



**TURUN
YLIOPISTO**

Pelikenttien pedagogit

Valmentajien kasvattajarooli lasten ja nuorten valmennuksessa

Kasvatustieteiden tutkinto-ohjelma (KK) / Kasvatustieteiden laitos

Kandidaatintutkielma

Salli Aaltonen

5.5.2026

Turku

Turun yliopiston laatu järjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu

Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Koulutusohjelma, oppiaine: Kasvatustieteiden tutkinto-ohjelma (KK)

Tekijä: Salli Aaltonen

Otsikko: Pelikenttien pedagogit – Valmentajien kasvattajarooli lasten ja nuorten valmennuksessa

Ohjaaja: Yliopistonlehtori Annukka Jauhiainen

Sivumäärä: 27 sivua

Päivämäärä: 5.5.2026

Abstract

Tutkimus tarkastelee lasten ja nuorten urheiluvalmentajien kasvattajaroolia aiemman tutkimuskirjallisuuden valossa. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, millaisena valmentajan kasvattajarooli kuvataan aiemmassa tutkimuksessa, millaisia kasvatuksellisia tavoitteita ja toimintatapoja valmennukseen liitetään sekä miten valmentajien toiminnan kuvataan vaikuttavan lasten ja nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen. Tutkimus sijoittuu yleisen kasvatustieteen kentälle ja tarkastelee urheiluseuroja epämuodollisina kasvatusympäristöinä, joissa oppiminen ja kehitys rakentuvat vapaa-ajan harrastuksen vuorovaikutustilanteissa.

Tutkimus toteutettiin laadullisena systemaattisena kirjallisuuskatsauksena. Aineisto koostui 15 tutkimuksesta, joista muodostui analyysivaiheessa kolme keskeistä teemaa: (1) valmentajan pedagoginen ja kasvatuksellinen toimijuus, (2) valmennuksen vaikutukset lasten ja nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen sekä (3) vuorovaikutus ja valmennusilmapiiri.

Tulokset osoittavat, että valmentajan rooli ulottuu lajitaitojen opettamista laajemmalle kasvatukselliseksi ja sosiaaliseksi toimijuudeksi. Valmentaja näyttäytyy merkittävänä aikuisena, jonka toiminta vaikuttaa lasten ja nuorten motivaatioon, itsetuntoon, yhteenkuuluvuuden kokemuksiin ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Tutkimuksen perusteella turvallinen, kannustava ja vuorovaikutteinen valmennusilmapiiri tukee lasten ja nuorten motivaatiota, oppimista ja sitoutumista harrastukseen. Tulokset korostavat myös pedagogisen osaamisen merkitystä valmennuksessa. Tutkimus vahvistaa käsitystä urheiluseuroista merkittävinä kasvatusympäristöinä, joissa valmentajilla on keskeinen rooli lasten ja nuorten kokonaisvaltaisen kehityksen tukemisessa.

Avainsanat: kasvattajarooli, lasten ja nuorten valmennus

Sisällysluettelo

1	Johdanto	4
2	Teoreettinen viitekehys	5
2.1	Urheiluvalmennus kasvatuksellisena toimintana	5
2.2	Itsemääräämisteoria valmennuksen viitekehyyksenä	7
2.3	Harjoitteluilmapiiri ja kokonaisvaltainen hyvinvointi	8
3	Tutkimuksen toteutus	10
3.1	Menetelmät	10
3.2	Aineisto	11
3.3	Aineiston analyysi	12
4	Tulokset	14
4.1	Valmentajan kasvattajarooli ja pedagoginen toimijuus	14
4.2	Valmennuksen vaikutukset lasten ja nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen	16
4.3	Vuorovaikutus ja valmennusilmapiiri	18
5	Pohdinta	21
	Lähteet	23
	Aineistolähdeluettelo	25

1 Johdanto

Lasten ja nuorten urheilua katsellessa huomio kiinnittyy helposti kehitykseen ja suorituksiin. Niiden taustalla tapahtuu kuitenkin paljon sellaista, mikä ei näy yhtä selvästi ulospäin, mutta vaikuttaa silti vahvasti siihen, millaiseksi urheilukokemus lapselle tai nuorelle lopulta muodostuu. Valmentaja on tässä kokonaisuudessa keskeinen henkilö. Hän ei ole vain harjoitusten ohjaaja tai lajitaitojen opettaja, vaan myös aikuinen, jonka tapa kohdata lapset ja nuoret, antaa palautetta ja toimia ryhmässä voi jättää pysyvän jäljen siihen, miten lapsi tai nuori kokee itsensä urheilijana ja ryhmän jäsenenä.

Valmennusta tarkastellaan usein ensisijaisesti tulosten ja lajiosaamisen näkökulmasta. Tämä on ymmärrettävää, sillä urheilu nähdään tavoitteellisena toimintana. Samalla kuitenkin helposti unohtuu, että jokainen harjoitustilanne on myös sosiaalinen ja kasvatuksellinen tilanne, jossa opitaan paljon muutakin kuin lajitaitoja. Valmentajan toiminta voi tukea lapsen ja nuoren itsetuntoa ja motivaatiota, mutta se voi myös heikentää niitä, riippuen siitä millaisessa ilmapiirissä harjoittelu tapahtuu ja millaisia viestejä lapsi tai nuori saa omasta suoriutumisestaan.

Tutkimuksen aiheeseen liittyy myös tutkijan oma kiinnostus valmennusosaamista kohtaan. Valmentajan roolia kuvataan usein melko kapeasti, vaikka todellisuudessa se näyttäytyy paljon monimuotoisempana. Urheiluseuroissa valmentajat ovat jatkuvasti tekemisissä lasten ja nuorten kanssa tilanteissa, joita ei välttämättä nähdä kasvatushetkinä, mutta joissa kasvatukselliset vaikutukset tapahtuvat silti osana arkea. Juuri tämä herätti kiinnostuksen tarkastella sitä, miten valmentajan kasvattajarooli ymmärretään aiemmassa tutkimuskirjallisuudessa ja mitä kaikkea siihen liitetään.

Tutkimuksen tavoitteena on tarkastella aiemman tutkimuskirjallisuuden kautta, millaisena valmentajan kasvattajarooli lasten ja nuorten urheilussa kuvataan. Samalla kiinnostuksen kohteena on se, millaisia kasvatuksellisia tavoitteita ja toimintatapoja valmennukseen liitetään sekä miten valmennuksen nähdään vaikuttavan lasten ja nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen. Näiden kysymysten kautta pyritään hahmottamaan, millainen merkitys valmentajalla on osana nuoren kasvua ja arkea urheiluharrastuksen kontekstissa.

Tutkimus sijoittuu yleisen kasvatustieteen kenttään, jossa urheiluseuroja voidaan tarkastella epämuodollisina kasvatusympäristöinä. Ne eivät toimi samalla tavalla kuin koulu, mutta niissä tapahtuva oppiminen ja kasvu voivat olla yhtä merkityksellisiä. Urheiluharrastus rakentuu pitkälti vuorovaikutuksen, kokemusten ja arjen tilanteiden varaan ja juuri siksi valmentajan rooli korostuu myös kasvatuksellisena toimijana.

