja 72 & Seta, Seta-julkaisuja 23). Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura.
- Adams, A., Anderson, E., & McCormack, M.** (2010). Establishing and challenging masculinity: The influence of gendered discourses in organized sport. *Journal of Language and Social Psychology*, 29(3), 278–300. <https://doi.org/10.1177%2F0261927X10368833>
- Adie, J. W., Duda, J. L., & Ntoumanis, N.** (2008). Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory. *Motivation and Emotion*, 32(3), 189–199. <https://doi.org/10.1007/s11031-008-9095-z>
- Allen, J. B., & Hodge, K.** (2006). Fostering a learning environment: Coaches and the motivational climate. *International Journal of Sport Science and Coaching*, 1(3), 261–277. <https://doi.org/10.1260%2F174795406778604564>
- Alvarez, M.S., Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J.L.** (2012). The coach-created motivational climate, young athlete's wellbeing and intentions to continue participation. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 6(2), 166–179. <https://doi.org/10.1123/jcsp.6.2.166>
- Ames, C.** (1992). Achievement goals, motivational climate and motivational processes. Teoksessa **G.C. Roberts** (toim.), *Motivation in Sport and Exercise* (s. 161–176). Human Kinetics.
- Tapaturmavakuutuskeskus (julkaisuaika tuntematon). *Ammattiuurheilijoiden vakuutustilasto. Vakuutettujen määrä pelikausittain*. Haettu 10.10.2022 osoitteesta <https://www.tvk.fi/tilastot-ja-julkaisusarjat/tilastot/ammattiuurheilijoiden-vakuutustilasto/>
- Anderson, E.** (2008). "I used to think women were weak": Orthodox masculinity, gender segregation, and sport. *Sociological Forum*, 23(2), 257–280. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1573-7861.2008.00058.x>
- Anttila, H., Pietiläinen, M., Keski-Petäjä, M., Hokka, P. & Nieminen, M.** (2018). Tasa-arvo barometri 2017. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 8/2018. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3932-5>
- Ascenso, S., Perkins, R. & Williamon, A.** (2018). Resounding Meaning: A PERMA Wellbeing Profile of Classical Musicians. *Frontiers in Psychology*, 6(9), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01895>
- Baillien, E., De Cuyper, N. & De Witte, H.** (2011). Job autonomy and workload as antecedents of workplace bullying: A two-wave test of Karasek's Job Demand Control Model for targets and perpetrators. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84(1) 191–208. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1348/O96317910X508371>
- Barić, R., Vlašić, J & Erpi, S.** (2014). Goal orientation and intrinsic motivation for physical education: Does perceived competence matter? *Kinesiology*, 46(1) 117–126. <https://doi.org/10.1080/O7303084.2015.1086620>
- Benson, A. J., & Bruner, M. W.** (2018). How teammate behaviors relate to athlete affect, cognition, and behaviors: A daily diary approach within youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 34, 119–127. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.10.008>
- Bildjuschkin, K., Ewalds, H., Hietamäki, J., Kettunen, J., Koivula, T., Mäkelä, J., Nipuli, S., October, M., Peltonen, J. & Siukola, R.** (2019). *Väkivaltakäsitteiden sanasto* (Työpaperi 1/2020). Terveystieteiden tutkimuskeskus. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-211-6>
- Blondeel, K., de Vasconcelos, S., García-Moreno, C., Stephenson, R., Temmerman, M. & Toskin, I.** (2018). Violence motivated by perception of sexual orientation and gender identity: A systematic review. *Bulletin of the World Health Organization*, 96(1), 29–41. <http://dx.doi.org/10.2471/BLT.17.197251>
- Brackenridge, C.** (1997). 'He owned me basically...': Women's experience of sexual abuse in sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 32(2), 115–130. <http://dx.doi.org/10.1177/101269097032002001>
- Bratland-Sanda, S., & Sundgot-Borgen, J.** (2013). Eating disorders in athletes: Overview of prevalence, risk factors and recommendations for prevention and treatment. *European Journal of Sport Science*, 13(5), 499–508. <https://doi.org/10.1080/17461391.2012.740504>



- Butler, J. & Kern, M. L. (2016). The PERMA-profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1–48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>
- Bolter, N. D. & Weiss, M. (2013). Coaching behaviors and adolescent athletes' sportpersonship outcomes: Further validation of the sportsmanship coaching behaviors scale (SCBS). *Sport, Exercise and Performance Psychology* 2(1), 32–47. <http://dx.doi.org/10.1037/a0029802>
- Cassitto, M. G., Fattorini, E., Gilioli, R., Rengo, C. & Gonik, V. (2003). *Raising awareness of Psychological Harassment at Work: Advice to health professionals, decision makers, managers, human resources directors, legal community, unions and workers* (Protecting Workers' Health Series N 4). World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9241590521>
- Connell, R.W. (2013). *Gender and power: Society, the person and sexual politics*. John Wiley & Sons.
- Cook, C. R., Williams, K. R., Guerra, N. G., Kim, T. E., & Sadek, S. (2010). Predictors of bullying and victimization in childhood and adolescence: A meta-analytic investigation. *School Psychology Quarterly*, 25(2), 65–83. <https://doi.org/10.1037/a0020149>
- Csikszentmihalyi, M. (2008). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper Perennial.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). "Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains": Correction to Deci and Ryan (2008). *Canadian Psychology*, 49(3), 262. <https://doi.org/10.1037/0708-5591.49.3.262>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Denison, E., Bevan, N. & Jeanes, R. (2021). Reviewing evidence of LGBTQ+ discrimination and exclusion in sport. *Sport Management Review*, 24(3), 389–409. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.09.003>
- Doyle, J- P., Filo, K., Lock, D., Funk, D. C. & McDonald, H. (2016). Exploring PERMA in spectator sport: Applying positive psychology to examine the individual-level benefits of sport consumption. *Sport Management Review*, 19(5), 506–519. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2016.04.007>
- Draeger, J., Yates, A. & Crowell, D. (2015). The obligatory exerciser: Assessing an overcommitment to exercise. *The Physician and Sportsmedicine*, 33(6), 13–23. <https://doi.org/10.3810/psm.2005.06.101>
- Duda, J. L., Quested, E., Haug, E., Samdal O., Wold, B., Balaguer, I., Castillo, I., Sarrazin, P., Papaioannou, A., Ronglan, L.T., Hall, H. & Cruz, J. (2013) Promoting adolescent health through an intervention aimed at improving the quality of their participation in physical activity (PAPA): Background to the project and main trial protocol. *International Journal of Sport and Exercise Psychology* 11(4), 319–327. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839413>
- Dweck, C. S., (2017). From needs to goals and representations: Foundations for a unified theory of motivation, personality and development. *Psychological Review*, 124(6), 689–719. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/rev0000082>
- Elo, S. & Lamberg, K. (2018). *Kiusaamisen ehkäisy sekä työrauhan edistäminen varhaiskasvatuksessa, esi- ja perusopetuksessa sekä toisella asteella: Loppuraportti* (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:16). Opetus- ja kulttuuriministeriö. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/160694>
- Elo A-L, Leppänen A., Jahkola A. (2003). Validity of a single-item measure of stress symptoms. *Scandinavian Journal of Work, Environment, and Health*, 29(6), 444–451. <https://doi.org/10.5271/sjweh.752>
- Fasting, K., Brackenridge, C. H., Sundgot-Borgen J., (2003). Experiences of sexual harassment and abuse among Norwegian elite female athletes and nonathletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74(1), 84–97. <https://doi.org/10.1080/O2701367.2003.10609067>
- Fasting, K., Brackenridge, C. H. & Walseth, K. (2007). Women athletes' personal responses to sexual harassment in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(4), 419–433. <https://doi.org/10.1080/10413200701599165>
- Forgeard, M. J. C., Jayawickreme, E., Kern, M. & Seligman, M. E. P. (2011). Doing the right thing: Measuring wellbeing for public policy. *International Journal of Wellbeing*, 1(1), 79–106. <https://doi.org/10.5502/IJW.V1I1.15>
- Fransen, K., McEwan, D. & Sarkar, M. (2020). The impact of identity leadership on team functioning and well-being in team sport: Is psychological safety the missing link? *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101763>

- Frazer-Thomas, J. & Cote, J.** (2009). Understanding adolescents' positive and negative developmental experiences in sport. *The Sport Psychologist*, 23(1), 3-23. <http://dx.doi.org/10.1123/tsp.23.1.3>
- Fry, M. D. & Gano-Overway, L. A.** (2010). Exploring the contribution of the caring climate to the youth sport experience. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22(3), 294-304. <https://doi.org/10.1080/10413201003776352>
- Gaedicke, S., Schäfer, A., Hoffmann, B., Ohlert, J., Allroggen, M., Hartmann-Tews, I. & Rulofs, B.** (2021). Sexual violence and the coach-athlete relationship—a scoping review from sport sociological and sport psychological perspectives. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, artikkeli 643707. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.643707>
- Gagné, M.** (2003). The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behavior engagement. *Motivation and Emotion*, 27(3), 199-223. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1023/A:1025007614869>
- Garcia, C.** (2011). Gender expression and homophobia: A motor development and learning perspective. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 82(8), 47-49. <https://doi.org/10.1080/07303084.2011.10598678>
- Gervis, M. & Dunn, N.** (2004). The emotional abuse of elite child athletes by their coaches. *Child Abuse Review*, 13(3), 215-223. <https://doi.org/10.1002/car.843>
- Grange, P. & Kerr, J. H.** (2016). Physical aggression in Australian football: A qualitative study of elite athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(1), 36-43. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2009.04.006>
- Gurgis, J.J. & Kerr, G. A.** (2021). Sport administrators' perspectives on advancing safe sport. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, artikkeli 630071. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.630071>
- Hagger, M. S., Hankonen, N., Chatzisarantis, N., and Ryan, R.M.** (2020). Changing behavior using self-determination theory. Teoksessa: **M.S. Hagger, L. D. Cameron, K. Hamilton, N. Hankonen ja T. Lintunen** (toim.), *The Handbook of Behavior Change* (s. 104-119). Cambridge University Press.
- Hakanen, J.** (2011). *Työn imu*. Työterveyslaitos. <https://www.julkari.fi/handle/10024/136798>
- Hartill, M.** (2013). Concealment of child sexual abuse in sport. *Quest*, 65(2), 241-254. <https://doi.org/10.1080/00336297.2013.773532>
- Harwood, C. G., Keegan, R. J., Smith, J. M., and Raine, A. S.** (2015). A systematic review of the intrapersonal correlates of motivational climate perceptions in sport and physical activity. *Psychology of Sport and Exercise*, 18, 9-25. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.psychsport.2014.11.005>
- Heiskanen, A.** (2013). *Häiriökäyttäytymisen inhimillinen ja taloudellinen vaikutus* (Tehyn julkaisusarja F: 2/2013. Tehy ry. [https://www.tehy.fi/fi/system/files/mfiles/julkaisu/2013/2013\\_f\\_2\\_hairiokayttaytymisen\\_inhimillinen\\_ja\\_taloudellinen\\_vaikutus\\_id\\_59.pdf](https://www.tehy.fi/fi/system/files/mfiles/julkaisu/2013/2013_f_2_hairiokayttaytymisen_inhimillinen_ja_taloudellinen_vaikutus_id_59.pdf)
- Helavuori, H. & Karvinen, M.** (2019). *Valta, vastuu, vinoutumat: Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus esittäviissä taiteissa*. Teatterin tiedotuskeskus TINFO. [https://www.tinfo.fi/documents/valtavastuu2019\\_raportti.pdf](https://www.tinfo.fi/documents/valtavastuu2019_raportti.pdf)
- Huppert, F. A. & So, T. T. C.** (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social Indicators Research*, 110(3), 837-861. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9966-7>
- Itkonen, H., Lehtonen, K. & Aarresola, O.** (2018). *Tutkimuskatsaus liikuntapoliittisen selonteon tausta-aineistoksi* (Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2018:6). Valtion liikuntaneuvosto. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/lausunnot-ja-julkaisut/tutkimuskatsaus-liikuntapoliittisen-selonteon-tausta-aineistoksi/>
- Jaakkola, T.** 2002. *Changes in students exercise motivation, goal orientation and sport competence as a result of modifications in school physical education teaching practices* (LIKES-Research Reports on Sport and Health 131). Jyväskylän Yliopisto.
- Jaakkola, T. & Sepponen, K.** 1997. *Tavoiteorientaation ja motivaatioilmaston yhteydet sisäiseen motivaation koulu liikunnassa* [Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto].
- Kang, S., Lee, K. & Kwon, S.** (2019). Basic psychological needs, exercise intention and sport commitment as predictors of recreational sport participants' exercise adherence. *Psychology & Health*, 35(8), 916-932. <http://dx.doi.org/10.1080/08870446.2019.1699089>

- Kaski, S., Arvinen-Barrow, M., Kinnunen, U., & Parkkari, J. (2022). Profiles of mental well- and ill-being among elite athletes: Associations with sport-related demands and resources. *Journal of clinical sport psychology*, Early online. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2021-0083>
- Kaski, S., Arvinen-Barrow, M., Kinnunen, U. & Parkkari, J. (2020). "Miten huippu-urheilijan mieli voi? Nykyisten ja entisten huippu-urheilijoiden henkinen hyvinvointi Suomessa" (Liikuntatieteellisen seuran tutkimuksia ja selvityksiä 18). [https://www.lts.fi/media/lts\\_julkaisut/lts\\_selvityksia/lts\\_huippu-urheilijan\\_mieli.pdf](https://www.lts.fi/media/lts_julkaisut/lts_selvityksia/lts_huippu-urheilijan_mieli.pdf)
- Kavussanu, M. & Al-Yaaribi, A. (2021). Prosocial and antisocial behaviour in sport. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(2), 179-202. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1674681>
- Kavussanu, M. & Boardley, I. (2009). The prosocial and antisocial behavior in sport Scale. *Journal of sport and exercise Psychology*, 31(1), 97-117. <https://doi.org/10.1123/jsep.31.1.97>
- Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A. & White, M. A. (2015). A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework, *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 262-271. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2014.936962>
- Kerr, G., Battaglia, A. & Stirling, A. (2019). Maltreatment in youth sport: A systemic issue. *Kinesiology review*, 8(3), 237-243. <https://doi.org/10.1123/kr.2019-0016>
- Keyriläinen, M. (2021). *Työolobarometri 2020* (Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja 2021:36). Työ- ja elinkeinoministeriö. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/163200>
- Kinnunen, U., Feldt, T. & Mauno, S. (toim.). (2008). *Työleipälajina: työhyvinvoinnin psykologiset perusteet*. PS-kustannus.
- Kokko, S., Hämylä R. & Martin, L. (2020). *Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2020* (Valtion liikuntaneuvoksen julkaisuja 2021:1). <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ju-202106143703>
- Kokkonen, M. (2019). Liikunta ja urheilu - sukupuoleen perustuva ja seksuaalinen häiritä: mitä siitä tiedetään tutkimuksen valossa? *Liikunta ja Tiede*, 56(1), 53-57. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ju-201903071772>
- Kroenke, K., Spitzer, R. L., Williams, J. B. W., Löwe, B. (2009). An ultra-brief screening scale for anxiety and depression: the PHQ-4. *Psychosomatics*, 50(6), 613-621.
- Krug, E. T., Dahlberg, L. L., Mercy, J. A., Zwi, A. B. & Lozano, R. (toim.). (2005). *Väkivalta ja terveys maailmassa: WHO:n raportti* (suom. E. Salomaa). Lääkäriin sosiaalinen vastuu ry ja terveyden edistämisen keskus ry.
- Lahti, A., Kyllönen, M., Pusa, S. Tolvanen, A. & Laakso, N. (2020). *Häiritä suomalaisessa kilpaurheilussa*. Suomen urheilun eettinen keskus SUEK ry. <https://suek.fi/wp-content/uploads/2020/09/Ha%CC%88irinta%CC%88-suomalaisessa-kilpaurheilussa.pdf>
- Laine, A., Salasuo, M. & Matilainen, P. (2021). Nuorten liikunnassa ja urheilussa kokemaa syrjintää ja kiusaamista sekä arvot ja arvostukset. Teoksessa S. Kokko, R. Hämylä & L. Martin. (toim.), *Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2020* (s. 120-128). Valtion liikuntaneuvosto. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2021/05/Nuorten-liikuntakayttaytyminen-Suomessa-LIITU-tutkimuksen-tuloksia-2020.pdf>
- Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 8.8.1986/609. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860609>
- Lazarevi, S., Krsti, A., and Sobek, M. (2015). Perception of athletes regarding mobbing in sports clubs. *SPORT - Science and Practice*, 5(1), 5-17.
- Leahy, T., Pretty, G. & Tenenbaum, G. (2008). A Contextualized investigation of traumatic correlates of childhood sexual abuse in Australian athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 6(4), 366-384. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2008.9671880>
- Leahy, T., Pretty, G. & Tenenbaum, G. (2004). Perpetrator methodology as a predictor of traumatic symptomatology in adult survivors of childhood sexual abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, 19(5), 521-540. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0886260504262963>
- Lee, S-M., Lombera, J. M. & Larsen, L. K. (2019). Helping athletes cope with minority stress in sport, *Journal of Sport Psychology in Action*, 10(3), 174-190, <https://doi.org/10.1080/21520704.2019.1642271>
- Leskisenoja, E. (2016). *Vuosi koulua, vuosi iloa: PERMA-teoriaan pohjautuvat luokkakäytänteet kouluiloin edistäjinä* (Acta universitatis Lapponiensis 330) [Väitöskirja, Lapin yliopisto]. Lauda-julkaisuarkisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-484-915-9>
- Light, R. & Harvey, S. (2019). *Positive Pedagogy for Sport Coaching*. 2. painos. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429266300>

