

# Huippu-urheilevien luokanopettajien kokemuksia opettajuudestaan

Pro gradu - tutkielma

Jessika Kärkkäinen

Kasvatustieteiden tiedekunta

Luokanopettajakoulutus

Lapin yliopisto

Kevät 2023

## Lapin yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta

**Työn nimi:** Huippu-urheilevien luokanopettajien kokemuksia opettajuudestaan

**Tekijä:** Jessika Kärkkäinen

**Koulutusohjelma/oppiaine:** Kasvatustiede/ Luokanopettajakoulutus

**Työn laji:** Pro gradu -työ  Laudaturtyö  Lisensiaatintyö

**Sivumäärä:** 55+ 2 liitettä

**Vuosi:** 2023

### Tiivistelmä

Pro gradu -tutkielmassani tarkastelen, minkälaisia kokemuksia huippu-urheilevilla luokanopettajilla on opettajuudestaan. Tutkimuksen keskeiset käsitteet ovat huippu-urheilu ja opettajuus. Tutkielmassa luodataan sitä, mitä huippu-urheilu vaatii urheilevilta opettajilta. Tutkimus on toteutettu laadullisella tutkimusotteella, joka linkittyy fenomenologiseen tutkimusmetodologiaan. Tutkimusaineisto on kerätty verkkomuotoisen kyselylomakkeen avulla.

Tutkimustuloksissa korostui vahvasti tutkittavien motivaatio sekä pesäpalloa että opettajuutta kohtaan. Huippu-urheilulla on koettu olevan vaikutusta opettajuuteen, se on osa identiteettiä, arkea sekä motivaatiota. Opettajan työllä on myös koettu olevan vaikutusta pesäpallon pelaamiseen, koska työpäivien rakenne ja loma-ajat mahdollistavat kilpatasolla pelaamisen. Huippu-urheilu näkyy opettajan ammatissa esimerkiksi, että arki on rakennettu urheilun, levon ja terveellisten elämäntapojen ympärille. Se antaa voimavaroja, joiden avulla kahden ammatin yhdistäminen onnistuu. Urheilussa ja opettajuudessa eniten motivoi onnistumisen elämykset omista ja muiden suorituksista. Motivoivaksi koettiin myös, kun sai oivaltaa uutta joko joukkueen tai oppilaiden kanssa.

Tutkielman johtopäätösten perusteella voidaan todeta, että huippu-urheilevat opettajat kokevat samankaltaisia asioita opettajuudesta. Urheilulla koetaan olevan suuri vaikutus omaan ammattiin, identiteettiin sekä arjen rakentamiseen. Huippu-urheilun koetaan tuovan paljon positiivisia tunteita ja asioita elämään, vaikka työn ja vapaa-ajan yhdistäminen onkin välillä haasteellista.

**Avainsanat:** *Huippu-urheilu, opettajuus, identiteetti, motivaatio.*

Tutkimus ei sisällä muita kuin tekijän omia henkilötietoja X

**University of Lapland, Faculty of Education**

**Title of the theses:** Professional athletes who are teachers and their experiences about teachership.

**Author:** Jessika Kärkkäinen

**Degree program/subject:** Faculty of Education / Class teacher program

**Field of the study:** Master's thesis  Laudatur thesis  Doctoral thesis

**Number of pages:** 55+2 appendices

**Year:** 2023

**Abstract:**

In my master's thesis I examine what kind of experiences professional athletes who are teachers have about teachership. The main concepts in this research are elite sport and teachership. The thesis creates what elite sports requires from teachers who are athletes. The research has been executed with qualitative research extract, which links to phenomenological research methodology. The research data has been collected by means of an online questionnaire.

The research results strongly emphasized the motivation of the subject towards both the Finnish baseball and teachership. Elite sports have been perceived to have an impact on teachership, it's a part of identity, everyday life, and motivation. The teacher's profession has also been perceived to influence playing Finnish baseball because the structure of workdays and vacation times enables playing at a competitive level. It provides the resources that makes it possible to unite two professions. In elite sports and teachership, the motivating thing is the experience of success from own and other's accomplishments. It was also considered motivating when you were able to learn something new either with the team or with the students.

The conclusion of the thesis is that it can be stated that professional athletes who are teachers experiences similar things concerning teachership. Elite sports are perceived to have a significant impact on own's profession, identity and for building everyday life. Through elite sports, we experience a lot of positive emotions and things in live, although balancing work and free time can be challenging.

**Keywords:** *Elite sport, teachership, identity, motivation.*

This thesis doesn't contain any other personal data other than the authors own.

## Sisällys

Johdanto.....	6
1. Huippu-urheilu osana elämää .....	8
1.1.Huippu-urheilun vaatimukset .....	9
1.2. Huippu-urheilijan määritelmä .....	11
1.3.Pesäpallo urheilulajina .....	13
1.4 Urheilijan identiteetti .....	15
1.5.Valmentajan määritelmä.....	16
2.Opettajuus käsitteenä .....	20
2.1.Opettajan ammatti.....	20
2.2. Opettajuuden kehittyminen.....	22
2.3. Opettajan identiteetti ja sen rakentuminen .....	23
3.Tutkimuksen toteutus .....	26
3.1. Tutkimuksen tehtävä ja tutkimuskysymykset .....	26
3.2. Laadullinen tutkimus .....	26
3.3. Aineiston keruu .....	27
3.4. Aineiston analyysi.....	29
4.Tutkimustulokset.....	32
4.1 Ammattiin ja urheilijaksi kasvaminen .....	32
4.1.1 Urheilijaksi kasvaminen.....	32
4.1.2. Ammattiin kasvaminen .....	33
4.2 Opettajan ja urheilijan identiteetit .....	34
4.2.1. Opettajan identiteetti .....	34
4.2.2. Urheilijan identiteetti.....	35
4.3 Arjen ratkaisut opettajana ja urheilijana.....	37
4.3.1. Opettajan arki.....	37
4.3.2. Urheilijan arki .....	38
4.4. Motivointi urheilijan sekä opettajan ammatissa.....	39
4.4.1 Urheilijan motivointi .....	40
4.4.2. Motivointi opettajuudessa .....	40
5. Tutkimuksen johtopäätökset ja pohdinta .....	42
5.1. Johtopäätökset.....	42
5.2. Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys.....	45
5.3. Pohdinta .....	47

6. Lähteet .....	50
7. Liitteet .....	56
7.1 Tutkimuslupalappu seuralle .....	56
7.2. Aineistokysymykset .....	57

## Johdanto

Pro gradu- tutkimusta suunnitellessani halusin yhdistää kaksi tulevaa ammattiani ja mielenkiinnon kohdettani, jotka ovat luokanopettaja sekä pesäpallotuomari. Pohdin tutkimuksessani omaa urheilutaustaani pesäpallon ja muun joukkueurheilun parissa, kuinka se on vaikuttanut opettajuuteeni sekä sen kehittymiseen. Näiden pohjalta päätin lähteä tutkimaan, kuinka pesäpalloa huipputasolla pelaavat opettajat yhdistävät urheilunsa luokanopettajan työhön. Miten heillä nämä kaksi uraa ovat tukeneet sekä vaikuttaneet toisiinsa?

Oletukseni tutkimusta aloittaessani oli, että huippu-urheilulla on vaikutusta opettajuuteen, niin positiivista kuin negatiivista. Lisäksi oletin, että ammatit tukevat toisiaan ja niistä pystyisi ammentamaan voimavaroja, joiden avulla pärjätä arjessa.

Aihetta on käsitelty vähänlaisesti kasvatustieteen kentällä. Kari (2011, 46, 53) on tutkinut urheilu-uralta opettajaksi opiskelemaan lähteneiden kilpaurheilumiesten kokemuksia liikunnasta ja luokanopettajaopinnoista. Hänen artikkelissaan nousee esille, kuinka yliopisto-opintoja edeltävällä kilpaurheilulla on vaikutusta, miten yliopistossa opettavia asioita omaksuu. (Kari 2011, 46, 53.) Esimerkiksi urheilevan opettajan voi olla haasteellista samaistua oppilaaseen, jolla on haasteita liikunnassa. Aloitteleva opettaja voi yrittää luoda tunneilla liian monimutkaisia rakenteita, jotka eivät palvele oppilasaineistoa. Kuitenkin luokanopettajaopintojen aikana olen tiedostanut, että opettajien didaktiivinen ja pedagoginen osaaminen kehittyy, jolloin tuntien suunnittelussa osataan ottaa jo huomioon oppilaiden erilaiset taitotasot sekä oppimistyylyt. Urheileva luokanopettaja voi tuoda varsinkin liikunnantunneilla lisämotivaatioita oppilaille, jotka ovat kiinnostuneet liikunnasta. Opettaja pystyy heille osoittamaan ja näyttämään esimerkkiä, minkälaista on urheilijan arki ja mitä urheilijaksi pääseminen vaatii.

Nikander (2021, 4) on tutkinut omissa tutkimuksissaan kaksoisuriin liittyviä kaksoisuraympäristöjä Euroopassa. Tämä tutkimus on toiminut hyvänä tukena tutkimusta tehdessä, jo valmiiksi kapealla tutkimuskentällä. Myös Niemelä ja Sillanpää (2022) ovat käsitelleet Pro gradu – tutkimuksessaan omasta näkökulmastaan kaksoisuraa. Tutkimuksessa käsitellään toiseen asteen opiskelijoita, jotka yhdistävät opiskeluun pesäpallon pelaamiseen. (Niemelä & Sillanpää 2022, 8.) Heidän tutkimuksensa on myös

antanut oivallista näkökulmaa, mitä kaksoisura tarkoittaa toisella asteella sekä antaa viitteitä siitä, miksi kasvatustieteen kentällä on tarvetta tutkimukselle myös aikuisista, jotka yhdistävät kaksi uraa.

Tässä tutkimuksessa huippu-urheilijien opettajien kokemuksia opettajuudesta käsitellään ensin teorialähtöisesti. Määriteltävinä kohteina ovat huippu-urheilijan käsite ja opettajan identiteetin muotoutuminen. Tutkimuksen toteutuksessa käydään lävitse tutkimuksen tehtävä sekä päätutkimuskysymykset. Luvussa käsitellään myös tutkimuksen menetelmät. Tämä tutkimus on tehty laadullisella tutkimusotteella, ja siinä analysoidaan ihmisten kokemuksia. Tutkimustapa voidaan liittää fenomenologiseen perinteeseen. Aineisto on kerätty sähköisellä kyselylomakkeella, joka lähetettiin kuudelle Superpesisjoukkueelle, jotka halusivat osallistua tutkimukseen. Tutkimuksen aineisto on analysoitu teemoittamalla kysymykset ja niiden vastaukset neljän eri teeman alle. Tutkimuksen tulokset on koostettu neljästä eri teemasta. Teemoissa on käsitelty ammatteihin kasvamista, identiteettien muodostamista, arjen rakentamista sekä motivaatiota. Tutkimuksen johtopäätöksissä tutkimustulokset kootaan yhteen ja pohditaan, minkälaisia kokemuksia huippu-urheilijilla opettajilla on ollut opettajuudesta sekä sen yhdistämisestä huippu-urheiluun. Loppupohdintoissa arvioidaan tutkimuksen toteutumista, onnistumista sekä sen mahdollista vaikutusta kasvatustieteen kentälle.

## 1. Huippu-urheilu osana elämää

”Huippu-urheilu herättää suuria tunteita” (Itkonen & Knuutila 2016, 38). Huippu-urheilu on jollain tasolla osa meidän kaikkien elämää. Osa meistä penkkiurheilee, osa käy viikoittain urheilemassa, tuntien kummassakin tapauksessa epäonnistumisen sekä onnistumisen tunteita. Kuten urheilussa, myös opettajuudessa on löydettävissä erilaisia tasoja. Osa on aloittelevia opettajia, jotka vielä hakevat omaa suuntaustaan, osa taas on kokeneempia ja tietävät omat toimivat menetelmänsä ja omaavat jo laajan työkalupakin, jonka avulla pärjäävät tilanteessa kuin tilanteessa.

Huippu-urheilu on ollut iso osa ihmisten elämää jo 1800-luvulta lähtien. Jo silloin on haluttu luoda ero amatöörin ja kilpaurheilijan välillä. Suurimmaksi eroksi valikoitui raha, amatööreiltä estettiin kilpailu rahasta. 1900-luvulla kilpaurheiluun on vahvasti liitetty ammattilaisuuden aate. Tämä on vaikuttanut myöhemmin muun muassa lasten ja nuorten urheilutoimintaan ja huippu-urheiluun kasvattamiseen. (Lämsä 2009, 19.)

Monilla huippu-urheilijalla liikunta on tullut osaksi elämää ja arkea jo lapsena. Hämäläinen ym. (2015, 24) esittelee tavoitteeksi sen, kuinka Suomessa yhä useammalle lapselle tulisi suoda mahdollisuus liikunnallisen elämäntavan opetteluun, mikä mahdollistaisi huippu-urheilijaksi kehittymisen. Vaikka kaikista lapsista ei tulisikaan huippu-urheilijoita, on liikunnallisen elämäntavan omaksuminen aivan yhtä tärkeää niille tulevilla kuntoliikkujille kuin hyvälle urheilijoille. Lasta ei kuitenkaan kannata liian varhaisessa vaiheessa ohjata kilpaurheilu-uralle (Itani & Tienari 2020, 178). Tällöin urheilu-ura voi jäädä lyhkäiseksi, jos urheilun tuoma ilo jää kovan kilpailuhalun ja liiallisen harjoittelun jalkoihin. Lasta kuitenkin kannattaa tukea hänen mahdollisella urheilijanurallaan varmistamalla, että hän saa urheilullisen ja terveellisen elämäntavan mukaisesti riittävästi ja monipuolisesti urheilua ja leikittyä, ravintoa sekä unta (Hämäläinen ym. 2015, 85–86).

Matikka ja Roos-Salmi (2012) tarkastelevat, mitkä asiat vaikuttavat huippu-urheilussa menestymiseen. Heidän mukaansa urheilijan urheilusuuritukset ja -taidot ovat näkyvin osa urheilijan menestyksestä, mutta psyykellä ratkaistaan kuitenkin lopullinen paremmuus. (Matikka & Roos-Salmi 2012, 239.) Psyky on lopullinen palapelin palanen, jonka avulla ratkaistaan, pystyykö pelaaja tekemään ratkaisevan ratkaisun tärkeällä hetkellä, kuten esimerkiksi kotiutustilanteessa pesäpallopelissä.



Itani ja Tienari avaavat sitä, minkälaisia asioita huippu-urheilu tarvitsee taustalleen, jotta hän voi menestyä. Heidän mielestään urheilijan uraputkea tarkastellessa täytyy ottaa huomioon, että se on projekti, joka on aloitettu jo varhaisessa vaiheessa. (Itani & Tienari 2020, 118–119.) On tärkeää, että urheilijalla on tukijoita ja puitteet kunnossa taustalla, jotta hän voi keskittyä päätyöhönsä eli urheiluun. Huippu-urheilijalla ja taustajoukoilla täytyy kuitenkin olla jonkinlainen suunnitelma, mitä tehdä sitten, jos ura katkeaa yhtäkkiä tai suunnitelmallisesti.

Jos urheilija haluaa yhdistää opiskelun urheilun kanssa, on paras vaihtoehto etsiä hänelle räätälöityjä ratkaisuja esimerkiksi tutkinto-opiskelussa. Opintojen rytmittäminen sekä mahdollisen urheiluakatemian hyödyntäminen on tärkeää urheilijan uran kannalta. Suomessa on yksitoista valtakunnallista urheiluopistoa, esimerkiksi Kuortaneen ja Vuokatin Urheiluopistot. Urheiluopistojen olemassaolo mahdollistaa urheilevalla opiskelijalla opintojen ja urheilun sujuvan yhdistämisen ja sen harjoittelun. Urheilevalle opiskelijalla annetaan mahdollisuus urheilla joka päivä ammattimaisesti sekä olla erilaisten tukipalveluiden ääressä, jotka auttavat muun muassa opintojen suunnittelua. (Härkönen 2009, 47–48.)

Jos urheilija yhdistää työnsä urheilun kanssa, täytyy työnantajalta löytyä joustavuutta työaikaan, muun muassa kesällä, joka on pesäpalloilijan kisakausi. (Olympiakomitea 2022). Cosh, Crabb ja LeCouteur (2012, 1) tuovat ilmi artikkelissaan, kuinka huippu-urheilijoiden tavoitteellinen urheilu ja urheilun täyttämä arki voi olla haitaksi heidän koulutukselleen. Koulutus voi tuntua toissijaiselta, jos urheilijalle tarjotaan paikkaa huipputasolla.

Jokaisen urheilijan ura tulee jossain vaiheessa päätökseen, silloin urheilijalla tulee olla jonkinlainen uran jälkeinen suunnitelma. Itkonen ja Knuuttila (2016, 15) pohtivat sitä, miten urheilijan työuraan urheilu-uran jälkeen vaikuttaa se, minkälainen kilpaura hänellä on ollut sekä minkä lajin edustaja hän on. Laji myös määrittelee sen, kuinka kauan huipulla on mahdollista urheilla (mts.). Esimerkiksi joukkueurheilussa, kuten pesäpallossa huipulla voi pelata vuosikausia.