2 Teoreettinen viitekehys

Valmentaja on henkilö, joka ohjaa, tukee ja kehittää urheilijan tai ryhmän fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia valmiuksia tavoitteellisen harjoittelun kautta. Valmentajan tehtävä ei rajoitu pelkästään lajitaitojen opettamiseen, vaan hän toimii myös oppimisen ohjaajana, vuorovaikutuksen rakentajana ja kasvatuksellisena toimijana, joka vaikuttaa urheilijoiden arvoihin, asenteisiin ja hyvinvointiin (Côté & Gilbert, 2009). Valmentaja voidaan siten ymmärtää keskeisenä toimijana lasten ja nuorten urheilussa, jossa hänen roolinsa ulottuu lajitaitojen ohjauksesta laajemmin kokonaisvaltaisen kehityksen tukemiseen.

Valmentajan toimintaa voidaan tarkastella myös vuorovaikutteisena asiantuntijatyönä, jossa korostuvat kyky yhdistää urheilulliset tavoitteet ja kasvatukselliset päämäärät (Côté & Gilbert, 2009). Tässä roolissa valmentaja toimii keskeisenä aikuisena urheilukontekstissa, jossa hänen toimintansa vaikuttaa nuorten oppimiseen, motivaatioon ja sosiaaliseen kehitykseen.

2.1 Urheiluvalmennus kasvatuksellisena toimintana

Lasten ja nuorten urheiluvalmennus sijoittuu laajempaan yhteiskunnalliseen ja kasvatukselliseen kontekstiin, jossa liikunta- ja harrastustoiminnalla nähdään olevan keskeinen merkitys hyvinvoinnin, osallisuuden ja kasvun tukemisessa. Urheiluseurat muodostavat keskeisen ympäristön, jossa suuri osa lasten ja nuorten liikunnasta toteutuu (Kokko, S. 2017). Harrastamisen jatkuvuuteen vaikuttavat kuitenkin monet tekijät, kuten perheen tuki, sosiaalinen ympäristö sekä yksilölliset kokemukset liikunnasta. Varhaisilla liikuntakokemuksilla on lisäksi havaittu olevan yhteys myöhempään liikunta-aktiivisuuteen, mikä korostaa valmennuksen merkitystä pitkällä aikavälillä (Tammelin & Telama, 2008).

Kasvatusta voidaan tarkastella formaalin, ei-formaalin ja informaalin kasvatuksen näkökulmista. Formaali kasvatusta viittaa institutionaalisesti järjestettyyn toimintaan, kuten kouluihin, joissa toimintaa ohjaavat ennalta määritellyt tavoitteet ja rakenteet

(Värri, 2004). Informaali kasvatus puolestaan rakentuu arjen tilanteissa usein huomaamatta esimerkiksi vuorovaikutuksen ja kokemusten kautta, kun taas ei-formaali kasvatus on jossain määrin tavoitteellista mutta sijoittuu formaalin koulutusjärjestelmän ulkopuolelle (Kokko, 2017). Urheiluseurat voidaan nähdä erityisesti epävirallisina kasvuympäristöinä, joissa oppiminen ja kasvatus tapahtuvat pitkälti arjen vuorovaikutustilanteissa ja vapaaehtoisuuteen perustuvassa toiminnassa (Kokko 2017; Gilbert & Trudel, 2001). Tämä korostaa valmentajien merkitystä kasvatuksellisinä toimijoina, sillä heidän toimintansa kautta nämä ympäristöt muovautuvat lapsille ja nuorille.

Urheiluseurojen merkitys näkyy myös osallistumisen laajuudessa. LIITU-tutkimusten mukaan suuri osa suomalaisista lapsista ja nuorista osallistuu seuratoimintaan: esimerkiksi 9–15-vuotiaista noin 60 prosenttia oli mukana urheiluseuroissa vuonna 2024 (Mononen ym., 2025; Blomqvist ym., 2023; Blomqvist ym., 2020). Näin ollen urheiluseurat muodostavat merkittävän kasvatuksellisen ympäristön, jossa tavoitetaan suuri osa ikäluokasta.

Tässä kokonaisuudessa valmentajan rooli näyttäytyy laajempaan kuin pelkkänä lajitaitojen opettamisena. Valmentajan tehtävään voidaan nähdä kuuluvan oppimisen ohjaaminen, vuorovaikutuksen rakentaminen sekä urheilijoiden yksilöllisten tarpeiden huomioiminen (Côté & Gilbert, 2009). Jean Côté ja Wade Gilbert (2009) esittävät valmennusosaamisen rakentuvan ammatillisesta, vuorovaikutuksellisesta ja reflektiivisestä tiedosta, mikä korostaa sitä, että valmentajan työ edellyttää sekä lajiosaamista että kykyä toimia ihmisten kanssa ja arvioida omaa toimintaansa. Valmentaja vaikuttaa keskeisesti siihen, millaiseksi harjoitteluympäristö muodostuu ja millaisia kokemuksia urheilijat toiminnasta saavat. Samalla valmennuksessa välittyvät erilaiset sosiaaliset taidot, kuten yhteistyö ja vastuunkanto, jotka kehittyvät osana arjen toimintaa (Holt ym., 2015). Näin valmentajan toiminta kytkeytyy osaksi laajempaa kasvatuksellista kokonaisuutta, jossa oppiminen ei rajoitu pelkästään urheilusuorituksiin, vaan ulottuu myös yksilön sosiaaliseen ja psyykkiseen kehitykseen.

2.2 Itsemääräämisteoria valmennuksen viitekehyksenä

Valmentajan toimintaa voidaan tarkastella Itsemääräämisteorian näkökulmasta, joka tarjoaa keskeisen teoreettisen viitekehyksen motivaation ja hyvinvoinnin ymmärtämiseen urheilukontekstissa. Teorian mukaan ihmisen sisäinen motivaatio, hyvinvointi ja pitkäaikainen sitoutuminen toimintaan rakentuvat kolmen psykologisen perustarpeen varaan: autonomia, pätevyys ja yhteenkuuluvuus (Deci & Ryan, 2017). Itsemääräämisteoria on tämän tutkimuksen kannalta käyttökelpoinen, koska se tarjoaa välineen tarkastella kasvattajaroolia erityisesti lapsen ja nuoren motivaation, sitoutumisen ja hyvinvoinnin näkökulmasta. Koska tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita valmennuksen kasvatuksellisista vaikutuksista, teoria auttaa jäsentämään, millaiset vuorovaikutuksen ja ohjauksen tavat tukevat lasten ja nuorten myönteisiä kokemuksia urheilussa.

Tulkitsen itsemääräämisteoriaa valmennuksen kontekstissa siten, että autonomialla tarkoitetaan sitä, että urheilijalla on mahdollisuus kokea toimivansa vapaaehtoisesti ja vaikuttavansa omaan harjoitteluun. Tämä voi toteutua esimerkiksi siten, että valmentaja antaa lapsille ja nuorille mahdollisuuksia osallistua harjoittelun suunnitteluun, tehdä valintoja harjoitteiden aikana tai ilmaista omia näkemyksiään. Tällaiset käytännöt lisäävät lapsen ja nuoren kokemusta hallinnan tunteesta ja toiminnan merkityksellisyydestä.