- Liukkonen, J. (2017). *Psyykinen vahvuus: mielentaitojen harjoituskirja*. PS-Kustannus.
- Liukkonen, J. & Jaakkola, T. (2013a). Oppimista tukevan motivaatioilmaston luominen. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & Sääkslahti, A. (toim.), *Liikuntapedagogiikka* (s. 298–313). PS-Kustannus.
- Liukkonen, J. & Jaakkola, T. (2013b). Liikuntamotivaatio elinikäisen liikuntaharrastuksen edellytyksenä. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & Sääkslahti, A. (toim.), *Liikuntapedagogiikka* (s. 130–146). PS-Kustannus.
- Lochbaum, M & Jean-Noel, J. (2016). Perceived autonomy-support instruction and student outcomes in physical education and leisure-time: a meta-analytic review of correlates. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte* 12(43), 29–47. <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2016.O43O2>
- MacPherson & Kerr, G. (2021). Sport fans' responses on social media to professional athletes' norm violations. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(1), 102–119. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1623283>
- Manka, M-L. (2011). *Työnilo*. Sanoma Pro.
- Marks, S., Montjoy, M. & Marcus, M. (2011). Sexual harassment and abuse in sport: The role of the team doctor. *British Journal of Sports Medicine*, 46(13), 905–908. <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2011-090345>
- Menzel, T., Braumüller, B. & Hartmann-Tews, I. (2019). The relevance of sexual orientation and gender identity in sport in Europe: Findings from the Outsport survey. German Sport University Cologne, Institute of Sociology and Gender Studies. <https://www.out-sport.eu/wp-content/uploads/2019/05/OUTSPORT-Report-Relevance-of-SOGI-in-Sport-in-Europe-3.pdf>
- Meyer, I. H. (2015). Resilience in the study of minority stress and health of sexual and gender minorities. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 2(3), 209–2013. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/sgd0000132>
- Mieli – Suomen Mielenterveys ry. (19. 5.2022). *Mielen hyvinvoinnin ulottuvuudet urheilussa*. <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielen-terveyden-vahvistamisesta/lapset-ja-nuoret/mielen-hyvinvointitaidot-urheiluvaimennuksessa/mielen-hyvinvoinnin-ulottuvuudet-urheilussa/>
- Mountjoy, M., Brackenridge, C., Arrington, M., Blauwet, C., Carska-Sheppard, A., Fasting, K., Kirby, S., Leahy, T., Marks, S., Martin, K., Starr, K., Tiivas, A., & Budgett, R. (2016). International Olympic Committee consensus statement: Harassment and abuse (non-accidental violence) in sport. *British Journal of Sports Medicine*, 50(17), 1019–1029. <https://bjsm.bmj.com/content/50/17/1019>
- Mäkinen, J. & Paavolainen, L. (2021). *Huippu-urheilun sisäinen arviointi 2020*. <https://www.olympiakomitea.fi/uploads/2021/01/7b27ce67-hu-sisainen-arviointi-2020.pdf>
- Newman, A., Donohue, R., & Eva, N. (2017). Psychological safety: A systematic review of the literature. *Human Resource Management Review*, 27(3), 521–535. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.hrmr.2017.01.001>
- Niemiec, C. P. & Ryan, R. M. (2009). Autonomy, Competence, and Relatedness in the Classroom : Applying self-determination theory to educational practice *Theory and Research in Education*, 7(2), 133–144. <https://doi.org/10.1177%2F1477878509104318>
- Nikander, A. & Rovio, E. (2009). Tehtäväsuuntautuneen motivaatioilmaston edistäminen. Teoksessa E. Rovio, T. Lintunen & O. Salmi (toim.), *Ryhmäilmiöt liikunnassa* (s. 232–251). Liikuntatieteellisen Seura.
- Ntoumanis, N., Ng, J.Y.Y., Prestwich, A., Quedsted, E., Hancox, J. E. & Thøgersen-Ntoumanis, C. (2020). A meta-analysis of self-determination theory-informed intervention studies in the health domain: Effects on motivation, health behavior, physical, and psychological health. *Health Psychology Review*, 15(2), 214–244. <https://doi.org/10.1080/17437199.2020.1718529>
- Ojanen, M. (2014). *Positiivinen psykologia*. 2. uudistettu painos. Edita.
- Panza, M.J., Graupensperger, S., Agans, J. P., Doré, I., Vella S. A. & Evans, M. M. (2020). Adolescent sport participation and symptoms of anxiety and depression: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 42(3), 201–218. <https://doi.org/10.1123/jsep.2019-0235>
- Pezirkianidis, C., Stalikas, A., Lakioti, A. & Yotsidi, V. (2021). Validating a multidimensional measure of wellbeing in Greece: Translation, factor structure, and measurement invariance of the PERMA Profiler, *Current Psychology*, 40(6), 3030–3049. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-019-00236-7>

- Raakman, E., Dorsch, K. & Rhind, D.** (2010). The development of a typology of abusive coaching behaviours within youth sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 5(4), 503-515. <https://doi.org/10.1260/2F1747-9541.5.4.503>
- Reardon, C. L., Hainline, B., Aron, C. M., Baron, D., Baum, A. L., Bindra, A., Budgett, R., Campriani, N., Castaldelli-Maia, J. M., Currie, A., Derevensky, J. L., Glick, I. D., Gorczyński, P., Gouttebarga, V., Grandner, M. A., Han, D. H., McDuff, D., Mountjoy, M., Polat, A., ... Engebretsen, L.** (2019). Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement (2019). *British Journal of Sports Medicine*, 53(11), 667-699. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100715>
- Rintaugu, E., Kamau, J., Amusa, L.O. & Toriola, A.L.** (2014). The forbidden acts: Prevalence of sexual harassment among university female athletes. *African Journal for Physical Health Education, Recreation and Dance* 20(3), 974-990. <https://hdl.handle.net/10520/EJC162468>
- Roberts, V., Sojo, V. & Grant, F.** (2019). Organisational factors and non-accidental violence in sport: A systematic review. *Sport Management Review*, 23(1), 8-27. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2019.03.001>
- Roberts, G. C., Treasure, D. & Balague, G.** 1998. Achievement goals in sport: The development on validation of the perception of success questionnaire. *Journal of Sports Sciences*, 16(4), 337-347. <http://dx.doi.org/10.1080/O2640419808559362>
- Ryan, J., Curtis, R., Olds, T., Edney, S., Vandelanotta, C., Plotnikoff, R. & Maher, C.** (2019). Psychometric properties of the PERMA profiler for measuring wellbeing in Australian adults, *PloS One*, 14(12), 1-12. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0225932>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L.** (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. The Guilford Press. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- Ryan, R. M., Williams, G. C., Patrick, H. & Deci, E. L.** (2009). Self-Determination theory and physical activity: The dynamics of motivation in development and wellness. *Hellenic Journal of Psychology*, 6(2), 107-124.
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M.** (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Räty, T.** (2017). *Ristiriidoista ratkaisuihin: työkaluja ristiriitojen tunnistamiseen ja ratkaisemiseen*. 4. uudistettu painos. Työturvallisuuskeskus TTK.
- Scanlan, T.K., Carpenter, P.J., Schmidt, G.W., Simons, J.P. & Keeler, B.** (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(1), 1-15. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.1>
- Schuller, S. M., & Seligman, M. E. P.** (2010). Pursuit of pleasure, engagement, and meaning: Relationships to subjective and objective measures of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 5(4), 253-263. <https://doi.org/10.1080/17439761003794130>
- Seligman, M. E.** (2012). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Atria Paperback.
- Seligman, M.E., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K. & Linkins, M.** (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293-311. <https://doi.org/10.1080/O3054980902934563>
- Shannon-McCallum, C. S.** (2013). Bullying in recreation and sport settings: Exploring risk factors, prevention efforts, and intervention strategies. *Journal of Park and Recreation Administration*, 31(1), 15-33.
- Sheehan, R. B., Herring, M. P. & Cambell, M. J.** (2018). Longitudinal relations of mental health and motivation among elite student-athletes across a condensed season: Plausible influence of academic and athletic schedule. *Psychology of Sport and Exercise* 37, 146-152. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.03.005>
- Smits, F., Jacobs, F. & Knoppers, A.** (2016). 'Everything revolves around gymnastics': athletes and parents make sense of elite youth sport. *Sport in Society*, 20(1), 66-83. <https://doi.org/10.1080/17430437.2015.1124564>
- Soini, M., Liukkonen, J., Watt, A., Yli-Piipari, S. and Jaakkola, T.** (2014). Factorial validity and internal consistency of the motivational climate in physical education scale. *Journal of Sports Science and Medicine*, 13(1), 137-144. <http://www.jssm.org/vol13/n1/19/v13n1-19pdf.pdf>
- Sparks, C., Dimmock, J., Lonsdale, C & Jackson, B.** (2016). Modeling indicators and outcomes of students' perceived teacher relatedness support in high school physical education. *Psychology of Sport and Exercise*, 26, 71-82. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.psychsport.2016.06.004>

- Stafford, A., Alexander, K. & Fry, D.** (2015). 'There was something that wasn't right because that was the only place I ever got treated like that': Children and young people's experiences of emotional harm in sport. *Childhood*, 22(1), 121-137.  
<https://doi.org/10.1177%2F0907568213505625>
- Strand, B.** (2021). An analysis of coaches' perceptions of inappropriate coaching behaviors, *Athens Journal of Sports*, 8(3), 189-200.  
<https://doi.org/10.30958/ajspo.8-3-2>
- Stirling, A., Bridges, E., Cruz, L., & Mountjoy, M.** (2011). Canadian academy of sport and exercise medicine position paper: Abuse, harassment, and bullying in sport. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 21(5), 385-391.  
<http://dx.doi.org/10.1097/JSM.0b013e31820f9248>
- Stirling, A. E., and Kerr, G. A.** (2014). Initiating and sustaining emotional abuse in the coach-athlete relationship: An ecological transactional model of vulnerability. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 23(2), 116-135.  
<https://doi.org/10.1080/10926771.2014.872747>
- Stirling, A. E & Kerr, G. A.** (2013). The perceived effects of elite athletes' experiences of emotional abuse in the coach-athlete relationship. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 87-100.  
<https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.752173>
- Stirling, A. & Kerr, G.** (2010). Sport psychology consultants as agents of child protection. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22(3), 305-319.  
<https://doi.org/10.1080/10413201003795485>
- Stirling, A. E. & Kerr, G. A.** (2009). Abused athletes' perceptions of the coach-athlete relationship, *Sport in Society*, 12(2), 227-239.  
<http://dx.doi.org/10.1080/17430430802591019>
- Stirling, A. E. & Kerr, G. A.** (2008). Defining and categorizing emotional abuse in sport. *European Journal of Sport Science*, 8(4), 173-181.  
<https://doi.org/10.1080/17461390802086281>
- Sutela, H., Pärnänen, A. & Keyriläinen, M.** (2019). *Digiajan työelämä: työlötutkimuksen tuloksia 1977-2018*. Tilastokeskus.  
[https://www.stat.fi/tup/julkaisut/tiedostot/julkaisuluettelo/ytym\\_1977-2018\\_2019\\_21473\\_net.pdf](https://www.stat.fi/tup/julkaisut/tiedostot/julkaisuluettelo/ytym_1977-2018_2019_21473_net.pdf)
- Szumilas, M.** (2010). Explaining Odds Ratios. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 19(3), 227-229.  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2938757/>
- Thoits, P. A.** (2010). Stress and health: Major findings and policy implications. *Journal of Health and Social Behavior*, 51(1\_suppl), S41-S53.  
<https://doi.org/10.1177%2F0022146510383499>
- Topp, C. W., Østergaard, S., D., Søndergaard, S. & Bech, P.** (2015). The WHO-5 well-being index: A systematic review of the literature. *Psychotherapy and psychosomatics*, 84(3), 167-176.  
<https://doi.org/10.1159/000376585>
- Työ- ja elinkeinoministeriö. (2020). *Työolobarometri 2019* (Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja 53). Työ- ja elinkeinoministeriö.  
[https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162527/TEM\\_2020\\_53.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162527/TEM_2020_53.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Työsuojeluvallonta. (2016). *Työsuojeluvallonta Etelä-Suomessa 2016*. (Työsuojeluhallinnon julkaisuja 8/2017). Työsuojeluhallinto.  
<https://www.tyosuojelu.fi/documents/14660/2642702/Ty%C3%B6suojeluvallonta+Etel%C3%A4-Suomessa+2016+O20517/dd33f50c-c784-c23b-2728-50592c4479c6>
- Työturvallisuuslaki 23.8.2002/738.  
<https://finlex.fi/fi/laki/alkup/2002/20020738>
- Uusiautti, S., Leskisenoja, E., & Hyvärinen, S.** (2017). PERMA-based perspectives on sport: Designing new ways to support well-being in Finnish junior ice hockey players. *Global Journal of Human-Social Science*, 17(2), 30-39.
- Valtioneuvosto. (10.2.2022a). Kesälajien urheilija-apurahat myönnetty. Opetus- ja kulttuuriministeriö.  
<https://valtioneuvosto.fi/-/1410845/kesalajien-urheilija-apurahat-myonnetty-1>
- Valtioneuvosto. (21.6.2022b). 90 talvilajien urheilijalle myönnettiin urheilija-apuraha. Opetus- ja kulttuuriministeriö.  
<https://valtioneuvosto.fi/-/1410845/90-talvilajien-urheilijalle-myonnettiin-urheilija-apuraha>
- Vartia, M. & Perkka-Jortikka, K.** (1994). *Henkinen väkivalta työpaikoilla: työyhteisön hyvinvointi ja sen uhat*. Gaudeamus.
- Vartia, M., Olin, N., Kalavainen, S., Joki, M. & Pahkin, K.** (2016). *Katkaise kiusaamisen kierre: epäasiallisen kohtelun nollatoleranssin vahvistaminen työpaikoilla*. Työterveyslaitos.

- Vella, S., A., Oades, L. G. & Crowe, T. P. (2013). The relationship between coach leadership, the coach-athlete relationship, team success, and the positive developmental experiences of adolescent soccer players. *Physical Education and Sport Pedagogy* 18(5), 549-561.  
<http://dx.doi.org/10.1080/17408989.2012.726976>
- Vertommen, T., Kampen, J., Schipper-van Veldhoven, N., Wouters, K., Uzieblo, K. & van Den Eede, F. (2017). Profiling perpetrators of interpersonal violence against children in sport based on a victim survey. *Child Abuse & Neglect*, 63, 172-182.  
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.11.029>
- Vertommen, T., Schipper-van Veldhoven, N. S., Hartill, M. J. & Van Den Eede, F. (2015). Sexual harassment and abuse in sport: The NOC\*NSF helpline. *International Review for the Sociology of Sport*, 50(7), 822-839.  
<https://doi.org/10.1177%2F1012690213498079>
- Vertommen, T., Schipper -van Vedhofen, N., Wouters, K., Kampen, J. K., Brackenridge, C. H., Rhind, D. J. A., Neels, K. & Van Den Eede, F. (2016). Interpersonal violence against children in sport in the Netherlands and Belgium. *Child Abuse & Neglect*, 51, 223-236.  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.10.006>
- Visuri, S., Ansio, H., Puro, V., Kannisto, H., Heiniö, M., Lantto E., Hirvonen, M., Peruttula, P. & Teperi, A-M. (2020). *Floor is yours! Turvallisuusjohtamisen ja -kulttuurin kehittäminen esittävässä taiteissa*. Työterveyslaitos.  
<https://www.julkari.fi/handle/10024/140876>
- Veinhardt, J. & Fominiene, V. B. (2020). Bullying trends inside sport: When organized sport does not attract but intimidates. *Frontiers in Psychology*, 9(11).  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02037>
- Wilczyńska, D., Łysak-Radomska, A., Podczarska-Głowacka, M., Skrobot, W., Krasowska, K., Perzanowska, E., Dancewicz, T., Lipska, P. & Hopkins, w. G. (2021). The effectiveness of psychological workshops for coaches on well-being and psychomotor performance of children practicing football and gymnastics. *Journal of Sports Science and Medicine*, 20(6), 586-593.  
<http://dx.doi.org/10.52082/jssm.2021.586>
- Yhdenvertaisuuslaki 30.12.2014/1325.  
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141325>
- WHO. (ei pvm.). The VPA Approach.  
<https://www.who.int/groups/violence-prevention-alliance/approach>

# LIITTEET

## LIITE 1. Kilpaurheilijan määritelmät urheilujärjestön mukaan

Urheilujärjestöjen kilpaurheilijan määritelmät, joiden perusteella on muodostettu tutkimuksen kohdejoukko. Käytännössä kilpaurheilijan määritelmä ei kaikissa järjestötapauksissa vastaa täysin kyselyn vastaanottaneiden

urheilijoiden joukkoa, koska järjestöillä ei esimerkiksi puuttuvista yhteystiedoista johtuen ollut mahdollisuutta tavoittaa kaikkia kohdejoukkoon kuuluvia henkilöitä.