### 1.1. Huippu-urheilun vaatimukset

Yksi varhaisimmista asioista, jotka vaikuttavat huippu-urheilijan syntymiseen on, lapsuusajan kiinnostus sekä innostus urheilua kohtaan. Tukemalla lapsen omaa innostusta eli sisäistä motivaatiota pystytään antaa mahdollisuus oman pätevyuden kokemisesta, yhteenkuuluvuudesta sekä autonomiasta. Urheilijan motivaation kannalta on tärkeää, että hän kokee saavansa vaikuttaa omiin asioihinsa ja kehitykseensä sekä, että hän tuntee olevansa osa ryhmää tai esimerkiksi seurayhteisöä. (Hämäläinen ym. 2015, 23, 30; ks. Itani & Tienari 2020, 176.) Forssell (2012, 199) yhtyy edellisiin tutkijoihin siinä, miten sisäisen motivaation avulla urheilija pystyy pyrkimään kohti omia tavoitteitaan sekä kehittyä lajissaan, samalla nauttien omasta tekemisestään.

Esimerkiksi pesäpallon yksi tunnetuimmista tähdistä Toni Kohonen on puhunut siitä, kuinka hiihtämisellä ja muulla liikkumisella on ollut merkittävä vaikutus hänen lihaskestävyyteensä, joka on mahdollistanut Kohosen pitkän uran päätason pesäpalloilijana (Arffman 2020). Hämäläinen tutkimuskumppaneineen nostaa esille sen, kuinka tärkeää on lapsuusajan monipuolinen urheilun harrastaminen eri lajeissa. Monilajisuudessa on monia hyviä puolia, muun muassa harjoittelumäärät lisääntyvät ja lapsi tulee harjoiteltua monipuolisesti monia eri osa-alueita sekä fyysisiä että henkisiä. (Hämäläinen ym. 2015, 24; ks. Itani & Tienari 2020, 181.) Monipuolinen harjoittelu voidaan mahdollistaa vaihtelemalla erilaisia harjoituksia, välineitä sekä harjoitteluympäristöjä säännöllisesti. Lapsen fyysisen kehityksen sekä taitojen oppimisen lisäksi monipuolisella lajiharrastamisella on vaikutusta, esimerkiksi myös psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen. (Jaakkola & Kalaja 2016, 19; ks. Hämäläinen ym. 2015, 172.) Myös Härkönen (2009, 45) pohtii lahjakkuutta sivutessaan, kuinka tärkeää on kuitenkin, että lapsuudessa näkyy erilaiset virikkeet, sekä mahdollistetaan toimivat harrasteympäristöt sekä tukeva valmennus. Tutkimuksissakin on todettu, että nuoruusajan tietyn lajin harjoittelu ei ole vaikuttanut huomattavalla tavalla aikuisiän liikunnalliseen aktiivisuuteen (Sääkslahti 2007, 56).

Huippu-urheilussa motivaation kannalta on tärkeää asettaa sekä pelaajille että joukkueelle tavoitteita, joita kohti edetään. Tavallisimpia on tulostavoite, jolla pyritään pääsemään tiettyyn sarjasijoitukseen. Kauden päätöstavoitteen lisäksi on hyvä asettaa myös välitavoitteita, joiden saavuttaminen motivoi pelaajia jatkamaan työntekoa, esimerkiksi välieriä tai finaaleja kohti. Tavoitteet tulisi olla yhtenäiset joukkueessa, jotta kaikki voivat

kokea sitoutuvansa niihin ja haluavat tehdä töitä ja kehittyä urheilijoina ne tavoittaakseen. Kauden aikana joukkueen tulee yhdessä valmentajan kanssa arvioida, ovatko he pääsemässä kauden alussa asetettuun tavoitteeseen vai pitääkö heidän reagoida tekemällä muutoksia, esimerkiksi harjoituksiin ja pelikokoonpanoihin. (Hämäläinen ym. 2015, 138–140; ks. Matikka & Roos-Salmi 2012, 114.) Tämä näkyy myös vahvasti opettajien arjessa. Koulun henkilökunta tekee töitä saavuttaakseen lukukauden tavoitteet. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2014, 25) linjataan, esimerkiksi kuinka kunta voi paikallisesti päättää omat laaja-alaisen osaamisen painotuksensa.

Forssell (2012, 180) esittelee tavoitteiden asettamisesta, kuinka tähdellistä on urheilijan asettaa itselleen saavutettavia tavoitteita, joihin hän voi itse vaikuttaa omalla tekemisellään sekä isompia tavoitteita. Tällaiset tavoitteet ovat hyvin lähellä, esimerkiksi oppimisen tavoitteita, joita käytetään koulumaailmassa.

Pesäpalloilija voi asettaa itselleen kaudelle isompia ja pienempiä tavoitteita, joita kohti pyrkii. Tavoitteet voivat olla muun muassa uuden lyönnin harjoittelun ja Suomen mestaruuden välillä. Tällaista tavoitteen asettelua kutsutaan suoritustavoitteeksi. Suoritustavoitteella urheilija pyrkii parantamaan jotain mitattavaa asiaa, kuten esimerkiksi juoksujen lyömistä tai juoksunopeutta. (Hakkarainen ym. 2009, 154.)

Sinnikkyys on ominaisuus, mikä vaaditaan huippu-urheilijaksi tähtävältä urheilijalta. Sinnikkyyttä tarvitaan urheilijan jokapäiväisissä tilanteissa, esimerkiksi harjoittelemaan lähtiessä, riittävän levon saamisessa sekä urheilullisen elämän ylläpitämisessä. Huippu-urheilijalta vaaditaan sinnikkyyttä, jotta hän pystyy tunnistamaan ja tiedostamaan myös omat kehittymiskohteensa. Millä osa-alueissa hän on hyvä ja millä alueilla hänen täytyy jotenkin kompensoida omia taitojaan? (Hämäläinen ym. 2015, 33, 88.) Luokanopettaja voi kompensoida heikompaa pedagogista osaamistaan, käyttämällä alan asiantuntijoita, esimerkiksi urheiluseurojen edustajia liikuntatuntien pitäjinä.

## 1.2. Huippu-urheilijan määritelmä

Itani ja Tienari määrittelevät huippu-urheilijan lahjakkaaksi ihmiseksi sekä fyysisillä että henkisillä osa-alueilla. Huippu-urheilijan täytyy olla sitoutunut omiin päämääriinsä,

hänellä täytyy olla halua aktiivisesti parantaa omia suorituksia sekä kehittää itseään. (Itani & Tienari 2020, 14.) Urheilija kasvaa myös ihmisenä oman urheilu-uransa aikana, hänen arvonsa ja asenteensa muokkautuvat vuosien ja kokemusten mukaan. Urheilu-uran alussa urheilija on voinut arvostaa erilaisia asioita ja kokemuksia kuin uran loppuvaiheessa.

Varsinkin joukkuelajeissa, kuten pesäpallossa, tämä näkyy muun muassa vastuunottamisella omasta itsestään sekä koko joukkueesta. Kun pelaaja on osa joukkuetta, täytyy hänellä olla myös hyvät vuorovaikutustaidot sekä valmiudet tehdä yhteistyötä erilaisten ihmisten kanssa. (Hämäläinen ym. 2015, 21.) Miettinen (1995,165) on samoilla linjoilla Hämäläisen kanssa, kuinka tärkeä vaikutus vastuun ottamisella joukkueessa on. Kun pelaajalle antaa riittävästi vastuuta, sitoutuu hän paremmin joukkueeseen ja sen toimintaan (Miettinen 1995, 165). Pelaajalla voi olla, esimerkiksi vastuurooli joukkueen kapteenina.

Motivaation katsotaan alkavan muodostua, kun urheilija saa merkityksen tai kokee tarkoituksen omalle urheilulle (Forssell 2012, 210). Kilpaurheilijan motivaatioon vaikuttaa ja sitä muokkaa erilaiset toiminnan ärsykkeet, joiden avulla ihminen pyrkii kohti omia tai tässä tapauksessa joukkueen tavoitteita. Urheilija pyrkii omien tavoitteittensa ja toimintansa avulla auttamaan omaa joukkuettaan kohti yhdessä asetettua tavoitetta, esimerkiksi Suomen mestaruutta. Urheilijalla voi olla myös itselle asetettuja tavoitteita, jotka voivat välillisesti auttaa omaa joukkuettaan, esimerkiksi etenijäkuninkuuden voittaminen. (Hämäläinen ym. 2015, 93.) Motivaation avulla urheilijaa pyrkii tekemään paremmin ja kovemmin harjoituksia, sekä keskittyy tarkemmin tehdessään urheilusuurituksia. Motivaation johdolla urheilija voi vaikeinakin päivinä jatkaa harjoituksia, vaikka harjoittelu tuntuisikin jo vaikealta. (Roberts 1992, 6.)

Motivaatio on yksi iso tekijä, jonka avulla huippu-urheilija kulkee harjoituksista toiseen, rankoista suorituksista sekä epäonnistumisista huolimatta. Motivaatiota voidaan ajatella prosessina, jonka tärkeinä osina ovat urheilijan persoonallisuus sekä hänen sosiaalinen ympäristönsä, kuten esimerkiksi joukkuekaverit sekä läheiset. (Matikka & Roos-Salmi 2012, 48.) Prosessi kestää koko elämän ajan ja se voi välillä vaihdella. Esimerkiksi urheilijan loukkaantumisen aikana, hänen motivaationsa voi hetkellisesti laskea ja sitä pitää alkaa rakentamaan uudestaan. Tällöin nousee esille taas huippu-urheilijaksi kehittymisen

avaimet, eli läheiset sekä ympäristö (Itani & Tienari 2020, 17). Heidän avullaan urheilija voi löytää vielä saavuttamisen arvoisen motivaationkohteen, minkä eteen tehdä töitä. Jos urheilija loukkaantumisesta huolimatta on osa joukkueen arkea, esimerkiksi on harjoituksissa paikalla, on hänen helpompi pitää yllä omaa motivaatiota ja mielenkiintoa lajia kohtaan.

Kun puhutaan urheilijan harjoittelemisesta huipputasolla, täytyy myös ottaa huomioon urheilijan perinnöllinen tausta. Perinnölliset ominaisuudet voivat nousta esiin urheilijan harjoittellessa sekä vaikuttaa hänen suorituskykynsä yllättävilläkin tavoilla. Tällaiset ominaisuudet vaikuttavat, muun muassa urheilijan nopeuteen, voimakkuuteen sekä siihen, kuinka he voivat omalla harjoittelullaan kehittää omia ominaisuuksiaan. (Gamble 2010, 2.) Urheilijan menestys riippuu paljonkin siitä, kuinka hyvin hän ja valmennus ottavat huomioon urheilijan synnynnäiset ominaisuudet, sekä kuinka he saavat muokattua valmennusta niitä vahvistaakseen. Urheilijan tulee olla motivoitunut ja omistautunut sekä omata itsekuria, jotta hän voi oikealla valmennustyyllillä lunastaa paikkansa huipulla tuhansien työtuntien jälkeen. (Gamble 2010, 3.)

### 1.3. Pesäpallo urheilulajina

Polttopelit määritellään joukkuepeleiksi, pesäpallo on yksi näistä peleistä. Tyypillisimpiä piirteitä polttopeleille ovat, että niissä on vuorotellen toinen joukkue sisä- ja toinen ulko-vuorossa. Sisävuorossa olevan joukkueen pyrkimyksenä on yrittää siirtää pelaajia pesältä toiselle lyömällä palloa sopiviin paikkoihin kentän rajojen mukaisesti. Ulkopelaajien tehtäväksi jää pallon pysäyttäminen ja sen toimittaminen eri pesille yrittäen polttaa pelaajia. Polttopeleihin tarvitaan erilaisia taitoja, joita tarvittaessa sovelletaan. Näitä ovat esimerkiksi ”juokseminen, kiinniottaminen, heittäminen ja lyöminen”. (Lumela 2007, 335–336.)

Pesäpallo jaetaan perinteisesti kahteen eri sarjaan; miesten ja naisten sarjaan. Naisten ja miesten sarjoissa on vielä erilliset sarjatasot iän sekä taitotason mukaan. Tämä näkyy käytännössä siten, että samalla pesäpallokentällä voi olla monta erikokoista kenttää samaan aikaan. Nämä ovat yleensä miesten, naisten sekä juniorikenttä. Eroja löytyy myös, esimerkiksi pelivälineistä. Miesten ja naisten pesäpallot ovat eri painoisia, naisten ollessa

kevyempi. Myös pesäpallomailoissa on eroja, naiset yleensä lyövät hieman kevyemmillä mailoilla kuin miehet. (Koskela 2017, 102.)

Pesäpallon ollessa joukkuelaji joukkueen jäseniä yhdistää huippu-urheilu ja siihen yhdistetty päämäärätietoisuus, itsensä kehittäminen sekä kriittisyys omia suorituksia kohtaan. Joukkueella on mahdollisuuksia menestyä, kun siinä ymmärretään toimia yhdessä, yksilöiden tukiessa toisiaan. Joukkueessa voi kuitenkin olla muutamia kantavia pelaajia ikään kuin peruspilareita, joiden odotetaan olevan merkittäviä pelaajia etenkin ratkaisuhetkillä. (Itani & Tienari 2020, 44, 189.) Tällaisia pelaajia pesäpallon puolella on, esimerkiksi Toni Kohonen ja Emma Körkkö, jotka lopettivat merkittävät pelaajauransa kauteen 2022. Heidän avullaan on ratkaistu monia tärkeitä pelejä runkosarjan tiukoista hetkistä finaalien sykkeitä kohottaviin hetkiin.

Itani ja Tienari määrittelevät, että ”huippu-urheilu voi olla myös kotimaista” (Itani & Tienari 2020, 85). Kansainvälisistä lajeista poiketen pesäpallo pelataan melkein yksinomaan Suomessa, muutamaa muuta maata lukuun ottamatta, kuten esimerkiksi Intia. Tästä huolimatta pesäpalloilijat harjoittelevat ahkerasti pelataksaan superpesistä. Koskela (2017, 280–287) pohtii kirjassaan *Pesis – opas jännittävän pelin seuraajalle ja harrastajalle* pesäpalloilijan harjoittelua ympäri vuoden. Harjoittelu on kokovuotista fysiikkatreenien, lajitreenien sekä huoltavien harjoitteiden tasapainottelua, lukuun ottamatta parin viikon taukoa kauden loppumisen jälkeen elo- tai syyskuun aikana. Pesäpalloilija tarvitsee lajissaan räjähtävää voimaa tehdäkseen nopeita suorituksia kiinniottaessaan sekä kiitäessään pesänvälejä. (Koskela 2017, 280–287.) Harjoittelu on kuitenkin hyvin samankaltaista miesten ja naisten superpesiksessä. Harjoittelulla tähdätään ammattimaisuuteen sekä pyritään parantamaan omia heikkoja kohtiaan. Kuten urheilijoiden, myös opettajien tulee pitää yllä ja kehittää omaa ammattitaitojaan, jotta hänen opettajuus ja opetuksen taso pysyisi korkealla jatkossakin. Kuten pesäpalloilijan, jonka tarvitsee tietää monta erilaista lyöntiä pärjätäkseen lajissa, täytyy opettajalla olla myös monta erilaista työtapaa, jotta jokainen oppija pystytään huomioimaan. (Siedentop & Tannehill 2000, 3.)

Huippu-urheilun arvostus näkyy myös pesäpalloilijan palkassa, kuten muissakin lajeissa. Koskelan (2017, 287) mukaan vuona 2014 miespesäpalloilijat pystyivät tienamaan keskimäärin noin 20 000 euroa kauden aikana. Naispesäpalloilijat taas joutuivat tyytymään

kulukorvauksiin tai 5000–10 000 euron palkkioihin. (Koskela 2017, 287.) Tällä on vaikutuksia, esimerkiksi siihen, kuinka pitkän uran urheilija pystyy tekemään. Naispesäpaloilija ei välttämättä pysty sitoutumaan niin kauaksi aikaa urheilijan elämään kuin miesurheilija, koska palkkaa on tarjolla huomattavasti vähemmän.

#### 1.4 Urheilijan identiteetti

Urheilijalla on tarve tunnistaa ja tiedostaa, kuka hän itse on ja millainen hänen oma identiteettinsä on urheilijana. Minkälaisia ajatusmaailmaa ja käyttäytymismalleja hän haluaa käyttää ja edustaa lajissa, jossa jokaista askelta tarkkailee sekä fanit että media. Huippu-urheilijalla täytyy myös olla muodostunut vakaa minäkuva, jotta ihminen pystyy kehittämään itseään ja menestymään ulkopuolelta tulevasta paineesta ja palautteesta huolimatta. (Forssell 2012, 95, 103–104.) Matikka ja Roos-Salmi (2012, 93) puhuvat myös urheilijan identiteetistä, kuinka se alkaa muodostumaan jo urheilijan uran aikana kokemusten kautta. Jokaisella urheilijalla on erilaiset kokemukset oman identiteetin syntymisestä ja kehittymisestä.