Pätevyyden tarpeen tukemisen tulkitsen niin, että urheilija kokee kehittyvänsä ja onnistuvansa omassa toiminnassaan. Valmentajan rooli on tässä keskeinen, sillä hän voi vaikuttaa kokemukseen osaamisesta tarjoamalla sopivan haastavia harjoitteita, selkeitä ohjeita sekä rakentavaa ja kehittävää palautetta. Kun harjoittelu vastaa urheilijan taitotasoa, syntyy kokemus hallinnasta ja edistymisestä, mikä puolestaan vahvistaa motivaatiota. Yhteenkuuluvuuden tarpeen tulkitsen puolestaan niin, että se viittaa kokemukseen sosiaalisesta hyväksynnästä, turvallisuudesta ja ryhmään kuulumisesta. Valmennuksessa tämä rakentuu valmentajan ja urheilijoiden välisestä vuorovaikutuksesta sekä ryhmän ilmapiiristä. Kannustava, hyväksyvä ja luottamuksellinen harjoitteluympäristö vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja lisää sitoutumista toimintaan.

Itsemääräämisteorian mukaan näiden kolmen perustarpeen yhtäaikainen täytyminen tukee sisäistä motivaatiota, joka on keskeinen tekijä pitkäaikaisessa harrastamisessa ja urheiluun sitoutumisessa. Vastaavasti niiden puutteellinen toteutuminen voi heikentää motivaatiota ja lisätä riskiä harrastuksen keskeyttämiseen (Deci & Ryan, 2017). Tästä näkökulmasta valmentajan toiminta voidaan nähdä keskeisenä tekijänä siinä, millaiseksi lapsen tai nuoren urheilukokemus muodostuu ja miten pysyväksi hänen liikuntasuhteensa rakentuu.

2.3 Harjoitteluilmapiiri ja kokonaisvaltainen hyvinvointi

Urheiluvalmennuksessa korostuvat erilaiset kasvatukselliset tavoitteet, kuten reilu peli, yhteistyö, vastuullisuus ja toisten kunnioittaminen (Holt ym., 2015).

Näiden tavoitteiden välittyminen ei perustu yksittäisten ohjeiden antamiseen, vaan ennen kaikkea siihen, miten valmentaja toimii ja millaista vuorovaikutusta harjoitustilanteissa rakennetaan. Harjoitteluympäristön ilmapiirillä on keskeinen merkitys sille, millaiseksi lapset ja nuoret kokevat harrastuksen. Tutkimuksissa on havaittu, että myönteinen ja turvallinen ilmapiiri tukee osallistumista ja motivaatiota, kun taas kontrolloiva ja tuloskeskeinen ilmapiiri voi heikentää niitä (Visek ym., 2015). Tämän vuoksi valmentajan toiminta on keskeisessä asemassa harjoitteluympäristön laadun muodostumisessa.

Valmentajan roolia voidaan tarkastella myös valmennusosaamisen viitekehyksen kautta, jossa korostuu se, että valmennus ei perustu ainoastaan tekniseen lajiosaamiseen. Sen sijaan valmennus rakentuu useiden osa-alueiden yhdistelmästä, johon kuuluu myös pedagoginen ymmärrys ja vuorovaikutustaidot (Côté & Gilbert, 2009). Tämän viitekehyksen perusteella voidaan todeta, että valmentaja ei ainoastaan ohjaa urheilullista kehittymistä, vaan osallistuu aktiivisesti oppimisympäristön ja sosiaalisen ilmapiirin rakentamiseen. Näin hänen toimintansa vaikuttaa siihen, millaisia merkityksiä urheilijat antavat harjoittelulle ja millaiseksi heidän kokemuksensa muodostuvat.

Valmennuksella on yhteys lasten ja nuorten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, johon sisältyvät fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen kehitys (Holt ym., 2015). Myönteiset kokemukset urheilussa voivat vahvistaa nuoren itseluottamusta, yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä käsitystä omasta pystyvyydestä. Valmentajan tavalla kohdata ja ohjata urheilijoita on tässä keskeinen merkitys. Kun valmennus on kannustavaa ja tukevaa, se edistää hyvinvointia, kun taas kielteinen tai painostava ilmapiiri voi heikentää sitä (Visek ym., 2015). Lisäksi lapsuudessa ja nuoruudessa saadut liikuntakokemukset ovat yhteydessä myöhempään liikunta-aktiivisuuteen (Tammelin & Telama, 2008).

3 Tutkimuksen toteutus

Tutkimuskysymykset ovat:

Millaisena lasten ja nuorten urheiluvalmentajien kasvattajarooli kuvataan aiemmassa tutkimuksessa?

Millaisia kasvatuksellisia tavoitteita ja toimintatapoja valmennukseen liitetään tutkimuskirjallisuudessa?

Miten valmentajien toiminnan kuvataan vaikuttavan lasten ja nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen?

3.1 Menetelmät

Tutkimus on laadullinen tutkimus ja sen tutkimusmenetelmänä on käytetty systemaattista kirjallisuuskatsausta. Kirjallisuuskatsaus on tutkimusmenetelmä, jonka tavoitteena on jäsentää, arvioida ja yhdistää aiempaa tutkimustietoa tietystä ilmiöstä (Vilkkä, 2021). Menetelmän avulla voidaan tässä tutkimuksessa muodostaa kokonaiskuva valmentajien kasvattajaroolista hyödyntämällä olemassa olevaa tutkimuskirjallisuutta ilman uuden empiirisen aineiston keruuta. Systemaattisuudella tarkoitetaan tässä yhteydessä sitä, että aineiston valinta ja käsittely perustuvat ennalta määritettyihin kriteereihin, jolloin tutkimusprosessi on läpinäkyvä. Tällainen lähestymistapa lisää kirjallisuuskatsauksen luotettavuutta ja vähentää satunnaisuutta aineiston valinnassa (Salminen, 2011).

Laadullinen kirjallisuuskatsaus soveltuu erityisesti ilmiöihin, joita tarkastellaan merkityksellisinä ja tulkinnallisina kokonaisuuksina, kuten tässä tutkimuksessa valmentajan kasvattajaroolia. Kirjallisuuskatsauksen keskeisenä tavoitteena on tuottaa synteesi aiemmasta tutkimuksesta, jolloin yksittäisten tutkimusten tulokset kytketään osaksi laajempaa kokonaisuutta. Tällöin painopiste ei ole yksittäisten tutkimusten tulosten raportoinnissa, vaan niiden välisissä yhtäläisyyksissä, eroissa ja toistuvissa teemoissa (Salminen, 2011). Menetelmä

mahdollistaa tarkastelun millaisina ilmiön keskeiset merkitykset aiemmassa tutkimuksessa on kuvattu.

Laadullinen tutkimus soveltuu erityisesti ilmiöiden syvälliseen ymmärtämiseen ja tulkintaan, kun tavoitteena ei ole määrällinen mittaaminen tai tilastollinen yleistettävyyys, vaan ilmiön merkityssisältöjen kuvaaminen (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tässä tutkimuksessa kiinnostuksen kohteena on erityisesti se, millaisena valmentajan kasvattajarooli rakentuu aiemmassa tutkimuskirjallisuudessa ja millaisia toimintatapoja siihen liitetään. Kirjallisuuskatsauksen näkökulmasta tämä tarkoittaa sitä, että aineisto koostuu aiemmista tutkimuksista, joita tarkastellaan tulkinnallisesti. Näin voidaan muodostaa kokonaiskuva siitä, miten ilmiötä on aiemmin ymmärretty ja millaisia yhteneviä merkityksiä siihen liittyy.

