

Tommi Lipasti

# **MITÄ MENESTYKSEKÄS HUIPPU-URHEILU -URA VAATII VANHEMMILTA?**

Katsaus neljän menestyneen huippu-urheilijan kotijoukkoihin

Kasvatustieteiden ja kulttuurin tiedekunta  
Kasvatustieteiden kandidaatin tutkielma  
Marraskuu 2019

# TIIVISTELMÄ

Tommi Lipasti: Mitä menestyksekkäs huippu-urheilu -ura vaatii vanhemmilta? – Katsaus neljän menestyneen huippu-urheilijan kotijoukkoihin  
Kasvatustieteiden kandidaatin tutkielma  
Tampereen yliopisto  
Kasvatustieteiden aineopinnot  
Marraskuu 2019

---

Tämän tutkielman tarkoituksena on selvittää, millainen rooli vanhemmilla on lapsensa huippu-urheilupolulla. Tutkielmassani tarkastellaan neljän menestyneen suomalaisen huippu-urheilijan vanhempien rooleja urheilevan lapsensa taustatukijana olemisesta.

Tämän työn tavoitteena on diskurssianalyysin avulla muun muassa havainnollistaa vanhemmille, millaisiin tekoihin, luopumisiin heidän tulee olla valmiita, jos he haluavat mahdollistaa lapsensa menestyvää huippu-urheilu -uraa.

Tutkimus on laadullinen tapaustutkimus, jossa kirjallista aineistoa on analysoitu diskurssien kautta. Tutkimuksen aineistona on käytetty yhteensä neljää, kahden nykyisen sekä kahden entisen huippu-urheilijan, omaelämäkertaa. Aineistoa on analysoitu ja tuloksia on käsitelty teoreettisen viitekehyksen avulla.

Tutkimuksen viitekehyksessä luodaan kirjallisuus- ja nettiartikkelikatsauksen avulla kuva siitä, millaista huippu-urheilu on Suomessa ja millaiseksi nähdään vanhemman rooli tavoitteellisesti harjoittelevan lapsen arjessa. Tarkastelussa on myös aiempi aiheeseen liittyvä tutkimus, joka käsittelee vanhempien taustatuen tärkeyttä.

Tutkimukseni mukaan vanhemmilla on merkittävä rooli menestyksekkään huippu-urheilu -uran taustalla. Vanhemmat kokivat olevansa urheilemisen mahdollistajia. Käytännön organisoinnilla, eli kyyditsemisellä sekä taloudellisella tuella vaikutti olevan suuri rooli. Perhekeskeisyydellä oli myös suuri myötävaikutus urheilemiseen. Perheistä huokui lapsilähtöisyys, jossa myötämielisellä ja innostavalla kasvuympäristöllä tuettiin lapsen urheilua. Huomattavaa oli myös se, kuinka tärkeäksi koettiin vanhempien arkinen kotihuolenpito. Tutkimukseni mukaan huippu-urheilu -ura vaatii antautumista lapsen urheilulle, mikä tarkoittaa päivittäistä vastuunjakamista urheilevan lapsen vuoksi.

Tämän tutkimuksen tulokset antavat osviittaa yleisellä tasolla. Tutkimuksen tulokset eivät ole kuitenkaan suoraan yleistettävissä, sillä tutkimus käsittelee vain neljää tapausta. Tutkimuksen tietoa voidaan kuitenkin hyödyntää esimerkiksi seuratoiminnassa havainnollistamaan vanhemmille, millaista toimintaa menestyvä kilpa- ja huippu-urheilu -ura vaatii kotijoukoilta.

Avainsanat: huippu-urheilu, menestyksekkäs huippu-urheilija, vanhempien rooli, urheileva lapsi

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -ohjelmalla.

# SISÄLLYS

<b>1</b>	<b>JOHDANTO.....</b>	<b>4</b>
<b>2</b>	<b>HUIPPU-URHEILU SUOMESSA.....</b>	<b>6</b>
2.1	Mitä huippu-urheilu on?.....	6
2.2	Perustelut huippu-urheilun puolesta.....	7
2.3	Huippu-urheilijan määritelmä.....	7
2.4	Matka huippu-urheilijaksi.....	8
<b>3</b>	<b>VANHEMPIEN ROOLI URHEILUSSA.....</b>	<b>10</b>
3.1	Kasvatuksellinen näkökulma.....	10
3.2	Vanhempien vastuualueet.....	11
3.2.1	Kuormittavuuden säätely.....	11
3.2.2	Monipuolisuuden huomioiminen.....	12
3.2.3	Palautumisen tärkeys.....	12
3.2.4	Psyykkistä valmentamista.....	13
<b>4</b>	<b>TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....</b>	<b>14</b>
4.1	Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimusongelmat.....	14
4.2	Kohderyhmä.....	14
4.3	Analyysimenetelmänä diskurssianalyysi.....	15
4.4	Aineiston analysointi.....	15
<b>5</b>	<b>TUTKIMUSTULOKSET.....</b>	<b>17</b>
5.1	Käytännön organisoinnin diskurssit.....	17
5.1.1	Kyyditseminen.....	17
5.1.2	Raha.....	18
5.2	Inhimillisyyden diskurssit.....	20
5.2.1	Perhekeskeisyys.....	21
5.2.2	Kasvuympäristö.....	25
5.3	Urheilullisen elämäntavan diskurssit.....	26
5.3.1	Monipuolisuus.....	26
5.3.2	Harjoitusten määrä.....	27
<b>6</b>	<b>POHDINTA.....</b>	<b>29</b>
	<b>LÄHTEET.....</b>	<b>33</b>

# 1 JOHDANTO

Kuskaa, kustanna, kannusta ja kuuntele. Tämähän on se vanhemman rooli lapsensa harrastamisen tukemisessa. Leikki-ikäisten lasten vanhempana olen ainakin saanut tällaisen kuvan mediasta ja vähän isompien lasten vanhemmilta. Lapsena ja vielä nuorenakin haaveilin huippukiekkoilijan ammatista, kuitenkin tuloksetta. Pääsin kuitenkin pelaamaan rakasta lajiani puoliammattilaisena. Koskaan vanhempani eivät torjuneet tai lytänneet minun innostustani lajia tai ylipäättänsä liikuntaa kohtaan, päinvastoin toteuttivat tätä neljän kovan koon ”sääntöä” todella esimerkillisesti ja tunnollisesti. Näin jälkepäin olen miettinyt ja tajunnut, kuinka paljon vanhempani laittoivat itseään ja rahaa likoon unelmani suhteen. Muistan vielä elävästi sen päivän, kun kirjoitin 19-vuotiaana ensimmäisen pelaajasopimuksen, jonka jälkeen vanhempien ei enää tarvinnut maksaa ”harrastuksestani”. Päivä taisi myös olla ikimuistoinen vanhemmillekin monessakin mielessä.

Minusta ei kuitenkaan koskaan tullut huippu-urheilijaa. Ja totuushan on, että vain harvasta lapsesta tulee oikeasti huippu-urheilija, saati sitten menestyvä huippu-urheilija, vaikka moni vanhempi näin kovaan ääneen tai salaa toivookin. Tutkielmassani pyrin ottamaan selvää, miten neljän menestyneen suomalaishuipun vanhemmat ovat toimineet lapsensa huippu-urheilupolulla. Tarkastelussani on formulakuski Kimi Räikkösen, nyrkkeilijä Eva Wahlströmin, jalkapalloilija Jari Litmasen sekä alppihiihtäjä Kalle Palanderin kotijoukot.

Suomessa janoetaan urheilumenestystä. Meidän puhutaan olevan menestyshullua kansaa. Kisataan sitten nuorten Pohjoismaiden mestaruudesta tai aikuisten olympiakullasta, niin vain ja ainoastaan mitalit kelpaavat suomalaisille. Puolivälierätappioita tai pistesijoja ei arvosteta eikä muisteta. Lajikirjomme on monipuolinen, mutta tiettyjä perinteisiä lajeja arvostetaan enemmän kuin toisia. Esimerkiksi menestymistä jääkiekossa,

moottoriturheilussa, hiihtolajeissa tai yleisurheilussa arvostetaan enemmän kuin cheerleadingissa tai e-urheilussa. Mikäli menestystä saavutetaan kansakuntamme rakastamassa lajissa, niin sitä juhlistetaan toreilla ja lukuisissa suomalaiskodeissa mitalikahvein. Menestystä seuraavina päivinä saamme lukea iltapäivälehdistä tarinoita sankareistamme ja heidän lähipiiristään.