Urheilijoiden kasvuun vaikuttaa vahvasti myös autonomia eli se, ovatko he itseohjautuvia. Itseohjautuvassa valmennuksessa urheilija itsenäisesti määrittelee omia tavoitteitaan sekä toimintasuunnitelman, miten hän voi ne saavuttaa. Ulkoaohjautuvassa valmennuksessa urheilijalle annetaan valmis paketti tietoja ja taitoja, ilman, että tarvitsee itse pohtia asioita. (Hämäläinen ym. 2015, 74.)

Forssellin (2012, 125–126) mukaan on muutamia tekijöitä, jotka yhdistävät hyvän perusitselfuottamuksen ja itsetunnon omaavia urheilijoita. Ensimmäisenä, heillä on selkeä kuva omasta itsestään sekä heidän itsetunnostaan. He pystyvät tunnistamaan ja hyväksymään hyvät ja enemmän kehitettävät puolensa, sekä urheilijana että ihmisenä. Toinen tekijä on, että he vahvistavat enemmän omia vahvuuksia kuin heikkouksiaan. Vaikka heikkouksia on välillä hyvä kehittää, esimerkiksi omaa juoksunopeutta, on urheilija päässyt omalle tasolleen omassa lajissaan, näistä kehittämisen kohteista huolimatta. Viimeisimpänä tekijänä, he ovat tunnollisia harjoittelijoita ja ovat ylpeitä omasta työstään. (Forssell 2012, 125–126.) Vaikka urheilija kohtaisikin joskus pettymyksiä, ei hän jäisi pohtimaan niitä liikaa, vaan pyrki seuraavalla kerralla tekemään paremmin.

Urheilijan voi olla välillä vaikea tunnistaa tai tulkita omaa identiteettiään. Urheilijan voi olla vaikea nähdä itsensä muunakin kuin urheilijana, esimerkiksi opiskelijana pitkän urheilu-uran jälkeen. (Yukhymenko-Lescroart 2014, 2.) Myös opettajalla voi olla vaikeuksia oman identiteettinsä kanssa, jos hän on pitkään opettanut esimerkiksi alkuluokkia ja yhtäkkiä hänen pitäisi opettaakin kuudesluokkalaisia. Tämänkaltaiset muutokset vaikuttavat myös oman ammatillisen identiteetin muokkaantumiseen.

### 1.5. Valmentajan määritelmä

Valmentajan työkuva on monipuolinen. Hänen vastuullaan on oikeanlaisen tekniikan, taitojen sekä taktiikan opettaminen. Hänen tulee mahdollistaa mahdollisimman optimaalinen ympäristö urheilijalle, jotta urheilija pystyy harjoittelemaan ja kehittymään eteenpäin. (Matikka & Roos-Salmi 2012, 279.)

Hämäläinen (ym. 2015, 20) jakaa valmentajan vaikuttamisen neljään eri osaan suomalaisessa valmennusosaamisen mallissa: ”urheilijana kehittyminen ja lajiosaaminen, itsensä kehittämisen taidot, ihmisenä kasvu ja kuulumisen tunne”. Kun puhutaan pääosin aikuisurheilijoista, ei valmentajan välttämättä tarvitse puuttua urheilijan elämäntavan omaksumiseen. Aikuisurheilijat ovat jo oppineet harjoittelemaan, huolehtimaan omasta palautumisesta asiaan kuuluvilla metodeilla sekä edistämään omaa terveyttään urheilijan tarvoihin. Heiltä löytyy motivaatiota, innostusta sekä tavoitteellisuutta omaa lajia, ammattitaitoa sekä joukkueettaan kohtaan.

Ensimmäisiä asioita, joita valmentaja tekee aloittaessaan uudessa joukkueessa, on valmennussuhteen muodostaminen jokaiseen joukkueen jäseneseen. Hyvän valmennussuhteen lopputuloksena on urheilijoiden positiiviset kokemukset lajin parissa sekä mahdollinen hyvä menestys kauden aikana. (Hämäläinen ym. 2015, 130; ks. Miettinen 1995, 37.) Hyvä olo joukkueessa ja urheilijoissa on yleensä selkeästi havaittavissa ja edesauttaa itseluotamusta urheilusuorituksia tehtäessä.

Se mihin, valmentajalla voi olla suurikin vaikutus on itsensä kehittäminen. Valmentajan tehtävänä on antaa urheilijalle työkaluja, joiden avulla hän pystyy asettaa itselleen saavutettavia tavoitteita, arvioida omaa osaamistaan sekä osata ratkaista tarvittaessa ongelmia.



(Hämäläinen ym. 2015, 20.) Pesäpallon puolella ongelmatilanne voisi, esimerkiksi olla 1-tilanne ja kaksi paloa, miten siirretään ykköspesällä oleva etenijä kakkospesälle ilman, että tehdään etenijästä tai itsestä paloa?

Valmentajan rooliin kuuluu myös vahvasti myös kuuluvuuden tunteen vahvistaminen joukkueessa. On tärkeää, että urheilija tuntee itsensä urheilijaksi, sekä olevansa osa urheiluyhteisöä sekä omaa joukkuettaan. (Hämäläinen ym. 2015, 21.) Kuuluvuuden tunteen mahdollistaminen on aivan yhtä tärkeää sekä joukkueen untuvikoille sekä kokeneemmille pelaajille. Jaakkola (2009, 334; ks. Hämäläinen ym. 2015, 93, 110) kuvaa sitä, kuinka lajirakkaus, intohimo ja yleinen into ovat joukkueeseen kuuluvuuden tunteen kulmakiviä. Ilman lajirakkauteen kuuluvaa iloa, voi joukkueeseen sitoutuminen tuntua pelaajasta tai valmentajasta vaikealta. Valmentajan on tärkeää myös muodostaa valmennettavan kanssa positiivinen vuorovaikutussuhde. Sen avulla valmentaja ja urheilija pystyvät luottamaan toisiinsa sekä ottamaan kehitysaskelaita urheilijan urapolulla. (Jaakkola 2009 334; ks. Hämäläinen ym. 2015, 93, 110.)

Valmentajan tulee tuntea urheilijansa hyvin, jotta hän voi mukauttaa harjoittelun jokaiselle urheilijalle tukemaan hänen ominaisuuksia yksilöllisesti. Joillekin pelaajille sopii toisenlaiset treenimuodot kuin toisille. (Gamble 2010, 9; ks. Miettinen 1995, 161.) Pesäpallon näkökulmasta, esimerkiksi joukkueen kärkietenijä ei harjoittele juoksemista samalla tavalla kuin kotiuttajajokeri.

Näkyvä osa valmentajan roolia on hänen valmennusfilosofiansa. Valmennusfilosofia on kuin peili valmentajan ihmis- ja oppimiskäsitykseen, minkälaisia tavoitteita hänellä on elämässä sekä minkälaisia arvoja ja asenteita hän omaa. Valmentajan valmennusfilosofia muodostuu siitä, hänen yksilöllisestä käsityksestä lajista ja omasta valmennuksesta sekä valmentajalle tärkeimmistä asioista. Pohdittaviksi kysymyksiksi tulevat esimerkiksi, miten valmentaja haluaisi urheilijoidensa oppivan ja miten kehittää heitä eteenpäin omalla reitillään. (Hämäläinen ym. 2015, 43; ks. Miettinen 1995, 102.) Monilla valmentajilla on omanlainen tyyli valmentaa, jotkut vaativat enemmän itsenäisyyttä kuin toiset. Toiset valmentajat taas vaativat enemmän ongelmanratkaisutaitoja pelitilanteissa kuin toiset. Valmentajien valmennusfilosofioitten kuuluu ja pitää kehittyä vuosien varrella joukkueiden ja ympäristöjen mukana, joissa valmentaja työskentelee. Valmennusfilosofiaan kuuluu myös keskeisesti valmentajan pedagogiset ja didaktiset taidot. Hyvät pedagogiset taidot

omaava valmentajalla on tarvittavat työkalut, joilla motivoida urheilijan innostusta lajia kohtaan sekä antaa yksilöllistä palautetta urheilijan teknisestä osaamisesta sekä siitä, kuinka edistää entisestään, esimerkiksi räjähtävää juoksuvoimaa pesien välillä. (Jaakkola 2009, 336; ks. Hämäläinen ym. 2015, 110.)

Itani ja Tienari (2020, 153) esittelevät valmentavan johtajan. Tässä toimintamallissa valmentava johtaja on suunnannäyttäjänä joukkueessa sekä asettaa yhdessä joukkueen kanssa tavoitteita tukien heitä sen tavoittelussa. Hänen roolinsa joukkueessa on olla palautteenantaja, ottaen sitä itsekin vastaan. Tällaisen johtajan kuuluu tehdä toiminta riittävän merkitykselliseksi, jotta kaikki joukkueen jäsenet pystyvät sitoutumaan joukkueessa olemiseen. (Itani & Tienari 2020, 153.)

Matikka ja Roos-Salmi (2012, 59) puhuvat myös siitä, kuinka valmentajalla on iso vaikutus urheilijan motivaatioon omalla auktoriteetillaan. Jos valmentaja on demokraattinen, ottaa hän urheilijat huomioon päätöksenteossa: esimerkiksi päätöksenteko voisi koskea harjoittelutapaa ja sitä, mitkä asiat voisivat auttaa urheilijoita kokemaan autonomiaa. Jos valmentaja ohjaa enemmän valmentajajohtoisesti, hän estää urheilijoita urheilemasta omalla taitotasollaan, kun he eivät pääse sitä jakamaan valmentajansa kanssa. (Matikka & Roos-Salmi 2012, 59.)

Roberts (1992, 19) esittelee termin motivaatioilmasto, jonka valmentajat muodostavat omanlaisensa joukkueessansa. Sen alatermeinä ovat kilpailu- ja mestaruusilmastot. Kilpailuilmastossa menestys mitataan ainoastaan voittamisella. Mestaruusilmastossa menestyksessä otetaan huomioon myös suoritusten tai tulosten parantuminen pelien välillä. Pelaajan näkökulmasta mestaruusilmasto vaikuttaa paremmalta vaihtoehdolta motivaation muodostumiselle sekä sen ylläpitämiselle. (Roberts 1992, 19.) Tärkeää on, että valmennusjohto ei katso vain lopputulosta, vaan ottaa huomioon myös lopputulokseen vaikuttavat suoritukset.

Saavutukset yleensä yhdistetään herkästi motivaatioon (Roberts 1992, 24). Kärjistetysti voidaan ajatella, että jos olet motivoitunut, tällöin myös saavutat asioita. Tämä voi olla vaarallinen näkökulma, varsinkin jos sen sisäistää jo nuorena urheilijana. Jos nuori urheilija epäonnistuu, minkälaisia vaikutuksia sillä olisi motivaation ylläpitämiseen lajia kohtaan?

Valmentajan täytyy myös itse pitää huolta omasta jaksamisestaan. Hänellä täytyy olla autonominen olo, jotta hän kokee voivansa vaikuttaa siihen, miten tekee oman työnsä ja millaisissa olosuhteissa. Kun nämä asiat toteutuvat, valmentaja sitoutuu todennäköisemmin työhönsä paremmin ja myös suoriutuu työstänsä paremmin. (Matikka & Roos-Salmi 2012, 286.)

Opettajuuudessa on hyvin samankaltaisia elementtejä kuin valmentajuudessa. Kuten valmentajan myös opettajan on tärkeää pitää huolta omasta jaksamisestaan. Opettajilla täytyy antaa tilaa kokea autonomisuutta, jotta he voivat kokea vaikuttavansa omaan työhönsä ja näin ollen myös omaan jaksamiseensa. Kun opettajilla annetaan mahdollisuus muokata luokasta ja sen toimintakulttuurista omanlaisensa, työ tuntuu merkityksellisemmältä. Kuten valmentajien myös opettajien tulee luoda omaan luokkaansa hyvä vuorovaikutussuhde, jonka avulla luodaan motivaatioilmasto sekä kuuluvuuden tunteita. Ilman näitä elementtejä voi opettajalla olla vaikeuksia suoriutua arjestaan ja sitoutua omaan työhönsä.

## 2.Opettajuus käsitteenä

### 2.1.Opettajan ammatti

Opettamiseen on yhdistetty erilaisia käsityksiä ihmiskunnan historiassa. Ensiksi on ajateltu opettajan olevan kulttuurisen perinnön sanansaattaja seuraavalle sukupolvelle. Toiseksi opettajille on luotu odotuksia siitä, että he ovat tukemassa ihmisten itsenäistä ajattelua sekä autonomiaa, joiden takia ihmiset pystyvät saavuttavamaan monipuoliset kyvyt; arvioida kriittisesti, hyödyntää sekä tarvittaessa kehittää oman kulttuurinsa tuotoksia. (Väljærvi 2006, 10–11.)

Numminen ja Laakso (2010, 34) liittävät opettamiseen muutamia perusasioita, jotka jokaisen opettajan tulisi hallita; ”oppiaineksen hallinta, kommunikaatiotaidon, henkilösuhteiden taidon, taidon luoda sosiaalista järjestystä sekä motivointi- ja aktivointitaidon” (Numminen & Laakso 2010, 34). Opettajan tulee myös omata hyvät soveltamisen ja eriyttämisen taidot, jotta voidaan mahdollistaa kaikenlaisten oppijoiden oppiminen ja viihtyminen oppitunneilla.

Opettajan ammattiin kuuluu luontevasti oppilaantuntemus. Oppilaantuntemuksen avulla, opettaja pystyy muokkaamaan omaa opetustaan, niin että oppilaat oppivat omilla vastaanotto- ja käsittelytavoillaan (Numminen & Laakso 2010, 50). Jotkut oppilaista oppivat parhaiten kuuntelemalla, toiset tekemällä itse ja jotkut haluavat linkittää oppimansa omaan arkipäiväiseen tekemiseensä. Esimerkiksi oppilasta voi motivoida opiskella englantia, jos hän oppii sanastoa, mitä hän voi käyttää pelatessaan videopelejä kotona.

Oppilaantuntemukseen liittyy myös olennaisesti kommunikointi. Opettajan on tärkeää ihan oman työnkin vuoksi, tarkkailla omaa luokkaansa, miten siellä kommunikoidaan oppilaiden kesken sekä, miten he kommunikoiivat opettajansa kanssa. (Rovio 2007, 181.) Jos kommunikointi joko luokan sisällä tai opettajan ja oppilaan välillä ei jostain syystä toimi, vaikuttaa se vahvasti luokkahuoneen sisäiseen tunnelmaan ja välillisesti myös oppilaiden oppimiseen. Jos oppilas ei koe oloansa hyväksytyksi luokkahuoneessa, ei hän välttämättä halua tuoda omaa panostaan luokan yhteistyöhön. Tällaista tilannetta voidaan kuvata tunnesuhdejärjestelmällä, joka kuvaa oppilaiden keskinäisiä tunteita. (Rovio 2007, 181.)

Opettajat ovat tärkeä osa yhteisöä ja yhteiskuntaa. Heidän toiminnallaan pystytään vaikuttamaan yhteisön jäsenten taitoihin oppia ja kokea uutta. Niemi (2006, 73–74) määrittelee opettajan ammatin käsitteen kahden ääripään avulla. Toisessa ääripäässä opettajien koetaan olevan enemmän suoritusten ja poliittisten päätöksien toteuttajia. Tällöin opettajan asiantuntemukseen ja koulun kehittymiseen liittyvä luottamus on vähäistä. Toisessa ääripäässä opettajat koetaan aktiivisiksi yhteiskunnallisiksi toimijoiksi, jotka omalla työllään mahdollistavat muutoksia ja uudistuksia omassa työssään. (Niemi 2006, 73–74.)

Numminen ja Laakso (2010, 12–14) taas tuovat esiin toisen näkökulman, jossa on kaksi erilaista opettajuuden määritelmää; teknokraattinen ja demokraattinen. Teknokraattisessa opettajuudessa opettaja hoitaa kaiken suunnittelusta, toteutuksesta opetuksen arviointiin. Opettajalla voi olla valtavasti materiaalia ja työkaluja, joita käyttää työssään, mutta silti kokee työnsä rutiininomaiseksi ja kangistavaksi. Demokraattinen opettaja sen sijaan ottaa huomioon sen, että oppimista tapahtuu monessa muussakin paikassa kuin vain koulussa, esimerkiksi harrastustoiminnassa. Demokraattinen opettaja pyrkii samaistumaan oppilaan mielenkiinnonkohteisiin ja auttaa oppilaita siinä, miten hän voisi hyödyntää koulussa oppimiansa asioita arkipäiväisissä tilanteissa. (Numminen & Laakso 2010, 12–14.)