Urheilujärjestö	Kilpaurheilijan määritelmä
AKK-Motorsport	Autourheilun kansallisiin arvokilpailuihin osallistuvat urheilijat (Cup, Trophy ja SM) sekä kansainvälisen lisenssin haltijat (kansainvälinen taso ja huippu-urheilijat).
Jalkapallon Pelaajayhdistys	Yleisten sopimusehtojen piirissä ovat pelaajat Veikkausliigassa, Miesten Ykkösessä ja Miesten Kakkosessa sekä Kansallisessa Liigassa ja Naisten Ykkösessä, joissa pelaavien on mahdollista liittyä Pelaajayhdistyksen jäseniksi. Myös naisten ja miesten Futsal-Liigan pelaajat voivat liittyä jäseniksi.
Jääkiekon SM-liiga	Kaikki ne pelaajat, joilla on pelaajasopimus (palkka ja vakuutusturva).
Suomen Amerikkalaisen Liitto	Kansainvälisissä sarjoissa pelaavat aikuisurheilijat, korkeimman sarjatason aikuisurheilijat (Vaahteraliigat), miesten 1. divisioonan urheilijat sekä nuorten maajoukkueurheilijat, jotka ovat täyttäneet 16 vuotta.
Suomen Ampumahiihtoliitto	Yli 16-vuotias lisenssiurheilija.
Suomen Ampumaurheiluliitto	Vuonna 2022 kilpailulisenssin hankkineet.
Suomen Biljardiliitto	Maajoukkuepelaaja, joka osallistuu lajin yleisen sarjan (naiset/miehet) arvokilpailuihin EM- tai MM-tasolla.
Suomen Cheerleadingliitto	SM-tasolla urheilevat yli 16-vuotiaat, EM- ja MM-joukkueiden yli 16-vuotiaat. Moni urheilija urheilee sekä SM-tason joukkueessa, että MM-tason joukkueessa.
Suomen frisbeegolfliitto	Kaikki Suomen frisbeegolfliiton kilpailulisenssin maksaneet pelaajat. Kilpailulisenssi vaaditaan kansainvälisen liiton sanktioimiin kilpailuihin, eli lisenssin ostavat vain ne, jotka kilpailevat virallisissa kilpailuissa. Harrastekilpailijat eivät tarvitse lisenssiä.
Suomen Golfliitto	Yleisen sarjan miesten ja naisten SM-kilpailuihin osallistuvat urheilijat, miesten ja naisten liittovalmennusryhmät, poikien ja tyttöjen liittovalmennusryhmät sekä Pro -liittovalmennusryhmä.
Suomen Hiihtoliitto	Kaikkien Hiihtoliiton lajien (maastohiihto, mäkihyppy/yhdistetty, alppilajit) 16 vuotta täyttäneet lisenssiurheilijat, sisältäen lajien huippu-urheilijat ja kansainvälisellä tasolla kilpailevat urheilijat.
Suomen Hippos	Ne lisenssinhaltijat, jotka tekevät raviurheilua työkseen ja saavat elantonsa valmentamisesta tai kilvanajosta (A, B, D ja F -lisenssin haltijat)
Suomen Judoliitto	Judoliiton edustusvalmennukseen osallistuvat 16 vuotta täyttäneet ja sitä vanhemmat judokat.
Suomen Jääkiekkoliijat	x
Suomen Jääkiekkoliitto	Poikien U16, U18, U20 SM-sarjoissa, Naisten Liigassa sekä miesten Mestiksessä ja Liigassa pelaavat. Kansallisen menestymisen lisäksi, kaikkien sarjojen tehtävänä on valmistaa pelaajia kohti huippu-urheilua sekä kansainvälistä menestystä. Suomen maajoukkueiden toiminta kattaa nämä ikäluokat tukien yksilöiden ja joukkueiden kansainvälistä menestystä.
Suomen Keilailuliitto	Suomen Urheilun tukisäätiöön kuuluvat keilaajat, sisältäen myös kaikki maajoukkueurheilijat.
Suomen Koripalloliitto	Naisten ja miesten korisliigassa, miesten I divisioona A:ssa, naisten I divisioonassa, 16-, 17-, ja 19-vuotiaiden SM-sarjoissa, naisten ja miesten maajoukkueissa sekä nuorten maajoukkueissa (16-, 18- ja 20-vuotiaiden EM-kilpailut) pelaavat



Urheilujärjestö	Kilpaurheilijan määritelmä
<b>Suomen Käsipalloliitto</b>	Kilpailusenssin hankkinut urheilija, joka on yli 16-vuotias ja jonka sähköposti on liiton tiedossa
<b>Suomen Lentopalloliitto</b>	Urheilija, joka kilpailee joko lentopalloliiton järjestämissä lentopallisarjoissa tai beach volleyssa ja hänen tavoitteenaan on saavuttaa kansallinen ja / tai kansainvälinen huippu. Määritelmä sisältää naisten ja miesten Mestaruusliigassa, 1-sarjassa, A-junioreissa sekä naisten ja miesten Beach Volleyn SM-kiertueella ja A-junioreissa pelaavat henkilöt.
<b>Suomen Luisteluliitto</b>	Kansallisissa ja/tai kansainvälisissä kilpailuissa kilpaileva henkilö, joka on 16-vuotias tai tätä vanhempi
<b>Suomen Melonta- ja Soutuliitto</b>	Kilpaurheilijaksi lasketaan melonnassa ja soudussa henkilöt, joilla on kilpailuihin vaadittava lisenssi, sisältäen myös huippu-urheilijat.
<b>Suomen Moottoriliitto</b>	Aikuisten sarjojen SM-tason kilpailijat ja sitä korkeammalla tasolla kilpailevat, eli kansainvälisiä sarjoja ajavat, EM-, MM-tason urheilijat kuvaavat yhteisesti kaikkien liiton alaisuudessa olevien lajien ((Motocross (+quad ja sivuvaunu), enduro, trial, circuit racing (+sivuvaunu), supermoto (+quad), cross country, speedway, jääspeedway, maarata, jäärata, snowcross, moottorikelkkaenduro, drag racing, moottorikelkka drag racing, watercross) kilpaurheilijoita.
<b>Suomen Muaythai -liitto</b>	Ne urheilijat, jotka ovat ostaneet kilpailulisenssin Suomisportista. Kilpailulisenssi edellytetään kaikilta, jotka kilpailevat millään tasolla Suomen liiton ja kansainvälisen kattoliiton alaisissa kilpailuissa.
<b>Suomen Nyrkkeilyliitto</b>	Kilpailulisenssin omaava urheilija.
<b>Suomen Palloliitto</b>	Jalkapallon kilpaurheilijat pelaavat sarjoissa, joissa käytössä seuralisenssijärjestelmä (Veikkausliiga, Miesten ykkönen, Kansallinen liiga, Naisten ykkönen) sekä sarjoissa, joissa on pelaajasopimukset pakollisia (edelliset + Miesten Kakkonen). Lisäksi kilpaurheilijoita ovat pelaajia valtakunnallisilla nuorten sarjatasoilla (P2OSM, P17SM, T18SM), joissa on tavoitteellista maajoukkueitoimintaa, kyseiset urheilijat pelaajat pelaavat usein myös edellä mainituissa aikuisten sarjoissa. Futsalissa kilpaurheilijat pelaavat naisten ja miesten futsalligoissa pelaavat pelaajat sekä P19 Futsal-liigan ja P17 Futsal-liigan lopputurnauksen joukkueet (yhteensä 8).
<b>Suomen Paralympiakomitea</b>	Pelipassin lunastaneet urheilijat maalipallossa, parajääkiekossa, parabocciassa sekä sokkopingsissä.
<b>Suomen Pesäpalloliitto</b>	Huippupesäpalloon katsotaan kuuluvaksi kaksi ylintä sarjatasoa eli miesten ja naisten Superpesiksen sekä miesten ja naisten Ykköspesiksen. Tutkimuksen määritelmän mukaiseen kilpaurheiluun sisältyvät vain miesten Superpesis ja naisten Superpesis.
<b>Suomen Potkunyrkkeilyliitto</b>	Potkunyrkkeily on täyskontaktilaji, ja jokainen kilpailusuoritus on äärimmäisen vaativa ja edellyttää huolellista valmistautumista. Siksi lajissa jokainen kilpailuun osallistuva urheilija lasketaan kilpaurheilijaksi. Suomen Potkunyrkkeilyliiton alaisiin kilpailuihin osallistuvilla tulee olla lisenssi, vakuutus, liiton passi sekä siihen merkitty alle vuoden vanha lääkärintarkastus. Huippu-urheilijaksi lajissa lasketaan kansainvälisiin kilpailuihin aikuisten sarjoissa osallistuvat urheilijat (EM, MM, World Cup ja European Cup).
<b>Suomen Purjehdus ja Veneily</b>	Moottoriveneilyurheilun (rata- sekä offshore veneily) kilpaurheilija on kansainvälisen lisenssin omaava urheilija, joka kilpailee kansainvälisellä tasolla. Purjehduksessa huippuvaiheen olympiaurheilijat löytyvät kymmenestä olympialuokasta, ollen purjehduksen huippu-urheilijoita. Ammatti- ja kilpapurjehtijoita löytyy myös muista luokista (Americas Cup, Volvo Ocean Race, TP52 Series ja Sail GP).
<b>Suomen Pyöräily</b>	Kilpaurheilija on kansallisen tai sitä korkeamman tason pyöräilijä. Kilpaurheilijoista oma joukkonsa on huippu-urheilijat, jotka osallistuvat aikuisten tai nuorten maajoukkue-tason toimintaan (sis. pyöräily ja parapyöräily). Tässä tutkimuksessa kysely lähetetty maajoukkueyhmän urheilijoille (ei pyöräilyn ammattilaisia).
<b>Suomen Pöytätennisliitto</b>	SM-sarjan sekä 1. divisioonan pelaajat sekä yleisen sarjan miesten ja naisten SM-kilpailuihin osallistuvat urheilijat.
<b>Suomen Ratsastajainliitto</b>	Kansainvälisen tai kansallisen kilpailulisenssin omaava ratsastaja yhdeksässä eri kilpailulajissa.

Urheilujärjestö	Kilpaurheilijan määritelmä
Suomen Ringeteliitto	Naisten SM- ja Ykkössarjojen sekä B-nuorten SM-sarjan pelaajat (ko. sarjojen pelaajaryhmästä muodostetaan naisten, U21 ja U18 maajoukkueet). Urheilijat kilpailevat kansallisella pääsarjatasolla, joka toinen vuosi pelataan lajin MM-kilpailut naisten ja U21 ikäluokassa. Naisten SM-pelaajat ja maajoukkueissa naiset ja U21 muodostavat lajin huipun, kansallisesti ja kansainvälisesti.
Suomen Salibandyliitto	Kaikki kuluvan pelipassikauden alussa 16 vuotta täyttäneet ja sitä vanhemmat pelaajat, joilla on pääsarjataso pelipassi, aikuisten tai nuorten pelipassi
Suomen Squashliitto	Kilpaurheilijoita ovat ammattiuurheilijat, top 30/20 (M/N) sekä squashliigan ylimmillä sarjatasoilla pelaavat henkilöt.
Suomen Sulkapalloliitto	Määrätietoisesti ja suunnitelmallisesti harjoitteleva urheilija, joka panostaa lajiin puoli- tai kokopäiväisesti. Tavoitteena tuloksellisesti kansainväliset turnaukset sekä lajin arvokilpailut.
Suomen Suunnistusliitto	Suunnistuksen, hiihtosuunnistuksen ja pyöräsuunnistuksen maajoukkueet / valmennusryhmät (aikuiset ja nuoret). Suunnistuksessa A-maajoukkue, haastajaryhmä/aikuiset ja nuorten maajoukkue. Hiihtosuunnistuksessa A-maajoukkue (2021-2022), maailmanmestari (2022), haastajaryhmä/aikuiset (2021-2022) sekä nuorten maajoukkue (2021-2022). Pyöräsuunnistuksessa A-maajoukkue, haastajaryhmä/aikuiset sekä nuorten maajoukkue.
Suomen Taekwondoliitto	Niin SM-, liiga-, ranking- kuin harrastajasarjoihin osallistuneet lasketaan kilpaurheilijoiksi (ottelu ja liikesarja).
Suomen Taitoluisteluliitto	SM- junioreissa ja SM-senioreissa kilpailevat luistelijat. SM-juniorit ja SM-seniorit ovat korkeimpia sarjatasoja, eli näissä sarjoissa kilpailevat myös kaikki lajin arvokilpailuedustajat. Kärkiluistelijat, parit ja joukkueet kilpailevat kaikissa SM-sarjoissamme myös useissa kansainvälisissä kilpailuissa kauden aikana.
Suomen Tanssieurheiluliitto	Kilpaurheilijoita ovat SM-kilpailujen semi- ja finaalitason nuoriso- ja yleisen sarjan urheilijat.
Suomen Tennisliitto	Kilpaurheilija omaa voimassa olevan kilpailulisenssin ja osallistuu tasonsa mukaisesti kansallisen kilpailujärjestelmän 1-tason arvokilpailuihin (mm. Suomessa pelattavat junioreiden kansainväliset kilpailut, 10-16 v JGP, 21v FJTT, SM-kilpailut, Koululaisten mestaruuskilpailut, 10-16v Junioreiden SM-liigacup), tasoluokkiin (A, B tai C), yleisen sarjatenniksen tasoille naisissa 2-divisioonasta ylöspäin ja miehissä 4-divisioonasta ylöspäin sekä senioreiden sarjatenniksessä SM-tasolle.
Suomen Uimaliitto	Uinnissa kilpaurheilijat ovat uinnin A-maajoukkueeseen (taso määritellään pitkän radan EM-uintien semifinaalitason mukaan) sekä uinnin B-maajoukkueeseen (taso määritellään FINA-pisteiden mukaan) kuuluvat henkilöt. Lisäksi uinnin nuorten maajoukkueeseen kuuluvat (taso FINA-pisteet, 20 parasta uimaria) sekä uinnin paramaajoukkueeseen (Parauinnin maajoukkue on integroitu Uimaliiton maajoukkueeryhmiin, joiden tavoitteena ovat olympialaiset ja paralympialaiset, ja MM-uinnit) kuuluvat henkilöt. Uimahyppyissä kilpaurheilijoiksi määritetään uimahyppijien maajoukkueeseen (menestys kansainvälisissä uimahyppykisoissa, EM- ja MM-tasolla sekä olympialaisissa) kuuluvat henkilöt.
Suomen Urheiluliitto	Suomen Urheiluliiton tulospistetaulukon mukaisesti viiden pisteen urheilijat (16-vuotiaat ja vanhemmat).
Suomen Voimanostoliitto	Niitä, jotka ovat tulleet valituiksi arvokilpailuihin nuorten tai avoimen sarjassa.
Suomen Voimisteluliitto	Kilpaurheilijat ovat voimistelussa A-lisenssin haltijoita eli kilpailevat voimistelulajiin (joukkuevoimistelu, miesten ja naisten telinevoimistelu, rytminen voimistelu, kilpa-aerobic, teamgym, trampoliinivoimistelu, akrobatiavoimistelu) kansallisessa kilpailujärjestelmässä ja SM-kilpailuissa.

## LIITE 2. Ohjeet urheilujärjestöjen yhteyshenkilöille kyselyn välittämisestä

Hei,

tämä viesti sisältää ohjeet kyselyn ja saatekirjeen lähettämistä määritelmänne mukaisille kilpaurheilijoille. Huomaattehan, että tutkimukseen osallistuvien tulee olla saatekirjeen lähettämiseen mennessä vähintään 16-vuotta täyttäneitä tai tätä vanhempia sekä määritelmänne muutoin täyttäviä kilpaurheilijoita.

**Saatekirjeen saa lähettää urheilijoille maanantaina 11.4.2022 klo 10:00 alkaen.** Pyydämme, että tutustutte alla oleviin ohjeisiin huolella ja olette yhteydessä viestin alaosaan löytyviin tahoihin pikimmiten, mikäli teille herää kysyttävää kyselyn ja saatekirjeen toimittamiseen liittyen.

Toimintaohjeet ovat seuraavat:

- 1. Kysely aukeaa maanantaina 11.4.2022 ja on auki maanantaihin 2.5.2022 saakka.** Vastaukseen on siis aikaa kolme viikkoa. Mikäli kyselyn lähettämässä on ongelmia tai merkittäviä viiveitä, okaa yhteydessä, niin mietimme yhdessä etenemismahdollisuuksia asian suhteen.
- Kyselyyn vastaaminen kestää noin 25–30 minuuttia. Kysely on saavutettava, mutta henkilöillä, jotka käyttävät erilaisia laitteita ja ruudunlukuohjelmien yhdistelmiä vastausaika kyselyyn saattaa poiketa pidentävästi edellä mainitusta arviosta, palveluntarjoajan ohjelmistovirheestä johtuen. Pahoittelemme suuresti tästä mahdollisesti aiheutuvaa haittaa! Tutkittavia on informoitu asiasta liitteenä olevissa tiedotteissa.
- Löydätte kilpaurheilijoille lähetettävän saatekirjeen tämän viestin liitteistä. **Saatekirje on saatavilla suomen (Liite 1), ruotsin (Liite 2) sekä englannin (Liite 3) kielillä. Myös itse kyselyssä on valittavana kaikki edellä mainitut kieliversiot.** Saatekirje sisältää tiedotteen tutkimuksesta, ohjeet kyselyyn vastaamiseen sekä sähköisen linkin kyselyyn.
- Pyydämme, että lähetätte saatekirjeen valitsemillanne kielillä sähköpostitse taikka vastaavasti puhelimitse (esim. WhatsApp-palvelun kautta) selvityksen kohderyhmään kuuluville henkilöille eli 16-vuotiaille ja tätä vanhemmille kilpaurheilijoille maanantaina 11.4.2022 klo 10:00 alkaen. **Muistattehan, että linkkiä kyselyyn ei saa julkaista missään muissa yhteyksissä.** Suomenkielisen saatekirjeen voitte kopioida suoraan sähköpostin viestikenttään, jonka lisäksi muut kieliversiot on mahdollista lisätä viestiin liitetiedostoina. **Tarkistakaa, että myös kirjeen sisältämä linkki kyselyyn kopioituu.**
- Ilmoittakaa allekirjoittaneelle tutkimusassistentille mahdollisimman pian, kun olette lähettäneet kirjeen urheilijoille.** Toimittakaa tässä yhteydessä myös tieto siitä, kuinka monelle henkilölle saatekirje lähti. Mikäli on mahdollista, niin ilmoittakaa myös kohderyhmänne sukupuoli- ja/tai ikäjakauma.
- Kun olette lähettäneet saatekirjeen, voitte julkaista omissa tiedotuskanavissanne tiedotteen asiasta. Tässä apuna toimii teille tällä viikolla aiemmin toimitettu tiedotepohja, joka löytyy myös tämän viestin liitteestä kolmella kielellä (liitteet 4, 5 ja 6). SUEK julkaisee maanantaina 11.4.2022 klo 10:00 oman tiedotteensa tutkimuksesta ja yhdessä teidän tiedotteidenne kanssa tästä tulee hyvä nosto julkisuuteen. **Tiedotetta ei saa julkaista ennen kuin saatekirje on lähetetty urheilijoille.** Muistutamme vielä, että **kyselylinkki ei ole julkinen. Sitä ei siis saa julkaista tiedotteessa tai missään muissakaan viestintäkanavissa, sillä tutkimuksen luotettavuuden vuoksi linkki tulee olla saatavilla vain määritelmien mukaisille kohderyhmän urheilijoille.**

Olemme tehneet yhdessä liittojen kanssa urheilijavideoita, joita julkaisemme SUEKin sosiaalisen median kanavissa (Instagram: @puhtaastiparas, Twitter: SUEK\_FINCIS ja YouTube: SUEK\_FINCIS) heti maanantaina 11.4.2022 klo 10:00 alkaen sekä kyselyn vastausaikana. Nämä videot ovat myös teidän käytettävissänne. Olemme tehneet myös urheilijoiden käyttöön sometuskuva (Liite 7 ja 8), jonka he voivat jakaa, kun ovat vastanneet kyselyyn. Nämä löytyvät SUEKin sometileiltä. Kannustamme kaikkia käyttämään kyselyn yhteydessä aihetunnistetta #ParempaaUrheilua. Viestintään liittyvissä asioissa olettehan suoraan yhteydessä SUEKin viestintäpäällikkö Susanna Sokkaan (sähköpostiosoite).

Lisätietoa tutkimushankkeesta antaa vastaava tutkija Satu Kaski (sähköpostiosoite, puhelinnumero) sekä SUEKin tutkimuspäällikkö Nina Laakso (sähköpostiosoite, puhelinnumero). Mikäli kyselyssä tai sen toiminnassa haasteita tai teille tulee siitä muita käytännön kysymyksiä, voitte olla yhteydessä tutkimusassistentti Alisa Heikkiseen (sähköpostiosoite, puhelinnumero).