Menestyksen juuret ulottuvat lapsuuteen ja nuoruuteen, jossa kasvavalla urheilijan alulla on ollut vankka vanhempien tuki. Näkemystäni tukee myös aikaisempi aiheeseen liittyvä tutkimus (Muranen & Ähtävä 2013), jonka mukaan vanhemmilla on merkittävä rooli kilpaurheilvan lapsen taustalla. Kyseisen tutkimuksen mukaan menestymisen taustalla on vanhemman myötämielistä ja ymmärtäväistä suhtautumista liikuntaan ja huippu-urheiluun, vahvaa osallistumista lapsen kilpaurheilun käytännön organisointiin läpi urheilu-uran, lapsilähtöisyyttä ja rahaa.

Näistä lähtökohdista lähdin perehtymään itseäni kiinnostavaan aiheeseen sekä valitsemaani aineistooni. Tutkielmani tarkoituksena on saada selville, millainen rooli vanhemmilla on urheilvan lapsen taustalla ja miten puhutaan vanhempien merkityksestä menestymisen taustatukena. Mahdollisesti oma tutkielmani vahvistaa aikaisemman aiheeseen liittyvän tutkimuksen tulosta.

# 2 HUIPPU-URHEILU SUOMESSA

Tutkielmani ei keskity ”pakkoliikkujiin”, omaksi iloksi harrastelijoihin tai edes kansallisen tason kilpaurheilijoihin, vaan maamme huippu-urheilijoihin. Tässä luvussa pyrin tekemään selväksi, millaisena huippu-urheilu nähdään tässä tutkielmassa. Mielestäni Olympiakomitea on määritellyt huippu-urheilun pätevästi.

Tutkielmassani käytän huippu-urheilijasta nimityksiä huippu tai huippu-urheilija. Tässä luvussa pyrin avaamaan, millaisena huippu-urheilija nähdään tässä tutkielmassa. Absoluuttista määritelmään ei ole olemassa, mutta mielestäni Suomen Jousiampujain liiton -nettisivuilla se on hyvin määritetty.

Tässä luvussa halusin myös havainnollistaa, millainen on tie huippu-urheilijaksi, urheilijan näkökulmasta. Maassamme on lukuisia huippu-urheilijoita, mutta erityislahjakkuuksia, urheilijoita, joilla on mahdollisuus olla maailman parhaita jossain lajissa, syntyy vuosittain 5-7 (Nummela 2018). Pelkillä lahjoilla ei kuitenkaan edes huippu-urheilijaksi kasveta.

## *2.1 Mitä huippu-urheilu on?*

Suomen Olympiakomitean mukaan huippu-urheilu on yhteiskuntaan erottamattomasti kuuluva elämänala, joka tuottaa iloa ja hyötyä sekä yksilöille että yhteiskunnalle (Suomen Olympiakomitea 2018, 5).

Pohjimmiltaan kysymys on kilpailemaan oppimisesta. Käytännössä tämä tarkoittaa tavoitteiden asettamista, oikeiden keinojen valitsemista, pitkäjänteistä työntekoa ja kehittymisen mittaamista. Huippu-urheilussa kilpailu on viety kaikkein pisimmälle, ihan ääri rajoille. Menestyminen on seurausta oikeanlaisesta ”matkanteosta”. (Suomen Olympiakomitea 2018, 7.)

Puhutaan suuresta draamasta, koska urheilutapahtumat pitävät sisällään kamppailuja, takaiskuja, periksiantamattomuutta, pettymyksiä, voittamista sekä sankaruutta. Huippu-urheilu tuo esiin ihmisen suuruuden, mutta kolikon kääntöpuolena myös pienuuden. Valitettavasti doping on osa huippu-urheilua, kaikki eivät kykene urheilemaan reilusti. (Suomen Olympiakomitea 2018, 7.)

## *2.2 Perustelut huippu-urheilun puolesta*

Huippu-urheilu koetaan tärkeäksi, koska se opettaa hyvää kilpailua ja muita elämäntaitoja. Se tarjoaa meille myönteisiä esimerkkejä ja esikuvia, ja näin kannustaa kansakuntaa liikkeelle. Huippu-urheiluun satsaaminen nähdään myös taloudellisesti hyvänä investointina. Huippu-urheilu luo meille uusia työpaikkoja, mainostaa Suomea maailmalla ja tuo sitä kautta turisteja Suomeen. (Suomen Olympiakomitea 2018, 5-6.)

Huippu-urheilu saa aikaan tunteita ja yhteisiä elämyksiä. Sen nähdään rakentavan yhteisöllisyyttä sekä vahvistavan kansallista identiteettiä. (Suomen Olympiakomitea 2018, 5.) Yhteiskunnallisen merkityksen osoittaa myös niin sanotun hyvän olon -faktorin tulos, jonka mukaan esimerkiksi Rion kesäolympialaisten jälkeen peräti 73 % suomalaisista koki, että suomalaisurheilijoiden menestys lisäsi heidän hyvän olon tunnetta (Suomen Olympiakomitea 2018, 10).

## *2.3 Huippu-urheilijan määritelmä*

Huippu-urheilijastatukselle ei ole olemassa yhtä ja selkeää määritelmää. Tämä kävi ilmi, kun tarkastelin asiaa. Mielestäni Jousiampujain liitto (SJAL) on yhdessä Olympiakomitean, Paraolympiakomitean ja aselajien vastuuvälmöntäjien kanssa laatinut hyvän kuvauksen huippu-urheilijasta. Sen mukaan huippu-urheilija tekee jossain kohtaa urheilu-uraa tietoisena uravalinnan panostaakseen vain ja ainoastaan urheiluun. Tavoitteenaan menestyä kansainvälisesti. Valinta urapolusta ei tarvitse olla elinikäinen, se voi keskittyä esimerkiksi seuraavalle olympiadille. (Suomen Jousiampujain liitto 2019.)

Jousiammunnan puolella huippu-urheilija voi käydä palkkatyössä tai opiskella, mutta näihin käytetyn ajan ja panostuksen tulisi palvella mahdollisimman hyvin huippu-urheilijan uraa. Viitearvo keskimääräiselle viikoittaiselle harjoittelumäärälle on 20 tuntia. Suunnitelmallinen harjoittelu sisältää lajia, fysiikkaa, mentaalipuolta ja palautumista. Huippu-urheilijalla on myös mahdollisuus harjoitella maajoukkueen ulkopuolella. Urheilija kilpailee säännöllisesti kansainvälisissä kilpailuissa, joissa hän saavuttaa menestystä. (Suomen Jousiampujain liitto 2019.)

## *2.4 Matka huippu-urheilijaksi*

Urheilufysiologian johtavan asiantuntijan Ari Nummelan (2018) mukaan huippu-urheilijaksi kehittymistä voidaan verrata minkä tahansa muun alan huippuosaajaksi kehittymiseen. Keskeisimmässä roolissa ovat geenit, harjoittelu, motivaatio sekä lajista riippuen teknologia. Nummela korostaa poikkeuksellisen perimän tärkeyttä, mutta toteaa, että harjoittelulla ja ympärillä olevien ihmisten tuella pystyy sivuuttamaan jopa perimältään paremmat. (Nummela 2018.)

Puhutaan sitten urheilijasta, joka menestyy Euroopan tasolla tai venyy yksittäiseen huippusuoritukseen olympialaisissa, niin huipulle pääsemiseen vaaditaan, että kaikki optimaalisen harjoittelun osa-alueet toteutuvat. Käytännössä se vaatii paljon panostusta, työtä ja uhrauksia. Toki kaivataan onnea ja faktoja. Missään tapauksessa huipulle ei ole helppo tie päästä, eikä se ole kaikille edes realismia. Urheilijan, vanhempien ja valmentajan onkin syytä punnita mm. minkä verran panostaa ja mitä sitten, jos pääsen tai jos en pääse huipulle. (Lehmuskoski 2019, 133.)

Olympiavoittaja Sami Jauhojärvi korostaa resurssien merkitystä, mutta ennen kaikkea yksilön rahkeiden riittämistä. Hän nostaa esiin myös elämän perustarpeiden huomioimisen jokapäiväisessä tekemisessä. Hänen mukaansa huippu-urheilu vaatii valtavasti työtä sekä ymmärryksen siitä, mitä huippu-urheilu on ja kuinka kokonaisvaltaista se on. Uhrautumista kuvastaa

Jauhojärven sanat: ”Sie nukut huippu-urheilulle, sie syöt huippu-urheilulle, sinun lähipiiri elää huippu-urheilulle.” (A-Teema 2018.)

