

HAMPAAT IRVESSÄ?

Painavia sanoja 11–15-vuotiaiden kilpaurheilusta

Mikko Salasuo & Manu Kangaspunta (toim.)

HAMPAAT IRVESSÄ?

HAMPAAT IRVESSÄ?

PAINAVIA SANOJA 11–15-VUOTIAIDEN KILPAURHEILUSTA

Mikko Salasuo & Manu Kangaspunta (toim.)

NUORISOTUTKIMUSSEURA RY.
NUORISOTUTKIMUSVERKOSTO



NUORI
SUOMI
ILOA LIIKKEELLE

HAMPAAT IRVESSÄ? Painavia sanoja 11–15-vuotiaiden kilpaurheilusta

Mikko Salasuo & Manu Kangaspunta (toim.)

Nuorisotutkimusverkosto | Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisu 39.

ISBN 978-952-5464-85-6. Helsinki 2011.

Copyright © toimittajat, kirjoittajat, Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura & Nuori Suomi ry.

Julkaisutilaukset

Nuori Suomi ry.

Radiokatu 20

00240 Helsinki

www.nuorisuomi.fi

Nuorisotutkimusseura ry.

Asemapäällikönkatu 1

00520 Helsinki

<http://www.nuorisotutkimusseura.fi>

tilaukset@nuorisotutkimus.fi

Kansi & taitto * *Minna Laukkanen*



SISÄLLYS

JOHDANTO	6
<i>Mikko Salasuo</i>	

Minä ja kilpaurheilu	8
<i>Juha Sallinen</i>	

I RAKENTEET LIIKKEESSÄ

Liikkuva koulu kilpaurheilijan hedelmällisenä kasvualustana	13
<i>Stefan Wallin</i>	

”En mennyt judokurssille leikkimään” – kohti nuorten näköistä kilpaurheilua	16
<i>Outi Aarresola</i>	

Kilpaurheilijat tehdään nuorisovalmennuksessa – urheiluseuroissa	19
<i>Jarmo Mäkelä</i>	

Ei tule voittajia, jos vain voittaminen on tärkeää	22
<i>Tuija Helander</i>	

Mitä ”väliä” urheilemisella oikein on? 11–15-vuotiaat huippu-urheilun näkökulmasta	25
<i>Arto Tiihonen</i>	

Minä ja kilpaurheilu	32
<i>Selja Ryöppy</i>	



II PELIKENTÄN LAIDALTA

Nuoret aikuisten hommissa?	34
<i>Leena Lehtolainen</i>	
11–15-vuotiaiden kilpaurheilu jääkiekossa	37
<i>Herkko Koski</i>	
Tosissaan, muttei totisesti	40
<i>Ville Klinga</i>	
Liikuntakulttuurin muutos parantaa jalkapalloharjoittelua	44
<i>Juha Valla</i>	
Volitio vai 11–15-vuotiaiden kilpaurheilu?	47
<i>Tommi Hoikkala</i>	

III MINUN URHEILUNI

Ajatuksia 11–15-vuotiaiden kilpailusta	50
<i>Matti Haapoja</i>	
Kilpaurheilu ja murrosikäisen luonteenkasvatus	54
<i>Juha Sihvola</i>	
Minä ja kilpaurheilu	57
<i>Santeri Lepistö</i>	
Minä ja kilpaurheilu	58
<i>Aliisa Priha</i>	
Puitteet kunnossa	60
<i>Nanne Dahlman</i>	
Jääkiekko – pojista miehiä!	62
<i>Aki-Mauri Huhtinen</i>	



JOHDANTO

Mikko Salasuo

Kilpaurheilijan uran valitseminen lapsuudessa ja nuoruudessa on riskisijoitus, jossa häviää lähes varmasti. Näin asian muotoilisi aikalaisretoriikkaa mukaileva talous- ja tilastotieteilijä. Suurten voittojen lunastaminen on vain harvojen etuoikeus, mutta silti mahdollisen menestyksen lupaama kunnia ja sankaruus kiehtovat ja vetävät puoleensa. Parhaille on tarjolla paikka suomalaisuuden suuressa kertomuksessa. Panoksena riskisijoituksessa on lasten ja nuorten minuus, joka on jälkitraditionaalisessa yhteiskunnassa yksilön paljain ja samalla tärkein resurssi. Tuotoksena on todennäköisesti tilastollisesti keskinkertainen urheilija, joka vuotaa verta, hikeä ja kyyneliä muiden lasten ja nuorten kartuttaessa sosiaalista, kulttuurista ja tiedollista pääomaa. Tässä on kovasti kärjistettynä Suomea vaivaava perustavanlaatuinen dilemma. Miten sovittaa lapsuudessa ja nuoruudessa yhteen huippu-urheilijan ura sekä eheäksi ja suoritusyhteiskuntakykyiseksi ihmiseksi kasvaminen?

Kutsuimme lasten ja nuorten kilpaurheiluun eri tavoin kiinnittyviä henkilöitä esittämään *ajatuksia 11–15-vuotiaiden kilpaurheilusta*. Annettu kehys oli löyhä, ja toivoimme kirjoittajilta vapaata assosiointia, pohdintoja, teräviä havaintoja ja uusia ideoita. Tämä julkaisu kokoaa yhteen nämä ajatukset. Näkemyksensä esittävät *Stefan Wallin, Outi Aarresola, Jarmo Mäkelä, Tuija Helander, Arto Tiihonen, Leena Lehtolainen, Herkko Koski, Ville Klinga, Juha Valla, Tommi Hoikkala, Matti Haapoja, Juha Sihvola, Nanne Dahlman ja Aki-Mauri Huhtinen*. Lisäksi mukana on Mäkelänrinteen lukion oppilaiden *Juho Sallisen, Selja Ryöpyyn, Santeri Lepistön ja Aliisa Prihan* hienot ainekirjoitukset aiheesta ”Minä ja kilpaurheilu”. Lausumme suuren kiitoksen jokaiselle kirjoittajalle ajasta ja virittävästä ajatuksista. Kiitos myös Varpu Jaskaralle kustannustoimituksesta ja Minna Laukkaselle taitosta.

Aihe on monin tavoin ajankohtainen. Se on osa pitkää keskustelua kilpaurheilun paikasta lasten ja nuorten elämässä. Erityisen tärkeäksi tässä julkaisussa esitettävät puheenvuorot tekee kilpa- ja huippu-urheilun ympärillä käytävä ajankohtaiskeskustelu ja siihen liittyvät toimet. *Huippu-urheilun strategiatyöryhmä* jätti raporttinsa ministeri Stefan Wallinille 7.4.2010, ja työn pohjalta toimintaa jatkaa *Huippu-urheilun muutostyöryhmä*, joka aloitti työnsä syyskuussa 2010. Muutostyöryhmän tavoitteet on Olympiakomitean Internet-sivuilla määritelty seuraavasti:

Tämä tarkoittaa muun muassa kaikkien huippu-urheilun toimijoiden yhteistyön tehostamista, yhteisten tavoitteiden asettamista ja työnjaon selkiyttämistä. Samalla se tarkoittaa huippu-urheiluun kohdistuvien resurssien käytön arviointia ja niiden ohjauksen selkiyttämistä ja tehostamista ja vaatii kaikkien keskeisten toimijoiden sitoutumista muutosprosessiin. Huippu-urheilun kehittäminen integroidaan myös muihin urheilun merkittäviin kehitysprosesseihin, kuten ”Olemme maailman liikkuvin urheilukansa” – Suomalaisen liikunnan ja urheilun Visio 2020:een.

Vuonna 2012 näemme, millaisin toimin muutostyöryhmä valjastaa huippu-urheilun, mutta ennen kaikkea lapsuuden ja nuoruuden myötäisiin ja menestyksellisiin tuuliin.



Odotukset ovat valtavat, ehkä kohtuuttomat, sillä Suomen kansan syville riveille urheilumenestys ei ole leikinlaskun asia. Tässä piileekin ehkä eräs viisasten kivi: miten päästä irti ikaikaisesta ”suomalainen sisu” retoriikasta ja luoda rennompaa, paremmin tämän päivän yhteiskuntaan ja nykyisiin kasvatuskäytänteisiin soveltuvaa, mutta samalla huippu-urheilua dynaamisesti palvelevaa urheilueetosta?

LAPSUUS JA NUORUUS LIIKKEESSÄ

Kehitettäessä huippu-urheilua vaikutetaan väistämättä lasten ja nuorten elämään. He ovat niitä, joista valikoituu tulevaisuudessa huippu-urheilijan polulla rehkivät kansakunnan toivot. Tulevina vuosina tehtävät päätökset, linjaukset, rakennemuutokset ja ratkaisut koskettavat siis välillisesti tai suoraan tulevia liikunta- ja urheilijasukupolvia. Siksi onkin tärkeää käydä keskustelua arvopohjasta ja malleista, joiden puitteissa lasten ja nuoret urheilijapolkua rakennetaan. Vaa’alle tulee asettaa eettiset, yksilölliset, yhteisölliset, kasvatukselliset, kulttuuriset, sosiaaliset ja taloudelliset tekijät.

Tämän julkaisun puheenvuoroissa nousee eri painotuksin esiin sekä huippu-urheilua tukevia että siinä hankaustekijöinä olevia teemoja. Ensimmäisenä itsestään selvänä juonteena useassa tekstissä viitataan ”vanhan Suomen” suureen urheilukertomukseen. Sen voikin helposti valjastaa kysymykseksi siitä, perustuvatko visiot suomalaisen huippu-urheilun nykyisyydestä ja tulevaisuudesta menneiden kulta-aikojen haikailuun vai kykenemmekö kiinnittämään tavoitteet realistisesti nykymaailman ehtoihin.

Toinen useassa puheenvuorossa esiin nouseva juonne ovat niin kutsutulle myöhäismodernille ajalle ominaiset piirteet, kuten elämishakuisuus, virtuaaliset maailmat ja yksilöllisten valintojen värittämä elämä. Pirstaleinen ja viriketulvan sävyttämä nykyisyys heijastuu merkityksissä, joita lapset ja nuoret huippu-urheilulle antavat. Voidaankin sanoa huippu-urheilun yhteiskunnallisen paikan muuttuneen viimeisen 20 vuoden aikana. Siinä missä liikkuminen ja kisaaminen olivat ennen osa jokaisen nuoren arkea, ne joutuvat nyt kilpailemaan paikastaan kaupallisen viihdeteollisuuden, kasvaneiden koulutuspainneiden ja monen vapaa-ajan viettotavan kanssa. Informaatioteknologian huiman nousukiidon jatkuessa ja yhteiskunnan muuttuessa aiempaa suorituskeskeisemmäksi ei tämä asetelma tule ainakaan helpottumaan. Huoli arkiliikunnasta onkin vahvasti esillä useassa puheenvuorossa.

Kolmas puheenvuoroissa vilahteleva iso haaste löytyy liikunnan ja huippu-urheilun kaupallistumisessa. Se näyttäytyy sekä harrastusmahdollisuuksien eriarvoistumisena että huippu-urheilun läpikaupallistumisena. Yhteiskunnallinen muutos uusine julkishallinto- ja panos-tuotos-malleineen on synnyttänyt kuluttajaliikkujan. Tämän voinee tiivistää helpoiten siten, että lapset ja nuoret ovat liikunnan ja urheilun suhteen hyvin eriarvoisessa asemassa. Huippu-urheilussa taas edetään usealla rintamalla eurokärki edellä, jolloin yksilön rooli tuotteistuu.

URHEILU KASVUN JA KEHITYKSEN PELIKENTTÄNÄ

Läpi puheenvuorojen korostuu liikunnan ja urheilun merkitys eräänä kasvun ja kasvatuksen tärkeänä osana. Huolimatta yhteiskunnallisen muutoksen haasteista siintää teksteissä hyvin positiivinen usko ja lupaus paremmasta. Koululiikunnalle annetaan keskeinen asema. Instituutiona koulu tarjoaakin erinomaisen, vaikkakin toteutukseltaan haastavan



infrastruktuurin liikunnallisen elämäntavan edistäjänä. Se, millä intensiteetillä ja millä painotuksin liikunta ja urheilu sopivat nykyiseen koulujärjestelmään, on perinteinen kamppailun arena.

Vanhempien rooli on tärkeä sekä liikuntaan kiinnittymisessä että lasten ja nuorten huippu-urheilussa. Perhe näyttäytyykin useassa puheenvuorossa monista eri näkökulmista tärkeänä, jollei jopa tärkeimpänä resurssina. Myöskään sisarusten vaikutusta ei voi väheksyä, sillä se on yksi keskeinen tekijä lasten ja nuorten rekrytoituessa liikuntaan ja urheiluun. Vanhemmuus liikunnassa ja urheilussa pakenee tuskallisesti kahteen eri suuntaan. Erityisesti huippu-urheilijan polulla vanhempien mukana olo erilaisissa valinnoissa ja koko loppuelämään heijastustuvissa ratkaisuissa on äärimmäisen tärkeää. Samanaikaisesti monille vanhemmille oman lapsen liikunnan ja urheilun merkitys on ensisijaisesti vapaa-aikaa vanhemmuudesta ja kasvatuksesta. Vanhemmat ulkoistavat lasten liikkumisen ajatuksella, ”koska näin se on!” Nämä trendit haastavat toisensa.

Monikulttuurisuus on tärkeä voimavara, jota Suomi ei monista muista maista poiketen ole onnistunut hyödyntämään liikunnan, mutta erityisesti kilpaurheilun resurssina. Tässä on työsarka, joka tuottaa kehittyessään monenlaista yksilöllistä ja kulttuurista pääomaa ja saa aikaan myönteistä yhteiskunnallista muutosta. Liikunta ja urheilu ovat oiva tapa maahanmuuttajien kotouttamisessa ja ne tarjoavat yhteisen kielen kaikille ihmiselle.

Edellä mainittujen teemojen lisäksi on luonnollisesti myös urheiluseuroilla ja lajien katojärjestöillä sekä monilla arvoilla, kokemuksilla, näkemyksillä, merkityksillä ja tulkinnoilla paikkansa teksteissä. Jokaisella puheenvuorolla on painoarvoa lapsuuden ja nuoruuden sekä liikunnan ja huippu-urheilun monisyisessä vyyhdessä.

Tämän johdannon päättää ja samalla kirjoitussikermän avaa Mäkelänrinteen lukion opiskelijan Juho Sallisen upea aine.

*

MINÄ JA KILPAURHEILU

Juho Sallinen

Olin siinä viiden vanha, kun veljeni sai purjeveneen. Saattaa toki olla, että olin hieman vanhempikin tai nuorempi, mutta suurin piirtein viisikesäinen pikkutyttö yhtä kaikki. Veljeni, Richard nimeltään, oli juuri täyttänyt yhdentoista – aivan kuten minä pian täytän – ja hän oli saanut isältä syntymäpäivälahjaksi uuden, valkoisen kilpapurjeveneen. Isä oli aikoinaan ollut menestyvä kilpapurjehtija, moninkertainen ikä kautensa mestari, josta oli todistuksena läjä palkintolusikoita, lautasia ja mitaleja olohuoneemme vitriinikaapissa.

Oli siis itsestänselvyys, että isä alkoi valmentaa Richardia hänen purjehdusopinnoissaan. Richard oppikin melko sutjakkaasti eteväksi merenkävijäksi, ja aina kun isä ja Richard tulivat mereltä takaisin kotiin – Richard likomärkänä ja isä suu leveässä hymyssä – taputti isä Richardia olalle ja kuulutti sitten kovaan ääneen minulle ja äidille:

– Katsokaahan tänne, ja näette maan mainion pikku purjehtijan! Taidokasta, kerta kaikkiaan taidokasta veneen käsittelyä. Poika oppii hirmuista vauhtia. Luulenpa, ihan näin meidän kesken, että meillä on pian toinenkin ikäkausilusikan omistaja tässä perheessä!



Richard näytti väsyneeltä mutta perin tyytyväiseltä keuhuihin. Käytyään pesemässä itsensä merivedestä puhtaaksi hän sulloutui huoneeseensa, ja hetken päästä kävin koputtamaan hänen oveensa. Vastausta ei kuulunut. Koputin uudelleen, ja jonkin ajan päästä kuulin laahustavien askelten lähestyvän ovea.

- Mitä likka tahtoo? hän kysyi raottaen hieman oveaan.
- Kerro päivän purjelautailusta.
- Se on purjeveneilyä, eli purjehtimista, eikä mitään purjelautailua. Enkä mitään kerro. Toiste sitten.
- Ei kun kerro nyt heti purjelautailusta, päästä minut sisään ja kerro millaista oli tänään.
- Ääh. Hiton likka. No, paina puuta, hän sanoi ja kävin istumaan hänen sänkynsä laidalle.
- Millaista oli? kysyin häneltä innokkaasti. Rakastin purjehdustarinoita. Itse en ollut koskaan edes nähnyt purjevenettä, mutta rakastin niitä silti.
- Tiedäthän sinä, samanlaista kuin aina ennenkin. Työnsimme veneen vesille ja...
- Kerro nimi! Kerro nimi!
- Jaa veneeni nimi? Kyllähän sinä sen tiedät. AY157.
- Tyhmä nimi.
- Miksi sitten aina pyydät että kerron sen jos se kerran on niin tyhmä? Sitä paitsi se on hyvä nimi. Hiton hyvä nimi. Itse asiassa se on parasta koko siinä helkutin veneessä
- Tyhmä nimi.
- Ääh. Miten vain. Kerronko nyt siitä hiton purjehduksesta vai en?
- Kerro. Kerro nyt heti.
- No älä sitten keskeytä koko ajan, hitto vie.

Ja niin hän kertoi. Hän puhui ihmeellistä kieltä, jossa oli kaikenlaisia hassun kuuloisia sanoja, kuten bermudapurje, spinaakkeri, jolla, takila, köli ja paljon muita. Minulla ei ollut aavistustakaan mitä sanat tarkoittivat, mutta olin ratketa innostuksesta ja jännityksestä, kun Richard kertoi, kuinka hän oli välttänyt karin juuri ja juuri kääntämällä tiukasti paapuuriin tai kuinka vaahtopääät olivat iskeytyneet keulaharukseen ja huojuuttaneet uhkaavasti mastoa. Ja kun tarina oli ohi, ilmoitin Richardille päättäväisesti, että halusin ensi kerralla mukaan purjehtimaan hänen kanssaan. Hän nauroi ajatukselle:

- Hah! Sinäkö, pikkulikka tahdot purjehtimaan vai? Hah! Ei purjehdus ole mitään lastenleikkiä, se on kovaa hommaa, hiki siinä lentää. Sitä paitsi ikäkausimestaruudet lähestyvät, ei minulla ole aikaa vahdata kaiken maailman pikkulikkoja veneessäni. Hus nyt siitä häiritsemästä. Tarina on ohi.

Isä ja Richard alkoivat harjoitella todella kovaa ikäkausimestaruuksia varten. He läksivät monta kertaa viikossa metsään juoksemaan itsensä läkähdyksiin, hyppäämään narua ja vetämään leukoja. Kun he palasivat, olivat molemmat yltä päältä hiessä, ja isä hymyili leveästi, mutta Richard näytti jollain lailla apealta.

Heillä oli myös kolme kertaa viikossa purjehdusharjoitukset, ja joskus he lähtivät kovankin sateen ja tuulen käydessä merelle. Aivan kuten juoksulenkeiltäkin tullessaan isä säteili onnellisuutta ja ylpeyttä, mutta Richardin ilme oli alakuloinen, eikä hän enää edes suostunut kertomaan minulle tarinoita harjoituksista. Ja kun kysyin, pääsisinkö ensi kerralla mukaan, oli vastaus aina sama:

- Ei purjehdus ole mitään pikkulikkojen hommaa, vaan kovaa urheilua. Etkö nyt hitto vie voi käsittää sitä? Painuhan tiehesi siitä nyt. Hitto vie.



Lopulta, kun ikäkausimestaruuskilpailut koittivat, oli Richard hirmuisen kovassa kunnossa. Isä oli lähes varma hänen voitostaan, ja niinpä lähdimme koko perhe katsomaan kilpailuja.

Minä, äiti ja isä jäimme pitkälle venelaiturille muiden katsojien joukkoon, kun Richard lähti valmistautumaan kilpailuun.

- Katsohan noita lusikoita, isä sanoi äidille ja osoitti palkintopöytää. – Ajattelen, pian on poika ikäkausimestari, aivan kuten isänsä aikoinaan, hän virkkoi innoissaan.
- Eihän tätä kilpailua vielä ole käyty, äiti huomautti. – Ei ole itse asiassa vielä edes käynnistynyt. Ja mitä sen on väliä, saako poika lusikkaa vai ei, kyllä meillä lusikoita riittää entuudestaankin.
- Enpä tiedä, Sylvia, enpä tiedä, isä sanoi äidille tuijottaen laiturin päähän, jossa Richard veti märkämpukua ylleen.

Veneet laskettiin vesille ja kilpailu alkoi. Katsoin haltioissani, kuinka kymmenisen poikaa touhusi veneensä kimpussa riuhtoen köyisiä koettaessaan laskea ja nostaa purjeita ja muuttaa veneen suuntaa suotuisan tuulen puolelle. Tuolta siis näyttää purjevene, ajattelin hämmästyneenä. Se ei ollut lainkaan sellainen kuin olin kuvitellut, mutta ihastuttava se oli siitä huolimatta.

Erotin muiden poikien joukosta Richardin, jonka veneen valkoinen purje lepatti tuulessa hänen vedellessä köyisiä ja nojaillessa uhkarohkeasti taaksepäin veneen sivussa kallistaen veneen lähes kumoon. Se näytti mielestäni enemmän trapetsitaiteilulta kuin purjehtimiselta, mutta haltioissani olin yhtä kaikki.

Näin, kuinka kolme venettä erottautui muusta joukkiosta, niiden mukana Richardin valkoisena hohtava purje.

- Hyvä Richard! Hyvä Richard! Kiljuin niin kovaa kuin jaksoin.
- Lakkaahan kirkumasta, Emma, isä sanoi minulle. – Korvathan tuollaisesta menee hajalle.
- Sitten hän kuitenkin karjui merelle päin, paljon kovempaa kuin minä olin kirkautunut: Mene Richard, mene! Ota tiukka paapuuri juuri ennen seuraavaa poijua! Noin! Juuri noin! Voittoa kotiin, poika!
- Jestas, lopeta tuo mylviminen heti. Ei hän sinua kuule, äiti kuiskasi tiukan kuuloisena.

Sitten isä alkoi selostaa äidille kilpailun kulkua:

- Katsohan, kuinka hän viilettää kärjessä. On siinä aika poika. Enää kaksi poijua jäljellä. Siinä tuleekin jo ensimmäinen. Tiukasti nyt. Noin! Hyvä, voitto hämmöittää. Enää viimeinen poiju, nyt tarkkana. Hyvin menee, enää vähän matkaa. Ei, älä nyt hölmö avaa spinaakkeria! Mitä ihmettä tuo poika tekee? Herranen aika, sivutuuli ja avaa spinaakkerin. Ja nyt alkaa vauhti hidastua. Voi hyvänen aika. Richard! Kuuletko Richard!? Spinaakkeri alas! Spinaakkeri alas!

Sitten isä hiljeni. Hänen katseensa oli lasittunut, enkä ollut koskaan nähnyt häntä sellaisena.

- Mitä nyt? Voittiko Richard? Isä? Voittiko Richard?
- Ei. Ei voittanut, isä sanoi tyhjällä äänellä.

Richard oli surkea näky, kun hän saapui luoksemme. Hän katsoi pois päin, ja isä teki samoin. Äiti koetti lohduttaa Richardia, muttei hän huolinut lohtua, vaan väentäytyi pois äidin syleilystä. Lähdimme kotimatkalle, isä ja äiti etunokassa ja minä sekä surkean näköinen Richard perässä. Kukaan ei puhunut mitään, joten minäkin pysyttelin vaiti. Katsahdin Richardiin ja näin kyyneleitä hänen silmissään. Silloin minuakin alkoi itkettää, ja tunsin värinän leuassani ja niin minun tuli itku. Tällöin Richard sanoi:



– Voit tulla huomenna mukaan, jos haluat.

En ollut uskoa korviani, niin onnessani olin.

Lähdimme merelle varhain aamulla, sillä Richard sanoi, että tuolloin merenkäynti oli rauhallisinta, ja viimeinen, mitä hän haluaisi nähdä, olisi minun tippuvan veteen. Saavuimme venelaiturille, ja Richard irrotti veneen köydet laiturista ja veti ihonmyötäisen märkäpuvun päällensä. Minulla oli ylläni punaiset kumisaappaat, joissa oli valkoisia täpliä, sekä keltainen sadetakki ja -housut. Päässäni minulla oli niin ikään keltainen sadelakki ja kädessäni muovinen eväsrasia, johon äiti oli edellisiltana pakannut leipiä ja mehupullon.

Olimme kahden, minä ja Richard, ja se tuntui jännittävältä. Olin niin innoissani seikkailusta, etten tahtonut pysyä aloillani. Veneen kylki paljastui laiturin peitosta ja luin siitä tekstin (olin juuri oppinut lukemaan, joten luin käytännössä kaikki tekstit mitä sattui tulemaan vastaan):

– Aa yy.. yksi.. viisi.. seitsemän. – Tyhmä nimi.

– Suu tukkoon nyt likka. Hitto vie, tiukkasi Richard ja asetti minut istumaan veneen keulassa olevaan syvennykseen niin, että näin juuri ja juuri meren veneen laidan yli.

– Etkä sitten liiku senttiäkään, hän toittotti. Hän oli ärtynyt hävittyään sen kilpailun ja joutuessaan vielä heräämään näin aikaisin. – Hitto, että vihaan tätä helkkarin purjehdusta, hän jupisi samalla kun potkaisi meidät irti laiturista. Ja niin olimme veden varassa.

Katsoin haltioituneena kuinka vene lipui vaivattomasti veden päällä. Tuntui siltä kuin se olisi lentänyt. Rakastin tuota tunnetta, enkä saanut silmiäni irti veneen keulasta, joka halkoi veden kahtia. Takanani Richard mutisi itseksensä, puhui ihmeellisillä sanoilla ja touhusi koko ajan jonkin köyden tai muun merkillisen osan parissa. Liu'uimme pois lahden poukamasta, ja pian näin ulapan.

Silloin hengitykseni salpaantui. Aamuaurinko nousi valtavana puoliympyränä kirkaalle taivaalle ja värjäsi horisontin oranssinpunaiseksi. Meri näytti jatkuvan loputtomiin, tuhannet aallot nousivat ja laskivat kuin yhdestä käskystä ja valkoinen lokkiparvi kierteli ja kaarteli meren yläpuolella ja silloin tällöin joku linnuista syöksähti veteen nähtyään kalan loiskimassa pinnalla. Olin sanaton, ja takeltelin Richardille:

– Katso, Richard. Näetkö meren? Miten kaunis se onkaan, ihastelin.