3.2 Aineisto

Tämän tutkimuksen aineisto koostuu 15 aiemmasta tutkimuksesta ja se sisältää pro gradu -tutkielmia, maisterintutkielmia ja yhden väitöskirjan. Aineiston avulla pyritään muodostamaan mahdollisimman monipuolinen ja kattava kuva tutkittavasta ilmiöstä eri näkökulmista. Aineisto kerättiin näistä yliopistojen avoimista julkaisuarkistoista, jotka sisältävät opinnäytteitä ja tutkimusjulkaisuja: JYX, Helda, Lauda, TREPO ja OSUVA. Kaikki viisi ovat suomalaisten yliopistojen avoimia julkaisukirjastoja, joissa säilytetään ja julkaistaan yliopistoissa tuotettuja tutkimuksia. JYX on Jyväskylän yliopiston julkaisuarkisto, Helda Helsingin yliopiston, Lauda Lapin yliopiston, TREPO Tampereen yliopiston ja OSUVA Vaasan yliopiston.

Tutkimuksen aineiston valinta toteutettiin systemaattisen kirjallisuuskatsauksen periaatteita noudattaen, jossa prosessi eteni ennalta määriteltujen hakusanojen ja kriteerien perusteella, ennalta määritellyistä tietokannoista. Tiedonhaku on toteutettu siten, että mukaan on valittu tutkimuksia, jotka vastaavat tutkimuskysymyksiin ja käsittelevät valmentajan roolia lasten tai nuorten urheilussa kasvatuksellisesta, pedagogisesta tai hyvinvoinnin näkökulmasta.

Aineiston valinnassa käytetyt kriteerit olivat: (1) tutkimuksen kohteena ovat lapset tai nuoret urheilun kontekstissa, (2) tutkimus käsittelee urheiluvalmennusta tai valmentajan roolia, (3) tutkimuksessa tarkastellaan kasvatuksellisia, pedagogisia tai hyvinvointiin liittyviä näkökulmia sekä (4) julkaisu on tieteellinen tutkimus tai tieteellinen opinnäytetyö. Näiden kriteerien avulla on pyritty varmistamaan aineiston relevanssi tämän tutkimuksen kannalta. Hakuprosessissa käytettiin sekä suomen- että englanninkielisiä hakusanoja, joita olivat lasten valmennus, nuorten valmennus, kasvattajarooli, valmentajan kasvattajarooli, youth sports, youth coach ja junior coach. Aluksi saaduista hakutuloksista tarkasteltiin tutkimusten otsikoita ja tiivistelmiä, joiden perusteella karsittiin tutkimuskysymyksien kannalta epäolennaiset julkaisut. Tämän jälkeen jäljelle jääneet tutkimukset luettiin tarkemmin kokonaisuudessaan.

Aineiston valinnassa on painotettu tutkimusten soveltuvuutta tutkimuksen teoreettiseen viitekehykseen ja tutkimuskysymyksiin. Lasten ja nuorten valmentajien toiminnan vaikutuksia valmennettaviin on tutkittu paljon, joka tarjosi aineiston valintaan laajasti mahdollisuuksia. Tämän tutkimuksen kannalta oleellisinta aineiston valinnassa oli aiemmassa tutkimuksessa kuvattu valmentajan kasvattajaroolin ilmeneminen tai sen vaikutukset ja merkitys lasten ja nuorten urheilussa.

3.3 Aineiston analyysi

Aineisto analysoitiin teoriaohjaavan laadullisen sisällönanalyysin avulla. Laadullinen sisällönanalyysi on menetelmä, jossa aineistoa tarkastellaan tulkinnallisesti ja sen sisältöä jäsennetään, luokitellaan sekä tiivistetään selkeiksi kokonaisuuksiksi (Vilkka, 2021). Menetelmän tavoitteena on muodostaa aineistosta systemaattinen ja ymmärrettävä kuvaus tutkittavasta ilmiöstä, jolloin yksittäisistä tutkimuksista voidaan tunnistaa toistuvia teemoja, merkityksiä ja rakenteita. Teoriaohjaavassa sisällönanalyysissä analyysiprosessia ohjaa aiempi teoreettinen ymmärrys valmentajan kasvattajaroolista, mutta analyysin lopulliset tulokset muodostuvat aineistosta esiin nousevien havaintojen perusteella. Teoria toimii tällöin tulkintaa jäsentävänä viitekehyksenä, mutta ei valmiina luokittelurakenteena.

Tässä tutkimuksessa analyysi eteni teemoittelun avulla. Teemoittelussa aineistosta tunnistettiin toistuvia merkityksiä

ja ryhmiteltiin ne laajemmiksi kokonaisuuksiksi (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Erityisesti tarkasteltiin sitä, millaisia toimintatapoja valmennukseen liitetään, millä tavoin valmentajien nähdään vaikuttavan lasten ja nuorten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin sekä millaiseksi heidän kasvatuksellinen roolinsa kuvataan. Aineiston analyysissä muodostuvat teemat kokoavat yhteen eri tutkimuksissa esiin nousevia näkökulmia ja mahdollistavat ilmiön tarkastelun moninaisena. Näin voidaan rakentaa tulkinnallinen johtopäätös siitä, millaisena valmentajan kasvattajarooli rakentuu aiemmassa tutkimuskirjallisuudessa ja millaisia merkityksiä siihen liitetään.

Analyysiprosessin ensimmäisessä vaiheessa perehdyttiin aineistoon lukemalla valitut tutkimukset useaan kertaan kokonaiskuvan muodostamiseksi. Tämän jälkeen aineistosta poimittiin tutkimuskysymysten kannalta olennaisia ilmauksia ja kuvauksia, jotka liittyivät valmentajan rooliin, valmentajan ja lapsen tai nuoren väliseen vuorovaikutukseen sekä valmennuksen vaikutuksiin lasten ja nuorten kehitykseen ja hyvinvointiin. Tässä vaiheessa aineistoa tarkasteltiin avoimesti ilman valmiita luokittelurakenteita, jotta aineistosta esiin nousevat merkitykset eivät rajautuisi ennalta määritettyihin kategorioihin. Seuraavassa vaiheessa poimitut ilmaukset ryhmiteltiin niiden sisältämien merkitysten perusteella. Samankaltaisia näkökulmia yhdistettiin alustaviksi teemoiksi, joita tarkennettiin ja yhdisteltiin analyysin edetessä. Teemoittelussa kiinnitettiin huomiota erityisesti siihen, millaisia yhtäläisyyksiä eri tutkimusten välillä ilmeni sekä millaiset näkökulmat toistuivat aineistossa.

Analyysin loppuvaiheessa muodostuneet teemat suhteutettiin tutkimuksen teoreettiseen viitekehykseen, mikä mahdollisti havaintojen syventämisen ja tulkinnan laajemmassa kontekstissa. Teoria ei kuitenkaan ohjannut analyysia mekaanisesti, vaan toimi välineenä jäsentää aineistosta esiin nousseita merkityksiä. Lopulliset teemat muotoutuivat aineiston ja teorian vuoropuhelussa, ja niiden avulla rakennettiin kokonaiskuva siitä, millaisena valmentajan kasvattajarooli näyttäytyy aiemmassa tutkimuksessa.

4 Tulokset

Tässä luvussa tarkastellaan tutkimustuloksia. Valmentajuutta lähestytään tässä yhteydessä ilmiönä, joka ei rajoitu vain urheilulliseen ohjaamiseen, vaan se kytkeytyy laajemmin kasvatuksellisiin, sosiaalisiin ja psykologisiin ulottuvuuksiin. Aineiston analyysin tavoitteena on ollut jäsentää, millaisia merkityksiä valmentajan roolille annetaan aiemman tutkimuksen perusteella käytetyssä aineistossa ja minkälaiseksi kasvatukselliset vaikutukset urheilukontekstissa rakentuvat.