Jauhojärven mukaan tämä eläminen urheilulle alkaa jo varhaisessa vaiheessa. Perheillä on suuri merkitys menestymisen taustalla. Hän nostaa esiin Norjan, jossa tahkotaan huipputuloksia laajalla rintamalla. Hänen mukaansa norjalaisperheissä on ymmärrystä, miten kasvatetaan urheilijoita. (A-Teema 2018.)

## 3 VANHEMPIEN ROOLI URHEILUSSA

Liikkuvan lapsen ympärillä olevilla ihmisillä, erityisesti vanhemmilla ja kaveripiirillä, on tärkeä rooli urheilijapolulla. He kun osaavat innostaa ja ruokkia motivaatiota oikealla tavalla, niin urheilumotivaation kehittyminen on mahdollista. (Nummela 2018.)

Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksen, KIHUN, urheilufysiologian johtavan asiantuntijan Ari Nummelan (2018) sanoin: ”Tärkein asia huipulle etenemisessä on kuitenkin liikunnallinen lapsuus.” Tässä luvussa ja itse tutkielmassa keskityn vanhempien rooliin tavoitteellisesti harjoittelevan lapsen kasvattajina ja mahdollistajina.

### *3.1 Kasvatuksellinen näkökulma*

Terveellisesti toteutetulla liikuntaharrastuksella on pitkäkestoinen, positiivinen vaikutus elämään. Lapsesta ei tarvitse tulla maailmanmestaria tai ammattilaisurheilijaa, mutta se muun muassa kasvattaa liikunnalliseen elämäntapaan, pitkäjänteisyyteen ja terveellisiin elämäntapoihin. Lisäksi harrastuksen parissa oppii sosiaalisia taitoja sekä kokee liikunnan iloa ja liikunnan jälkeistä hyvää oloa. (Lehmuskoski 2019, 8.)

Tarkastelin Kilpa- ja huippu-urheiluyksikön (KIHU) laatimaa Urheilijan polku - taulukkoa. Satunnaisesti otin tarkasteluun Suomen Nyrkkeilyliiton kasvatuksellisia tavoitteita 7-14 -vuotiaiden osalta. Heidän tavoitteensa ovat samassa linjassa Lehmuskosken vastaavien kanssa. Liiton mukaan nyrkkeilyharrastuksen tulee tuottaa liikunnan iloa, samalla opettaen sääntöjä ja niiden noudattamista. Lisäksi harrastus opettaa säännöllisyyteen sekä sosiaalisia taitoja. Lisäksi kasvatetaan itsestä huolehtimiseen, huolehtimaan tavaroista, hygieniasta sekä terveellisistä ruokailutottumuksista. (KIHU 2019.)

## 3.2 Vanhempien vastualueet

Urheilevan lapsen vanhempien tulee olla tietoisia, että lapsen urheileminen vaatii veronsa vanhemmilta. Monessa suomalaisperheessä liikkuvia lapsia on vielä useampi, ja lasten urheilemisen mahdollistaminen vaatii molemmilta vanhemmilta varsinaisia organisointitaitoja. Yhtä ja samanlaista tapaa roolittaa urheilevan perheen arkea ei ole. Seuraavissa alaluvuissa en ole keskittynyt käytännön organisointeihin, kuljettamiseen ja kustantamiseen. Halusin nostaa esiin inhimilliset vastualueet, eli korostaen kokonaisvaltaisen, urheilullisen elämäntavan puolesta.

### 3.2.1. Kuormittavuuden säätely

Seuroissa harjoittelun suunnittelusta ja valmennuksesta vastaa seuran valmentaja, joka yhdessä lapsen ja vanhempien kanssa kuulostelee urheilijan jaksamista. Loppupeleissä vanhemmalla on kuitenkin vastuu lapsensa harjoittelusta. Käytännössä vanhemman on osattava lukea omaa lastaan, onko harjoittelu riittävän turvallista, terveyttä edistävää ja määrällisesti sopivaa. (Lehmuskoski 2019, 22.)

Lapsen kehon ja mielen hyvinvoinnista on vaalittava ja niitä on kunnioitettava. Vanhempien vastuulla on harjoittelukokonaisuuden optimointi sillä tavoin, että se tukee lapsen kehoa ja mieltä. (Lehmuskoski 2019,54.) Toki Lehmuskoski peräänkuuluttaa itsetuntemuksen opettamista lapselle jo pienestä pitäen. Tunnistamalla itsetuntemuksen viestit lapsi pystyy myös itse arvioimaan ja kontrolloimaan omaa harjoitteluaan. Tästä taidosta on hyötyä urheiluun, mutta myös muuhun elämään. (Lehmuskoski 2019, 58.)

Vanhemman on muistettava pysähtyä ja kuunnella lastaan. Mikäli lapsi haluaa syystä tai toisesta jättää harjoitukset väliin, asiasta on keskusteltava ja selvítettävä, miksi näin on. Mikäli kyse on esimerkiksi aidosta väsymyksestä, kotiin jääminen on oikea vaihtoehto. Väsyneellä treenaajalla loukkaantumiseriski kasvaa, eikä harjoittelumotivaatio ainakaan kohene. (Lehmuskoski 2019, 78.)

### 3.2.2. Monipuolisuuden huomioiminen

Harjoittelumäärästä riippumatta harjoittelu ei saisi olla yksipuolista. Lapsen tulisi pystyä harrastamaan eri lajeja. Jotta lapsi löytäisi itselleen sopivan lajin, tulisi vanhemman mahdollistaa lajikokeiluja lapselleen. (Lehmuskoski 2019, 39.)

Monipuolinen liikunta myös inspiroi lapsen harjoittelua ja lisää liikunnan tuomaa iloa (Lehmuskoski 2019, 76).

Urheilupiireissä ei olla kuitenkaan yksimielisiä siitä, millainen liikunnallisen lapsuuden tulisi olla. Yleisesti kuitenkin ajatellaan, että lapsen harjoittelun ja yleisen tekemisen tulisi olla mahdollisimman monipuolista sekä taitojen että ominaisuuksien suhteen. Liian varhainen erikoistuminen johonkin lajiin voi estää huipulle pääsemisen kokonaan. Toisaalta esimerkiksi telinevoimistelussa varhainen erikoistuminen on välttämätöntä. (Nummela 2018.)

NHL- ja NBA -tähtiä fysiikkavalmentaneen Marko Yrjövuoren mukaan joissakin lajikulttuureissa harjoitellaan jopa liikaa, jolloin laatu kärsii. Yrjövuori toteaa myös sen, että valitettavan usein unohdetaan lajia tukevat harjoitteet ja näin lasten urheilusta tulee liian yksipuolista. (Yrjövuori 2018.)

### 3.2.3. Palautumisen tärkeys

Vanhemmilla on tärkeä tehtävä muonituksessa. Heidän tulisi huolehtia lapsensa tai nuorensa riittävän ravitsevasta ja terveellisestä ruokavaliosta. Pitkän päälle liian niukka ja yksipuolinen ruokavaliio tekee stopin harjoitteluun. (Lehmuskoski 2019, 70.) Ravintovalmennuksen lisäksi vanhemman vastuulla on huolehtia lapsensa kehonhuollosta. Vanhempi pystyy vaikuttamaan riittävään levon ja unen saantiin sekä kotona tehtävään lihaskuntoon, kuten venyttelyyn. (Lehmuskoski 2019, 95.)

Myös liikuntalääketieteen erikoislääkäri Pippa Laukka (2018) vastuuttaa vanhempia näistä tukitoimista, riittävästä ruuasta sekä levon määrästä. Hänen mukaansa tarvittavan energian saa ravintorikkaasta kotiruuasta. Laukka näkee tärkeänä, että perheissä mietitään, milloin lapsi ehtii levätä ja syödä.

#### 3.2.4. Psyykkistä valmentamista

”Sinä olet lapsesi tärkein psyykinen valmentaja.” toteaa Lehmuskoski (2019, 81) kirjassaan. Psyykinen valmennus ei ole vain huippuja varten, kyllähän ajatukset ja mieli vaikuttavat yhtä lailla meidän jokaisen tekemiseen. Vanhempien on hyvä olla tietoisia, että psyykinen valmennus on koko ajan läsnä. Lapsena opittujahan toimintamalleja on taipumus käyttää vielä aikuisenakin. (Lehmuskoski 2019, 81.)