– Ei minulla ole nyt aikaa, täytyy tarkistaa kakkospurjeen kolmosköyden tuplasolmun vahvuus, puhumattakaan kölin asennosta joka...

– LOPETA SE HETI JA KATSO AAMUISTA MERTA!, huusin niin kovaa kuin suinkin.

Silloin Richard käänsi päänsä, ja nähdessään saman kuin minä hänen silmänsä vuoroin laajenivat suuriksi ja pienenevät viiruiksi.

– Hyvänen aika. Onpa se tosiaan kaunis. Miten en olekaan koskaan huomannut sitä?

Hän lopetti kaiken touhuamisensa ja istuutui vierelleni ottaen minut syleilynsä. Istuimme siinä pitkän aikaa syöden eväitä ja katsellen merta ja aurinkoa ja lokkeja ja kaikkea sitä ihmeellisyyttä.

Viikon kuluttua pääsin jälleen mukaan purjehdusretkelle. Richard veti veneen irti laiturista paljastaen sen kyljen. Siinä ei enää luenutkaan AY157, vaan: Emma.

Ja nyt, kun minun yksitoistavuotissyntymäpäiväni lähestyy, tuli isä hiljattain kysymään mitä toivoisin lahjaksi.

– Toivoisin purjevenettä, vastasin ykskantaan.

I

RAKENTEET LIIKKEESSÄ



LIKKUVA KOULU KILPAURHEILIJAN HEDELMÄLLISENÄ KASVUALUSTANA

Stefan Wallin

Suomalaisten lasten ja nuorten passiivinen arki on melkoinen ongelma niin koko kansanterveyden kuin urheilunkin näkökulmasta. Ylipainoisten osuus on kaksinkertaistunut kaikissa ikäryhmissä ja fyysinen kunto, josta erityisesti kestävyyskunto, on heikentynyt viimeisten 20 vuoden aikana. Fyysisen aktiivisuuden suositusten (Tammelin & Karvinen 2008) mukaan kaikkien lasten ja nuorten tulisi liikkua yhdestä kahteen tuntia monipuolisesti ja ikään sopivalla tavalla joka päivä. Liikunta on lasten suosittu harrastus, ja liikuntaseurojen toimintaan osallistuminen onkin lisääntynyt viimeisen 30 vuoden aikana. Tutkimusten mukaan optimistisimmillaankin arvioituna vain vajaa puolet lapsista ja nuorista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi, eivätkä organisoituunkaan toimintaan osallistuvat lapset liiku suositusten mukaan. Arkipäiväinen liikkuminen on vähentynyt työn fyysisen kuormittavuuden keventymisen, autoilun lisääntymisen ja yhteiskunnan digitalisoitumisen myötä. Vaikka vapaa-ajan liikunnan harrastaminen onkin lisääntynyt, se ei riitä kompensoimaan elämäntyylien muuttumisen myötä syntyntä kokonaisaktiivisuuden vajetta.

ARJEN JA KOULUN AKTIIVISUUDESTA MÄÄRÄÄ JA MONIPUOLISUUTTA HARJOITTELUUN

Hakkaraisen ym. (2008) selvityksen mukaan passiivinen arki on kasvava ongelma myös kilpaurheilua harrastaville nuorille. Ohjattujen tai omatoimisten lajiharjoitusten määrät eivät näytä korvaavan niitä arkiaktiivisuuden tunteja, jotka ennen saatiin pyöräillen, kävelen tai kodin lähiympäristössä liikkuen. Tilanne on kohtuullinen 11 ikävuoteen asti, mutta sen jälkeen oman lajin ulkopuolisen liikunnan määrä romahtaa. Huipulle tähtäävä nuori urheilija voi turvallisesti liikkua ja harjoitella jopa 25 tuntia viikossa, jos rasitus on monipuolista ja iso osa siitä on matalatehoista, huoltavaa ja rakentavaa perusharjoittelua. (emt.) On siis aivan selvää, että jotta tällaisiin määriin päästään, fyysistä aktiivisuutta tulee olla kiedottuna nuoren elämän jokaiseen päivään ja jokaiselle elämän alueelle.

Koululiikunnalla ja fyysisellä aktiivisuudella kouluympäristössä sekä koulupäivän välitöissä yhteydessä on erittäin tärkeä merkitys myös kilpaurheilua harrastaville nuorille. Itse koululiikunta voi hyvin organisoituna olla merkittävä osa koululaisen fyysisestä aktiivisuudesta. Tosin, vaikka liikuntatunteja uudessa perusopetuksen tuntijaossa lisättäisiinkin, se ei yksittäisenä toimenpiteenä tyydytä lasten ja nuorten päivittäisen liikunnan tarvetta. Koulupäivän aikana tapahtuvaa fyysistä aktiivisuutta on tärkeää edistää – pakollisten ja valinnaisten oppituntien ohella – myös osana oppiaineiden yhteistyötä, aihekokonaisuuksien toteuttamista, kerhoissa, aamu- ja iltapäivätoiminnassa sekä välitunneilla ja erityisesti koulumatkoilla. Katse on suunnattava eteenpäin ja annettava tilaa uudenlaiselle ajattelulle, toimintakulttuurin muutokselle ja eritoten yhteistyölle.



VALTIO NUORTEN KILPAURHEILUN EDISTÄJÄNÄ

Nykyinen hallitus on ryhtynyt toimiin lasten ja nuorten liikkumattomuuden ongelmien ratkaisemiseksi. Pääministeri Matti Vanhasen II hallitus otti kantaa politiikkariihessä 2009 lasten ja nuorten liikuntaedellytysten kehittämiseksi. Kannanotossa linjattiin seuraavia tavoitteita ja toimenpiteitä:

Nuorten fyysinen kunto on heikentynyt viime vuosina dramaattisesti. Hallituksen tavoitteena on lisätä lasten ja nuorten liikuntaa kouluissa ja koulun yhteistyöverkoston kanssa esimerkiksi kehittämällä aamu- ja iltapäivätoimintaa ja lisäämällä toiminnallisuutta välitunteihin sekä vahvistamalla kansalaistoiminnan toimintaedellytyksiä. Lisäksi tuetaan kuntien hankkeita, joilla koulumatkojen turvallisuutta ja koulupihojen viihtyisyyttä parannetaan lasten ja nuorten liikunnan edistämiseksi.

Käynnistetään vuoden 2009 aikana Liikkuva koulu -hanke, jossa jalkautetaan kaikkiin peruskouluihin koulukäisten liikuntasuosituksat. Hanke toteutetaan opetus-, sosiaali- ja terveysministeriön sekä puolustushallinnon yhteistyönä ja rahoitetaan veikkausvoittovaroin.

Liikkuva koulu -hanke on nyt käynnistynyt ja etenee erinomaisesti eri hallinnonalojen ja -tasojen laaja-alaisena yhteistyönä. On tärkeää, että laaja-alaisen hyvinvoinnin näkökulma ja fyysinen aktiivisuus yhtenä sen toteuttamisen keskeisenä keinona istutetaan osaksi kouluyhteisöjen toimintakulttuuria. Keväällä 2010 valittiin 21 kokeiluhanketta toteuttamaan toimenpiteitä koulupäivien liikunnallistamiseksi. Yksi näistä hankkeista lähtee erityisesti kilpaurheilun tarpeista. Voidaan kuitenkin sanoa, että mikäli toimet koulupäivän liikunnallistamiseksi onnistuvat ja lapset liikkuvat päivittäin terveystensä kannalta riittävästi, silloin jokainen hanke edistää osaltaan kilpaurheilun tavoitteita. Kun lapset liikkuvat arjessaan riittävästi, urheiluseuroissa voidaan keskittyä lajiharjoitteluun. Tällä hetkellä nuorten kokonaisliikuntamäärät ovat niin vähäiset, että pelkästään seuratoimintaa kehittämällä ja tehostamalla ei saavuteta riittävä tasoa kilpaurheilun kannalta. Liikunnallisella koulukulttuurilla on siis suuri merkitys myös kilpaurheilulle.

Opetus- ja kulttuuriministeriö tukee kokonaisuudessaan huippu-urheilua merkittävillä summilla, ja tuen määrä on kasvanut 2000-luvulla keskimäärin noin 10 % vuosittain. Muista kilpaurheileviin nuoriin kohdentuvista ajankohtaisista valtionhallinnon toimista mainittakoon liikuntaseurojen palkkatuki lasten ja nuorten ohjaamiseen ja toiminnan kehittämiseen, valtakunnalliset ja paikalliset koulujen kehittämishankkeet sekä suomalaisen huippu-urheilun strategia- ja muutostyö. Huippu-urheilun kaksivuotinen muutosprojekti käynnistyi syksyllä 2010, ja satsaukset odotuksineen ovat valtaiset. Ennen muutosryhmän perustamista istunut strategiaryhmä totesi mietinnössään (2010), että lasten ja nuorten liikunnassa yhdistyy saumattomasti terveyden ylläpitäminen, liikunnallisen elämäntavan muodostuminen sekä huippu-urheilullisen lahjakkuuden kasvun mahdollistaminen. Huippu-urheilu ja lasten ja nuorten liikunta pelaavat samaa peliä, ja siitä syystä huippu-urheilun muutostyössä on otettava strateginen ote koko liikuntakulttuurin organisaatioihin ja rakenteisiin, fyysiseen aktiivisuuteen koulun ja kodin ympäristöissä sekä yksilöiden koko elämänkaareen aina lapsuuden harrastamisesta huippu-urheilu-uran jälkeiseen aikaan. Urheilijan urapolun on oltava helppo, selkeä, mielekäs ja turvallinen valinta sitä vaihtoehtoa pohtivalle. Tällaisen polun ja sen edellytysten luominen vaatii yhteisen näkemyksen muodostamista ja roolien täsmentämistä eri toimijoiden välillä.



KOULU JA URHEILU – KUMPPANEITA VAI KILPAKUMPPANEITA?

Tänä päivänä käydään vilkasta keskustelua eri elämäntilanteiden yhteensovittamisen problematiikasta virikkeellisessä yhteiskunnassamme. Aikuisten maailmassa pyritään löytämään vastauksia siihen, miten saada aika riittämään työn, perheen, vapaa-ajan ja muun yksityiselämän välillä. Sama peruskysymys koskettaa myös kilpaurheilua harrastavia nuoria. Miten saada vuorokausi järjestettyä niin, että harmonia löytyy koulunkäynnin, läksyjen teon, treenien, kavereiden ja perheen sekä riittävän levon välille? Aikuisten ja nuorten tilanne eroaa kuitenkin siinä mielessä toisistaan, että aikuiset kantavat vastuun hyvän elämäntilanteen löytämisestä itse, kun taas nuorille vanhempien, opettajien, valmentajien ja muiden lähellä olevien aikuisten roolilla ja keskinäisellä vuoropuhelulla on olennainen merkitys nuoren oman vastuun kasvamiselle.

Aika ajoin on havaittavissa vastakkainasettelua eri elämän alueiden välillä – koulu nähdään kilpakumppanina urheilulle ja päinvastoin. Muun muassa perhetutkimuksessa on kuitenkin havaittu, että työelämällä ja yksityiselämällä voi olla toinen toisiaan voimaannuttava vaikutus. Sama varmasti pätee myös koulun ja kilpaurheilun kontekstiin – urheilu antaa vireyttä, keskittymiskykyä ja motivaatiota kognitiivisiin ponnistuksiin, kun taas koulupäivän päätyttyä urheilullinen kilvoittelu yhteisöineen on arvostettua ja tarpeen. Parhaimmillaan nämä muodostavat eheän ja mielekkään kokonaisuuden, joka tukee nuoren kasvua sekä tasapainoiseksi aikuiseksi että hyväksi oppijaksi ja urheilijaksi.

Keskusteltaessa liikunnan lisäämisestä ja sen monipuolistamisesta on tärkeää pysähtyä pohtimaan myös nuoren harjoittelun ja kokonaisaktiivisuuden suunnittelua ja seuranta. Tämän päivän ongelma on, että liian usein kenelläkään ei ole selkeää käsitystä kilpaurheilun nuoren kokonaisrasituksesta ja sen laadusta. Sama pätee ns. urheilullisiin elämäntapoihin eli riittävään uneen, terveelliseen ruokavalioon ja päihtetömyyteen. Tässä yhteydessä on syytä hyödyntää Suomessa korkeatasoisesti toimivaa liikuntalääketieteen toimijakenttää nykyistä tehokkaammin. On ensiarvoisen tärkeää luoda yhteinen pelikenttä koulun, kodin, seurojen, lajiliittojen ja muiden keskeisten sidosryhmien kesken sekä nuoren kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja jaksamisen että menestyksekkään koulu- ja kilpaurheilun varmistamiseksi.

LÄHTEET

Hakkarainen, Harri & työryhmä (toim. 2008) *Urheiluvien lasten ja nuorten fyysis-motorinen harjoittelu*. Helsinki: Nuori Suomi ry, Suomen Olympiakomitea ry, Suomen Valmentajat ry.

Sanoista teoksi. Huippu-urheilutyöryhmän ajatuksia suomalaisen huippu-urheilun kehittämiseksi. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2010:13.

Tammelin, Tuija & Karvinen, Jukka (toim. 2008) *Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18-vuotiaille*. Helsinki: Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry.



”EN MENNYT JUDOKURSSILLE LEIKKIMÄÄN” – KOHTI NUORTEN NÄKÖISTÄ KILPAURHEILUA

Outi Aarresola

Viime toukokuussa Helsingin Sanomien Nuorten Posti keräsi nuorten ajatuksia urheilusta. Yhteensä 16 kirjoitusta julkaistiin. Kirjoittajat olivat 13–16-vuotiaita. (Nuorten Posti 2010.) Tekstit saattavat tutkijan kurkistamaan uniikkeihin kokemuksiin. Nuoret ottavat kantaa hyvin konkreettisiin asioihin, kuten harjoittelumahdollisuuksiin ja -maksuihin, mutta myös pohtivat omaa suhdettaan kilpaurheiluun. Omassa kirjoituksessani haluan lähestyä aihetta nuorten näkökulmaa valottaen, joten kirjoitukseni pohjautuu pääosin näihin Nuorten Postin kirjoituksiin. Kaikki lainausmerkeissä olevat kommentit ovat suoria lainauksia nuorten kirjoituksista.

Urheilun eriytyminen ja kirjavat tavoitteet ovat tuttuja urheilun parissa toimiville. Niiden tunnistaminen ja jäsentäminen käy oivasti Itkosen (2010) tyyppittelyllä kolmesta erilaisesta lapsiurheilun puhunnasta, jonka poimin myös oman kirjoitukseni teemoitteluksi. *Suorituspuhe* on urheiluseuratoiminnan perinteistä mantraa, jonka ydinajatus on menestyjien kasvattaminen kilpakentille. Valmennuksessa keskitytään yhteen lajiin. *Monipuolisuuspuhe* pitää sisällään ajatuksen elämyksellisyydestä ja lasten leikinomaisesta urheiluttamisesta. Liikunnalla on oma itseisarvonsa. *Terveyspuheessa* liikunnan tehtävänä on esimerkiksi ehkäistä ylipainoa ja huolehtia kansanterveydestä. (Itkonen 2010.) Aikuiset ohjaavat urheilutoimintaa kohti erilaisia tavoitteita ja arvoja. Erilaisia puhuntoja vahvistavat kuitenkin myös nuoret, eikä heitä voi kohdata homogeenisena liikkujajoukkona.

Terveyspuhuntaa näkyi Nuorten Postin kirjoituksissa varsin vähän. Ei ole tiedossa, eikö sellaisia kirjoituksia ollut vai eikö niitä julkaistu. Ehkä kyse on siitä, että nimenomaan urheilusta – ei liikunnasta – kirjoittaminen ohjaa keskustelun toisiin puhuntoihin. Nuorten kirjoituksia mukaillen keskityn seuraavaksi suoritus- ja monipuolisuuspuhuntaan.

”HARJOITTELIMME JALKATYÖTÄ JA PERUSKUNTOA”

Usein julkisessa keskustelussa parjataan suorituspuhuntaa siitä, että sillä johdettu seuratoiminta karkottaa nuoret urheilun parista. Nuoruusiässä kilpailullisuus kasvaa. Kuitenkin esimerkiksi kansallisen liikuntatutkimuksen mukaan yli 80 % nuorista toivoo seuratoiminnassa kaikille yhtä paljon peliaikaa (Kansallinen liikuntatutkimus 2005–2006, 43). Lahjakkuuksiin satsaaminen on näin aika kaukana nuorten merkitysmaailmasta. Nuorten Postissakin kommentoitiin, että ”lasten, jotka ovat alle 12-vuotiaita, pitäisi mielestäni pelata vähintään yksi puoliaika pelistä”, ja ihmeteltiin, että ”miksi nuorille ei ole alkeis- ja keskitasoryhmiä? Aikuisille ja pikkulapsille kyllä löytyy”. Suorituskeskeisyydestä saattaa tulla myös hyvälle urheilijanalulle painajainen, kun ”paineet onnistua hyvin niin kisoissa kuin muutenkin alkoivat olla liian suuria. Aloin inhota kilpailuja joka kerta enemmän,



jännitin aina vähintään viikkoa ennen tapahtumapäivää”. Nuorten kirjoituksissa vahvistuu ajatus, että suorituspuhunnan uusintajia ovat enimmäkseen aikuiset seuratoimijat, jotka määrittelevät tasoryhmiä ja säätelevät peliaikaa. Pahimmillaan myös ”pelaajien vanhemmat huutelivat kentän laidalta melkein mitä tahansa, mitä sylki suuhun toi”.

Aikuisten ohella myös osa nuorista on suoritusorientoituneita. Kansallisessa liikuntatutkimuksessa 2005–2006 kuudesosa nuorista oli sitä mieltä, että peliajan tasapuolinen jakautuminen ei ole oikein (emt., 43). Kosken ja Tähtisen (2005) tutkimuksessa taas menestys ja voittaminen oli tärkeää tai erittäin tärkeää liikunnassa jopa neljännekselle nuorista, vaikka vastaajina oli myös vähäisesti liikkuvia. Nuorten Postin kirjoituksissakin puolustettiin perinteistä kilpailutoimintaa esimerkiksi seuraavanlaisesti: ”Miettikääpä, että joukkue on täynnä lahjakkaita ja motivoituneita pelaajia, ja yksi tulee treeneihin ja peleihin löysäilemään. Siinä samalla pilaa toisten ilon. Aloittelijoille on omat joukkueet.” Judon harrastamisesta haaveillut tyttö kertoo omasta pettymyksestään harrastuksen ensiaskelilla: ”Judoa ei harjoiteltu lähes ollenkaan vaan leikittiin koko tunti. Tämä jatkui tunnista toiseen, ja siitä aiheutuikin se, että lopetin kauan haaveillun harrastuksen.” Myös miekkailijatyttö tuntuu muistelevan melko puritaaniselta kuulostavaa aloitusta enemmän lämmöllä kuin inholla: ”Pariin ensimmäiseen kuukauteen en edes saanut koskea miekkaan. Harjoittelimme jalkatyötä ja peruskuntoa.” Sitten hän on edennyt maajoukkueeseen.

Suorituspuhunta näkyi mielenkiintoisesti myös niiden kirjoituksissa, jotka itse eivät ole halunneet tai päässeet kilpailuhengen kanssa sinuiksi. Eräs harrasteryhmiä peräänkuuluttava nuori pohti lajin kehittämistä: ”Suomen jalkapallo ei ole maailman huippua, joten suomalaiset joukkueet eivät taistele yleensä mestaruuksista. Tietenkin pitää kehittää Suomen jalkapalloa.” Kilpailujännityksestäkin kärsinyt uimarityttö toteaa, että ”kilpailu on hyvä juttu – jos kestää paineita”. Suorittaminen ja kilpaurheilun tietynlainen armottomuus näyttytyy luonnollisena ja hyväksyttävänä asiantilana, joka ansaitsee oman paikkansa, mutta vaatii myös vaihtoehtoja.

”URHEILUN PITÄISI OLLA HAUSKAA”

Ei ole yllättävää, että nuoret käsittelevät urheilua vaivattomasti monipuolisuuspuhunnan kautta elämyksiä korostaen. Koska kyse on vapaa-ajasta, sen pitäisi olla hauskaa. Nuorten Postissa eräs trialia harrastava poika kuvaa lajia ensin ”haasteita tuovaksi” ja ”monimutkaiseksi”. Tämän jälkeen hän päättää kirjoituksensa toteamalla kokoavasti ”Lajina trial on mielestäni hauskin kokeilemani”. Kahdeksaslukkalainen poika kannustaa lukijoita: ”Harrasta, mitä harrastat, mutta muista pitää lajisi parissa hauskaa!” Hauskuus ei yksioikoisesti tarkoita välinpitämättömyyttä suhtautumista tavoitteelliseen harrastamiseen. Myös kärjen kelkasta pudonneet nuoret (kunto)urheilijat kaipaavat haasteita: ”Silti, vaikka harrastusryhmiä onkin, niissä urheileminen on joko liian löysää, tai harrastuskertoja on liian harvoin.” Hauskuus ja urheilun elementit halutaan sovittaa harrastukseen siten, ettei se ole pelkkää leikkimistä.

Monipuolisuuspuhunta näkyy mielenkiintoisesti myös siinä, että harrastetulla urheilulajilla on joidenkin nuorten mieliin piirtynyt jonkinlainen itseisarvo. Tärkeää on juuri oman lajin sisällöt ja liike. Esimerkiksi balettia harrastava tyttö kuvaa eteerisesti: ”Pidän tanssimuodon tyylistä ja klassisesta musiikista. Nautin venytyksistä, kaikenlaisista hypyistä, pirueteista – ja erityisesti varpaille noususta ja kärkitossuista.”

Nuorten kilpaurheilun yksi ajankohtaisimpia haasteita on saada enemmän monipuolisuuspuhunta kentälle. Näin voitaisiin torjua aikuisjohtoisen urheilun yksipuolistavien käytäntöjen



hallitsevuutta urheilussa (Itkonen 2010). Mutta miten sovittaa monipuolisuuspuhetta suorituspuheen perinteiselle alueelle – kilpaurheiluun?

MONIPUOLISUUSPUHETTA KILPAURHEILUUN

Urheilu on yksi globaaleimmista kulttuurinmuodoista. Monia lajeja harrastetaan ympäri maailmaa, ja toimintaa ohjaavat kansainväliset lajiliitot. Urheilun fysiologiset lainalaisuudet koskettavat kaikkia urheilijoita. Monipuolisuuteen ja rikkaaseen tavoitteellisuuteen suuntautuminen kilpaurheilussa onkin vaikeaa, koska siinä lopulta on niin vähän uudelleenmääriteltävää. NHL-pelaajaksi tai olympiavoittajaksi ei voi tulla, jos suomalainen urheilujärjestelmä ei mahdollista kehittymistä kohti sitä tavoitetta. Suorituspuhunnasta tulee helposti hallitsevaa. Pahimmillaan se johtaa nuoren urheilijan loppuun palamiseen. Monipuolisuus kilpaurheilussa ei poissulje kilpaurheilun tavoitteita, mutta antaa mahdollisuuden kuljettaa myös muita tavoitteita rinnalla.

Monipuolisuuspuhunta voisi kilpaurheilussa näkyä juuri erilaisten nuorisokulttuuristen elementtien tuomisena mukaan toimintaan (ks. myös Korhonen & Kaivosari 2010). Nuorille on ensiarvoisen tärkeää olla esimerkiksi vertaistensa parissa. Nuorten Postissa moni kirjoittaja kertoi pitävänsä urheilusta juuri sen vuoksi, että oli sen kautta saanut paljon ystäviä tai pystynyt näin viettämään aikaa ystäviensä parissa. Esimerkiksi nuorille ominaista hengailua voi toteuttaa treenien jälkeen hallilla tai kentällä, turnausmatkalla bussissa tai kisapaikalla oman suorituksen jälkeen. Nuorilla tulisi olla mahdollisuus omaehtoiseen tekemiseen ja olemiseen urheilunkin kontekstissa – viipyilyyn, musiikkiin, tyttömäisyyksiin ja poikamaisuuksiin, haaveiluun, poukkoiluun, ylipäättään nuorena olemiseen. Jospa nuoret saisivat joskus itse suunnitella treenit. Tai mennä treenien sijaan suosikkiartistinsa keikalle ilman, että poisjäännistä rangaistaan. Nauttia ja relata olematta laiskoja.

Nuorten karsiutuminen kilpailutoiminnasta ei ole sen etu. Lajin suosio vähenee, ja avustukset suosion mukana (ks. Itkonen 2010). Suomalaisen urheilun elinvoimaisuus edellyttää, että se on myös nuoria kiinnostava kulttuurinmuoto. On siis tiedettävä, mikä nuoria kiinnostaa. Kilpaurheilu ei kehity vain tekemällä vaan myös kuuntelemalla.

LÄHTEET

- Itkonen, Hannu (2010) Lapsiurheilun kolme puhuntaa. *TUL-lehti* 1/2010.
- Kansallinen liikuntatutkimus 2005–2006. Lapset ja nuoret*. SLU:n julkaisusarja 4/2006.
- Korhonen, Tuomas & Kaivosari, Annu (2010) Koululiikunta pyörteisen keskustelun keskiossa. *Liikunnan ja Urheilun Maailma* 5/2010. http://www.slu.fi/lum/numero_5_2010/tutkittua/koululiikuntafoorumi_koululiikun/ (Viitattu 17.11.2010.)
- Koski, Pasi & Tähtinen, Juhani (2005) Liikunnan merkitykset nuoruudessa. *Nuorisotutkimus* 23 (1), 3–21.
- Nuorten Posti (2010) *Helsingin Sanomat* 22.5.2010, C14.



KILPAURHEILIJAT TEHDÄÄN NUORISOVALMENNUKSESSA – URHEILUSEUROISSA

Jarmo Mäkelä

Lasten ja nuorten kilpaurheilun oikeutuksesta ei Suomessa ole tarvetta keskustella; sen sisällöistä keskustellaan sitäkin aktiivisemmin. Kilpaurheilumme ylivertainen perinne kantaa edelleen: kansainvälistä arvokisamenestystä hakiessaan muutamit lajit vetävät TV:n ääreen jopa toista miljoonaa kansalaista. Opetus- ja kulttuuriministeriön sekä Olympiakomitean organisoima huippu-urheilun muutostyön hanke 2010–2012 kuvastaa vahvaa sitoutumista myös tulevaisuuden kilpa- ja huippu-urheiluumme. Kansainvälinen menestys edellyttää urheilumuodoltaan toimivia kansallisia valmennus- ja kilpailujärjestelmiä, jotka voivat syntyä vain organisoidusta laajamittaisesta lasten ja nuorten kilpailemisesta. Siitäkin on faktaa, että suomalaiset, lapsesta aikuiseksi kilpailleet huippu-urheilijat ovat menestyneet elämässään hyvin, tarkastellaanpa asiaa kansanterveyden tai työelämän sosiaalisen portaikon suunnassa. Tämän päivän Suomessa tuhannet urheiluseurat hankkivat aktiivisesti lapsia harrastamaan kilpaurheilua urheilukouluihinsa. Lisäksi lajiliittojen ja Olympiakomitean yhteistyön turvin nuorille ja varttuneemmille huippu-urheilijoille riittää kohtalaisen kilpailukykyisiä tukijärjestelmiä. Edellisten väliin jäävä urheiluseuroissa toteutettava nuorisovalmennus toimii vain osin ja on siksi perussyynä 2000-luvulla radikaalisti heikentyneelle huippu-urheilumenestyksellemme.