Opettajan työhön liittyy pakostakin keskeneräisyyden tunnetta. Kun koko ajan tulee uusia muutoksia opettajien arkeen, voi ne pahimmillaan uhata opettajan minuutta ja elinikäistä kasvua. Uusiin muutoksiin kohdistuu usein epärealistisia odotuksia ja kun ne eivät onnistu suunnitelmien mukaan, syytely kohdistuu usein juuri opettajaan. (Väljærvi 2006, 10–11.) Kaikilla kouluilla ei ole samanlaisia resursseja pysyä muutoksien mukana, jolloin koulut ja oppilaat joutuvat eriarvoiseen asemaan ympäri Suomen. Kouluilla tai kunnilla ei välttämättä ole riittävästi resursseja ostaa kouluille tarvittavia tabletteja tai tietokoneita, jolloin oppilaiden tietotekninen osaaminen voi jäädä jälkeen heidän ikätovereistaan.

Opettajan ammattiin liittyy monia tunnusmerkkejä, jotka muodostavat yhdessä opettajuuden. Yhteistä opettajilla on eräänlainen kutsumus ihmisten kasvatukseen sekä huolenpitoon. Heillä kaikilla on kehittyvä tietovarasto, jonka avulla ja pohjalta he ottavat osaa omaa ammattia koskevaan keskusteluun yhteiskunnassa. Tähän tietopakettiin kuuluu

myös erityisosaamiset sekä erikoistumiset, joiden avulla pyritään kehittämään sekä itseä että muita. Opettajille kuuluu myös yhtenäinen ohjekirja, mikä määrittää arvot, asenteet, taidot sekä sitoutumisen, mitkä vaaditaan, jotta opettaja voi toimia alalla. (Niemi 2006, 76.) Niemi keskustelee, myös siitä, kuinka koulu on yksi osa yhteiskuntaa ja tällöin myös opettajan tulee pohtia ja tulkita omia eettisiä valintojaan. Opettajan valinta vaikuttaa, mi-hin suuntaan kasvatusta ja yhteiskunnan kehitys suuntautuu. (Niemi 2006, 93.) Yhteiskun-nan täytyy todeta, että opettaja on oma persoonansa, joka joutuu tekemään välillä haasta-viakin valintoja arjen alati muuttuvissa tilanteissa.

## 2.2. Opettajuuden kehittyminen

Nykyisin suuressa suosiossa oleva oppimisteoria elinikäinen oppiminen, pätee hyvin myös opettajan ammattiin ja sen kehitykseen. Luokanopettajan opinnoissa on tähän asti painotettu sitä, kuinka oppiminen alkaa kunnolla vasta kentällä päästäessä. Opettajan am-mattiin kuuluu vahvasti myös itsensä kehittäminen ja reflektio, jotta vuosi vuodelta työ-tavat ja itse opettaminen kehittyisivät. Eteläpelto ja Tynjälä (1999, 258) käyttävät tässä yhteydessä termiä ”*continuing professional education*”, joka sisältää laajasti tapoja, joilla opettaja voi kehittää omaa työtänsä. Tällaisia ovat muassa täydennyskoulutukset eri oppiaineista, itsenäiset opiskelut uusien pätevyyksien saavuttamiseksi sekä työpaikan sisällä tapahtuvat yhteiset projektit, joilla kehitetään tiettyjä osa-alueita. Salin, Huhta-niemi ja Hirvensalo (2017, 564) myös painottavat, kuinka tärkeää on vaatia opettajalta omaa ammatillista kehittymistä sekä tiedollisesti että taidollisesti. Tämä on yksi tärkeim-mistä asioista opettajan ammatissa, jotta opettaja pystyy etenemään urallaan sekä pysy-mään mukana kehityksessä.

Opettajien tulee pysyä mukana itsensä kehittämisessä, esimerkiksi kun he työskentelevät opetussuunnitelman kanssa. Opettajien kuuluu pystyä soveltamaan kirjallisessa muo-dossa olevaa opetussuunnitelmaa ja muuntaa sen monet laajatkin tavoitteet sellaiseen muotoon, että oppilaiden on mahdollista ne tavoittavaa sekä kokea ne mielekkäiksi. (Ka-laja & Koponen 2017, 557.) Perusopetuksen opetussuunnitelmien perusteissa (2014) ar-viointin tavoitteeksi määritellään oppilaan oppimisen tukeminen sekä siihen kannusta-minen. Opettajaa kannustetaan käyttämään erilaisia arviointimenetelmiä sekä luomaan

turvallinen ja innostava oppimisympäristö, jonka avulla oppilas haluaa oppia uutta ja kehittää omia taitojaan. (OPS 2014, 47.)

Eteläpelto ja Tynjälä (1999, 259) kokevat, että juuri oman työn reflektointi on tärkeä työkalu oman työn kehittymisessä. Omaa havainnointia, ajattelua sekä toimintaa että tekemistä pitää pystyä refleктоimaan, jopa kriittisesti. (Eteläpelto & Tynjälä 1999, 259.) Myös oman työpaikan työyhteisön toimintaa pitää pystyä refleктоimaan, jotta pystytään kehittämään tai jopa muuttamaan omia tai yhteisiä käytänteitä.

Reflektio on hyvä tapa kehittää itseään opettajana. Opettajuudesta on paljon puhuttu, että se on ammatti, jonka oppii tekemällä. Reflektion avulla voidaan käydä lävitse asioita, mitä pitää omassa ammatissaan kehittää. Esimerkiksi pianolla säestäminen helpottuu ainoastaan, jos sitä harjoittelee. (Numminen & Laakso 2010, 14.)

Reflektiivisten taitojen opettelu kannattaa aloittaa jo varhain. Eteläpeltolan ja Tynjälän (1999, 261; ks. Pesonen & Aarto-Pesonen 2017, 629) mukaan, jos opettaja jo opettajan koulutuksessa omaa hyvät refleктоintitaidot, voi hän valmistuttuaan sopeutua paremmin tulevaan työyhteisöönsä, kuin sellainen vastavalmistunut opettaja, jonka refleктоintia on tukahdutettu jo opiskeluajoista lähtien. Tärkeää on myös, että työelämässäkään refleктоinti ei katkea, vaan sitä myös tuetaan. (Eteläpelto & Tynjälä 1999, 261: ks. Pesonen & Aarto-Pesonen 2017, 629.) Esimerkiksi työpaikalta voi hankkia ns. mentorin, joka pystyy tukemaan aikuisiällä tapahtuvaa oppimisprosessia.

### 2.3. Opettajan identiteetti ja sen rakentuminen

Jokaisella meistä on jonkinlainen kuva ja käsitys siitä, minkälainen on hyvä opettaja ja minkälaisista asioista opettajuus koostuu. Hyvän opettajan määritelmä on kuitenkin laajempi ja monipuolisempi kuin se, kuinka hyvä aineenhallinta hänellä on. Eteläpelto, Tynjälä ja Heikkilä (1999, 275) myös pohtivat, kuinka opettajien täytyy myös tuntee olevansa osa työyhteisöä. Jos opettaja kokee, ettei pysty esimerkiksi samaistumaan työpaikkansa arvoihin, voi hänellä olla vaikeaa olla hyvä opettaja siinä työyhteisössä (Eteläpelto, Tynjälä, Heikkinen 1999, 275).

”*Kuka minä olen?*” on kysymys, jota jokainen meistä on varmasti kysynyt jossakin kohtaa nuoruusvuosiaan. Useimmiten tällaiseen kysymykseen vastataan jollain luonteen piirteellä, kuten herkkyys ja empatiakyky. Tällöin kyseisen henkilön luonne siirtyy myös opettajuuteen, jolloin opettajaa kuvataan empaattisena ja herkkänä, auttavaisena opettajana (Eteläpelto, Tynjälä & Heikkinen 1999, 277). Stenberg (2016, 11) kuvaa samankaltaisesti, kuinka opettajan omat henkilökohtaiset arvot ja uskomukset vaikuttavat joko tietoisesti tai tiedostamatta opettajan toimintaan.

Eteläpelto ja Tynjälä (1999, 279) kuvaavat identiteettiä samaan aikaan muuttuvaksi, että samana pysyvän. Ihmisen kuuluu jäsentää eli representaatioita näiden kahden ristiriitaisuuden välillä, jotta voidaan vastata perustuslaatuiseen kysymykseen, ”*Kuka minä olen?*” Representaatioon vaikuttaa ihmisen kertomat tarinat, joiden avulla ihminen yrittää muodostaa käsitystä itsestään, ympäröivästä maailmasta sekä elämästä ylipäättänsä. Kun ihminen representaation tarpeeksi, saa hän muodostettua narratiivisen identiteetin itselleen. (Eteläpelto & Tynjälä 1999, 279.)

Narratiivisella identiteetillä tarkoitetaan tässä, identiteettiä, joka on koottu erilaisista kokemuksista vuosien varrella, joka kehittyy edelleen ihmisen jatkaessa elämistä (Eteläpelto, Tynjälä, Heikkinen 1999, 281). Narratiivista identiteettiä voi rakentaa myös kuuntelemalla muiden tarinoita ja löytämällä samaistumisen paikkoja niistä. Jotta identiteettiin pystytään tekemään muutoksia, tulee muutokseen liittyä myös tunteita. Esimerkiksi koskettava elokuva voi tuoda pintaan tukahdutettuja tunteita, joiden läpikäynti edesauttaa identiteetin kehittymistä (Eteläpelto, Tynjälä & Heikkinen 1999, 282). Oma opettajuus voi alkaa muodostua ja koostua narratiivisen identiteetin kautta. Opetusharjoittelussa opiskelijoiden kesken jaetaan useinkin erilaisia tarinoita, kun on sattunut hassuja komelluksia tunneilla. Näistä tarinoista yleensä kuitenkin paistaa se, että näistä on otettu opiksi ja tiedetään, miten voidaan toimia toisin. Tarinoiden avulla on kuitenkin opittu enemmänkin siitä, minkälaisia opettajia halutaan olla tulevaisuudessa sekä että opettajuuden ei välttämättä tarvitse olla niin vakavaa. Nämä ovat molemmat tärkeitä ominaisuuksia, kun aletaan tarkastelemaan opettajan identiteettiä.

Identiteetti voidaan jakaa persoonalliseen identiteettiin, joka vastaa kysymykseen ”*Kuka minä olen?*” ja kollektiiviseen identiteettiin, joka vastaa enemmänkin kysymykseen ”*Keitä me olemme?*” Kollektiiviseen identiteettiin ulospäin näkyvänä merkinä voi



kuulua, esimerkiksi oman urheiluseuran verryttelypuku tai pelipuku (Eteläpelto, Tynjälä, Heikkinen 1999, 284). Stenberg määrittelee opettajan identiteetin opettajan oman käyttöteorian kautta. Sitä selkeämpi opettajan identiteetti ja toiminta on, mitä parempi käsitys opettajalla on omasta käyttöteoriastaan. (Stenberg 2016, 17.) Jos ei ole pohtinut omaa opettamista tai miten oppilas oppii, voi työssä tuntea jatkuvasti riittämättömyyden tunnetta.

## 3. Tutkimuksen toteutus

### 3.1. Tutkimuksen tehtävä ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tehtävänä on olla tuottamassa uudenlaista tietoa, miten kahden vaativan ammatin yhdistäminen onnistuu sekä, miten ne vaikuttavat toisiinsa. Tässä tutkimuksessa tarkastellaan, mikä huippu-urheilevia opettajia motivoi heidän valitsemisessaan ammateissaan. Tutkimuksen aikana pohditaan myös, mistä asioista huippu-urheilu ja eritoten pesäpallo koostuu. Lisäksi tarkastellaan, kuinka opettajan ammatti sekä, opettajan ammatti-identiteetti muodostuu. Tutkimuksen yksi tarkoituksista on tutkia kahden eri ammatin yhdistämistä arjessa sekä, kuinka, esimerkiksi työelämän ja vapaa-ajan erottaminen onnistuu.

Tutkimus antaa viitteitä siitä, miksi juuri pesäpalloilijoiden joukossa on huomattava määrä opettajia. Suomessa oli vuonna 2022 19 000 pesäpallonharrastajaa, joille tämänkaltaisen tutkimus voi olla tärkeä, heidän miettiessään jatko-opintoja (Suomen Pesäpalloliitto ry. Toimintasuunnitelma 2022, 6). Tutkimukset, joilla voidaan osoittaa huipputasolla urheilun sekä päivätyön yhdistämisen olevan mahdollista, ovat tärkeitä sekä urheiluille nuorille että jo työelämässä olevilla urheilijoille.

Päätutkimuskysymyksenä on, **kuinka huippu-urheilu vaikuttaa opettajuuteen**. Opettajuus sisältää sekä opettajan työn että identiteetin. Alakysymyksenä toimii, **miten huippu-urheilun ja opettajuuden yhdistäminen näkyy huippu-urheilevien opettajien arjessa ja elämässä**.

### 3.2. Laadullinen tutkimus

Laadullisen tutkimuksen yksiä tärkeimpiä tuntomerkkejä ovat, ettei sen avulla tavoitella tekemään yleistyksiä tilastollisesti. Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on enemmänkin kuvailla erilaisia ilmiöitä tai tapahtumia tai selittää paremmin toimintaa. Tutkimukseen osallistujilla tulee olla jonkinlaista kokemusta tutkimuksen aiheesta, jolloin tutkijan tulee harkita tarkasti, keneltä hän haluaa tietoa kerätä. (Tuomi & Sarajarvi 2018, 97–98.)

Kiviniemi (2015, 74–77; ks. Eskola & Suoranta 1998, 20) kuvailee laadullisen tutkimuksen olevan prosessi. Prosessin aikana työtävät ja tutkimuksen eri vaiheet voivat muokkaantua. Esimerkiksi tutkimuskysymys tai -kysymykset voivat muovaantua kuvaamaan paremmin tutkimusta ja sen kulkusuuntaa. Laadullisella tutkimuksella on tyypillistä joustava kehittyminen tutkimuksen aikana. Teoriakehys voi muokkaantua aineistonkeruun jälkeen, ja tutkijan täytyy tällöin toimia ongelmaratkaisijana, esimerkiksi tutkimusalueen rajaamisessa. Tutkijan tulee myös määrittää, miten aikoo tarkastella aineistoa sekä, miten mahdollisesti rajat sitä ilman, että omat ennako-olettamukset johdattavat tutkimusta. (Kiviniemi 2015, 74–77.)

Tässä tutkimuksessa tutkimukseen osallistujat kertoivat omista kokemuksistaan. Kun kokemuksia lähdetään tutkimaan, sivuaa tutkimus samalla fenomenologista suuntausta. Fenomenologisessa tutkimuksessa pyritään tarkastelemaan kokemuksia, yhteisöllisyyttä sekä merkityksen käsitteitä. Tutkijana on myös tärkeää pohtia jo ennakkoon, minkälaisia ennako-olettamuksia hänellä on tutkimusaiheesta, ennen tutkimuksen aloittamista. (Laine 2015, 29, 36.) Laineen (2015, 31) mukaan kokemukset koostuvat merkityksistä. Esimerkiksi vaikeat kokemukset opettajan arjessa voivat muokata omaa opettajuutta.

### 3.3. Aineiston keruu

Kun tutkija lähtee valitsemaan omaa aineistonkeruumenetelmänsä, täytyy hänen pohtia, mitä hän haluaa tutkia ja miksi. Näiden kysymysten pohjalta voi tutkija valita hänen tutkimuksellensa parhaan mahdollisen aineenkeruumenetelmän, mikä tukee sekä mielekästä tutkimisen tekemistä sekä tutkimusongelmaa. (Leinonen, Otonkorpi-Lehtoranta & Heiskanen 2017, 89.)

Aineistonkeruu aloitettiin, ottamalla yhteyttä Suomessa oleviin superperisiseuroihin ja kysymällä, löytyisikö heillä kiinnostusta osallistua haastatteluun. Tutkimukseen halusi osallistua kuusi (6) seuraa ympäri Suomea. Mukana oli sekä miesten että naisten superperisiksessä pelaavia joukkueita. Näistä joukkueista saatiin tutkimukseen osallistumaan yhteensä kuusi (6) tutkimushenkilöä. Aineistona toimi sähköpostitse lähetetyt linkit Google Forms kyselylomakkeeseen, joihin tutkimukseen osallistujat vastasivat omalla ajallaan.

Aineistoon vastasivat miesten tai naisten superpesistä pelaavat tai valmentajat, jotka olivat siviiliammatiltaan luokanopettajia, aineenopettajia tai molempia. Vastaajat olivat kaikki tällä hetkellä aktiivisesti työelämässä tai juuri valmistumassa. He myös kaikki pelasivat tai valmensivat huipputasolla pesäpalloa. Aineisto kerättiin lomakkeen avulla ajankäytännöllisistä syistä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 190). Tähän aineistonkeruun menetelmään päätymiseen vaikutti erityisesti se, että aineisto ei tarvitsisi ruveta litte-roimaan, vaan aineiston saisi suoraan kirjoitetussa muodossa takaisin, jolloin sitä voisi lähteä helpommin ja nopeammin analysoimaan (Kuula 2006, 174; ks. Valli & Perkkilä 2018, 118).