Aineiston analyysin perusteella muodostui kolme keskeistä ja toisiinsa kytkeytyvää teemaa: (1) valmentajan pedagoginen ja kasvatuksellinen toimijuus, (2) valmennuksen vaikutukset lasten ja nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen sekä (3) vuorovaikutus ja valmennusilmapiiri. Nämä teemat eivät ole toisistaan irrallisia, vaan ne muodostavat kokonaisuuden, jonka kautta valmentajan kasvattajaroolia voidaan ymmärtää moniulotteisena ja merkittävänä ilmiönä.

Tuloksia tarkastellaan suhteessa aiempaan teoreettiseen ymmärrykseen valmentajan roolista, motivaatiosta ja oppimisesta. Erityisesti tulkintaa taustoittavat Itsemääräämisteoria (Deci & Ryan, 2017) sekä Côté & Gilbertin (2009) esittämä valmennusosaamisen viitekehys. Näiden teoreettisten näkökulmien avulla pyritään syventämään ymmärrystä siitä, millä tavoin valmennusympäristö voi tukea tai heikentää nuorten motivaatiota, hyvinvointia ja kokonaisvaltaista kehitystä. Tällä tavoin tulosluvussa ei ainoastaan kuvata aineistosta nousseita havaintoja, vaan niitä tarkastellaan suhteessa aiempaan tutkimustietoon, joka auttaa jäsentämään valmentajan roolia urheilun kasvatuksellisessa kontekstissa. Teoreettiset viitekehykset toimivat kuitenkin vain tulkintaa syventävinä näkökulmina, eivätkä ne rajoita aineistosta esiin nousevia havaintoja.

4.1 Valmentajan kasvattajarooli ja pedagoginen toimijuus

Aineistossa valmentaja näyttäytyy selkeästi muunakin kuin lajitaitojen opettajana. Valmentajan rooli kuvataan laajasti pedagogiseksi toimijuudeksi, jossa

yhdistyvät ohjaaminen, mallina toimiminen ja arjen kasvatukselliset tilanteet. Esimerkiksi Pasosen (2025) tutkimuksessa valmentaja kuvataan edistävän ja tukevan urheilijoiden kasvua ja kehitystä niin urheilussa kuin ihmisinä. Valmentajuus ei siten rajoitu suunniteltuihin harjoitussisältöihin, vaan rakentuu jatkuvasti myös epämuodollisissa tilanteissa, joissa välittyvät käsitykset siitä, millainen toiminta urheilussa on hyväksyttävää tai tavoiteltavaa. Tämä havainto on linjassa Côté ja Gilbertin (2009) näkemyksen kanssa, jonka mukaan valmennus on vuorovaikutteinen asiantuntijatyön muoto, jossa urheilulliset ja kasvatukselliset tavoitteet kietoutuvat toisiinsa eikä niitä voida käytännössä täysin erottaa toisistaan.

Tarkastelluissa tutkimuksissa valmentaja kuvataan toimijana, jonka vaikutus nuoreen ei rajoitu pelkästään harjoitusten sisältöihin tai ohjeisiin, vaan ulottuu laajemmin koko harjoitusympäristön rakentamiseen. Pasonen (2025) kuvaa tutkimuksessaan, että valmentajan tehtäviin kuuluu oppimisympäristön rakentaminen, joka antaa urheilijalle mahdollisuuden kasvaa pelaajana ja yksilönä. Myös Ark (2024) toteaa tutkimuksessaan, että valmentajalla on mahdollisuus luoda harjoituksiin ilmapiiri, joka edistää lapsen hyvinvointia ja kehitystä. Aineistossa korostuu myös se, että valmentaja vaikuttaa lapsen tai nuoren oppimiseen myös tiedostamattomasti esimerkiksi omalla esimerkillään, suhtautumisellaan epäonnistumisiin sekä tavallaan olla vuorovaikutuksessa ryhmän kanssa. Tällainen vaikutus tapahtuu usein huomaamatta osana arjen tilanteita, mutta sillä voi olla merkittävä rooli lapsen tai nuoren käsitysten muodostumisessa itsestään urheilijana ja ryhmän jäsenenä.

Tämä tukee näkemystä siitä, että valmennus ei ole pelkästään tavoitteellista ja suunniteltua ohjaamista, vaan myös epämuodollista kasvatusta, jossa asenteet ja käyttäytymismallit välittyvät toiminnan kautta ilman, että niitä välttämättä erikseen sanoitetaan. Valmentajan toiminta toimii tällöin eräänlaisena mallina, jonka kautta lapsi tai nuori oppii, millaista käyttäytymistä urheilukontekstissa pidetään hyväksyttävänä tai toivottavana.

Valmentaja-urheilijasuhteen merkitystä korostetaan tutkimuksissa erityisesti luottamuksen, avoimuuden ja vuorovaikutuksen näkökulmista. Esimerkiksi Ark (2024) toteaa tutkimuksessaan, että valmentajan ollessa vuorovaikutuksessa lasten kanssa on

jatkuvasti tarkkailun alaisena ja että, erityisesti valmentajan väsyneestä tai negatiivisesta olemuksesta tulisi pystyä kertomaan lapsille avoimesti. Näiden tekijöiden voidaan nähdä muodostavan perustan toimivalle valmennussuhteelle, jossa nuori kokee tulevansa kuulluksi ja arvostetuksi. Tämä on yhteydessä itsemääräämisteorian (Deci & Ryan, 2017) yhteenkuuluvuuden perustarpeeseen, joka on keskeinen tekijä motivaation, sitoutumisen ja hyvinvoinnin rakentumisessa. Kun nuori kokee kuuluvansa ryhmään ja olevansa hyväksytty, hänen valmiutensa osallistua toimintaan ja kehittyä siinä vahvistuvat. Valmentaja näyttäytyy merkittävänä aikuisena, jonka toiminnalla on vaikutusta nuoren kokemukseen omasta asemastaan ryhmässä sekä yleisesti suhteestaan urheiluun. Tämä rooli ei rajoitu vain yksittäisiin harjoitustilanteisiin, vaan rakentuu pitkäjänteisesti toistuvien vuorovaikutustilanteiden kautta, joissa valmentajan tapa antaa palautetta, ohjata ja kohdata nuoria muodostaa kokonaiskuvan valmennussuhteen laadusta.

Aineistosta nousee myös esiin, että valmentajan kasvattajarooli ei ole aina yksiselitteisesti määritelty, vaan pikemminkin se ilmenee arjen käytännössä, joissa kasvatuksellista otetta käytetään ilman tietoista kasvatustavoitetta. Tämä tekee valmentajan roolista osittain näkymättömän, mutta jatkuvasti vaikuttavan. Valmentajan kasvattajaroolin kuvaillaan ilmenevän usein käytännön toiminnassa, kuten palautteen annossa, arjen vuorovaikutuksessa, harjoitustilanteiden organisoinnissa sekä siinä, millaisia odotuksia ryhmässä ylläpidetään. Tämä viittaa siihen, että valmentajuus sisältää niin sanotun piilevän pedagogisen ulottuvuuden, joka ei välttämättä ole näkyvästi esillä, mutta joka toteutuu jatkuvasti osana jokapäiväistä valmennustyötä. Tällöin valmentajan toiminta ei ole vain tietoisia kasvatuksellisia valintoja, vaan myös automaattisesti syntyviä käytäntöjä, jotka rakentavat oppimisympäristöä ja vaikuttavat siihen, millaiseksi lapsen tai nuoren urheilukokemus muodostuu. Näin ollen valmentajan roolia voidaan pitää sekä tietoisena pedagogisena toimijana että tiedostamattomasti kasvattavana aikuisena urheilukontekstissa.