KANSAKUNTA ON VAURASTUNUT, KILPA- JA HUIPPU-URHEILU NÄIVETTYNYT

Järjestäytynyt kilpa- ja huippu-urheilu on Suomessa koko lailla sadan vuoden mittainen tarina. Kilpaurheilun iso merkitys identiteettiään hakevalle itsenäistyvälle maalle yhteiskunnan maatalousvaltaisuus, hidas kaupungistuminen ja urheiluseurojen syntyminen olivat edesauttamassa sitä, että 1900-luvun ensimmäisten vuosikymmenten suomalaisurheilijat olivat maailman parhaita. Kilpaurheilun ohella suomalaisten poikkeuksellinen terveys ja elinvoima tulivat todistetuiksi hämmästyttävänä selviytymisenä raskaista sotavuosista – vielä sotakorvauksistakin. Yhteiskuntamme rakentuminen pohjoismaiseksi hyvinvointivaltioksi tai Euroopan Unionin mallivaltioksi on edelleen uskomaton menestystarina. Jotakin erikoista, myös negatiivista, liittyy yllä kuvattuun nykyyhistoriaamme. Onko kaikki tapahtunut sittenkin liian nopeasti? Miksi vielä 1900-luvun puolivälin terveydeltään, elinvoimaltaan ja uutteruudeltaan ylivoimainen Suomi on tänä päivänä maanosamme häntäpäässä, kun mittareina ovat somaattiset tai mielenterveyteen liittyvät elintapasairaudet?

Vuosikymmeniä vanhemmat huhuilivat iltaisin liikkuvia lapsiaan sisälle, nyt heitä pitää houkutella edes käväisemään ulkona

Vapaaehtoisesta urheiluseuratyöstä voimansa saanut suomalainen urheilu on luonnollisesti koko sadan vuotensa ajan peilannut ympäröivää yhteiskuntaa. Ensimmäiset kahdeksankym-



mentä vuotta peruskunnoltaan ja fyysis-motorisilta valmiuksiltaan urheiluseuroista tuleva laatunuoriso oli automaatio, jota riitti lajiliittojen ja Olympiakomitean menestymistarpeisiin. Urheilevien lasten ja nuorten huono peruskunto tai vähäinen kiinnostus kilpailemista kohtaan ovat hämmentäneet urheiluväkeä kiihtyvästi vasta viimeisen kahdenkymmenen vuoden ajan. Ensimmäiset kahdeksankymmentä vuotta maamme isät ja äidit komensivat lapsiaan iltamyöhään sisälle pihaleikeistä, laduilta, urheilukentiltä tai jääkiekkokaukaloista. Viimeiset kaksikymmentä vuotta vanhemmat ovat komentaneet lapsiaan edes hetkeksi ulos haukkaamaan happea tietokoneiden ja pelikonsolien äärestä.

HUIPPU-URHEILUUN MARKKINA-ARVO ON NOUSSUT, HUIPPU-URHEILUUN SITOUTUMINEN LASKENUT

Huippu-urheilun tilanne alkaa olla ristiriitainen kaikkialla korkean elintason maissa. Samalla kun lasten ja nuorten lähtökohtainen mielenkiinto tavoitteellista urheilua kohtaan on romahtanut, kansainvälisestä urheilumenestyksestä on tullut entistä kiihottavampaa ja aggressiivisesti tavoiteltua. Esimerkkinä yleisurheilussa rikas ja perinteisesti vahva Eurooppa on menettänyt menestyksen markkinaosuuksiaan, jotka ovat vallanneet ensisijaisesti Afrikan, Aasian ja Väli-Amerikan selvästi köyhemmät valtiot. Tuleva huippu-urheilija saatetaan raitteilleen rippikouluihin molemmin puolin, taitolajeissa jo alakouluvuosina. Silloin urheilijan asenteet ja arvot sekä fyysis-motoriset valmiudet saavat hyvän alkunsa – tai jos eivät saa, on menestymispotentiaali menetetty. Lasten urheilukoulujen jälkeinen nuorisovalmennusvaihe asemoituu keskimäärin ikähaarukkaan 12–18 vuotta. Tuolloin urheilijat asuvat kodeissaan ja harjoittelevat urheiluseuroissaan. Tässä elämänvaiheessa muodostuva nuorisovalmennuksen haaste sekä urheiluseurojen kyky suoriutua siitä ovat huippu-urheilumme ratkaisevimmat kysymykset.

LIIKUNNAN JA URHEILUN IHANNEMALLI EI TOIMI, KOULUJEN LIIKUNTATUNNIT SÄILYNEVÄT VÄHÄISINÄ

Urheiluseurojen hyvinvoinnin keinovalinnoista ammattipohjainen seuratyö on eniten esillä. Tämä valinta on varmasti oikea, joskin viestinnällisesti ja toimeenpanon tasolla hyvin herkkä. Jos ammattipohjainen urheiluseuratyö lisääntyy tavalla, joka ei samalla aktivoi ja lisää perinteistä vapaaehtoistyötä, lopputulos on varmasti nykytilannettakin paljon huonompi. Lapsi- ja nuorisoliikunnan ihannemallia on helppo hahmotella; kansanterveyden näkökulma hoidetaan koululiikunnan avulla ja urheiluseurat keskittyvät kilpaurheiluun. Käytännössä asia ei mene näin; urheilujärjestöjen ja urheiluseurojen tehtäväksi on vakiintunut sekä terveyteen että urheilumenestykseen tähtäävä ihmisten liikuttaminen. Vuoden 2009 lopulla Nuori Suomi, Olympiakomitea ja Suomen Valmentajat julkaisivat ansiokkaan selvityksen urheiluseuroissa kilpaurheilua harrastavien lasten ja nuorten liikunta- ja harjoittelutottumuksista. Tulokset osoittivat vähintään ”miljoonan ponnistuksen vajetta” – pahimmillaan ikähaarukassa 12–16. Nuorisovalmennuksen ongelmat ovat kaikille urheilumuodoille yhteiset, kaikkien lajien ei tarvitsisi löytää omaa Amerikkaansa yksin. Monipuolisuudesta ja useiden erilaisten lajien harrastamisesta on osattu puhua viisaita jo viitisenkymmentä vuotta. Siitä huolimatta urheilumme on organisoitunut tavalla, jossa edes kahden lajin systemaattinen harjoittelu ja kilpaileminen alkaa olla muisto vain.



TELINEVOIMISTELUN PERUSTEISTA SKEITTAAMISEEN JA PARKOURIIN

Suomen ylivertaisen urheilumaineen vaaliminen ei kohta ole mahdollista, jos selvä vähemmistö lapsistamme liikkuu edes terveytensä kannalta riittävästi. Menneisyydestä saattaa löytyä jotakin visioitavaa tämän päivän ja tuleville urheiluihmisille. Meidän entisten nuorten valmennus alkoi tasolta, jossa puolet yläkouluikäisistä, tässä esimerkissä poikaoppilaista, suoriutui katkottomasta sarjasta rattaanpyörä – käsinseisonta – kuperkeikka, kolmasosa rekkisarjasta kippi – kiintopyörähdys – kaarihyppy alas ja viidesosa teki selkäkimpin, kun liikunnanopettaja motivoi sen harjoittelua lukion loppuun ulottuvalla voimistelun kymppillä. Lapsi- ja nuorisourheilumme kehittäminen lähtee tietysti tästä päivästä. Skeittaaminen ja parkour ovat hyvin mielenkiintoisia ilmiöitä lasten ja nuorten liikuntakulttuurissa. Freestylehiihto on hyvä esimerkki uuden ajan kilpaurheilusta, jonka kanavat ovat aenneet kivenkovinta menestymistä myöten. Suomalainen formaatti toimii yhä myös perinteisissä ja laajalti kilpailluissa urheilumuodoissa; taitoluistelu on siitä hyvä esimerkki.

PYSTYVÄTKÖ PERINTEILTÄÄN VAHVAT URHEILUJÄRJESTÖT UUSIUTUMAAN

Valtaosassa lajeista varhainen erikoistuminen syö urheilijoiden menestymispotentiaalia. Esimerkkinä yleisurheilusta Suomen Urheiluliitto rakentaa ELMO-nuorisovalmennusohjelmaa (enemmän liikettä ja monipuolista osaamista), jonka tavoitteena on uudistaa lasten ja nuorten harjoittelu ja kilpaileminen vastaamaan tämän päivän toimintaympäristöjä. Seitsemääntoista ikävuoteen saakka ohjelma ohjeistaa ja kannustaa urheilijoita harrastamaan muitakin urheilumuotoja sekä hyödyntämään laaja-alaisesti yleisurheilun eri lajeja ja sisältöjä. Kilpailujärjestelmäksi ohjelma suosittaa valtakunnallisten mestaruuskilpailujen käynnistämistä miniotteluversiona ikäluokasta 14–15. ELMO-nuorisovalmennusohjelman sisällöt ovat saaneet hyvän, jopa innostuneen vastaanoton. Haasteita lienee kuitenkin edessä, kun järjestöväen eteen tuodaan kilpailujärjestelmään liittyvät, totutusta radikaalisti poikkeavat päätösesitykset.

URHEILUMUOTOJEN JA -SEUROJEN HAASTEET OVAT PALJOLTI YHTEISIÄ

Suomen kilpa- ja huippu-urheilu elää muutoksen aikaa. Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittama ja Suomen Olympiakomitean alaisuudessa työskentelevä *Huippu-urheilun muutostyöryhmä* on aloittanut työnsä, joka ulottuu vuoden 2012 loppuun. Merkittäviä lisäresursseja ei liene odotettavissa, joten muutoshaste tulee ratkaista kohdentamalla olemassa olevat resurssit nykyistä paremmalla hyötysuhteella. Tämän onnistumiseksi sirpaleista ja organisaatiokeskeistä urheilujärjestelmäämme pitää voida uudistaa tavalla, jossa nykyiset paljolti byrokraatiaan juuttuvat resurssit ulottuvat jatkossa urheilun ja valmennuksen kentälle. Urheiluseuroissa toteutettavan nuorisovalmennuksen tulisi olla kaikkien kilpa- ja huippu-urheilun strategioiden ykkösvalinta. Esimerkkeinä urheiluseurojen organisoituminen sekä ohjaamisen ja valmentamisen osaaminen ovat isoja koulutuskysymyksiä, joiden perusteet ovat kaikille urheilumuodoille yhteiset.



EI TULE VOITTAJIA, JOS VAIN VOITTAMINEN ON TÄRKEÄÄ

Tuija Helander

Lasten ja nuorten urheilun kehitys on ollut ristiriitaista, sillä urheilun arvot ja ihanteet ovat koventuneet, mutta toisaalta lasten liikunnallinen ja urheilullinen pohja on kaventunut. Vain voitto on tärkeää, ja tuloksia pitäisi saada mahdollisimman nopeasti. Tuloksena meillä on 17–18-vuotiaita lupauksia, jotka saattavat olla ikäluokkansa kansainvälistä eliittiä, mutta eväät varsinaiseen huippu-urheiluun on syöty sekä fyysisesti että henkisesti.

MIKSI KILPAILUSTA ON TULLUT KIROSANA?

Aloin pohtia kilpailu-käsitteen sisältöä ensimmäistä luokkaa käyneen poikani koulun maastajuoksukilpailujen yhteydessä. Ihmettelin, miksi jokaisella luokalla oli erikseen hölkkäsarjat niin tytöille kuin pojillekin. Poikien liikunnanopettaja selitti, että osa oppilaiden vanhemmista ei halua lastensa osallistuvan numerolappu rinnassa käytävään kilpailuun, eikä lapsille saa ottaa edes aikoja juoksusta. Huvittavaa oli, että jotkut hölkkäsarjaan osallistuneista tulivat maaliin kuitenkin kovasti kaverin kanssa kilpaillen ja pitivät saavutettua kärkisijaa selvästikin tärkeänä.

Miksei lapsille saisi ottaa aikaa maastajuoksussa? Annetaanhan heille pisteet ja numerot matematiikan ja uskonnon kokeistakin. Ja mitä pahaa kilpailussa sinänsä on? Tulin siihen tulokseen, että sana kilpailu on viime vuosina saanut erittäin negatiivisen arvosillan. On tultu kauas *citius, altius, fortius* -hengestä, jonka mukaisesti kilpailu on jaloa, rehellistä ja tasa-arvoista parempaan(sa) pyrkimistä paras voittakoon -periaatteella, jossa jokainen kilpailee ennen kaikkea itsensä kanssa kilpailijoiden siivittäessä toisiaan yhä parempiin suorituksiin.

Sanalla kilpailu on hyvin kaksijakoinen sisältö. Se voi olla ystävällismielistä kisailua, jossa osallistujat ponnistelevat omilla rajoillaan kykyjään vertaillen ja toisaalta lähes sotilaallista taistelua, jossa on vain voittajia ja häviäjiä. Minusta lasten urheilussa kilpailun sisältö pitäisi olla juuri ensin mainitun kaltaista: iloisuuteen perustuvaa ponnistelua, omien rajojen etsimistä rehellisesti ja muita, myös heikompia, kunnioittaen. Valitettavasti viime vuosien yhteiskunnallinen ja samalla myös urheiluelämän kehitys vain on johtanut siihen, että voittajia palvova ja häviäjiä halveksiva käsitys kilpailusta on vallannut alaa. Kun 1960- ja 70-luvulla meitä nuoria urheilijan alkua kasvatettiin vielä periaatteella ”tärkeintä ei ole voitto, vaan osallistuminen ja rehti kilpailu”, tuntuu nykyajan motto olevan ”hopea on hävitty mitali”.



HUIPPU-URHEILUN KOVENEMINEN HEIJASTUU LASTEN URHEILUUN

Minua on viime vuosina häirinnyt huippu-urheilussa vallitseva, vain voittoa arvostava ilmapiiri. Kun olympialaiset ovat käynnissä, pääotsikot huutavat vain saavuttamattomien mitalien perään, vaikka onhan urheilu, myös huipulla, muutakin kuin voittoja ja mitalleita! Urheiluun liittyy monenlaista taistelua, kriisejä, pinnistelyä, epävarmuutta ja itsensä voittamista, ja parhaimmillaan se on kiehtovaa, jännittävää ja haasteellista ponnistelua inhimillisten rajojen etsinnässä.

Koko se mielenkiintoinen maailma on tyhistetty ”tuliko mitali vai eikö tullut ja miksei tullut” tyllyiseen uutisointiin. Jos ja kun joku voiton saavuttaa, tulee hänestä yhtäkkiä lööpeissä esiintyvä sankari, jota kaikki samalla ihailevat ja kadehtivat. Ensimmäisen epäonnistumisen tullessa voi sankarista kuitenkin tulla hylkiö.

On aina sanottu, että urheilevilla lapsilla pitää olla esikuvia, ja parhaita esikuvia ovat tietenkin huippu-urheilijat. Kun tällainen esikuva sitten kilpailusuorituksensa jälkeen on tyytymättömän oloinen ja kiroilee TV-haastattelussa, mitä se kertoo lapselle urheilun olemuksesta? Mitä kertovat nuorelle urheilijalle lausunnot: ”Neljäs sija on huonoin mahdollinen sija” ja ”Hopea on hävitty mitali”?

LIIAN LAJINOMAISTA LIIAN VARHAIN

Yhteiskunnan kehitys ei voi olla heijastumatta myös urheiluun. Arvojen koventumisen ja rahan merkityksen kasvun ohella urheilun kannalta suuri ongelma on lasten vähäinen liikkuminen ja passiivinen elämäntyyli. Tutkimusten mukaan huipulle tähtäävien nuorten urheilijoiden pitäisi liikkua viikossa 20 tuntia. Tämä ei toteudu lähellekään. Vaikka nuorten urheilun harrastamisen sanotaan lisääntyneen, todellisuudessa vain ohjattu liikunta on lisääntynyt. Parin tunnin harjoitus kaksi, kolme kertaa viikossa ei riitä, etenkin jos muu aika on TV:n ja tietokoneen ääressä istumista.

Leikki-ikäisellä ja kasvavalla nuorella parhaiten kuntoa ja taitoja kehittäisi omaehtoisesti tapahtuva leikinomainen, monipuolinen ja runsas vapaa-ajan liikunta. Jos kaikki tämä aletaan tehdä ulkoohjatusti harjoitusohjelmin, on lopputuloksena vain stressaantuneita ja henkisesti loppuun palaneita menetettyjä lupauksia. Eikä sellaisia ohjelmia ole keksittykään, joilla lapsen luonnollinen liikkuminen saataisiin korvattua.

Lisäksi nuorten harjoittelun on todettu olevan liian lajinomaista liian varhain. Kun ominaisuuksia monipuolisesti kehittävä runsas toistoharjoittelu jää tekemättä, ei ole pohjaa aloittaa kovaa huipulle tähtäävää harjoittelua. Lapsia painostetaan myös liian varhain valitsemaan yksi päälajeja, ja muiden lajien harrastaminen saatetaan jopa kieltää. Heikko fyysinen perusta yhdistettynä koviin suorituspaineesiin vie uskon ja halun lahjakkaimmalta ja sitkeimmältäkin nuorelta, kun ensimmäiset vastoinkäymiset koittavat.

LASTEN EHDOLLILLA

Vanhemmat ovat nykyään mukana lastensa harrastuksissa paljon vahvemmin kuin ennen. Se on hienoa, mutta siinä on omat vaaransa, varsinkin jos vanhempi asettaa lapselle suorituskriteerit aikuisen näkökulmasta. Kaikkein pahinta on, jos vanhemmat vievät lapsensa



urheilukentille mielessään omat saavuttamatta jääneet urheilumenestykset tai NHL-dollarit, joita lapsi sitten tienaisi palkiten vanhempiensakin uurastuksen.

Kaukalon tai kentän laidalla näkee joskus otsasuonet pullistuneina lapselleen ohjeita ja käskyjä huutavia aikuisia. Eikä vanhemman tarvitse edes huutaa, sillä jo hyvin empatiastikin lapsensa ympärillä hyörivä äiti tai isä voi luoda kestävämpää suuria paineita urheilvalle lapselle. Lapset kun ovat mestareita tulkitsemaan vanhempiensa elekieltä ja sanattomia viestejä. Jo pelkkä ylihuolehtiva olemus voi viestiä lapselle, että tämä asia on nyt äidille tai isälle tosi tärkeää, jopa tärkeämpää kuin lapselle itselleen, eikä urheilu silloin ole sitä, mitä sen pitäisi olla: oma juttu, jossa lapsi hakee itselleen elämyksiä ja kokemuksia.

Kun itse lähdin mukaan lasten urheilukoulun vetämiseen kymmenisen vuotta sitten, päätin ”unohtaa” huippu-urheilun ja asettua lasten tasolle, heidän maailmaansa. Se onnistui muistelemalla, miltä minusta itsestä tuntui vastaavan ikäisenä. Toinen asia, mitä teroitin itselleni oli, että kaikilla lapsilla ei ole samoja lahjoja ja edellytyksiä, eikä kaikista tule kovia urheilijoita. Nämä asiat mielessäni olen pyrkinyt saamaan jokaisen urheilijani innostumaan urheilemisesta, kukin omalla tasollaan.

Pienille lapsille urheilun pitäisi olla hauskaa ja iloista tekemistä, hiukan vanhemmille sen pitäisi tarjota sosiaalista sisältöä leirien, viestien ja yhteisten tapahtumien muodossa, kavereiden kanssa. Kun urheilija saa ensin olla rauhassa urheileva lapsi ja nuori, hän on vasta sitten kypsä kasvamaan myös huippu-urheilun kovenemaan ja vaativaan maailmaan. Siksi lasten urheilun malleja ja ihanteita ei pidä ottaa suoraan huippu-urheilusta, varsinkin kun siihen tänä päivänä sisältyy yhä kyseenalaisempia elementtejä.

Lapsi ei ole henkisesti kypsä huippu-urheilun edellyttämään, pelkästään urheilulle omistautuvaan elämäntyyliin ja suorituspaineesiin. Tarvitaan sellaisia ohjelmia, joita Nuori Suomi järjestää, inhimillisyyttä ja yleviäkin periaatteita tyyliin ”kaikki pelaa” ja ”tärkeintä ei ole voitto, vaan osallistuminen”. Kyllä urheileva nuori ajallaan oppii ja kestää myös kovemman ja tavoitteellisemmän huippu-urheiluasenteen. Jopa paremmin, jos hän on ensin saanut olla rauhassa lapsi.



MITÄ ”VÄLIÄ” URHEILEMISELLA OIKEIN ON? 11–15-VUOTIAAT HUIPPU-URHEILUN NÄKÖKULMASTA

Arto Tiihonen

KENTÄN RAJAT

Sosiologit ovat nelikenttien rakentajia, liikuntasosiologit pelikenttien tulkitsijoita. Tällä kertaa tarkoitukseni on vastata kysymyksiin, mitä ”väliä” eli minkälaisia merkityksiä urheilemisella on ja mitä merkityksiä sen pitäisi nuoreen kasvattaa, kun hän on 11–15-vuotias ¹.

Peli- ja nelikenttien rajat tässä esityksessä ovat seuraavat:

1. Keskityn poikiin, koska tunnen tutkimusteni, järjestökokemusteni ja oman henkilöhistoriani vuoksi paremmin poikien ja miesten maailmaa (tämä ei tarkoita, etteikö tässä olisi hyvinkin paljon samaa kuin tyttöjen kohdalla, mutta urheilussa sukupuoli – myös miessukupuoli – on jäänyt useimmiten huomioimatta).
2. Keskityn pääosin joukkuelajien valmennus- ja alakulttuureihin, erityisesti jalkapalloon, koska urheilemisen alakulttuurit ja ”kulttuurit” ovat myös aliedustettuihin sekä tutkimuksessa että julkisessa keskustelussakin. Uskon, että keskittyminen yhteen lajikkulttuuriin avaa samalla syvemmän näkökulman myös muiden lajien alakulttuureihin.
3. Keskityn nuoren pojan elämän kokonaisuuteen ja ennen kaikkea kysymykseen, miten tuossa 11–15 vuoden iässä kannattaisi toimia, jotta mahdollisimman moni varhaisnuori voisi myöhemmin tulla huippu-urheilijaksi: tärkeitä ovat erilaiset kokemuksellisuudet, urheilemisen merkitykset, initiaatiot, monipuolinen tuki ja valmennusjärjestelmän toimivuus myös tuossa iässä.

Kun kentän rajat ovat tiedossa, voidaan siirtyä pelikirjaan eli siihen, mistä ja miten tämä artikkeli rakentuu. Tietopohja perustuu tekemääni kolmeen opinnäytetyöhön eli pro gradu -tutkielmaani Urheilu kertomuksena (1990), lisensiaatintyöhöni Urheilullisen miehen mahdolliset maskuliinisuudet (1996) ja väitöskirjaani Ruumiista miestä, tarinasta tulkintaa: oikeita miehiä – ja urheilijoita? (2002) sekä lukuisaan joukkoon artikkeleita ja esityksiä, joissa olen pohtinut tälle kentälle kuuluvia aiheita. Tieteellisen työni innoittajana ovat koko ajan olleet omat ja muiden kentillä pelanneiden kokemukset, joita olen yrittänyt tulkita parhaani mukaan.

Koska kyseessä on pyydetty artikkeli, jonka lähtökohtaisena rajauksena on ollut pitäytyminen 11–15 vuoden iässä, joudun aluksi lausumaan muutaman sanan siitä, miten



itse koen kyseisen iän siinä kokonaisuudessa, jossa suomalaisia huippu-urheilijoita tulisi tai voisi kasvattaa nykyistä paremmiksi. Huippu-urheilun kokonaisuudessa tätä ikää on yleensä pidetty hyvin tärkeänä, koska tutkimukset varsinkin motoristen taitojen oppimisesta ovat osoittaneet 10–12 vuoden iän herkkyykskaudeksi näiden taitojen oppimisessa tai opettamisessa².

Siksi monissa lajeissa tehdään hyvin ratkaisevia valintoja sen suhteen, kuka saa laadukasta valmennusta, ketä pidetään lahjakkaana ja miten joukkue- ja pelipaikat jaetaan. Varsinkin joukkueurheilijat kehittyvät kuitenkin hyvinkin paljon myöhemmin varsinkin pelitaidon ja käsityksen, mutta myös kestävyuden, voiman ja nopeuden suhteen.

Kansainvälisen kilpailun kiristymisen myötä ja peliurien pidentyessä onkin yhä tärkeämmäksi tullut se, että mahdollisimman laaja ja tasokas joukko jatkaa nykyistä pidempään intensiivisesti lajin parissa. Se tarkoittaisi jalkapallossa sitä, että ikävuosiin 22–24 asti tulisi mahdollisimman suurella joukolla olla mahdollisuuksia kehittyä omalla urallaan eteenpäin vaikkapa ammattilaiseksi ja A-maajoukkuepelaajaksi (ks. Tiuhonen 2001; 2004).

Liian aikaisin ja liian vähäisillä tiedoilla tehty huippujen rekrytointi ja toisaalta ”lahjattomien” karsinta on yksi asia, jonka vuoksi ikävuosia 11–15 ei pitäisi tässä suhteessa liikaa korostaa. Erityisesti pojat eivät ole tuossa iässä lähelläkään fyysistä, psyykkistä, tiedollista saati sosiaalista ja emotionaalista kypsyyttään, joten epävarmuustekijöitä varmalle ”lahjakkuuden löytämiselle” on tuossa iässä vielä runsaasti³.

Tämän ikäkauden liiallinen korostaminen voi siis johtaa väärin signaaleihin sekä urheilijan suuntaan että koko järjestelmän kannalta. Kyvykkäitä mutta hitaasti kehittyviä karsitaan liian aikaisin pois valmennuksesta (valmennuksen ja järjestelmän aiheuttama drop out), kun taas aikaisin kehittyneiden ns. lahjakkaiden motivaatio saattaa heiketä, ja heidän pelkonsa suoritustason laskemisesta ja liian suurista odotuksista saattavat johtaa uran ennen aikaiseen lopettamiseen (hiukan myöhemmin, mutta kuitenkin) ennen aikuisikää (urheilijalähtöinen drop out).