Yksinkertaisuudessaan lapsen tai nuoren tulisi lähteä harrastuksen pariin hymyssä suin, samoin palata harjoituksista samanlaisella fiiliksellä. Muussa tapauksessa jotain on jo pielessä. (Yrjövuori 2018.)

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tässä luvussa havainnollistan tutkimukseni empiirisen osan toteuttamisen. Ensiksi kerron tutkimukseni tarkoituksen sekä laatimani tutkimuskysymykset. Tämän jälkeen käsitellään tarkemmin kohderyhmää sekä analyysimenetelmääni, diskurssianalyysia.

### *4.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimusongelmat*

Tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella ja tulkita, kuinka tärkeä rooli vanhemmilla on lapsensa huippu-urheilijapolulla. Tutkimuksen avulla pyrin selvittämään, tukeeko oma tutkimukseni aikaisempia tutkimuksia, joiden mukaan vanhempien roolilla on suurta merkitystä. Aiheen tutkimista varten laadin kaksi tutkimuskysymystä.

Tutkimusongelmat ovat seuraavanlaiset:

1. Millaisia uhrauksia vanhemmat ovat tehneet urheilevan lapsensa vuoksi?
2. Miten puhutaan vanhempien merkityksestä menestymisen taustatukena?

### *4.2 Kohderyhmä*

Päädyin analysoimaan neljän menestyneen suomalaisen huippu-urheilijan vanhempien roolia. Henkilökohtaisesti tykkään lukea urheilijoiden omaelämäkertoja, joten päädyin keskittymään niiden kautta tutkimusaiheeseeni. Tutkittavat kotijoukot ovat määrittäneet henkilökohtaisen mielenkiintoni mukaan. Mukaan halusin sekä entisiä että nykyisiä huippu-urheilijoita perheineen. En halunnut, että tutkisin ainoastaan miesurheilijoiden vanhempien näkemyksiä, joten valitsin tutkimusjoukkoon myös yhden naisurheilijan vanhemmat.

Tutkimusjoukkooni valikoitui formuloiden maailmanmestarin Kimi Räikkösen, ammattilaisnyrkkeilyn maailmanmestarin Eva Wahlströmin, pujottelun maailmanmestarin Kalle Palanderin sekä kaikkien aikojen suomalaisjalkapalloilijan Jari Litmasen vanhemmat. Keskityn varsin pieneen määrään, neljään tapaukseen, mutta pyrin analysoimaan niitä mahdollisimman perusteellisesti.

### *4.3 Analyysimenetelmänä diskurssianalyysi*

Lähtökohtana diskurssianalyysissa on kieli ja sen seurauksia tuottava luonne. Kieltä voidaan tulkita monin eri tavoin riippuen kontekstista, jossa sitä käytetään. Samasta asiasta voidaan puhua monin eri tavoin, diskurssein. Näitä toisistaan poikkeavia diskursseja ei voida asettaa totuudellisuus- tai paremmuusjärjestykseen. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Diskurssianalyysista ei voida puhua yhteisenä, vakiintuneena tutkimusmenetelmänä, vaan ennemmin lähestymistapana, jossa on lukuisia eri traditioita ja painopisteitä. Diskurssit eivät ole aineistossa valmiina, vaan ne ovat tutkijan tulkintoja. Tutkija siis analysoi ja tulkitsee moninaista puhe- ja tekstiavaruuksiamme sekä esiin tulevia puhetapoja muodostaen näistä lyhyempiä tiivistyksiä. Diskurssianalyysissa on jonkin verran samoja asioita kuin teemoittelussa tai tyypittelyssä, mutta huomio kiinnittyy siihen, miten kieltä käytetään asioiden ilmaisuun, ja miten asioita ja ilmiöitä tuotetaan. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

### *4.4 Aineiston analysointi*

Varsinainen analyysi alkoi perehtymällä valitsemiini omaelämäkertoihin. Luin kirjat huolellisesti läpi ja laitoin muistilappuja niille sivuille, joissa puhuttiin tavalla tai toisella vanhempien roolista. ”Äänenä” oli useimmiten vanhempi itse, mutta myös urheilija tai tämän sisarus saattoi puhua vanhemman tai vanhempien merkityksestä urheiluarjessa.

Päädyin jakamaan aineiston teemoihin esille nousseiden aihealueiden mukaan. Teemoittaminen ei ollut helppoa, koska monet diskurssit liittyivät toisiinsa. Missään tapauksessa en ole kaikkia teemoja työhöni ottanut, vaan mielestäni tärkeimmät. Lopulta jaoin aineistoni kolmeen suureen diskurssiin (taulukko 1.): käytännön organisoinnin diskurssiin, inhimillisyyden diskurssiin sekä urheilullisen elämäntavan diskurssiin. Analyysin keskittäminen ainoastaan kolmeen isompaan diskurssiin olisi ollut liian suurpiirteistä, niin laadin näiden laajempien merkityssysteemien alaisuuteen pienempiä juonteita (taulukko 1.).

Taulukko 1.

<b>Diskurssit</b>	<b>Juonteet</b>
Käytännön organisoinnin diskurssit	Kyyditseminen
	Raha
Inhimillisyyden diskurssit	Perhekeskeisyys
	Kasvuympäristö
Urheilullisen elämäntavan diskurssit	Monipuolisuus
	Harjoitusten määrä

Diskurssijaon jälkeen ryhdyin tulkitsemaan ja analysoimaan tekstiaineistoani nettiartikkeleiden, kirjallisuuden ja oman tietämykseni pohjalta. Luomani juonteet ovat tulkintaani, joiden luotettavuuden pyrin tuomaan esiin omien päätelmien ja tieteellisen keskustelun vuoropuhelulla.

# 5 TUTKIMUSTULOKSET

Tämän tutkimuksen tulokset pohjautuvat neljään valitsemaani omaelämäkertaan sekä teoreettiseen viitekehykseeni. Pyrin saamaan vastaukset kahteen tutkimusongelmaani ”millaisia uhrauksia vanhemmat ovat tehneet urheilevan lapsensa vuoksi?” sekä ”miten puhutaan vanhempien merkityksestä menestymisen taustatukena?”

Tässä luvussa tulokset esitellään laatimani teemoittelun avulla (taulukko 1.). Alaluvut muotoutuvat suoraan sen mukaisesti.

## *5.1 Käytännön organisoinnin diskurssit*

Tässä alaluvussa paneudun urheilemisen mahdollistamiseen. Tarkastelussa on vanhempien rooli kyyditsemisessä sekä kustantamisessa.

### 5.1.1 Kyyditseminen

Menestymisen taustalla on valtavasti yhteisiä kokemuksia, pelikentiltä ja radoilta, mutta myös tien päältä. Räikköset ovat matkanneet tuhansia kilometrejä vanhassa pakettiautossa (Hotakainen 2018, 127).

Vielä ”paremmaksi” on laittanut Palanderin perhe. Suomen menestyneimmän miesalppihiihtäjän Kalle Palanderin isä kyyditsi poikaansa säännöllisesti Tornioista Rovaniemelle treenaamaan, ja kuskaamaan lähdettiin heti isän päästyä töistä (Kangasluoma & Palander 2016, 11).

Litmasilla kuskaaminen alkoi jo Jarin ollessa 3-vuotias. Isä Olavi kertoo esimerkin (Litmanen 2015, 27).

”Mutta kun Jari sai 3 -vuotiaana joululahjaksi luistimet, ei siinä auttanut mikään. Hän odotti aina kaikki vaatteet päällä kotona, että minä tulen töistä ja vien hänet luistelemaan.”

Kuuden vanhana Litmanen alkoi hinkua oikeaan jalkapallojoukkueeseen. Isä ei torpannut pojan halua, vaan marssi ikäluokan valmentajan pakeille. (Litmanen 2015, 27.)

Litmasten perheessä jatkuva kyyditseminen oli osasyynä siihen, että Jarin isä ryhtyi valmentamaan poikansa joukkuetta (Litmanen 2015,27).

”Rupesin funtsimaan, että joudun joka tapauksessa kuskaamaan Hollolasta sen 11 kilometriä Jaria harjoituksiin. Kun siellä sai välillä kentän reunalla kuitenkin lumihangessakin seisokella... Mun kyydissä kulki Hollolasta treeneihin yhteensä seitsemän poikaa...”

