

Nuoren jääkiekkoilijan motivaation yhteys harrastuksen lopettamiseen sekä vanhempien tuen ja painostuksen yhteys urheilijan motivaatioon

Riina Kristiina Ilmola
Pro gradu -tutkielma
Psykologia
Psykologian ja logopedian
osasto
Toukokuu 2017
Ohjaajat: Niilo Konttinen
(KIHU) ja Taina Hintsu
(HY)

Tiedekunta - Fakultet - Faculty Lääketieteellinen tiedekunta		Laitos - Institution - Department Psykologian ja logopedian osasto	
Tekijä - Författare - Author Riina Kristiina Ilmola			
Työn nimi - Arbetets titel - Title Nuoren jääkiekkoilijan motivaation yhteys harrastuksen lopettamiseen sekä vanhempien tuen ja painostuksen yhteys urheilijan motivaatioon			
Oppiaine - Läroämne - Subject Psykologia			
Työn laji ja ohjaaja(t) - Arbetets art och handledare - Level and instructor Pro gradu -tutkielma, Niilo Konttinen (KIHU) & Taina Hintsu (HY)		Aika - Datum - Month and year Toukokuu, 2017	Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages 37 + 3
Tiivistelmä - Referat - Abstract <p>Tavoitteet. Motivaation on havaittu olevan yhteydessä moniin asioihin urheiluharrastuksessa, kuten menestymiseen lajissa, harrastamisesta nauttimiseen sekä liikunnan määrään ja intensiteettiin. Itsemääräämisteoriaa on urheilupsykologisessa tutkimuksessa pidetty tarkoituksenmukaisena viitekehyksenä tutkimaan urheilijoiden motivaatiota, ja se valittiin myös tämän tutkimuksen teoreettiseksi viitekehykseksi. Teorian mukaan motivaatio käsitetään jatkumona, jossa motivaatio voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon sekä amotivaatioon. Tässä tutkimuksessa päätavoitteena oli selvittää nuorten jääkiekkoilijoiden motivaation yhteyttä harrastamisen lopettamiseen. Lisäksi tarkasteltiin motivaation yhteyttä lajissa menestymiseen sekä urheilijan vanhempien suhtautumisen yhteyttä nuoren motivaatioon.</p> <p>Menetelmät. Tutkimuksen otos (n = 671) koostui 14- ja 15-vuotiaista jääkiekkoa pelaavista pojista. Aineisto kerättiin kyselylomakkeiden sekä Jääkiekkoliitolta saatujen lisenssitietojen avulla. Motivaatiota mitattiin Sport Motivation Scale (SMS) -mittarin ja vanhempien suhtautumista Parental Involvement Sport Questionnaire (PISQ) -mittarin avulla. Motivaatioprofiilit muodostettiin ryhmittelyanalyysejä käyttäen. Ryhmien välisiä eroja tarkasteltiin Kruskal-Wallis testillä.</p> <p>Tulokset ja johtopäätökset. Ryhmittelyanalyysin avulla luotiin neljä motivaatioprofiilia, jotka olivat amotivoituneet, alhaisesti motivoituneet, korkeasti motivoituneet sekä sisäisesti motivoituneet. Tutkimuksessa havaittiin, että amotivoituneiden ryhmään kuuluneet pelaajat lopettivat harrastamisen muita todennäköisemmin ja menestyivät lajissa muita huonommin. Vanhempien osoittaman tuen ja painostuksen osalta havaittiin, että sisäisesti motivoituneiden ryhmässä saatiin vanhemmilta enemmän tukea kuin alhaisesti motivoituneiden sekä amotivoituneiden ryhmässä. Vastaavasti sisäisesti motivoituneiden ryhmässä koettiin vanhemmilta vähemmän painostusta kuin muissa ryhmissä. Tulokset vahvistavat aiempaa tutkimustietoa motivaation yhteydestä harrastamisen lopettamiseen. Tutkimustulokset tuovat esiin motivaation keskeisen roolin urheiluharrastuksen jatkuvuuden kannalta sekä antavat tietoa siitä, miten eri toimijat kykenevät toimimaan tavalla, joka edistää erityisesti sisäisen motivaation kehittymistä urheilun parissa.</p>			
Avainsanat - Nyckelord - Keywords Urheilu, motivaatio, nuoret, vanhemmat			
Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited E-Thesis			
Muita tietoja - Övriga uppgifter - Additional information			

Tiedekunta - Fakultet - Faculty Faculty of Medicine		Laitos - Institution - Department Department of Psychology and Logopedics	
Tekijä - Författare - Author Riina Kristiina Ilmola			
Työn nimi - Arbetets titel - Title Effects of Motivation on Dropout of Adolescent Ice Hockey Players and the Effects of Parental Support and Pressure on Motivation			
Oppiaine - Läroämne - Subject Psychology			
Työn laji ja ohjaaja(t) - Arbetets art och handledare - Level and instructor Master's Thesis, Niilo Konttinen (KIHU) & Taina Hintsu (HY)		Aika - Datum - Month and year May, 2017	Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages 37 + 3
Tiivistelmä - Referat - Abstract <p>Aim. According to earlier research, motivation is closely related to many issues in sports, such as success, enjoyment, persistence and intensity. The self-determination theory (SDT) was chosen as the theoretical framework of the present study. According to the SDT, motivation is divided into intrinsic motivation, extrinsic motivation and amotivation. In the present study, an attempt was made to examine the effects of motivation on dropout from organized ice hockey among adolescent boys. In addition, the purpose was to examine the effects of motivation on success in ice hockey and how parental support and pressure affect players' motivation.</p> <p>Method. Participants (n=671) of the study consisted of 14- and 15-year-old boys participating ice hockey. They completed a survey questionnaire which included Sport Motivation Scale (SMS) and Parental Involvement Sport Questionnaire (PISQ). The player license information was collected from the Finnish Ice Hockey Association. Motivational profiles were developed using cluster analysis. In order to examine motivational differences and differences among parental involvement in clusters, the Kruskal-Wallis test was conducted.</p> <p>Results and conclusion. Based on cluster analysis, four different motivational subgroups were identified: 1) high amotivation, 2) low intrinsic and extrinsic motivation, 3) high intrinsic and extrinsic motivation and 4) high intrinsic motivation. The participants in group 1 were more likely to drop out from ice hockey and were less successful than the participants in other groups. When it comes to parental involvement, the participants in group 4 reported more support from parents than the participants of groups 1 and 2. The participants in group 4 also reported less pressure from parents than the participants in other groups. The present findings appear to support previous research on the role of motivation in the prediction of dropout. The current findings highlight the importance of supporting young athletes' motivation for their sport participation. It is recommended that the sport practitioners should invest more on supporting especially the development of athletes' intrinsic motivation.</p>			
Avainsanat - Nyckelord - Keywords Sport, motivation, adolescents, parents			
Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited University of Helsinki Library - Helda / E-thesis (opinnäytteet) <i>ethesis.helsinki.fi</i>			
Muita tietoja - Övriga uppgifter - Additional information			

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	1
1.1 Motivaatio ja urheiluharrastuksen lopettaminen.....	1
1.1.1 Itsemääräämisteoria.....	2
1.1.2 Itsemääräämisteoria liikunnan ja urheilun kontekstissa	4
1.1.3 Motivaation yhteys urheiluharrastuksen lopettamiseen	5
1.2 Vanhempien tuki ja painostus urheiluharrastuksessa	7
1.2.1 Vanhempien tuen ja painostuksen ilmeneminen urheilussa.....	7
1.2.2 Tuen ja painostuksen vaikutukset nuoren urheilijan kokemuksiin urheiluharrastuksessa	9
1.3 Tutkimuskysymykset ja -hypoteesit	11
2 MENETELMÄT	12
2.1 Osallistujat.....	12
2.2 Mittarit ja taustamuuttujat	12
2.2.1 Motivaatio	12
2.2.2 Vanhempien osoittama tuki ja painostus.....	13
2.3 Tilastolliset menetelmät.....	14
3 TULOKSET.....	16
3.1 Ryhmittelyanalyysi.....	16
3.2 Harrastamisen lopettaminen	17
3.3 Lajissa menestyminen.....	18
3.4 Tuen ja painostuksen kokeminen.....	19
3.5 Vanhemman oman urheilutaustan yhteys tukeen ja painostukseen.....	20
4 POHDINTA	22
4.1 Tulosten tarkastelu.....	22
4.1.1 Motivaation yhteys harrastuksen lopettamiseen.....	22
4.1.2 Motivaation yhteys menestykseen.....	24
4.1.3 Vanhempien tuen ja painostuksen yhteys motivaatioon	24
4.2 Tutkimuksen arviointi ja jatkotutkimusehdotukset.....	27
4.3 Lopuksi	28
Lähteet	30
Liite 1. Sport Motivation Scale -kysely	38
Liite 2. Parental Involvement Sport Questionnaire -kysely	40

1 JOHDANTO

Motivaatiota selittävien psykologisten prosessien ymmärtäminen urheilussa on ollut keskeisenä mielenkiinnon kohteena urheilupsykologisessa tutkimuksessa jo useiden vuosikymmenten ajan, ja aiheen tutkimisen suosio on säilynyt edelleen 2010-luvulla (McAuley, 1992; McAuley, Pena & Jerome, 2001; Sebire, Jago, Fox, Edwards & Thompson, 2013; Vallerand, 2001; Vlachopoulos, Kaperoni & Moustaka, 2011). Aiheen tutkimisen tärkeyttä selittää se, että motivaation on havaittu olevan yhteydessä moniin tärkeisiin asioihin urheilussa, kuten urheilusta nauttimiseen, harrastamisen määrään ja lajissa menestymiseen (Jöesaar, Hein & Hagger, 2011; Vlachopoulos & Karageorgh, 2005). Motivaation on havaittu olevan yhteydessä myös urheiluharrastamisen lopettamiseen (Cervelló, Escartí & Guzmán, 2007).

Motivaatio on mielekästä nähdä moniulotteisena sosiaalis-kognitiivisena ilmiönä, jossa monenlaiset motiivit voivat vaikuttaa yksilön käyttäytymiseen samanaikaisesti (Treasure, Lemyre, Kuczka & Standage, 2007). Urheilupsykologisessa tutkimuksessa tämän kaltaista lähestymistapaa on pidetty hyvin tarkoituksenmukaisena ja käyttökelpoisena (Boiché, Sarrazin, Grouzet, Pelletier & Chanal, 2008; Chian & Wang, 2008; Vlachopoulos & Karageorgh, 2005). Tutkitusti urheilijan taustalla vaikuttavilla henkilöillä, kuten vanhemmilla, valmentajilla ja ystävillä, on yksilön omien kokemusten lisäksi merkittävä vaikutus motivaatioon (Fraser-Thomas, Coté & Deakin, 2008; Hoyle & Leff, 1997; Wolfenden & Holt, 2005). Tässä tutkimuksessa päätavoitteena on selvittää nuorten jääkiekkoilijoiden motivaation yhteyttä harrastamisen lopettamiseen. Ilmiötä taustoitetaan selvittämällä, millainen yhteys motivaatiolla on lajissa menestymiseen sekä tarkastelemalla urheilijan vanhempien suhtautumisen vaikutuksia nuoren motivaatioon.

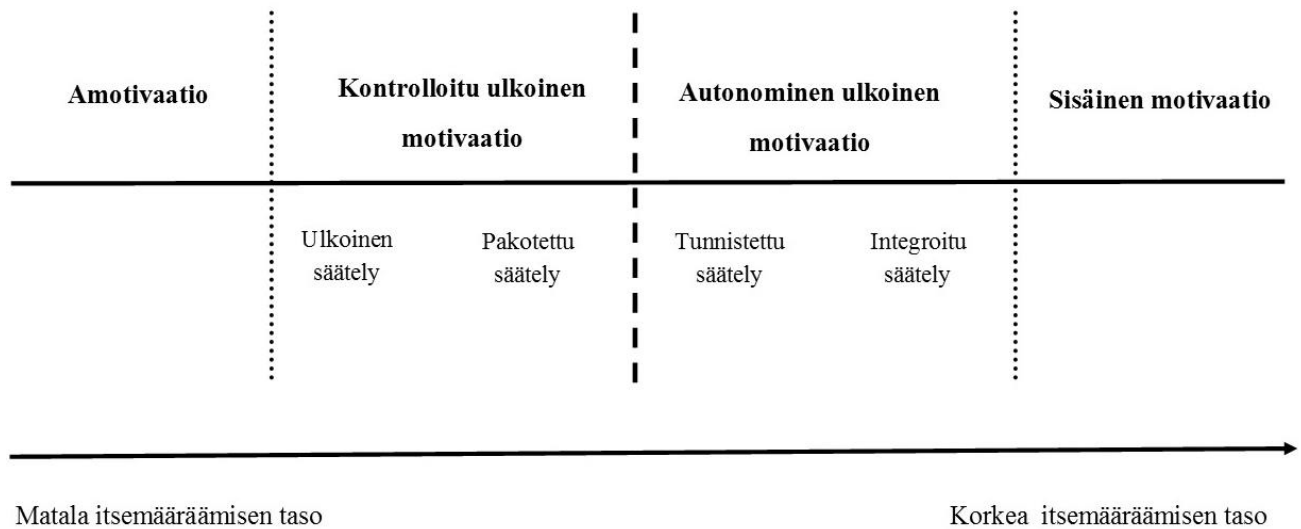
1.1 Motivaatio ja urheiluharrastuksen lopettaminen

Harrastuksen lopettamisella eli drop outilla tarkoitetaan lajista poisputoamista, jolloin nuori urheilija lopettaa urheiluharrastuksensa ennen aikaisesti, ennalta arvaamattomasti ja ennen kuin hän on saavuttanut täyden suorituskykynsä lajin parissa (Cervelló ym., 2007). Temple ja Crane (2015) tarkastelivat katsaustutkimuksessaan jalkapalloa pelaavia lapsia ja nuoria, ja tulosten mukaan harrastuksen lopettaneiden osuus kaikista harrastajista kaudesta toiseen siirryttäessä

vaihtelee 18–36 prosentin välillä. Lopettaminen kesken kauden on katsauksen mukaan selvästi harvinaisempaa osuuden ollessa noin yhdeksän prosenttia. He, joilla aikomus lopettaa on suurin, kokevat harrastukseen liitetyn vaivannäön merkittävämpänä kuin harrastuksesta saadut hyödyt kuten hauskanpidon. Aiemmin tehdyissä tutkimuksissa urheiluharrastuksen lopettaneiden osuudeksi on arvioitu noin 35 prosenttia (Gould, 1987; Petlichkoff, 1996). Yksi keskeinen tekijä tutkittaessa urheiluharrastuksen lopettamiseen johtavia syitä on motivaatio, jota tarkastellaan seuraavaksi itsemääräämisteorian viitekehyksessä.