Tästä ongelmasta antaa hyvän esimerkin Jarmo Kortelaisen (2007) esittämä tilasto siitä, mistä Suomen A-maajoukkuepelaajat tulevat ja mikä on kaupunkien ”tehokkuuskyky” tuottaa maajoukkuepelaajia. Vaikka tilasto on tehty vain kahtena vuonna A-maajoukkueessa pelanneista, näkyy trendi selvänä. Pienet paikkakunnat, kuten Kemi, Kuusankoski, Tornio ja Mikkeli, pärjäävät hyvin, kun taas suuret paikkakunnat – erityisesti Helsinki – jäävät hännille. Kokemukseni mukaan Helsingissä tehdään hyvissäkään seuroissa virheitä huippujen rekrytoinnissa, ja siellä myös juniorimestarit lopettavat melko herkästi uransa, kun se ei tuota heti paikkaa liigajoukkueissa.

Itse pitäisin esimerkiksi jalkapalloa sellaisena lajina, jossa ei pitäisi tuossa iässä vielä tehdä liian pitkälle meneviä johtopäätöksiä nuoren halukkuudesta, osaamisesta, kyvykkyydestä jne. harjoitella ja oppia paremmaksi urheilijaksi⁴. Sen sijaan hänen mahdollisuuksiaan kehittyä sellaiseksi pitäisi lisätä erityisesti panostamalla siihen, miten merkityksellistä pelaaminen, harjoittelu ja siihen kytkeytyvä koko elämäntapa tai -tyyli hänelle on nyt ja myöhemmin (ks. Tiuhonen 2007).

Keskitynkin esityksessäni tähän varsin laajaan kokonaisuuteen käsittelemällä sosiokulttuuristen käsitteiden kautta nuoren merkitysmaailmoja ja niihin vaikuttavia tekijöitä. Lyhyesti voisi sanoa, että kohdistan katseeni siihen, miksi joku varhaisteini ajattelisi vakavasti sitä, ”mitä väliä – merkitystä – urheilemisella on?” Toisaalta tarkastelen tietysti sitä, miten eri toimijat voisivat vahvistaa tuota nuoren merkitysmaailmaa omalla toiminnallaan ja minkälaiset tapahtumat ovat kriittisiä sekä vahvistavina kokemuksina että mahdollisina kriisin paikkoina.



URHEILU MERKITYKSELLISENÄ LEIKKINÄ JA DRAAMANA

Varhaisnuoret, ja varsinkin pojat, samaistuvat idoleihinsa ja ovat pelatessaankin ”messejä”, ”hetemajta” tai ”väykkäjä”. Esikuvien imitoimisen kautta opitaan kikkoja, pelitapoja ja osin ihmisenä ja urheilijana elämistäkin. Tämä imitoimis- ja heittäytymiskyky on tärkeä myös myöhemmin, vaikka aikuistumisen myötä urheilussa pyritäänkin siirtymään realistisempiin identiteettikäsitteisiin. Pedagogiselta kannalta katsottuna voisi kuitenkin perätä leikkimisen ja luovuuden tärkeyttä koko uran ja itse asiassa koko elämän ajan (Tiuhonen 2001; 2004b).

Luovuus ja esimerkiksi monet taiteen muodot – teatteri, tanssi ja muut esittävän taiteen lajit – perustuvat osaltaan imitoimiseen, samaistumiseen, leikin maailman erilaisiin sääntöihin, joissa voi ylittää omat rajansa ainakin hetkellisesti. Ne ovat mahdollisia oppimisen paikkoja ja ennen kaikkea ymmärtämällä huippu-urheilukin suureksi mutta perustaltaan leikkiliseksi draamaksi, estetään se tosikkomaisuus, joka pojilla ja miehillä voi johtaa pelkoon ”kasvojen menettämisestä”, joka taas johtaa konflikteihin ja alisuorittamiseen, kun oma miehinen identiteetti ei kestä epäonnistumisia (Tiuhonen 1990; 1996; 2002).

Urheilu, ja ainakin jalkapallo, on suurta draamaa eli näytelmä, jossa ihmisillä on erilaisia rooleja, joita he pelaavat niin kentällä kuin kenttien ulkopuolella. Tämä draama on Suomessa ikään kuin vajaa ja pinnallinen suhteessa maihin, joissa sanotaan olevan oikea jalkapallokulttuuri. Niissä maissa käydäänkin luovaa, korkeatasoista ja moniin suuntiin avautuvaa jalkapalloseskustelua (ks. Roivas 2010).

On tärkeää, että urheilun erilaiset merkitysmaailmat tunnistetaan ja näiden merkitysmaailmojen muutokset varhaisnuoruudessa otetaan huomioon valmennusjärjestelmiä kehitettäessä. Yleensä käy niin, että urheilu menettää 11–15-vuotiaana merkitystään nuoren elämässä, kun sen pitäisi tehdä päinvastoin. Urheilujärjestelmältä vaaditaan kykyä ja herkkyyttä vastata nuorten muuttuviin merkitysmaailmiin (vrt. Salasuo & Koski 2010; Zacheus 2008).

INITIOITUMISIA URHEILUN MAAILMAAN JA URHEILIJUUTEEN

Tarkastelen seuraavaksi initioitumisen eli vihkiytymisen käsitteen näkökulmasta nuoren merkitysmaailmojen muutosta urheilujärjestelmässä. Olen esittänyt huippu-urheilijan uran erilaisten initioitumisten näkökulmasta, jolloin nuori astuu eteenpäin urallaan, jolloin hänen identiteettinsäkin samalla väistämättä muuttuu. Urheilu tarjoaa näitä portaita enemmän kuin muut elämäntilat, koska järjestelmä on rakennettu progressiivisesti eteneväksi – alemmalta tasolta aina vain ylemmäs. (Tiuhonen 1993).

11–15-vuotiaana varhaisnuori todennäköisimmin alkaa pitää itseään urheilijana ja tässä tapauksessa jalkapalloilijana; jotkut jo nuorempinakin. Tällöin ”jalkapalloilu” merkitsee jo jotakin. Sen kautta hahmotetaan omaa maailmaa ja omaa identiteettiä. Siihen saattaa riittää se, että pelaa ja harjoittelee jossakin joukkueessa. Ikäkauden aikana kuitenkin alkaa selvitä myös se, että toisten ”jalkapalloilu” on vahvempaa tai parempaa kuin toisten. Joukkueet pärjäävät turnauksissa ja kisoissa eri tavoin, rakennetaan tasojoukkueita ja eritasoisten sarjoja. Käsitteistä ”jalkapalloiluudesta” määrittyy myös joukkueen sisällä sen mukaan, miten hyvänä valmentaja tai muut pelaajat yhtä pelaajaa pitävät. Myös vanhempien ja muiden läheisten merkitys on tässä iässä erityisen suuri. (Tiuhonen 1996a; b; c.)

Initioituminen jalkapalloilijaksi on tärkeintä tässä iässä, kun ajatellaan asiaa huippu-urheilun näkökulmasta. On tärkeää, että potentiaalinen huippu-urheilija saa kokemuksia, joissa hän tuntee olevansa jalkapalloilija ja urheilija. Ongelmallista sen sijaan on, jos käy päinvastoin:



hän tavallaan initioituu pois urheilijan uralta eli saa kokemuksia, jotka työntävät hänet pois urheilemisen maailmasta tai saa muita kokemuksia, jotka vetävät muille elämänuoleille. Päihheet, seksuaalisuus, erilaiset pelikulttuurit jne. tarjoavat kilpailevia tai täydentäviä initioitumisia jo tässä iässä, mutta varsinkin hiukan myöhemmin.

Korostan, että initioituminen urheiluun ei välttämättä merkitse vain positiivisia kokemuksia, vaan kyse on alun perin selviytymisriitistä, jossa poika/nuori joutuu tekemään vaarallisiakin tehtäviä tullakseen hyväksytyksi miesten joukkoon. Pienemmässä mittakaavassa initioituminen siis konkretisoituu siinä, kun poika esimerkiksi siirtyy parempaan joukkueeseen, tulee valituksi johonkin edustusryhmään tai muutoin irrotetaan entisestä sosiaalisesta yhteisöstään ja identiteetistään.

On siis muistettava, että 11–15-vuotiaana hyvin tavalliset joukkueiden vaihdot tai esimerkiksi ylempään sarjaan nousut tai tärkeät turnaukset ovat näitä initioitumisen paikkoja, joiden jälkeen varhaisnuoren identiteetti on ainakin osittain muuttunut yhteisöllisen ja kulttuurisesti merkityksellistyneen kokemuksen vuoksi. Initioitumiseen kuitenkin kuuluu myös se, että se voi epäonnistua, se sisältää riskin. Tärkeää onkin, että mahdollisimman moni potentiaalinen huippu-urheilija kokee olevansa identiteetiltään urheilija. Tuossa iässä ei kuitenkaan ole hyötyä siitä, että joku kokee olevansa huippu tai superlahjakas, koska sellainen identiteetti on hyvin haavoittuva. (Tiihonen 2001; 2002.)

Nykyuoret ovat käsittääkseni huomattavasti riippuvaisempia vertaisistaan, ystävistään ja kavereistaan kuin aiemmat sukupolvet. Se näkyy hyvin siinä, miten liigapelaajat kuvaavat elämäänsä ja uraansa kokonaisuutena, jossa ura, parisuhde, ystävät, lapset – ja jopa kotieläimet – ovat tasapainoisessa suhteessa heidän ideaalissa elämässään jalkapalloilijana (Tiihonen 2007). Jos urheilijan ura ei ole riittävän attraktiivinen tilanteessa, joka merkitsee myös entisen ystäväpiirin jonkinasteista menetystä, niin koko ura joutuu puntariin.

Olenainen kysymys on se, miten initioituminen tapahtuisi niin, että nuoren uusi identiteetti rakentuisi vahvaksi, vaikka todennäköistä on, että parempaan joukkueeseen siirtymisensä nuori menettää asemansa joukkueen parhaana tai parhaimmiston kuuluvana. Tukihenkilöt, jotka ovat häneen luottaneet, vaihtuvat aivan tuntemattomiin ihmisiin ja harjoitusmatkatkin saattavat pidentyä. Yhtä tärkeää olisi huomata se, että samassa joukkueessa pelanneet lähes yhtä hyvät, tai jopa paremmat, jäävät vanhaan joukkueeseen, mutta kokevat itsensä huonommiksi, ja se vanha joukkuekin tietysti heikkenee, kun parhaimmat pelaajat muuttavat pois. Monet joukkueet jopa lopettavat tyystin toimintansa tuossa kriittisessä iässä, kun parhaimmat rekrytoituvat tasokkaampiin joukkueisiin. Samalla saatetaan menettää runsaasti potentiaalisia huippupelaajia vain siksi, että järjestelmä ei toimi nuoria tukevasti.

Tai ihmiset eivät toimi tukevasti ja joustavasti, sillä en usko, että järjestelmää koskaan saadaan sellaiseksi, etteikö siirtymistä joukkueista tai ryhmistä toisiin tulisi ja pitäisi tapahtua. Useimmitenhan tapahtuu tietysti se, mitä siirtymältä haetaan eli että pelaajan urheilijaidentiteetti vahvistuu ryhmässä, jossa on samankaltaisia, tavoitteellisia ja hyviä pelaajia ja jossa harjoitellaan määrätietoisesti ja laadullisesti paremmin. Se ei kuitenkaan ole itsestään selvää, vaan tähän vaiheeseen kannattaisi keskittyä nykyistä paljon paremmin. Positiivisia initioitumisriittejä, integroitumistukea ja ”perehdyttämistä” tarvittaisiin nuoren lisäksi myös hänen perheelleen, jonka merkitys on nykyurheilun maailmassa todella suuri (Tiihonen 1996c; 1997; 2007).

Perheiden merkityksen lisääntyminen ei näykään vain siinä, että heiltä odotetaan taloudellisia satsauksia lasten ja nuorten urheiluun. Vielä enemmän vaikutus kohdistuu tähän urheilun merkityksellisyteen. Tuon esille kuitenkin yhden paradoksin, joka lienee tyypillinen suomalaiselle urheilukulttuurille ja erityisesti jalkapallokulttuurille. Keskiluokkaisten,



suorituskeskeisten perheiden vesat tuntuvat pärjäävän hyvin tässä juniorimaailmassa, kun taas maahanmuuttajien, perinteisen työväenluokan tai syrjäytymisvaarassa olevien perheiden lapset ovat juniori-iässä yhä tiukemmalla siitä syystä, etteivät heidän vanhempansa eri syistä kykene samanlaisiin satsauksiin kuin keskiluokan perheet.

Seurauksena näyttää olevan se, että jälkimmäiset karsiutuvat huippuvalmennuksesta pois 15–19 vuoden iässä, joten he joutuvat jatkamaan alemmalla tasolla. Vaikka tästä minulla ei ole osoittaa tutkimusta, niin pelkästään vilkaisu jalkapallon 2. divisioonan etelälohkon joukkueisiin osoittaa, että varsinkin pääkaupunkiseudun joukkueissa pelaa erittäin runsaasti taitavia ulkomaalaistaustaisia pelaajia.

Jalkapallokulttuuri on maahanmuuttajaperheissä yleensä vahvempaa, mikä näkyy erittäin monen maan A-maajoukkueissakin. Oma oletukseni kuitenkin on, että Suomessa hukataan järjestelmän ja valmennuskulttuurin keskiluokkaisuuden takia melko paljon potentiaalisia huippupelaajia, jotka eivät juniori-iässä toteuta ideaalin valmennettavan kuvaa⁵.

RATKAISUN AVAIMIA: OMIEN KOKEMUSTEN ARVIOINTIA, OSAAMISEN LAAJENTAMISTA JA MERKITYSTEN SYVENTÄMISTÄ

Vaikka jatkaisin tätä artikkelia kuinka kauan, ei sen vaikuttavuudesta olisi juuri mitään varmuutta. Yksittäisen, vaikkakin kuinka hyvin argumentoidun ”totuuden” tai näkökulman esittäminen ei usein muuta mitään, ellei se vastaa lukijoiden ennakkokäsityksiä ko. aiheesta. Tämän olen huomannut erityisen hyvin opettaessani liikuntasosiologiaa liikunnanohjaaja-opiskelijoille, joilla urheilutaustojensa vuoksi on muodostunut hyvin voimakkaita käsityksiä siitä, miten asioiden pitäisi olla tai miten niiden ei pitäisi olla.

Hyviä oppimis- ja ymmärtämistuloksia syntyykin vain haastamalla heidät arvioimaan ja tulkitsemaan omia kokemuksiaan niillä käsitteillä, joita liikunta- ja urheilusosiologia on tuottanut. Olenkin vakuuttunut siitä, että valmentajakoulutuksen prosessia olisi kehitettävä sellaiseen suuntaan, jossa valmentamista itsearvioidaan sellaisten käsitteiden avulla, jotka auttavat oppijaa näkemään oman todellisuutensa uudessa valossa ilman, että joutuu omaksumaan jonkun toisen ihmisen kokemusmaailman (vrt. Tiuhonen 2007).

Valmennuksen kehittäminen vaatii ehdottomasti myös sen, että kaikki prosessiin osallistuvat – huoltajat, joukkueenjohtajat ja vanhemmat – vedetään mukaan keskusteluun urheilun merkityksistä. Ilman ”verkostoitumista” emme pysty rakentamaan sellaista merkitysmaailmaa, jossa huippu-urheilu tai jokin urheilulaji vahvistuisi niin, että Suomesta voitaisiin puhua ”jalkapallokulttuurina” tai ”urheilukulttuurina”. Ymmärryksen lisääntyminen ja jaettujen merkitysten (ei tarkoita kuitenkaan samanmielisyyttä) voima on olennaista.

Siksi on tärkeää, että jalkapallon ja sen harjoittelun erilaisia merkityksiä laajennettaisiin – jalkapallosta pitäisi tehdä sekä älyllinen, kulttuurinen että sosiaalinen haaste, joka ei olisi vain jalkapalloa tai urheilua. Meillä Suomessa jotenkin pelätään intohimoista suhtautumista urheiluun tai tieteeseen tai politiikkaan, koska pelätään, että olemme olleet väärässä, olemme tuhlanneet aikamme turhuuteen jne. Asenne on huono ajatellen huippu-urheilua tai muutakin tavoitteellista toimintaa. Merkityksellisyys ei nimittäin tarkoita kapeakatseisuutta, tyhmää jäärpäisyyttä tai muun elämän unohtamista. Se merkitsee sitä, että se, mitä tekee, on emotionaalisesti, älyllisesti ja sosiokulttuurisesti tärkeää... (Tiuhonen 2001; 2004b.)

On turha huutaa mediaa apuun kehitettäessä suomalaista jalkapallo- tai urheilukulttuuria, sillä työ on tehtävä kentillä ja kenttien reunoilla, pukuhuoneissa ja olohuoneissa.



Intohimoisten, mutta samalla leikkimielisten, älyllisten, suvaitsevaisten ja argumentaatio-kykyisten ihmisten joukko voi rakentaa jalkapallokulttuurin, joka tuottaa myös huippupelaajia ja -joukkueita⁶.

VIITTEET

- 1) Tämä kirjoitukseni täydentää ja syventää teemoja, joita Mikko Salasuo ja Pasi Koski esittivät artikkelissaan *Miten kilpaurheilu istuu nykynuorten sielunmaisemaan – näkökulmia liikuntasubdettu vahvistaviin ja heikentäviin tekijöihin* (*Liikunta & tiede* 47, 2-3/2010, 4–9). Jaan heidän huolensa siitä, että nuorten liikuntasuhde on kokonaisuudessaan heikentynyt tai ainakin muuttanut muotoaan ja esitän tässä joitakin näkökulmia ratkaisujen pohjiksi. Kun kysymys rajataan vain potentiaalisiin huippu-urheilijoihin, en näe tilannetta yhtä synkeänä kuin he. Uskon, että vieläkin ylivoimaisesti suurin osa potentiaalisista huippu-urheilijoista saadaan nuorena mukaan kilpaurheiluun, mutta ongelma on siinä, ettei heitä saada pysymään tällä uralla riittävän pitkään ja riittävän laadukkaassa ja – merkitysmaailmaltaan rikkaassa – huippu-urheilun maailmassa.
- 2) Pedagogisissa tutkimuksissa käsitellään oppimisen yhteydessä tietysti useimmiten myös opettamista tai valmentamista ainakin implisiittisesti. Saattaa siis olla, että herkkyyksikauden selityksenä voi olla sekin, että käytetyt pedagogiikat tai valmennusmenetelmät toimivat juuri tuon ikäisille lapsille parhaiten. Oppimisestahan on viime aikoina tuotu esiin paljon uutta tietoa, joten tarkoitukseni on tässäkin vain korostaa sitä, että aiemmat näkemyksemme saattavat muuttua tutkimuksen edetessä. Urheilussa oppiminen ja käsitkset oppimisesta ovat erityisen tärkeitä, joten mihinkään luutumiin ja väriin oletuksiin ei kannata ankkuroida itseään.
- 3) Ainakin näkemissäni Palloliiton papereissa valmennuksen kehittämisestä on painotettu riittävän aikaisin ja riittävän hyvin tehdyn lahjakkuuksien seulonnan merkitystä. Oletan, että monet muutkin lajiliitot ja valmennusjärjestelmät haikailevat samaan suuntaan monestakin syystä. Resursseja on vähän, lajien välinen kilpailu on kovaa ja huippujen tulee ehtiä harjoittelemaan se mantraksi noussut 10 000 tuntia. Mitä nuoremmin tuota määrää aletaan summata, sitä todennäköisemmin se tulee täyteen...
- 4) Jännittävää on se, että vanhustutkimuksessa paljon käytetty ”toimijuusteoria” (mm. Jyrkämä 2008) sopisi mielestäni oivallisesti myös huippu-urheiluun. Toimijuudessahan ollaan kiinnostuneita henkilön halusta, osaamisesta, kyvystä, voimisesta, täytymisestä ja tunteista suhteessa ko. asiaan. Mutta toimijuus ei rajoitu vain yksilöön, vaan myös läheisiin ja esimerkiksi valmennusjärjestelmään ja seurojen ja liittojen toimihenkilöihin. Tavoitteena tulisi siis olla nuoren pelaajan toimijuuden monipuolinen vahvistaminen kohti huippupelaajan uraa.
- 5) Aleksei Jeremenko jr:n ja Perparim Hetemaj’n kritiikit päävalmentaja Stuart Baxteria kohtaan voisi myös laskea tähän kastiin eli jonkinlaiseen kulttuurien kohtaamattomuuteen (esim. HS 6.11.2010). Molemmathan odottivat valmentajalta ennen kaikkea vuorovaikutusta ja pelaajan kohtaamista myös ihmisinä, vaikka voisi kuvitella, että tuon tason pelaajat olisivat tottuneet jo aika kovaan kohteluun. Kyse on tietysti erityisesti luottamuksesta pelaajan ja valmentajan kesken (vrt. Tiihonen 2001; 2004a).
- 6) Ollessani syksyllä Barcelonassa näin, kuinka valmentaja Josep Guardiola oli aivan häikäisevä argumentoija ottelun jälkeisessä lehdistötilaisuudessa. Vaikka en kieltä ymmärtänytkään, tunne läsnäolosta, kiinnostuksesta, intohimosta ja perustelevuudesta, mutta myös sopivasta huumorista, välittyi katsojille. Tuntui, että jalkapallo on todellakin tärkeä ja monella tapaa merkityksellinen asia.



LÄHTEET

- Jyrkämä, Jyrki (2008) Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä – hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehykseksi. *Gerontologia* 22, 4/2008, 190–203.
- Kortelainen, Jarmo (2007) Jalkapallo-Suomen maantiede. Teoksessa Hannu Itkonen & Arto Nevala (toim.) *Kuningaspelin kentät – Jalkapalloilu paikallisena ja globaalina ilmiönä*. Helsinki: Gaudeamus, 71–83.
- Roivas, Marianne (2010) Autenttisuutta etsimässä. 1990-luvun englantilaisissa jalkapallokirjoissa merkityksellistetään luokkaa ja sukupuolta. *Kulttuurintutkimus* 27 (2), 3–16.
- Salasuo, Mikko & Koski, Pasi (2010) Miten kilpaurheilu istuu nykynuorten sielunmaiseen – näkökulmia liikuntasuhdetta vahvistaviin ja heikentäviin tekijöihin. *Liikunta & tiede* 47, 2-3/2010, 4–9.
- Tiihonen, Arto (2007) Miehisyyssvalinnat jalkapalloilijan elämässä. Teoksessa Hannu Itkonen & Arto Nevala (toim.) *Kuningaspelin kentät – Jalkapalloilu paikallisena ja globaalina ilmiönä*. Helsinki: Gaudeamus, 210–225.
- Tiihonen, Arto (2004a) Lahtelaisia Urheiluseuratarinoita. Liikuntakulttuurin muutos, sosiaalinen pääoma urheiluvallennuksessa ja tutkimuksen aluevaikuttavuus. Teoksessa Juha-Pekka Liljander & Eija Mäkelä (toim.) *Aluevaikuttavaa innovaatiotoimintaa – Tutkimustoiminnan käynnistyminen Lahden ammattikorkeakoulussa*. Lahden ammattikorkeakoulun julkaisu. Sarja C. Artikkelikokoelmat, raportit ja muut ajankohtaiset julkaisut, osa 9, 13–26.
- Tiihonen, Arto (2004b) Miten huippu-urheilua tulisi kehittää? *Liikunnan ja urheilun maailma* (SLU:n verkkolehti), 17/04, (viitattu 18.11.2004).
- Tiihonen, Arto (2002) *Ruumiista miestä, tarinasta tulkintaa: oikeita miehiä – ja urheilijoita?* Jyväskylä, LIKES-tutkimuskeskus, 134.
- Tiihonen, Arto (2001) *SuVaa valmennukseen. Sukupuoli ja urheiluvallennus*. SLU-julkaisu 7/01.
- Tiihonen, Arto (1997) Tuli ja vesi, Se tavallinen tarina, Isän tuutulaulu. Teoksessa Martti Silvennoinen & Arto Tiihonen & Mikko Innanen (toim.): *Härkätaistelija kentän reunalla. Kertomuksia isistä, lapsista ja urheilusta*. Jyväskylä, Jylk.
- Tiihonen, Arto (1996a) *Urheilullisen miehen mahdolliset maskuliinisuudet*. Lisensiaatintyö. Jyväskylän yliopisto, liikunnan sosiaalitieteiden laitos.
- Tiihonen, Arto (1996b) Ikuisesti urheileva poika eli mistä on 'kunnan miehet' tehty? Teoksessa Tommi Hoikkala (toim.): *Miehenkuvia*. Helsinki: Gaudeamus.
- Tiihonen, Arto (1996c) Urheilevat isä(n)kullat. Teoksessa Marianna Laiho & Iris Ruoho (toim.) *Naisen naamio, miehen maski. Sukupuoli journalistisessä kuvassa*. KSL.
- Tiihonen, Arto (1993) Urheilijaksi, sankariksi, mieheksi? Urheilun initiaatit ja mieheksi kasvamisen erilaiset kontekstit. *Nuorisotutkimus* 4/1993.
- Tiihonen, Arto (1990) *Urheilu kertomuksena*. Julkaisematon pro gradu -työ. Jyväskylän yliopisto, Liikunnan sosiaalitieteiden laitos.
- Zacheus, Tuomas (2008) *Luonnonmukaisesta liikunnasta liikunnan eriytymiseen. Suomalaiset liikuntasukupolvet ja liikuntakulttuurin muutos*. Turku: Turun yliopisto.



MINÄ JA KILPAURHEILU

Selja Ryöppy

Mistä on nuoret urheilijat tehty? Voitontahdosta ja sydämen palosta, unelmista ja sinnikkydestä. Itseluottamus haisee matkan päästä, lahjakkuus ei jää muilta huomaamatta. Nuori huippu-urheilija tarvitsee tilaa. Maailma vain odottaa ottajaansa.

Mutta mitä tapahtuu, kun 700 urheilijaa saatetaan yhteen saman katon alle? Ikäluokkansa parhaat kohtaavat toisensa päivittäin. Vertailua ei voi välttää, ja kilpailu muiden kunnioituksesta käy kovana. Kenellä oli paras aika, kuka heitti pisimmälle, mikä joukkue lopulta pokkasi kultamitalin, kenet kykyjenetsijän silmä löysi? Mikään ei enää erota koulua ja harrastuksia, treenejä ja vapaa-aikaa. On vain urheilua. Seura tekee kaltaisekseen, voittajat viihtyvät voittajien kanssa. Harrastelijoita ei täällä katsella. Huipulla ei tuule, sillä sinne on jo rakennettu monta kimppa-asuntoa.

Kolme vuotta on kulunut siitä, kun ensi kerran tapasin nuoren huippu-urheilijan. Tyttö oli tavallisen näköinen, vaalea toisen vuoden opiskelija. Myöhemmin minulle kerrottiin, kuiskattiin kuin suuri salaisuus: ”Se on Suomen paras naiskuskki. Siitä tulee vielä jotain suurta.” Olin ylpeä. Olinhan samassa koulussa, siis lähes itsekin jo maankuulu.