Suuret kiitokset tekemästänne yhteistyöstä urheilukulttuurimme eettisyyden edistämiseksi! #ParempaaUrheilua

**Arvoisa kilpaurheilija,**

olet tullut valituksi mukaan *Urheilijoiden myönteisiä ja kielteisiä kokemuksia suomalaisessa kilpaurheilussa* -tutkimukseen. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää kilpaurheilijoiden kokemia asiallisen ja vastuullisen sekä epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun määrää sekä niihin yhteydessä olevia tekijöitä Suomessa. Tutkimuksessa kartoitetaan siis urheilukulttuurimme hyviä ja vahvistavia malleja sekä urheilijoiden kokemia mahdollista epäasiallista kohtelua. Tutkimuksesta on hyötyä suomalaisen urheilun kehittämisessä.

Tutkimukseen on pyydetty mukaan urheilujärjestöjen määrittelemät kilpaurheilijat. Kutsu tutkimukseen ja linkki kyselyyn on lähetetty kaikkien mukana olevien urheilujärjestöjen kautta niille urheilijoille, joiden kukin järjestö on katsonut edustavan lajinsa kilpaurheilijoita.

Tutkimus on jatkoa Suomen urheilun eettisen keskuksen eli SUEK ry:n aiemmin vuosina 2019–2020 tekemälle seksuaalista ja sukupuoleen perustuvaa häirintää tarkastelevalle *Häirintä suomalaisessa kilpaurheilussa* -tutkimukselle. Kyseinen tutkimus nosti esille toiveen kysyä laajemmin urheilussa koetuista kielteisistä ja myönteisistä kokemuksista.

Nyt käynnistyvän tutkimusprojektin SUEK ry toteuttaa yhteistyössä urheilujärjestöjen ja SUEK ry:n tutkimusryhmän kanssa, johon kuuluu vastaava tutkija PsT Satu Kaski, Jyväskylän yliopiston liikuntapsykologian professori Taru Lintunen sekä SUEK ry:n tutkimusjohtaja Nina Laakso ja tutkimusassistentti Alisa Heikkinen. SUEK ry vastaa kyselyn toteutuksesta, analysoinnista ja raportoinnista.

**Tutkimuksen tavoite ja tarkoitus**

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää kilpaurheilijoiden myönteisiä ja kielteisiä kokemuksia suomalaisessa urheilussa ja niihin yhteydessä olevia tekijöitä. Tutkimuksessa kartoitetaan siis urheilukulttuurimme hyviä ja vahvistavia malleja sekä urheilijoiden kokemia mahdollista epäasiallista kohtelua. Tutkimuksesta on hyötyä suomalaisen urheilun kehittämisessä.

**Tutkimuksen kulku ja sisältö**

Tutkimukseen on pyydetty mukaan urheilujärjestöjen määrittelemät 16-vuotiaat ja tätä vanhemmat kilpaurheilijat. Kutsu tutkimukseen ja linkki kyselyyn on lähetetty urheilujärjestöjen kautta niille urheilijoille, joiden kyseinen järjestö on katsonut edustavan lajinsa kilpaurheilijoita. Urheilujärjestö lähetti tämän kutsun ja kyselyn lisenssirekisteriin tallennetuilla yhteystiedoilla. Varsinainen kysely ja aineisto tallentuu SUEK ry:n tietoturvalisenssimme palvelimelle. Tutkimusprojektin avataan verkkotallennustilaa tiedostopalvelimelta, joka on sijoitettu SUEK ry:n tietojärjestelmien palvelintilaan. Palvelimelle pääsy vaatii VPN yhteyden tai pääsyn SUEK ry:n toimitilojen verkkoon. Lisäksi palvelimelle määrittämällä pääsy vain niille henkilöille, joilla on tarve päästä aineistoon käsiksi. Tämän lisäksi tiedot varmuuskopioidaan toiseen palvelintilaan kerran vuorokaudessa.

Kyselyssä sinua pyydetään vastaamaan väitteisiin mahdollisesta kokemastasi tai havaitsemastasi häirinnästä sekä epäasiallisesta käytöksestä.

**Tutkimukseen liittyvät riskit ja hyödyt**

Tutkimuksessa noudatamme *Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakkoarviointi Suomessa* -ohjetta, jonka on antanut Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK, 2019). Tutkimuksessa kysytään epäasialliseen kohteluun liittyviä kokemuksia. Tutkimuskyselyn alussa on esitetty ohjeet siitä, mihin tutkimuksen ulkopuoliseen tahoon voit olla yhteydessä, mikäli kyselystä aiheutuu ahdistusta tai pelkoa, tai haluat muutoin keskustella kokemuksestasi.

Koska Sinä itse olet oman kokemuksesi paras asiantuntija, juuri Sinun osallistumisesi tutkimukseen on erittäin tärkeää. Vain siten, että mahdollisimman moni täyttää ohessa olevan kyselyn, saadaan urheiluun liittyvistä myönteisistä ja kielteisistä kokemuksista mahdollisimman oikea ja totuudenmukainen kuva. Siksi toivomme, että käyttäisit noin 25–30 minuuttia aikaa vastaamalla verkkokyselyymme. Toivomme, että ehtisit vastata kyselyyn kolmen viikon kuluessa eli maanantaihin 2.5.2022 mennessä.

TENK. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakkoarviointi Suomessa: Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisu 3/2019. Viitattu 30.03.2022. [https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakkoarvioinnin\\_ohje\\_2020.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakkoarvioinnin_ohje_2020.pdf)

## **Luottamuksellisuus ja vapaaehtoisuus**

Kyselyyn vastataan nimettömästi. Kaikki antamasi tiedot ovat luottamuksellisia, vastaukset tallentuvat nimettöminä ja niitä käsitellään nimettöminä tilastotietoina. Tutkimuksessa ei siis kysytä suoria tunnistetietoja (esim. nimi, sähköposti) ja taustatietoina kysytään vain tutkimuksen kannalta välttämättömät tiedot. Vaikka aineistoa käsitellään anonymisti, tutkimuksessa voisi periaatteellisesti olla mahdollista yksittäisen urheilijan identifioidavuus (esimerkiksi urheilulajin, sukupuolen, iän ja urheilutason perusteella). Tämän vuoksi olemme erityisen tarkkoja tietosuojan ja anonymiteetin varmistamisen suhteen. Käsittelemme aineistoa niin huolellisesti, että ketään ei voi kuitenkaan tunnistaa tuloksista tai julkaisusta.

Tutkimusaineistoa voidaan hyödyntää SUEK ry:n kolmen vuoden välein tekemissä seurantatutkimuksissa. Tutkimusaineisto hävitetään viimeistään 10 vuoden päästä. Verkkolinkin aukaisemisen yhteydessä näet tietosuojailmoituksen ja annat sähköisen suostumuksen kyselyyn vastaamiseen. Huomaathan, että tietosuojailmoitus on saatavilla ainoastaan suomen kielellä. Kysely, tiedote tutkimuksesta tutkittaville sekä ohje kyselyyn vastaamiseen on kuitenkin saatavilla suomen, ruotsin sekä englannin kieliversioina. Kysely on toteutettu saavutettavuus huomioon ottaen eli se on tarkoitettu vastattavaksi kaikille erilaisista rajoitteista huolimatta. Sähköisen kyselypohjan palveluntarjoaja on testannut saavutettavuuden seuraavilla yhdistelmillä: NVDA - Chrome, Firefox; Narrator - Edge (IE 11) sekä VoiceOver - Safari. Palveluntarjoajan ohjelmistovirheestä johtuen eri laitteiden ja ruudunlukuohjelmien yhdistelmät saattavat kuitenkin vaikuttaa kyselyn arvioituun vastausaikaan pidentävästi. Pahoittelemme tästä mahdollisesti aiheutuva haittaa.

Tutkimustulokset ja julkaisut perustuvat täysin nimettömyyteen. Tulokset analysoidaan ja raportoidaan niin, että ketään tutkittavaa ei voida tunnistaa. Tutkimuksen toteuttamisessa käytetään tietoturvallisia palveluja. Aineistoa käsittelevät vain tutkimusryhmän jäsenet.

Kyselyssä on mahdollisuus kirjoittaa myös avovastauksia. Avovastauksista voidaan tarvittaessa poimia tutkimusraporttiin vain ilmiöitä kuvaavia sitaatteja niin, että lajia, urheilutasoa, saati vastaajaa ei voida tunnistaa. Ilmiöiden kuvaaminen voi antaa kuitenkin arvokasta tietoa urheilussa koetuista myönteisistä ja kielteisistä tapahtumista.

Osallistuminen on vapaaehtoista ja voit halutessasi keskeyttää vastaamisen. Mikäli keskeytät kyselyn, tutkimuksessa hyödynnetään ne vastaukset, jotka olet antanut. Voit myös jättää osaan kysymyksistä vastaamatta, mikäli haluat ja silti jatkaa kyselyn loppuun. Sinä voit myös kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen.

## **Tietojen käsittely ja säilyttäminen**

Henkilötietojesi käsittely on tarpeen yleisen edun mukaisen tieteellisen tutkimuksen toteuttamiseksi tietosuojalain 4 § 3-kohdan perusteella. Erityisiä henkilötietoryhmiä käsitellään tieteellistä tutkimusta varten tietosuojalain 6 §:n 7-kohdan mukaisesti.

Tutkimuksen aineisto säilytetään SUEK ry:n omalla palvelimella palomuurin ja salasanojen takana. Aineistoa ei luovuteta eteenpäin. Oikeudet aineiston käsittelyyn ja tilastollisiin analyyseihin on ainoastaan tutkimusryhmän jäsenillä. Tutkimusaineisto hävitetään viimeistään 10 vuoden kuluttua tutkimuksen tiedonkeruun alkamisesta.

## **Yksityisyys tutkimusjulkaisuissa ja tutkimuksesta tiedottaminen**

Tulokset analysoidaan ja raportoidaan ryhmätasolla siten, että ketään tutkittavaa ei voida tunnistaa. Kyselyn tuloksista kirjoitetaan kansallinen raportti, joka julkaistaan SUEK ry:n toimesta. Tutkimustuloksista voidaan kirjoittaa myös tieteellisiä julkaisuja. Kaikissa julkaisuissa tutkittavista kirjoitetaan kunnioittavaan sävyyn. Tutkimuksen tavoite on lisätä tietämystä siitä, millaisia myönteisiä ja kielteisiä kokemuksia urheilijoilla on ja mitkä tekijät niihin ovat yhteydessä. Tällä tavalla näihin tekijöihin ja olosuhteisiin voidaan tulevaisuudessa vaikuttaa.

## **Yhteystiedot**

Mikäli haluat lisätietoja tutkimuksesta, saat niitä ottamalla yhteyttä tutkimuksen vastaavaan tutkijaan Satu Kaskeen (sähköpostiosoite; puhelinnumero) ja/tai tutkimusryhmän jäseneseen Taru Lintuseen (sähköpostiosoite) sekä yleisesti tutkimushankkeeseen liittyen tutkimusjohtajaan SUEK ry:n tutkimuspäällikköön Nina Laaksoon (sähköpostiosoite; puhelinnumero).

## Vastauksestasi etukäteen kiittäen!

### Satu Kaski

Vastaava tutkija  
PsT, urheilupsykologi (sert.)  
puhelinnumero  
sähköpostiosoite

### Nina Laakso

Tutkimuksen johtaja  
Tutkimuspäällikkö  
puhelinnumero  
sähköpostiosoite

### Taru Lintunen

Professori, Emerita  
(liikuntapsykologia)  
Jyväskylän yliopisto  
sähköpostiosoite

## Ohjeet kyselyyn vastaamiseen:

- 1. Tutustuthan huolella edellä oleviin tietoihin tutkimuksesta.** Mikäli sinulle herää kysyttävää tutkimuksesta, otathan yhteyttä yhteystiedot-kohdassa mainittuihin henkilöihin.
- 2. Voit vastata kyselyyn, jos olet 16-vuotias tai tätä vanhempi kilpaurheilija** ja saat edustamaltasi urheilujärjestöltäsi kutsun tutkimukseen. Löydät kyselyn, tiedotteen tutkimuksesta tutkittaville sekä ohjeen kyselyyn vastaamiseen suomen, ruotsin sekä englannin kieliversioina. Kysely on toteutettu saavutettavuus huomioon ottaen eli se on tarkoitettu vastattavaksi kaikille erilaisista rajoitteista huolimatta. Sähköisen kyselypohjan palveluntarjoaja on testannut saavutettavuuden seuraavilla yhdistelmillä: NVDA - Chrome, Firefox; Narrator - Edge (IE 11) sekä VoiceOver - Safari. Palveluntarjoajan ohjelmistovirheestä johtuen eri laitteiden ja ruudunlukuohjelmien yhdistelmät saattavat kuitenkin vaikuttaa kyselyn arvioituun vastausaikaan pidentävästi. Pahoittelemme tästä mahdollisesti aiheutuvaa haittaa.
- 3. Jalkapallon ja jääkiekon pelaaja, saatat saada kyselyn useammalta lajisi järjestötholta.** Vastaathan kyselyyn vain kerran, yhden edustamasi urheilujärjestön näkökulmasta.
- 4. Pääset vastaamaan kyselyyn alla olevan linkin kautta, vastausaika alkaa maanantaina 11.4.2022 ja päättyy maanantaina 2.5.2022. Vastaathan kyselyyn vain kerran.**
- 5. Muistathan, että tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista** ja voit keskeyttää vastaamisen halutesasi, milloin ja mistä syystä tahansa. Lisäksi voit halutessasi jättää vastaamatta kysymyksiin (pois lukien suostumus tutkimukseen ja kysymys iästäsi) tai kieltäytyä kokonaan osallistumasta tutkimukseen. Mikäli keskeytät kyselyn, tutkimuksessa hyödynnetään ne vastaukset, jotka olet siihen mennessä antanut. Kyselyyn vastataan nimettömästi ja antamasi tiedot ovat kaikilta osiltaan luottamuksellisia ja nimettöminä tilastotietoina käsiteltäviä. Vastaja ei voida tunnistaa tutkimuksen tuloksista tai julkaisusta.
- 6. Mikäli jokin tai jotkin kyselyssä läpikäydyistä teemoista aiheuttavat sinulle kysyttävää tai epämiellyttäviä tunteita, löydät kyselyn alusta ja lopusta sellaisten tutkimuksen ulkopuolisten tahojen yhteystietoja,** joiden kautta sinun on mahdollista saada apua ja tukea.

**Pääset kyselyyn klikkaamalla seuraavaa linkkiä: x.**

## LIITE 4. Yhteystietolistaus tutkimuksen ulkopuolisista, apua epäasiallisen kohtelun kokemuksiin tarjoavista tahoista

### Toimi näin, jos olet kokenut häirintää tai aihe huolestuttaa sinua:

On tärkeää kertoa jollekin luotettavalle taholle, jos olet joutunut seksuaalisen häirinnän tai väkivallan kohteeksi. Sinulla on myös lupa olla huolestunut tai ahdistunut tästä aiheesta tai kyselystä, vaikka et olisi kokenut häirintää. Tässä ohjeita Väestöliittoa mukailleen näihin tilanteisiin:

- Kerro asiasta luotettavalle henkilölle. Sinulla on kertomiseen täysi oikeus, vaikka häirintätapauksessa tekijä on voinut vaatia sinulta salaisuuden säilyttämistä.
- Hae apua terveydenhuollosta, psykologilta tai luottamaltasi henkilöltä lajiliitosta, seurasta tai pelaajayhdistyksestä.
- Voit ottaa yhteyttä Et ole yksin -palveluun, josta saat apua nimettömästi. Palvelu on Väestöliiton ja suomalaisen urheilun yhteishanke. Soita +358 503 025 942 ma 12-14.00. Soittoajan ulkopuolella voit myös ehdottaa itsellesi sopivaa soittoaikaa tekstiviestitse. Chattaa [www.etoleyksin.fi](http://www.etoleyksin.fi) ti-ke 15.00-17.30 to 14-16.00.  
<https://www.etoleyksin.fi/>.
- Voit ottaa nimettömästi yhteyttä ma-pe klo 14-20 ja la su 17-20 Lasten ja nuorten puhelimeen puh. 116 111 tai chatiin ma-ke klo 17-20.  
<https://www.nuortennetti.fi/apua-ja-tukea/lasten-ja-nuorten-puhelin/lasten-ja-nuorten-chat/>.
- Alle 20-vuotiaat pojat voivat ottaa yhteyttä myös Poikien puhelimeen ma-pe klo 13-18 puh. 0800 94 884. Poikien puhelimen chat arkisin klo 13-15. [http://www.vaestoliitto.fi/vaestoliitto/mita\\_vaestoliitto\\_tekee/palvelut/puhe-linneuvonta/poikien\\_puhelin/](http://www.vaestoliitto.fi/vaestoliitto/mita_vaestoliitto_tekee/palvelut/puhe-linneuvonta/poikien_puhelin/)
- Naiset ja tytöt saavat neuvontaa ja tukea Naisten Linjan puhelinpalvelusta ma-pe 16-20 ja la-su 12-16 puh. 0800 02400.
- Raiskauskriisikeskus Tukinainen antaa tukea, apua ja neuvontaa seksuaalirikosten uhreille ja heidän läheisilleen:  
<https://tukinainen.fi/>
- Rikosuhripäivystys auttaa, jos olet joutunut rikoksen tai rikosyrityksen kohteeksi tai rikoksen todistajaksi.  
<https://www.riku.fi/>
- Lisää tietoa seksuaalisesta häirinnästä ja väkivallasta löydät esimerkiksi Nuortennetistä.  
<https://www.nuortennetti.fi/apua-ja-tukea/apua-seksuaaliseen-hairintaan-ja-vakivaltaan/>
- Suomen urheilun eettisen keskuksen SUEKin nettisivujen ILMO-palvelun kautta voi kuka tahansa ilmoittaa, jos epäilee jonkinlaista eettistä rikkomusta urheilussa. ILMO-palvelussa voi ilmoittaa nimettömästi, mikäli epäilee esimerkiksi häirintää tapahtuneen: <https://ilmo.suek.fi/>
- Sinulla on oikeus tulla kuulluksi ja autetuksi, vaikka tekijä on voinut sanoa, ettei sinua kukaan usko. Säilytä toivo ja luottamus tulevaan. Ikävistä kokemuksista on lupa ja mahdollisuus toipua.

## LIITE 5. Valmis tiedotepohja urheilujärjestöjen käyttöön tutkimuksesta viestimiseksi

Korvaa [nämä kohdat]. Voit muokata tekstiä ja/tai lisätä omaa tekstiä halutessasi.