1.1.1 Itsemääräämisteoria

Tämän tutkimuksen teoreettisena viitekehyksenä toimii itsemääräämisteoria (Deci & Ryan, 1985; 2008; Ryan & Deci, 2000). Itsemääräämisteoria keskittyy makroteorian paitsi motivaation määrään, niin ennen kaikkea motivaation hahmottamiseen jatkumona (Deci & Ryan, 1985). Teorian mukaan motivaatio voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon sekä amotivaatioon. Motivaation jatkumo etenee autonomisesta motivaation tasosta kontrolloidun motivaation kautta amotivaatioon (kuva 1). Teoria huomioi lisäksi ihmisen hyvinvoinnin edellyttämät kolme psykologista perustarvetta, jotka ovat autonomia eli omaehtoisuus, kompetenssi eli kyvykkyyden tunne sekä yhteisöllisyys (Ryan & Deci, 2000). Näiden perustarpeiden toteutuminen edistää sisäistä motivaatiota. Autonomia näkyy ihmisen kokemuksena siitä, että on vapaa itse päättämään omista tekemisistään, jolloin myös motivaatio kumpuaa ihmisen sisästä. Kokemus kompetenssista puolestaan ilmenee tunteena siitä, että ihminen selviää haasteistaan ja saa asioita aikaan. Myös myönteinen palaute lisää kompetenssin kokemisen määrää. Kolmantena ihmisen perustarpeena on teorian mukaan tarve olla yhteydessä toisiin ihmisiin ja kokea tätä kautta turvallisuuden tunnetta. Tällä on kuitenkin edellisiä hieman vähäisempi merkitys motivaation kannalta, ja tutkitusti ihminen voi olla sisäisesti motivoitunut tehtäväänsä myös täysin omissa oloissaan (Ryan & Deci, 2000).



KUVA 1. Itsemääräämisen jatkumo (Deci & Ryan, 2000).

Itsemääräämisteorian (Deci & Ryan, 1985) mukaan ihmisen ollessa sisäisesti motivoitunut toimii hän täysin autonomisesti, ja toiminta itsessään kiinnostaa ja tuottaa nautintoa ulkoisista tekijöistä riippumatta. Ulkoisesta motivaatiosta on kyse puolestaan silloin, kun toiminnan saa aikaan jokin muu seikka kuin edellä mainittu. Ulkoinen motivaatio voidaan edelleen jakaa neljään muotoon, jotka eroavat toisistaan käyttäytymisen säätelyn sekä autonomian osalta (Ryan & Deci, 2000). Autonomisin ja lähimpänä sisäistä motivaatiota on integroitu säätely (integrated regulation), jossa ihminen toimii omien arvojensa ja tarpeidensa mukaisesti, mutta ei yksinomaan toiminnan tuoman nautinnon vuoksi. Seuraavana jatkumolla on tunnistettu säätely (identified regulation), jossa ihmisen toimintaa ohjaavat ulkoiset tavoitteet, joiden saavuttamista ihminen pitää elämässään tärkeänä. Kaksi jälkimmäistä ulkoisen motivaation muotoa edustavat autonomisen motivaation sijaan kontrolloitua motivaation muotoa. Kun ihminen toimii välttääkseen syyllisyyden tai ahdistuksen tunteita tai vastaavasti saavuttaakseen esimerkiksi ylpeyden tunnetta, kyseessä on pakotettu säätely (introjected regulation). Jos ihminen puolestaan toimii ulkoisen paineen alla esimerkiksi saadakseen palkkioita tai välttyäkseen rangaistuksilta, motivaation muotoa kutsutaan ulkoiseksi säätelyksi (external integration). Viimeinen motivaation muoto on amotivaatio, jolla tarkoitetaan niin sisäisen kuin ulkoisenkin motivaation täydellistä puuttumista (Ryan & Deci, 2000).

1.1.2 Itsemääräämisteoria liikunnan ja urheilun kontekstissa

Itsemääräämisteorian on havaittu olevan hyvin käyttökelpoinen tarkasteltaessa motivaation ilmenemistä liikunnan ja urheilun kontekstissa (Frederick-Recascino & Ryan, 1995; Gillet, Vallerand, Amoura & Baldes, 2010; Ryan & Deci 2000; Treasure ym., 2007). Aihetta on tutkittu niin kilpa- ja huippu-urheilun, harrasteliikunnan kuin koululiikunnankin näkökulmista (Mullan & Markland, 1997; Ntoumanis, 2005; Vlachopoulos & Karageorgh, 2005). Liikunnan käsitteellä tarkoitetaan laajasti kaikkea ihmisen omaehtoisesti tuottamaa fyysistä aktiivisuutta kuten kuntoilua, kun taas urheilun tuntomerkinä on organisoidusti järjestetty kilpailu (Salimäki, 2004).

Ihmiset harrastavat liikuntaa ja urheilua useista eri syistä, kuten hakeakseen uusia kokemuksia, oppiakseen jonkin vaativan taidon tai voittaakseen haasteita. Niinpä harrastamisen avulla pyritään saavuttamaan tiettyjä tavoitteita hauskanpidosta aina lajissa kehittymiseen (Vallerand & Losier, 1999). Useimmiten liikuntaa ei harrasteta ainoastaan siksi, että se on itsessään kiinnostavaa ja miellyttävää, vaan monesti toiminnalla pyritään tavoittelemaan jotain itselle tärkeää, kuten parempaa terveyttä tai ulkonäköä ja erityisesti urheilijoiden keskuudessa parempaa suorituskykyä (Ryan, Williams, Patric & Deci, 2009). Tästä syystä fyysisen aktiivisuuden taustalla on lähes poikkeuksetta yhdistelmä sekä sisäistä että ulkoista motivaatiota. Vaikka lajistaan nauttisi kuinka paljon, vaatii menestyminen urheilijalta aina myös ulkoista motivaatiota tarvittavien taitojen hallitsemiseksi.

Motivaatio vaikuttaa tutkimusten mukaan hyvin moniin asioihin urheilussa ja liikuntaharrastuksessa ylipäätään. Sisäinen motivaatio ja autonomisen ulkoisen motivaation muodot ovat toistuvasti yhdistetty harrastuksesta nauttimiseen (ks. esim. Rottensteiner, Happonen & Konttinen, 2015; Spray, Wang, Biddle & Chatzisarantis, 2006; Vlachopoulos & Karageorgh, 2005). Autonomisen motivaation on havaittu myös olevan positiivisessa yhteydessä liikunnan määrään (Friedrichs, Bolman, Oenema & Lechner, 2015; Rottensteiner ym., 2015) sekä intensiteettiin ja keston (Duncan, Hall, Wilson & Jenny, 2010; Edmunds, Ntoumanis & Duda, 2006).

Tutkimusten mukaan sisäinen motivaatio on lisäksi positiivisessa yhteydessä taitojen, suoriutumisen ja lajissa menestymisen kanssa (Gillet, Vallerand & Rosnet, 2009; Gillet ym.,

2010; Woolger & Power 2000). Niin ikään koettu kompetenssin tunne on suurempaa autonomisesti motivoituneilla urheilijoilla (Edmunds ym., 2006; Rottensteiner ym., 2015). Autonomiseen motivaatioon on tutkimuksissa yhdistetty myös sitoutuminen lajin harrastamiseen, kun taas amotivaatio johtaa sitoutumisen vähäisyyteen (Garcia-Mas ym., 2010).

Vaikka motivaatio on vahvasti yksilöön keskittyvä psykologinen prosessi, on sisäisen motivaation edellyttämän autonomian ja kompetenssin kokeminen aina vahvasti ympäristön olosuhteisiin sidottua (Ryan ym., 2009). Urheilija saattaa esimerkiksi kokea harrastamisen hyvin kiinnostavana ja innostavana, mutta liian kontrolloiva valmentaja saattaa helposti viedä tämän iloa ja sitoutumista. Samoin voi käydä myös esimerkiksi tilanteissa, jossa urheilija kohtaa ylivoimaisia haasteita, jolloin kompetenssin kokemus ja tätä kautta sitoutumisen määrä vähenee. Ympäristön vaikutus on nähtävissä myös urheiluharrastuksen lopettamiseen johtavissa syissä.

1.1.3 Motivaation yhteys urheiluharrastuksen lopettamiseen

Autonomisen motivaation on havaittu olevan yhteydessä kiinnostukseen harrastusta kohtaan sekä vähäisempään drop outiin (Gillet, Berjot, Vallerand & Amoura, 2012). Autonomista motivaatiota ruokkii keskeisesti ympäristöltä saatu tuki. Autonomian tukeminen voidaan määritellä toimintana, joka tukee henkilön kykyä olla aloitteellinen ja itseohjautuva (Ryan & Deci, 2000). Erityisesti valmentajan käyttäytyminen vaikuttaa urheilijan motivaatioon, mikä näkyy edelleen urheiluharrastuksen jatkuvuudessa (Fraser-Thomas ym., 2008). Urheilijan kokemus siitä, että valmentaja tukee autonomista motivaatiota, on yhteydessä harrastuksesta nauttimiseen, joka edelleen johtaa vähäisempiin lopettamisaikomuksiin (Quested ym., 2013). Myös muilla psykososiaalisilla tekijöillä on havaittu yhteys harrastuksen lopettamiseen. Lopettamisen todennäköisyyttä lisäävät vanhempien oma kilpaurheilutausta, hyvän ystävän puuttuminen harjoitteluryhmässä sekä tilanne, jossa urheilija on syntynyt ikäluokassaan loppuvuodesta tai on muusta syystä harrastusryhmässään nuorimpien joukossa (Fraser-Thomas, Coté & De, 2008; Lemez, Baker, Horton, Wattie & Weir, 2014). Niin ikään vanhempien koulutustaustalla sekä perheen tulotasolla on yhteys fyysiseen aktiivisuuteen ja urheiluseuraharrastamiseen niin, että korkeasti koulutettujen ja hyvätuloisten perheiden nuoret harrastavat liikuntaa muita useammin (Palomäki, Laherto, Kukkonen, Hakonen & Tammelin, 2016).

Motivaation yhteyttä urheiluharrastuksen lopettamiseen on tutkittu laajasti eri lajien harrastajien näkökulmasta, niin yksilö- kuin joukkueurheilulajeissa. Tutkittaessa naiskäsi­pallon­pelaajia havaittiin, että pelaamisen lopettaminen on tavallisempaa silloin, kun sisäisen motivaation määrä on vähäinen ja amotivaation määrä korkea, ja näin korkea itsemääräämisen taso on negatiivisessa yhteydessä pelaamisen lopettamiseen (Sarrazin, Vallerand, Guillet, Pelletier & Cury, 2002). Toisaalta eri ulkoisen motivaation tasot eivät tämän tutkimuksen mukaan ole yhteydessä lopettamisen suunnitteluun tai itse lopettamispäätökseen. Toisen naiskäsi­pall­oilijoita tarkastelleen tutkimuksen mukaan pelaamiseen kytkeytyvä nautinto oli yhteydessä kompetenssin tunteeseen, autonomiaan, yhteenkuuluvuuteen, valmentajan tarjoamaan autonomiseen tukeen sekä saatuun peliaikaan (Guillet, Sarrazin, Carpenter, Trouilloud & Cury, 2002). Lopettamiseen päätyneet pelaajat kokivat vähemmän kyvykkyyttä, raportoivat vähemmän yhteenkuuluvuutta joukkue­tovereihin ja tunsivat kehittyneensä lajissa vähemmän kuin lajin parissa jatkaneet pelaajat.