Vastaavia tilanteita on matkan varrella ollut useita. Käytävillä kohtaa mikahäkkisiä, hanna-mariaseppälöitä ja kallepalandereita kerta toisensa jälkeen. Ylpeys on vähitellen kadonnut ja tilalle on tullut hämmennys. Millaisia ihmisiä nuo huippu-urheilijat oikein ovat? Miksi juuri he ovat valikoituneet juniorimassasta parhaimmiston? Mikä heidät erottaa sunnuntailenkkeilijöistä?

Kertauksen sanotaan olevan opintojen äiti. Huippu-urheilijalle se on myös isä, Se Oikea ja paras ystävä. Harjoittelu menee koulun edelle, kavereiden ohitse ja nousee pikkusiskon rippijuhlia tärkeämmäksi. ”Emmä voi, kun mulla on treenit.” Harjoitusleirien ja kisamatkojen myötä osalla urheilijoista on enemmän poissaoloja kuin tehtyjä kotitehtäviä, mutta Suomi on urheiluhullujen maa ja kouluni heidän lempilapsensa, joten asian annetaan olla. Suuria puheita pidetään kilpaurheilun ja opiskelun yhdistämisen tärkeydestä ja hyödyllisyydestä. Ehkä integraalilaskenta ja pilkkusäännöt ovat sen kaiken vaivan arvoisia.

Lukio on kuitenkin ennen kaikkea sosiaalinen ympäristö. Ei huippujääkiekkoilijaa ilman toista tai viidettä. Harva uskaltaa jättää leikin kesken, irrottautua tutusta ympäristöstä, turvallisen treenimaton tuoksusta. Yhdessä on helpompi kestää pettymykset, valmentajan loukkaavat kommentit ja vanhempien painostus.

Huippu-urheilijat ovat tavalliselle pulliaiselle ratkaisematon mysteeri. Pukuhuoneiden ovet pysyvät suljettuina, eikä nopeiden TV-haastatteluiden perusteella ehdi muodostaa kuvaa urheilijan persoonasta. Iltapäivälehtien sivut määrittävät sen, millaisena me kansallissankarimme näemme.

Vaikka totuus on usein tarua ihmeellisempää, tällä kertaa kuvittelemme liikoja. Meitä on huijattu. Todellisuus näyttäytyy urheilijalle samanlaisena kuin muille, harmaana, loputtomana työmaana, jossa vaivana ovat sydänsurut, säryt, kivut ja pelko tulevaisuudesta. Huippu-urheilija on perusjätkä, tavis, mattimeikäläinen. Niin pelikentällä, pukuhuoneessa kuin kotonakin, jo lukioikäisenä.

II

PELIKENTÄN LAIDALTA



NUORET AIKUISTEN HOMMISSA?

Leena Lehtolainen

Julkaisin ensimmäisen kirjani 12-vuotiaana. Edelleen minulle ihmetellään sitä, että lapsi kykeni pitkäjänteiseen työskentelyyn, jollaista romaanin kirjoittaminen vaatii. Täysi-ikäistä nuorempina julkaisevat kirjailijat ovat harvinaisuuksia, mutta monet lapset ja nuoret joutuvat harjoittamaan aikuismaista suunnitelmallisuutta sekä klassisessa musiikissa että kilpaurheilussa. Kehittyäkseen näissä huipputasolle on harjoittelu alettava jo ennen kouluikää. Molempien lajien yhteydessä kerrotaan surullisia tarinoita loppuun palaneista nuorista, jotka ovat soittaneet tai urheilleet vain toteuttaakseen vanhempiensa unelmia.

Lähtökohtana nuoren kilpaurheilulle ja siihen liittyvälle kovalle harjoittelulle ei voi olla mikään muu kuin nuoren oma motivaatio. Raaka totuus on, ettei harjoittelematta nousta huipulle. Mutta voiko 11–15-vuotiaalta olettaa tämän tajuamista? Kokemusteni mukaan osalta ilmeisesti voi. Ikäryhmän lapset ja nuoret ovat keskenään valtavan eritasoisia. Siinä missä yksi 13-vuotias kykenee ottamaan lähes aikuismaisen vastuun omasta harjoittelustaan ja tavoitteistaan, saattaa toinen samanikäinen edelleen kaivata leikinomaista liikuntaa, johon ei sisälly kovia menestyspaineita.

Lähipiirissäni on 12-vuotias yleisurheilijapoika, joka harjoittelee jo kaikkia kymmenotteluun tarvittavia lajeja. Motivaatio on kova, varhaisnuorta ei todellakaan tarvitse käskä kentälle. Harjoittelua rajoittaa lähinnä kyydit hoitavien vanhempien ajankäyttö. Saman perheen 9-vuotias tytär aloitti viime vuonna taitoluistelutreenit seuran helmoissa. Jälle olisi kova hinku vaikka joka päivä, jos siihen olisi mahdollisuus. Kaikissa lajeissa kun ei ole mahdollisuutta tarjota nuorille lahjakkuuksille riittävästi harjoittelumahdollisuuksia, koska maksukykyisempien aikuisharrastajien tarpeet menevät nuorten toiveiden edelle.

Yksi syy siihen, miksi nuori lopettaa kilpaurheilun, on raha. Siitä ei puhuta riittävästi. Elämme edelleen siinä illuusiassa, että yhteiskunta tarjoaa kaikille tasavertaiset mahdollisuudet itsensä kehittämiseen. Vielä 1970-luvulla saattoi nousta joidenkin lajien huipulle, jos omisti edes kelvolliset piikkarit eikä maksanut valmentaja-isälle muuta palkkaa kuin motin hakattuja halkoja, mutta nykyään tilanne on toinen. Vaikka nuorisourheilun parissa toimii onneksi edelleen paljon lajirakkaudesta työtä tekevää vapaaehtoisväkeä, on ainakin valmentajien koulutukseen ja kehittämiseen käytettävä rahaa. Mistä nämä rahat sitten otetaan yhteiskunnassa, joka jatkuvasti karsii julkisia menojaan? Nuorisourheilussakin on kyllä projekteja, joilla lahjakkuuksia tuetaan, mutta 11–15-vuotiaan noususta huipulle voi harvoin olla täysin varma, ja siksi yritykset saattavat epäröidä satsauksistaan. Paljon on kiinni myös vaikkapa urheilijoiden vanhempien henkilökohtaisista suhteista ja myös jaksamisesta. Onko kaikilla vanhemmilla esimerkiksi aikaa kuljettaa lapsiaan harrastuksiin, mikäli joukkoliikennettä ei ole tarjolla? Joitakin vuosikymmeniä sitten huippu-urheilijaksi kasvettiin nimenomaan maaseudulla, jossa peruskunto luotiin milloin kävellen, milloin hiihtäen kuljetuilla pitkillä koulumatkoilla ja raskailla maataloustöillä. Nyt jopa nuoren kilpaurheilijan kestävyyskunto voi olla huono, koska hän ei liiku muualla kuin oman lajinsa treeneissä ja koulun yhä vähemmäksi käyvillä liikuntatunneilla.



TÄHDET EIVÄT NOUSE TYHJÄSTÄ

Meillä ei ole tilastoja siitä, kuinka paljon lahjakkuuksia urheilu menettää vain sen takia, että vanhemmat jo harrastuksen alussa tajuavat, ettei heillä ei ole varaa siihen, eikä varsinkaan siitä, kuinka monelta kalliit lajit jäävät rahapulnan vuoksi kokonaan aloittamatta. Viime vuosituhannella kilpaurheilu oli Suomessakin vähävaraiselle nuorelle mahdollisuus nousta tähtiin. Pelkään, että kilpaurheilusta tulee yhä enenevämmässä määrin vain hyväosaisten hupia, jollei ongelmaa tiedosteta ja sille aleta järjestelmällisesti tehdä jotakin. Millaista katkeruutta ja turhautumista mahtaakaan nuoressa aiheuttaa se, että hän joutuu lopettamaan itselleen rakkaan ja mielekkään urheiluharrastuksen rahanpuutteen vuoksi? Osa liikunnallisesti lahjakkaista nuorista ei välttämättä kuulu perinteisiin koulumenestyjiin lukuaineissa, ja silloin syrjäytymisriski kasvaa.

Toisaalta kaikki nuoret eivät edes halua kilpailla, vaan liikkuvat pelkäksi omaksi ilokseen. Joku saattaa löytää kilpailukipinän vasta murrosiän jälkeen, jolloin monen tekniikkalajin herkkyyskausi on jo menetetty. Kilpaurheilu ei ole raskasta paitsi fyysisesti, se on sitä erityisesti henkisesti. Yhteiskunnassa, joka tuntuu yhä kovemmin korostavan vain voittamista ja pitävän kaikkia muita paitsi ykköspaikan saavuttajaa häviäjänä, kasvavat nuoren kilpaurheilijan paineet ajoin kohtuuttomiksi.

Lapsitähden osa ei ole helppo. Kehittyminen ja eteenpäin meneminen, tuloksien paraneminen ja uusien asioiden oppiminen ovat tietysti palkitsevia. Nuorelle se, että kehityssuunta on ylöspäin, on helposti itsestäänselvyys. Jos takapakkia tulee esimerkiksi ennustamattoman pituuskasvun tai loukkaantumisen takia, tukiryhmän osuus on tärkeä. Nuoren täytyy tietää, että hän on tärkeä omana itsenään, ei vain urheilusuorituksen kautta. On opittava myös epäonnistumaan ja olemaan pelkäämättä sitä. Tämä tuntuu olevan monelle kaikkein kovin paikka.

Taitoluistelussa, jota seuraan kaikista urheilulajeista lähimmältä, on Suomessa jo vuosia saavutettu oivia tuloksia pitkäjänteisellä ja hyvin suunnitellulla valmennustyöllä. Suomen naistaitoluistelijat ovat vähintäänkin Euroopan ja muodostelmaluistelijat koko maailman kärkikaartia. Meillä pyritään siihen, että jopa korkeimmalle huipulle tähtäävät nuoret voivat asua perheensä kanssa ja käydä koulua samalla tavalla kuin muutkin ikäisensä. Järjestelmä poikkeaa monien muiden maiden taitoluisteluvalmennuksesta, jossa nuoria lahjakkuuksia kootaan valmennuskeskuksiin. Toki Suomessakin muutetaan valmentajien perässä tai muodostelmaluistelussa vaikkapa parempaan joukkueeseen päästäkseen, mutta peruslähtökohta on kotielämään perustuva harjoittelu.

Samaa metodologia noudatetaan monissa muissakin lajeissa. Yleensä vasta lukioikäiset siirtyvät erikoisoppilaitoksiin, joissa yhdistyvät harjoittelu ja koulutyö. 11–15-vuotiaiden elämään kuuluu siirtyminen alakoulusta ja lapsuudesta yläkouluun. Fyysiset muutokset ovat tässä iässä kiihkeimmillään, oma seksuaalisuus askarruttaa, 15-vuotiaat joutuvat jo tekemään päätöksiä koulutusvalinnoistaan. On täysin ymmärrettävää, mikäli nuori tässä vaiheessa haluaa hylätä kurinalaisuutta vaativan harjoittelun. Mietintätaukoja on ainakin hyvä voida pitää.

Urheilumenestykseen yhdistyy 2000-luvulla edelleen valtavan suuria kansallisia ja kulttuurisia merkityksiä. Kilpaurheilua ei pääse karkuun edes sellainen ihminen, jota se ei kiinnosta lainkaan. Nuorella voi olla epärealistinen käsitys siitä, että urheilumenestys avaa tien taivaisiin. Aika harvasta jääkiekonpelaajasta tulee NHL-miljonääri, mutta nuorten unelmia ei pidä vähätelläkään.



11–15-vuotiaiden kilpaurheilu on hankala palapeli. En halua kirjoittaa, että mahdoton, sillä mikään ei ole mahdotonta. Mutta tahdon, lahjakkuuksien seulomisen ja valmennustaidon lisäksi tarvitaan erityisesti kahta asiaa: taloudellisia resursseja eli rahaa sekä viisaita aikuisia, jotka ovat valmiita tekemään työtä nuorisourheilun parissa. Ihannemaailmassani kenenkään ei ole pakko kilpaurheilla ja jokainen, joka niin haluaa tehdä, saa siihen tarvittavat resurssit.



11–15-VUOTIAIDEN KILPAURHEILU JÄÄKIEKOSSA

Herkko Koski

Seurani valmennuksen vastuuhenkilönä tavoitteenani on saada valmentajiksi ihmisiä, jotka ovat aidosti kiinnostuneet oman itsensä, pelaajien ja joukkueen kehittamisestä. Tällöin toiminta on pääsääntöisesti laadukasta ja yksilöt joukkueessa kehittyvät. Jos onnistun hyvin valmentajarekrytoinnissa ja saan myös pidettyä hyvät valmentajat mukana useita vuosia seuratyössä, toimintamme laatu on entistä parempaa ja johdonmukaista. Päivittäinen välittäminen ja toiminnan suunnitelmallisuus yhdistettynä intohimoon ja kovaan vaatimustasoon ovat olleet hyvien valmentajien yhteisiä ominaisuuksia. Jokainen hyvä valmentaja laittaa oman persoonansa peliin, ja tätä kautta jokaisen omat vahvuudet värittävät toimintaa.

Jotta pystyisin kehittämään valmentajiani, minun on tunnettava heidät. Tähän pyrimme seurassa pääsemään siten, että käymme valmentajien kanssa henkilökohtaisia kehityskeskusteluja. Keskusteluissa käymme läpi valmentajan kehittymistä ja seuraavia askeleita, joita hän voisi valmentajapolullaan ottaa. Pyrimme yhdessä arvioimaan sitä matkaa, mitä valmentaja on tekemässä oman itsensä kehittämiseksi, ja niitä vaiheita, mitä siihen kuuluu.

Tämän toimintatavan opettelu on myös antanut valmentajille työkaluja lähestyä pelaajia. Lähtökohta on se, että valmentaja tuntee itsensä ja minkälaisilla vahvuuksilla ja motiiveilla hän on toiminnassa mukana. Tämän jälkeen hänen on helpompaa tutustua pelaajiinsa ja auttaa heitä kehittymään. Ilman tätä prosessia valmentaja jää helposti etäiseksi yksittäiselle pelaajalle ja toiminta on pelkästään autoritääristä joukkueen valmentamista. Kun valmentaja pystyy kohtaamaan yksittäisen pelaajan ja rakentamaan luottamuksellisen suhteen mahdollisimman monen pelaajaan kanssa, joukkuetoimintakin voi ottaa hetkessä huimia harppauksia. Kun valmentaja tuntee pelaajansa, hän pystyy helpommin kohdentamaan oman arviointinsa ja palautteensa yksilöidymmin, ja arviointi kohdistuu enemmän yritykseen ja suoritukseen kuin lopputulokseen.

Asiat, joita tässä tekstissä pohdin, pohjautuvat omiin kokemuksiini ja näkemyksiini. Näkemyksien muodostumisessa minua ovat auttaneet monet kokeneemmat valmentajat ja mentorit. Ilman heidän tukeaan, apua ja heiltä saamaa haastetta en olisi itsekään tällä matkalla, jolla nyt olen.

AJATTELEVA PELAAJA?

Valmentaja on nuorelle urheilijalle äärimmäisen tärkeä henkilö. Jääkiekossa eteen tulee usein tilanteita, jossa pelaajat eivät osaa ottaa vastuuta omasta tekemisestään. Esimerkiksi alkulämmittelyt ja loppujäähdyttely täytyy vetää nuorille ja monesti myös ammattipelaajille johdetusti. Pelaajat alkavat toimia vasta sitten, kun valmentaja saapuu paikalle antamaan ohjeita. Valmentaja antaa ohjeen juosta etuperin kaksi kierrosta ja sitten takaperin toiset kaksi ja sitten tehdäänkin jotain kolmatta asiaa, ja pelaaja tekee ajattelematta yhtään, miksi.



Miten tällaiseen tilanteeseen ollaan sitten tultu? Jääkiekkovalmentajien toiminnan lyhytjänteisyys ja tulostavoitteellisuus on ajanut ohi tärkeysjärjestyksessä pitkäjänteisen kasvun- ja kehityksen tukemisen. Nuoret pelaajamme pääsevät liian helpolla, ja heille tarjoillaan valmiiksi pureskeltu harjoitustapahtuma, joka on 95-prosenttisesti autoritäärisesti johdettu. On ilo seurata 15-vuotiaan aitajuoksijan itsenäistä valmistautumista ohjattuun harjoitteluun, kun samanikäiset jääkiekkoilijat istuvat vieressä ringissä odottamassa valmentajan saapumista. Kun tilannetta seuraa sivusta, tulee mieleen, että aitajuoksijalla on selkeät tavoitteet ja hän on sisäistänyt sen, mitä tavoitteiden saavuttaminen vaatii. Myös ringissä istuvassa joukkiossa on varmasti pelaajia, jotka haluavat huipulle ja heillä on omassa mielessään unelmia, mutta konkreettiseksi toiminnaksi ne eivät vielä ole jalostuneet. Moni heistä haluaisi tehdä asiat toisin, mutta he eivät ole tottuneet toimimaan tai eivät uskalla tehdä niin.

Tämä on yksi suurimmista haasteista jääkiekkoilijoiden ja yksilöurheilijoiden välillä. Olen usein kysynyt 16–17-vuotiailta pelaajilta, mitä tavoitteita heillä on ja mitä niiden saavuttaminen vaatii. Usein pelaajat vastaavat vain muutamalla sanalla, jotka ovat valmentajilta kuulleet. Itsenäistä pohdiskelua asian tiimoilta ei pelaaja ole käynyt, ja syy siihen on se, ettei kukaan ole aikaisemmin haastanut pelaajaa miettimään koko asiaa. Ei pelaajalle kovin usein anneta mahdollisuutta toteuttaa asioita itsenäisesti ja luovasti tai haasteta yksilöä ja joukkuetta miettimään, miksi jotain tehdään. Jääkiekkovalmentajan autoritäärinen stereotyyppi on painunut niin syvälle lajikulttuuriin, että sitä on todella vaikea muuttaa. Valmentajien ensimmäinen tehtävä on auttaa nuorta pelaajaa, eikä pönkittää omaa asemaansa esimerkiksi aluesarjamenestymisen kautta. Jos valmentaja aidosti välittää pelaajista ja haluaa kehittää heitä, hän myös luottaa, arvostaa ja uskaltaa antaa vastuuta toiminnasta pelaajille.

PELI KESKIÖSSÄ

Jääkiekossa ei ole kyse yksittäisen taitosuorituksen tai liikeratojen täydellisestä hallitsemisesta. Peli on keskiössä, ja sen pitäisi näkyä myös jokapäiväisessä toiminnassa, oli kyse sitten miten nuorista kiekkoilijoista tahansa. Lajimme positiivisimpia asioita on se, että monenlaisilla pelaajatyypeillä on mahdollisuus pelata menestyksekkäästi jääkiekkoa, jopa maailman huipulla. Positiivinen asia on myös se, että aikaista erikoistumista ei tarvita, vaan monipuolisen taustan ja myöhäisen lajivalinnan kautta nuorella on täydet mahdollisuudet jalostua aikuisiän huipuksi. Nuorten kilpaurheiluvaiheessa tämä asia helposti hämärtyy, ja näemme aika kapea-alaisesti niin sanottuja lahjakkuuksia. Vaikka lajitekniinen osaaminen, voimatasot tai jokin muu asia ei 11–15-vuotiaana olisikaan ihan valtakunnan kärkeä, voi pelaaja menestyä, jos hän osaa pelata. Tärkeintä on, että rakkaus urheiluun ja itse peliin on syttynyt, kaikki muu tulee sen mukana. Ympärillä olevien ihmisten tehtävänä on ohjata ja tukea yksilöä tekemään oikeansuuntaisia valintoja, jotka liittyvät elämäntapaan ja urheiluun.

Urheilullisuus alkaa jo näkyä jääkiekkoilijoissamme, mutta kuinka moni osaa pelata? Harjoittelun keskiössä pitäisi olla itse peli ja pelistä kumpuava tunne, ja harjoitevalintojen jäällä ja jään ulkopuolella pitäisi palvella näitä asioita. Pelin kannalta tärkeää on, että lajitekniiset ominaisuudet, luistelu ja välineenhallinta ovat riittävällä tasolla, jolloin luovuudelle ja pelinlukemiselle annetaan mahdollisuus. Tätä lajitekniistä osaamista ei missään nimessä saa unohtaa, mutta harjoitevalinnat ja painotukset pitää tehdä pelin ehdoilla. Lisäksi pelissä on kyse voittamisesta. Ennen kaikkea itsensä ja yksittäisten tilanteiden voittamisesta, jolloin



myös joukkue voittaa. Voittaakseen pelaaja täytyy tehdä maaleja, mikä on pelin kannalta olennaisin asia: Voita tilaa maalia kohti ja tee maali! Pohjois-Amerikassa tämä asia on aika hyvin iskostunut pelaajiin, meillä tämä vaatii päivittäistä huomiota.

TASON MUKAISTA TOIMINTAA

Oli kyse mistä tahansa erityislahjakkuuden osa-alueesta, uudelle tasolle pääsemiseksi vaaditaan riittäviä haasteita. Tämän takia vertaisryhmä- ja tasoryhmätoiminta on tärkeää. Tasoryhmiä valittaessa ensimmäisenä kriteerinä pitäisi olla pelaajan halu ja innostuneisuus. Jos silmät palavat ja pelaaja on kiinnostunut itsensä kehittamisestä, pitäisi hänelle antaa siihen mahdollisuus. Useissa seuroissa on jo erilaisia pelaajapolkuja, ja kun pidetään huoli vielä siitä, että näiden polkujen välillä pelaajalla on mahdollisuus liikkua molempiin suuntiin, pystytään välttämään drop outteja ja huomioimaan eri kehityksen vaiheet.

Haaste on varmasti siinä, miten jää-, valmennus- yms. resurssit riittävät jokaisen yksilön tarpeisiin. Valintoja ja linjauksia täytyy tehdä, mutta niitä pitää pystyä arvioimaan ja kehittämään myös seuratasolla kriittisesti. Erinomaisena kehityksenä jääkiekossa on viime vuosina ollut junioriseurayhteistyö, jolloin pelaajien liikkuminen yhteistyöseurojen välillä on mahdollistanut tason mukaisen laadukkaan harjoittelun. Näiden asioiden organisointi ja johtaminen on seurojen tärkeimpiä tehtäviä. Vaatimus jokaisen yksilön huomioimiseen on erittäin kova, mutta yhteistyön ja ammattimaistumisen myötä ei mahdoton.



TOSISSAAN, MUTTEI TOTISESTI

Ville Klinga

Käsittelen suomalaisten lasten kilpaurheilun nykytilaa kolmen jalkapalloa pelaavan pojan isänä, jalkapallon juniorivalmentajana, entisenä juniorikilpaurheilijana ja urheilutoimittajana. Kirjoitan niistä asioista, jotka koen itselleni läheisimmiksi lasten ja nuorten urheilussa.

Suomalaista lasten urheilua vaivaa samat ongelmat kuin suomalaista yhteiskuntaa muutenkin: keskinkertaisuuteen tyytyminen ja intohimon puute. Erilaisilla ohjelmilla ja projekteilla on saatu toki paljon hyvää aikaan, etenkin urheiluseurojen harrastajamääriin. Valitettavasti seurajäsenyyksien määrä ei näytä suoraan korreloivan lasten kokonaisliikunnan määrään eikä myöhäisempään huippu-urheilumenestykseen. Suuri osa Suomen urheilun huipputuloksista on saavutettu toimimalla valtavirtaa vastaan, eri tavalla kuin projektit ja järjestelmät ohjaavat.

PERHEYRITYKSIÄ

Suomalaiset huippu-urheilijat eivät kasva urheiluseuroissa tai lajiliitoissa, suomalaiset huiput kasvavat perhepiireissä. Merkittävälle osalle kansainvälisistä huipuistamme on perheellä ja kodilla ollut korostuneen suuri osuus heidän lapsuutensa kehitykseen ja valintoihin. Evilät, Sieviset, Koivut, Selänteet, Forssellit, Eremenkot – siinä vain pieni lista sellaisista perheistä, missä huippu-urheiluun tarvittavat eväät on tarjottu kodista käsin. Kärjistäen voi sanoa, että perheistä on tullut kansainvälisen tason urheilijoita suomalaisesta urheilujärjestelmästä ja yhteiskunnasta huolimatta, ei sen ansiosta.

SUURIN HAASTE ON LIIKUNNAN MÄÄRÄ

Tässä kirjoitussikermässä keskitytään erityisesti 11–15-vuotiaiden ikäryhmään. Tässä ikähaarukassa urheilevilla lapsilla ohjattu harjoittelu lisääntyy ja omatoiminen liikunta, leikki ja pelaaminen vähenee tai usein loppuu kokonaan. Niin sanotut pihapelit jäävät viimeistään tässä vaiheessa pois lasten arjesta. Eletään kuitenkin lapsen fyysisen kehityksen kannalta tärkeää ikävaihetta. Taidot tarttuvat nopeasti, ja ikä on tärkeä mm. hengitys- ja verenkiertoelimistön kehityksen kannalta. Tässä iässä esimerkiksi jalkapallossa ohjattuja joukkueharjoituksia on kahdesta viiteen kertaan viikossa. Kolmella harjoituskerralla saadaan kasaan korkeintaan kuusi tuntia liikuntaa viikossa; käytännössä paljon vähemmän. Vaikka tähän lisätään koulun liikuntatunnit ja satunnaiset pelitapahtumat, jäävät useat urheilevatkin lapset jopa terveys-suositusten alapuolelle liikunnan määrässä. Ohjattujen harjoitusten määrän lisääminen ei ole ratkaisu; valitettavasti se usein pikemminkin passiivoi lapsen normaalia liikunnallista aktiivisuutta.

Suomalainen urheilujärjestelmä ei ole mielestäni pystynyt löytämään pysyviä keinoja tämän ikäryhmän (11–15-vuotiaiden) lasten liikunnalliseen arkeen vaikuttamiseen. Tätä nuoremmassa ikäluokissa on jo jokseenkin toimivia lasten liikunnallisia iltapäiväkerhoja ja vanhemmissa selkeästi huippu-urheiluun tähtääville esim. urheilulukiojärjestelmä.



NÄIN SEURASSA NYT

Mielestäni isoin puute nykyajan lasten harjoittelussa on omatoiminen harjoittelu – omatoimisesti pitäisi liikkua ja harrastaa todella paljon enemmän. Jos miettii pallopelejä, niin ylivoimaisesti tärkein asia on, että pelaa kavereiden kanssa vaikka jotain pientä peliä aina pystyyn, ihan höntsäämällä vaikka. Siinä kehittyä sellainen pallosilmä ja pelin ymmärtäminen, jotka ovat mielestäni tärkeimpiä asioita pallopelissä. Mikael Granlund (Seppänen & Aalto & Tapio 2010, 22.)