Kyselylomake koostuu kolmesta osasta. Ensimmäisessä osassa kerättiin tutkimukseen osallistujien taustatiedot, kuten urheilu-uran ja opettajauran pituudet. Vallin mukaan taustatietokysymykset voivat toimia ikään kuin lämmittelykysymyksinä ennen varsinaiseen aineistoon vastaamista. (Valli 2015, 86). Päädyin sijoittamaan taustakysymykset heti aineistoon alkuun, jotta vastaaminen tuntuisi loogiselta sekä motivoivalta. Kyselylomakkeen toisessa osassa käsitellään osallistujien käsityksiä huippu-urheilusta. Miten he kuvailevat urheilijan identiteettiänsä tai mikä heitä motivoi urheilussa? Kolmannessa osassa puolestaan pureudutaan opettajuuteen ja mikä on esimerkiksi vaikuttanut opettajien opettajuuden muodostumiseen.

Laine (2015, 39; ks. Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 196) avaa sitä, mitä tutkijan tulee ottaa huomioon, kun aloittaa aineiston keräämisen. Aineistokysymysten pitää olla tarpeeksi avoimia sekä pyrkiä siihen, etteivät ne ohjailisi vastauksia liikaa. Kysymyksiin ei voi, esimerkiksi olla vain yhtä oikeaa vastausta, varsinkin kun puhutaan ihmisten kokemuksista, jotka voivat erota toisistaan huomattavasti. Kysymykset kannattaa muodostaa enemmän kuvailevaksi ja kerronnallisiksi. (Laine 2015, 39; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 196.) Esimerkiksi: ”Kuvaile omaa opettajuuttasi/ omaa opettajan identiteettiäsi.”

Valli (2018, 93; ks. Tuomi & Sarajärvi 2009, 75; ks. Tiittula, Rastas & Ruusuvuori 2005, 265) on myös samoilla linjoilla, kuinka kysymysten sanamuodoilla sekä asettelulla on merkitystä tutkimuksen onnistumiselle. Kysymyksillä ei voi olla kaksoismerkityksiä tai johdattelevaa sävyä. (Valli 2018, 93; ks. Tuomi & Sarajärvi 2009, 75; ks. Tiittula, Rastas

& Ruusuvuori 2005, 265.) Tutkijan täytyy myös pohtia tarkasti omaa tutkimusnäkökulmaansa, jotta hän pystyy rakentamaan oikeanlaiset tutkimuskysymykset tukemaan sitä.

Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2007, 190–191) pohtivat kirjassaan *Tutki ja kirjoita* kyselyn etuja ja sen haittoja. Kyselyn puolesta puhuu se, että sen avulla pystytään hankkimaan laaja tutkimusaineisto. Sähköpostitse kysely tavoittaa enemmän ihmisiä kuin perinteiset aineistonkeruumenetelmät. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 190–191.) Kun kyselyn lähettää jollekin tietylle erityisryhmälle, tässä tutkimuksessa, esimerkiksi huippu-urheilville opettajille, on tutkimukseen vastaaminen todennäköisempää, koska tutun aiheen tutkimukseen osallistuminen on merkityksellistä. Negatiivista kyselyissä voi olla, esimerkiksi väärinymmärrykset kysymyksissä. Perinteisistä aineistonkeruumenetelmistä poiketen aineistoon vastaaja ei voi esittää tarkentavia kysymyksiä tutkijalta yhtä helposti.

Kuula kertoo myös, kuinka netissä käytetyn kyselyn avulla voidaan vähentää erilaisia haittatekijöitä (Kuula 2006, 174). Esimerkiksi tutkijan ja haastateltavan sukupuoli tai ikä ei ole niin isossa tekijän roolissa. Myöskään tutkimuksen edeltävällä tietämisellä ei ole niin isoa merkitystä, varsinkin jos tutkimukseen osallistuja ja tutkija ovat saman ammatin harjoittajia.

Tiittula, Rastas ja Ruusuvuori pohtivat sitä, minkälainen merkitys virtuaalikyselyllä on siinä, että tutkimukseen osallistuja pystyy päättämään, missä paikassa hän osallistuu tutkimukseen (Tiittula, Rastas & Ruusuvuori 2005, 266). Tutkimushenkilön ei tarvitse välttämättä lähteä edes kotoa mihinkään, vaan hän voi osallistua tutkimukseen itselleen turvallisessa paikassa oman aikataulun mukaisesti.

### 3.4. Aineiston analyysi

Tämän tutkimuksen aineisto analysoitiin teemoittelemalla. Teemoittelu oli itselleni tuttua jo ennestään, koska teemoittelu oli myös analyysimenetelmäni kandidaatin tutkielmasani. Koska molemmissa tutkielmassani tutkin samankaltaisia ilmiöitä, ihmisten kokemuksia sekä heidän ajatuksiaan tutkimuksen aiheesta, teemoittelu valikoitui parhaaksi analyysimenetelmäksi juuri tähän tutkimukseen.

Eskola ja Suoranta (1998, 175, 178) painottavat sitä, kuinka tärkeää teemoittelussa on, että tutkimuksen teoria ja empiria soljuvat keskenään, jotta analyysistä saadaan tarvittava tieto irti. Muutoin aineistosta irrotetut sitaatit voivat jäädä irtonaisiksi ja tarpeeksi syväisiä johtopäätöksiä voi olla vaikea muodostaa. Teemoittelu on pätevä analyysitapa, kun pyritään ratkaisemaan jokin käytännöllinen ongelma. (Eskola & Suoranta 1998, 175, 178.)

Tutkimuksen aineisto koostui 14 kysymyksestä. Jo kysymyksiä miettiessäni aloin hahmottelemaan, miten voisin niitä mahdollisesti jakaa eri teemoihin. Aineiston valmistuessa ja sitä läpikäydessä, aineiston analyysi alkoi vahvistua. Yhdistin samankaltaiset ja -aiheiset kysymykset saman katon alle. Teemoiksi muodostuivat; **Ammattiin ja urheilijaksi kasvaminen, Opettajan ja urheilijan identiteetit, Arjen ratkaisut opettajana ja urheilijana** sekä **Motivointi urheilijan sekä opettajan ammatissa.**

Ensimmäisessä teemassa ”ammattiin ja urheilijaksi kasvaminen” liittyvät kysymykset olivat ”*Mitkä asiat ovat vaikuttaneet opettajuutesi muodostumiseen?*” sekä ”*Koetko urheilun vaikuttaneen ammatinvalintaasi?*”. Toisessa teemassa ”opettajan ja urheilijan identiteetit” kysymykset koskivat kummankin ammatin identiteettien kuvailua sekä, min-kälaisia rooleja tutkimukseen osallistujilla on luokassaan tai joukkueessaan. Kolmannessa teemassa ”arjen ratkaisut opettajana urheilijana” kysymyksien avulla selvitettiin, mistä asioista koostuu opettajan ja huippu-urheilijan arki. Viimeisessä teemassa ”motivointi urheilijan ja opettajan ammatissa” kysymykset olivat yksiselitteisesti siitä, mikä motivoi vastaajia urheilussa sekä opettajuudessa.

Aineiston täyttämiseen osallistui kuusi (6) henkilöä. Heistä puolet oli miehiä ja puolet naisia. Vaikka sukupuolen mukainen tarkastelu olisi sinällään kiinnostavaa, pidän aineiston yhtenäisenä ja merkitsen tutkimushenkilöt numeroina (vastaaja 1, vastaaja 2, jne.). Tutkimukseen osallistui sekä pelinjohtajia tai muita valmentajia, että Naisten ja Miesten Superpesispelaajia. Osa osallistujista oli harrastanut kauemmin pesäpalloa kuin toiset, mikä näkyi kysyttäessä superpesiskausien määrää. Tuomi ja Sarajärvi pohtivat aineiston kokoa ja toteavat, että opinnäytetoissa aineistojen koko ei ole tärkein asia, mitä katsotaan. Tärkeämpää on osoittaa oma tietämyksensä omalla alallaan. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 97.) Tässä tutkielmassa osallistujien määrä ei ole korkea, mutta olen analysoinut sen tarkkaan ja tuon analyysiin tutkimuskirjallisuuden tietämystä tueksi.

Aineistoon vastaajien keskuudessa oli luokanopettajia, aineenopettajia että molemmat pätevyudet omaavia. Aineenopettajien keskuudessa opetettiin eniten liikuntaa ja terveystietoa. Vastaajien keskuudessa oli myös eri pituisia opettajauria; osalla oli jo paljonkin kokemusta, kun osa vasta aloitteli omaa opettajan uraansa. Tämä näkyi myöhemmin opettajan ammattia koskevissa kysymyksissä.

## 4. Tutkimustulokset

### 4.1 Ammattiin ja urheilijaksi kasvaminen

#### 4.1.1 Urheilijaksi kasvaminen

Urheilijaksi kasvamiseen on vaikuttanut monen vastaajan kohdalla omat pelikaverit, joukkueet sekä muiden esimerkit. Myös vastaajien oma halu ja motivaatio lajia kohtaan ovat vaikuttaneet positiivisten kokemusten kokemiseen jo nuorina urheilijoina. Muutamiin vastaajien kohdalla on ollut kompastuskiviä, jotka ovat vaikuttaneet heidän urheilijaksi kasvamiseen. Itani ja Tienari painottavat, kuinka tärkeää urheilijan läheiset ja positiivinen ympäristö ovat urheilijan kehittyessä, mutta varsinkin loukkaantumisten ja muiden vaikeuksien kohdalla (Itani & Tienari 2020, 17).

*”Erilaiset vastoinkäymiset ovat kyllä kasvattaneet eniten.”* (Vastaaja 3)

*”Oma intohimo, valmentajat, perheen ja läheisten tuki, jossain määrin myös loukkaantumiset.”* (Vastaaja 6)

Kysyttäessä kuinka vastaajat kokevat valmentamisen/valmentajana vaikuttaneen urapolkuunsa, vastaukset hieman jakoutuivat. Vastaajilla oli ollut sekä hyviä valmentajia, jotka olivat antaneet esimerkkejä urheilullisen elämän elämisestä sekä antaneet tarpeeksi vastuuta, jotta nuori urheilija on päässyt kokeilemaan siipiään. Toisaalta myös valmentajina on ollut sellaisia, joilta ei olla haluttu ottaa mallia. On myös koettu omaan urapolkuun ollut itsellä enemmän merkitystä ja vaikutusta kuin valmentajilla.

Eri valmentajilla on erilaisia tyylejä valmentaa. Valmentajan valmennusmetodeilla on suuri merkitys, miten hän onnistuu valmentamisessa. Valmentajan ammattitaitoon kuuluu aistia ympäristöä, jossa työskentelee ja kehittää tarpeen mukaan omia pedagogisia sekä didaktisia taitojaan, jotta pystyy saavuttamaan yhteisen sävelen valmennettaviensa



kanssa. (Jaakkola 2009, 337–338; ks. Hämäläinen ym. 2015, 110.) Valmentajilta oli opittu hyviä asioita, mutta yhtä lailla oma kiinnostus ja panostus urheiluun olivat tärkeitä:

*”Muutama valmentaja on nähnyt potentiaalini nuorempana. .... Koen kuitenkin, että urapolkuuni on kuitenkin paljon enemmän vaikuttanut oma motivaationi ja työntekono kuin valmentajat.”* (Vastaja 2)

*”Kyllä olen paljon oppinut uran aikaisilta valmentajilta. Erilaiset valmentajapersoonat ja heidän toimintatavat ovat muokanneet vahvasti omaa nykyistä valmentajaminääni.”* (Vastaja 3)

#### 4.1.2. Ammattiin kasvaminen

Ammatillisella puolella omilla opettajilla sekä kollegoilla on yhtenäisesti nähty olevan iso merkitys omaan ammattiin kasvamisella. Omalla persoonalla ja taustalla on myös nähty merkitystä, minkälaiseksi opettajaksi on kasvanut. Osalla on ollut kokemusta erilaisista oppilasta erilaisissa, välillä myös haastavissa olosuhteissa, mitkä ovat muokanneet vastaajien opettajuutta. Eteläpelto ja Tynjälä korostavat sitä, kuinka työyhteisössä on tärkeää tehdä reflektointia sekä itsenäisesti että yhdessä, jotta oma työ pystyy kehittymään. (Eteläpelto & Tynjälä 1999, 259). Jos itse kehittää omassa työssään jonkun toimivan uuden toimintatavan, voi sen jakaa kollegoiden kanssa, jolloin se hyödyttää myös muuta työyhteisöä.

*”Erilaiset esimerkit kollegoilta. Yleensäkin hyvin erilaisten ihmisten kanssa työskenteleminen on varmasti vaikuttanut opettajuuteeni.”* (Vastaja 1)

*”Varmasti oma liikunnallinen tausta eniten”* (Vastaja 2)

Kun vastaajilta kysyttiin, kokevatko he urheilun vaikuttaneen ammatinvalintaan, suurin osa vastaajista koki oman harrastuksensa vaikuttaneen siihen, mitä he haluavat tehdä aikuisena. Yksi vastaajista koki, ettei urheilu ollut vaikuttanut hänen ammatinvalintaansa, vaan oli valinnut ammattinsa jo ennestään. Kuitenkin osa kertoi ottaneensa huomioon opettajien kuuluisat pitkät kesälomat, jotka ovat samaan aikaan kuin pesäpallokausi, mikä mahdollistaa pesäpallon pelaamisen ammattimaisesti.

*”kyllähän minä kuitenkin laskin että opettajilla pitkä kesäloma, joka mahdollistaa pesiksen peluun ammattimaisesti kilpakaudella.”* (Vastaja 3)

*”Koen, kesälomat ja työpäivän rakenne mahdollistavat pesäpallon.”* (Vastaja 4)

## 4.2 Opettajan ja urheilijan identiteetit

### 4.2.1. Opettajan identiteetti

Opettajan identiteettiä kuvaillessaan vastaajista pystyi tunnistamaan, kenellä on enemmän kokemusta opettajuudesta ja kuka on vasta aloittelemassa omaa urapolkuaan. Vastaajien keskuudesta löytyi niitä, jotka tiesivät jo hyvin, minkä kaltaisia opettajia he ovat luokkahuoneessa. Mukana oli myös heitä, joiden identiteetti ei ollut vielä muodostunut täysin, mutta pystyivät kuitenkin kuvailemaan sitä omaa tasoa sekä sitä, miten mahdollisesti voisi vielä kehittää. Mielenkiintoista oli myös tarkastella, kuinka urheilijan identiteetti vaikutti myös opettajan identiteettiin. Yukhymenko-Lescroart kuvailee sitä, kuinka urheilijoiden voi olla välillä vaikeaa identifioida itseään muuna kuin urheilijana (Yukhymenko-Lescroart 2014, 2). Jos urheilija on nähnyt ja kuvaillut itsensä pitkään pelkästään urheilijana, voi opiskelijan tai opettajan identiteetti vaikeaa muodostaa.

*”Olen luokanopettajana saanut jo melko paljon kokemusta. Haluaisin ajatella olevani läsnäoleva, keskusteleva. Tarvittaessa myös tiukka rajojen asettaja.”* (Vastaja 1)

*”Opettajan identiteettini ei ole vielä kehittynyt kunnolla. Koen olevani enemmän pesäpalloilija kuin opettaja. Kai minä yritän olla helposti lähestyttävä opettaja nuorille käyttämällä omaa nuoruuttani hyväksi tässä asiassa.”* (Vastaaja 2)

Omaa rooliaan luokassa määritellessään, suurin osa vastaajista koki olevansa johtava, vaativat tai omaansa vahvan auktoriteetin. Joukkoon mahtui myös yksi, joka koki olevansa rennompia opettaja. Vastaajien harvasanaiset vastaukset voivat johtua, että tämä kysymys oli lomakkeen loppupuolella. He olivat jo vastanneet moneen kysymykseen tähän mennessä, joten tässä kohtaa vastaukset olivat enää pintaraapaisuja.

*”Mulla taitaa luonnostaan olla aika vahva auktoriteetti. Haluan pitää luokassa hyvän työrauhan.”* (Vastaaja 3)

Stenbergin (2016, 11) sekä Eteläpellon, Tynjälän ja Heikkisen (1999, 277) mukaan opettajan identiteettiin leimautuu vahvasti kyseisen henkilön persoonallisuus ja luonne. Myös muut henkilökohtaiset piirteet, kuten arvot ja olemus voivat sulautua omasta henkilökohtaisesta identiteetistä ammatin identiteettiin. (Stenberg 2016, 11; ks. Eteläpelto, Tynjälä & Heikkinen 1999, 277.) Jos pesäpallon puolella henkilö on vahvasti johtajaluonnetta ja esimerkiksi pelinjohtaja, jolla on vahva auktoriteetti, omaa opettajan identiteettiä on helppo muovata samankaltaiseksi jo olemassa olevan urheilijan identiteetin kanssa. Pitemmän aikaa työelämässä olevat pystyvät ehkä tarkemmin erittelemään urheilijan ja opettajan identiteettinsä. Urheilijan identiteettiin voi esimerkiksi kuulua, että näyttää tunteensa hyvin vahvasti pelitilanteessa, jotta joukkueen henki pysyisi yllä. Opettajan työssä ei voi näyttää kaikkia tunteitansa niin vapaasti kuin pelikentillä voi. Tällöin identiteettien välille on pakostikin syntynyt eroavaisuuksia.