### [Urheilujärjestö] mukana SUEKin laajassa tutkimuksessa

[Urheilujärjestö] on mukana Suomen urheilun eettisen keskuksen SUEK ry:n toteuttamassa laajassa tutkimushankkeessa, jossa selvitetään urheilijoiden kokemuksia suomalaisessa kilpaurheilussa. Tutkimuksen aineisto kerätään huhtikuussa lähetettävällä kyselyllä ja tutkimuksen tulokset julkaistaan syksyllä. [Urheilujärjestön] lisäksi tutkimuksessa on mukana noin 50 muuta urheilujärjestöä.

Ajatus urheilijoiden kokemusten kartoittamisesta sai alkunsa kaksi vuotta sitten julkaistun Häirintä suomalaisessa kilpaurheilussa -tutkimuksen innoittamana. Urheilijoiden kokemuksia selvittävän tutkimuksen tavoitteena on lisätä urheiluyhteisön ymmärrystä urheilun antamista myönteisistä ja kielteisistä kokemuksista ja niihin liittyvistä tekijöistä.

[Urheilujärjestön tj:n tai urheilijan kommentti]

- On erittäin tärkeää, että kaikki kyselyn vastaanottaneet jakavat nyt kokemuksiaan ja havaintojaan. Koen tärkeänä, että [laji] on mukana tässä tutkimuksessa. Uskon, että sen tulosten avulla saamme vahvemman käsityksen siitä, mitä hyvää urheilulla on suomalaisille annettavana, ja toisaalta pystymme myös kehittämään ongelmakohtia yhdessä muiden urheilujärjestöjen kanssa, sanoo [XX].

Tutkimuskysely lähti noin [x] [urheilujärjestön] kilpaurheilijan määritelmän mukaiselle 16-vuotta täyttäneelle tai sitä vanhemmalle urheilijalle. Kaikkiaan tutkimuksessa on mukana noin 50 eri järjestöä, joten kokemuksia saadaan tuhansilta suomalaisilta kilpaurheilijoilta. [Lajin] kilpaurheilijaksi on katsottu [lajin oma määritelmä].

Tulevaisuudessa kolmen vuoden välein toistettavalla tutkimuksella saadaan tietoa suomalaisen urheilun lähtötilasta. SUEK toteuttaa tutkimuksen yhteistyössä noin 50 eri urheilujärjestön kanssa. SUEK vastaa kyselyn toteutuksesta, analysoinnista ja raportoinnista. Tutkimuksen tulokset julkaistaan syksyllä.

### Raportointi- ja keskustelukanavat

Jokaisella on oikeus ilmoittaa, jos epäilee urheilurikkomuksia. SUEKin ILMO-palvelussa voit tehdä ilmoituksen urheilijan tai muun toimijan epäeettisestä toiminnasta esimerkiksi häirinnästä, nimettömästi tai nimelläsi. Ilmoituksesi sisältö käsitellään luottamuksellisesti. Kaikki saatu tieto analysoidaan mahdollisia jatkotoimenpiteitä varten. Puuttumalla rikkomuksiin autat suojelemaan urheilua sekä turvaamaan tasavertaiset ja turvalliset lähtökohdat kaikille urheilijoille.

Et ole yksin -palvelu tarjoaa matalankynnyksen keskustelutukea ja ohjausta kiusaamista, häirintää, väkivaltaa tai muuta epäasiallista käytöstä urheilussa kohdanneille sekä heidän läheisilleen. Palvelu on maksuton ja yhteyttä voi ottaa nimettömästi. Lisätietoa palvelusta ja ajankohtaiset päivystysajat löydät osoitteesta: [www.etoyleyksen.fi](http://www.etoyleyksen.fi).

Lisätietoja [urheilujärjestön] yhteyshenkilö:

#ParempaaUrheilua



## LIITE 6. Vastajien sukupuolijakauma iän suhteen (n=2073)

Mukana ne, jotka ovat vastanneet sukupuolta tiedustelleeseen kysymykseen, jolloin taulukosta puuttuu 24 henkilöä eli ne, jotka jättäneet vastaamatta sukupuolta tiedustelleen kysymykseen.

Ikä	Sukupuoli			
	Mies (kpl)	Nainen (kpl)	Muu (kpl)	En halua sanoa (kpl)
Alle 16-v.	22	29	0	1
16-17-v.	92	178	1	2
18-20-v.	110	205	1	1
21-24-v.	106	168	2	0
25-30-v.	129	180	1	0
31-35-v.	91	72	0	2
36-40-v.	79	39	0	0
41-45-v.	104	33	0	0
46-50-v.	85	28	1	1
51-55-v.	79	23	0	1
56-60-v.	72	7	0	1
61-65-v.	51	6	0	1
66-70-v.	33	5	0	0
yli 70-v.	31	0	0	0

## TUTKITTAVAN SUOSTUMUS

”Minua on pyydetty osallistumaan *Urheilijoiden myönteisiä ja kielteisiä kokemuksia suomalaisessa kilpaurheilussa* -tutkimukseen, jonka tarkoituksena on selvittää kilpaurheilijoiden kokemia asiallisen ja vastuullisen sekä epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun määrää sekä niihin yhteydessä olevia tekijöitä Suomessa. Olen saanut riittävät tiedot tutkimuksesta ja henkilötietojeni käsittelystä. Olen saanut tiedotteen tutkimuksesta tutkittaville, ohjeen kyselyyn vastaamiseen sekä edellisellä sivulla olevan tietosuojailmoituksen. Olen myös saanut mahdollisuuden esittää tutkimukseen liittyviä kysymyksiä päätutkijalle ja/tai tutkimuksen johtajalle. Aineistonkeruun oikeusperuste on yleinen etu.

Ymmärrän, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja että minulla on oikeus kieltäytyä siitä sekä perua suostumukseni, milloin tahansa syytä ilmoittamatta. Tutkimuksen keskeyttämisestä ei aiheudu minulle kielteisiä seurauksia. Ymmärrän, että vaikka aineistoa käsitellään anonyymisti ja huolellisesti, tutkimuksessa voisi periaatteellisesti olla mahdollista yksittäisen urheilijan identifioitavuuteen (esimerkiksi urheilulajin, sukupuolen, iän ja urheilutason perusteella). Tämän vuoksi tutkimusryhmä on erityisen tarkka tietosuojan ja anonymiteetin varmistamisen suhteen. Aineisto käsitellään niin huolellisesti, että ketään ei voi tunnistaa tuloksista tai julkaisusta. Keskeyttämiseen asti minusta kerätyt tutkimusaineistot voidaan edelleen hyödyntää tutkimuksessa. Suostun siihen, että tutkimuksessa käsitellään erityisiin henkilötietoryhmiin kuuluvia tietoja, joita tässä tutkimuksessa ovat muun muassa etninen alkuperä ja henkinen hyvinvointi.

Suostun vastaamaan kyselyyn (rasti) → pakollinen kyselyyn pääsemiseksi

Tervetuloa mukaan *Urheilijoiden myönteisiä ja kielteisiä kokemuksia suomalaisessa kilpaurheilussa* -tutkimukseen, jonka tarkoituksena on selvittää kilpaurheilijoiden kokemia asiallisen ja vastuullisen sekä epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun määrää sekä niihin yhteydessä olevia tekijöitä Suomessa.

Jokaisessa kysymyksessä on eri vastausvaihtoehtoja, joista voit valita yhden tai useamman riippuen kysymyksestä. Toivomme, että vastaat jokaiseen kysymykseen. Jos et kuitenkaan halua vastata johonkin kysymykseen, voit jatkaa kyselyä tästä huolimatta. Voit myös keskeyttää kyselyn milloin tahansa halutessasi. Keskeyttämiseen asti kerätyt tutkimusaineistot voidaan edelleen hyödyntää tutkimuksessa.

### Mitä on häirintä ja epäasiallinen kohtelu?

Häirintä ja epäasiallinen kohtelu voi ilmetä monin eri tavoin aina epäasiallisesta puheesta ja vihjailusta fyysisen koskemattomuuden loukkaamiseen. Häirintä ja epäasiallinen kohtelu on ei-toivottua ja yksipuolista, ja sopivan käytöksen rajan määrittää se, joka on toiminnan kohteena. Häirintä ja epäasiallinen kohtelu koetaan usein ahdistavana ja epämiellyttävänä tai uhkaavana, pelottavana, vihamielisenä, halventavana tai nöyryyttävänä.

## OSA I: Taustatiedot ja urheiluolosuhteet

Tässä osiossa sinulta kysytään urheiluun liittyviä asioita sekä taustatietoja, kuten ikääsi, sukupuoltasi, urheilujärjestöäsi ja kilpailullista tasoasi. Näitä tietoja käytetään selvityksessä tilastollisiin tarkoituksiin. Suojellemme yksityisyyttäsi: yksittäiset vastaukset ovat vain tutkijoiden nähtävillä eikä niitä luovuteta urheilujärjestöille tai muille kolmansille osapuolille.

Jos harrastat useaa eri lajia ja kilpailet useamman kuin yhden urheilujärjestön alaisuudessa, pyydämme sinua valitsemaan yhden päälajin ja vastaamaan kahteen ensimmäiseen kysymykseen sen lajin perusteella. Myöhemmissä kysymyksissä, joissa puhutaan yleisesti urheilusta, voit vastata ajatellen kaikkea kilpaurheilua, johon osallistut, lajista riippumatta.

### 1. Sukupuoli

- Mies
- Nainen
- Muu
- En halua sanoa

### 2. Minkä ikäinen olet? (Pakollinen)

- Alle 16-v. (siirtyy automaattisesti kyselyn loppuun)
- 16-17-v.
- 18-20-v.
- 21-24-v.
- 25-30-v.
- 31-35-v.
- 36-40-v.
- 41-45-v.
- 46-50-v.
- 51-55-v.
- 56-60-v.
- 61-65-v.
- 66-70-v.
- yli 70-v.

### 3. Koulutus, valitse 1-6 vaihtoehtoa.

- Peruskoulu
- Lukio
- Ammattikoulu
- Opistotasoinen
- Ammattikorkea
- Yliopisto
- Yliopistollinen jatko
- Olen tällä hetkellä koulutuksessa

### 4. Valitse päälajisi kautta edustamasi urheilujärjestö. Huom. jääkiekon sekä jalkapallon pelaaja, valikossa on lajisi kohdalla 2-3 urheilujärjestöä. Valitsethan näistä vain yhden, jonka edustajana haluat vastata kyselyyn.

Lajit alavalikossa

### 5. Oletko vammais-/paraurheilija?

- Kyllä
- En
- En halua sanoa

**6. Millä tasolla urheilet tällä hetkellä? Valitse yksi, korkein taso, jolla kilpailet päälajissasi.**

Huom. Nuorten/aikuisten kansainvälisellä tasolla tarkoitetaan osallistumista lajin korkeimpiin arvokisoihin. Maajoukkue-tasolla tarkoitetaan esimerkiksi osallistumista arvokisakarsintoihin tai nimeämistä maajoukkueeryhmään.

- Alueellinen/piirikunnallinen (esim. aluemestaruuskilpailut, alueelliset sarjat joukkuelajeissa)
- Kansallinen (esim. valtakunnalliset sarjat joukkuelajeissa, kansalliset kilpailut)
- Nuorten tai aikuisten maajoukkue-taso
- Nuorten tai aikuisten arvokilpailutaso (Nuorten ja aikuisten olympia-, paralympia-, MM- tai EM-kisaedustus)
- Ammattuurheilu
- Jokin muu, mikä?

**7. Kuinka monta vuotta olet urheillut edellä mainitulla tasolla?**

- Alle vuoden
- 1-2 v
- 3-4 v
- 5-6 v
- 7-8
- 9-10 v
- yli 10 v

**8. Mitä olet saavuttanut urallasi viimeisen kolmen vuoden aikana? Merkitse rasti niihin, jotka pitävät kohdallasi paikkansa. Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Urheilu SM-tasolla
- SM-mitali
- Osallistuminen arvokilpailuihin
- EM-mitali
- MM-mitali
- Olympiamitali
- Menestys kansainvälisen tason ammattuurheilussa
- Mitali oman sarjataso-n kilpailuissa
- Osallistuminen oman sarjataso-n kilpailuihin
- Jokin muu, mikä?

**9. Merkitse jokaiseen alla olevaan väitteeseen joko kyllä, ei, en osaa sanoa tai en halua sanoa niin, ne kuvaavat sinua omassa lajissasi parhaiten mielestäsi tällä hetkellä.**

**Kyllä Ei En osaa sanoa En halua sanoa**

- Olen kilpailevassa kokoonpanossa
- Olen ajoittain kilpailevassa kokoonpanossa
- En ole kilpailevassa kokoonpanossa
- Pääsen kilpailemaan niihin kilpailuihin, joihin haluan
- En ole päässyt edustamaan niihin kilpailuihin, mihin olisin halunnut
- Olen edennyt omalla urallani toivomallani tavalla
- Olen saanut osallistua kilpailuihin haluamallani tavalla
- En ole edennyt urallani haluamallani tavalla

**10. Miten tyytyväinen olet saavutuksiasi urheilussa? Arvioi asteikolla 1=erittäin tyytymätön, 2=melko tyytymätön, 3=melko tyytyväinen, 4=erittäin tyytyväinen.**

**11. Kuulutko johonkin seuraavista vähemmistöryhmistä? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Etniseen vähemmistöön (esim. romani, saamelainen, maahanmuuttaja tai ihonvärin, kansallisuuden tai kulttuurin perusteella)
- Kielivähemmistöön
- Uskonnolliseen vähemmistöön
- Seksuaalivähemmistöön (esim. homo, lesbo, bi- tai panseksuaalinen)
- Sukupuolivähemmistöön (esim. transihminen tai intersukupuolinen)
- Vähemmistöön vammaisuuden perusteella
- Johonkin muuhun vähemmistöryhmään, mihin?
- En kuulu mihinkään vähemmistöryhmään
- En halua tai en osaa sanoa

**12. Ohessa on väitteitä, jotka liittyvät urheiluun. Vastaa kuhunkin väitteeseen niin, että 1=kyllä, 2=ei, 3=en osaa sanoa ja 4=en halua sanoa.**

- Menen mielelläni harjoituksiin
- Todennäköisesti urheilen vielä parin vuoden päästä
- Todennäköisesti urheilen vielä parin vuoden päässä tässä seurassa (siinä, missä olet tällä hetkellä)
- Huoltajani ovat aktiivisia seuran eri tehtävissä (esim. huoltajia, joukkueenjohtajia, hallituksen jäseniä)
- Seurassa/joukkueessa/urheiluyksikössä jokainen saa olla oma itsensä sukupuolestaan/seksuaalisesta suuntautuneisuudestaan/taustastaan riippumatta

**13. Vastaa alla oleviin valmentajaa ja harjoitusryhmää/joukkuetta koskeviin väitteisiin niin, että 5=pitää täysin paikkansa, 4=pitää melko hyvin paikkansa, 3=siltä väliltä, 2=osittain ei pidä paikkansa ja 1=ei pidä lainkaan paikkansa.**

- Valmentajani kohtelee urheilijoita oikeudenmukaisesti
- Valmentajani arvostaa urheilijoiden ehdotuksia
- Valmentajani on kiinnostunut siitä, mitä minulle kuuluu
- Valmentajani rohkaisee minua ilmaisemaan mielipiteeni
- Valmentajalleni on helppo kertoa asioita
- Valmentajani keskustelee kanssani säännöllisesti
- Valmentajani puuttuu heti, mikäli joku toimii asiattomasti tai sääntöjen vastaisesti
- Valmentajani kohtelee urheilijoita tasapuolisesti
- Ryhmässä/joukkueessa, jossa säännöllisesti harjoittelen, on hyvä ilmapiiri
- Ryhmässä/joukkueessa, jossa säännöllisesti harjoittelen, uskallan ilmaista oman mielipiteeni
- Ryhmässä/joukkueessa, jossa säännöllisesti harjoittelen, on turvallista olla
- Ryhmässä/joukkueessa, jossa säännöllisesti harjoittelen, noudatetaan yhdessä sovittuja pelisääntöjä
- Ryhmässä/joukkueessa, jossa säännöllisesti harjoittelen, puututaan, mikäli joku ei noudata yhdessä sovittuja pelisääntöjä
- Ryhmässä/joukkueessa, jossa säännöllisesti harjoittelen, puututaan heti, mikäli ilmenee asiatonta kielenkäyttöä tai epäasiallista käyttäytymistä
- Ryhmässä/joukkueessa, jossa säännöllisesti harjoittelen, on hyvin toimivat puuttumisen mallit esimerkiksi epäasialliseen toimintaan
- Kannustan joukkueoveritani/ryhmässä muita
- Onnittelen joukkueoveriani/ryhmässä muita urheilijoita hyvästä suorituksesta
- Annan myönteistä palautetta joukkueoverilleni/ryhmän muille urheilijoille
- Annan rakentavaa palautetta joukkueoverilleni/ryhmän muille urheilijoille

**14. Seuraavaksi sinua pyydetään arvioimaan omia harjoituksiasi. Valitse se numero, joka parhaiten vastaa käsityksiäsi niin, että 1=täysin eri mieltä, 2=melko paljon eri mieltä, 3= siltä väliltä, 4=lähes samaa mieltä, 5=täysin samaa mieltä.**

- Pidän harjoituksista
- Harjoituksissa on hauskaa
- Harjoitukset tuovat minulle iloa
- Nautin harjoituksista

**15. Seuraavaksi sinua pyydetään arvioimaan urheiluharjoituksia, jossa olet mukana. Valitse numero, joka parhaiten vastaa käsitystäsi, niin että 1= täysin eri mieltä, 2= melko paljon eri mieltä, 3= siltä väliltä, 4=lähes samaa mieltä, 5= täysin samaa mieltä.**

- Urheilukaverini välittävät minusta harjoituksissa
- Olen harjoituksissa melko paljon omissa oloissani
- Tulen toimeen urheilukavereideni kanssa harjoituksissa
- Koen, että urheilukaverini ovat ystäviäni harjoituksissa
- Minusta tuntuu, että voin luottaa harjoitus/joukkue tai urheiluyhteisöni jäseniin
- Koen harjoitus/joukkue tai urheiluyhteisöni jäsenet läheisiksi
- Koen itse saavani päättää tekemisistäni harjoituksista
- Voin ilmaista mielipiteitäni vapaasti harjoituksissa
- Harjoituksissa minun tulee tehdä, mitä sanotaan
- Voin olla pääosin oma itseni harjoituksissa
- En itse saa päättää, miten toimin harjoituksissa
- Useimmilla harjoituskerroilla tunnen saavuttavani sen, mitä haluan
- Koen olevani taitava harjoituksissa
- Opin koko ajan uusia taitoja harjoituksissa
- Olen pääasiallisesti tyytyväinen suorituksiini
- Urheilussa on tärkeää yrittää parhaansa harjoituksissa
- Uuden oppiminen kannustaa minua oppimaan yhä enemmän
- Pääasia on, että kehitymme vuosi vuodelta omissa taidoissamme
- Jokaiselle meistä on tärkeää yrittää parantaa omia taitojaan
- On tärkeää jatkaa yrittämistä, vaikka olisi tehnyt virheitä
- Meillä on tärkeää näyttää muille olevansa parempi harjoituksissa kuin toiset
- Harjoituksissa urheilijat vertaavat suorituksiaan pääsääntöisesti toisten suorituksiin
- Urheilijoille on tärkeää onnistua muita urheilijoita paremmin
- Harjoituksissa urheilijat kilpailevat suorituksissa toistensa kanssa

## OSA II: Hyvinvointiin liittyvät kysymykset

Stressillä tarkoitetaan tilannetta, jossa ihminen tuntee itsensä jännittyneeksi, levottomaksi, hermostuneeksi tai ahdistuneeksi taikka hänen on vaikea nukkua asioiden vaivatessa jatkuvasti mieltä.