”Kun ei ole ketään kenen kanssa mennä pelaamaan.” Siinä on tyypillinen kommentti lapselta kysyttäessä omatoimisen pelaamisen puuttumisesta. Kun yhdessä liikkuminen ja pelaaminen ovat kadonneet lasten arjesta, voisiko sitä jotenkin esimerkiksi urheiluseuran kautta aktivoida? Alla on esimerkki helsinkiläisen 12-vuotiaiden jalkapallojoukkueen viikko-ohjelmasta.

ma	ti	ke	to	pe	la
klo 17–18 harjoitukset	klo 18–19 harjoitukset			klo 18–19 harjoitukset	klo 15–16 harjoituspeli

Taulukko 1.

Harjoitustapahtumista saadaan kasaan alku- ja loppuverryttelyineen n. 4,5 h (3x1,5h), kun verryttelyt hoidetaan ennen ja jälkeen harjoitusvuoroa. Pelitapahtumasta samalla logiikalla liikunnallista aikaa muodostuu 1,5 h. Kokonaisuena harjoittelussa on viikossa noin kuusi tuntia. Kun tähän ynnätään pari liikuntatuntia viikossa, monen urheilijan lapsen liikuntaviikko on valmis. Terveys-suositus, kaksi tuntia päivässä, jää vain haaveeksi.

VOISIKO SEN TEHDÄ NÄIN?

Mitäpä jos joukkueella olisi näiden varsinaisten harjoitusten lisäksi oheiskokouksia, jotka olisivat täysin vapaaehtoisia? Ne lapset saapuisivat, jotka kokisivat ne mielekkäiksi ja joiden kyseisen päivän ohjelmaan ne sopisivat. Näissä oheiskokouksissa ei olisi valmennusta lainkaan paikalla, jos paikalla olisi joku vanhemmista, hän voisi tarvittaessa ohjeistaa toimintaa; ehkä jakaa peliliivit. Kutsun näitä vapaaehtoisia tapahtumia seuraavassa nimellä kaverikokouksena. Tällaisella suunnittelulla helsinkiläisen joukkueen nettisivulla voisi olla esimerkiksi seuraavanlainen viikko-ohjelma:



ma	ti	ke	to	pe	la
klo 17–18 harjoitukset, Saharan pallokenttä	klo 18–19 harjoitukset, Saharan pallokenttä	klo 15 kaveri- kokoontu- minen pallokentällä, höntsäpelit	klo 15 kaveri- kokoontu- minen Kisahalli, touhuilua, sulkapalloa, pingistä, koripalloa	klo 18–19 harjoitukset, Saharan pallokenttä	klo 15–16 harjoituspele, Saharan pallokenttä

Taulukko 2.

Kaikki nämä tapahtumat sijoittuvat alueellisesti parin kilometrin säteelle. Oheiskokoukset ovat joko ilmaisia tai noin bussilipun hintaisia (esim. yleisöluistelumaksu). Kaverikokoukset voisivat olla myös useammilla ikäluokilla samaan aikaan, jotta paikalla olisi riittävästi lapsia. Tärkeintä olisi se, että mennessään kentälle tietää löytävänsä sieltä kavereita.

VIESTI EI OLE MENNYT PERILLE

Suomalaisessa urheilussa on lasten liikunnan määrässä myös viestinnällinen ongelma. Monissa urheilua harrastavissa perheissä eletään harhaluulossa, että urheiluseuratoiminta pystyy kattamaan lapsen liikunnalliset tarpeet. Jos lapsi ei liiku tarpeeksi edes terveytensä kannalta, on mahdotonta kuvitella tulevaa huippu-urheilumenestystä. Junioriurheilijoilla on tavoitteita, unelmia ja haaveita. Heille pitää pystyä kertomaan ne urheilun lainalaisuudet, joilla unelmat voivat toteutua. Lasten valmentamisen lisäksi meidän on alettava valmentamaan myös perheitä, jotta tietämys lasten liikunnan kokonaismäärän merkityksestä sekä terveyden että kilpaurheilun kannalta saadaan koteihin asti.

JOKAISALLE JOTAKIN – MYÖS HUIPUILLE TÄHTÄÄVILLE

Järjestelmämme tulisi olla rakennettu niin, että toimintaan mukaan tulevalle tarjotaan aina myös väylä huipulle pääsyn tavoitteluun. Ei kymmenvuotias tule jalkapalloseuraan ehkäisemään sydän- ja verisuonitauteja tai hidastamaan kakkostyyppin diabetesta. Lapsilla on unelmia, ja urheiluseuran on tarjottava mahdollisuus unelmien tavoitteluun. Jos toiminta on selkeästi profiloitu pelkästään harrastamiseen, on siitäkin kerrottava lapselle ja vanhemmille selkeästi: ”Pertti, täällä opit kuperkeikan. Jos halut oppia kokovoltin, niin silloin pitää mennä naapuriseuraan”. Kansanterveyden kannalta on tietysti hyvä, että sekä kuperkeikkoja että voltteja tekemällä keskivartalolihavuus pysyy poissa.



Koululaitoksen matematiikan opetukselle on varmasti tärkeintä, että kaikki oppivat kohtuullisen laskutaidon. Samalla olisi kuitenkin mahdollistettava kansainvälisen tason matemaatikkojen kouluttaminen. Myös lasten urheilussa laajamittainen harrastustoiminta ja huippu-urheilun valmiuksien yhteensovittaminen pitää olla mahdollista. Perheprojekteilla saamme jatkossakin yksittäisiä huippuja kansainväliselle huipulle. Jos haluamme laajamittaisempaa kansainvälistä menestystä, pitää systeemiin tehdä täysremontti, määräaikaishuolto ei riitä.

LÄHDE

Seppänen, Lasse & Aalto, Riku & Tapio, Harri (2010) *Nuoren urheilijan fyysinen harjoittelu*. Jyväskylä: WSOYpro Oy.



LIIKUNTAKULTTUURIN MUUTOS PARANTAA JALKAPALLOHARJOITTELUA

Juha Valla

LIIKUNTA SYRJÄYTTI URHEILUN

Suomalaisen urheiluelämän pitkä murros on vaikuttanut myös lasten liikkumiseen. Viimeisen 10 vuoden aikana dopingkrapulan ja muiden huippu-urheilun lieveilmiöiden seurauksena urheiluväki valitsi strategiakseen kilpaurheilun sijaan liikunnan korostamisen. Osa urheiluihmisistä oletti, että huippu-urheilu hoituu siinä sivussa. Ei hoitunut.

Kaikki lajit eivät ole samassa asemassa. Nuoren Suomen julistukset tuskin vaikuttivat suomalaisten taitoluistelijoiden harjoitteluun. Sen sijaan jalkapallossa muutos oli raju. Suomen Palloliitto lanseerasi vuonna 1999 Kaikki Pelaa -ohjelman, jolla haluttiin korjata junioriurheilun lieveilmiöitä. Se tarttui tärkeisiin teemoihin: liian aikaisen kilpailumestestyksen korostamiseen, vilttiketjuissa väsähtäviin junioreihin sekä joidenkin vanhempien liialliseen kunnianhimoon. Ongelmaksi muodostui strategian kokonaisnäkemys. Yhtäkkiä oli luotu viisaus, jolla kaikki lajin pulmat ratkeaisivat. Ohjelmaa luettiin kentillä välillä kuin Maon kuuluisaa Punaista kirjaa. Kun tavoitteena oli taata junioreille vähintään 50 %:n peliaika, innokkaat vanhemmat kellottivat vastustajan parasta pelaajaa, jotta tämä EI pelaisi enempää kuin 50 % peliajasta. Pahimmillaan Kaikki Pelaa -ohjelma suuntasi keskustelun pois itse lajista. Englanninkielen termi *mission creep* kuvaa byrokratian taipumusta kerätä itselleen hallitsemattomasti uusia tehtäviä. Jalkapallossa tämä merkitsi loputtomia raportteja harrastajamäärien kasvusta, drop outin (lopettavat pelaajat) vähenemisestä ja vihreiden korttien jakoperusteista. Kukaan ei tuntunut olevan huolestunut taitokisojen vaatimattomista tuloksista tai nuorten maajoukkueiden tasaisen heikosta menestyksestä. Jos joku oli, hän sai pian leiman lajifanaatikkona, jonka tulisi siirtyä pikaisesti pois lasten urheilusta. Vastaavaa tapahtui myös muissa lajeissa. Jos kaikki peliaikoihin ja turnausten pilkkuntarkkoihin sääntöihin käytetty energia olisi suunnattu koululiikunnan parantamiseen, lasten liikuntakulttuuri olisi paremmassa tilassa kuin nyt. Koululiikunnan riittämätön määrä ja laatu on suomalaisten suuri häpeä.

Vaikka yllä esitetty kuvaus *zeitgeistista* voi olla liioiteltu, 2000-luvun alun ilmapiiri ei ainakaan kannustanut määrätietoiseen harjoitteluun. Koripallomaajoukkueen päävalmentaja Henrik Dettmann jopa kysyi, onko Suomen kaltaisessa pohjoismaisessa hyvinvointiyhteiskunnassa huippu-urheilu enää mahdollista.

Viime vuosina on alkanut näyttää siltä, että Dettmannin kysymykseen voi vastata myönteisesti. Ainakin suomalainen liikuntakeskustelu on terävöitynyt. Tärkein syy tähän on varmasti ollut huippu-urheilumme heikko menestys. Toinen tekijä on suomalaisen urheilujournalismin kehitys. Urheilulehden Jari Kupilan kaltaiset toimittajat jaksavat pureutua urheiluun tarmolla, jota muidenkin alojen toimittajien kannattaisi seurata.



TERVEYSLIIKUNTA EI RIITÄ

Vuosituhaten alun keskustelukulttuurin rippeet kuitenkin haittaavat vielä. Esimerkiksi lasten liikunnan määriä käsittelevät tutkimukset lähtevät yleensä terveysliikunnan näkökulmasta. Meillä voidaan todeta, että 7–11-vuotiaat liikkuvat terveytensä kannalta riittävästi. Jalkapallon kaltaisessa taitolajissa olennaiset tekniset taidot on kuitenkin opittava jo ennen 12-vuoden ikää. Vaikka lapsi liikkuisi muuten riittävästi, jalkapalloa Suomessa jopa tosissaan harrastavan peli voi olla jo menetetty. Tämän tyyppisen näkemyksen esittäjä joutuu Suomessa helposti jalkapuuhiin; hän saa nimensä eteen vähemmän mairittelevan attribuutin, DDR-henkinen. Lisäksi lajeja kohdellaan keskustelussa eriarvoisesti. Kovia harjoittelumääriä edellyttävät taitoluistelu ja voimistelu ovat harvoin tapetilla. Sen sijaan suositut pallopelit jalkapallo ja jääkiekko ovat jatkuvasti suurennuslasin alla. Mielenkiintoinen yksityiskohta on, että useat aikaista erikoistumista ja korkeita harjoittelumääriä vaativat lajit ovat tyttöjen suosiossa.

Jos Suomessa halutaan menestystä huippu-urheilussa, yksi tabu on murrettava; kun lapsuudessa ja nuoruudessa tapahtuva harjoittelu on täysin ratkaiseva tekijä myöhemmälle menestymiselle, meidän täytyy voida puhua siitä. Viimeksi ajatuksen säännöllisen ja riittävän suuren harjoittelun merkityksestä millä tahansa elämän alueella teki tunnetuksi Malcolm Gladwell kirjallaan *Outliers*. Hän siteerasi ruotsalaissyntyistä psykologia Anders K. Ericssonia, joka on tehnyt tunnetuksi 10 000 tunnin ja 10 vuoden harjoittelun määrää edellytyksenä ”suvereniteetille” melkein millä tahansa elämän alalla. Tällä hetkellä tilanne on varmasti sellainen, että vain murto-osa edes tavoitteellisessa valmennuksessa olevista suomalaisjunioista ylittää lähellekään noita lukuja.

Me tarvitsemme siis nuorten liikkumista yleisesti käsittelevän tiedon rinnalle informaatiota siitä, minkälainen harjoittelu ja missä iässä on riittävä huippu-urheilun näkökulmasta. *Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen perusteet* -teoksen yksi tekijä Harri Hakkarainen on tehnyt erittäin laadukasta työtä tällä alalla. Jalkapallossa valtavirran ulkopuolella operoiva ”jalkapalloprofessori” Pertti Kemppinen on puolestaan futistietämyksen pioneeri. Karkeasti yksinkertaistettuna hänen viestinsä on se, että Suomessa jalkapallojuniorit harjoittelevat aivan liian vähän, aivan liian myöhään, laadusta puhumattakaan. Epämääräinen tietämys lajin vaatimuksista johtaa Suomessa siihen, että valmentajat tyytyvät usein hämmästyttävän alhaiseen osaamistasoon. Kouluvertausta käyttämällä tilanne on edelleen sama kuin jos kaksi kolmesta neljännen luokan oppilaista ei osaisi lukea.

UUSI KONSENSUS?

Suomalaisen urheilun heikentynyt menestys kautta linjan on pakottanut suomalaiset syvällisempään keskusteluun urheilun tulevaisuudesta. Risto Niemisen työryhmän raportti ja sitä seurannut *Huippu-urheilun muutostyöryhmä* ovat signaaleja uudesta ajattelusta. Silti moni urheiluihminen suhtautuu muutoksen mahdollisuuteen epäillen. Itse uskallan olla varovaisen optimistinen. Ensiksi kukaan ns. huippu-urheiluihminen ei ole esittämässä kilpaurheilua perinteisen liikunnan tilalle. Mitään syytä jyrkälle vastakkainasettelulle ei ole. Samaan hengenvetoon on kuitenkin todettava, että nykyisillä toimintamalleilla suomalaisten urheilumenestys heikkenee tulevaisuudessa entisestään.

Urheilun etulinjasta on mahdollista löytää myönteisiä hiljaisia signaaleja. Suomessa perinteisesti vallinnut uskomattoman heikko yhteistyö eri lajien välillä on esimerkiksi vil-

kastunut. Mahdollista lajikateuttakin suurempi on kaikkien urheiluihmisten huoli lasten liikunnan vähäisyydestä. Meillä on myös ilahduttavia esimerkkejä lajeista (taitoluistelu, alppihiihto, lentopallo), joissa on määrätietoisesti toteutettu omia näkemyksiä ja saavutettu menestystä kovassa kansainvälisessä kilpailussa. Tämä antaa toivoa muille lajeille.

Jalkapallossa on viime vuosina tapahtunut myönteinen käänne. Moni seura panostaa aikaisempaa huomattavasti enemmän kaikkein nuorimpien valmennuksen laatuun. Palloliitolla on kunnianhimoinen visio suomalaisesta jalkapallosta vuonna 2020. Uskaltavatko jalkapalloihmiset tehdä riittävän rajuja muutoksia nykyjärjestelmään? Osaammeko me rakentaa järjestelmän, jossa ruohonjuuritoiminta ja kilpaurheilu elävät rauhanomaista rinnakkaineloa keskenään?

Mahtipontisten iskulauseiden sijaan esimerkkiä kannattanee hakea käytännöstä. Helsinkiläinen paikallisseura Käpylän Pallo on viimeisen viiden vuoden aikana vienyt läpi pääkaupunkiseudulla ennen näkemättömän muutoksen valmennuksen laadussa. Seura haastaa pelikentällä nuorimmissa ikäluokissa kaikki Suomen perinteiset valtaseurat. Lisäksi se on taitokisoissa suhteessa pelaajamäärin yksi Suomen parhaista seuroista. KäPa toteuttaa toiminnassaan tunnuslausetta ”Kaikki Pelaa, omalla tasollaan”. Tiukempi satsaus ns. kilpaurheiluun ei ole kuitenkaan vähentänyt harrastajamääriä, päinvastoin. Seurassa on mahdollista pelata kolmella tasolla oman kiinnostuksen ja kykyjen mukaan. Suurimmalle osalle pelaajista tämä on ollut hyvä vaihtoehto. Aika näyttää, kuinka pitkälle KäPan valitsemalla tiellä on mahdollista päästä.



VOLITIO VAI 11–15-VUOTIAIDEN KILPAURHEILU?

Tommi Hoikkala

En voi oikeastaan kirjoittaa kuin kuntoilevana kansalaisena ja ristiriitaisena kulttuurikriitikona nuorten kilpaurheilusta. Ristiriitainen luonnehdinta nousee siitä, että olen keskimääräistä innostuneempi penkkiurheilija, mutta jotenkin inhoan liiallista kilpailullisuutta.

Penkkiurheilijana voisin äityä natsimaisimmaksi urheilukoneen tehostajaksi sekä luovan nuoruuden kaventajaksi. Olisin jonkinlainen kilpaurheilun fundamentalisti-jesuiitta. Keinoista viis, kunhan päämäärä saavutetaan. Mahdollisimman paljon menestystä suomalaisurheilijoille kansainvälisissä kisoissa ja mieluiten joukkuelajeissa, jääkiekossa, mutta etenkin jalkapallossa. Pointti olisi erottaa lahjakkuudet ajoissa massasta ja panna nämä erikoiset ihmiset pelaamaan keskenään omissa (kansainvälisissä) sarjoissaan hyvin varhain. Peesaisin siis Erkka V. Lehtolaa, joka esitti kesällä 2008, että tuollainen erottelu olisi parasta tehdä 8. ikävuoden aikana. Ei haittaa, vaikka tuollainen erottelu perustuisi pätemättömään näkemykseen lapsen kehityspsykologiasta. Huipulle tähtäävässä urheilupedagogiassa on aina oiottu ihmismieltä ja kehoa koskevia faktoja.

Eikä haittaa vaikka valmennuskoneen kourissa teinistä tulisi erilainen nuori, kuten Teemu Selänteestä 16-vuotiaana. Isä pakotti nukkumaan klo 21, jotta tuleva tähti olisi vireänä seuraavan aamun aikaisten jäävuorojen treeneissä. Toistot, toistot, toistot. Ei sanaakaan mistään tavanomaisesta nuorten biletyksestä, siis suomalaisten tavisnuorten mukavanletkeästä nautintoja metsästelevästä elämästä. Ei, vaan nuoren kilpaurheilijan koko elämä alistetaan tulevalle menestyksen hamuamiselle. Ei ehkä poikkeaisi nuorten viulistien ja muiden yksilö-osaajien vastaavasta elämästä (ballerinat, taitoluistelijat, ties ketkä).

Mutta miten turvata se, että tuollaisen utooppisen (?) urheilukoneen kitaan saadaan psykofysiikaltaan soveliaimmat tulevat kilpaurheilijat? Geenien täytyy olla paikallaan – persejalkaisen ei kannata yrittää aitajuoksijaksi. Eikä ilman kehonhallintaa tai avaruudellista hahmottamista ole esimerkiksi jalkapalloilijaksi. Fysiologiset edellytykset eivät kuitenkaan yksin riitä. Kilpaurheilijan pitää olla vimmainen rajojensa ylittäjä. Kilpaurheilijan täytyy olla erittäin suorituskeskeinen. Kilpaurheilijan tulee olla valtavan kilpailunhaluinen. Tätä tarkoittaa se, kun joku nuori urheilija sanoo tappavansa jonkun kilpailijan jollain kentällä. Sitä en tosin tiedä tarkoittaako se samaa, kun joku (nuori) kilpaurheilija sanoo ”inhoavansa häviämistä”?

Tällaisessa päättelyn kohdassa alan aina epäillä ja taipua kohtuullisen kilpailullisuuden vaalijaksi. On helppo moittia kilpailukoneen tehostajanatsia ja uumoilla moisen valmennusmallin polttavan lahjakkuudet loppuun ennen aikojaan. On helppo kysyä kriittisiä kysymyksiä varhaisen erikoistumisen järkevyydestä. On yhtä helppo puhua liikunnan, myös kilpaurheilun leikillisyyden *homo ludens* -ulottuvuudesta sekä lajia kohtaan tunnetusta rakkaudesta, lajien ja pelien sosiaalis-esteettis- ja eettisestä ulottuvuudesta, joita ilman lajien harrastamisen mahdollistama volitio, vapaa tahto ei kehity. Kukaanhan ei pelaa yksin, ei edes yksilöllisimmän lajin suorittaja-individualisti.



Tätä kautta liun kauas urheilukoneen tehostajanatsin positioista. Se on oikein, koska mitään kestävää ei kilpaurheilussakaan saavuteta ilman vapaata tahtoa. Pääsen siis vauhtiin ja alan kiertyä ajattelussani kohti kulttuurikriitikon asenteita. Se puolestaan uumoilee, että murrosiän drop out – olkoonpa lajinsa lopettaja sitten lahjakkuus tai tavismassaa – palautuu siihen, että suomalainen eri lajien harrastusmylly on sittenkin viritetty liiallisella tavalla suorittavan kilpailullisuuden ehdoin. Se vaatii osallistujiltaan liiallista sitoutumista, se on tosikkomaista, se on puuduttavaa ja unohtaa osallistujiensa sosiaalisen liittymisen tarpeet, nähdynsi tulemisen ja pelaamisen sensitiiviset odotukset. Se siis unohtaa sellaisen yhdessä olemisen viuhkan, jossa tärkeintä on se, että saa tehdä kavereiden kanssa yhdessä jotain siinä hetkessä tärkeää ja elämyksellistä, mikä ei tähtää mihinkään sen tilanteen ulkopuolelle. Tällä tavoin koetan hahmottaa pelaamisen ja harrastamisen flow-ulottuvuutta. Pelaamisen ja harrastamisen kommunistinen juonne nousee taas siitä, että tuollainen flow on mahdollista kaikille lajien harrastajille riippumatta siitä, kuinka lahjakas lajin harrastaja on. Se kun nousee yhteisestä tekemisestä, siitä että pelaaja/harrastaja sulautuu tekemisensä puitteisiin. Tällainen tekeminen voi tarjota onnistumisen hetkiä, vaikka olisi tullut pataan kilpailussa.

Mitä sanotusta on pääteltävä? Ensinnäkin, että jutun alussa mainittu natsi on väärässä. Toiseksi, että urheilukone tuottaa menestyviä suorittajia (”voittajia”) vain, jos tekemiseen liittyvä leikillisuus, sosiaalinen liittyminen, volitio- ja flow-ulottuvuus ovat kunnossa. Kolmanneksi, että ne ovat kunnossa vain, jos harrastajaa ei panna erikoistumaan liian aikaisin tekemään lajille ominaisia harjoituksia ja siis pakoteta toiston pakkoon liian varhain. Neljänneksi, että voittamisen filosofiaa on laajennettava kattamaan myös pataan ottamisen jalous. Sopii muuten suomalaiselle jääkiekolle, vrt. häviäminen kuudessa MM-loppuottelussa¹. Viidenneksi, että ikäluokkaurheilun ryyti on niissä jaetuissa hetkissä, joita laji tarjoaa tekijälleen. Siitä kuroutuu volitio, joka voi kantaa ikävaiheiden läpi kestäväksi eheyttäväksi liikuntasuhteeksi. Drop outista voi kehkeytyä ikähenkilösarjoihin sympaattis-leikillinen osallistuja, joka jaksaa ja haluaa viipyä retkillään ja lajissaan sen verran, minkä ihminen tahtoo tehdä itse asian vuoksi (vrt. ei-instrumentaalisuus).

Aivan viimeksi huikkaan kilpaurheilun tosikoille, että mistä muusta ison medianäkyvyyden lajeissa on kyse kuin miesten saippuaoopperoista? Suomi voitti äsken ringeten maailmanmestaruuden. Ottelusarjassa kynittiin Ruotsi 34–0, ottelu keskeytettiin noiden lukujen kohdalla. Valtakunnan nationalistinen urheilumedia raportoi nämä tapahtumat pelkkinä rutiiniuutisina. Tämä siksi, että ringette on väärän sukupuolen laji. Tämä siitä huolimatta että menestyäkseen ringetessä(kin) pitää hallita hegemonisen maskuliinisuuden kaikki keinot.

VIITE

1) Kilpaurheilun tutkimuskeskukselle huikkaan: tämän filosofian lyhyt ja erinomaisen terävä oppimäärä on Tommi Melenderin oivaltavassa tekstissä *Miesten peli*. Teoksessa Tommi Melender (2010) *Kuka nauttii eniten*. Esseitä. Turku: Savukeidas, 11–54.

III

MINUN URHEILUNI



AJATUKSIA 11–15-VUOTIAIDEN KILPAILUSTA

Matti Haapoja

OMA URHEILUNI

Kauhavan Varpulan kylä sijaitsee 13 kilometrin päässä keskustasta. Nuorena urheilijan-alkuna tehtiin maatöitä, käytiin koulua ja harrastettiin urheilua joka päivä. Kylällä ei ollut muuta harrastusmahdollisuutta, eikä sitä kaivattukaan. Itse tehtiin ladut ja myös seiväshyppypaikat Pentti Nikulan innoittamana, joka hyppäsi Kauhavalla juhannuksena seipään maailmanennätyksen 494. Kylillä pojannaskalit hyppäsivät seivästä pihlajasta tehdyllä kepillä. Kesät yleisurheiltiin ja talvet hiihdettiin. Ei ollut valaistuja latuja, vaan kierrettiin pohjalaista taloa ympäri. Ikkunoista tuli valoa, joten latua sanottiin valaistuksi. Veikko Hakulinen oli suuri esikuva, ja isän piti huutaa portailta joka kierroksella, että hyvä Veikko, hyvä Veikko. Elämä silloisissa olosuhteissa oli tervettä ja sosiaalisesti hyvää, sillä kyläyhteisössä oli paljon lapsia ja aina iltaisin kokoonnuttiin urheilemaan.

KOULULIIKUNTA

Koulu sijaitsi kahden kilometrin päässä, ja sinne mentiin kuutena päivänä viikossa kävellen, pyörällä ja talvisin hiihtämällä. Talvella joka välitunti hiihdettiin kilometrin lenkki tai käytiin hyppäämässä mäkeä. Koulujen opettajat olivat harrastuksen suhteen avainasemassa. Opettajat järjestivät kilpailuja ja harjoituksia omalla ajallaan. Eri koulujen välillä oli kova kilpailu paremmuudesta, ja koululiikunta korvasikin varsin paljon nykyistä seuratoimintaa. Seuraava vaihe oli päästä keskikouluun. Ensimmäisenä vuonna ei kulkenut linja-autoa, joten koulua käytiin polkupyörällä 26 km joka päivä. Koululiikuntaakin oli viisi viikkotuntia.