4.2 Valmennuksen vaikutukset lasten ja nuorten hyvinvointiin ja kehitykseen

Toinen keskeinen kokonaisuus liittyy valmennuksen vaikutuksiin lasten ja nuorten hyvinvointiin. Aineiston perusteella valmennusympäristöllä on merkittävä ja

monitasoinen rooli nuoren psyykkisen, sosiaalisen ja kokemuksellisen hyvinvoinnin rakentumisessa. Hyvinvointi ei näyttäytyä ainoastaan yksittäisinä tuntemuksina tai hetkellisinä kokemuksina, vaan pikemminkin kokonaisuutena, joka muotoutuu arjen toistuvissa tilanteissa, vuorovaikutuksessa ja siinä ilmapiirissä, jossa harjoittelu tapahtuu. Keskeiseksi nousee erityisesti se, millaiseksi nuori kokee oman asemansa ryhmässä ja millaisia merkityksiä hän liittää omaan toimintaansa osana valmennusympäristöä. Tätä väitettä tukee Korhosen (2025) tutkimuksesta esiin noussut havainto, jonka mukaan lapsen tai nuoren harrastajan itsetunnon tärkeimpiä osa-alueita on turvallisuus, joka vahvistuu, kun yksilö tulee hyväksytyksi omana itsenään.

Kannustava, turvallinen ja hyväksyvä ilmapiiri näyttäytyy aineistossa keskeisenä hyvinvointia tukevana tekijänä. Lewis (2019) kuvaa tutkimuksessaan, että oikein muotoiltu valmennus voi antaa nuorille terveitä tapoja loppuelämäksi. Tällaisessa ympäristössä nuori voi osallistua toimintaan ilman jatkuvaa epäonnistumisen pelkoa, mikä mahdollistaa kokeilemisen, oppimisen ja kehittymisen. Kun valmennuksessa korostuvat yksilöllinen edistymisen ja myönteinen palaute, nuori saa kokemuksia osaamisesta ja pystyvyydestä, mikä vahvistaa motivaatiota ja sitoutumista harrastukseen. Vastaavasti tilanteissa, joissa valmennus painottuu liiallisesti suoriin, vertailuun tai tuloksiin, voi nuoren kokemus omasta riittävyydestä heikentyä. Lewisin (2019) mukaan vähäinen tuki saattaa johtaa urheilijan innostuksen hiipumiseen ja johtaa harrastuksen lopettamiseen. Tämän havainnon perusteella voidaan todeta, että valmennuksen vaikutukset rakentuvat jatkuvasti vuorovaikutuksessa ja ovat riippuvaisia siitä, millaiseksi nuori kokee oman arvonsa ja asemansa ryhmässä.

Aineistossa korostuu myös se, että valmennuksen vaikutukset ulottuvat urheilukontekstia laajemmalle. Harrastuksessa koetut onnistumiset, sosiaaliset suhteet ja yhteenkuuluvuuden tunne voivat vahvistaa lapsen tai nuoren itsetuntoa ja identiteetin rakentumista. Keskinen & Palmroth (2012) kuvaavat tutkimuksessaan, että valmentajat ovat nuorille tärkeitä liikunta-aktiivisuuden sosiaalistumisen prosessissa. Urheiluharrastus voi toimia merkityksellisenä kasvu-ympäristönä, jossa opitaan paitsi lajitaitoja myös sosiaalisia taitoja ja itsensä ymmärtämistä. Toisaalta kielteiset kokemukset, kuten jatkuva paine, epäonnistumisen korostuminen tai ulkopuolisuuden

tunne, voivat heijastua laajemmin nuoren hyvinvointiin ja vaikuttaa hänen suhteeseensa liikuntaan ja harrastamiseen myös tulevaisuudessa. Aineiston perusteella voidaan todeta, että valmentajalla on mahdollisuus sekä tukea että heikentää nuoren kokonaisvaltaista kehitystä.

Lisäksi aineistosta nousee esiin valmennuksen ja muun arjen yhteensovittamisen merkitys. Lapsen ja nuoren elämä koostuu useista samanaikaisista vaatimuksista, kuten koulunkäynnistä, sosiaalisista suhteista ja vapaa-ajasta, joiden rinnalla urheiluharrastus asettuu osaksi arjen kokonaisuutta. Mikäli näiden osa-alueiden välillä ei ole tasapainoa, voi kokonaiskuormitus kasvaa liialliseksi. Esimerkiksi Hautala (2023) toteaa tutkimuksessaan, että nuoret kokevat ajankäytöllisiä haasteita urheilun ja koulun yhdistämisessä. Myös Lindell (2023) toteaa tutkimuksessaan, että nuoret urheilijat kokevat uupumusoireita, mutta ne liittyvät enemmän koulunkäyntiin kuin urheiluun. Havainnoista voidaan päätellä, ettei urheiluharrastus välttämättä enää tue hyvinvointia, vaan saattaa lisätä stressiä ja kuormitusta. Erityisesti tilanteissa, joissa harjoittelun määrä tai vaatimustaso ei joustu lapsen tai nuoren muun elämän mukana, korostuu tarve huomioida yksilölliset elämäntilanteet.

Valmentaja ei näyttäydy ainoastaan urheilullisen kehittymisen tukijana, vaan myös keskeisenä aikuisena, jonka toiminta vaikuttaa lapsen ja nuoren arjen tasapainoon ja jaksamiseen. Nikkilä (2019) kuvaa valmentamisen sekä ennen kaikkea kasvattamisen ulottuvan myös urheilun ulkopuolelle. Valmentajan tehtäväksi luetellaan myös lasten ja nuorten urheilijoiden kuormituksen tunnistaminen, levon merkityksen huomioiminen sekä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukeminen. Arkin (2024) mukaan valmentajilla on mahdollisuus ehkäistä esimerkiksi urheilijan uupuminen tarvittavan ymmärryksen avulla. Vuorenmaan (2023) tutkimuksessa puolestaan valmentajalta vaadittaviin taitoihin listataan laaja tietämys valmentamastaan urheilulajista, johtamisen taidot ja psykologinen oivalluskyky.

4.3 Vuorovaikutus ja valmennusilmapiiri

Kolmas teema korostaa valmennuksen sosiaalista ja kulttuurista ulottuvuutta, jossa vuorovaikutus ja ilmapiiri muodostavat keskeisen perustan valmennustoiminnalle. Aineiston perusteella valmennus ei näyttäydy pelkästään fyysisen harjoittelun

ympäristönä, vaan ennen kaikkea sosiaalisena tilana, jossa lapset ja nuoret oppivat toimimaan yhdessä, rakentavat käsityksiä itsestään ja muodostavat suhdettaan urheiluun. Esimerkiksi Peltoniemi (2014) määrittelee tutkimuksessaan, että valmentajan tehtävänä on ylläpitää itseluottamusta kehittävää ilmapiiriä. Ilmapiiriä kuvaillaan myös Vuorenmaan (2023) tutkimuksessa, jossa osaavan ja koulutetun valmentajan kerrotaan pystyvän luomaan myönteisen ja kannustavan ilmapiirin. Tämän perusteella voidaan todeta, että valmennusympäristö voidaan ymmärtää laajempaan kasvatukselliseen kontekstiin, jonka rakennuksessa taitava valmentaja on avainasemassa.