Kyyditseminen harrastuksen pariin on monivuotinen ”projekti”. Litmasen tehdessä ensimmäisen pelaajasopimuksen, 16-vuotiaana, hänen pääasiallinen kyyditsijä oli vielä tuolloinkin hänen isänsä tai isä antoi rahan bussilippuun (Litmanen 2015, 32).

Tämän päivän vanhemmilla tuntuu olevan paljon sitoumuksia ja kiirettä elämässä esimerkiksi työn merkeissä tai vapaa-ajan puitteissa. Oman henkilökohtaisen kokemuksen mukaan nykyvanhemmat heittävät helposti palloa esimerkiksi koulujen ja seurojen puoleen. He ovat valmiita tiputtamaan lapsensa harrastukseen ja maksamaan palvelusta. Tarkastelemani vanhemmat suhtautuivat asiaan kuitenkin toisin, he olivat valmiita viettämään aikaa pelikentillä ja kilparadoilla, ja näkivät sen yhteiseksi mukavaksi vapaa-ajanvietoksi.

### 5.1.2 Raha

F1 -maailmanmestarilla, Kimi Räikkösellä, ja hänen vanhemmillaan ei ollut tietoakaan rahan hajusta, kun uraa aloiteltiin, päinvastoin rahaa paloi.

Suhteessa autourheiluun perheellä oli niukasti rahaa. Perheessä elettiin kädestä suuhun, tai tarkemmin: kädestä bensatankkiin. (Hotakainen 2018, 55.) Räikkösen elämäkerrasta käy ilmi, että rahaa oli oltava, jotta ylipäätään autourheilua pystyi harrastamaan. Räikkösen pitkäaikaisen asainhoitajan, Sami Visan, mukaan (Hotakainen 2018, 52):

”...paras tapa harrastaa moottoriurheilua on, ettet aja. Heti kun alat ajaa, pakoputkesta alkaa lennellä seteleitä.”

Räikkösen diskursseista (Hotakainen 2018, 55) käy ilmi, että harrastaminen, ainakin autourheilussa, vaatii rahaa ja erityisesti isän sosioekonominen asema nousee esille.

”Silloin kun mä olin nuori, se itse tekeminen ja rassaaminen oli normaalia. Ei nykyään. Monilla on niin rikkaat fajjat, ettei niitten tarvitse tehdä juuri mitään...”

”Nykyään on tietysti näitä paskahousuja, joiden fajjoilla on miljoonia, eihän ne tee mitään. Menee suunnilleen helikopterilla paikalle, valmiiseen pöytään.”

Räikkösen perheessä näin ei todellakaan ollut. Perheen lapsuudenkodin sisävessakin jäi aikanaan tekemättä mikroautoilun takia (Hotakainen 2018, 147).

Myös Litmanen on elänyt normaalin työläisperheen lapsuuden ja nuoruuden. Mistään ei ollut varsinaisesti puutetta, muttei myöskään hienouksia ollut. (Litmanen 2015, 9.)

Läpimurtoaan miesten peleihin tehdessään, 16-18 -vuotiaana, jalkapallo oli Litmanen ”kesätyö”. Perheen taloudellinen tuki ja ylläpito olivat kuitenkin tosi tärkeitä. (Litmanen 2015; 32,35.)

”Äitini oli sanonut, että minun ei tarvitse mennä kesätöihin niin kauan kuin asun kotona. Hän kyllä antaisi sen verran rahaa kuin tarvitsen. Se oli minulle hieno tuki, mistä pitää kiittää äitiäni.”

Palanderin perheessä laskemisen aiheuttamia lisäkuluja katettiin perheen lisäelinkeinon, mehiläisten hoidon avulla. Kallen Hunajalle riitti kuulemma ostajia, koska varat käytettiin nuoren urheilijan tukemiseen. Pelkkä hunajan myynti ei kuitenkaan riittänyt urheilumenojen kattamiseen. (Kangasluoma & Palander 2016; 21, 82.)

”Isän Outokummulta saadusta palkasta meni iso osa minun harjoitteluni rahoittamiseen. Myös äitini yhden hengen pipofirma tuotti tulosta. Välillä niitä pipoja myytiin todella paljon, ja rahaa jäi muihinkin menoihin kuin urheiluuni.”

Ammattilaiskehissä maailmanmestaruuden voittanut Eva Wahlström rahoitti leireilyn ja kisamatkat pääsääntöisesti itse, mutta myös vanhempien rahoilla (Wahlström 2014, 139). Ja nyt on muistettava, että Wahlström aloitti nyrkkeilyn vasta 15 -vuotiaana, joten vanhempien taloudellinen tuki on jatkunut pitkälle aikuisuuteen, toisin kuin esimerkiksi Litmasella.

Rahaa palaa lapsen urheilemiseen, tämä käy selväksi tapauksistani. Tutkimusjoukostani käy ilmi, kuinka urheilun rahoittaminen on pois muista perheen tarpeista ja mukavuuksista.

## *5.2 Inhimillisyyden diskurssit*

Tässä alaluvussa korostuu perheen merkitys. Seuraavat diskurssit osoittavat, että urheilu ei ole missään nimessä pelkästään lapsen juttu, vaan se on koko perheen juttu. Olen koonnut juonteet perhekeskeisyydestä sekä kasvuympäristöstä.

### 5.2.1 Perhekeskeisyys

Hotakainen kuvaa Räikkösen perhettä moottoriperheeksi, joka yhdessä hengitti samaa katkuista ilmaa. Isä, Matti, oli moottori ja äiti, Paula, bensiini. Kimi ja hänen veljensä viettivät pienestä pitäen aikaa isänsä kisoissa ja heidän annettiin tarttua erilaisiin vehkeisiin. Isällä oli vehkeet, pojilla hinku. Jos jotain halusi, piti tehdä itse. Isä antoi poikiensa touhuta, vaikkakaan kaikki ideat eivät olleet loisteliaita. Räikkönen puhuu vallan perheen ja erityisesti isänsä merkityksestä siihen, että hän päätyi autourheilun pariin. (Hotakainen 2018; 52-53, 55.) Räikkönen toteaaakin (Hotakainen 2018,53):

”Perhe on koko ajan ollut tekemisissä prätkien ja moottorien kanssa. Vauhtia piti olla, sama mikä vehje oli alla.”

Kartingista alkoi Räikkösen autourheilu-ura, ja Räikköselle karting -sanana merkitsi koko perhettä (Hotakainen 2018, 55). Yhdessä tekemistä, yhdessä olemista. Perheelle tämä oli elämäntapa, hetkessä elämistä tietämättä ja pohtimatta, mitä tulevaisuus tuo tullessaan. Mukana oli valtavasti tunnetta, jonka voi aistia Kimin äidin kommentista. (Hotakainen 2018, 58.):

”Joskus kun oltiin pakattu ja saatu kaikki kartingkamat autoon, niin mä huudahdin, että ai kun mä olen onnellinen kun saan olla tässä. Me näytettiin sitä onnentunnetta, on halattu ja oltu läheisiä. Se oli perheen vapaa-aikaa...”

Räikkösen äidin diskurssista paistaa ylpeys perheen yhteistä harrastusta kohtaan. On sanomattakin selvää, että tällainen olemus ja onnellisuus myötävaikuttaa lapsen tekemiseen ja harrastuneisuuteen. Joku toinen äiti voisi tiuskaa miehelleen ja lapsilleen, että hänellä olisi muutakin tekemistä vapaa-ajallaan. Tällainen käyttäytyminen ei missään nimessä tukisi lapsen urheiluuraa.

Myös Litmasten perheessä urheilu kuului jokapäiväiseen arkeen. Molemmat vanhemmat pelasivat jalkapalloa ja sisko harrasti koripalloa. Litmanen kuitenkin

mainitsee, ettei missään kohtaan häntä painostettu urheiluun. (Litmanen 2015, 9.)

”Kuljin lapsesta saakka isän ja äidin mukana peleissä ja harjoituksissa, pukukopeissa ja joukkueiden busseissa, joten minun kasvuympäristöni kokonaisuudessaan oli urheilumyönteinen.”

Litmanen näkee Räikkösen tavoin molempien vanhempien roolin tärkeäksi. Itse lajiharjoittelua oli enemmän isän kanssa, mutta äiti puolestaan opetti paljon arjen taitoja. (Litmanen 2015, 20.)

”Isäni...Kävimme kahdestaan säännöllisesti harjoittelemassa myös viikonloppuisin ja loma-aikoina. Sain häneltä esimerkkiä, hyviä neuvoja sekä asenteen, että silloin kun treenataan, ollaan tosissaan. Äitini...opetti minulle vastaavasti elämän perustaitoja: ruoanlaittoa, tiskaamista, pyykinpesua ja siivousta...”