LAPINLAHDEN VETO

Nuorena liikunnanohjaajana tulin valituksi Lapinlahden urheiluohjaajaksi. Varsin pian perustettiin Lapinlahden Vedolle urheilukoulu, jossa oli parhaimmillaan kaksisataa lasta liikkumassa säännöllisesti kesällä ja talvella. Silloin koin, että hyvin ohjatut harjoitukset, joissa on suuri into päällä, vetävät nuoria puoleensa. Porukka kasvoi koko ajan, ja samalla saatiin myös opettajia ohjaustehtäviin. Tärkeää oli myös käydä eri kylillä houkuttelemassa nuoria mukaan ja tarjota kunnan ja seuran puolesta kasvatuksellista nuorisotoimintaa.



KEURUUN KISAILIJAT

Keuruun Kisailijoissa todettiin, että harrastustasolla ei voi enää jatkaa, jos halutaan kasvattaa seuralle hyviä urheilijoita. Niinpä minut valittiin vetämään urheilutoimintaa päätyönäni, joka oli 1970-luvulla vielä kohtalaisen harvinaista. Silloin tehtiin SUL:n toimesta mittava seurojen kehittämiskoulutus, jossa jokainen yleisurheiluseura loi tavoitteet ja päämäärät tulevaisuuteen. Näillä päätöksillä syntyi Keuruulle urheilukoulu ”Masan menijät”, jonka pääasiallinen ikäjakauma oli 10–15-vuotiaat nuoret. Parhaina viikkoina vedin itsekin 15 harjoitusta. Myös siellä kuten Lapinlahdellakin käytiin kylien kouluilla harjoittelemassa. Urheilukouluun osallistui n. 300 lasta. Keuruulla pidettiin vuosittain Herpmanin poikien juhannuskisat yleisurheilussa. Kisoihin hankittiin hyviä urheilijoita ympäri maailmaa. Oli todella hienoa, kun harjoituksissamme oli mukana mm. John Akibua, Mike Boit, Anders Gärderud, Vladislav Komar ja suomalaisia huippu-urheilijoita Lasse Virenin, Pekka Vasalan ja Juha Väätäisen johdolla. Ne olivat hienoja hetkiä nuorille, perheen pienimmille pellavapäille.

SVUL:N NUORISOTYÖ JA LEIRIT

Seuraava kuuden vuoden jakso meni nuoriso- ja koulutustyötä tehdessä Keski-Pohjanmaalla ja Keski-Suomessa. Tehtäviin kuului nuorten ohjaajien ja valmentajien kouluttaminen sekä seuratyön tehostaminen. Siihen aikaan SVUL:lla oli todella kovatasoinen kouluttajajoukko koko Suomessa. Oli ABC-valmentajakoulutusjärjestelmä, joka tuotti lähinnä seuroihin nuorten valmentajia. Tämän järjestelmän loputtua valmentajakoulutus seuratasolla on Suomessa hyvinkin sattumanvaraista.

Tulosta tuli, ja nuoria oli leireillä paljon: mm. Lestijärvellä joka kesä 600 nuorta ja Keski-Suomessakin 400. Olin Tampereella Vuoden urheilija -juhlassa, jossa Janne Ahonen sai Vuoden urheilijan tittelin. Juontajana toimi Anna-Liisa Tilus, TV:stä tuttu miss Suomi. Hän tuli juhlan jälkeen tervehtimään minua. Kysyin häneltä, että mistä sinä minut tunnet. Vastaus oli, että hän oli ollut 14-vuotiaana yleisurheiluleirillä Lestijärvellä ja minä olin ollut leirin johdossa ja pitänyt luentoa mm. ravinnosta.

SUURKISAT

Kaiholla muistelen niitä nuorten ja miksei vanhempienkin Suurkisoja, joihin olen saanut osallistua Helsingissä, Tampereella, Lahdessa, Kuopiossa ja Kajaanissa. Ne olivat aikanaan aivan ainutlaatuiset tapahtumat nuorille urheilijanaluille. Siellä marssiessa ja voimistellessa oli yksi pieni yksilö suuren massan keskellä. Varsinkin voimisteluesitykset olivat hyvin kurinalaisia, ja sääntöjen noudattaminen oli ehdotonta. Samoin yhteiset koulumajoitukset olivat mieleenpainuvia. Lahdessakin oli Lapin ja Helsingin lapset samassa voimistelusalissa. Meinasi tulla hiukan poronpurija-huutoja.

Päivät olivat pitkiä, ja koululla piti olla aina klo 22.00. Kerran Helsingissä eräs Nivalan poika myöhästyi puoli tuntia. Kysyin pojalta, että missäs olet ollut. Hän vastasi: ”Olen käynyt Linnanmäellä vuoristoradalla 32 kertaa ja siitä johtui myöhästyminen.” Annettiin kyllä anteeksi.



AMPUMAHIIHTONUORET

Ampumahiihtoliiton ajoilta tulee mieleen nuorisotyö nimeltä ”Tulevat tähdet”. Toiminta koostuu koulutusleireistä ja SM-tasoisista kilpailuista 12–16-vuotiaille nuorille. Ampumahiihdossa alle 15-vuotias ei saa aseenkantolupaa, joten ohjaajien ja vanhempien läsnäolo on välttämätöntä. Lajin kasvatuksellinen osuus on suuri, sillä aseenkäsittelyn on oltava varmaa. Laji opettaa nuoria noudattamaan tarkasti sääntöjä ja kunnioittamaan niitä kirjaimellisesti. Tyttöjen tultua ampumahiihtoon mukaan kirjoiteltiin lehdissäkin, että pysykööt naiset vispilän varressa. Niin ei enää puhuta, ja nykyisin tytöt hyppäävät mäkeä, painivat ja heittävät moukaria.

LASTEN TALVIOLYMPIALAISET

Lahden Hiihtoseuran nuorisotyöhön on kuulunut vuodesta 1996 lähtien järjestettävät Lasten talviolympialaiset. Tapahtumaan osallistuu 600–800 nuorta, jotka ovat ikärakenteeltaan 2–12-vuotiaita. Periaatteena on, että kaikki hiihtävät 200–800 metrin matkan. Tapahtuma järjestetään kuuluisalla Lahden hiihtostadionilla. Hiihdon lisäksi on tarjolla mäkihyppyä, ekoase-ammuntaa, moottorikelkka-ajelua, poniajelua, koiravaljakkoajelua ja liukurilla mäen laskua. Kaikki osallistujat huolletaan kisamakkaralla, hernekeitolla ja letuilla. Maalissa on lämmintä mehua hiihdon jälkeen. Kaikki ovat voittajia ja kellekään ei oteta aikaa. Kaikki palkitaan mitalilla ja kunniakirjalla. Kunniakirjan piirustuskilpailu järjestetään Lahden päiväkodeissa.

OHJAAMINEN

Nuorten ohjaaminen ja opettaminen liikuntaan on tullut yhä tärkeämmäksi. Niitä Kauhavan aikoja on turha haikailla, sillä yhteiskunta on muuttunut niin paljon siitä kyläyhteisöllisyydestä. Nykyisin lapset täytyy houkutella urheilun pariin. Siinä työssä lasten vanhemmat ovat avainasemassa. Jos Paavon isä väheksyy liikuntaa, saattaa sitten Paavokin tehdä niin. Ohjaajan esimerkillä on suuri vaikutus. Ohjaajan tulee olla paikalla vähintään 10 minuuttia ennen harjoitusta ja lähteä viimeisenä pois. Ohjaajan tulee käyttää hyvää kieltä ja kaikki nuuskaaminen tms. on suljettava heti pois. Joukko, jonka edessä olet, on yhtä innostunut kuin joukon vetäjä on.

KILPAILUTOIMINTA

Kilpailu kuuluu oleellisena osana nuorisotyöhön. Jos tarkastellaan 11–15-vuotiaita nuoria, on heidän vielä hyvä kilpailla monipuolisesti ja useissakin eri lajeissa. Näin kehittyvä monipuolinen, osaava ja taitava urheilija. Jos kilpailu kielletään, uskon myös nuorten kaikkoavan jonnekin muualle. Lasten vanhempien tulee osallistua kilpailutoimintaan, mutta liian kovien tavoitteiden asettaminen saattaa tuhota koko uran. Usein on niin, että isä tai äiti ei ole oikein itse menestyneet urheilussa, ja hän yrittää sitten kaikin voimin tehdä omasta lapsestaan hyvän urheilijan. Aina se ei kasvatuksellisesti ole kovin järkevää.



SIJOITTAMINEN LAPSIIN

Monesti kuulee sanottavan, että urheilu on kovaa, kun lasta tuodaan harjoituksiin, haetaan pois, käydään kilpailureissuilla ja eletään urheilun ehdoilla. Koen sen niin, että on ilo toimia vuodet seuran apuna ja huoltajana lapsensa urheilussa. On olemassa paljon huonompia harrastuksia, joihin myös usein tarvitaan kuljetusapua, joskus jopa poliisi on kuskina.

Vaikka on pörssiosakkeita ja rahastoja, paras sijoitus, minkä elämässään voi tehdä, on sijoittaa lapsiinsa oikein. Sama koskee myös urheiluseuroja, joiden sijoitustoiminta tulisi olla aina nuorisovoittainen, esimerkillinen ja kasvatuksellisiin tavoitteisiin tähtäävä. Harvoista lapsista tulee kansainvälisiä huippu-urheilijoita, mutta toivomme, että kaikista tulee rehellisiä hyväkuntoisia kansalaisia.



KILPAURHEILU JA MURROSIKÄISEN LUONTEENKASVATUS

Juha Sihvola

Lyhytjänteisen kulutushedonismien, laumahenkisesti löysäilevän jengikulttuurin ja lattean sosiaalisen median paineet koettelevat rajusti murrosikäisen nuoren kasvattajaa. Tämä on pakko myöntää, vaikka punkrockin ja vaihtoehtoliikkeiden kulta-aikana kasvaneena 53-vuotiaana pojanviikarina olen yrittänyt säilyttää edes jämät oman nuoruuteni intohimoista ja ihanteista. Edelleen brassailen kaveripiireissä, miten aikamani yritin kamppailla vapauden puolesta komentelevaa ja nujertavaa kurikulttuuria vastaan. Helposti tekisi mieli väittää tannattamaisiksi marisijaksi sitä, joka tuskittelee nykynuorison käytöstä. Miksi minun edes muutettavat muuttaen pitäisi kasvattajana olla toistamassa vanhempieni sukupolven virheitä?

KASVATTAJAN KARU HERÄÄMINEN

Kahden varhaisteinin isänä on kuitenkin pakko huomata, että asiat eivät ole yksinkertaisia. Herääminen todellisuutteen voi olla karua. Kasvatuksella on myös velvoitteita riippumatta siitä, kuinka antiautoritaarisena se yrittää ja haluaa esiintyä. Vaikka on reilua antaa nuorelle tilaa ja mahdollisuuksia tehdä aidosti omia katsomuksellisia ja elämän sisältöä koskevia valintoja, auktoriteettiakin on käytettävä nuorisoa kohtaan. On opetettava lapselle itsenäisen ja kriittisen ajattelun taitoa, mikä ei todellakaan ole sitä, että kaikki käy.

Nuorisoa on kasvatettava myös sydämen sivistykseen eli erilaisten kunnioittamiseen ja suvaitsevaisuuteen sekä solidaarisuuden ja myötätunnon tuntemiseen heikompia kohtaan. Siitäkin on pakko muistuttaa, että rehellisyys ja luotettavuus, vastuullisuus ja kohtelias käytös eivät ole nörttimäisyyttä. Näiden viestien välittämiseen ei aina puhe riitä, vaan pitää olla myös sanktioita.

Silloinkin, kun nuoriso saa enemmän tai vähemmän vapaasti valita omia päämääriään, on osattava syyttää intohimon kipinä ja ruokkia sitä oikein. Se viesti olisi saatava perille, että mitään hyvänä pitämäänsä ei saa, jos ei ole valmis sitä kurinalaisesti tavoittelemaan ja näkemään paljon vaivaa sen eteen.

Lapsen kannustaminen kamppailemaan on luonnollisesti sovitettava lapsen kasvuprosessiin ja yksilöllisiin edellytyksiin. Kovien vaatimusten asettaminen liian varhain voi tuottaa suurta vahinkoa. Ilo, leikki ja spontaanisuus ovat sitä tärkeämpiä, mitä pienemmästä lapsesta on kysymys, mutta niitä ei saisi unohtaa myöhemmälläkään iällä.

Murrosikä on erityisen haastava vaihe. Oman jälkikasvuni osalta minulla on kokemusta siitä, miten pienenä arassa, kiltissä ja vetäytyvässä pojassa voi syttyä valtava intohimo kilpaurheiluun. Uskomattoman sinnikkäällä työllä Kaikki Pelaa -sääntöjen turvin mukana sinnitellyt reppana voi raivata itsensä jalkapallojoukkueensa 13-vuotiaiden edustusryhmän avauskokoontaan.



HORMONIT ISKEVÄT PÄÄLLE

Taivas tuntui olevan auki nuorelle urheilijalle, mutta sitten iskevät murkkuvaiheen hormonit, äkkiä ja vastustamattomalla voimalla. Yhtäkkiä kaikessa pitää ottaa rennosti ja mukautua ihan muihin kuin futisjengin paineisiin. Tytöt pyörivät mielessä, Facebook on kuin magneetti, ylimielinen etukeno vahvistuu, koulu turhauttaa kuin Truffaut'n elokuvassa *400 kepposta*, houkutukset kasvavat muihinkin piristeisiin kuin Batteryyn.

Vaikka futis jatkuu kuten ennenkin, omatoimiharjoittelu ei enää iske yhtä vahvasti, taitokisat otetaan hällä väliä -tyylisesti, harjoituspäiväkirjan pitäminen ei voisi vähempää kiinnostaa, ostarilla hengailu kohoaa priorisointiasteikolla kaiken aikaa.

Väliaikaistahan pahin murrosikä on. Stoolainen kärsivällisyys on siinä vaiheessa isille ja äideille hyveistä kallisarvoisimpia. Silti varsinkin me rokkaripiireissä kulkeneet hyvin muistamme, että ihan kaikkia mokia ei kannata nuorenaakaan tehdä ja jotkut niistä voivat muodostua ikävän kohtalokkaiksi. Röökiä, viinaa ja pilveä ei kannata vetää, vaikka kokeiluihin ei kuolekaan. Vähintään urheilussa menevät portit helposti kiinni ja muunkin elämän kannalta jengin kukkona saavutettu voitto on erittäin lyhytaikainen.

URHEILUKASVATAJAN MOTIIIVIT

Vaikka emme haaveilisi huippu-urheilijan urasta lapsillemme, ainakin minulla on vahva motiivi tukea ja kannustaa 11–15-vuotiaiden määrätietoista kilpaurheilua. Vaikka tavoitteena olisi viettää valtaosa elämästä tietokoneruudun ääressä, suurimpia elämässä opittavia riemun hetkiä on nautinnon kokeminen siitä, että hyvin harjoitetusta kehosta voi ottaa kaikenkin irti.

Urheilijan ruumiissa on ällistyttäviä voimavaroja vielä silloinkin, kun jo tuntui, että kaikki energia oli jo käytetty. Itse muistan hyvin, kuinka mahtavalta tuntui parhaissa maratonjuoksuissani ottaa stadionilla aropupumainen loppukiri ja pyyhältää muutaman kymmenen läähättäjän ohitse. Vaikka voimia ei varsinaisesti enää ole, tahdon voimalla juoksijan maksa voi tuottaa kirivaihteen tarvitseman ylimääräisen voiman. Se on mahdollista vain, jos harjoitukset on vedetty tunnollisesti ja määrätietoisesti ja oikea keskiväli veltoilun ja yllirasituksen välillä löydetty.

11–15-vuotiaita ei voi eikä saa valmentaa kuin maratonjuoksijoita, vaikka kysymys olisi niistä, jotka haaveilevat joskus olevansa kilpaurheilijoita. Yksinkertainenkin sielu ymmärtää, että sellainen olisi moraalitonta, ellei suorastaan rikollista. Kasvava keho ja mieli ovat herkkiä, eikä niitä saa rikkoa.

Mutta pikkuhiljaa harjoitus kovenee, ja joitakin edellä kuvatuista kuvioista voidaan välittää myös teineille. Niin pitääkin tehdä, jos on kiinnostunut luonteenkasvatuksesta, urheilumenestyksestä tai molemmista. Murrosikäinenkin oppii nauttimaan ponnistelusta ja tajuamaan, että kilpaurheilijalle niin tärkeät onnistumisen tunteet eivät tule kohtalon oikusta, vaan ovat johdonmukaista seurausta tunnollisesta ja määrätietoisesta harjoittelusta. Silloin se, mikä ulkoa näyttää vaikealta, voi olla tekijälleen kuin tanssia ja leikkiä. Tekijä kuitenkin ymmärtää myös sen, että huippusuorituksen tanssimaisen helppouden takana ovat sadat sinnikkäät harjoitustunnit.

Tuen nuorison kilpaurheilua ennen kaikkea siksi, että sen kautta saadut kokemukset ja opetukset ovat korvaamattoman arvokkaita myös yleisemmän luonteenkasvatuksen näkökulmasta. Luonteen hyveet, joita jo antiikin Kreikassa toiminut filosofi Aristoteles



järjestelmällisesti tutki, ovat kaikki keskivälejä puutteellisuuden ja liiallisuuden väliltä. Ne kasvavat ihmiselle määrätietoisien harjoittelun ja totuttautumisen kautta siten, että opitaan lomittamaan halut, tunteet, aistimukset ja ajatukset toisiinsa tasapainoiseksi kokonaisuudeksi, joka tuottaa parhaan mahdollisen tuloksen. Parhaat urheilijat ovat tasapainoisia luonteita, vaikka toki joskus myös maanikkomaiset luonnonoikut ovat menestyneet, kuten me Matti Nykäsen ja Mika Myllylän tuottaneena kansakuntana hyvin ymmärrämme.

Tasapainoista luonnetta ja siitä kasvavaa terästytymisen kykyä tarvitsemme myös urheilun ulkopuolella. Myös siksi kannustan teinejäni jatkamaan kilpaurheilua, että uskon sen parhaimmillaan voivan olla tehokasta valmennusta rohkeaksi, reiluksi ja määrätietoiseksi kansalaiseksi kasvamisessa ja samalla rohtoa velton elämäntavan ja lattean laumasieluisuuden houkutuksia vastaan. Näin voi tapahtua tietysti vain silloin, jos onnistun ohjaamaan lapset valmennukseen, jossa otetaan luonteenkasvatuksen haaste tosissaan.

UUSIEN SUOMALAISTEN KOTOUTTAMINEN

Toinen nuorison kilpaurheilun tukemisen motiivi on minulle vähemmän henkilökohtainen ja enemmän yhteiskunnan monikulttuurisuuteen ja moniarvoistumiseen liittyvä. Mielestäni kilpaurheilu on erinomainen tapa vahvistaa maahanmuuttajataustaisten nuorten kotoutumista ja integroitumista suomalaisuuteen.

Oikealla tavalla monikulttuurinen yhteiskunta antaa jäsenilleen laajimman mahdollisimman vapauden toteuttaa omaksi kokemiaan arvoja, ihanteita ja identiteettejä. Samalla se kuitenkin kohtelee kaikkia jäseniään tasaveroisina ja täysivaltaisina kansalaisina, joilla on yhtäläiset oikeudet mutta myös velvollisuudet. Maahanmuuton ja muunkin moniarvoistumisen myötä yhdenvertaiseen kansalaisuuteen sitouttaminen ja eri taustoista tulevien integroituminen suomalaiseen yhteiskuntaan on yhä haastavampi tehtävä.

Uhkatekijöihin kuuluu etnisten, kansallisten ja uskonnollisten ryhmien pahansuopa eristäytyminen toisistaan. Sellainen ruokkii syrjintää, leimaamista ja jopa aggressiota. Kilpaurheilu on luontevimpia tapoja uusien kansalaisten sitouttamiseen suomalaisuuteen ja leimaavien ennakkoluulojen purkamiseen.

Maahanmuuttajataustoista on kaikkialla maailmassa noustu huippu-urheilijoiksi, mutta kilpaurheilun arvo maahanmuuttajien kotouttamisessa ei rajoitu huippuihin. Yhtä tärkeää työtä tehdään tässä suhteessa lähiöseurojen juniorivalmennuksessa.



MINÄ JA KILPAURHEILU

Santeri Lepistö

Kilpaurheilu vaatii määrätietoisuutta ja kurinalaista elämää. Pidän hiphop-yhtye Fort Minorin kertosäkeistöstä kappaleessa *Remember the Name*, koska se kuvaa mielestäni osuvasti työntekoa: ”This is ten percent luck, twenty percent skill, fifteen percent concentrated power of will, five percent pleasure, fifty percent pain and a hundred percent reason to remember the name!” Teksti kuvaa samantapaisesti kilpaurheilijalta vaadittavaa työntekoa kuin itsekin ajattelen. Mielestäni ajatus sopii sekä urheiluun että elämään ylipäätensä.

Jotkut vastoinkäymiset saattavat pysäyttää urheilijan miettimään motiivejaan paneutumisesta kilpaurheiluun. Urheilija voi päätyä kyseenalaistamaan koko kilpailemisen mielekkyyden. Miksi jotkut valitsevat kilpaurheilemisen? Syyt kilpailemiseen ja urheilullisen elämäntavan valintaan eivät aina ole yksiselitteiset.

Sanotaan, että urheilussa joutuu luopumaan monista asioista. Se pitää tietysti paikkansa. Mielestäni urheilu ja kilpaileminen kuitenkin antavat vähintään yhtä paljon kuin ottavat. Uusia asioita harjoitellessa ymmärtää, kuinka merkittävää on pitkäjänteinen työ. Kilpaurheilu on usein raatamista, mutta myös ainutlaatuisen palkitsevaa, kun saavuttaa kovan työn takana olevat tavoitteensa.

Olen alkanut ymmärtää syitäni kilpaurheilemiseen selkeämmin vasta iän myötä. Mielestäni on kiehtovaa saada tavoitella omia rajojaan kilpailemisen kautta sekä urheilijana että ihmisenä. Elämä tuntuu täydeltä ja värikkäältä. On oikeastaan helpottavaa, kun koulussa menestyminen ei ole elämän ainoana sisältönä. Kilpaurheilu antaa nuoruuteen sellaista, mitä ei välttämättä myöhemmin enää pysty elämässä kokemaan.

Olen judoka, ja kilpaileminen on oleellinen osa tämän kamppailulajin harrastamisesta. Se laajentaa näkemystä lajista ja testaa, toimivatko harjoittelusalilla opetellut taidot tositalanteessa. Judossa –kuten muissakin urheilulajeissa – kilpaileminen on erittäin kasvattavaa. Turnauksissa pitää pystyä sietämään omien paineiden lisäksi myös muiden asettamat odotukset otteluista. Yksilölajeissa häviämisen tuoman karvaan pettymyksen tunteen joutuu käsittelemään yksin. Hävitessä oppii ottamaan opiksi epäonnistumisista ja voittaessa oppii iloitsemaan onnistumisista.

Kilpaurheilu opettaa sitoutumaan asioihin. Olen itse vastuussa suorituksistani. Silloin kun kilpaurheilu tuntuu raskaalta, motivoin itseäni ajattelemalla, että judon ja kilpailemisen kautta kasvan vahvemmaksi ihmiseksi. Monet urheilussa vaadittavat ominaisuudet auttavat myös koulussa, työelämässä ja ihmissuhteissa. Näitä ovat esimerkiksi paineensietokyky, vastuunottaminen, priorisointi, itsehillintä, sisuuntuminen vaikeimmallakin hetkellä ja taito käsitellä epäonnistumisia.

Kilpaurheilu on antanut minulle mahdollisuuden matkustaa muun muassa sellaisiin maihin kuin Japani ja Venäjä. Matkustaminen on avartanut maailmankuvaani. Olen saanut tutustua erilaisiin ihmisiin ja kulttuureihin.

Unelmat arvokisojen voitoista eivät yksinään riitä motivoimaan minua kilpailemaan. Olen huomannut, että kova työnteko ei ole unelmien arvoista, jos en nauti siitä matkasta, joka johdattaa minua kohti niitä unelmia. Olen oppinut kilpaurheilun kautta tuntemaan paremmin itseäni.



MINÄ JA KILPAURHEILU

Aliisa Priha

Kello kuusi kolmekymmentä. Aurinko ei nouse vielä pitkään aikaan, toisin kuin minä. On herättävä ajoissa syömään, jotta aamupala ehtii sulaa ennen päivän ensimmäisiä harjoituksia. Lisäksi harjoituspaikka sijaitsee toisella puolella kaupunkia, eli siirtymiin pitää varata aikaa. Kun suljen kotioven, jätän taakseni vielä onnellisesti puoli tuntia nukkuvan siskon ja aamukahvia hörppivän äidin. Puolentoista tunnin vauhdikas lenkki ei takuulla kuulu monen nuoren päiväohjelmaan, mutta se on hinta siitä, että saan kutsua itseäni kilpaurheilijaksi.

Urheilu ei ole minulle ainoastaan harrastus tai tapa viettää aikaa, se on ennen kaikkea elämäntapa. Tarve liikkua on luultavasti veressäni, sillä tulen perheestä, jossa urheilu on aina ollut erottamaton osa arkea. Lapsuudessani kauppaan kuljettiin aina auton sijasta pyörällä, vapaapäivinä lähdettiin metsään seikkailemaan ja talvilomalla patikoitiin Lapin tuntureilla. Jokaisella lapsella on tarve päästä liikkeelle, käyttää kehoaan ja tutustua omiin rajoihinsa, enkä minä ollut poikkeus. Oli luonnollista, että sopivan iän saavutettuani lähdin mukaan kotiseutuni urheilutoimintaan. Liikunta oli kaltaiselleni temperamenttiselle ja villille pikukutyölle oivallinen kanava purkaa ylimääräistä energiaa – kuten vanhempani helpottuneina huomasivat – ja minä nautin päästessäni mitteleämään muiden ikäisteni kanssa.

Kilpaileminen oli alusta asti elementti, joka toi jännitystä urheilutoimintaan. Haluni voittaa ja yrittää parhaani kumpusi vahvasta luonteestani: en suostunut hyväksymään tappiota ennen kuin olin antanut kaikkeni. Olin jo ala-asteella se tyttö, joka suhtautui välitunnin viestijuoksuihin vähintään yhtä vakavasti kuin matematiikan kokeisiin. Kun sitten ensimmäisen kerran saavutin menestystä lajini parissa, tiesin, että tätä haluan tulevaisuudeltani.