**16. Tunnetko sinä nykyisin edellä kuvatun kaltaista stressiä urheiluun liittyen? Kysymykseen vastataan asteikolla 1-5. 1=en lainkaan, 2= vain vähän, 3=jonkin verran, 4=melko paljon ja 5=erittäin paljon.**

**17. Ole hyvä ja vastaa jokaiseen väitteeseen alla olevan asteikon mukaan niin, mikä kuvaa parhaiten tuntemuksiasi viimeisen kahden viikon ajalta. Huomaathan, että korkeammat numerot merkitsevät parempaa hyvinvointia. Esimerkki: Jos olet ollut iloinen ja hyväntuulinen yli puolet ajasta viimeisen kahden viikon aikana, laita rasti ruutuun numero 3. Viimeisen kahden viikon aikana, jossa 5=kaike aikaa, 4=enimmän osan aikaa, 3= yli puolet ajasta, 2=alle puolet ajasta, 1=pienen osan ajasta ja 0=en lainkaan.**

- Olen ollut iloinen ja hyväntuulinen
- Olen ollut levollinen ja rentoutunut
- Olen ollut toimielias ja tarmokas
- Herätessäni olen tuntenut itseni virkeäksi ja levänneeksi
- Jokapäiväiseen elämäni on kuulunut paljon asioita, jotka kiinnostavat minua

**18. Kuinka usein seuraavat ongelmat ovat vaivanneet sinua kahden edeltäneen viikon aikana? 1= ei lainkaan, 2=useana päivänä, 3=suurimpana osana päivistä ja 4=lähes joka päivä.**

- Hermostuneisuuden, ahdistuneisuuden tai kireyden tunne
- En ole voinut lopettaa tai hallita huolestumistani
- Vain vähäinen mielenkiinto tai mielihyvä erilaisten asioiden tekemisestä
- Alakuloisuus, masentuneisuus, toivottomuus

**19. Vastaa seuraaviin 10 väitteeseen ajatellen itseäsi vain urheilussa niin, että 0=ei koskaan ja 10=aina.**

- Kuinka suuren osan ajasta koet edistyväsi kohti tavoitteita, joita olet asettanut?
- Kuinka usein olet uppoutunut tekemisiisi?
- Kuinka usein yleensä tunnet itsesi iloiseksi?
- Kuinka usein yleensä tunnet ahdistusta?
- Kuinka usein saavutat itsellesi asettamat tärkeät tavoitteet?
- Kuinka usein yleensä tunnet olosi positiiviseksi?
- Kuinka usein yleensä tunnet itsesi vihaiseksi?
- Kuinka usein pystyt kantamaan vastuusi?
- Kuinka usein yleensä tunnet itsesi surulliseksi?
- Kuinka usein menetät ajantajun tehdessäsi jotain, mistä pidät?

**20. Vastaa seuraaviin väitteisiin niin, että 0=en ollenkaan ja 10=täysin.**

- Missä määrin elät merkityksellistä ja mielekästä elämää?
- Missä määrin saat apua ja tukea muilta, kun tarvitset sitä?
- Missä määrin sinusta tuntuu, että se, mitä teet elämässäsi on arvokasta ja kannattavaa?
- Missä määrin olet yleensä innostunut ja kiinnostunut asioista?
- Kuinka yksinäiseksi tunnet olosi jokapäiväisessä elämässäsi?
- Kuinka tyytyväinen olet nykyiseen fyysiseen terveyteesi?
- Missä määrin tunnet olevasi rakastettu?
- Missä määrin sinusta tuntuu yleensä, että sinulla on "suunnan tunne" elämässäsi?
- Kuinka tyytyväinen olet henkilökohtaisiin ihmissuhteisiisi?
- Missä määrin tunnet yleensä olevasi tyytyväinen?
- Kaiken kaikkiaan, kuinka onnellinen sanoisit olevasi?

**21. Vastaa seuraaviin väitteisiin niin että 0=erittäin huono ja 10=erinomainen.**

- Yleisesti ottaen, kuinka kuvailisit terveyttäsi?
- Mikä on terveytesi verrattuna muihin samanikäisiin ja sukupuoleen?

### OSA III: Vastuuttomaan ja epäasialliseen kohteluun urheilussa liittyvät kysymykset

Seuraavassa osiossa sinulta kysytään erilaisista vastuuttoman ja epäasiallisen kohtelun muodoista viimeisen kolmen vuoden ajalta. Urheilutoiminnalla tarkoitetaan tässä kyselyssä kaikkea omaan kilpaurheiluun liittyvää toimintaa. Esimerkiksi harjoittelua yksin tai ryhmässä, itsenäisesti tai ohjatusti, harjoitusleirejä, kilpailu/ottelumatkoja kokonaisuudessaan, kilpailu/ottelutilanteita tai muita tilanteita, joissa olet esimerkiksi tekemisissä kilpaurheiluun liittyvien henkilöiden kanssa tai toimit kilpaurheilijan ”roolissa”.

#### Seksuaalista häirintää koskevat kysymykset

Seksuallisella häirinnällä tarkoitetaan esimerkiksi loukkaavaa vitsailua, ehdottelua tai vihjailua, epäasiallisia kommentteja tai kysymyksiä vartalostasi, pukeutumisestasi tai elämästäsi, seksuaalisävytteistä haukkumista tai nimittelyä (esim. homottelu tai huorittelu), koskettelua.

#### 22a. Oletko kokenut viimeisen kolmen vuoden aikana urheilutoiminnassa itseesi kohdistuvaa seksuaalista häirintää?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

#### 22b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

#### 22c. Liittyen seksuaaliseen häirintään, kerroitko asiasta eteenpäin?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

#### 22d. Jos kerroit asiasta eteenpäin, niin kenelle kerroit? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Valmentajalle
- Joukkue- tai ryhmätoverille
- Muulle ystävälle
- Vanhemmille tai toiselle heistä
- Muulle aikuiselle, kenelle?
- Muulle, kenelle?
- En halua sanoa

#### 22e. Liittyen seksuaaliseen häirintään, valitse alla olevista vaihtoehdoista yksi.

- Tilanne on selvitetty asianomaisten/lajiliiton tai muun vastaavan toimesta
- Tilanteen selvittely on kesken
- Tilannetta ei ole selvitetty
- En tiedä
- En halua sanoa



**22f. Jos vastasit edelliseen ”tilannetta ei ole selvitetty”, miksi asiaa ei ole selvitetty/otettu puheeksi?**

**Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Ryhmässäni epäasiallista kohtelua täytyy ”kestää”
- En uskalla, koska pelkään, että tilanne vain pahenee
- Ryhmässäni ei ole tapana ottaa puheeksi tällaista
- En tiedä, miten pitäisi toimia tai kehen ottaa yhteyttä
- Pelko kielteisesti seurauksista itselle tai urheilu-uran jatkuvuudelle tulevaisuudessa
- Kokemus tai ajatus, ettei tilanne ole muuttunut tai muutu kuitenkaan
- Koen kohtelun olevan pienimuotoista tai ohimenevää
- En usko oman tulkinnan oikeellisuuteen
- Pyrkimys olla välittämättä
- En halua sanoa

**22g. Jos vastasit edellä ”tilanne on selvitetty asianomaisten/seuran/lajiliiton tmv. toimesta”, olitko mukana asian käsittelyssä?**

- Olin mukana käsittelyssä
- Olin osittain mukana käsittelyssä
- En ollut
- En muista
- En halua sanoa

**22h. Jos vastasit kokeneesi viimeisen kolmen vuoden aikana seksuaalista häirintää, loppuiko mainittu käytös?**

- Loppui kokonaan
- Loppui osittain
- Ei loppunut
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**23a. Oletko havainnut omassa seurassa/joukkueessa/ryhmässä, jossa harjoittelet seksuaalista häirintää viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**23b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

**24. Oletko itse häirinnyt toista urheilijaa seksuaalisesti viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

### Sukupuoleen perustuvaa häirintää koskevat kysymykset

Sukupuoleen perustuva häirintä liittyy sukupuoleen, sukupuoli-identiteettiin tai sukupuolen ilmaisuun. Sukupuoleen perustuvaa häirintää on esimerkiksi halventava tai väheksyvä puhe toisen henkilön sukupuolesta. Käytännössä se ilmenee usein esimerkiksi loukkaavien ja sukupuolittuneiden sanojen käyttönä, eri sukupuoliä vähättelevinä vitseinä ja aikuisten naisten työttelynä ja miesten pojitteluna. Myös kiusaaminen, joka perustuu kiusatun sukupuoleen, on sukupuoleen perustuvaa häirintää. Häirintä on ei-toivottua ja yksipuolistä, ja sopivan käytöksen rajan määrittää se, joka on toiminnan kohteena.

#### 25a. Onko viimeisen kolmen vuoden aikana urheilutoiminnassa kykyjäsi tai ominaisuuksiasi väheksytty tai kyseenalaistettu sukupuolesi perusteella?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

#### 25b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

Jos vastasit edellä mainittuun sukupuoleen kohdistuvaan häirintä kysymyksiin kyllä, vastaa alla oleviin väitteisiin valiten yksi vaihtoehto.

#### 25c. Liittyen sukupuoleen perustuvaan häirintään, kerroitko asiasta eteenpäin?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

#### 25d. Jos kerroit asiasta eteenpäin, niin kenelle kerroit? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Valmentajalle
- Joukkue- tai ryhmätoverille
- Muulle ystävälle
- Vanhemmille tai toiselle heistä
- Muulle aikuiselle, kenelle?
- Muulle, kenelle?
- En halua sanoa

#### 25e. Liittyen sukupuoleen perustuvaan häirintään, valitse alla olevista vaihtoehdoista yksi.

- Tilanne on selvitetty asianomaisten/lajiliiton tmv. toimesta
- Tilanteen selvittely on kesken
- Tilannetta ei ole selvitetty
- En tiedä
- En halua sanoa

**25f. Jos vastasit edelliseen ”tilannetta ei ole selvitetty”, miksi asiaa ei ole selvitetty/otettu puheeksi?**

**Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Ryhmässäni epäasiallista kohtelua täytyy ”kestää”
- En uskalla, koska pelkään, että tilanne vain pahenee
- Ryhmässäni ei ole tapana ottaa puheeksi tällaista
- En tiedä, miten pitäisi toimia tai kehen ottaa yhteyttä
- Pelko kielteisesti seurauksista itselle tai urheilu-uran jatkuvuudelle tulevaisuudessa
- Kokemus tai ajatus, ettei tilanne ole muuttunut tai muutu kuitenkaan
- Koen kohtelun olevan pienimuotoista tai ohimenevää
- Epäusko oman tulkinnan oikeellisuuteen
- Pyrkimys olla välittämättä
- En halua sanoa

**25g. Jos vastasit edellä ” tilanne on selvitetty asianomaisten/seuran/lajiliiton tmv. toimesta”, olitko mukana asian käsittelyssä?**

- Olin mukana käsittelyssä
- Olin osittain mukana käsittelyssä
- En ollut
- En muista
- En halua sanoa

**25h. Jos vastasit kokeneesi viimeisen kolmen vuoden aikana sukupuoleen perustuvaa häirintää, lopputko mainittu käytös?**

- Loppui kokonaan
- Loppui osittain
- Ei loppunut
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**26a. Oletko havainnut omassa seurassa/joukkueessa/ryhmässä, jossa harjoittelet sukupuoleen perustuvaa häirintää viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**26b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

**27. Oletko itse häirinnyt toista urheilijaa sukupuoleen perustuen viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

## Kiusaamista koskevat kysymykset

Kiusaamisella tarkoitetaan toistuvaa itseesi kohdistuvaa tarkoituksellista loukkaamista tai vahingoittamista. Kiusaaminen voi olla sanallista, kuten nimittelyä ja haukkumista tai fyysistä, kuten lyömistä ja tönimistä tai sosiaalisissa suhteissa tapahtuvaa loukkaamista, kuten nolaamista.

### 28a. Oletko kokenut viimeisen kolmen vuoden aikana urheilutoiminnassa itseesi kohdistuvaa kiusaamista?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

### 28b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheilujärjestöön edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

### 28c. Liittyen kiusaamiseen, kerroitko asiasta eteenpäin?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

### 28d. Jos kerroit asiasta eteenpäin, niin kenelle kerroit? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Valmentajalle
- Joukkue- tai ryhmätoverille
- Muulle ystävälle
- Vanhemmille tai toiselle heistä
- Muulle aikuiselle, kenelle?
- Muulle, kenelle?
- En halua sanoa

### 28e. Liittyen kiusaamiseen, valitse alla olevista vaihtoehdoista yksi.

- Tilanne on selvitetty asianomaisten/lajiliiton tmv. toimesta
- Tilanteen selvittely on kesken
- Tilannetta ei ole selvitetty
- En tiedä
- En halua sanoa

**28f. Jos vastasit edelliseen ”tilannetta ei ole selvitetty”, miksi asiaa ei ole selvitetty/otettu puheeksi? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Ryhmässäni kiusaamista täytyy ”kestää”
- En uskalla, koska pelkään, että tilanne vain pahenee
- Ryhmässäni ei ole tapana ottaa puheeksi tällaista
- En tiedä, miten pitäisi toimia tai kehen ottaa yhteyttä
- Pelko kielteisesti seurauksista itselle tai urheilu-uran jatkuvuudelle tulevaisuudessa
- Kokemus tai ajatus, ettei tilanne ole muuttunut tai muutu kuitenkaan
- Koen kohtelun olevan pienimuotoista tai ohimenevää
- Epäusko oman tulkinnan oikeellisuuteen
- Pyrkimys olla välittämättä
- En halua sanoa

**28g. Jos vastasit edellä ”tilanne on selvitetty asianomaisten/seuran/lajiliiton tmv. toimesta”, olitko mukana asian käsittelyssä?**

- Olin mukana käsittelyssä
- Olin osittain mukana käsittelyssä
- En ollut
- En muista
- En halua sanoa

**28h. Jos vastasit kokeneesi kiusaamista viimeisen kolmen vuoden aikana, loppuiko mainittu käytös?**

- Loppui kokonaan
- Loppui osittain
- Ei loppunut
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**29a. Oletko havainnut omassa seurassa/joukkueessa/ryhmässä, jossa harjoittelet kiusaamista viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**29b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

**30. Oletko itse kiusannut toista urheilijaa viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

## Muuta epäasiallista toimintaa koskevat kysymykset

**31a. Vastaa vaihtoehdoista kyllä/ei/en osaa sanoa/en halua sanoa alla oleviin väitteisiin valiten, oletko kokenut viimeisen kolmen vuoden aikana urheilutoiminnassa seuraavaa?**

- Omaa tekemistä on kritisoitu epäoikeudenmukaisesti
- Mielipiteitäni ei ole kuunneltu
- Minua on mustamaalattu
- Minusta on kerrottu perättömiä tietoja
- Minut on eristetty, jätetty ulkopuolelle
- Minulle ei ole puhuttu
- Minua on loukattu tai kohdeltu esim. huumorin varjolla epäkunnioittavasti
- Minulle on naurettu
- Minulle on huudettu

**31b. Jos vastasit edellä johonkin/joihinkin edellä oleviin väitteisiin kyllä, kuka tekijä oli? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

**31c. Liittyy epäasialliseen toimintaan, kerroitko asiasta eteenpäin?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**31d. Jos kerroit asiasta eteenpäin, niin kenelle kerroit? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Valmentajalle
- Joukkue- tai ryhmätoverille
- Muulle ystävälle
- Vanhemmille tai toiselle heistä
- Muulle aikuiselle, kenelle?
- Muulle, kenelle?
- En halua sanoa

**31e. Liittyy epäasialliseen toimintaan, valitse alla olevista vaihtoehdoista yksi.**

- Tilanne on selvitetty asianomaisten/lajiliiton tmv. toimesta
- Tilanteen selvittely on kesken
- Tilannetta ei ole selvitetty
- En tiedä
- En halua sanoa

**31f. Jos vastasit edelliseen ”tilannetta ei ole selvitetty”, miksi asiaa ei ole selvitetty/otettu puheeksi?**

**Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Ryhmässäni epäasiallista kohtelua täytyy ”kestää”
- En uskalla, koska pelkään, että tilanne vain pahenee
- Ryhmässäni ei ole tapana ottaa puheeksi tällaista
- En tiedä, miten pitäisi toimia tai kehen ottaa yhteyttä
- Pelko kielteisesti seurauksista itselle tai urheilu-uran jatkuvuudelle tulevaisuudessa
- Kokemus tai ajatus, ettei tilanne ole muuttunut tai muutu kuitenkaan
- Koen kohtelun olevan pienimuotoista tai ohimenevää
- Epäusko oman tulkinnan oikeellisuuteen
- Pyrkimys olla välittämättä
- En halua sanoa

**31g. Jos vastasit edellä ”tilanne on selvitetty asianomaisten/seuran/lajiliiton tmv. toimesta”, olitko mukana asian käsittelyssä?**

- Olin mukana käsittelyssä
- Olin osittain mukana käsittelyssä
- En ollut
- En muista
- En halua sanoa

**31h. Jos vastasit kokeneesi viimeisen kolmen vuoden aikana epäasiallista toimintaa, loppuiko mainittu toiminta?**

- Loppui kokonaan
- Loppui osittain
- Ei loppunut
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**32a. Oletko havainnut omassa seurassa/joukkueessa/ryhmässä, jossa harjoittelet edellä mainittua muuta epäasiallista toimintaa viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**32b. Jos vastasit kyllä, mitä olet havainnut? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Tekemisiä on kritisoitu epäoikeudenmukaisesti
- Mielipiteitä ei ole kuunneltu
- Henkilöitä on mustamaalattu
- Henkilöistä on kerrottu perättömiä tietoja
- Henkilöitä on eristetty, jätetty ulkopuolelle
- Henkilöille ei ole puhuttu
- Henkilöitä on loukattu tai kohdeltu esim. huumorin varjolla epäkunnioittavasti
- Henkilöille on naurettu
- Henkilöille on huudettu

**32c. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

**33a. Oletko itse kohdellut epäasiallisesti edellä mainituilla tavoilla toista urheilijaa viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**33b. Jos olet kohdellut epäasiallisesti edellä mainituilla tavoilla toista urheilijaa kolmen vuoden aikana, niin miten olet toiminut? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Olen kritisoinut toisen toimintaa epäoikeudenmukaisesti
- En ole kuunnellut toisen mielipiteitä
- Olen mustamaalannut toista
- Olen kertonut perättömiä tietoja
- Olen eristänyt tai jättänyt ulkopuolelle
- En ole puhunut jollekin urheilijalle
- Olen loukannut tai kohdellut esim. huumorin varjolla epäkunnioittavasti
- Olen nauranut toiselle urheilijalle
- Olen huutanut toiselle urheilijalle

**Fyysistä väkivaltaa koskevat kysymykset**

Fyysisellä väkivallalla tarkoitetaan esimerkiksi lyömistä, tönimistä tai potkimista.