Lapsi tarvitsee myös esimerkkiä ja innostajaa. Litmanen kohdalla isä oli valmis antamaan aikaa pojalle, ilman pakottamista (Litmanen 2015, 40).

”Tietenkin minulle oli mielettömän suuri etu, että isäni oli entinen pääsarjapelaaja ja lähti kanssani monesti myös harjoittelemaan. Hän näki, että olen innostunut, ja halusi antaa aikaansa minulle. Jos en olisi jaksanut lähteä, en usko, että se olisi isää haitannut. Sitten ei vain olisi lähdetty.”

Myös Kalle Palanderin kohdalla isä on ollut merkittävässä roolissa urheilu-uran suhteen, vaikkakin aivan erilaisella lähestymistavalla kuin esimerkiksi Litmanen tapauksessa. Kallen isä, Jouni, toimi poikansa valmentajana. Isä valmensi Kallea auktoritaarisella otteella. Hän muun muassa pakotti Kallea osallistumaan kisoihin sekä piti alati vaatimustason korkealla harjoituksissa (Kangasluoma & Palander 2016, 16).

Huomioitavaa on kuitenkin se, että vasta 10 vuoden iässä Kalle alkoi viettämään enemmän aikaa isän kanssa rinteessä. Isä oli omistautunut Kallen lajille, hän

ammensi valmennustietoutta ja kuskasi lukuisia kilometrejä poikaansa. (Kangasluoma & Palander 2016, 17).

”Aina kun oli mahdollista, auton keula suunnattiin rinteeseen ja lähimpään paikkaan eli Rovaniemen Ounasvaaralle.”

Palanderin suhde isäänsä oli kovin ristiriitainen, mutta totuus on se, että isä teki valtavasti uhrauksia poikansa eteen ja mikä tärkeintä uskoi poikaansa (Kangasluoma & Palander 2016, 21).

”Ollessani 15 -vuotias, kukaan muu kuin isäni ja minä ei uskonut, että minusta tulisi koskaan yhtään mitään.”

Harjoitteluolosuhteissa Palanderin isällä oli valtavan tärkeä rooli, mutta Kalle ei väheksy äitinsä merkitystä urheiluvan lapsen arjessa. Hänen äitinsä oli hyväksyvämpi ja sallivampi, ja hänen tukeaan Palander paikoitellen kaipasi. Äitinsä vastasi myös taloudellista tukemisesta sekä muun muassa ruokahuollosta. Mentaalisesti äiti oli Kallen uralla todella tärkeä. (Kangasluoma & Palander 2016, 115.)

”Äiti oli sellainen psykologi, johon saattoi aina luottaa, kun oli todella hankala paikka edessä.”

Edellä olleissa perheissä vanhemmat olivat vahvasti läsnä lapsen lajissa, mutta näin ei ollut Wahlströmin perheessä (Wahlström 2014, 141).

”Olen iloinen, ettei kukaan lapsuudenperheestäni ymmärrä nyrkkeilyä tai sitä, miksi haluan tehdä sitä mitä teen. Lapsuudenkodissani kukaan ei painosta minua harjoittelemaan ja voin siirtää nyrkkeilyminäni halutessani syrjään.”

Sami Jauhojärven toteamus (2018): ”...sinun lähipiiri elää huippu-urheilulle.” kiteyttää edellä olleet esimerkit perheen merkityksestä. Toki Wahlströmin perheessä ei oltu niin vahvasti mukana itse lajissa, mutta vanhemmat

mahdollistivat lapsen harrastamisen, ja mikä tärkeintä, eivät torjuneet tytön intoa lajia kohtaan ja pitivät huolta tyttärestään. Diskursseista voi tehdä tulkinnan, että kotona ollessaan urheilija sai täysin unohtaa lajinsa ja keskittyä muihin elämän asioihin. Tämä teki varmasti urheilijan pääkopalle hyvää.

Diskursseista voi selkeästi tulkita, että tämä antautuminen lapsen tai nuoren urheilulle tarkoittaa ainakin jonkinasteista luopumista muista vanhemman vapaa-ajanvieron mahdollisuuksista, koska urheilu määrittää vahvasti perheen arkea. Huomattavaa on, että tämä perheen arki ja lapsen harrastuneisuus alkaa jo hyvin nuorena.

Muun muassa vuoden 2014 ja 2016 nuorten kiekkoleijonien menestyksekkäissä MM-projekteissa mukana ollut mentaalivalmentaja Melina Niemi peräänkuuluttaa myös kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin puolesta. Hän näkee ihmisen kokonaisuutena. Lapsi tarvitsee monipuolista treeniä, lepoa ja oikeanlaista ravintoa. Myös psyykettäkin tulisi harjoittaa nuoresta alkaen. (Aamulehti 2016.)

Samaisessa haastattelussa Niemi korostaa, että vanhemmilta vaaditaan ennen kaikkea vanhemmuutta. Vanhemmilla on vastuu lapsen hyvinvoinnista. Vanhempien on osattava olla läsnä, kuunnella ja tukea omaa lastaan, ilman pelkojohtamista. Ja on muistettava, että vanhemman unelmaan lasta ei voi pakottaa. Huippu-urheilijuus on oltava lapsen unelma, ja sen eteen on tehtävä valtavasti töitä. (Aamulehti 2016.)

Edellä olevat esimerkit osoittavat sen, että vanhempien aktiivisuus ja urheilullisuus antavat lapselle mahdollisuuden löytää itselleen mieluisen harrastuksen, josta lapsi itse nauttii. Syntyntyttä intoa ja iloa tulisi tukea kaikin mokomin keinoin. Huomionarvoista on se, että huippu-urheilijuus vaatii oikeanlaista elämänhallintaa. Vanhemmilla on suuri vastuu elämän perustaitojen opettamisessa.

### 5.2.2 Kasvuympäristö

Turha on väheksyä sitä, mihin vanhemmat ovat asettuneet ja missä he lapsiaan kasvattavat. Jari Litmasen mukaan hänen oli vaikea välttyä urheilulta (Litmanen 2015, 9-10).

”Synnyin Lahdessa, ja urheilu – oikeastaan kaikki mahdolliset kesä- ja talvilajit yksilö- ja joukkueurheilussa – oli kaupungissa läsnä...”

”Kerrostalon kasvattina olin tottunut siihen, että kaikkialla oli samanikäisiä ja vanhempiakin lapsia. Piholla leikittiin ja pelattiin.”

Kalle Palander kasvoi laskettelevaan perheeseen, mutta löytyipä perheen kotipihasta tenniskenttäkin, jossa Palander pelasi aina kun se vain oli mahdollista (Kangasluoma & Palander 2016, 16). Palanderin sanoin (2016, 114):

”Vanhemmilla ja nuoren lapsuuden kodilla on iso merkitys huippu-urheilijaksi kehittämisessä.”

Näen Wahlströmin isällä olleen merkittävä rooli Evan huippu-urheilijamentaliteetin kasvattamisessa. Isän jakamat elämänopit kasvattivat Evaa ihmisenä ja urheilijana. Tässä pari mainitakseni (Wahlström 2014; 49, 140):

”Isäni oli opettanut, että kun kaatuu tai mokaa, on yritettävä heti uudestaan sitä, missä epäonnistui.”

”Det finns inga dåliga väder, bara dåliga kläder – ei ole olemassa huonoja kelejä, on vain huonoja vaatteita.”

Liikunnallinen on ollut Wahlströminikin lapsuus. Muistellessaan lapsuuden kesiään, hän muistaa muun muassa leikit pihalla naapurin lasten kanssa (Wahlström 2014, 219).

Diskurssit osoittavat sen, ettei vanhempien välttämättä tarvitse hommata ihmeellisyyksiä pihapiiriin. Tärkeintä on kannustaa lasta leikkimään ja liikkumaan mieleisessään seurassa.

### *5.3 Urheilullisen elämäntavan diskurssit*

Pohjatyö tehdään lapsuudessa. Huippu-urheilijapolulla liikunnallinen lapsuus on kaiken a ja o. Urheilullinen elämäntapa opitaan jo pienenä, varsinkin kun puhutaan tulevista huipuista. Seuraavassa juonteet monipuolisuudesta sekä harjoitusten määrästä.