Jalkapalloilijoille kohdennettujen tutkimusten mukaan korkea amotivaation, ulkoisen säätelyn ja pakotetun säätelyn määrä sekä vähäinen yhteenkuuluvuuden ja autonomian kokemus ovat yhteydessä drop outiin (Calvo, Cervelló, Jiménez, Iglesias & Murcia, 2010; Ullrich-French & Smith, 2009). Yhteyttä harrastuksen jatkamisen ja koetun kompetenssin välillä ei näissä tutkimuksissa kuitenkaan havaittu. Samanlaisia tuloksia on saatu myös voimistelijoiden keskuudessa. Lopettamispäätöksen tehneet voimistelijat harrastivat lajia pääosin ulkoisesti motivoituneina, kun taas harrastusta jatkavat olivat sisäisesti motivoituneempia (Ryska, Hohensee, Cooley & Jones, 2002). Myös joukkueen hyvä ilmapiiri, sosiaalisen tunnustuksen saaminen sekä luottamus itsensä haastamiseen olivat tutkimuksen mukaan negatiivisessa yhteydessä lopettamispäätökseen.

Uimareiden harrastuksen jatkuvuutta puolestaan tarkasteltiin 10 ja 22 kuukauden seurantavaiheissa, ja tulosten mukaan pakotettu säätely näkyi positiivisena indikaattorina jatkamiselle 10:n, mutta ei 22 kuukauden kuluttua (Pelletier, Fortier, Vallerand & Brière, 2001). Ulkoinen motivaatio ja amotivaatio ennustivat lopettamista molemmissa seurantavaiheissa, ja harrastusta jatkavilla havaittiin enemmän sisäistä motivaatiota ja tunnistettua säätelyä kuin lopettaneilla. Tutkimuksessa havaittiin lisäksi, että autonomian tukeminen valmentajan taholta ennusti sisäistä ja autonomista ulkoista motivaatiota, kun taas valmentajan kontrolloiva

valmennustyyli johti amotivaatioon ja kontrolloituun ulkoiseen motivaatioon. Samanlainen yhteys todettiin myös toisessa uimareille kohdistetussa tutkimuksessa (Vallerand & Losier, 2008).

Motivaatiolla on havaittu olevan yhteys paitsi harrastamisen lopettamiseen, myös harrastamisen määrään. Ihmiset, jotka raportoivat epäsäännöllisestä liikunnasta, ovat selvästi vähemmän sisäisesti motivoituneita kuin säännöllisesti liikuntaa harrastavat verrokkit (Mullan & Markland, 1997). Myös taekwondon ja aerobicin harrastajilla sisäisen motivaation määrän on havaittu olevan yhteydessä sekä harrastamisen jatkumiseen että harrastamisen määrään (Ryan, Frederick, Lepes, Rubio & Sheldon, 1997). Tarkasteltaessa kilpailuhenkisyden ja motivaation yhteyttä pyöräilijöillä havaittiin, että korkea kilpailuhenkisyys oli yhteydessä sekä harjoittelusta nauttimiseen ja sisäiseen motivaatioon että harjoittelun määrään. (Frederick-Recascino & Schuster-Smith, 2003). Koululiikunnan kontekstissa opettajan antama tuki on tutkitusti yhteydessä autonomiseen motivaatioon, joka puolestaan epäsuorasti vaikuttaa valinnaiseen liikunnanopetukseen osallistumisen määrään (Ntoumanis, 2005).

1.2 Vanhempien tuki ja painostus urheiluharrastuksessa

Vanhemmat ovat kiinteä osa nuorten urheiluharrastusta, ja keskeistä onkin tunnistaa, minkälainen käyttäytyminen vanhemmilta edistää nuoren urheiluharrastukseen osallistumista ja siinä menestymistä sen sijaan, että vaikeuttaisi sitä (Knight, Boden, & Holt, 2010). Vanhemman osallistuminen lapsensa urheiluharrastukseen voi näkyä niin tukena kuin painostuksenakin, jotka molemmat ovat omalla tavallaan yhteydessä nuoren motivaatioon.

1.2.1 Vanhempien tuen ja painostuksen ilmeneminen urheilussa

Tuki voidaan määritellä toiminnaksi, joka on sävyiltään lämmintä ja hyväksyvää (Power & Woolger, 1994), ja jonka lapsi tai nuori itse mieltää edistävän harrastukseen osallistumista ja siinä suoriutumista (Hoyle & Leff, 1997). Tuki voi olla niin tunnepohjaista kuin instrumentaalistakin (Lindstrom-Bremer, 2012). Eräässä tutkimuksessa tuen eri muodot jaoteltiin

emotionaaliseen, aineelliseen sekä neuvontaa sisältävään tukeen (Wolfenden & Holt, 2005). Emotionaalinen tuki näkyi turvallisuuden ja lohdun osoittamisena vaikeissa ja stressaavissa tilanteissa lapsen urheiluharrastuksessa. Aineellinen tuki piti sisällään taloudellisen tukemisen sekä harrastuksiin kuljettamisen. Neuvonnallinen tuki puolestaan ilmeni yleisten, ei valmennuksellisten neuvojen antamisena esimerkiksi liittyen harrastamisen ja muun elämän tasapainottamiseen. Rohkaiseminen ja palaute hyvistä suorituksista ovat niin ikään tärkeitä tuen antamisen muotoja (Holt, Tamminen, Black, Sehn & Wall, 2008).

Holt, Tamminen, Black, Mandigo ja Fox (2009) tarkastelivat tutkimuksessaan erilaisten vanhemmuustyylien roolia tuen kokemisen kannalta urheiluharrastuksessa. Tutkijat löysivät kolme erilaista vanhemmuustyyliä, jotka olivat autonomiaa tukeva vanhemmuus, kontrolloiva vanhemmuus sekä näiden kahden välimuoto, joka sisälsi molempia vanhemmuustyyliä. Autonomiaa tukevat vanhemmat olivat suuresti osallisina lastensa elämässä kuitenkin pyrkimättä kontrolloimaan sitä. Vanhemmat asettivat lapsilleen myös hyvin vähän paineita. Kontrolloivasti käyttäytyvät vanhemmat olivat yhtä lailla suuresti osallisina lastensa elämässä, mutta tukivat vain vähän lapsen autonomiaa ja kontrolloivat runsaasti lapsen toimintaa.

Tutkittaessa eri vanhemmuustyylien vaikutusta nuoren tuen saamisen kokemukseen havaittiin, että autonomiaa tukevat vanhemmat osallistuvat nuoren harrastamiseen paljon, ja pyrkivät kontrolloinnin sijaan antamaan suuntaviivoja elämälle (Holt ym., 2009). Autonomiaa tukevaan vanhemmuuteen liittyy myös lapsen tunnetilojen täsmällinen arvioiminen sekä vanhemman oman käyttäytymisen muokkaaminen nuoren mielialojen mukaisesti.

Painostaminen ilmenee vanhemman käyttäytymisenä, jolle leimallista on korkeiden, jopa saavuttamattomissa olevien tavoitteiden asettaminen nuorten urheilijoiden silmissä (Leff & Hoyle, 1995). Painostaminen voi niin ikään näkyä vanhemman pyrkimyksenä saada nuori harjoittelemaan enemmän ja pääsemään paremmalle tasolle lajissaan tai vastaavasti peitetymin vanhemman käytöksessä, esimerkiksi pettymyksen esiin tuomisessa epäonnistuneen suorituksen jälkeen (Wolfenden & Holt, 2005). Tyypillisiä painostuksen muotoja ovat myös kielteiset ja halventavat kommentit (Holt ym., 2008). Vanhemmuustyylinä kontrolloiva vanhemmuus on omiaan lisäämään nuoren kokemusta painostamisesta (Holt ym., 2009). Kontrolloivasti käyttäytyvät vanhemmat osallistuvat nuoren harrastamiseen tavalla, joka heikentää nuoren

autonomian tunnetta. Kontrollioivat vanhemmat ovat lisäksi kyvyttömiä tunnistamaan lapsensa tunnetiloja.

Sekä äidillä että isällä on keskeinen vaikutus nuoren kokemukseen urheiluharrastuksessa, mutta tämä vaikutus voi olla erilainen äitien ja isien kesken. Tutkittaessa vanhempien osallistumista nuorten urheilijoiden urien eri vaiheissa ja siirtymissä havaittiin, että äidit kokevat pääasiassa antavansa kehuja ja ymmärrystä, ja olevansa isää enemmän harrastuksessa mukana (Wuerth, Lee & Alfermann, 2004). Isät puolestaan antavat enemmän lajiin liittyviä vinkkejä ja kannustavat nuoria harjoittelemaan kovempaa ja antamaan parhaansa. Tutkimuksessa havaittiin lisäksi, että urheilu-uransa alkuvaiheessa menestyneet nuoret saavat vanhemmiltaan enemmän kehuja ja ymmärrystä kuin vähemmän menestyneet verrokkit. Kysyttäessä vanhemmilta itseltään kokevat isät painostavansa lapsia urheiluharrastuksessa enemmän kuin äidit (Wuerth ym., 2004). Myös nuoren urheilijan omalla sukupuolella voi olla merkitystä tuen saamisen kannalta. Eräässä nuoria tenniksenpelaajia käsittelevässä tutkimuksessa havaittiin, että tytöt saivat enemmän tukea molemmilta vanhemmiltaan kuin pojat, ja pojat kokivat painostusta tyttöjä enemmän ja useammin isältään kuin äidiltään (Leff & Hoyle, 1995).

1.2.2 Tuen ja painostuksen vaikutukset nuoren urheilijan kokemukseen urheiluharrastuksessa

Vanhempien osoittamalla tuella ja painostuksella on tutkimusten mukaan hyvin moninaisia vaikutuksia lasten ja nuorten urheiluharrastukseen. Ensinnäkin vanhempien tuen on havaittu olevan positiivisessa yhteydessä niin harrastamisen määrään kuin lapsen tunnepitoiseen kokemukseen harrastamisen yhteydessä (Andersson, Funk, Elliott & Smith, 2003). Myös vanhempien tuen ja nautinnon kokemisen välillä on havaittu positiivinen yhteys, eli mitä enemmän lapset saavat vanhemmiltaan tukea sitä enemmän he toiminnasta nauttivat (Andersson ym., 2003; Hoyle & Leff, 1997; Leff & Hoyle, 1995). Vastaavasti painostuksen ja ahdistuksen kokemisen välillä on havaittu positiivinen yhteys (Andersson ym., 2003; Bois, Lalanne, & Delforge, 2009). Tuen ja positiivisen rohkaisemisen merkitys nuorille urheilijoille on tutkitusti hyvin tärkeää iästä ja uran vaiheesta riippumatta (Fraser-Thomas ym., 2008; Wuerth ym., 2004).

Vanhempien tuen on havaittu lisäävän myös sisäisen motivaation määrää urheiluharrastuksessa (Amado, Sánchez-Oliva, González-Ponce, Pulido-González & Sánchez-Miguel, 2015; Andersson ym., 2003). Tutkittaessa nuoria uimareita havaittiin, että molempien vanhempien osallistuminen urheiluharrastukseen sekä isän puolelta tuleva tuki oli yhteydessä nuoren taitoihin ja kyvykkyyteen lajissa, joka edelleen oli yhteydessä nuoren kokeman sisäisen motivaation määrään (Woolger & Power, 2000). Tämä epäsuora yhteys selittyi sillä, että nuoren menestyminen lajissa innosti myös vanhempia, jolloin he myös osallistuivat harrastukseen enemmän. Toisessa tutkimuksessa tarkasteltiin sekä vanhemmilta että valmentajilta saadun autonomisen tuen yhteyttä sisäiseen motivaatioon (Gaudreau, Morinville, Gareau, Verner-Filion, Green-Demers & Franche, 2016). Tulosten mukaan valmentajilta saatu tuki oli vahvasti yhteydessä urheilijan motivaatioon, kokemukseen omien tarpeiden tyydyttämisestä sekä saavutuksiin niillä urheilijoilla, jotka saivat vanhemmiltaan autonomista tukea vain vähän. Tutkimus antoi tukea oletukselle, että koetun autonomisen tuen vaikutus motivaatioon on interaktiivisessa suhteessa eri toimijoiden, kuten vanhempien ja valmentajan, vaikutuksesta.

Tutkimukset ovat osoittaneet lisäksi, että vanhempien osallistumisella ja heidän antamallaan tuella on positiivinen yhteys sekä urheilijan lajiin kytkeytyvään että yleiseen itsetuntoon (Hoyle & Leff, 1997; Leff & Hoyle, 1995). Vanhempien käyttäytymisellä voi tutkitusti olla vaikutusta myös nuoren urheilijan epäonnistumisen pelkoon (Sagar & Lavalley, 2010). Tutkijat löysivät kolme erilaista painostavan käyttäytymisen muotoa, joilla vanhemmat pyrkivät varmistamaan lastensa urheilumenestyksen. Ensimmäinen näistä on rankaiseva käyttäytyminen, joka pitää sisällään kritiikin antamista sekä rankaisemista ja uhkailua, jotka ovat seurausta lapsen epäonnistumisesta. Toisena on kontrolloiva käyttäytyminen, jolla viitataan pyrkimykseen vaikuttaa suoriutumiseen kilpailutilanteissa esimerkiksi osallistumalla vahvasti harjoitteluun ja kilpailuihin valmistautumiseen. Kolmantena muotona havaittiin korkeiden odotusten esiintuominen, jolloin vanhemmat ilmaisevat selvästi pettymyksensä urheilijan epäonnistumisten jälkeen. Edellä mainitut painostavan käyttäytymisen muodot johtavat nuoren häpeän tunteen lisääntymiseen, vaikuttavat kielteisesti yleiseen hyvinvointiin ja käsitykseen itsestä, sekä urheiluharrastusta kohtaan koetun motivaation laskuun.