**34a. Oletko kokenut viimeisen kolmen vuoden aikana urheilutoiminnassa itseesi kohdistuvaa fyysistä väkivaltaa?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa



**34b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, some seuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

**34c. Liittyen fyysiseen väkivaltaan, kerroitko asiasta eteenpäin?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**34d. Jos vastasit kyllä, niin kenelle kerroit? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Valmentajalle
- Joukkue- tai ryhmätoverille
- Muulle ystävälle
- Vanhemmille tai toiselle heistä
- Muulle aikuiselle, kenelle?
- Muulle, kenelle?
- En halua sanoa

**34e. Liittyen fyysiseen väkivaltaan, valitse alla olevista vaihtoehdoista yksi.**

- Tilanne on selvitetty asianomaisten/lajiliiton tmv. toimesta
- Tilanteen selvittely on kesken
- Tilannetta ei ole selvitetty
- En tiedä
- En halua sanoa

**34f. Jos vastasit edelliseen ”tilannetta ei ole selvitetty”, miksi asiaa ei ole selvitetty/otettu puheeksi? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Ryhmässäni epäasiallista kohtelua täytyy ”kestää”
- En uskalla, koska pelkään, että tilanne vain pahenee
- Ryhmässäni ei ole tapana ottaa puheeksi tällaista
- En tiedä, miten pitäisi toimia tai kehen ottaa yhteyttä
- Pelko kielteisesti seurauksista itselle tai urheilu-uran jatkuvuudelle tulevaisuudessa
- Kokemus tai ajatus, ettei tilanne ole muuttunut tai muutu kuitenkaan
- Koen kohtelun olevan pienimuotoista tai ohimenevää
- Epäusko oman tulkinnan oikeellisuuteen
- Pyrkimys olla välittämättä
- En halua sanoa

**34g. Jos vastasit edellä ” tilanne on selvitetty asianomaisten/seuran/lajiliiton tmv. toimesta”, olitko mukana asian käsittelyssä?**

- Olin mukana käsittelyssä
- Olin osittain mukana käsittelyssä
- En ollut
- En muista
- En halua sanoa

**34h. Jos vastasit kokeneesi viimeisen kolmen vuoden aikana fyysistä väkivaltaa, loppuiko mainittu käytös?**

- Loppui kokonaan
- Loppui osittain
- Ei loppunut
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**35a. Oletko havainnut omassa seurassa/joukkueessa/ryhmässä, jossa harjoittelet edellä mainittua fyysistä väkivaltaa viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**35b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

**36. Oletko itse käyttänyt fyysistä väkivaltaa edellä mainituilla tavoilla toista urheilijaa kohtaan viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

### Epätasa-arvoista ja syrjivää käytöstä koskevat kysymykset

Urheilussa voi ilmetä epätasa-arvoista käytöstä tai syrjintää esimerkiksi uralla etenemisessä tai joukkueeseen/ryhmään pääsyssä, johtuen esimerkiksi iästä, sukupuolesta tai syntyperästä.

#### 37a. Oletko itse joutunut epätasa-arvoisen tai syrjivän käytöksen kohteeksi viimeisen kolmen vuoden aikana urheilutoiminnassa?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

#### 37b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

#### 37c. Liittyen epätasa-arvoiseen ja syrjivään käytökseen, kerroitko asiasta eteenpäin?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

#### 37d. Jos kerroit asiasta eteenpäin, niin kenelle kerroit? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Valmentajalle
- Joukkue- tai ryhmätoverille
- Muulle ystävälle
- Vanhemmille tai toiselle heistä
- Muulle aikuiselle, kenelle?
- Muulle, kenelle?
- En halua sanoa

#### 37e. Liittyen epätasa-arvoiseen ja syrjivään käytökseen, valitse alla olevista vaihtoehdoista yksi.

- Tilanne on selvitetty asianomaisten/lajiliiton tmv. toimesta
- Tilanteen selvittely on kesken
- Tilannetta ei ole selvitetty
- En tiedä
- En halua sanoa

**7f. Jos vastasit edelliseen ”tilannetta ei ole selvitetty”, miksi asiaa ei ole selvitetty/otettu puheeksi?**

**Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Ryhmässäni epäasiallista kohtelua täytyy ”kestää”
- En uskalla, koska pelkään, että tilanne vain pahenee
- Ryhmässäni ei ole tapana ottaa puheeksi tällaista
- En tiedä, miten pitäisi toimia tai kehen ottaa yhteyttä
- Pelko kielteisesti seurauksista itselle tai urheilu-uran jatkuvuudelle tulevaisuudessa
- Kokemus tai ajatus, ettei tilanne ole muuttunut tai muutu kuitenkaan
- Koen kohtelun olevan pienimuotoista tai ohimenevää
- Epäusko oman tulkinnan oikeellisuuteen
- Pyrkimys olla välittämättä
- En halua sanoa

**37g. Jos vastasit edellä ”tilanne on selvitetty asianomaisten/seuran/lajiliiton tmv. toimesta”, olitko mukana asian käsittelyssä?**

- Olin mukana käsittelyssä
- Olin osittain mukana käsittelyssä
- En ollut mukana käsittelyssä
- En muista
- En halua sanoa

**37h. Jos vastasit kokeneesi viimeisen kolmen vuoden aikana epätasa-arvoista tai syrjivää käytöstä, loppuiko mainittu käytös?**

- Loppui kokonaan
- Loppui osittain
- Ei loppunut
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**38a. Oletko havainnut omassa seurassa/joukkueessa/ryhmässä, jossa harjoittelet edellä mainittua epätasa-arvoista tai syrjivää käytöstä viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**38b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

**39. Oletko itse kohdellut epätasa-arvoisesti tai syrjinyt edellä mainituilla tavoilla toista urheilijaa viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

## Vastuutonta toimintaa koskevat kysymykset

Vastuuton toiminta on sellaista käyttäytymistä, joka häiritsee ja vaikeuttaa esimerkiksi joukkueen tai ryhmän toimintaa ja joka aiheuttaa mielipahaa, ärtymystä ja motivaation laskua itsessä ja muissa kyseisen yhteisön jäsenissä. Vastuuttomassa toiminnassa kohde voi vaihtua.

### 40a. Oletko kokenut viimeisen kolmen vuoden aikana itseesi kohdistuvaa vastuutonta toimintaa urheilussa?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

### 40b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, some seuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

### 40c. Liittyen vastuuttomaan toimintaan, kerroitko asiasta eteenpäin?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

### 40d. Jos kerroit asiasta eteenpäin, niin kenelle kerroit? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Valmentajalle
- Joukkue- tai ryhmätoverille
- Muulle ystävälle
- Vanhemmille tai toiselle heistä
- Muulle aikuiselle, kenelle?
- Muulle, kenelle?
- En halua sanoa

### 40e. Liittyen vastuuttomaan toimintaan, valitse alla olevista vaihtoehdoista yksi.

- Tilanne on selvitetty asianomaisten/lajiliiton tmv. toimesta
- Tilanteen selvittely on kesken
- Tilannetta ei ole selvitetty
- En tiedä
- En halua sanoa

**4Of. Jos vastasit edelliseen ”tilannetta ei ole selvitetty”, miksi asiaa ei ole selvitetty/otettu puheeksi?**

**Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Ryhmässäni epäasiallista kohtelua täytyy ”kestää”
- En uskalla, koska pelkään, että tilanne vain pahenee
- Ryhmässäni ei ole tapana ottaa puheeksi tällaista
- En tiedä, miten pitäisi toimia tai kehen ottaa yhteyttä
- Pelko kielteisesti seurauksista itselle tai urheilu-uran jatkuvuudelle tulevaisuudessa
- Kokemus tai ajatus, ettei tilanne ole muuttunut tai muutu kuitenkaan
- Koen kohtelun olevan pienimuotoista tai ohimenevää
- Epäusko oman tulkinnan oikeellisuuteen
- Pyrkimys olla välittämättä
- En halua sanoa

**4Og. Jos vastasit edellä ” tilanne on selvitetty asianomaisten/seuran/lajiliiton tmv. toimesta”, olitko mukana asian käsittelyssä?**

- Olin mukana käsittelyssä
- Olin osittain mukana käsittelyssä
- En ollut mukana käsittelyssä
- En muista
- En halua sanoa

**4Oh. Jos vastasit kokeneesi viimeisen kolmen vuoden aikana vastuutonta toimintaa, loppuiko mainittu toiminta?**

- Loppui kokonaan
- Loppui osittain
- Ei loppunut
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**41a. Oletko havainnut omassa seurassa/joukkueessa/ryhmässä, jossa harjoittelet vastuutonta toimintaa viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**41b. Jos vastasit kyllä, kuka oli tekijä? Keitä tekijät olivat? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Toinen urheilija
- Toisen urheilijan huoltaja, puoliso, kaveri tmv.
- Oma valmentaja/ohjaaja
- Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja
- Omat vanhemmat/toinen vanhemmista
- Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista
- Oma huoltaja tai muu tukitiimin jäsen
- Tuomari
- Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja
- Yhteistyökumppanin tai median edustaja
- Yleisö, fanit, someseuraaja tmv.
- Joku muu, tarkenna (avovastaus)

**42. Oletko itse toiminut vastuuttomasti toista urheilijaa kohtaan viimeisen kolmen vuoden aikana?**

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

Pidä mielessä äskeiset kysymykset seksuaalisesta ja sukupuoleen perustuvasta häirinnästä, kiusaamisesta, muusta epäasiallisesta toiminnasta, fyysisestä väkivallasta, epätasa-arvoisesta ja syrjivästä käytöksestä sekä vastuuttomasta toiminnasta ja vastaa vielä seuraaviin kysymyksiin.

**43. Jos olet kokenut jotakin edellä mainituista vastuuttoman ja/tai epäasiallisen kohtelun muodoista viimeisen kolmen vuoden aikana, koitko tapahtuneen johdosta jotain seuraavista? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Tunsin itseni yksinäiseksi
- Tunsin, etten kuulu joukkoon
- Tunsin itseni haavoittuvaksi
- Koin unettomuutta tai univaikeuksia
- Koin masentuneisuutta, ahdistusta, paniikkioireita tai muita psyykkisiä oireita
- Koin fyysisiä stressin oireita
- Koin itsetunnon alenemista suhteessa urheilusuorituksiin
- Koin alentunutta suorituskykyä harjoituksissa tai kilpailuissa
- Koin vaikeutta luottaa muihin
- Koin vaikeuksia urheiluun liittyvissä ihmissuhteissa
- Koin vaikeuksia muissa ihmissuhteissa
- Ei mikään edellisistä
- Jotain muuta, mitä (avovastaus)
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**44. Jos olet kokenut jotakin edellä mainituista vastuuttoman ja/tai epäasiallisen kohtelun muodoista viimeisen kolmen vuoden aikana, koitko tapahtuneen johdosta jotain seuraavista? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Olen jännittänyt/pelännyt harjoituksia/kilpailuja/muita urheiluun liittyviä tapahtumia
- Minun on ollut hankala osallistua urheilutoimintaan tapahtuman jälkeen
- Olen harkinnut valmentajan vaihtamista
- Olen vaihtanut valmentajaa
- Olen harkinnut urheilun, oman lajin, kilpailun tai valmennussuhteen lopettamista
- Olen vaihtanut joukkuetta
- Olen vaihtanut seuraa
- Olen vaihtanut lajia
- Olen lopettanut urheilun
- Olen lopettanut lajin
- Olen lopettanut valmennussuhteen
- Olen pelännyt urheilu-uran ja siihen liittyvien etuisuuksien (kuten sponsorisopimusten) puolesta
- Ei mitään edellisistä
- Jotain muuta, mitä?
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**45a. Oletko saanut jostain tietoa siitä, mikä kaikki on edellä mainittua vastuutonta ja/tai epäasiallista kohtelua?**

- Kyllä
- Kyllä, mutta se ei ole ollut riittävä
- Kyllä, mutta en ymmärtänyt annettua tietoa
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**45b. Jos vastasit kyllä, mistä olet saanut tietoa? Voiko valita useita vaihtoehtoja.**

- Seuralta
- Liitolta
- Valmentajalta
- Vanhemmilta
- Koulusta
- Internetistä
- Ystäviltä
- Muualta, mistä? (avovastaus)
- En halua sanoa

**46a. Oletko saanut jostain tietoa siitä, miten voit toimia, jos kohtaat mitään edellä mainitusta vastuutoman ja/tai epäsiällisen kohtelun muodoista?**

- Kyllä
- Kyllä, mutta se ei ole ollut riittävää
- Kyllä, mutta en ymmärtänyt annettua tietoa
- En
- En osaa sanoa
- En halua sanoa

**46b. Jos vastasit kyllä, mistä olet saanut tietoa? Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- Seuralta
- Liitolta
- Valmentajalta
- Vanhemmilta
- Koulusta
- Internetistä
- Ystäviltä
- Muualta, mistä (avovastaus)
- En halua sanoa

**47. Mitkä mielestäsi olisivat tärkeimmät toimenpiteet/muutokset, jotta urheilijan oikeus turvalliseen urheiluympäristöön toteutuisi?**

**48. Kirjoita alla olevaan tilaan omia ideoita ja ajatuksia siitä, miten urheilun myönteisiä ja hyviä toimintamalleja voidaan mielestäsi edistää ja vahvistaa?**

**49. Kirjoita alla olevaan tilaan omia ideoita ja ajatuksia siitä, miten asiatonta ja epäsiällistä toimintaa voidaan ennaltaehkäistä tai estää urheilussa?**

**50. Alla olevaan tilaan voit vielä kirjoittaa vapaamuotoisesti asioita, jotka koet tärkeäksi tuoda esille liittyen urheilijoiden myönteisiin ja kielteisiin kokemuksiin urheilussa.**





**LIITE 8. Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun tekijä sekä tilanteen selvittämiseen liittyvä yhteenveto seksuaalisen ja sukupuoleen perustuvan häirinnän, kiusaamisen, fyysisen väkivallan, epätasa-arvoisen ja syrjivän käytöksen sekä vastuuttoman toiminnan osalta**

\*= vastaaja on voinut valita kysymyksen kohdalla useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.

Tekijä?*	Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun muodot					
	Seksuaalinen häirintä	Seksuaalinen häirintä2	Sukupuoleen perustuva häirintä	Sukupuoleen perustuva häirintä2	Kiusaaminen	Kiusaaminen2
Toinen urheilija	51	47,7 %	123	48,0 %	190	66,9 %
Toisen urheilijan lähipiiriin kuuluva henkilö (huoltaja, puoliso, kaveri tmv.)	17	15,9 %	41	16,0 %	35	12,3 %
Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja	19	17,8 %	61	23,8 %	33	11,6 %
Toisen urheilijan vanhemmat/toinen vanhemmista	6	5,6 %	24	9,4 %	20	7,0 %
Valmentaja/ohjaaja	21	19,6 %	58	22,7 %	79	27,8 %
Vanhemmat/toinen vanhemmista	4	3,7 %	19	7,4 %	9	3,2 %
Oma huoltaja/muu tukitiimiin kuuluva henkilö	11	10,3 %	11	4,3 %	10	3,5 %
Tuomari	2	1,9 %	14	5,5 %	9	3,2 %
Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja	19	17,8 %	78	30,5 %	53	18,7 %
Yhteistyökumppani tai median edustaja	6	5,6 %	19	7,4 %	7	2,5 %
Yleisö, fanit, sosiaalisen median seuraajat tmv.	35	32,7 %	106	41,4 %	37	13,0 %
Joku muu (avovastaus)	4	3,7 %	13	5,1 %	9	3,2 %
<b>Kerroin eteenpäin?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=107)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=256)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=284)</b>
Kyllä	49	45,8 %	65	25,4 %	138	48,6 %
En	53	49,5 %	159	62,1 %	129	45,4 %
En osaa sanoa	2	1,9 %	20	7,8 %	12	4,2 %
En halua sanoa	2	1,9 %	8	3,1 %	5	1,8 %
<b>Kenelle kerrottu?*</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=49)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=65)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=138)</b>
Valmentajalle	13	26,5 %	26	40,0 %	62	44,9 %
Joukkue- tai ryhmätoveri	29	59,2 %	39	60,0 %	74	53,6 %
Muulle ystäväille	29	59,2 %	34	52,3 %	69	50,0 %
Vanhemmille/toiselle heistä	10	20,4 %	29	44,6 %	62	44,9 %
Muulle aikuiselle	10	20,4 %	5	7,7 %	18	13,0 %
Jollekin muulle	4	8,2 %	6	9,2 %	21	15,2 %
En halua sanoa	0	0,0 %	0	0,0 %	4	2,9 %
<b>Tilanteen selvittäminen?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=107)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=256)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=284)</b>
Tilanne on selvitetty	14	13,1 %	22	8,6 %	47	16,5 %
Tilanteen selvittäminen on kesken	2	1,9 %	6	2,3 %	24	8,5 %
Tilannetta ei ole selvitetty	76	71,0 %	158	61,7 %	171	60,2 %
En tiedä	6	5,6 %	41	16,0 %	25	8,8 %
En halua sanoa	8	7,5 %	25	9,8 %	16	5,6 %
<b>Mukana käsittelyssä?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=14)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=22)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=47)</b>
Kyllä	8	57,1 %	6	27,3 %	25	53,2 %
Osittain	3	21,4 %	9	40,9 %	17	36,2 %
En	3	21,4 %	7	31,8 %	4	8,5 %
En halua sanoa	0	0,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %
En muista	0	0,0 %	0	0,0 %	1	2,1 %
<b>Onko loppunut?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=107)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=256)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=284)</b>
Loppunut kokonaan	40	37,4 %	27	10,5 %	59	20,8 %
Loppunut osittain	29	27,1 %	72	28,1 %	104	36,6 %
Ei ole loppunut	19	17,8 %	58	22,7 %	77	27,1 %
En osaa sanoa	18	16,8 %	74	28,9 %	41	14,4 %
En halua sanoa	0	0,0 %	8	3,1 %	2	0,7 %