Valmentajan ja harrastajan välinen vuorovaikutus ei aineiston perusteella rajoitu ohjeiden tai palautteen välittämiseen, vaan sillä on keskeinen merkitys lapsen tai nuoren oppimisessa ja identiteetin rakentumisessa. Vuorovaikutuksen kautta lapsi tai nuori saa jatkuvasti viestejä omasta osaamisestaan, arvostaan ja asemastaan ryhmässä. Valmentajan tapa kohdata, kuunnella ja ohjata lapsia ja nuoria muodostaa perustan sille, millaisena he kokevat itsensä urheilijana ja toimijana ryhmässä. Peltoniemi (2014) toteaa tutkimuksessaan, että säännölliset keskustelut, valmentajan lähestyttävyyden ja hänen kiinnostuneisuutensa urheilevia nuoria kohtaan vähentää nuorten harrastajien lopettamisajatuksia. Nuoret kokevat tärkeäksi myös sen, että he voivat puhua valmentajalle kaikenlaisista asioista urheilun ulkopuoleltakin.

Valmennusilmapiiriä käsittelevissä tutkimuksissa korostuu psyykkisen turvallisuuden merkitys oppimisen ja osallistumisen edellytyksenä. Psyykkisesti turvallisessa ilmapiirissä lapsi ja nuori voi yrittää, epäonnistua ja kehittyä ilman jatkuvaa epäonnistumisen pelkoa tai negatiivista arvostelua. Tällainen ympäristö tukee Itsemääräämisteorian (Deci & Ryan, 2017) mukaista autonomian kokemusta, sillä lapsi tai nuori kokee voivansa toimia omana itsenään ilman ulkoista painetta tai kontrollia. Samalla se vahvistaa myös yhteenkuuluvuuden tunnetta, kun ryhmässä vallitsee hyväksyvä ja kannustava ilmapiiri. Yhteisöllisyyttä käsittelevissä tutkimuksissa tuodaan esiin, että ryhmän sosiaalinen yhteenkuuluvuus on keskeinen tekijä harrastuksen mielekkyyden ja jatkuvuuden kannalta. Keskinen & Palmroth (2012) kuvaavat tutkimuksessaan, että lapsen kasvaessa vanhemmaksi seuratovereista tulee yhä tärkeämpiä vaikuttajia urheilun jatkamiselle. Tämä havainto viittaa siihen, että kun lapsi

tai nuori kokee olevansa osa ryhmää ja merkityksellinen jäsen yhteisössä, hänen sitoutumisensa toimintaan vahvistuu. Urheiluharrastuksen vetovoima ei perustu ainoastaan itse lajiin, vaan myös siihen sosiaaliseen ympäristöön, jossa toimintaa toteutetaan.

Aineistosta esiin nousseiden havaintojen pohjalta voidaan todeta, että esimerkiksi reilu peli, vastuullisuus ja toisten kunnioittaminen eivät välity ensisijaisesti sanallisten ohjeiden tai sääntöjen kautta, vaan ne rakentuvat valmentajan toiminnan, esimerkin ja vuorovaikutuksen kautta. Peltoniemen (2014) tutkimuksesta nousee esiin havainto, että valmentajan toimintaan liittyy ulkopuolisten odotuksia esimerkiksi valmentajuudesta. Valmentajalta odotetaan muun muassa esimerkiksi aikuisuuden kuvaa sekä vastuullisuutta. Nikkilän (2019) tutkimuksessa puolestaan kuvataan osaavan valmentajan olevan sellaisia, jotka pystyvät tarjoamaan hyvää valmennusta sekä antamaan oman panoksensa urheilun kasvatustyöhön.

Valmentajan tapa suhtautua kilpailuun, onnistumisiin ja epäonnistumisiin viestii lapsille ja nuorille siitä, mitä urheilussa pidetään tärkeänä. Kokonaisuutena tarkasteltuna vuorovaikutus ja ilmapiiri muodostavat keskenään tiiviisti yhteydessä olevan kokonaisuuden, joka määrittää valmennuksen kasvatuksellista laatua. Näiden tekijöiden kautta rakentuu se kokemusmaailma, jossa lapsi tai nuori toimii ja kehittyy.

5 Pohdinta

Harrastamisen Suomen-malli ohjaa kaikkia lapsia ja nuoria harrastuksen pariin kouluiässä. Salasuon (2020) mukaan vapaa-ajan harrastaminen lisää hyvinvointia, osallisuutta ja ehkäisee syrjäytymistä, mutta mikä tahansa harrastaminen miten tahansa järjestettynä ei itseisarvoisesti tuota näitä myönteisiä vaikutuksia. Tämä korostaa sitä, että harrastustoiminnan laatu, toteutus ja valmentajien rooli ovat keskeisiä tekijöitä siinä, millaisia vaikutuksia urheiluharrastuksella on lasten ja nuorten elämään.

Tämän tutkimuksen tulokset osoittavat, että valmentajan kasvattajarooli lasten ja nuorten urheilussa on huomattavasti laajempi kuin pelkkä urheilullinen ohjaaminen. Valmennus rakentuu vuorovaikutuksen ja kasvatuksellisten käytäntöjen kokonaisuutena, jossa valmentaja toimii sekä suorituskyvyn ja lajitaitojen kehittäjänä että nuoren psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen tukijana. Tämä vahvistaa käsitystä urheiluseuratoiminnasta epämuodollisena kasvatuksen ympäristönä, jossa oppiminen tapahtuu arjen tilanteissa eikä ainoastaan tietoisina opetustuokioina.

Tutkimuskysymysten näkökulmasta voidaan todeta, että valmennukseen liitetty toimintatavat ovat keskeisiä valmennuskulttuurin rakentajia. Ne eivät ole irrallisia periaatteita, vaan ne ilmenevät konkreettisesti valmennustilanteissa, vuorovaikutuksessa ja palautteenannossa, ohjaten lasten ja nuorten kokemuksia urheilusta. Lisäksi valmennuksen vaikutukset lasten ja nuorten hyvinvointiin ovat moniulotteisia ja riippuvat merkittävästi valmennusilmapiiristä, vuorovaikutuksen laadusta sekä siitä, miten yksilöllisesti lapsen tai nuoren elämäntilanne huomioidaan.

Kolmannen tutkimuskysymyksen osalta voidaan todeta, että valmentajan kasvatuksellinen rooli rakentuu sekä tiedostetuista pedagogisista valinnoista että arjen vuorovaikutustilanteista. Valmentaja toimii tällöin keskeisenä kasvattajana, jonka vaikutus ulottuu urheilusuoritusten ulkopuolelle nuoren identiteettiin ja sosiaaliseen kehitykseen. Tämä korostaa valmentajan työn eettistä vastuuta, sillä hänen toimintansa voi vaikuttaa pitkäkestoisesti lapsen ja nuoren käsitykseen itsestään, urheilusta ja yhteisöön kuulumisesta.

Tutkimuksen tulosten perusteella urheiluseurojen valmennuskulttuurin kehittäminen nousee keskeiseksi käytännön johtopäätökseksi. Seuratoiminnassa tulisi kiinnittää entistä enemmän huomiota siihen, millaisia toimintatapoja valmennuksessa korostetaan. Erityisesti olisi tärkeää vahvistaa ilmapiiriä, joka tukee oppimista, osallisuutta ja psykologista turvallisuutta. Tämä edellyttää sitä, että valmennusta ei nähdä vain suoritus- ja tuloskeskeisenä toimintana, vaan myös kasvatuksellisen prosessina, jossa lapsen ja nuoren kokonaisvaltainen kehitys on keskiössä.