1.3 Tutkimuskysymykset ja -hypoteesit

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan 14- ja 15-vuotiaiden jääkiekkoa pelaavien poikien sisäisen ja ulkoisen motivaation ilmenemistä itsemääräämisteorian viitekehyksessä. Tarkoituksena on ensin selvittää, minkälaisia motivaatioprofiileja pelaajien keskuudesta löytyy kiinnittäen huomiota sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon sekä amotivaatioon. Tämän tiedon pohjalta tarkastellaan pelaajien motivaation yhteyttä jääkiekkoharrastuksen lopettamiseen kahden vuoden kuluttua sekä lajissa menestymiseen. Lisäksi tutkitaan, ovatko vanhempien osoittama tuki ja painostus yhteydessä motivaatioon ja onko vanhemman omalla urheilutaustalla vaikutusta kokemukseen tuesta ja painostuksesta.

Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

- 1) Millainen on pelaajan motivaation yhteys harrastuksen lopettamiseen kahden vuoden päästä?*
- 2) Millainen yhteys urheilijan motivaatiolla on lajissa menestymiseen?*
- 3a) Miten vanhemmilta saatu tuki ja painostus ovat yhteydessä urheilijan motivaatioon?*
- 3b) Millainen yhteys vanhemman omalla urheilutaustalla on urheilijan kokemukseen vanhemmilta saadusta tuesta ja painostuksesta?*

Tutkimustiedon valossa hypoteesina on, että pelaajat, joiden sisäisen ja ulkoisen motivaation määrä on korkea ja amotivaation määrä alhainen, jatkavat todennäköisemmin jääkiekon harrastamista kuin pelaajat, joiden sisäisen ja ulkoisen motivaation määrä on alhainen ja amotivaation määrä on korkea. Menestyksen osalta hypoteesina on, että pelaajat, joiden motivaation määrä on korkea, menestyvät lajissaan muita paremmin. Kolmantena hypoteesina on niin ikään aiemman tutkimustiedon mukaisesti, että pelaajat, jotka kokevat saavansa vanhemmiltaan tukea, ovat enemmän motivoituneita kuin pelaajat, jotka kokevat vanhemmiltaan painostusta.

2 MENETELMÄT

2.1 Osallistujat

Aineiston keruu toteutettiin lähettämällä kyselylomake postitse suomalaisille jääkiekkoa pelaaville nuorille, jotka kuuluvat vuonna 2000 syntyneeseen ikäluokkaan. Kysely lähetettiin kaikille lisensoiduille pelaajille, joita oli yhteensä 2 417. Lisenssitiedot saatiin Suomen Jääkiekkoliitolta. Kysely lähetettiin syksyllä 2014, jolloin nuoret olivat 14- ja 15-vuotiaita. Kyselyn mukana lähetettiin lisäksi postimerkin sisältävä vastauskuori, jolla vastaajat saattoivat postittaa kyselylomakkeet takaisin. Muistutuskirje, joka sisälsi myös uuden kopion kyselystä, lähetettiin kahden viikon kuluttua niille, jotka eivät olleet vielä kyselyyn vastanneet. Jääkiekkoharrastuksen lopettaneiden osuus saatiin lisenssitiedoista vuoden 2017 alussa Suomen Jääkiekkoliitolta.

Yhteensä 756 pelaajaa kaikista 2 417 pelaajasta palautti kyselyn vastausprosentin ollessa näin 31.3. Vastanneista poikia oli yhteensä 677. Vastanneiden joukosta poistettiin kuusi tutkittavaa, jotka eivät olleet vastanneet kaikkiin analyyseissä käytettäviin kysymyksiin. Lopullinen otos sisälsi siis yhteensä 671 tutkittavaa. Vastaajista sata oli valikoitunut ikäluokkansa parhaina pelaajina Pohjola-leirille, jolla valitaan vuosittain pelaajat ikäluokkansa maajoukkueeseen.

2.2 Mittarit ja taustamuuttujat

2.2.1 Motivaatio

Urheilijoiden motivaatiota tutkittiin Sport Motivation Scale (SMS-28) -mittarin (Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Briere & Blais, 1995) suomalaisella versiolla, jota muokattiin edelleen jääkiekon kontekstiin sopivaksi (liite 1). SMS pohjautuu itsemääräämisteorialle ja arvioi niin sisäistä motivaatiota, ulkoista motivaatiota kuin amotivaatiota. Kyselyn johtokysymyksenä on ”Miksi harrastat jääkiekkoa?” Kysely sisältää 28 väittämää, jotka sisältävät seitsemän alaskaalaa motivaation eri tyypeistä. Sisäistä motivaatiota kuvaava väittämä on esimerkiksi ”Mielihyvän takia jota tunnen, kun opin uusia asioita jääkiekosta”, identifioitua motivaatiota kuvaava väittämä on esimerkiksi ”Koska se on hyvä tapa oppia paljon asioita, jotka voivat olla

hyödyllisiä elämän muillakin osa-alueilla” ja esimerkki amotivaatiota kuvaavasta väittämästä on ”En tiedä enää: minulla on käsitys, etten pysty menestymään urheilussa”. Integroitua säätelyä ei kuitenkaan mittarissa ole sellaisenaan huomioitu, sillä kyseisen motivaation tason ei ole havaittu tulevan ilmi urheilun harrastamisen kontekstissa (Brière, Vallerand, Blais, & Pelletier, 1995). Integroitu säätely on sen sijaan mittarissa jaettu kahteen osaan: mielihyvän kokemiseen sekä taitojen kehittymiseen. Kyselyyn vastaajat ottivat väittämiin kantaa viisiportaista Likert-asteikkoa käyttäen (1=Täysin eri mieltä...5=Täysin samaa mieltä). SMS-mittari on tutkimusnäyttöön nojaten osoittautunut luotettavaksi niin reliabiliteetin kuin validiteetinkin osalta (Pelletier, Rocchi, Vallerand, Deci & Ryan, 2013; Jaakkola, 2002; Pelletier ym., 1995). Tässä tutkimuksessa motivaation tasot yhdistettiin kolmeen summamuuttujaan, jotka ovat sisäinen motivaatio ($\alpha=0.93$), ulkoinen motivaatio ($\alpha=0.83$), sekä amotivaatio ($\alpha=0.79$). Ennen summamuuttujien muodostamista selvitettiin kuitenkin faktorianalyysin avulla, kuinka teorian mukainen faktorirakenne toteutuu tällä aineistolla. Analyysin pohjalta päädyttiin poistamaan kolme ulkoista motivaatiota mittaavaa osiota (osiot 9, 10 ja 21), jotka eivät latautuneet riittävän hyvin ulkoista motivaatiota kuvaavaan faktoriin. Tilastollisissa analyyseissä käytettiin summamuuttujista muodostettuja keskiarvoja.

2.2.2 Vanhempien osoittama tuki ja painostus

Vanhempien osoittamaa tukea ja painostusta tutkittiin käyttämällä Parental Involvement Sport Questionnaire (PISQ) -mittarin (Lee & MacLean, 1997; Leff & Hoyle, 1995) suomenkielistä ja jääkiekon kontekstiin sovellettua versiota (liite 2). Kysely sisältää 11 osiota, jotka jakaantuvat kahteen faktoriin, tukeen ja painostukseen. Tukea mittaavia osioita oli kuusi (esim. ”Vanhempani ovat ylpeitä siitä, että pelaan jääkiekkoa, riippumatta siitä voitammeko vai häviämmekö pelejä”) ja painostusta mittaavia osioita viisi (esim. ”Vanhempani ovat enemmän huolissaan siitä, voitammeko pelejä kuin siitä, nautinko jääkiekon pelaamisesta tai teenkö parhaani pelissä”). Kysymyksiin vastattiin viisiportaisella asteikolla (1 = Täysin eri mieltä...5 = Täysin samaa mieltä). Summamuuttujat muodostettiin yhdistämällä tukea ($\alpha=0.58$), mittaavat osiot yhteen ja painostusta ($\alpha=0.71$), mittaavat osiot yhteen. Myös tämän mittarin toimivuutta aineistoon

testattiin aluksi faktorianalyysin avulla, minkä pohjalta yksi tukea mittaava osio (osio 1) päädyttiin poistamaan lopullisesta summamuuttujasta.

Tutkittaessa vanhempien osoittamaa tukea ja painostusta käytettiin taustamuuttujana vanhemman omaa liikunta- ja urheilutaustaa. Sekä äidin että isän osalta selvitettiin, onko vanhempi harrastanut tai harrastaako hän urheilua. Vastausvaihtoehdot olivat 1= Ei ole harrastanut/harrasta, 2=Vain kuntoilumielessä, 3=Piirikunnallisella tasolla/alemmilla sarjatasoilla, 4=SM-tasolla, 5=Kansainvälisellä tasolla. Lisäkysymyksenä esitettiin, mitä lajia vanhempi oli harrastanut. Näistä muuttujista muodostettiin uusi muuttuja, joka huomioi sen vanhemman, jolla on korkeamman tason lajitaustaa. Lajitaustat yhdistettiin kahdeksi vaihtoehdoksi niin, että toisessa ryhmässä ovat ne, joilla lajitausta oli tasoilla 1–3 eli matalalla tasolla ja toisessa ryhmässä ne, joilla lajitausta on tasoilla 4–5 eli korkealla tasolla.

2.3 Tilastolliset menetelmät

Tutkimuksessa selvitettiin nuorten jääkiekkoilijoiden motivaation määrää ja laatua ryhmittelemällä heidät erilaisiin motivaatioprofiileihin. Motivaatioprofiilit muodostettiin ryhmittelyanalyysia käyttäen. Ryhmittelyanalyysin tavoitteena on muodostaa ryhmiä, joissa havainnot ryhmien sisällä ovat mahdollisimman samanlaisia ja ryhmien kesken mahdollisimman erilaisia (Hair, Black, Babin, Anderson & Tatham, 2006). Tässä tutkimuksessa ryhmät muodostettiin tavoitteena luoda toisistaan poikkeavia ryhmiä sisäisen ja ulkoisen motivaation sekä amotivaation osalta. Ryhmittelyanalyysin vahvuutena on se, että tutkijan on mahdollista vertailla eri ryhmittelyvaihtoehtoja ja valita tulkinnallisesti näistä paras (Hodge & Petlichkoff, 2000). Ryhmittelyanalyysia on osin juuri tästä syystä käytetty paljon liikuntatieteellisessä tutkimuksessa (Boiche ym., 2008; Chian & Wang, 2008; Harwood, Cumming & Fletcher, 2004; Ntoumanis, 2002).

Tutkimuksessa tarkasteltiin motivaation yhteyttä paitsi harrastuksen lopettamiseen ja vanhempien suhtautumiseen, myös lajissa menestymiseen, jota indikoi tässä tutkimuksessa pääsy Pohjola-leirille. Leirille valitaan vuosittain sata ikäluokan parasta pelaajaa. Koska motivaatiomuuttujat eivät noudattaneet Likert-asteikollisille muuttujille tyypilliseen tapaan

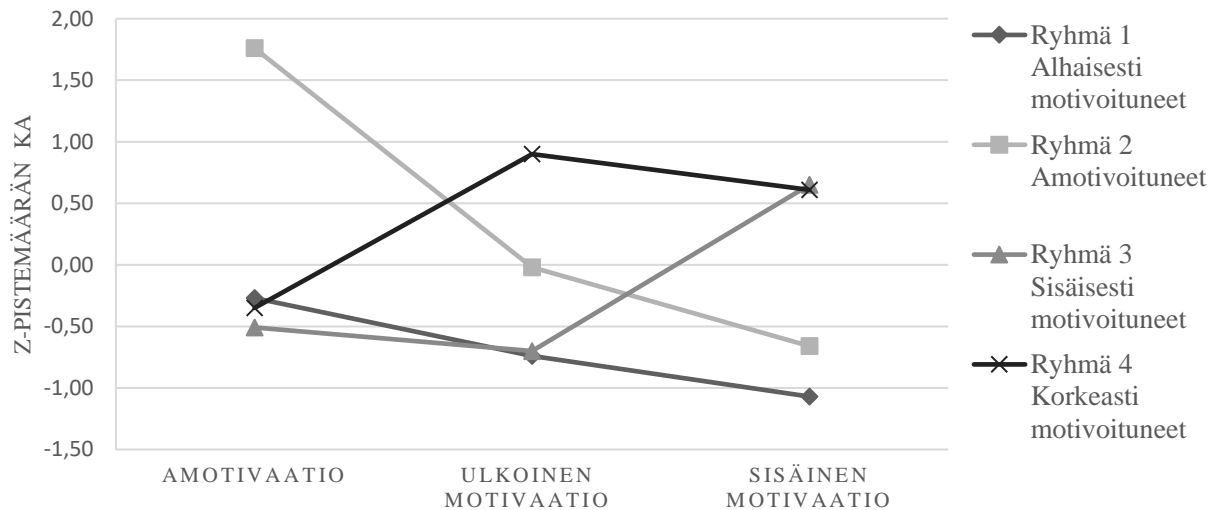
normaalijakaumaa likimainkaan, eikä myöskään oletus varianssien yhtäsuuruudesta toteutunut, tutkittiin ryhmien välisiä eroja epäparametrisilla Kruskal-Wallis-testillä sekä Mann-Whitney U-testillä. Todettakoon, että epäparametrisilla testeillä saadut tulokset olivat kuitenkin hyvin linjassa myös parametrisilla testeillä saatujen tulosten kanssa. Kaikissa analyyseissä $p < .05$ käytettiin tilastollisen merkitsevyyden rajana. Analyysit suoritettiin SPSS Statistics 23 -ohjelmalla.