Tekijä?*	Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun muodot					
	Fyysinen väkivalta	Fyysinen väkivalta2	Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös	Epätasa-arvoinen ja syrjivä käytös2	Vastuuton toiminta	Vastuuton toiminta2
Toinen urheilija	38	92,7 %	127	43,9 %	123	46,8 %
Toisen urheilijan lähipiiriin kuuluva henkilö (huoltaja, puoliso, kaveri tmv.)	2	4,9 %	35	12,1 %	19	7,2 %
Toisen urheilijan valmentaja/ohjaaja	1	2,4 %	40	13,8 %	22	8,4 %
Toisen urheilijan vanhemmat/ toinen vanhemmista	1	2,4 %	12	4,2 %	11	4,2 %
Valmentaja/ohjaaja	3	7,3 %	124	42,9 %	130	49,4 %
Vanhemmat/toinen vanhemmista	1	2,4 %	9	3,1 %	5	1,9 %
Oma huoltaja/muu tukitiimiin kuuluva henkilö	0	0,0 %	10	3,5 %	10	3,8 %
Tuomari	0	0,0 %	16	5,5 %	14	5,3 %
Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja	1	2,4 %	98	34,0 %	73	27,8 %
Yhteistyökumppani tai median edustaja	1	2,4 %	17	5,9 %	5	1,9 %
Yleisö, fanit, sosiaalisen median seuraajat tmv.	1	2,4 %	22	7,6 %	15	5,7 %
Joku muu (avovastaus)	1	2,4 %	6	2,1 %	9	3,4 %
<b>Kerroin eteenpäin?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=41)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=289)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=263)</b>
Kyllä	27	65,9 %	135	46,7 %	140	53,2 %
En	14	34,1 %	136	47,1 %	100	38,0 %
En osaa sanoa	0	0,0 %	13	4,5 %	17	6,5 %
En halua sanoa	0	0,0 %	3	1,0 %	4	1,5 %
<b>Kenelle kerrottu?*</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=27)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=135)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=140)</b>
Valmentajalle	19	70,4 %	55	40,7 %	56	40,0 %
Joukkue- tai ryhmätoveri	13	48,1 %	75	55,6 %	83	59,3 %
Muulle ystävälle	7	25,9 %	67	49,6 %	54	38,6 %
Vanhemmille/toiselle heistä	8	29,6 %	58	43,0 %	59	42,1 %
Muulle aikuiselle	4	14,8 %	17	12,6 %	12	8,6 %
Jollekin muulle	2	7,4 %	16	11,9 %	13	9,3 %
En halua sanoa	0	0,0 %	2	1,5 %	2	1,4 %
<b>Tilanteen selvittäminen?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=41)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=289)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=263)</b>
Tilanne on selvitetty	10	24,4 %	30	10,4 %	43	16,3 %
Tilanteen selvittäminen on kesken	2	4,9 %	20	6,9 %	25	9,5 %
Tilannetta ei ole selvitetty	21	51,2 %	182	63,0 %	141	53,6 %
En tiedä	5	12,2 %	40	13,8 %	41	15,6 %
En halua sanoa	3	7,3 %	16	5,5 %	10	3,8 %
<b>Mukana käsittelyssä?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=10)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=30)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=43)</b>
Kyllä	6	60,0 %	15	50,0 %	19	44,2 %
Osittain	3	30,0 %	12	40,0 %	14	32,6 %
En	1	10,0 %	2	6,7 %	10	23,3 %
En halua sanoa	0	0,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %
En muista	0	0,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %
<b>Onko loppunut?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=41)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=289)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=263)</b>
Loppunut kokonaan	17	41,5 %	33	11,4 %	35	13,3 %
Loppunut osittain	10	24,4 %	82	28,4 %	64	24,3 %
Ei ole loppunut	8	19,5 %	111	38,4 %	104	39,5 %
En osaa sanoa	4	9,8 %	57	19,7 %	55	20,9 %
En halua sanoa	2	4,9 %	2	0,7 %	3	1,1 %

**LIITE 9.**
**Epäasiallisen ja vastuuttoman kohtelun tekijä sekä tilanteen selvittämiseen liittyvä yhteenveto muun epäasiallisen toiminnan osalta**

\*= vastaaja on voinut valita kysymyksen kohdalla useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.

Tekijä?*	Muun epäasiallisen toiminnan muodot								
	Tekemisen kritisointi epäoikeudenmukaisesti	Tekemisen kritisointi epäoikeudenmukaisesti 2	Mielipiteitä ei ole kuunneltu	Mielipiteitä ei ole kuunneltu2	Mustamaalaaminen	Mustamaalaaminen2	Perättömien tietojen kertominen	Perättömien tietojen kertominen2	Eristäminen ja ulkopuolelle jättäminen
Toinen urheilija	274	62,1 %	265	60,8 %	171	71,0 %	198	70,7 %	177
Toisen urheilijan lähipiiriin ' kuuluva henkilö (huoltaja, puoliso, kaveri tmv.)	61	13,8 %	51	11,7 %	42	17,4 %	46	16,4 %	43
Toisen urheilijan valmentaja/ ohjaaja	66	15,0 %	50	11,5 %	47	19,5 %	47	16,8 %	38
Toisen urheilijan vanhemmat/ toinen vanhemmista	23	5,2 %	18	4,1 %	15	6,2 %	15	5,4 %	15
Valmentaja/ohjaaja	189	42,9 %	190	43,6 %	83	34,4 %	92	32,9 %	90
Vanhemmat/toinen vanhemmista	20	4,5 %	22	5,0 %	12	5,0 %	17	6,1 %	18
Oma huoltaja/muu tukitiimiin kuuluva henkilö	20	4,5 %	16	3,7 %	7	2,9 %	13	4,6 %	7
Tuomari	23	5,2 %	17	3,9 %	11	4,6 %	13	4,6 %	7
Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja	90	20,4 %	91	20,9 %	6	2,5 %	64	22,9 %	50
Yhteistyökumppani tai median edustaja	9	2,0 %	10	2,3 %	9	3,7 %	9	3,2 %	7
Yleisö, fanit, sosiaalisen median seuraajat tmv.	82	18,6 %	64	14,7 %	49	20,3 %	58	20,7 %	29
Joku muu (avovastaus)	17	3,9 %	12	2,8 %	13	5,4 %	17	6,1 %	8
<b>Kerroin eteenpäin?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=441)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=436)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=241)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=280)</b>	<b>kpl</b>
Kyllä	170	38,5 %	145	33,3 %	111	46,1 %	123	43,9 %	88
En	229	51,9 %	236	54,1 %	112	46,5 %	135	48,2 %	119
En osaa sanoa	22	5,0 %	25	5,7 %	10	4,1 %	15	5,4 %	12
En halua sanoa	10	2,3 %	8	1,8 %	5	2,1 %	3	1,1 %	6
<b>Kenelle kerrottu?*</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=170)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=145)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=111)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=123)</b>	<b>kpl</b>
Valmentajalle	61	35,9 %	48	33,1 %	43	38,7 %	5	4,1 %	39
Joukkue- tai ryhmätoveri	86	50,6 %	70	48,3 %	54	48,6 %	60	48,8 %	36
Muulle ystävälle	84	49,4 %	72	49,7 %	52	46,8 %	62	50,4 %	44
Vanhemmille/toiselle heistä	86	50,6 %	72	49,7 %	51	45,9 %	54	43,9 %	48
Muulle aikuiselle	24	14,1 %	17	11,7 %	16	14,4 %	16	13,0 %	11
Jollekin muulle	16	9,4 %	12	8,3 %	14	12,6 %	15	12,2 %	8
En halua sanoa	4	2,4 %	2	1,4 %	4	3,6 %	4	3,3 %	3
<b>Tilanteen selvittäminen?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=441)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=436)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=241)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=280)</b>	<b>kpl</b>
Tilanne on selvitetty	53	12,0 %	48	11,0 %	26	10,8 %	42	15,0 %	22
Tilanteen selvittäminen on kesken	26	5,9 %	22	5,0 %	20	8,3 %	24	8,6 %	13
Tilannetta ei ole selvitetty	248	56,2 %	239	54,8 %	144	59,8 %	153	54,6 %	141
En tiedä	68	15,4 %	72	16,5 %	33	13,7 %	44	15,7 %	30
En halua sanoa	32	7,3 %	29	6,7 %	15	6,2 %	12	4,3 %	18
<b>Mukana käsittelyssä?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=53)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=48)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=26)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=42)</b>	<b>kpl</b>
Kyllä	31	58,5 %	27	56,3 %	14	53,8 %	22	52,4 %	7
Osittain	15	28,3 %	14	29,2 %	7	26,9 %	13	31,0 %	10
En	5	9,4 %	7	14,6 %	5	19,2 %	6	14,3 %	2
En halua sanoa	0	0,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %	0
En muista	2	3,8 %	0	0,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %	3
<b>Onko loppunut?</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=441)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=436)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=241)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=280)</b>	<b>kpl</b>
Loppunut kokonaan	81	18,4 %	76	17,4 %	32	13,3 %	43	15,4 %	35
Loppunut osittain	142	32,2 %	140	32,1 %	86	35,7 %	96	34,3 %	78
Ei ole loppunut	107	24,3 %	96	22,0 %	70	29,0 %	73	26,1 %	69
En osaa sanoa	93	21,1 %	92	21,1 %	48	19,9 %	61	21,8 %	39
En halua sanoa	4	0,9 %	3	0,7 %	2	0,8 %	2	0,7 %	3

Tekijä?*	Muun epäasiallisen toiminnan muodot								
	Eristäminen ja ulkopuolelle jättäminen2	Puhumattomuus	Puhumattomuus2	Loukkaaminen ja epä-kunnioitettava kohdeltu esim. huumorin varjolla	Loukkaaminen ja epä-kunnioitettava kohdeltu esim. huumorin varjolla2	Nauraminen	Nauraminen2	Huutaminen	Huutaminen2
Toinen urheilija	77,6 %	175	69,4 %	286	73,9 %	364	81,4 %	239	65,7 %
Toisen urheilijan lähipiiriin ' kuuluva henkilö (huoltaja, puoliso, kaveri tmv.)	18,9 %	43	17,1 %	52	13,4 %	64	14,3 %	42	11,5 %
Toisen urheilijan valmentaja/ ohjaaja	16,7 %	37	14,7 %	54	14,0 %	53	11,9 %	52	14,3 %
Toisen urheilijan vanhemmat/ toinen vanhemmista	6,6 %	14	5,6 %	20	5,2 %	20	4,5 %	19	5,2 %
Valmentaja/ohjaaja	39,5 %	103	40,9 %	154	39,8 %	169	37,8 %	211	58,0 %
Vanhemmat/toinen vanhemmista	7,9 %	15	6,0 %	16	4,1 %	29	6,5 %	28	7,7 %
Oma huoltaja/muu tukitiimiin kuuluva henkilö	3,1 %	10	4,0 %	21	5,4 %	26	5,8 %	22	6,0 %
Tuomari	3,1 %	6	2,4 %	18	4,7 %	25	5,6 %	25	6,9 %
Seuran, lajiliiton tai muun urheiluorganisaation edustaja	21,9 %	49	19,4 %	59	15,2 %	55	12,3 %	43	11,8 %
Yhteistyökumppani tai median edustaja	3,1 %	7	2,8 %	9	2,3 %	10	2,2 %	6	1,6 %
Yleisö, fanit, sosiaalisen median seuraajat tmv.	12,7 %	33	13,1 %	66	17,1 %	97	21,7 %	86	23,6 %
Joku muu (avovastaus)	3,5 %	8	3,2 %	11	2,8 %	16	3,6 %	12	3,3 %
<b>Kerroin eteenpäin?</b>	<b>% (n=228)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=252)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=387)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=447)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=364)</b>
Kyllä	38,6 %	103	40,9 %	138	35,7 %	108	24,2 %	115	31,6 %
En	52,2 %	123	48,8 %	227	58,7 %	302	67,6 %	220	60,4 %
En osaa sanoa	5,3 %	15	6,0 %	15	3,9 %	22	4,9 %	18	4,9 %
En halua sanoa	2,6 %	6	2,4 %	5	1,3 %	5	1,1 %	5	1,4 %
<b>Kenelle kerrottu?*</b>	<b>% (n=88)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=103)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=138)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=108)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=115)</b>
Valmentajalle	44,3 %	45	43,7 %	55	39,9 %	45	41,7 %	39	33,9 %
Joukkue- tai ryhmätoveri	40,9 %	55	53,4 %	70	50,7 %	55	50,9 %	60	52,2 %
Muulle ystävälle	50,0 %	44	42,7 %	67	48,6 %	51	47,2 %	54	47,0 %
Vanhemmille/toiselle heistä	54,5 %	55	53,4 %	66	47,8 %	56	51,9 %	63	54,8 %
Muulle aikuiselle	12,5 %	14	13,6 %	16	11,6 %	13	12,0 %	11	9,6 %
Jollekin muulle	9,1 %	10	9,7 %	15	10,9 %	9	8,3 %	10	8,7 %
En halua sanoa	3,4 %	4	3,9 %	3	2,2 %	2	1,9 %	1	0,9 %
<b>Tilanteen selvittäminen?</b>	<b>% (n=228)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=252)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=387)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=447)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=364)</b>
Tilanne on selvitetty	9,6 %	23	9,1 %	56	14,5 %	77	17,2 %	57	15,7 %
Tilanteen selvittäminen on kesken	5,7 %	15	6,0 %	17	4,4 %	18	4,0 %	15	4,1 %
Tilannetta ei ole selvitetty	61,8 %	145	57,5 %	229	59,2 %	219	49,0 %	183	50,3 %
En tiedä	13,2 %	38	15,1 %	47	12,1 %	87	19,5 %	77	21,2 %
En halua sanoa	7,9 %	27	10,7 %	36	9,3 %	35	7,8 %	21	5,8 %
<b>Mukana käsittelyssä?</b>	<b>% (n=22)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=23)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=56)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=77)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=57)</b>
Kyllä	31,8 %	13	56,5 %	34	60,7 %	54	70,1 %	33	57,9 %
Osittain	45,5 %	6	26,1 %	15	26,8 %	8	10,4 %	15	26,3 %
En	9,1 %	2	8,7 %	7	12,5 %	9	11,7 %	7	12,3 %
En halua sanoa	0,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %	2	2,6 %	1	1,8 %
En muista	13,6 %	2	8,7 %	0	0,0 %	4	5,2 %	1	1,8 %
<b>Onko loppunut?</b>	<b>% (n=228)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=252)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=387)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=447)</b>	<b>kpl</b>	<b>% (n=364)</b>
Loppunut kokonaan	15,4 %	43	17,1 %	63	16,3 %	108	24,2 %	81	22,3 %
Loppunut osittain	34,2 %	78	31,0 %	141	36,4 %	135	30,2 %	111	30,5 %
Ei ole loppunut	30,3 %	69	27,4 %	97	25,1 %	87	19,5 %	85	23,4 %
En osaa sanoa	17,1 %	51	20,2 %	78	20,2 %	95	21,3 %	68	18,7 %
En halua sanoa	1,3 %	4	1,6 %	4	1,0 %	7	1,6 %	6	1,6 %

## LIITE 10. Taulukko myönteisistä kokemuksista urheilussa

	Prososiaalinen toiminta	Minäsuuntautunut motivaatioilmasto	Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto	Perma eli kokoistus yhteensä
n	1955	1976	1970	1680
mediaani	4.75	3.00	4.80	7.75
ka	4.47	2.96	4.55	7.49
kh	0.777	0.986	0.547	1.29



SUEKin tutkimuksia  
Häirintä suomalaisessa  
kilpaurheilussa 2020



## URHEILIJOIDEN MYÖNTEISIÄ JA KIELTEISIÄ KOKEMUKSIA SUOMALAISESSA KILPAURHEILUSSA




Suomalaiset kilpaurheilijat kokevat urheilussa etupäässä myönteisiä kokemuksia, mutta myös vastuutonta ja epäasiallista käytöstä ilmenee. Tässä tutkimuksessa näistä kokemuksista kertoo yli kaksituhatta suomalaista kilpaurheilijaa. Myönteisten ja kielteisten kokemusten yleisyyden lisäksi tutkimuksessa selvitetään myös niiden taustatekijöitä ja hyvinvointiaikutuksia. Tulosten mukaan epäasiallisen kohtelun riskiryhmässä ovat erityisesti naiset ja nuoret urheilijat. Joukkueen tai ryhmän vastuullisella toiminnalla on puolestaan suuri merkitys epäasiallisen kohtelun ehkäisemisessä ja estämisessä. Urheilijoiden vastauksissa esiin nousee toive entistä avoimemmasta toimintakulttuurista, jossa epäasialliseen kohteluun uskalletaan ja halutaan puuttua.



### Jokaisella on oikeus eettisesti kestäväan urheiluun

Suomen urheilun eettinen keskus SUEK ry nostaa esiin urheiluun vaikuttavia eettisiä ilmiöitä ja tuottaa niistä tietoa koko urheiluyhteisölle. Urheilutoimijat hyödyntävät ajantasaista tietoa laatiessaan toimintamalleja eettisesti kestävämpään urheilukulttuuriin. *Urheilijoiden myönteisiä ja kielteisiä kokemuksia suomalaisessa kilpaurheilussa* on SUEKin toinen tutkimus ja osa vuonna 2020 aloitettua tutkimussarjaa.

info@suek.fi  
www.suek.fi

 SUEK\_FINCIS  
 #puhtaastiparas  
 SUEK\_FINCIS  
puh. 09 3481 2020