Urheilu ulottuu elämässäni laajalle, sillä yläasteen jälkeen päätin yhdistää sen opiskelun kanssa. Tämän mahdollisti Mäkelänrinteen urheilulukio, joka tarjoaa nuorille lupauksille mahdollisuuden harjoittaa omaa lajiaan ammattilaisten avustuksella tinkimättä kuitenkaan jatkokoulutuksesta. Suurin osa oppilastovereistani on korkean tason kilpailijoita, ja tämä näkyy selvästi opinahjomme arjessa. Milloin joku on poissa ulkomaanleirin takia, milloin myöhässä venähtäneiden harjoitusten johdosta. Koulumme keittäjätkin ovat varmasti tietoisia siitä, että valtavat lihasmassat omaavat jääkiekonpelaajat tankkaavat koululounasta huomattavasti suuremmat määrät kuin matematiikkalukion aivohiiret. Lukiomme on viehättävällä tavalla hyvin omalaatuinen, ja varmasti Helsingin ainoa koulu jossa opiskelijoista suuri prosentti on maailman- tai Suomen mestareita.

Suuri osa koulumme urheilijoista on oman lajinsa huipulla ja aktiivisesti mukana kilpailutoiminnassa, niin myös minä. Siksi joudun kohtaamaan saman haasteen kuin kaikki, jotka tavoittelevat menestystä liikunnan parissa: urheilu on priorisoitava lähes kaiken muun edelle. Tämä tarkoittaa juuri niitä kukonlaulun aikaisia herätyksiä ja työntäyteläisiä päiviä. Arki aikataulutetaan harjoitusten mukaan, ja harjoitukset laaditaan kilpailukalenteria silmällä pitäen. Jos lauantaiaamuna on luvassa kilpailu, ei perjantaina voi lähteä ystävien kanssa juhlimaan, vaikka tanssijalkaa kuinka polttelisi. Muutenkin terveellisiä elämäntapoja on noudatettava, ja esimerkiksi unirytmii pidettävä säännöllisenä palautumisen nopeuttamiseksi. Joskus käy mielessä, kuinka paljon yksinkertaisempaa elämä olisi ilman kaikkea



laskelmointia, harjoituspäiväkirjoja ja ateriasuunnitelmia. Tämä on kuitenkin tie, jonka olen valinnut, ja kilpaurheilu antaa minulle niin paljon, että olen valmis mukautumaan sen vaatimiin velvoitteisiin.

Suurin syy, joka saa minut uhraamaan aamu-uneni ja lähtemään iltaisin television äärestä lenkkipolulle on tunne, jonka kilpailuissa menestymistä seuraa. Kun kerran sain kokea, miltä tuntuu nousta palkintokorokkeelle ja nähdä sieltä käsin minuun kohdistuvat ihailevat katseet tai tuntea mitalin painon kaulassani, en enää muuta halunnutkaan. En koe missään muualla samanlaista adrenaliinivyöryä kuin lähtöviivalla seistessäni, kun kuuntelen kellon tikittävää ääntä ja odotan hetkeä, jolloin saan antaa lihaksilleni käskyn toimia. Voittaminen on ihanaa, mutta juuri nuo lähtöä edeltävät sekunnit ovat kilpailuissa kaikkein parhaita. Niiden aikana tunnen olevani onnellinen, eheä ja täynnä voimaa. Kaikki muu unohtuu, on vain edessäni aukeava rata ja minä, joka kasvan sen pinnasta. Tunne on sanoinkuvaamaton.

Urheilussa palkitsevaa on myös se, että yksikään minuutti, jonka käyttää kunnon parantamiseen ja ylläpitoon, ei ole hukkaan heitetty. On mahtavaa huomata, kuinka harjoittelu tuottaa tulosta, ja jokaisella kilpailukerralla pääsee hieman kovempaa ja hieman pidemmälle. Vaikka toisinaan raskaiden treenien suorittaminen saattaa väsyttää, on rohkaisevaa tietää, että kaikella puurtamisella on selkeä päämäärä. Jokainen juostu kilometri, nostettu paino ja nukuttu minuutti vie minua nopeammin kohti maalia ja kohti unelmaani.



PUITTEET KUNNOSSA

Nanne Dahlman

Tennisurani sai alkunsa siitä, kun perheemme muutti vuonna 1978 Myllypuron tenniskeskukseen asumaan. Sitä ennen asuimme uimahallin yhteydessä, joten tiivis yhteys liikuntaan tuli siten minulle hyvin luonnollisesti. Voikin sanoa, että asuinpaikalla on ollut aivan keskeinen rooli urheilijaksi kasvamisessani.

Tennis oli 1980-luvulla aivan eri laji kuin nykyisin. Sillä oli tietty elitistinen leima, ja se oli kallis laji. Ilman suoraa kytköstä tennishalliin perheemme taloudelliset resurssit eivät olisi mahdollistaneet pelaamistani. Leikkilisesti voisi näin jälkeinpäin todeta, että faija olisi taatusti pudonnut takamuksilleen, mikäli olisin ehdottanut koko lajin aloittamista. En varmasti olisi edes kiinnostunut lajista samaan tapaan kuin nyt tapahtui.

Kiinnityin tennikseen puhtaasti oman kiinnostukseni kautta. Ulkona tennishallin pihalla oli lyöntiseinä. Sain failjalta mailan, ja olin niin innoissani, että saatoin lyödä 10-vuotiaana päivittäin 4–5 tuntia palloa seinään. Päivisin kävin viereisessä Puotinharjun koulussa, tein läksyt ja sitten maila käteen ja lyöntiseinälle. Pyysin failjalta neuvoja, ja hän näytti aluksi pikkuasioita, kuten miten lyödä oikein tai pitää mailaa kädessä. Varsinaiselle kentälle minua ei aluksi edes päästetty, vaan treenasin itsekseni. Jälkeinpäin faija kertoi, että homma näytti jo hyvin varhain luontevalta. Osasyynä nopeaan oppimiseen olisi varmasti se, että kaikki viikonloput ja monet arki-illat katselin, kuinka sekä hyvät pelaajat että harrastajat pelasivat. Katselin heidän lyömistään, ja imin siitä oppia omaan tekemiseeni.

Kun ikää tuli hieman lisää, menin mukaan Smash-tennisseuraan, jossa treenattiin pari kertaa viikossa. Se ei minulle riittänyt, vaan pelasin jatkuvasti vapaa-ajalla ja oikeastaan aina, kun se oli mahdollista. Faija oli sopinut, että junnut saivat pelata hallissa vapailla vuoroilla. Kun halli oli vieressä, olin tietysti aina kentällä, kun oli vapaata. Hallilla pyöri tietty nuorten porukka, joista muut olivat poikia. Tietty tennisperhe tai yhteisö nuoria, jossa minä olin ainoa tyttö. Minulla oli aina palloja ja pääsin osin siksi mukaan. On tärkeää painottaa, että oma into ja halu pelata vetivät minut aina uudestaan ja uudestaan kentälle. Toisinaan menimme yläasteikäisinä jo ennen koulua pelaamaan kello 7.00. Koulu oli lähellä, ja näin ehdimme mukavasti treenata heti aamusta.

Siinä vaiheessa myös faija alkoi aktiivisemmin osallistua valmennukseen. Tärkeää oli kuitenkin se, että kukaan ei pakottanut. Olisin hyvin voinut sanoa failjalle kellon soidessa seitsemältä, että haluan vaan nukkua. Mutta tahto treenata ja pelata oli itsellä niin kova, että syöksyin suoraan kentälle. Niihin aikoihin tuli myös ensimmäinen turnaus, johon otin osaa. Tauluun tuli 6-0, 6-0, mutta en ollut siitä moksiskaan. Ajattelin, että seuraavassa pelaan sitten paremmin. Onneksi nykyään turnauksissa on junnuilla lohkot, ja kaikki saavat ainakin kolme peliä. Minun aikanani se oli kylmästi tappio ja ulos. Siitä se peliura alkoi hissukseen edetä.

KOHTI AMMATTIMAISEMPAA PELAAMISTA

Yläasteen lopussa muutimme muualle, mutta olin päässyt tenniksessä eteenpäin. Faija lähti mukaan Italiaan erääseen turnaukseen. Faija tuumasi, että katsotaan nyt tosissaan miten pär-



jätään ja lähdetäänkö hommaan ihan vakavissaan. Se ”kokeilu” koski tietysti yhtäläillä myös minua. Faija sanoi, että saat nyt mahdollisuuden katsoa kortit ja miettiä sitten itse, mihin suuntaan jatketaan. Italiassa pelasin loistavasti. Nälkä alkoi kasvaa syödessä, ja oli selvää, että tätä täytyy jatkaa. Meille on kotona tarjottu urheilussa mahdollisuus katsoa kortit loppuun, mikäli olemme itse sitä halunneet. Sama mahdollisuus koski siis myös veljeäni, joka pelasi NHL:ssä ja vieläkin liigassa.

Koulu piti siinä rinnalla hoitaa kunnialla. Lukioon menin Mäkelänrinteeseen, vaikka ihan pelkällä keskiarvolla en sinne päässyt – tennis oli vähän rokottanut koulumenestystä yläasteella. Ensimmäinen vuosi ei oikein pelaamisen lomassa luonnistunut, ja rehtori ehdotti väliavuotta. Olin jo niin paljon poissa, ja omalla ajalla opiskelu ei oikein luonnistunut. Treenejä ja pelejä oli paljon, ja panostus lisääntyi juuri siinä vaiheessa. Harjoittelin muutaman tunnin heti aamusta ja vähintään toiset pari tuntia iltapäivällä – välillä enemmänkin.

Faija sanoi aikanaan, että minun valmentamiseni oli kuin olisi kivirekeä raahannut perässä. Vastaavasti olen itse aina ajatellut, että mikäli valmentajani olisi taputellut vain päätä ja mennyt päänäpistöjeni mukaan, ei minusta olisi koskaan tullut yhtään mitään. Tietysti isä–tytär-valmennussuhteessa molemmat olivat ”joukkueena” sitoutuneet hommaan. Siinä ei kukaan maksanut perheen puolesta mitään, vaan rahat tulivat oman perheen kukkarosta. Kyseessä oli koko perheen panostus. Tietysti kävin myös erityisissä kuntotreeneissä ja Smash-tenniksen normaaleissa treeneissä. Kuitenkin selvä periaate oli se, että faija oli valmentajani. Sillä konseptilla mentiin lähes koko palaaajauran loppuun saakka.

MIHIN URA NUORENA KITEYTYI?

Kiinnostuin tenniksestä omasta tahdostani. Peruskouluikäisenä tärkeä tekijä minulle oli se, että koulu oli lähellä. Koulu piti kuitenkin hoitaa kunnialla, ja siirtyminen paikasta toiseen ei saanut olla liian aikaa vievää ja kuluttavaa. Sama koski tietysti treenipaikkaa. Meillä se oli käytännössä omassa pihassa, joten harjoittelumahdollisuudet olivat lähes rajattomat. Nämä ovat ne keskeiset elementit, jotka mahdollistivat konkreettisesti lajin aloittamisen ja myös nopean kehityksen.

Iso tekijä oli myös se, että oma perhe tarjosi mahdollisuuden katsoa kortit loppuun omassa lajissani. Faijan ryhtyminen valmentajaksi oli myös luontevaa, sillä hän oli seurannut pelaamista pikikutytöstä saakka aina seinään hakkaamisesta alkaen. Se oli suuri uhraus, mutta ilman sitä tukea ei hommasta olisi tullut mitään.

Oma into oli tärkeää, mutta totuus on myös se, että menestys ruokkii itseään. Halusin pelata, ja menestyksen mukana ruokahalu kasvoi. En pelannut vielä 14- tai 15-vuotiaana ammattilaiskisoissa. Olin jo 18-vuotias, siis suhteellisen vanha, kun päätimme faijan kanssa, että olen valmis ammattilaiseksi. Hommaa ei voi millään tapaa kuvailla mukavaksi matkailuksi tenniskisoissa, vaan todella kovaksi työnteoksi, ja eteneminen tapahtui hissukseen. Pitkäjänteisyys vastoinkäymisineen on koko homman kovin koettelemus. Ei ole oikotietä, vaan oman halun ja tahdon pitää kantaa eteenpäin. Sama koskee lopettamista. Kun liekki sisällä sammuu, ei kannata väkisin yrittää roikkua mukana. Onneksi urallani sain tehdä ja vaikuttaa kaikkiin isoihin valintoihin itse.

Artikkeli pohjautuu Nanne Dahlmanin nauhoitettuun haastatteluun 26.11.2010.



JÄÄKIEKKO – POJISTA MIEHIÄ!

Aki-Mauri Huhtinen

Pohdin ääneen tässä kirjoituksessa hyvin henkilökohtaisia kokemuksia juniorijääkiekosta eli ”lötystä” tai ”höntsyä”. Kokemuksiin on matkaa 30 vuotta, mutta luulen – en tiedä – että asenteet ”pojista miehiä” -periaatteella ei juuri ole muuttuneet. Ehkä ovat. Ehkä elän tämän aiheen suhteen harhoissa.

Jääkiekko on vuoden 1995 jälkeen ottanut talvisodan sankaritaruston asemaa. Kun itse pelasin jääkiekkoa juniorien mestaruustasolla Tampereella 1970 ja 1980-luvun taitteessa, kansallinen jääkiekko miehissä eli samaa tilannetta kuin jalkapallo nyt 2010: hyviä yksilöitä riitti jo kansainvälisillä kentillä, mutta joukkueena miehinen epävarmuus maajoukkoepeleissä oli käsin kosketeltavaa. Ei osata voittaa ratkaisevalla hetkellä. Rutiini ja itsevarmuus puuttuivat. Voittavat taloudelliset tallit olivat luomatta. Kilpakulttuuri ontui. Mutta ”lötää” ja ”höntsyä” pelattiin vielä kaduilla tai kaupungin jäädyttämällä häkkikentillä eri-ikäisten poikien esitellessä taitojaan toisilleen. Ei ollut tila-autoja ja kalliita lisenssejä ja varusteita eikä hartwalareenoita. Kentällä lasten ja poikien seassa saattoi pelata jopa puliukkoja ja laitapuolen kulkijoita. Tampereen jäähallissa oli vielä seisomapaikkoja, ja peli veti puoleensa työläistaustaista kaupunkiin muuttanutta nuorisoa. Ilmassa oli naivia uskoa urheiluun taloudellisten voittojen sijasta. SM-tason pelaajien kuvakortteja kerättiin, saatiin joskus ehkä hiukka hajonnut Koho-maila ja saattoi vanha viinakin tuoksahtaa sankarista, vaikka ei sitä pikkupoika erottanut hikisistä jääkiekkovarusteista. Tapparän maalivahti-ikoni Antti Leppänen oli todella pulleassa kunnossa ja pelasi pelkkä kipsimaski naamallaan, mutta oli todellinen este laukauksille. Muistan, kuinka Titanin punaisia muoviluistimia ihmeteltiin Hakametsän katsomossa. Muutama vuosi siitä tuli sotaveteraanien Hälläpyörän tilalle juppien Bukatti ja kaljaa juotiin MTV:n videoiden pauhatessa. Tampereelta katosi katujen henki, tehtaat lakkasivat olemasta ja jääkiekon taloudelliset edellytykset valuivat pääkaupunkiseudulle. Mustanmakkarän ääreen alkoi kerääntyä tuulipukuisia eläkeläisiä ja savolaisia opiskelijoita. ”Hiki ja veri” -periaate oli poissa. Tammerkoski oli kesytetty.

Tänään miesten jääkiekko on kaupallista ja porvarillista touhua, jossa sukupuoliset stereotyyppit ovat vallassa. Menestyvä heteromies pelaa huipulla, ja vaimo on missi. No, ei ehkä sentään, mutta jotakin sinne päin. Ehkä olen kateellinen, ehkä en. Mutta moottoriurheilu ja jääkiekko ovat lähellä toisiaan. Maskuliiniset valloittajat ja soturipelaajat hallitsevat mielikuvia. Eikä siinä ole mitään pahaa. Toisaalta maailman ja lajin pariin tulevat nuoret muuttuvat, arvostavat toisenlaisia asioita ja kokevat ehkä lajin henkisen ilmanpiirin ahdistavaksi. Jääkiekko ei enää ole isänmaallinen kutsumus kuten 1980-luvun Vierumäen leirit Tahko Pihkalan kalman katseen alla. Velvollisuuspelaajasta on tullut ammattipeluri. Missä raha, siellä halu. Mattinykäset saavat tehdä tilaa kiirakorville. Mikäs siinä! Jääkiekon eliittimäisyys pakottaa nuoret siirtymään mm. salibandyn pariin ja onneksi! Maailmanmestaruus saadaan aikaan tässä lajissa vielä ilman käsittämättömiä pelaajapalkkioita.

Kyllä 1980-luvullakin raha ratkaisi. Perheet, joissa oli rahaa sijoittaa pojan jääkiekkoharrastukseen, menestyivät yksinhuoltajaperheitä paremmin. Tänään vain paremmalla keskiluokalla on asiaa SM-liigajoukkueiden junioritoimintaan. Varusteet ja jäävuorot sekä muu oheistoiminta vaativat tuhansien eurojen satsausta pojan harrastukseen. Mutta se



kannattaa, jos poika joskus miehenä pelaa NHL:ssä ja tuo isälle takaisin menetetyt eurot. Kuten formuloissa. Jääkiekon taloudellinen lumo perustuu juuri amerikkalaiseen unelmaan: joku saattaa rikastua pelaamalla. Tämä yhdistää isät ja pojat tiettyyn miehisisyyteen, joka myös puhuttelee tiettyjä äitiä ja tyttäriä.

Muistan, kuinka ennen joulua myimme junioriseurun nimissä sata joulukalenteria, ja suurin osa rahoista meni edustusjoukkueen ”saunailtoihin”. Muistan, kuinka sukulaiset eivät hymyilleet, kun vanhempani aina poikkesivat myymään juniorikiekon hyväksi milloin teatterilippuja, milloin lintulyhteitä, milloin mitään. Alemmuudentuntainen maalta kaupunkiin tullut suurten ikäluokkien perhe samaistui jääkiekon kautta 1980-luvun nousukauteen ja ajatukseen ”kaikki voivat voittaa”. Mutta kaikki eivät voita. Muutama vuosi sitten kokoonnuimme Tampereelle pelaamaan 1960-luvulla syntyneiden ystävyysottelua Tappara–Ilves, kuten aina poikasina pelasimme. Joukossa oli NHL:n käyneitä ”sankareita”, vuoden 1995 maailmanmestareita ja muutenkin menestyneistä ”pojista miehiksi” projektien porvarillisia kilvenkantajia, mutta oli mukana myös joukkoa periaatteella ”kaikki eivät voi olla sankareita”. Hassua, miten väärin vuoden 1995 maailmanmestarit ovat ymmärtäneet J. Karjalaisen Sankarit-kappaleen. Tietysti oikein, jos ajatellaan, että osalle on varattu sankarivainajan rooli. Mutta 14-vuotiaana kukaan ei pelaa sen vuoksi jääkiekkoa tai lähde talvisotaan. Eivätkä valkut kerro tulokkaille koko totuutta: lopulta mies jää yksin ja alistuu rooliinsa. Ehkä pullo tai opitut aggressiot turvanaan. Ehkä äidillinen vaimo pelastaa tai omien lasten usko.

Jääkiekossa on kodin, uskonnon ja isänmaan henkeä. Siinä taistellaan selkeää vastustajaa vastaan, ja usein tuomarit ovat nuijia kuten sodissa kansainväliset yhteisöt. Vuoden 1995 maailmanmestaruus oli suomalaisuudelle ja erityisesti ”sikarivatsoille” miehisisyydelle voitto. Talvisodan taloudellinen toisinto. Eikä siinä ole mitään pahaa. Kilpaurheilussa pitää olla darwinistinen meininki eikä kaikki pääse kentälle. Isien tehtävänä on opettaa pojille, että elämässä tulee turpaan ja suomalainen mies ei itke, perkele. Monet perusmiehet näkevät ”kaikki pelaa ja kaikilla kivaa”-periaatteen syyksi, että Suomi ei enää tuota riittävän tasokasta materiaalia rahakaukaloihin. Ymmärrän, että asevoimat joukkotuottavat sotaan tarkoitettuja joukkoja, mutta että äiti tai isä katsoo poikaansa ”joukkotuotettuna” rahakaukaloiden koneiston osana kuulostaa kylmälle. No, meillä on Suomessa kylmä, ja näyttää, että talvet vain kylmenevät ja kesät kuumenevat. Ammattijääkiekoilijalla saa olla jäät lasissa kesällä.

Jääkiekossa tätä heteronormatiivis-porvarillista henkeä pitävät usein yllä valmentajat, jotka itse ovat kontanneet aikanaan junioreina jäällä ymmärtämättä jalan ja käden liikkeen esteettistä perhostanssia. Jäljelle on jäänyt katkeruus, joka puretaan seuraaviin sukupolviin: myös kellokkaiden tulee maistaa paskaa tai oikeaa miestä, riippuu, miten haluaa katsoa. Itse muistan, miten valmentajat aina tappiolla ollessamme korostivat, että jääkiekko ei ole mikään pitsinnypläyskerho.

Usein unohdetaan, että nuorten kilpaurheilun todellinen tavoite ei ole urheilu itse, vaan taloudellisen koneiston toimivuus. Itseään ja muita voisi liikuttaa ilman talouttakin. Myös jääkiekkoa pystyy pelaamaan järven jäällä, ja pelin henki voisi olla ”kaikki pelaa”. Ilmastonmuutos pitää huolen, että sadattuhannet lammet ympäri Suomen antavat mahdollisuuden harrastaa. Toivotaan, että maahanmuuttajat ja vähemmistöt löytävät lajin alkuperäisen idean: Kas, sataa lunta, juodaan mehua ja aurataan kenttä. Sitten jatkamme jalan liu’un ja käden liikkeen tanssia musta limppu kiusanamme. Pelaaminen olisi tärkeämpää kuin voitto. Mutta ilman voittoa ei ole tulosta ja ilman tulosta ei voida tehdä taloudellista tuottoa. Kilpaurheiluna juniorijääkiekko valmistaa siis poikia talouttaan ymmärtäviksi miehiksi.



Itse aina ihmettelen sitä, kun kilpaurheilija hokee ”olemme tehneet kovasti töitä” tai ”kiitos perheelle”. Kyseinen kilpaurheilija unohtaa sen, että kun hän ei vielä ollut muita päätä pidempi, juuri ne muut juniorit tekivät hänestä sen, mikä hänestä tuli. Vaimoja ei silloin ollut paikalla. Äidit ne taustalla kaiken huolsivat. Mutta kilpajääkiekossa ei opita antamaan arvoa niille, joista ei tule tähtipelaajia, koska sosiaalisuus ei ole taloudellisesti mitattavissa. Koko joukkuetta ei voida myydä tai ostaa, vain pelaajia. No, meillä on Paul Newmanin tähdittämä elokuva ”Lämäri”, jossa karnevalisoidaan ammattijääkiekko, mutta elokuvan vakavaa sanomaan ei osata ottaa todesta. Elokuvan huippuhetki on, kun yksi taitopelaajista strippaa katsojien edessä kritisoiden pelin älytöntä aggressiivisuutta. Elokuva näyttää sen, mitä tapahtuu, kun liukumisen riemusta tulee mustasukkaista ja kateellista rahalla kamppailemista. Ja sitähan kilpakiekko on. Kaukana iloisesta ”höntsyistä”, lumikökökkojen välissä autoja pihatiellä väistelevistä pikkupojista räkätappi nenässä.

Mutta miehen elämän ei tule olla mukavaa, vaan paskamaista taistelua mitä ihmeellisimpiä viholliskuvia vastaan. Se on maailman laki, eikä siinä ole mitään pahaa. ”Heikot sortuu elontielle, jätkät sen kun porskuttaa”, todetaan itsenäisyytemme identiteetti-elokuvassa.

Itse rakastan ja vihaan jääkiekkoa. Se on kaunis ja hieno laji. Monesti kuitenkin miettii, onko se älykkäiden miesten yksinkertainen peli vai yksinkertaisten miesten älykäs peli. Tiedä häntä. Tärkeintä on, että joka syksy peli alkaa ja kevään päättyessä on ”Jääkiekkoilijan kesä” Veijo Meren hengessä. Jokainen poika murtaa turvallisen munankuoren ja kasvaa mieheksi. Sen hetken kauneutta kaipaamme sekä onnellinen että katkera maku huulillamme. Vilpittömästi toivotan onnea kaikille peliin mukaan tuleville uusille sukupolville.



KIRJOITTAJAT JA TOIMITTAJAT

Aarresola, Outi

Liikuntatieteiden maisteri (jatko-opiskelija), projektitutkija, Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus, urheilun yhteiskuntatieteellinen tutkimus- ja kehitystoiminta.

Dahlman, Nanne

Entinen tennisammattilainen.

Haapoja, Matti

Liikunnanohjaaja, Finlandia-hiihdon toiminnanjohtaja.

Helander, Tuija

Nuorisovalmentaja.

Hoikkala, Tommi

s. 1953, Tapion Hongan drop out vuodelta 1967 (jalkapallo), myöhemmin kuntoilumaratoonari (noin 20 maratonia vuosina 1990–2003), nykyinen työmatkaliikkuja ja lumitöiden tekijä sekä ammatikseen sosiologi ja tutkimusprofessori Nuorisotutkimusverkostossa.

Huhtinen, Aku-Mauri

Johtamisen professori, Maanpuolustuskorkeakoulu. Näkee jääkiekon Linkolan/Kaurismäen kautta.

Kangaspunta, Manu

Kehityspäällikkö, Nuori Suomi, 11–15-vuotiaiden kilpaurheilun kehittämistyö, MA - Sports management and development.

Klinga, Ville

Toimittaja, liikuntatieteiden ylioppilas, jalkapallovalmentaja PK-35; 01-syntyneet. Valmentajakoulutus: B-valmentaja. Kolmen jalkapalloilijan isä.

Koski, Herkko

Valmennuspäällikkö, Kiekkoreipas ry.

Lehtolainen, Leena

Kirjailija ja *Taitoluistelu*-lehden vakituinen avustaja.

Lepistö, Santeri

Mäkelänrinteen lukion opiskelija.

Mäkelä, Jarmo

Liikuntakasvatuksen kandidaatti (JYO 1980), Huippu-urheilujohtaja, Suomen Urheiluliitto. Kymmenottelun Suomen mestari (7471, 1.–2.7.1983, Pori).

Priha, Aliisa

Mäkelänrinteen lukion opiskelija.

Ryöppy, Selja

Mäkelänrinteen lukion opiskelija.

Salasuo, Mikko

Talous- ja sosiaalhistorian dosentti, Nuorisotutkimusverkoston tutkija. Jalkapalloilija Albert Camus'n hengessä.

Sallinen, Juho

Mäkelänrinteen lukion opiskelija.

Sihvola, Juha

Juha Sihvola, FT, professori, Jyväskylän yliopisto, historian ja etnologian laitos. 14-vuotiaan futaaajan isä.

Tiihonen, Arto

Tiihonen, Arto, FT, liikuntasosiologi. Intohimoinen jalkapallon kokija ja merkitysten tutkija.

Valla, Juha

HJK:n juniorivalmentaja.

Wallin, Stefan

Kulttuuri- ja urheiluministeri.