3 TULOKSET

3.1 Ryhmittelyanalyysi

Ryhmittelyanalyysin tavoitteena oli luoda erilaisia motivaatioprofiileja vastaajajoukon motivaatioon liittyvien vastauksien pohjalta. Analyysin aluksi sisäisestä ja ulkoisesta motivaatiosta sekä amotivaatiosta muodostetut summamuuttujat standardoitiin. Tämän jälkeen suoritettiin hierarkkinen ryhmittelyanalyysi. Ryhmittelymenetelmänä käytettiin Wardin menetelmää ja etäisyysmitaksi valittiin euklidisen etäisyysmitan neliö. Hierarkkisen ryhmittelyanalyysin jälkeen ryhmittelyratkaisua selvitettiin vielä K-means-ryhmittelyanalyysin avulla. Sopivimman ryhmittelyratkaisun löytämiseksi tutkittiin kolmen, neljän ja viiden ryhmän vaihtoehdot. Näistä parhaimmaksi todettiin neljän ryhmän ratkaisu, jolla saavutettiin paras tasapaino ryhmäkokojen sekä erottelevuuden välillä. Lopuksi ryhmät nimettiin luokittelemalla eri motivaation tasot joko mataliksi ($z\text{-arvo} < -.50$), kohtalaisiksi ($-0,5 < z\text{-arvo} < 0,5$) ja korkeiksi ($z\text{-arvo} > 0,5$). Motivaatiota tarkasteltiin niin sisäisen ja ulkoisen motivaation kuin amotivaationkin osalta.

Ryhmään 1, alhaisesti motivoituneet, kuului 23.7 prosenttia ($n=159$) koko otoksesta. Ryhmään kuuluvat raportoivat matalia arvoja sekä sisäisen että ulkoisen motivaation osalta, ja amotivaation osalta kohtalaisia arvoja. Ryhmään 2, amotivoituneet, lukeutui puolestaan 17.3 prosenttia ($n=116$) otoksesta. Ryhmälle oli ominaista korkea amotivaatio, kohtalainen ulkoinen motivaatio sekä alhainen sisäinen motivaatio. Ryhmään 3, sisäisesti motivoituneet, kuului 22.0 prosenttia ($n=148$) otoksesta. Ryhmäläisten keskuudessa sisäisen motivaation taso oli korkea ja sekä ulkoisen motivaation että amotivaation taso matala. Ryhmään 4, korkeasti motivoituneet, lukeutui 37.0 prosenttia ($n=248$). Tähän suurimpaan ryhmään kuuluvilla pelaajilla oli sekä sisäinen että ulkoinen motivaatio korkealla tasolla, ja amotivaatio kohtalaisella, joskin matalaa lähestyvällä, tasolla. Ryhmien erot motivaation suhteen havainnollistuvat kuvassa 1. Muodostetut neljä ryhmää erosivat toisistaan tilastollisesti merkitsevällä tasolla sisäisen ja ulkoisen motivaation sekä amotivaation osalta, $F(3,667) = 302.23$, $p < .001$, $F(3,667) = 260.47$, $p < .001$, $F(3,667) = 426.98$, $p < .001$.



Kuva 1. Motivaatioprofiilit.

3.2 Harrastamisen lopettaminen

Kaikista vastaajista 15,9 prosenttia (n=107) oli kahden vuoden kuluttua kyselyyn vastaamisesta lopettanut jääkiekkoharrastuksen. Harrastamisen lopettamista eri ryhmien välillä tarkasteltiin Kruskal-Wallis testillä. Taulukossa 1 on esitetty lajin parissa jatkaneiden ja lopettaneiden määrät ja prosenttiosuudet eri ryhmien kesken. Motivaatiolla havaittiin tilastollisesti merkitsevä yhteys harrastamisen lopettamiseen eri ryhmässä ($X^2[3] = 47,38, p < .001$). Amotivoituneiden ryhmässä lopettaneita oli sekä määrällisesti että ryhmien kokoon suhteutettuna enemmän kuin muissa ryhmässä.

Taulukko 1. Harrastamisen parissa jatkaneet ja lopettaneet eri ryhmissä.

Ryhmä	Jatkanut n	Jatkanut %	Lopettanut n	Lopettanut %	Yhteensä
Rymä 1 Alhaisesti motivoituneet	138	86,8	21	13,2	159
Ryhmä 2 Amotivoituneet	73	62,9	43	37,1	116
Ryhmä 3 Sisäisesti motivoituneet	130	87,8	18	12,2	148
Ryhmä 4 Korkeasti motivoituneet	223	89,9	25	10,1	248
Yhteensä	564		107		671

3.3 Lajissa menestyminen

Pelaajien menestymistä lajissa tarkasteltiin sen pohjalta, onko nuori päässyt ikäluokassaan sadan parhaan pelaajan joukkoon ja tullut valituksi Suomen Jääkiekkoliiton järjestämälle vuosittaiselle harjoitusleirille, Pohjola-leirille. Taulukossa 3 on esitetty leirille valituksi tulleiden ja valinnan ulkopuolelle jääneiden pelaajien määrät ja prosenttiosuudet eri ryhmien kesken.

Taulukko 3. Pohjola-leirille päässeet eri ryhmissä.

Ryhmä	Päässyt Pohjola-leirille n	Päässyt Pohjola-leirille %	Ei ole päässyt Pohjola-leirille n	Ei ole päässyt Pohjola-leirille %	Yhteensä
Rymä 1 Alhaisesti motivoituneet	29	18,2	130	81,8	159
Ryhmä 2 Amotivoituneet	4	3,4	112	96,6	116
Ryhmä 3 Sisäisesti motivoituneet	34	23,0	114	77,0	148
Ryhmä 4 Korkeasti motivoituneet	33	13,3	215	86,7	248
Yhteensä	100		571		671

Ryhmiä välisiä eroja tarkasteltiin Kruskal-Wallis testillä. Tulosten mukaan ryhmien välillä on tilastollisesti merkitsevää eroa sen suhteen, kuinka suuri osuus ryhmästä on tullut valituksi Pohjola-leirille ($X^2[3] = 21.46, p < .001$). Amotivoituneiden ryhmästä Pohjola-leirille on päässyt vähemmän nuoria kuin sisäisesti motivoituneiden ryhmästä ja alhaisesti motivoituneiden ryhmästä. Muita ryhmien välisiä eroja ei todettu.

3.4 Tuen ja painostuksen kokeminen

Tuen ja painostuksen kokemista eri motivaatioryhmissä tutkittiin Kruskal-Wallis testillä. Taulukossa 2 on esiteltyä tukeen ja painostukseen liittyviä tunnuslukuja. Kokemus tuen saamisesta on erilaista eri ryhmien kesken tilastollisesti merkitsevällä tasolla ($X^2[3] = 45.76, p < .001$). Sisäisesti motivoituneiden ryhmässä koetaan saavan vanhemmilta enemmän tukea kuin alhaisesti motivoituneiden sekä amotivoituneiden ryhmässä. Vastaavasti korkeasti motivoituneiden ryhmässä saadaan niin ikään enemmän tukea kuin alhaisesti motivoituneiden sekä amotivoituneiden ryhmässä.

Myös painostuksen suhteen havaittiin tilastollisesti merkitseviä eroja eri motivaatioryhmien kesken ($X^2[3] = 24.84, p < .001$). Sisäisesti motivoituneiden ryhmässä koetaan vanhemmilta vähemmän painostusta kuin muissa kolmessa ryhmässä. Muiden ryhmien osalta tilastollisesti merkitseviä eroja ei ilmennyt.

Taulukko 2. Tuki ja painostus eri ryhmissä.

	Rymä 1 Alhaisesti motivoituneet	Ryhmä 2 Amotivoituneet	Ryhmä 3 Sisäisesti motivoituneet	Ryhmä 4 Korkeasti motivoituneet	Parivertailut ^a
Tuki					
(ka/kh)	3,76/0,63	3,63/0,64	4,00/0,64	4,06/0,58	3 > 1, 2 4 > 1, 2
Painostus					
(ka/kh)	2,08/0,71	2,27/0,76	1,86/0,76	2,18/0,77	3 < 1, 2, 4

^aBonferronin
testi

3.5 Vanhemman oman urheilutaustan yhteys tukeen ja painostukseen

Seuraavaksi selvitettiin, onko vanhempien omalla urheilutaustalla yhteyttä siihen, kokeeko nuori vanhemmiltaan enemmän tai vähemmän tukea ja painostusta. Vanhempia, joilla oli joko SM-tason tai kansainvälisen tason urheilutaustaa oli otoksesta 27.4 prosenttia (n=183) ja vastaavasti alemmalla tasolla tai ei lainkaan liikuntaa harrastaneita oli yhteensä 72.6 prosenttia (n=484). Vanhemman urheilutaustassa huomioitiin se vanhempi, jonka harrastustausta on ollut korkeammalla tasolla. Äitiä korkeammalla tasolla urheilleita isiä oli 44.7 prosenttia (n=294) ja vastaavasti isiä korkeammalla tasolla urheilleita äitejä oli 10.4 prosenttia (n=68). Lähes puolilla vanhemmista, 44.9 prosentilla (n=295), harrastustausta oli vanhempien kesken samalla tasolla, ja

muutamissa tapauksissa tieto oli merkitty vastauslomakkeeseen vain toisen vanhemman kohdalta (n=19).

Vanhempien harrastustaustan vaikutusta tuen ja painostuksen kokemiseen tarkasteltiin Mann-Whitneyn U-testillä, ja tulosten mukaan vanhemman urheilutaustalla oli tilastollisesti merkitsevä yhteys nuoren kokemukseen tuen saamisesta ($U = 50\ 338.50$, $p=.01$). Mikäli vähintään toinen vanhemmista oli urheillut joko SM-tasolla tai kansainvälisellä tasolla, koki nuori saavansa vanhemmiltaan enemmän tukea kuin niiden vanhempien lapset, joilla ei ole omaa korkean tason kilpaurheilutaustaa. Sen sijaan painostuksen suhteen vanhemman harrastustaustalla ei ollut yhteyttä tilastollisesti merkitsevällä tasolla ($U = 42\ 182.50$, $p=.34$).

Erikseen tarkasteltiin vielä sitä, onko isän jääkiekkotaustalla yhteyttä nuoren kokemukseen tuesta ja painostuksesta. Jääkiekkotaustan omaavia isiä oli 25.9 prosentilla (n=174) pelaajista. Tulosten mukaan isän jääkiekkotaustalla oli tilastollisesti merkitsevä yhteys tuen saamisen kokemukseen ($X^2[2] = 12.79$, $p=.001$). Nuoret, joiden isät ovat itse pelanneet jääkiekkoa, kokivat saavansa vanhemmiltaan enemmän tukea kuin nuoret, joiden isillä ei ollut omaa jääkiekkotaustaa. Painostuksen suhteen isän jääkiekkotaustalla ei sen sijaan ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä, ($X^2[2] = 3.27$, $p=.20$). Jääkiekkoa pelanneita äitejä oli otoksessa vain kuusi, joten heidän osaltaan tarkastelua ei tehty.

4 POHDINTA

Tutkimuksen päätavoitteena oli selvittää nuorten jääkiekoppelaajien kokeman motivaation yhteyttä harrastamisen lopettamiseen. Lisäksi tarkasteltiin urheilijan vanhempien suhtautumisen vaikutuksia nuoren motivaatioon sekä motivaation yhteyttä lajissa menestymiseen. Tutkimuksen teoreettisena viitekehyksenä toimi itsemääräämisteoria (Deci & Ryan, 1985), jonka valossa motivaatiota tarkasteltiin jatkumona sisäisestä ja ulkoisesta motivaatiosta amotivaatioon. Tutkimukselle asetetut hypoteesit antoivat odottaa, että amotivoituneet urheilijat päätyisivät todennäköisemmin lopettamaan lajin harrastamisen kuin korkean sisäisen ja ulkoisen motivaation omaavat urheilijat. Hypoteesina oli myös, että menestyminen lajissa olisi muita parempaa korkeasti motivoituneilla urheilijoilla. Lisäksi vanhempien tuen odotettiin lisäävän urheilijan motivaatiota.