#### 5.3.1 Monipuolisuus

Räikkösen lapsuus ei ollut pelkkää autourheilua. Kimi oli veljensä kanssa koko ajan liikkeessä, he leikkivät, pelasivat ja sähläsivät. Urheilulajeista on mainittu jalkapallo, jääkiekko ja yleisurheilu. (Hotakainen 2018, 55.)

Myös Suomen menestyneimmän jalkapalloilijan Jari Litmasen lajikirjo on ollut mittava lapsena, yleisurheilua, jalkapalloa, jääkiekkoa, koripalloa, lentopalloa ja pesäpalloa (Litmanen 2015, 9).

Litmasen äänestä huomaa, että monipuolisuus on periytynyt vanhempien esimerkistä (Litmanen 2015, 13).

”Monipuolinen liikunta oli hyvin luonnollista. Isänikin pelasi jalkapallon ohessa jääkiekkoa noin 18 -vuotiaaksi asti. Mäkeä hän hyppäsi 14-15 -vuotiaaksi. Äitini puolestaan oli luistellut, yleisurheillut ja pelannut jalkapalloa.”

Alppihiihtäjä Palanderinkaan lapsuusajan liikkuminen ei kulunut pelkästään mäessä, vaan hän kertoo olleensa hyvin aktiivinen eri urheilulajeissa. Lasketteluun ja tenniksen lisäksi hän harrasti jalkapalloa 8-vuotiaasta sekä jalkapalloa 9-vuotiaasta lähtien. (Kangasluoma & Palander 2016, 16.)

Monipuolista oli myös nyrkkeilijä Wahlströmin lapsuus, muttei niinkään urheilullisesti. Wahlströmin lapsuudesta nousee esiin kuvataiteen sekä musiikin harrastaminen. Vanhemmat muun muassa kustansivat kitaransoittotunteja sekä rumpusetin kotiin. Liikunnallisesti on ollut merkittävää, että Wahlström innostui lapsena pyöräilystä. Huippu-urheilijan kaipaamaa päämäärätietoisuutta ja kunnianhimoa oli läsnä pienen tytön pyöräilyssä. (Wahlström 2014, 48.)

”Miten kovasti pidinkään pyöräilystä. Jo silloin minua kyllästytti pyöräillä aina samoja reittejä kavereiden luokse, ja siksi ajoin välillä rannan tai torin kautta ja välillä harjun yli, vaikka se oli kaikista pisin ja raskain matka.”

Tutkimukseni mukaan ei ole niinkään väliä, mitä on harrastanut ennen lopullista lajivalintaa. Menestymisen kannalta on kuitenkin merkittävää, että lapsella on takanaan liikunnallisesti monipuolinen lapsuus, ja tätä vanhemmat pystyvät tukemaan omalla monipuolisella, liikkuvalla esimerkillä sekä erilaisten harrastusten mahdollistamisella.

### 5.3.2 Harjoitusten määrä

Räikkösien perheessä tiistai oli ainoa päivä, jolloin ei ollut harjoituksia. Harjoitusten päälle Kimi käytti aikaa rassaamiseen. (Hotakainen 2018, 55.)

Tornion tasamailta maailman huipulle kivunneelle Kalle Palanderille kurinalainen ja intensiivinen alppihiihdon harjoittelu oli jokapäiväistä jo pikkupojasta lähtien (Kangasluoma & Palander 2016, 16).

”Sille oli varattu oma aikansa joka päivä koulun jälkeen ja siihen suhtauduttiin yhtä vakavasti kuin työssäkäyntiin.”

Myös Litmasella on ollut paljon joukkueharjoituksia viikossa. Hän pelasi monen lahjakkaan joukkuepalloilijan tavoin useassa ikäluokassa (Litmanen 2015, 25).

”Yhdessä vaiheessa pelasin futista samaan aikaan kolmessakin eri ikäluokassa ja vielä yhdessä lätkäjengissä, joten talvet olivat aika tukossa harjoituksista.”

Huippu-urheilijaksi kasvu vaatii myös harjoittelua normaalien harjoitusten ulkopuolella, ja tähän lisää vanhempien ajankäyttöä, kuskailua lapsensa intohimon eteen, kuten Litmasen tapauksessa käy ilmi (Litmanen 2015, 21).

”Monet kerrat olin Suurhallissa kolmesta jopa iltayhdeksään. Jätin kotiin isälle lapun, että olen hallilla – silloin ei ollut kännyköitä. Joskus viiden – kuuden aikoihin isällä oli tapana ajaa hallille kyselemään, joko olen valmis lähtemään kotiin. Yleensä pyysin, että jäisimme vielä hetkeksi. Isä odotteli lueskellen iltapäivälehtiä. Seitsemän maissa sama toistui. Yhdeksältä hallia ruvettiin laittamaan kiinni ja isä totesi, että nyt pitää lähteä.”

Tapaukseni osoittavat, että lapsen harjoitteluun käytetään lukuisia tunteja viikossa. Vanhempien työpäivien jälkeinen arki sekä viikonloput menevät pitkälti lapsen urheilemisen ehdoilla. Mikäli vanhemmat ovat valmiita luopumaan omasta vapaa-ajastaan ja suhtautuvat myötämielisesti lapsen säännölliseen ja määrällisesti korkeaan harjoitteluun, he tekevät suuren palveluksen lapselleen. Toki vanhemman on osattava lukea lastaan ja asetettava tarvittaessa rajat harjoittelulle.

## 6 POHDINTA

”Urheilija on tavallaan kuin lapsi. Koska olen urheilija, minusta pidetään huolta.”

Näin toteaa omaelämäkerrassaan ammattilaisnyrkkeilyn maailmanmestari Eva Wahlström (2014, 144). Ja tottahan tämä on, kun tarkastelee tapauksiani. Neljän kovan koon säännöllä pääsee pitkälle, mutta on huomattavaa, kuinka tärkeäksi koetaan vanhempien arkinen kotihuolenpito. Esimerkkini osoittavat sen, että urheilijat kokevat molempien vanhempien roolin tärkeäksi huolimatta siitä, vaikka toisella vanhemmalla olisi vastuu kyyditsemisestä ja valmennuksesta. Kotioloissa tapahtuvaa huolenpitoa sekä kuuntelua arvostetaan yhtä lailla.

Nykyhuippu-urheilusta puhuttaessa huippu-urheilujohtajat puhuvat siitä, että urheilija on keskiössä. Urheilijaa tulisi kuunnella ja resursseja tulisi suunnata urheilijan tarpeen mukaan. Todellisuudessa rahanjako on kuitenkin hyvin moniportainen ja useat urheilijat joutuvat tekemään kovan työn rahoittaakseen itse urheilemisen. (A-Teema 2018.) Lapsuudessa ja nuoruudessa tämä urheilujohtajien visio todellakin toteutuu. Tällöinhän rahoituksesta vastaavat lähinnä vanhemmat.

Menestyneillä urheilijoilla on tapana sanoa, ettei mikään ole tullut ilmaiseksi. Tällä lausahduksella he tarkoittavat menestymisen eteen tehtyä työmäärää, mutta yhtä hyvin tätä voisi lukea kirjaimellisesti. Tapaukseni osoittavat, että ilman vanhempien merkittävää taloudellista tukea, lapselle rakkaan lajin harrastaminen olisi saattanut olla vaarassa, ja heistä ei olisi mahdollisesti koskaan tullut menestyneitä urheilijoita. Ja toiseksi, varsinkin yksilölajeissa, ilman riittävää taloudellista tukea lapsi antaa etumatkaa muille kanssakilpailijoille muun muassa harjoitteluolosuhteissa, välineissä tai valmennuksessa.

Tutkielmani mukaan yksilölajeissa vanhempien kokonaisvaltainen tuki jatkuu läpi urheilu-uran. Karrikoiden arvokisamitali avaa lajiliiton, kunnan, valtion rahakirstun yksilöurheilijalle. Suomen urheilujärjestelmässä tuki perustuu tuloksiin (Evilä 2018). Joukkueurheilussa vanhempien tuki on tärkeää läpi lapsuuden ja nuoruuden, mutta huippujen osalta varsinkin vanhempien taloudellinen taakka kevenee esimerkiksi mahdollisen ammattilaissopimuksen myötä.