#### 4.2.2. Urheilijan identiteetti

Kuvaillessaan omaa urheilijan identiteettiään vastaajista huokui, että he ovat ajatelleet asiaa ja työstäneet sitä itsenäisesti (Forssell 2012, 95, 103–104). Vastauksissa nostettiin

esille enemmän sitä, mitä he tekevät urheilijoina, esimerkiksi, miten he harjoittelevat. Osa taas toi enemmän esille luonteenpiirteitä, jotka he yhdistävät omaan urheilijan identiteettiinsä. Forssellin mukaan, jos urheilijalla on tarkka kuva itsestään, on se merkki siitä, että urheilija omaa hyvän ja vakaan perusitseluottamuksen, mikä on tärkeä palapelin pala huippu-urheilijaa rakentaessa (Forssell 2012, 125, 126).

*”Olen kunnianhimoinen ja kovan perustyön (harjoittelun) kannattaja. Ei ole oikoteitä. Positiivisuus ja huumori ovat lisäksi tärkeitä, jotta jaksaa puurtaa.”* (Vastaja 4)

*”Määrätietoinen, sisukas ja tunnollinen”* (Vastaja 6)

Kun vastaajat kertoivat omasta roolistaan joukkueessa noin puolet vastaajista, kuvailivat hyvin konkreettisesti, mitä he tekevät joukkueessa. Puolet vastaajista avasivat omaa rooliaan tarkemmin. He kertoivat, mitä tekevät joukkueessa, miten esimerkiksi ylläpitävät joukkueen henkistä puolta fyysisen puolen lisäksi. Esimerkiksi vastaajalla 4 oli pitkähkö selitys siitä, mitä kaikkea hänen vastuualueelleen kuuluu joukkueessa. Hän mainitsee olevansa ulkopelissä etulukija, jolla tarkoitetaan hänen pelillistä sijoituspaikkaansa ulkokentällä. Kaikkiaan katkelmista näkyy henkilön tärkeys joukkueessa. Vastaja 3 puolestaan kirjoittaa täsmällisesti ja lyhyesti oman pääroolinsa.

*”Päävalmentaja ja pelinjohtaja.”* (Vastaja 3)

*”Olen iso palanen. Kapteenina olen toiminut 4 vuotta. Johdan joukkuetta omalla esimerkilläni ja kokemuksellani. Koen tärkeäksi muiden auttamisen ja kannustamisen.*

*Pelillisesti olen sisäpelissä numero 4 ja ulkopelissä etulukija. Iso rooli siis kokonaisvaltaisesti.”* (Vastaja 4)

Joukkueessa toimiminen monien eri ihmisten vaikuttaa pakostikin urheilijan identiteetin muodostumiseen ja muokkaantumiseen. Sekä Hämäläinen ym. että Miettinen ovat yhteneväisiä siitä, että urheilijan vastuun ottaminen sekä joukkueeseen sitoutuminen ovat tärkeitä asioita, kun pohditaan huippu-urheilijan määritelmää ja identiteettiä (Hämäläinen ym. 2015, 21; ks. Miettinen 1995, 165). Esimerkiksi kapteenin roolissa toimimisella voi olla suuri merkitys urheilijan identiteetille ja hänen uralleen.

### 4.3 Arjen ratkaisut opettajana ja urheilijana

#### 4.3.1. Opettajan arki

Opettajan arki on hyvin vaihtelevaa. Päivän tai viikon kulkuun voi tulla välillä yllättäviäkin muutoksia. Kesken päivän voi tulla palohälytyksiä tai kesken viikon on koko päivän kestävä jalkapalloturnaus. Tutkimukseen osallistujien vastauksista pystyi kartoittamaan, ketkä vastaajista ovat pelaajia ja ketkä kuuluvat valmennukseen. Urheilevien opettajien työpaikalla näkyy myös urheilu, edes ajatuksen tasolla. Työt ja suunnittelu halutaan pitää työpaikalla, jotta muu aika päivästä pystytään jättämään urheilulla tai siitä palautumiselle.

*”Oman luokan oppilaiden asioiden hoitamisesta (yhteydenpito koteihin), yhteistyö ja -suunnittelu työparin kanssa, tuntien pitämisestä. Apulaisrehtorin ja TVT-vastaavan rooliin kuuluun kuuluvista tehtävistä: palaverit (jory/kery) + rehtorin kanssa palaveeraamiset, sijaisten hankkiminen, ongelmien ratkaisu TVT-asioissa jne.”* (Vastaaja 1)

*”Tiukkaa työskentelyä välituntienkin aikana, kotona mahdollisimman vähän kouluhomia.”* (Vastaaja 5)

Opettajan työlle on ominaista, että töitä voi olla välillä hankalaa jättää työmaalle tai ainakin ne vähintään ajatuksen tasolla seuraavat kotiin. Tutkimukseen osallistujilta kysyttiin,

kuinka he kokevat työn ja vapaa-ajan erottamisen/yhdistämisen, onnistuvatko he siinä vai onko se haastavaa? Vastaukset vaihtelivat kovasti vastaajien kesken. Osalla työn ja vapaa-ajan erottaminen/yhdistäminen tuotti vaikeuksia ja toisilla se taas onnistui hyvin. Vastauksiin vaikuttaa varmasti, kuinka paljon töitä tekee, tekeekö mahdollisesti sijaisuuksia vai onko virassa. Jos sekä töissä että urheilumaailmassa on isoja rooleja täytettävänä, voi henkilölle tulla vaikeuksia tasapainotella molempia, ettei kumpikaan kärsisi. Salin, Huhtaniemi ja Hirvensalo pohtivat, kuinka tärkeää on opettajan ammatillisella kehittämisellä, sen jatkuva ylläpito sekä tiedollisesti että taidollisesti (Salin, Huhtaniemi ja Hirvensalo 2017, 564). Varsinkin alkuaikoina aloittelevan opettajan voi olla vaikea luoda itselleen rajoja, esimerkiksi milloin työnteko pitää lopettaa työmaalla ja, milloin pitää suunnittelu siirtää seuraavalle päivälle.

*”Välillä onnistuu ja välillä ei. Opettajan työ kun on sellaista, että sitä on mahdotonta jättää pelkästään töihin.”* (Vastaja 2)

*”Välillä hankalaa, tätä täytyy opetella.”* (Vastaja 4)

#### 4.3.2. Urheilijan arki

Huippu-urheilu on suuri kokonaisuus osallistujien elämässä ja arjessa. Poikkeuksetta jokainen vastaaja kokee, että huippu-urheilu vie heidän arjessaan aikaa ja se myös määrittää, miten arjessa aikaa käytetään. Superpesispelaajien vastauksessa korostetaan sitä, kuinka harjoittelu kuuluu vahvasti heidän arkeensa sekä kaikki muut kriteerit, joita urheilijoilta vaaditaan huipputasolla. Esimerkiksi uni, terveelliset elämäntavat sekä lepo koettiin tärkeiksi asioiksi.

*”Olen tarkka unenmäärästä, syömisestäni, treenaan päivittäin, vaikka käyn töissä. Työt tulevat vielä ikään kuin ”kakkosena” ja pyöritän arkeani oikeastaan treenien ehdoilla.”* (Vastaja 2)

*”Arki rakentuu urheilun ympärille ja yritän tehdä jatkuvasti oikeita valintoja sen suhteen, mitkä asiat palvelevat urheilijana elämistä.”* (Vastaja 6)

Vaikka huippu-urheilun koetaan vievän paljon aikaa arjessa, tuo se myös voimavaroja vastaajien elämään. Vastajien puolelta koettiin yhteneväisesti huippu-urheilun muun muassa tuova rutiineja heidän arkeensa. Arjessa harjoitellaan tietty määrä, pitää muistaa syödä ja palautua riittävästi sekä yhdistää töissä käyminen vielä tähän kokonaisuuteen. Vastauksista pystyi myös poimimaan, että huippu-urheilu tuo myös mukavaa vaihtelua töille, urheillessa pääsee myös näkemään joukkuetta ja ystäviä, jotka myös edesauttavat arjessa jaksamista. Huippu-urheilu myös antaa arjessa jatkuvaa pätevyyden tunnetta. Ilman pätevyyden tunnetta, voi arjesta tulla epämukavaa ja motivaatio laskea urheilua kohtaan. Vasalampi tukee tätä näkökulmaa, koska, kun koemme pätevyyden tunnetta, luo se meihin toivoa ja tietoa siitä, että pystymme saavuttamaan tavoitteemme, vaikka tehtävä olisikin haastava (Vasalampi 2022, 60). Jaakkola tarkentaa vielä pätevyyden määrittämää, kuinka se määrittää urheilijan uskoa omiin kykyihinsä suoritettavan tehtävän edessä (Jaakkola 2009, 334).

*”Kuvittelisin, että en kyllästy arkisiin asioihin niin helposti, kun on arjessa tuota urheilupuolta mukana.”* (Vastaja 1)

*”Yhdessä tekeminen antaa valtavasti energiaa. Myös se, kun saa toimia toisten intohimosten pesäpalloihmisten kanssa on mahtavaa!”* (Vastaja 3)

*”Se lisää jaksamista ja tuo pätevyyden tunnetta; olen hyvä jossakin.”* (Vastaja 4)

#### 4.4. Motivointi urheilijan sekä opettajan ammatissa

#### 4.4.1 Urheilijan motivointi

Motivointi on tärkeää urheilussa. Ilman sitä, voi urheilijalla olla vaikeuksia saavuttaa omia unelmiaan. Urheilija voi löytää motivaatiota monesta eri paikasta, mikä on hyvä asia. Jos motivaatio on kääntynyt ulkoiseksi, esimerkiksi, kuinka monta kertaa harjoituksen aikana hän onnistuu pelisuorituksessa, voi motivaatiota kokea kolauksen kolmannen epäonnistumisen jälkeen. Jos motivaatio on sisäistä, esimerkiksi ilmenee itsensä ylittämisenä, mitä monet vastaajat toivat esille, pystyy myös epäonnistuneista suorituksista pääsemään helpommin ylitse. Forssellin mukaan sisäisen motivaation kautta urheilija pääsee nauttimaan omista suorituksistaan sekä omista tavoitteistaan, koska oma kehittyminen on se, mikä palkitsee urheilijaa. (Forssell 2012, 199).

Joukkueurheilussa monesti omaan motivaatioon vaikuttaa ympärillä oleva joukkue (Hämäläinen ym. 2015, 23, 30; ks. Itani & Tienari 2020, 176). Jos koko joukkueella kova halu ja motivaatio kehittää itseään sekä joukkuetta kohti kirkkainta mitalia, niin yhdessä on paljon helpompi tehdä töitä. Urheilu on tunnepeliä, varsinkin pesäpallo. Yksittäiseen suoritukseen pelissä tai harjoituksissa on voinut latautua valtava tunnereaktio, joka purkautuu positiivisella tai negatiivisella tavalla kentällä. Urheilu voi olla yksi paikka, jossa urheilija pääsee työstämään omia tunteita, positiivisia tai negatiivisia, ja niiden avulla kehittää itseään.

*”Onnistumisen elämykset, myönteinen palaute, ajan viettäminen joukkueovereiden kanssa.”* (Vastaaja 1)

*”Itsensä ja koko joukkueen kehittäminen. Asioiden oivaltaminen, muiden auttaminen ja voittaminen. Kaikki tunteet, joita urheilun takia kokee.”* (Vastaaja 4)

#### 4.4.2. Motivointi opettajuudessa

Opettajien motivoinnista pystyy poimimaan samankaltaisia suuntia kuin urheilijoiden motivoinnissa. Tutkimukseen osallistujat olivat hyvin samoilla linjoilla, mikä heitä



motivoi. Opettajien työssä isoimpia asioita on, oppilaiden opettaminen ja heidän kehityksensä seuraaminen sekä niiden tukeminen. Monille vastaajille motivoivaa omassa ammatissaan oli oppilaiden onnistumisten seuraaminen. Huolta myös herätti oppilaiden liikkumattomuus, mikä on myös puhuttanut mediassa viime vuosina. Kun on omaan työhönsä motivoitunut, haluaa myös nähdä työssään onnistumisia sekä itsellään että oppilailta. Työhönsä motivoitunut opettaja jaksaa myös kehittää itseään, jotta pystyy auttamaan oppilaitaan parhaalla mahdollisella tavalla.

*”Eniten olen huolissani lasten ja nuorten liikkumattomuudesta ja toivon, että saisin oppilaille liikuntatunneilla onnistumisen kokemuksia. Jospa joku liikkumattomasta nuoresta innostuisi jonain päivänä liikkumaan.”* (Vastaaja 2)

*”Oppilaiden auttaminen ja heidän saaminen oivaltamaan asioita.”* (Vastaaja 4)

*”Haluan opettamisen lisäksi olla kasvattajana oppilaille ja näyttää esimerkkiä heille. Ammatissa voi aina kehittyä joten sekin motivoi.”* (Vastaaja 6)

Nummisen ja Laakson mukaan opettajan työn peruspilareihin kuuluu oppilaiden motiivointi (Numminen & Laakso 2010, 34, 50). Oppilaiden motiivointia auttaa, esimerkiksi hyvä oppilaantuntemus, jonka avulla opettaja pystyy rakentamaan oppituntia ja sen osia siitä näkökulmasta, mikä motivoi juuri hänen oppilaitaan. Oikealla lailla motivoimalla opettaja voi saavuttaa oppilaiden kanssa yhteisiä tavoitteita. Esimerkiksi huippu-urheilva opettaja voi näyttää omalla esimerkillään myös urheiluille oppilailleen, miten urheilullista elämäntyyliä voi pitää yllä.

## 5. Tutkimuksen johtopäätökset ja pohdinta

### 5.1. Johtopäätökset

Päätutkimuskysymyksen avulla halusin selvittää, miten vastaajat kokevat oman huippu-urheilunsa vaikuttavan heidän opettajuuteensa. Kysymystä voi lähestyä, muun muassa pohtimalla urheilijan ja opettajan identiteettiä sekä motivaatiota, joka vaikuttaa molempiin ammatteihin.

Huippu-urheilun vaikutus opettajuuteen on voinut iskostua tutkimuksen osallistujiin jo aikaisin. Aikaisemmin, kuin he välttämättä ovat sitä tiedostaneet. Yhtä vastausta lukuun ottamatta tutkimukseen osallistuneet kokivat urheilun vaikuttaneen heidän uravalintaansa. Muutama vielä tähdensi, että he olivat ottaneet huomioon opettajien kesälomat sekä työpäivän rakenteen, mitkä mahdollistavat pesäpallon pelaamisen kilpatasolla. Tulos ei kovin yllättävä, koska hyvin samankaltaiset perustelut ovat olleet myös monella urheilevalla luokkatoverillani, jotka ovat hakeutuneet luokanopettajakoulutukseen.

Tästä syystä ei ole yllätys, että omalla liikunnallisella taustalla on koettu olevan vaikutusta oman opettajuuden muodostumiseen. Kaikilla tutkimukseen osallistujilla on pesäpallo tullut osaksi elämää ja arkea aiemmin kuin opettajan. Tällöin myös urheilijan identiteetti on alkanut muodostumaan ennen opettajan identiteettiä. Osa osallistujista kuvaillee, että oma opettajan identiteetti ei ole vielä valmistunut, ainakaan samalla tasolle kuin heidän urheilijan identiteettinsä. He voivat identifioida itsensä vielä enemmän pesäpalloliloiksi tai opiskelijoiksi, koska heidän opettajan identiteettinsä on vielä kehittymässä.

Myös motivaatiolla on suuri merkitys sekä huippu-urheilussa että opettajuudessa, varsinkin näiden kahden vaativan ammatin onnistuneessa yhdistämisessä. Ilman motivaatiota kumpaakin näitä ammattia kohtaan, voisi niiden yhdistäminen voi tuntua liian raskaalta ja yhdentekevältä. Molempia ammatteja kohtaan täytyy tuntea motivaatiota, pätevyyden kokemusta sekä vaikuttamisen mahdollisuutta, jotta näitä töitä voi suorittaa ansioituneesti. Useammalla vastaajalla oli pelivuotia kertynyt jo huomattava määrä. Decin ja Ryan mukaan sisäisesti syntyneellä motivaatiolla on suuri merkitys pitkän pelaajauran taustatekijänä (Deci & Ryan 2017, 13). Yleisesti urheilussa motivoi vastaajien keskuudessa itsensä ja joukkueen kehittäminen, itsensä haastaminen ja onnistumisen

kokemukset. Decin ja Ryanin teoriaa voidaan tämän tutkimuksen valossa soveltaa myös kasvatustieteen puolella. Osalla vastaajista oli myös pitkiä opettajan työuria urheilu-uran lisäksi. Pitkää uraa kummankaan ammatin näkökulmasta tuskin haluttaisiin ruveta kerryttämään, jos tekemistä ei koettaisi motivoivaksi tai aiheeseen ei olisi mielenkiintoa.