4.1 Tulosten tarkastelu

4.1.1 Motivaation yhteys harrastuksen lopettamiseen

Ryhmittelyanalyysin avulla muodostettiin yhteensä neljä motivaatiota kuvaavaa profiilia: alhaisesti motivoituneet, amotivoituneet, sisäisesti motivoituneet ja korkeasti motivoituneet. Harrastamisen lopettamisen osalta erottui erityisesti amotivoituneiden ryhmä. Amotivoituneet urheilijat päätyivät lopettamaan urheiluharrastuksen useammin kuin muihin ryhmiin kuuluvat urheilijat. Tutkimustulos on linjassa asetetun hypoteesin kanssa ja vahvistaa myös aiempaa tutkimustietoa, jonka mukaan korkea amotivaation määrä on yhteydessä drop outiin (Calvo ym., 2010; Pelletier ym., 2001; Sarrazin ym., 2002; Ullrich-French & Smith, 2009). Tulos on myös hyvin oletettu, sillä jos urheilija esimerkiksi pohtii, ettei hänen paikkansa ole enää urheilussa tai ettei hyviä syitä harrastaa enää ole, ei ole kovin yllättävää, että lopettamispäätös syntyy. Yleisesti voidaan todeta, että amotivoituneisuus on siis hyvin herkkä mittari mittaamaan harrastuksen lopettamista.

Tässä tutkimuksessa ei sen sijaan ilmennyt eroavaisuuksia lopettamisen suhteen muiden ryhmien osalta. Toisin sanoen sillä, onko urheilija edes ylipäättään kovinkaan motivoitunut, ei ollut huomattavaa merkitystä sen suhteen, jatkuiko jääkiekkoharrastus vai ei. Aiemmin on todettu, että

korostunut ulkoinen motivaatio on yhteydessä lopettamiseen (Calvo ym. 2010; Pelletier ym. 2001; Ryska ym. 2002), mutta tällaista yhteyttä ei tässä tutkimuksessa voida todentaa, koska mikään muodostetuista ryhmistä ei edustanut yksinomaan ulkoisesti motivoituneita urheilijoita. Toisaalta kaikissa tutkimuksissa ulkoisen motivoituneisuuden ei ole havaittu olevan yhteydessä drop outiin (Sarrazin, 2002). Keskeistä on joka tapauksessa tunnistaa se, ettei ulkoinen motivaatio urheilussa ole yksinomaan kielteinen asia. Paitsi nauttiakseen itse tekemisestä, ajaa urheilijoita eteenpäin monet muutkin asiat, kuten fyysinen terveys ja suorituskyky sekä ulkonäkö. Näitä ei voida urheilusta koskaan täysin irrottaa, vaikka urheilijan päätavoitteena olisikin omien taitojen kehittäminen ja tätä kautta menestyminen lajin parissa.

Se, miten ylipäättään alhaisen motivaation omaavat nuoret eivät päätyneet lopettamaan lajin harrastamista sen enempää kuin sisäisesti motivoineet ja korkeasti motivoituneet verrokkinsa, on kuitenkin mielenkiintoista. Ilmiötä voi osaltaan selittää pelaajien nuorehko ikä. 14-vuotiaat ovat siinä iässä, että vanhempien vaikutus suurten päätösten tekemiseen on vielä kohtuullisen suuri, ja heidän suunnaltaan voi tulla kannustusta sen suhteen, että kauan jatkunutta harrastusta ei kannata niin vain lopettaa. Toisaalta jääkiekko on näille nuorille joka tapauksessa keskeinen osa identiteettiä ja harrastus, jossa tavataan kavereita ja vietetään suuri osa vapaa-ajasta. Tästä syystä lopettamispäätös on hyvin suuri, eikä sitä tehdä kevyin perustein, vaikkei pelaaminen ja harjoittelu aina niin innostaisikaan.

Eräs tärkeä seikka koskien urheiluharrastuksen lopettamista ovat ne syyt, joiden vuoksi lopettamiseen päädytään. Tämän oleellisen kysymyksen jäljille ei tämän tutkimuksen keinoin kuitenkaan päästy. Erityisen keskeistä olisi tietää, onko nuori lopettanut urheilun ja liikunnan harrastaminen kokonaan, vai onko kyse pikemminkin siitä, että toinen laji on valikoitunut niin sanotusti ykköslajiksi, jolloin jääkiekon harrastaminen on jäänyt toisen lajin tieltä. Tutkimuksen kohteena olleet 14- ja 15-vuotiaat edustavat sellaista ikäluokkaa, jolloin harrastaminen monesti vakavoituu ja harjoitusmäärät kasvavat. Moni kokee, että panostaminen vain yhteen lajiin alkaa olla lähes välttämätöntä, jos haluaa lajissaan todella menestyä. Lopettamisen taustalla voi siis olla paitsi korkea amotivoituneisuus, myös toisen lajin valitseminen.

4.1.2 Motivaation yhteys menestykseen

Menestymistä jääkiekon parissa tarkasteltiin tässä tutkimuksessa sen kautta, onko urheilija päässyt ikäluokassaan sadan parhaan pelaajan joukkoon Pohjola-leirille. Kun koko ikäluokan koko on lähes 2 500, ovat sata parasta pelaajaa jo todella karsiutunut joukko huippuja. Tulosten mukaan ainoastaan amotivoituneiden ryhmästä oli leirille pääsijöitä vähemmän kuin sisäisesti motivoituneiden ryhmästä ja alhaisesti motivoituneiden ryhmässä. Tämä on myös aiempaan tutkimusnäyttöön peilaten osittain odotusten mukaista, sillä erityisesti sisäisen motivaation on havaittu olevan positiivisessa yhteydessä sitoutumisen, taitojen oppimisen ja suoriutumisen kanssa (Garcia-Mas ym., 2010; Gillet ym., 2009; Woolger & Power, 2000).

Sen sijaan hieman yllättäen eroa ei ollut amotivoituneiden ja korkeasti motivoituneiden ryhmän kesken. Korkeasti motivoituneet eivät eronneet myöskään alhaisesti motivoituneiden ryhmästä. Ilmiö ei ole aivan yksiselitteisesti tulkittavissa, mutta kyse voi olla siitä, että vielä näin nuorella iällä suoriutumiseen on vahvasti yhteydessä fysiologisen kehityksen vaihe. Tästä syystä pelkkä motivaatio ei riitä paikkaamaan esimerkiksi pientä kokoa, joka jääkiekon kaltaisessa kontaktilajissa on kuitenkin hyvin keskeisessä roolissa. Motivaation vaikutus menestykseen saattaisi siis näkyä paremmin vasta myöhemmällä iällä, kun kehitykseen liittyvät erot fyysisessä suorituskyvyssä ovat tasoittuneet.

4.1.3 Vanhempien tuen ja painostuksen yhteys motivaatioon

Yhtenä tutkimusongelmana selvitettiin vanhempien antamaa tukea ja painostusta, ja sitä miten tämä näkyi eri motivaatioprofiileissa. Tukena nähtiin tässä tutkimuksessa vanhempien osoittama ylpeys nuoren harrastuksesta, jääkiekosta keskustelu hyvässä hengessä, lohduttaminen hävittyjen otteluiden jälkeen sekä taloudellinen tukeminen. Sisäisesti motivoituneiden ryhmässä tukea koettiin saavan enemmän kuin amotivoituneiden ja alhaisesti motivoituneiden ryhmässä. Tulos vastaa aiempaa tutkimustietoa, jonka mukaan vanhempien tuen on havaittu lisäävän sisäisen motivaation määrää urheiluharrastuksessa (Amado ym., 2015; Andersson ym., 2003; Woolger & Power, 2000). On havaittu myös, että mitä enemmän vanhemmilta saadaan tukea, sitä enemmän toiminnasta nautitaan (Hoyle & Leff, 1997; Leff & Hoyle, 1995), mikä tukee myös osaltaan

korkeaa sisäistä motivaatiota. Niin ikään korkeasti motivoituneiden ryhmässä koetaan saavan vanhemmilta enemmän tukea kuin amotivoituneiden ja alhaisesti motivoituneiden ryhmissä.

Tuella ja motivoituneisuudella vaikuttaisi siis olevan yhteys, jossa nuoren urheilijan tukeminen on yhteydessä korkeampaan sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon. Yhteyden suuntaa ei kuitenkaan voida varmuudella tämän tutkimuksen puitteissa päätellä. Voi olla, että vanhempien osoittama tuki lisää urheilijan motivaatiota. Tiedetään, että itsemääräämisteorian mukaisesti korkea kompetenssin tunne edistää sisäistä motivaatiota, ja myönteinen palaute puolestaan voi lisätä kompetenssin kokemista (Ryan & Deci, 2000). Niinpä vanhempien tuki ja kannustus voi omalta osaltaan olla lisäämässä motivaatiota. Toisaalta nuoren oma vahva sitoutuminen ja innostuneisuus lajia kohtaan on voinut saada innostuksen aikaan myös vanhemmissa. Tämän kaltainen epäsuora yhteys on havaittu myös aiemmissa tutkimuksissa (Woolger & Power, 2000). Oli ensin tullut sitten vanhemman tuki tai nuoren innostus, voidaan joka tapauksessa olettaa näiden aiheuttavan positiivisen kierteen, jossa niin tuki kuin korkea motivoituneisuuskin ruokkivat toinen toistaan.

Tarkasteltaessa painostusta havaittiin painostuksen kokemisen olevan vähäisempää sisäisesti motivoituneiden ryhmässä kuin muissa ryhmissä. Painostavaksi käyttäytymiseksi tulkittiin tässä tutkimuksessa muun muassa korkeiden odotusten ja paineiden asettaminen sekä suoritusten arvosteleminen. Tämän kaltaisen toiminnan on myös aiemmassa tutkimuksessa havaittu olevan yhteydessä motivaation laskuun (Sagar & Lavalley, 2009). Tässäkään tapauksessa ei voida kuitenkaan tehdä suoraan päätelmiä kausaalisuudesta. Se, että vanhempien taholta ei painostusta koeta, antaa nuorelle mahdollisuuden keskittyä tekemiseen omista lähtökohdistaan käsin, kun ulkopuolelta ei tule vaatimuksia tai kielteistä palautetta suorituksista. Toisaalta kun innostus harrastamiseen on suurta, ei painostamiselle kenties ole niin suurta tarvettakaan. Mahdollista on sekin, että myös sisäisesti motivoituneita painostetaan siinä missä muitakin, mutta he eivät koe sitä samalla tavalla kielteisenä painostuksena kuin muut, koska sisäinen palo tekemiseen on niin kova. On huomattava, että tässä tutkimuksessa saatiin jäljitettyä ainoastaan nuorten itsensä kokemuksia tuesta ja painostuksesta, eikä mitään absoluuttista tuen tai painostuksen määrää. Vanhemmat voivat siis nähdä asian aivan eri tavalla kuin nuori itse.

Siinä missä vanhemman osoittamalla tuella ja painostuksella näyttäisi olevan yhteys nuoren urheilijan motivaatioon, havaittiin vanhemman urheilutaustalla olevan yhteyttä nuoren kokemukseen tuesta ja painostuksesta. Tulosten mukaan ne pelaajat, joiden vähintään toinen vanhempi oli urheillut joko SM-tasolla tai kansainvälisellä tasolla, kokivat saavansa vanhemmiltaan enemmän tukea kuin niiden vanhempien lapset, joilla ei ole omaa korkean tason kilpaurheilutaustaa. Tulos voi selittyä sillä, että oman kilpaurheilutaustan omaavat vanhemmat ymmärtävät paremmin urheilun vaatimukset, arvostavat urheilua harrastuksena enemmän ja kenties ymmärtävät myös vanhemmilta tulevan tuen merkityksen paremmin kuin ne vanhemmat, jotka eivät ole itse urheilleet korkealla tasolla.

Sen sijaan painostukseen ei vanhemman omalla kilpaurheilutaustalla ollut yhteyttä. Eräässä tutkimuksessa kävi ilmi, että harrastuksen lopettaminen on yleisempää niillä nuorilla, joiden vanhemmilla on kilpaurheilutaustaa (Fraser-Thomas ym., 2008), mikä antaisi olettaa, että näissä perheissä kenties odotukset myös lapsen menestymiselle olisivat kovat, mikä edelleen aiheuttaisi painostuksen tunnetta nuorelle. Tämä tutkimus ei kuitenkaan tällaista väitettä tue. Kun tarkasteltiin erikseen isän jääkiekkotaustaa, havaittiin yhteyden olevan tismalleen samanlainen. Pelaajat, joiden isillä oli omaa jääkiekkotaustaa, kokivat siis saavansa enemmän tukea, mutta painostuksen suhteen eroja ei ilmennyt. Taustalla voi olla oman harrastuneisuuden mukanaan tuoma ymmärrys lajin vaatimuksista ja innostus yhteisestä lajista nuoren kanssa.

Ymmärrettävästi samaa lajia harrastaneena nämä isät voivat antaa myös itse lajiin liittyviä vinkkejä ja kykenevät antamaan oikeanlaista tukea, jota kokevat ehkä itse nuorena saaneensa tai kaivanneensa.