Huomionarvoista on, että tutkimusjoukossani perhekeskeisyys oli vahvasti läsnä. Urheileminen nähtiin perheen yhteisenä juttuna. Perheiden arki pyöri urheilevan lapsen ympärillä ja vanhemmat osoittivat myötämielistä suhtautumista ja käyttäytymistä lapsensa tavoitteellisen urheilemisen eteen. Wahlströmin perheessä ei toki ymmärretty tyttärensä lajivalintaa, mutta Eva ryhtyikin nyrkkeilemään vasta 15 -vuotiaana. Myöhäinen erikoistuminen ei kuitenkaan ollut este nousuun maailman huipulle, olihan hänen lapsuudessaan keskitytty huippu-urheilijalle tärkeisiin asioihin, kuten mentaalipuoleen sekä liikunnallisiin perustaitoihin.

Mielestäni tänä päivänä lapset erikoistuvat omaan lajiinsa liian varhain. Jos vanhemmat tai valmentajat kieltävät muiden lajien harrastamisen päälajin ohessa, niin monipuolisuus kärsii ja ennen pitkää saattaa kyllästyminen iskeä. Tutkimieni huippu-urheilijoiden vanhemmat ovat nähneet monipuolisen liikkumisen rikkautena, kuten myös heidän lapsensa. Vanhempien ja valmentajien tehtävänä on tukea monipuolisuutta urheilemisessa. Monipuolinen liikunta muun muassa kehittää erilaisia taitoja, tuo erilaisia ärsykeitä sekä tuo harjoitteluun vaihtelua.

Urheilupiireissä on vankka näkemys siitä, että huipulle halutessaan pitää harjoitella ”pakollisten” harjoitusten ulkopuolella. Julkisesti puhutaan urheilijoiden toistomääristä omatoimijalta, ja kyllähän myös tutkimuksessani olleet urheilijat harjoittelivat ja yleensäkin liikkuvat paljon ihan pienestä pitäen. Huomattavaa on kuitenkin se, että onpa niitä ”pakollisiakin” treenejä ollut paljon pienestä pitäen. Tänä päivänä kauhistellaan lasten korkeita harjoitusmääriä, mutta esimerkkinä osoittavat sen, että kylläpä niitä laadukkaita,

valmentajajohtoisia harjoituksia tulisi olla useampia viikossa, mikäli mielihuipulle. Vanhempien näkökulmasta tämä tarkoittaa päivittäistä vastuunjakamista urheilevan lapsen vuoksi. En yhtään ihmettelisi ja ei varmasti olisi pahitteeksi, jos vanhemmat suunnittelisivat etukäteen joustavan viikko-ohjelman, jossa tulisi huomioiduksi käytännön järjestelyt liittyen lapsen urheilemiseen.

Vanhempien harrastaminen ei johda tietä menestykseen, vaan kyseessä on lapsen harrastus. Vanhempien rooli on kasvattaa lapsi liikunnalliseen ympäristöön ja elämäntapaan. Tarvittavan alkukipinän jälkeen lapsi on vietävä lasta kiinnostavan harrastuksen tai mielellään harrastuksien pariin. Tällöin valmennusvastuun ottavat seurojen ammattitaitoiset valmentajat. Hyvällä yhteistyöllä valmentajien kanssa sekä vanhempien reippaalla ja innostavalla tuella ja mahdollistamisella kaikki on mahdollista.

Lukemattomia kertoja olen lukenut ja kuullut, kuinka huippu-urheilijaksi kasvaneet urheilijat ovat omasta palostaan viettäneet aikaansa liikunnan parissa ihan pienestä pitäen. Heitä ei ole missään nimessä pakotettu liikkumaan. Näkemystäni komppaa lukuisten urheilijoiden kuntouttajana ja valmentajana toiminut Tiina Lehmuskoski (2019, 133), jonka sanoin: "...loppupelissä kaiken määrittää haluaako urheileva itse huipulle."

Tutkielmaa tehdessäni mieleen juolahti muutamia jatkotutkimusideoita. Asiaa voisi tarkastella, miten isän ja äidin roolit poikkeavat urheilevan lapsen taustalla. Tässä tutkielmassa otanta oli pieni, mutta vaikutti siltä, että äideillä oli enemmän vastuuta kotioloissa. Isät sitä vastoin ottivat enemmän roolia kускаamisesta ja olivat harjoittelussa enemmän läsnä.

Olisi myös mielenkiintoista selvittää, miten yksilö- ja joukkueurheilijoiden vanhemmat eroavat toisistaan. Tämän tutkimusjoukon mukaan sekä yleisen olettamukseni mukaan yksilöurheilijoiden vanhemmat ovat pidempään kiinni lapsensa urheilussa. Varsinkin taloudellisesti yksilöurheilijat näyttävät olevan riippuvaisia vanhemmistaan aikuisiälle ja jopa läpi urheilu-uran. Lupaavat

joukkueurheilijat sitä vastoin solmivat taloudellisesti merkittäviä ammattilais sopimuksia hyvinkin nuorena.

# 7 LÄHTEET

A-Teema – Hukattu huippu-urheilu. 2018. Yle Areena 22.3.2018.  
<https://areena.yle.fi/1-4241595>. (Katsottu 14.10.2019.)

Evilä, T. 2018. A-Teema – Hukattu huippu-urheilu. Yle Areena 22.3.2018.  
<https://areena.yle.fi/1-4241595>. (Katsottu 14.10.2019.)

Hotakainen, K. 2018. Tuntematon Kimi Räikkönen. 7.painos. Helsinki:  
Kustannusosakeyhtiö Siltala.

Jauhojärvi, S. 2018. A-Teema – Hukattu huippu-urheilu. Yle Areena 22.3.2018.  
<https://areena.yle.fi/1-4241595>. (Katsottu 14.10.2019.)

Kangasluoma, T & Palander, K. 2016. Kalle – Suoraa puhetta. Docendo.

Kilpa- ja huippu-urheiluyksikkö (KIHU). 2019. Urheilijan polku.  
[https://kihuenergia.kihu.fi/urapolku/julkinen\\_index.php?page=taulukko&laji=112](https://kihuenergia.kihu.fi/urapolku/julkinen_index.php?page=taulukko&laji=112). (Luettu 18.10.2019.)

Laukka, P. 2018. Treenaako lapsesi liikaa? Pippa Laukka ja Marko Yrjövuori:  
Nämä hälytysmerkit jokaisen vanhemman tulisi huomata! YLE Akuutti  
19.2.2018. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2018/02/19/treenaako-lapsesi-liikaa-pippa-laukka-ja-marko-yrjovuori-nama-halytysmerkit>. (Luettu 28.10.2019.)

Lehmuskoski, T. 2019. Urheileva lapsi - Vastuullinen vanhempi. Fitra.

Litmanen, J. 2015. Litmanen10. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Muranen, P & Ähtävä, A. 2013. Miten voittajaksi kasvetaan? Aikuisten arvokisamitalin saavuttaneen kestävyysurheilijan vanhemman näkemyksiä lapsensa taustavaikuttajan roolista. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Oulun Yliopisto. Kajaanin opettajankoulutusyksikkö.

Nummela, A. 2018. Suomessa syntyy vuosittain 5-7 lasta, joilla on mahdollisuus kehittyä maailman parhaiksi: ”Ilman poikkeuksellista perimää ei ole mahdollista kehittyä huipulle”. Maaseudun Tulevaisuus 29.1.2018. <https://www.maaseuduntulevaisuus.fi/tiede-tekniikka/artikkeli-1.222282>. (Luettu 27.10.2019.)

Otsamo, K. 2016. Haastateltu Melina Niemi. Aamulehti 22.8.2016. <https://www.aamulehti.fi/a/23872004>. (Luettu 20.9.2019.)

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. Diskurssianalyysi. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. [https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_3\\_6\\_1.html](https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_6_1.html). Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.

Suomen Jousiampujain liitto. 2019. Huippu-urheilun määritelmä. <https://www.sjal.fi/huippu-urheilu/huippu-urheilun-maaritelma/>. (Luettu 17.10.2019.)

Suomen Olympiakomitea ja Suomen Paralympiakomitea. 2018. Huippu-urheilun yhteiskunnallinen perustelu. <https://www.olympiakomitea.fi/uploads/2018/06/huippu-urheilun-yhteiskunnallinen-perustelu.pdf>. (Luettu 22.9.2019.)

Wahlström, E. 2014. Rajoilla. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden seura.

Yrjövuori, M. 2018. Treenaako lapsesi liikaa? Pippa Laukka ja Marko Yrjövuori: Nämä hälytysmerkit jokaisen vanhemman tulisi huomata! YLE Akuutti 19.2.2018. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2018/02/19/treenaako-lapsesi-liikaa-pippa-laukka-ja-marko-yrjovuori-nama-halytysmerkit>. (Luettu 28.10.2019.)