Tutkimukseen osallistujat kokivat sekä pätevyyden kokemuksia että sosiaalista yhteenkuuluvuutta molempien ammattien kautta (ks. myös Jaakkola & Liukkonen 2012, 51). Pätevyyden kokemukset kumpusivat urheilun puolelta muun muassa, siitä että saa kokemuksia, että on jossain hyvä ja kokee onnistumisen elämyksiä. Opettajan ammatissa pätevyyden kokemukset näkyvät siinä, että saa olla kokemassa myös oppilaiden onnistumisia ja auttamassa niiden toteutumisessa. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus näkyy erityisesti pesäpallon puolella, jossa tutkimukseen vastaajat ovat osa joukkuetta sen eri rooleissa. Moni vastaajista onkin kokenut, että yhteinen ajanvietto ja yhteiset kokemukset sekä kehittyminen joukkueen kanssa motivoivat heitä urheilussa. Myös opettajan ammatin puolelta pystyy vastauksista tulkitsemaan, että muiden ihmisten kanssa työskenteleminen motivoi. Erityisesti lasten kanssa työskentelemisessä opettajia motivoi, kun he huomasivat oppilaiden oivaltavan uutta.

Alakysymyksen avulla halusin perehtyä, miten käytännössä urheilijan ja opettajan ammatit näkyvät tutkittavien arjessa. Minkälaisia asioita heidän tulee ottaa huomioon rakentaessaan omaa arkeaan ja päivittäisiä rutiinejaan? Tutkimukseen vastaajien mukaan urheilu tuo heidän elämään sisältöä ja rutiineja. Elämä rakennetaan vahvasti urheilun ja harjoittelun ympärille. Jos ei olla harjoittelemassa tai töissä, pyhitetään vapaa-aika lepäämisellä ja palautumiselle. Urheilu näkyy myös tutkittavien arjessa esimerkiksi terveellisten elämäntapojen ja muun elämän hyvinvoinnilla. Varsinkin urheilijoiden tulee pohtia tarkasti oman ravinnon, harjoittelun sekä levon merkitystä omassa arjessaan, jotta jaksaa sekä päivätyön että harjoittelun. Tutkittavat myös nostivat esille, kuinka urheilun kautta he näkevät viikoittain ystäviään yhteisen tekemisen avulla. Ystävien näkeminen viikoittain yhteisen mukavan tekemisen yhteydessä edistää yksilöiden hyvinvointia. Yhdessä tekeminen voi antaa energiaa, jonka avulla voi saada lisämotivaatiota harjoitteluun.

Opettajan arjen puolella tutkittavien kokemukset erosivat hieman. Osa tutkittavista kuvasi omaa opettajan arkeansa hyvin tarkasti. Näistä vastauksista pystyi poimimaan opettajat,

joilla on jo vakiintuneet tietyt rutiinit opettajan arjessa. Vaikka opettajan arki voi tuntua välillä hieman kuormittavalta, pystyi tutkittavista kuitenkin tulkitsemaan, että he haluavat kuitenkin muodostaa omasta arjestaan mahdollisimman sujuvaa, esimerkiksi hyvällä suunnittelulla ja ennakoimisella. Osan tutkittavien vastauksista huokui se, kuinka opettajan arjessakin urheilu on heidän elämässään iso palanen. Heille oli tärkeää, että työpäivän aikana työt hoidetaan parhaan mukaan työaikana, ettei töitä tarvitsisi viedä kotia.

Tähän tutkimukseen osallistuneilla oli haasteita juuri työn ja vapaa-ajan tiedostamisen ja erottamisen välillä. Opettajan työ voi tuntua siltä, ettei kellossa ei ole riittävästi tunteja hoitaa kaikkia velvollisuuksia, kuten välituntivalvontaa, arviointia, tuntien suunnittelua, materiaalin valmistamista, yhteydenpitoa vanhempiin sekä itse siihen tärkeimpään eli opettamiseen. Tällöin on ihan ymmärrettävää, jos tutkittavista tuntui siltä, että työ seuraa kotiin vähintään henkisesti, jos ei fyysisesti.

Tutkimuksen päätavoitteena oli tuottaa uudenlaista tietoa siitä, miten kaksi aikaa vievää uraa pystytään yhdistämään sekä miten ne voivat tukea toisiaan. Urheilijan ja opettajan ammattien ominaisuudet tuntuvat limittyvän. Molemmista ammateista pystyy löytää samankaltaisia piirteitä, joten ei ole ihmeäkään, että pesäpalloilevat nuoret, pyrkivät sekä superpesikseen pelaamaan, että Vakava-kokeen kautta opettajiksi lukemaan. Tutkimukseni avulla saadaan näyttöä siitä, kuinka pidempiaikaisella harrastuksella on vaikutusta ihmiseen ja hänen elämänvalintoihin. Tutkimukseen osallistujat mainitsivat huippu-urheilun näkyvän omassa arjessaan vahvasti muun muassa terveellisillä elämäntavoilla sekä urheilulla ja siihen liittyville asioilla raivataan tilaa arjessa niin paljon, että voidaan sanoa, että arki pyörii urheilun ympärille.

Huippu-urheilun parissa liikkuvien täytyy kantaa vastuu omasta roolistaan joukkueessa, jotta joukkue pystyy kehittymään yhdessä kohti yhteisiä tavoitteita. Valmentajan tai pelaajan täytyy pystyä toimia joukkueessa ja kantaa oma kortensa kekoon. Häneltä täytyy luonnistua oman arkensa suunnittelu sekä ymmärtää, mitä asioita häneltä vaaditaan. Tutkimuksessa vastaajat kuvaavat itseään urheilijoina ahkeriksi, kunnianhimoisiksi sekä tunnollisiksi. Kaikkia näitä ominaisuuksia tarvitaan, jotta urheilussa pystyy menestymään.

Opettajan ammatista pystytään nostamaan esille hyvin samankaltaisia teemoja. Opettajana sinä olet vastuussa omasta toiminnasta, omista oppilaista sekä osittain myös kouluyhteisöstä. Vastuualueisiin kuuluu myös toiminnan suunnittelu, oman ja oppilaiden tekemisen

arviointi sekä yhteydenpito kodin ja koulun välillä. Nämä kaikki vaativat myös oman arjen suunnittelua sekä ymmärrystä omista vaatimuksista sekä velvollisuuksista. Tutkimukseen osallistuneet kuvailivat itseään opettajina läsnä oleviksi, sopivalla tavalla vaativa sekä positiivinen. Nämä ovat ominaisuuksia, jotka varmasti auttavat opettajan ammatissa menestymistä ja siinä kehittymistä.

## 5.2. Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa pätevyys eli validius. Tässä tutkimuksessa aineiston keruu menetelmänä toimi kysely. Kyselyn validiutta voi vääristää, esimerkiksi, jos kyselyyn vastaaja ei ole ymmärtänyt kysymystä, miten tutkija on sen tarkoittanut. Tutkija voi silti analysoida kysymyksen, miten sen on ajatellut, jolloin tutkimukseen päätyy väärää tietoa. Tutkijan kannattaakin tuoda tällaiset mahdolliset virhetulkinnat sekä häiriötekijät ilmi omassa tutkimuksessaan, jotta myös tutkijan lukija on tietoinen tilanteesta. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 226–227.) Tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa se, kuinka tutkija saa niin sanotusti ”myytyä” tutkimuksen lukijalla oman ammattitaitonsa perustelemalla, miksi hän on valinnut juuri kyseiset lähestymistavat ja metodit. Tutkijan tulee avata omaa päätöksentekoprosessiaan riittävästi, jotta lukija ymmärtää miksi tutkijan valinnoilla pystytään ratkaisemaan juuri tämä tutkimusongelma ja toteuttamaan tutkimus. (Puusa & Juutti 2020, 175.)

Kuula (2006, 24–25, 34–35) määrittelee tutkimusetiikan, muun muassa, miten aineisto hankitaan, miten se säilytetään tutkimuksen jälkeen sekä, kuinka hyvin tutkija seuraa tieteellisen tutkimuksen menetelmiä ja tuottaa luotettavia tuloksia. Tutkimustulokset tulee julkaista avoimesti, ne pitää tuottaa rehellisesti ja huolellisesti. Tutkimuksessa tulee myös ottaa huomioon, että on myös kunnioitettu muita tutkijoita lähteitä käytettäessä.

Suorien tunnistetietojen häivyttäminen on tärkeää tutkimuksessa (Kuula 2006, 24–25, 34–35, 109). Esimerkiksi urheilijoiden urheiluseuran häivyttäminen aineistossa, tutkimukseen osallistujille tulee taata anonyymisyys, vaikka kyseessä on pieni otanta ja tunnettuja ihmisiä ainakin, jos seuraa kyseistä lajia. Aineistossa täytyy myös tarkastella

käyttävätkö vastaajat tiettyjä ilmaisia tai murre sanoja, josta heidät pystyisi tunnistamaan. Tällöin tutkijan tulee pohtia tarkasti, täytyykö hänen häivyttää tutkimukseen osallistujan murretta enemmän kirjakieleen, jotta pystytään varmistamaan ja turvaamaan vastaajan anonymisyys.

Luottamuksellisuudesta kertoo, kuinka tutkijan täytyy pohtia, miten aineistoaan käsittelee. Jos hän on luvannut tutkimukseen osallistujille, että aineistoon ei pääse kukaan muu käsiksi ja sitä käytetään vain pro gradussa, ei aineistoa voi näyttää kenellekään muulle. (Kuula 2006, 89.) Tiittula, Rastas ja Ruusuvuori (2005, 270) keskustelevat siitä, kuinka virtuaalihaastatteluissa täytyy tutkijan olla todella tarkkana, miten hän käsittelee tutkimukseen osallistujien yksityisyyttä ja anonymisyyttä. Aineiston säilyttäminen digitaalisesti vaatii myös tutkijalta tarkkuutta, ettei se vahingossa lähde eteenpäin internetin maailmassa. (Tiittula, Rastas & Ruusuvuori 2005, 270.)

Tutkittaville täytyy tarjota riittävästi tietoa tutkimuksesta, jotta he pystyvät tekemään omat päätöksensä tutkimukseen osallistumisesta. Esimerkiksi tutkimuksen tarkoitus on hyvä avata osallistujille. Tutkittavalle täytyy myös kertoa, kuinka hänen tietojansa aiotaan säilyttää jatkossa tai kuinka hänen tiedon mahdollisesti hävitetään. (Kuula 2006, 105, 177; ks. VanderStoep & Johnson 2009, 12.)

Tutkimuksen tutkimuskysymykset on tehty yhteistyössä aiheen sekä teoreettisen viitekehityksen avulla. Näiden pohjalta, muodostui Google Forms:n kyselylomake, jonka avulla kerättiin aineisto. Kysymysten asettelua ja muodostamista helpotti huomattavasti kattavasti koottu teoreettinen viitekehitys. Tulosisiata tehdessä huomasin uusia yhteyksiä tutkimustulosten ja teorian kesken, joka tukee tutkimuksen tarkoitusta ja validiutta. Tutkimuksen tekemisessä on käytetty sekä kotimaisia että kansainvälisiä lähteitä, jotta pystyttäisiin takaamaan tutkimuksen luotettavuus. Tutkimus voidaan luokitella reliaabeliksi, jos tutkimuksessa käytetty kirjallisuus sekä menetelmät esitellään kattavasti sekä perustellaan. Näin tutkimus voidaan halutessaan toteuttaa uudestaan.

Tieteellistä tutkimusta tehdessä sekä lukiessa täytyy muistaa, että se sisältää rajoituksia, jotka on täytynyt tehdä. Tutkija on rajannut aiheensa riittävän laajaksi, mutta sopivaksi. Myös tutkimukseen valitut tutkimusmenetelmät rajoittavat omalla tavallaan tutkimusta.

Kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa aineisto on kvantitatiivista tutkimusta niukempi. Tämän takia tutkimuksessa muodostuvat tutkimustulokset eivät ole yleistettävissä. (Eskola & Suoranta 1998, 65.)

Jos tutkimukseni pitäisi uusia, aloittaisin aineiston kartuttamisen ja keräämisen aikaisemmin, kun tämän tutkimuksen kanssa aloitin. Ottaisin paremmin huomioon, että alkukeväästä superpesisjoukkueilla on paljon viikonloppuleirejä sekä Halli-SM, jotka vievät urheilijoiden ja valmentajien aikaa ja energiaa, jolloin voi olla vaikeaa keskittyä muuhun. Mahdollisesti voisin myös olla yhteydessä Pesäpalloliittoon, jos heillä olisi ollut tarkentavaa näkemystä tutkimuksen aiheesta.

Kokemukseni mukaan tutkimukseni onnistui hyvin, koska tutkimustulokset vastaavat tutkimuksen aluksi määriteltyihin tutkimuskysymyksiin. Tämä puoltaa sitä, että tutkimus voidaan luokitella validiksi ja tulokset luotettaviksi. Tutkimuksen avulla saadaan tuotettua uutta tietoa kasvatustieteisiin, koska tämän kaltaisia tutkimuksia, jonka pääaiheena on pesäpallo, on tehty vähän. Vielä vähemmän löytyy tutkimuksia, jossa on tutkittu pesäpallon ja opettajan työn yhdistämistä.

### 5.3. Pohdinta

Tutkimuksen tekemiseen vaikutti vahvasti oma mielenkiinto aiheeseen ja oma lajitausta. Pesäpallo kulkenut elämässä mukana noin viisitoista vuotta, jonka aikana on sekä pelattu, tuomaroitu että valmennettu. Urheilu-uran aikana on tullut opittua paljon hyödyllisiä elämäntaitoja, joita pystyy myös hyödyntämään opettajan ammatissa. Esimerkiksi ryhmässä työskentely, vastuunotto ja sen kantaminen sekä ryhmänhallintataidot ovat harjaantuneet pesäpallon avulla loistaviksi työtaidoiksi. Kuten monella tutkimukseen osallistuneilla pesäpallo on tullut elämään mukaan kauan ennen opettajan uran alkamista.

Minua tutkijana kiehtoi ajatus lähteä tutkimaan, kuinka paljon pesäpallon parissa työskentelee opettajia ja, kuinka he kokevat oman urheilunsa vaikuttaneen omaan opettajuuteensa. Halusin myös omalla tutkielmallani saada selville, minkälaisia käsityksiä huippu-urheiluvilla opettajilla on omasta urheilu-urastaan sekä opettajan urastaan. Kokevatko he näiden kahden yhdistämisen kuormittavaksi vai saavatko he niistä pätevyyden kokemusta irti?

Tutkimuksella on merkitystä myös oman tulevaisuuden kannalta. Tulevaisuudessa täytyy myös tutkijan pohtia, kuinka kuljettaa mukana kahta uraa ja identiteettiä; pesäpallotoumarin ja luokanopettajan. Tutkimuksen avulla halusin löytää myös omaan elämään ja arkeen työkaluja, joiden avulla pystyn helpottamaan arjen kuormittavuutta ja ettei kumpikaan ura pääsisi kärsimään toisesta. Haluan myös tulevana luokanopettajana olla mahdollistamassa tulevilla tavoitteellisesti urheileville nuorille oppilaille tai opiskelijoille parhaat mahdolliset puitteet, joissa he pystyvät yhdistämään heille kaksi tärkeää asiaa mahdollisimman hyvin.

Tutkimuksen lähestyessä loppuansa täytyy tutkijan myös pohtia vaihtoehtoisia reittejä. Tutkimusaihetta olisi mahdollista modifioida monin tavoin. Esimerkiksi voisi keskittyä enemmän juuri valmentajuuden ja opettajuuden pedagogisiin yhtymäkohtiin tai vaikkapa vuorovaikutukseen valmennettavien ja opiskelijoiden kanssa. Uskon, että jatkossa on arvokasta tuottaa tietoa, miten huippu-urheilu ura pystytään yhdistämään tiettyihin ammatteihin. On tärkeää, että on löydettävissä tutkimuksia, jotka todistavat, että on mahdollista yhdistää yhtä aikaa kaksi ammattia keskenään, ilman, että yksilön tai kummankaan ammatin tarvitsee kärsiä. Olisi ihanteellista, ettei nuoren urheilijan välttämättä tarvitsisi valita haluaako hän urheilla vai opiskella tai käydä töissä, vaan hänellä olisi mahdollisuus yhdistää molemmat intohimot, niin pitkään kun hän haluaa. Opiskelun tai työn ja urheilun yhdistämistä täytyisi harjoitella jo kouluissa, muissakin kuin urheilulukiossa tai urheilukouluissa. Esimerkiksi opinto-ohjaajilla, liikunnan opettajilla ja rehtoreilla olisi tärkeää omata jo valmiiksi tai olisi vähintään resursseja hankkia tietoa ja taitoja, joilla koulun henkilökunta pystyisi tukemaan parhaansa mukaan urheilevaa oppilasta tai opiskelijaa.