Mielenkiintoista on myös pohtia, millainen yhteys vanhempien tuella ja painostuksella on motivaation kautta urheiluharrastuksen lopettamiseen. Asiasta ei kuitenkaan voida täysin aukottomasti vetää johtopäätöksiä tämän tutkimusasetelman puitteissa. Koska amotivoituneet päätyivät harrastuksen lopettamiseen muita useammin ja kokivat saavansa vähemmän tukea vanhemmilta kuin sisäisesti ja ulkoisesti korkeasti motivoituneet, voidaan kuitenkin päätellä, että vähäinen tuki ei ole ainakaan helpottanut motivaation puutteesta kärsineitä pelaajia. Se, kuinka suuri vaikutus tuen vähäisyydellä on ollut lopettamispäätökseen, jää kuitenkin arvailujen varaan.

4.2 Tutkimuksen arviointi ja jatkotutkimusehdotukset

Tutkimuksen vahvuutena voidaan pitää suurta otoskoko (n=671), joka loi hyvät edellytykset ilmiön luotettavalle tarkastelulle. Ryhmittelyanalyysin avulla saatiin osin suuren otoskoon ansiosta luotua neljä keskenään erilaista motivaatioprofiilia, joita kyettiin mielekkäällä tavalla vertailemaan. Tutkimuksen vahvuuksiin on luettavissa myös tietynlainen prospektiivinen tutkimusasetelma, jonka avulla motivaation vaikutuksia kyettiin arvioimaan paitsi tutkimushetkellä myös kahden vuoden aikajänteellä.

Tutkimus sisälsi kuitenkin myös joitain rajoituksia. Vaikka tutkimuksen otoskoko oli varsin kattava, jäi vastausprosentti hieman alle kolmannekseen. On mahdollista, että kyselyyn ovat vastanneet korostuneesti tietyt ryhmät. On mahdoton sanoa, kuinka kyselyyn vastanneet ja vastaamatta jättäneet pelaajat eroavat toisistaan motivaatiotekijöiden suhteen, mutta kenties vastaajat ovat olleet tyypillisesti sitoutuneempia lajin harrastamiseen ja tätä kautta motivoituneempia pohtimaan omaa suhdettaan lajiin. Tätä saattaa kuvastaa esimerkiksi se, että kaikki Pohjola-leirille valitut nuoret täyttivät kyselyn. Toisaalta on mahdollista, että vastaamatta jättämisen syynä on ollut kiinnostuksen puute tutkimukseen osallistumisen suhteen tai kyselyn pituus on tehnyt vastaamisesta liian työlästä. Joka tapauksessa vastaajien ja vastaamatta jättäjien eroja voidaan vain arvailla.

Tutkimuksen yleistämiseen liittyy niin ikään rajoituksia. Tutkimuksessa tarkasteltiin pelkkiä poikapelaajia, joten tutkimusta olisi hyvä laajentaa koskemaan myös tyttöjä. Toisaalta sukupuolten välillä ei ole useissa tutkimuksissa löydetty merkittävää eroa erilaisten motivaatioprofiilien suhteen (ks. esim. Rottensteiner ym., 2015; Vlachopoulos ym., 2000). Yleistyksen koskemaan molempia sukupuolia on kuitenkin syytä tehdä varoen. Tutkimus kohdistui myös ainoastaan yhteen ikäluokkaan, joten tuloksia ei ole syytä varauksetta yleistää myöskään selvästi nuorempiin tai vanhempiin urheilijoihin.

Lisäksi tutkimuksen kohdejoukkona oli pelkästään jääkiekon pelaajia, joten tuloksia ei suoraan voi yleistää koskemaan kaikkia nuoria urheilijoita eri joukkuelajeissa ja vielä vähemmän yksilöurheilulajeissa. Jääkiekko on yksi kalleimmista urheiluharrastuksista (Puronaho, 2006), mikä saattaa näkyä muun muassa siinä, että lajin parissa pysyvät ainoastaan kaikkein

motivoituneimmat pelaajat, etenkin kun tiedetään, että vanhempien tulotasolla on yhteys liikunnan harrastamiseen urheiluseurassa (Palomäki ym., 2016).

Tutkimuksen toteuttamisen näkökulmasta voidaan rajoittavana tekijänä nähdä se, että tutkimus pohjautui ainoastaan itsearviointimenetelmien käyttöön. Jokainen urheilija tulkitsee tällöin motivaatiotaan hyvin subjektiivisesti, jolloin tuloksia ei voida tarkastella täysin objektiivisesti. Jatkossa tutkimusta olisi syytä laajentaa kohdistamaan paitsi muihin joukkuelajeihin niin erityisesti yksilöurheilulajeihin, joiden osalta tämän tutkimuksen pohjalta ei voida juuri tehdä päätelmiä. Tämä tutkimus oli myös asetelmaltaan pääosin poikittaistutkimus, joten motivaatiotekijöiden muuttumista vastaajien kokemuksissa olisi kiinnostavaa tarkastella esimerkiksi muutaman vuoden kuluttua. Niin ikään laadullinen tutkimusote määrällisen rinnalla toisi lisätietoja siitä, miten motivaatio koetaan ja minkälainen merkitys sillä on erityisesti urheiluharrastuksen lopettamisen kanssa.

Vanhempien suhtautumista olisi hyvä tarkastella niin, että tutkimuksen kohteena olisi paitsi nuoren myös vanhemman itsensä näkemys. Tätä kautta saataisiin kenties myös lisätietoja siitä, minkä vuoksi vanhemmat suhtautuvat nuoren urheiluun niin kuin suhtautuvat. Lisäksi lajin lopettaneilta voisi olla mielenkiintoista kerätä tietoa lopettamisen syistä. Erityisen keskeistä olisi selvittää, ovatko nuoret lopettaneet urheilun ja liikunnan harrastamisen kokonaan, ryhtyneet panostamaan johonkin toiseen urheilulajiin vai kenties halunneet jatkaa liikunnan harrastamista vähemmän kilpailullisessa ympäristössä esimerkiksi harrasteliikunnan parissa. Tässä tutkimuksessa jäi käsittelemättä myös valmentajien sekä vertaisten eli tässä tapauksessa joukkueovereiden merkitys, jotka voidaan olettaa hyvin keskeisiksi tekijöiksi motivaation rakentumisessa. Jatkossa myös näitä näkökulmia olisi hyvä tarkastella lisää.

4.3 Lopuksi

Motivoituneisuus näyttäisi olevan yhteydessä urheiluharrastamisen lopettamiseen. Erityisen hyvä mittari arvioimaan lopettamisen todennäköisyyttä on amotivoituneisuuden taso. Vanhempien tuella ja painostuksella on yhteyttä motivaatioon, mikä näkyy niin, että sisäisesti motivoituneet kokevat saavansa enemmän tukea ja kohtaavat vähemmän painostusta vanhemmiltaan. Tuen

saaminen on vastaavasti vähäisempää, kun motivaatiota on vain vähän tai ei juuri ollenkaan. Vanhempien oma urheilutausta vaikuttaa tuen antamiseen positiivisesti niin, että lapset, joiden vähintään toinen vanhempi on itse urheillut korkealla tasolla, kokevat myös saavansa vanhemmiltaan enemmän tukea. Tutkimustulokset tukevat pääosin aiempaa tutkimustietoa motivaatiosta ja vanhempien merkityksestä motivaation rakentumiselle.

Tutkimuksen tulokset antavat lisävahvistusta sille, että nuoren urheilijan motivaatioon on hyvin tärkeää kiinnittää huomiota, kun pohditaan liikunnan ja urheilun harrastamisen ja harrastuksen lopettamiseen johtaneita syitä. Tärkeää on hahmottaa myös vanhempien rooli urheilun taustalla ja ymmärtää, että vanhemmat eivät ole irrallinen osa nuoren urheiluharrastusta. Se, miten vanhempi lapsensa harrastukseen suhtautuu, on hyvin keskeistä urheilijan motivaation kannalta ja potentiaalisesti myös harrastuksen lopettamisen näkökulmasta. Myös harjoittelusta vastaavien valmentajien on tärkeää olla tietoisia motivaation merkityksestä, jotta he pystyvät työssään toimimaan sellaisella tavalla, joka edistää erityisesti sisäisen motivaation kehittymistä lajin parissa.

Lähteet

Amado, D., Sánchez-Oliva, D., González-Ponce, I., Pulido-González, J. J., & Sánchez-Miguel, P. A. (2015). Incidence of Parental Support and Pressure on Their Children's Motivational Processes towards Sport Practice Regarding Gender. *PLoS ONE*, 10(6), e0128015.
<http://doi.org/10.1371/journal.pone.0128015>

Anderson, J. C., Funk, J. B., Elliott, R., & Smith, P. H. (2003). Parental support and pressure and children's extracurricular activities: Relationships with amount of involvement and affective experience of participation. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 24(2), 241–257.

Boiché, J. C. S., Sarrazin, P., Grouzet, F. M. E., Pelletier, L., & Chanal, J. P. (2008). Students' motivational profiles and achievement outcomes in physical education: A self-determination perspective. *Journal of Educational Psychology*, 100(3), 688–701.

Bois, J. E., Lalanne, J., & Delforge, C. (2009). The influence of parenting practices and parental presence on children's and adolescents' pre-competitive anxiety. *Journal of Sports Sciences*, 27(10), 995–1005.

Brière, N. M., Vallerand, R. J., Blais, M. R., & Pelletier, L. G. (1995). Développement et validation d'une mesure de motivation intrinsèque, extrinsèque et d'amotivation en contexte sportif: L'échelle de motivation dans les sports (EMS). *International Journal of Sport Psychology*, 26, 465–489.

Calvo, T. G., Cervelló, E., Jiménez, R., Iglesias, D., & Murcia, J. A. M. (2010). Using self-determination theory to explain sport persistence and dropout in adolescent athletes. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 677–684.

Cervelló, E. M., Escartí, A., & Guzmán, J. F. (2007). Youth sport dropout the achievement goal theory. *Psicothema*, 19(1), 65–71.

Chian, L. K. Z., & Wang, C. (2008). Motivational profiles of junior college athletes: A cluster analysis. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20(2), 137–156.

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior, *Psychological Inquiry*, 11:4, 227–268.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 49(3), 182–185.
- Duncan, L. R., Hall, C. R., Wilson, P. M., & Jenny, O. (2010). Exercise motivation: A cross-sectional analysis examining its relationships with frequency, intensity, and duration of exercise. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7:7.
- Edmunds, J., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2006). A test of self-determination theory in the exercise domain. *Journal of Applied Social Psychology*, 36(9), 2240–2265.
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2008). Examining adolescent sport dropout and prolonged engagement a developmental perspective. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20(3), 318–333.
- Frederick, C. M., & Ryan, R. M. (1995). Self-determination in sport: A review using cognitive evaluation theory. *International Journal of Sport Psychology*, 26(1), 5–23.
- Frederick-Recascino, C., & Schuster-Smith, H. (2003). Competition and intrinsic motivation in physical activity: A comparison of two groups. *Journal of Sport Behavior*, 26(3), 240–254.
- Friederichs, S., Bolman, C., Oenema, A. & Lechner, L. (2015). Profiling physical activity motivation based on self-determination theory: a cluster analysis approach. *BMC Psychol* 2015; 3(1). Doi: 10/1186/s40359-015-0059-2.
- Garcia-Mas, A., Palou, P., Gili, M., Ponseti, X., Borrás, P. A., Vidal, J., Sousa, C. (2010). Commitment, enjoyment and motivation in young soccer competitive players. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 609–616.

- Gaudreau, P., Morinville, A., Gareau, A., Verner-Filion, J., Green-Demers, I., & Franche, V. (2016). Autonomy support parents and coaches: Synergistic or compensatory effects on sport-related outcomes of adolescent-athletes? *Psychology of Sport and Exercise, 25*, 89–99.
- Gillet, N., Berjot, S., Vallerand, R. J., & Amoura, S. (2012). The role of autonomy support and motivation in the prediction of interest and dropout intentions in sport and education settings. *Basic and Applied Social Psychology, 34*(3), 278–286.
- Gillet, N., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Baldes, B. (2010). Influence of coaches' autonomy support on athletes' motivation and sport performance: A test of the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Psychology of Sport and Exercise, 11*(2), 155–161.
- Gillet, N., Vallerand, R. J., & Rosnet, E. (2009). Motivational clusters and performance in a real-life setting. *Motivation and Emotion, 33*(1), 49–62.
- Gould, D. (1987). Understanding attrition in children's sport. In D. Gould & M. R. Weiss (Eds.), *Advances in pediatric sport sciences. Vol. 2 Behavioral issues* (s. 401–411). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Guillet, E., Sarrazin, P., Carpenter, P. J., Trouilloud, D., & Cury, F. (2002). Predicting persistence or withdrawal in female handballers with social exchange theory. *International Journal of Psychology, 37*(2), 92–104.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2006). *Multivariate data analysis* (6th edition.). Upper Saddle River: Prentice Hall.
- Harwood, C., Cumming, J., & Fletcher, D. (2004). Motivational profiles and psychological skills use within elite youth sport. *Journal of Applied Sport Psychology, 16*(4), 318–332.
- Hodge, K., & Petlichkoff, L. (2000). Goal profiles in sport motivation: A cluster analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 22*, 256–272.
- Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Mandigo, J. L., & Fox, K. R. (2009). Youth sport parenting styles and practices. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 31*(1), 37–59.

Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Sehn, Z. L., & Wall, M. P. (2008). Parental involvement in competitive youth sport settings. *Psychology of Sport and Exercise, 9*(5), 663–685.

Hoyle, R. H., & Leff, S. S. (1997). The role of parental involvement in youth sport participation and performance. *Adolescence, 32*(125), 233–243.

Jaakkola, T. (2002). Changes in students' exercise motivation, goal orientation, and sport competence as a result of modifications in school physical education teaching practices. Research reports on sport and health no. 131. Likes Research Center for Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Finland.

Jõesaar, H., Hein, V., & Hagger, M. S. (2011). Peer influence on young athletes' need satisfaction, intrinsic motivation and persistence in sport: A 12-month prospective study. *Psychology of Sport and Exercise, 12*(5), 500–508.

Knight, C. J., Boden, C. M., & Holt, N. L. (2010). Junior tennis players' preferences for parental behaviors. *Journal of Applied Sport Psychology, 22*(4), 377–391.

Lee, M., & MacLean, S. (1997). Sources of parental pressure among age group swimmers. *European Journal of Physical Education, 2*(2), 167-177. doi:10.1080/1740898970020204

Leff, S. S., & Hoyle, R. H. (1995). Young athletes' perceptions of parental support and pressure. *Journal of Youth and Adolescence, 24*(2), 187–203.

Lemez, S., Baker, J., Horton, S., Wattie, N. & Weir, P. (2014). Examining the relationship between relative age, competition level, and dropout rates in male youth ice-hockey players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 24*(6), 935–942.

Lindstrom-Bremer, K. (2012). Parental involvement, pressure, and support in youth sport: A narrative literature review. *Journal of Family Theory & Review, 4*(3), 235–248.

McAuley, E. (1992). Understanding exercise behavior: A self-efficacy perspective. *Motivation in Sport and Exercise, 107–127*.

- McAuley, E., Pena, M. M., & Jerome, G. J. (2001). Self-efficacy as a determinant and an outcome of exercise. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (s. 235-261). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Mullan, E., & Markland, D. (1997). Variations in self-determination across the stages of change for exercise in adults. *Motivation and Emotion*, 21(4), 349–362.
- Ntoumanis, N. (2005). A prospective study of participation in optional school physical education using a self-determination theory framework. *Journal of Educational Psychology*, 97(3), 444–453.
- Palomäki, S., Laherto, L., Kukkonen, T., Hakonen, H. & Tammelin, T. (2016). Vanhempien hyvä koulutus ja tulotaso on yhteydessä nuorten liikkumiseen etenkin urheiluseuroissa. *Liikunta & Tiede*, 53(4), 92–98.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Brière, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25(4), 279–306.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Briere, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17(1), 35–53.
- Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, 14(3), 329–341. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002>
- Petlichkoff, L. M. (1996). The drop-out dilemma in youth sports. In O. Bar-Or (Ed.), *The child and adolescent athlete: Encyclopedia of sports medicine*. 418–432. Oxford: Blackwell Science.
- Power, T. G., & Woolger, C. (1994). Parenting practices and age-group swimming: A correlational study. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65(1), 59-66. Retrieved from <https://search-proquest-com.libproxy.helsinki.fi/docview/218532922?accountid=11365>

Puronaho, K. (2006). Liikuntaseurojen lasten ja nuorten liikunnan markkinointi : tutkimus lasten ja nuorten liikunnan tuotantoprosessista, resursseista ja kustannuksista. *Jyväskylä studies in business and economics* 52.

Quested, E., Ntoumanis, N., Viladrich, C., Haug, E., Ommundsen, Y., Van Hove, A., Duda, J. L. (2013). Intentions to drop-out of youth soccer: A test of the basic needs theory among european youth five countries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 395–407.

Rottensteiner, C., Happonen, L., & Konttinen, N. (2015). The interplay of autonomous and controlled motivation in youth team sports. *International Journal of Sport Psychology*, 46(3), 225–244.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.

Ryan, R. M., Frederick, C. M., Lipes, D., Rubio, N., & Sheldon, K. M. (1997). Intrinsic motivation and exercise adherence. *International Journal of Sport Psychology*, 28(4), 335–354.

Ryan, R. M., Williams, G. C., Patrick, H., & Deci, E. L. (2009). Self-determination theory and physical activity: The dynamics of motivation in development and wellness. *Hellenic Journal of Psychology*, 6(2), 107–124.

Ryska, T. A., Hohensee, D., Cooley, D., & Jones, C. (2002). Participation motives in predicting sport dropout among australian youth gymnasts. *North American Journal of Psychology*, 4(2), 199–210.

Sagar, S. S., & Lavalley, D. (2010). The developmental origins of fear of failure in adolescent athletes: Examining parental practices. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(3), 177–187.

Salimäki, H. (2004). Länsimaisen kristillisyyden arvot ja urheilun moraali. Teoksessa K. Ilmanen (toim.) *Pelit ja kentät. Kirjoituksia liikunnasta ja urheilusta* (s. 57–81). Jyväskylän yliopisto: Tutkimuksia 3/2004.

Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L., & Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32(3), 395–418.

Sebire, S. J., Jago, R., Fox, K. R., Edwards, M. J., & Thompson, J. L. (2013). Testing a self-determination theory model of children's physical activity motivation: a cross-sectional study. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10:111. <http://doi.org/10.1186/1479-5868-10-111>

Spray, C. M., Wang, C., Biddle, S., & Chatzisarantis, N. (2006). Understanding motivation in sport: An experimental test of achievement goal and self determination theories. *European Journal of Sport Science*, 6(1), 43–51.

Temple V., & Crane J. (2016). A systematic review of drop-out organized soccer among children and adolescents. *Soccer & Society*, 17:6, 856–881.

Treasure, D. C., Lemyre, P., Kuczka, K. K., & Standage, M. (2007). Motivation in elite-level sport. In M. Hagger, & N. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport*. 153–165. Champaign, IL: Human Kinetics.

Ullrich-French, S., & Smith, A. L. (2009). Social and motivational predictors of continued youth sport participation. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1), 87–95.

Vallerand, R. J. (2001). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (s. 263–319). Champaign, IL: Human Kinetics.

Vallerand, R. J., & Losier, G. F. (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11(1), 142–169.

Vlachopoulos, S. P., Kaperoni, M., & Moustaka, F. C. (2011). The relationship of self-determination theory variables to exercise identity. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(3), 265–272. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.11.006>

Vlachopoulos, S. P., & Karageorghis, C. I. (2005). Interaction of external, introjected, and identified regulation with intrinsic motivation in exercise: Relationships with exercise enjoyment. *Journal of Applied Biobehavioral Research, 10*(2), 113–132.

Vlachopoulos, S. P., Karageorghis, C. I., & Terry, P. C. (2000). Motivation profiles in sport: A self-determination theory perspective. *Research Quarterly for Exercise & Sport, 71*(4), 387–397.

Wolfenden, L. E., & Holt, N. L. (2005). Talent development in elite junior tennis: Perceptions of players, parents, and coaches. *Journal of Applied Sport Psychology, 17*(2), 108–126.

Woolger, C., & Power, T. G. (2000). Parenting and children's intrinsic motivation in age group swimming. *Journal of Applied Developmental Psychology, 21*(6), 595–607.

Wuerth, S., Lee, M. J., & Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athletes' career in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise, 5*(1), 21–33.

Liite 1. Sport Motivation Scale -kysely

Kuinka hyvin ohessa esitetyt väittämät pitävät paikkansa juuri sinun kohdallasi? Käytä asteikkoa 1-5 (1= Täysin eri mieltä... 5= Täysin samaa mieltä).

<i>Miksi pelaat jääkiekkoa?</i>	Täysin eri mieltä				Täysin samaa mieltä
1. Mielihyvän takia jota saan jännittävästä kokemuksista	1	2	3	4	5
2. Mielihyvän takia jota tunnen kun opin uusia asioita jääkiekosta	1	2	3	4	5
3. Minulla oli aikaisemmin hyviä syitä harrastaa, mutta mietin pitäisikö minun enää jatkaa	1	2	3	4	5
4. Mielihyvästä jota tunnen kun löydän uusia tapoja harjoitella	1	2	3	4	5
5. En tiedä enää: minulla on käsitys, etten pysty menestymään urheilussa	1	2	3	4	5
6. Koska se saa minulle tutut ihmiset arvostamaan minua	1	2	3	4	5
7. Koska se on mielestäni yksi parhaista tavoista tavata ihmisiä	1	2	3	4	5
8. Koska olen tyytyväinen kun opin jonkun vaikean suoritustekniikan	1	2	3	4	5
9. Koska on todella tarpeellista harrastaa urheilua jos haluaa pysyä kunnossa	1	2	3	4	5
10. Etuoikeudesta olla urheilija	1	2	3	4	5
11. Koska se on yksi parhaista valitsemistani tavoista kehittää elämäni muita osa-alueita	1	2	3	4	5
12. Mielihyvästä jota saan kun parannan heikkoja kohtiani	1	2	3	4	5
13. Jännityksestä jota tunnen kun osallistun toimintaan	1	2	3	4	5
14. Koska minun täytyy harrastaa urheilua, jotta voi olla tyytyväinen itseeni	1	2	3	4	5
15. Tyytyväisyydestä, jota koen kun parannan kykyjäni	1	2	3	4	5
16. Koska ihmiset ympärilläni ajattelevat, että on tärkeää pysyä kunnossa	1	2	3	4	5
17. Koska se on hyvä tapa oppia paljon asioita, jotka voivat olla hyödyllisiä elämän muillakin osa-alueilla	1	2	3	4	5

18. Voimakkaiden tunteiden takia joita tunnen, kun harrastan jotakin mistä pidän	1	2	3	4	5
19. Se ei ole minulle enää selvää: En tunne, että paikkani on urheilussa	1	2	3	4	5
20. Mielihyvistä jota tunnen vaikean tehtävän suorittamisen jälkeen	1	2	3	4	5
21. Koska tuntuisi pahalta, jos minulla ei olisi aikaa harrastaa	1	2	3	4	5
22. Näyttääkseni muille kuinka hyvä olen urheilussa	1	2	3	4	5
23. Mielihyvistä jota tunnen kun opin suoritustekniikan, jota en ole aikaisemmin yrittänyt	1	2	3	4	5
24. Koska se on yksi parhaista tavoista pitää suhteita yllä ystäväieni kanssa	1	2	3	4	5
25. Koska pidän tunteesta olla täysin syventynyt toimintaan	1	2	3	4	5
26. Koska minun täytyy harrastaa urheilua säännöllisesti	1	2	3	4	5
27. Mielihyvän tunteesta, jota uusien suoritustekniikoiden löytäminen aikaansaa	1	2	3	4	5
28. Mietin usein itsekseni: En pysty saavuttamaan tavoitteitani, joita olen asettanut itselleni	1	2	3	4	5

Liite 2. Parental Involvement Sport Questionnaire -kysely

Miten kuvaisit vanhempiesi suhtautumista jääkiekkoharrastukseesi? Arvioi, kuinka hyvin esitetyt väittämät pitävät paikkansa juuri sinun kohdallasi? Käytä asteikkoa 1-5 (1= Täysin eri mieltä... 5= Täysin samaa mieltä).

	Täysin eri mieltä	1	2	3	4	Täysin samaa mieltä	5
1. Vanhempani katsovat paikan päällä useimmat pelini.	1	2	3	4	5		
2. Vanhempani aina odottavat minun pelaavan paremmin, kuin mitä tavallisesti pelaan.	1	2	3	4	5		
3. Vanhempani arvostelevat tapaani pelata jääkiekkoa.	1	2	3	4	5		
4. Keskustelemme mielellämme yhdessä vanhempieni kanssa peleistäni.	1	2	3	4	5		
5. Vanhempani tekevät kaikkensa, että minusta tulisi mahdollisimman hyvä jääkiekkoilija, ilman että he painostaisivat minua liikaa.	1	2	3	4	5		
6. Vanhempani pahoittavat mielensä, jos häviämme pelejä, jotka meidän olisi pitänyt voittaa.	1	2	3	4	5		
7. Vanhempani asettavat minulle paineita, että menestyisin jääkiekossa .	1	2	3	4	5		
8. Vanhempani ovat ylpeitä siitä, että pelaan jääkiekkoa, riippumatta siitä voittammeko vai häviämmekö pelejä.	1	2	3	4	5		
9. Vanhempani saavat minut tuntemaan oloni paremmaksi silloin, kun olemme hävinneet pelin.	1	2	3	4	5		
10. Vanhempani käyttävät niin paljon rahaa, kuin heillä on varaa ostaakseen minulle kaiken sen, mitä tarvitsen tullakseni hyväksi jääkiekkoilijaksi.	1	2	3	4	5		
11. Vanhempani ovat enemmän huolestuneita siitä, voittammeko pelejä kuin siitä, nautinko jääkiekon pelaamisesta tai teenkö parhaani pelissä.	1	2	3	4	5		