Tutkimuksessa voisi myös kartoittaa taustatietojen yhteydessä, minkälainen pohjakoulutus/koulumenestys tutkittavilla on. Heitä voisi haastatella siitä, miten he kokevat oman urheilun vaikuttaneen omaan koulumenestykseen sekä, miten he kokevat, että heitä tuettiin koulun, oman perheen tai esimerkiksi joukkueen kautta. Joustettiinko koulusta esimerkiksi toukokuussa alkavan pesäpallon runkosarjan takia tai joustettiinko esimerkiksi joukkueen puolesta ylioppilaskirjoitusten aikaan tai muiden kokeiden aikana? Jos urheileva nuoret oppisivat tunnistamaan ja vahvistamaan omia voimavaroja yhä paremmin jo varhaisessa vaiheessa sekä opiskelujen että urheilun näkökulmasta, ei niiden



yhdistäminen myöhemmin elämän ruuhkaisemmassa kohdassa, välttämättä kuormittaisi nuoren psyykkistä, henkistä ja fyysistä hyvinvointia niin paljoa.

Turvaamalla nuorten psyykkinen, henkinen ja fyysinen hyvinvointi kriittisessä oman identiteetin ja minäkuvan vahvistamisen iässä edesauttaa montaa ongelmaa tulevaisuudessa. Kun nuori oppii tasapainottamaan omaa kuormaansa opiskelun ja urheilun välillä tarpeeksi varhain, voi hänellä olla käytössä enemmän työkaluja myöhemmin elämässä. Esimerkiksi työelämässä hänen voi olla helpompi tunnistaa omat rajansa kuormituksen suhteen ja helpompi vetää selkeämpi raja työn ja vapaa-ajan välille.

## 6. Lähteet

- Arffman, P. (18.7. 2020). Upea henkilökuva Toni Kohosesta kertoo kaikkien aikojen pesäpalloilijan salaisuuden. Elmo Tv. Saatavilla myös www-muodossa:  
URL:<https://elmotv.com/toni-kohonen-on-kaikkien-aikojen-pesapalloilija/> (luettu 13.9.2022)
- Cosh, S., Crabb, S., & Lecouteur, A. (2013). Elite athletes and retirement: Identity, choice, and agency. *Australian Journal of Psychology*, 65 (2, 89–97), 1.
- Eskola, J., & Suoranta J. (toim.). (1998). Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Eteläpelto, A., & Tynjälä, P. (toim.) (1999). Oppiminen ja asiantuntijuus: työelämän ja koulutuksen näkökulmia. Porvoo; Helsinki; Juva: WSOY, 2005.
- Eteläpelto, A., Collin, K., Saarinen, J., & Collin, K. (2007). Työ, identiteetti ja oppiminen. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Forssell, C. (2012). Huipulle! henkinen valmentautuminen urheilussa. Helsinki: Tietosanoma.
- Gamble, P. (2010). Strength and conditioning for team sports: sport-specific physical preparation for high performance. Routledge: Taylor & Francis Group.
- Hakkarainen, H., Jaakkola, T., Kalaja, S., Lämsä, J., Nikander, A., & Riski, J. (2009). Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen perusteet. Lahti: VK-Kustannus.
- Hirsjärvi, S., Remes, P., Sajavaara, P. (2007). Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hyvärinen, M. K., Nikander, P., Ruusuvoori, J., & Aho, A. L. (2017). Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino.
- Hämäläinen, K., Danskanen, K., Tuunainen, S., & valmentajat, S. (2015). Lasten ja nuorten hyvä harjoittelu (1. p.). Lahti: VK-Kustannus.
- Härkönen, A. (2009). Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen organisointi Suomessa. Teoksessa Hakkarainen, H., Jaakkola, T., Kalaja, S., Lämsä, J., Nikander, A.,

- Riski, J. (toim.) Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen perusteet. Lahti: VK-Kustannus, 45, 47–48.
- Itkonen, H., & Knuuttila, S. (2016). Siirtymä: urheilu-uran jälkeisten elämäntilojen tyypologinen tarkastelu. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura.
- Jaakkola, T. (2009). Valmennuksen pedagogiikka ja didaktiikka lapsilla ja nuorilla. Teoksessa Hakkarainen, H., Jaakkola, T., Kalaja, S., Lämsä, J., Nikander, A., Riski, J. (toim.) Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen perusteet. VK-Kustannus, 337–338.
- Jaakkola, T., & Liukkonen, J. (2012). Urheilijan motivaatio. Teoksessa Matikka, L., & Roos-Salmi, M. (toim.) Urheilupsykologian perusteet. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura, 51.
- Jaakkola, T., & Kalaja, S. (2016). Suomalainen huippu-urheilumenestys 1960–2014. Teoksessa Mero, A., Nummela, A., Kalaja, S., Häkkinen, K. (toim.). Huippu-urheiluvalmennus: teoria ja käytäntö päivittäisvalmennuksessa (1. painos). Lahti: VK-Kustannus Oy, 19.
- Jokiniemi, S. (2006). Uusi opettajuus, ammatti-identiteetti ja tiedonhankinta. Informaatiotutkimus, 25 (3, s.58–69). Tampere: Kirjastotieteen ja informatiikan yhdistys, 1996–2007.
- Kalaja, S., & Koponen, J. (2017). Opetussuunnitelmat käytännön opetustyön näkökulmasta. Teoksessa Jaakkola T, Liukkonen J, Sääkslahti A (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 2., uudistettu painos, 557.
- Kari, J. (2011). Urheilu-uralta opettajaksi opiskelemaan: neljä kilpaurheilijamiestä liikuntakokemustensa tulkitsijoina luokanopettajaopintojensa alussa. Liikunta ja tiede, 48 (6), 46–53. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura, 1981-.
- Kiviniemi, K. (2015) Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Vaili, R., & Aaltola J. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2, Näkökulmia aloittelevalla tutkijalle teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 4. uud. p, 74–77.

- Kuula, A. (2006). Tutkimusetiikka: aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.
- Leinonen, M., Otonkorpi-Lehtoranta, K., Heiskanen, T. (2017). Kyselyhaastattelu. Teoksessa Hyvärinen, M. K., Nikander, P., Ruusuvoori, J., & Aho, A. L. Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 89.
- Lumela, P. (2007). Pallopelien perusteita. Teoksessa Heikinaro-Johansson, P., Huovinen, T. (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit, 2. uud, 335–336.
- Luukkainen, O. (2004). Opettajuus: ajassa elämistä vai suunnan näyttämistä? Väitöskirja Hämeenlinna: Tampereen yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta. Tampere: Tampere University Press: Taju.
- Lämsä, J. (2009). Lasten ja nuorten urheilu yhteiskunnassa. Teoksessa Hakkarainen, H., Jaakkola, T., Kalaja, S., Lämsä, J., Nikander, A., Riski, J. (toim.). Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen perusteet. Lahti: VK-Kustannus, 19.
- Matikka, L., & Roos-Salmi, M. (2012). Urheilupsykologian perusteet. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura.
- Miettinen, P., & Miettinen, P. (1995). Yhteistyöllä huipulle: miten rakennan menestyvän joukkueen. Lahti: VK-kustannus.
- Niemelä, V., & Sillanpää, N. (2022). Toisen asteen opiskelijoiden kokemuksia opiskelun ja pesäpallon pelaamisen yhdistämisestä kilpatasolla kaksoisura, motivaation, elämänhallintataitojen, hyvinvoinnin ja opintomenestyksen näkökulmasta. Lapin yliopisto: Kasvatustieteellinen pro gradu – tutkielma, 8. Saatavilla myös www-muodossa:
- URL: [https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/65140/Niemela\\_Valtteri\\_Sillanpaa\\_Niko.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/65140/Niemela_Valtteri_Sillanpaa_Niko.pdf?sequence=1&isAllowed=y) (Luettu 12.4.2023)
- Niemi, H. (2006). Opettajana ammatti -arvoja ja arvottomuutta. Teoksessa Nummenmaa, A., Välijärvi, J., Jokinen, H., Sarja, A., Savonmäki, P., & Tynjälä, P. (toim.) Opettajan työ ja oppiminen. Jyväskylä: Koulutuksen tutkimuslaitos, 73–74, 76, 93.

Nikander, A. (2021). Valintavaiheen kaksoisura — Kansainvälinen tutkimuskatsaus.

Helsinki: Suomen Olympiakomitea, 4. Saatavilla myös www-muodossa:

URL: <https://www.olympiakomitea.fi/uploads/sites/1/2022/03/45ac388e-valintavaiheen-kaksoisura--kansainvalinen-tutkimuskatsaus-aku-nikander-070322.pdf> (Luettu 12.4.2023)

Numminen, P., & Laakso, L. (2010). Liikunnan opetusprosessin A, B, C. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, liikuntakasvatuksen laitos, 10. p.

Opetushallitus. (2015). *Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014*. Opetushallitus. Saatavilla myös www-muodossa:

URL: [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen\\_opetussuunnitelman\\_perusteet\\_2014.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf) (Luettu 24.10.2022)

Pesonen, J., & Aarto-Pesonen, L. (2017). Liikunnanopettaja elinikäisenä oppijana. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J., Sääkslahti, A. (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus, 2., uudistettu painos, 629.

Pulkkinen, S. (2011). Valmentajataustan merkitys rehtorin työssä. Väitöskirja: Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Puusa, A., & Juuti, P. (toim.) (2020). *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Helsinki: Gaudeamus.

Ranne, V. (1986). Opettajan identiteetti. *Opettaja*, 81(5), 11. Helsinki: Opettajien ammattijärjestö OAJ, 1973-.

Roberts, G. C. (1992). *Motivation in sport and exercise*. Champaign, Ill.: Human Kinetics.

Rovio, E. (2007). Ryhmä liikunnanopetuksen kohteena. Teoksessa Heikinaro-Johansson, P., Huovinen, T. (toim.) *Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan*. Helsinki: WSOY Opetusmateriaalit, 2. uud, 181.

Ryan, R. M., & Deci, E. (toim.) (2017). *Self-determination theory: basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: The Guilford Press.

- Salin, K., Huhtiniemi, M., Hirvensalo, M. (2017). Liikunnanopettajan työ ja työtyytyväisyys. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J., Sääkslahti, A. (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 2., uudistettu painos, 564.
- Siedentop, D., & Tannehill, D. (2000). Developing teaching skills in physical education. Mountain View, Calif.: Mayfield, cop.
- Stenberg, K. (2016). Riittävän hyvä opettaja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Suomen Pesäpalloliitto ry. Suomen Pesäpalloliitto ry Toimintasuunnitelma 2022.
- Sääkslahti, A. (2007). Liikunta varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Heikinaro-Johansson, P., Huovinen, T. (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit, 2. uud. p, 56.
- Tiittula, L., Rastas, A., Ruusuvuori, J. (2005). Kasvokkaisesta vuorovaikutuksesta tietokonevälitteiseen viestintään. Virtuaalihaastattelun näkymiä. Teoksessa Ruusuvuori, J., & Tiittula, L. (toim.) Haastattelu: tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 265, 266, 270.
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (toim.) (2009). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Valli, R. (2015). Paperinen kyselylomake. Teoksessa Valli, R., & Aaltola J. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 86.
- Valli, R. (2018). Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa Valli, R., & Aaltola J. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin. 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle Jyväskylä: PS-kustannus, 93.
- Valli, R., & Perkkilä, P. (2018) Sähköinen kyselylomake ja sosiaalinen media aineistonkeruussa. Teoksessa Vaili, R., & Aaltola, J. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 118.
- VanderStoep, S. W., & Johnson, D.D. (2009). Research methods for everyday life: blending qualitative and quantitative approaches. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Vasalampi, K. (2022). Näin motivoit oppimaan. Jyväskylä: PS-kustannus.

Väljärvi, J. (2006) Kansankynttilästä tietotyön ammattilaiseksi. Teoksessa Nummenmaa, A., Väljärvi, J., Jokinen, H., Sarja, A., Savonmäki, P., & Tynjälä, P. (toim.) Opettajan työ ja oppiminen. Jyväskylä: Koulutuksen tutkimuslaitos, 10–11.

## 7. Liitteet

### 7.1 Tutkimuslupalappu seuralle

Olen tekemässä Pro gradututkimustani Lapin yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnassa. Tutkimukseni aiheena on ”Huippu-urheilun vaikutus opettajuuteen”. Tutkimuksessa on tarkoitus käsitellä, miten pesäpalloa pääsarjatasolla pelaavat luokan- tai aineopettajat kokevat urheilu-uransa vaikuttaneen omaan opettajuuteen ja opettajaksi kasvamiseen. Valitsin tämän aiheen, koska itseltäni löytyy taustaa pesäpallon pelaamisesta sekä tuomaroinnista. Tutkimuksella pyritään tarkastelemaan, miten urheilu vaikuttaa ammattiin. Löytyykö samanlaisia ominaisuuksia molemmista urista? Miten huippu-urheilu pystytään yhdistämään opettajan ammattiin?

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Tutkimukseen osallistujilla on täysi oikeus keskeyttää osallistuminen missä tahansa kohtaa tutkimuksessa. Tutkimuksesta vetäytymisestä ei koidu minkäänlaista haittaa urheilijan pelaajauralle. Tutkimukseen haastatellaan eri superpesisjoukkueissa pelaajia tai valmentajia, jotka ovat siviiliammatiltaan luokanopettajia tai aineenopettajia. Aineistonkeruumenetelmänä toimii kyselylomake, jossa tutkimukseen osallistuja pääsee vastamaan omin sanoin kysymyksiin. Lomake on tehty Google Forms: iin.

Aineistoa käsitellen luottamuksellisesti ja tutkittavien anonymiteetin säilyttäen. Tutkittavien vastauksia käsitellään anonymisti, ettei heitä tai heidän edustamaansa seuraa pystytä päättämään. Aineisto tuhoetaan tutkimuksen valmistuttua.

Kiitos jo etukäteen yhteistyöstä!

Ystävällisin terveisin

Jessika Kärkkäinen

Luokanopettajaopiskelija. Lapin yliopisto KTK

Jos tulee jotain kysyttävää tutkimuksestani minuun voi ottaa yhteyttä sähköpostin kautta:



## 7.2. Aineistokysymykset

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Tutkimukseen osallistujilla on täysi oikeus keskeyttää osallistuminen missä tahansa kohtaa tutkimuksessa. Aineistoa käytetään vain tämän tutkimuksen toteuttamiseen ja tuhoataan tutkimuksen valmistuttua. Aineistoa käsitellessä kunnioitetaan tutkimukseen osallistujien anonymisyyttä.

### **Taustakysymykset**

1. Sukupuoleni on
  - Mies
  - Nainen
  - Muu
2. Ikäni on
  - Alle 30
  - Alle 40
  - Alle 50
  - Alle 60
3. Pelaamani sarja on
  - Miesten superpesis
  - Naisten superpesis
4. Valmentamani sarja on
  - Miesten superpesis
  - Naisten superpesis
5. Kuinka monta vuotta olet harrastanut pesäpalloa?
6. Oletko harrastanut muita lajeja?
7. Pelivuosien lukumäärä superpesiksessä
8. Valmennusvuosien määrä superpesiksessä
9. Roolini joukkueessa on
  - Pelaaja
  - Valmentaja

10. Ammattini on

- Luokanopettaja
- Aineenopettaja
- Molemmat

11. Jos olet aineenopettaja, erittele alle, mitä oppiaineita opetat

12. Opettajavuosien lukumäärä

### **Huippu-urheilu**

1. Miten määrittelet sanan huippu-urheilu
2. Mitkä asiat ovat vaikuttaneet sinun urheilijaksi kasvamisessa?
3. Kuvaile omaa urheilijan identiteettiäsi
4. Mikä sinua motivoi urheilussa?
5. Miten koet valmentamisen/valmentajan vaikuttaneen urapolkuusi?
6. Minkälainen on roolisi joukkueessa?
7. Miten huippu-urheilu näkyy arjessasi?
8. Minkälaisia voimavaroja huippu-urheilu tuo arkeesi?

### **Opettajuus**

1. Kuvaile omaa opettajuuttasi/opettajan identiteettiäsi
2. Mikä sinua motivoi opettajuudessa/opettajan ammatissa?
3. Mitkä asiat ovat vaikuttaneet sinun opettajuuden muodostamiseen?
4. Mistä asioista koostuu opettajan arkesi?
5. Minkälainen rooli sinulla on luokassasi?
6. Miten onnistuu työn ja vapaa-ajan erottaminen/yhdistäminen?
7. Koetko urheilun vaikuttaneen ammatinvalintaasi?

### **Vapaa sana aiheesta sekä palaute**

1. Vapaa sana tutkimuksen aiheesta
2. Palaute tutkimukseen osallistumisesta