Valmentajakoulutuksen näkökulmasta tulokset viittaavat siihen, että pedagogisia ja kasvatuksellisia sisältöjä tulisi painottaa nykyistä vahvemmin. Pelkkä lajiosaaminen ei riitä takaamaan laadukasta valmennusta, vaan valmentajat tarvitsevat valmiuksia kohdata lapsia ja nuoria yksilöinä, ymmärtää ryhmädynamiikkaa sekä tukea lasten ja nuorten psyykkistä hyvinvointia. Itsemääräämisteorian (Deci & Ryan, 2017) näkökulmasta erityisesti autonomian, pätevyyden ja yhteenkuuluvuuden tukeminen tulisi olla keskeinen osa valmentajakoulutuksen sisältöjä.

Kokonaisuutena tutkimus vahvistaa käsitystä siitä, että urheiluympäristö toimii merkittävänä kasvatuksellisenä kontekstina, jossa valmentajan toiminnalla on laaja-alaisia vaikutuksia lasten ja nuorten kehitykseen. Valmennus ei siten ole vain tavoitteellista harjoittelua, vaan myös sosiaalinen ja kasvatuksellinen prosessi, jossa lapsi ja nuori rakentaa käsitystä itsestään, omista kyvyistään ja paikastaan yhteisössä.

Jatkotutkimuksen kannalta olisi tärkeää tarkastella erityisesti lasten ja nuorten omia kokemuksia valmentajan kasvatuksellisesta roolista sekä sitä, miten valmentajakoulutuksen sisältö vastaa käytännön valmennustyön vaatimuksia. Lisäksi olisi hyödyllistä tutkia tarkemmin vanhempien, valmentajien ja seurojen välistä vuorovaikutusta ja sen vaikutusta lasten ja nuorten urheilukokemuksiin.

Tutkimus noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä. Käytetty aineisto on valittu huolellisesti, ja siihen on viitattu asianmukaisesti. Tutkimuksen luotettavuutta vahvistavat aineiston monipuolisuus sekä analyysin systemaattinen toteutus.

Lähteet

Blomqvist, M., Mononen, K., & Hämäläinen, K. (2020). Valmentajakysely 2019. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus (KIHU). KIHUn julkaisusarja 71.

Blomqvist, M., Mononen, K., Koski, P., & Kokko, S. (2023). Urheilu, seuraharrastaminen ja epäasiallinen kohtelu. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.), Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022 (Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1). Valtion liikuntaneuvosto.

Côté, J., & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 307–323.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2017). Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. Guilford Press.

Gilbert, W. D., & Trudel, P. (2001). Learning to coach through experience: Reflection in model youth sport coaches. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21(1), 16–34.

Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., MacDonald, D., Strachan, L., & Tamminen, K. A. (2015). A grounded theory of positive youth development through sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4(1), 36–55.

Kokko, S. (2017). Liikuntakasvatus organisoidussa urheilussa. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.), *Liikuntapedagogiikka* (2. painos, s. 114–122). PS-kustannus.

Mononen, K., Blomqvist, M., Koski, P., & Kokko, S. (2025). Urheilu, seuraharrastaminen ja epäasiallinen kohtelu. Teoksessa S. Kokko & R. Hämylä (toim.), Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2024 (Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2025:1). Valtion liikuntaneuvosto.

Salminen, A. (2011). Kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä. Vaasan yliopisto.

Salasuo, M. (2020). Harrastamisen Suomen malli. (täydennä tarkka lähde tarvittaessa)

Tammelin, T., & Telama, R. (2008). Physical activity from childhood to adulthood: A review of longitudinal studies. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 18(3), 251–268.

Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2018). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi.

Valtion liikuntaneuvosto. (2016). Lasten ja nuorten liikunta Suomessa. Opetus- ja kulttuuriministeriö.

Visek, A. J., Achmati, S. M., Mannix, H. M., McDonnell, K., Harris, B. S., & DiPietro, L. (2015). The fun integration theory: Toward sustaining children and adolescents sport participation. *Journal of Physical Activity and Health*, 12(3), 424–433.

Vilkka, H. (2021). Tutki ja kehitä. PS-kustannus.

Värri, V.-M. (2004). Hyvä kasvatus – Kasvatus hyvään: Dialogisen kasvatuksen filosofinen tarkastelu erityisesti vanhemmuuden näkökulmasta (väitöskirja, Tampereen yliopisto).

Aineistolähdeluettelo

- Ritari, O. (2016). Kasvatuksen paikka suomalaisessa valmennuksessa: Diskurssianalyysi valmentajien kertomuksista [Pro gradu -tutkielma, Tampereen yliopisto]. <https://trepo.tuni.fi/handle/10024/99254>
- Pesonen, E., & Malms, A. (2025). Valmentajan rooli lasten valmennuksessa. [jyx_123456789_107700](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/10024/107700)
- Vuorenmaa, E. (2023). Valmentajan käsityksiä roolistaan hyvinvoinnin edistäjänä [Pro gradu -tutkielma, Vaasan yliopisto]. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2023020325659>
- Meling, A. (2022). “No kylhän sitä niinku tollases vastuupalmentajan roolissa joutuu ottaa aika ison vastuun niist yksilöistä ihan silleen kokonaisvaltasesti.”: Yksinluisteluvalmentajien kasvatusnäkemyksiä [Pro gradu -tutkielma, Helsingin yliopisto]. <http://hdl.handle.net/10138/344582>
- Lindell, A. (2023). Tavoitteellisen urheilun ja koulunkäynnin yhdistäminen: Urheilijoiden, valmentajien ja opettajien kokemuksia cheerleadingin yläkoululeirityksestä ja urheilijan elämäntaidoista [Maisteritutkielma, Helsingin yliopisto, Kasvatustieteellinen tiedekunta]. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/555825ea-7ba5-404e-8035-f80c5eab9487/content>
- Hämäläinen, K. (2008). Urheilija ja valmentaja urheilun maailmassa: Eetokset, ihanteet ja kasvatus urheilijoiden tarinoissa. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/10024/107700/2b309814-1e4e-4c6d-beb6-820a0c6de739/download>
- Hautala, T. (2023). Kaksoisuralla olevien jääkiekkoilijoiden kokemuksia urheilu- ja opiskelumotivaatiosta. https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/65470/Hautala_Tomi.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Rauhala, S. (2025). Valmentajan merkitys urheilijan motivaatioon. https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_104486?sid=285539513#
- Keskinen, V., & Palmroth, J. (2012). Koulujen ja palloilun lajiliittojen liikuntakasvatuksellinen yhteistyö. https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_37771#

Peltoniemi, J. (2014). Urheilijoiden harjoittelumotivaatioon yhteydessä olevat tekijät. [jyx_123456789_43697](https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_43697)

Nikkilä, P. (2019). Lasten urheiluvalmentajien kasvatukselliset tavoitteet. https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_64360?sid=285584976

Vainio, O. (2019). Lasten jalkapallovalmentajien vuorovaikutusosaaminen ja sen kehittyminen. https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_64713?sid=285584976

Korhonen, O. (2025). Lasten jalkapallovalmentajien käsityksiä liikuntakasvatuksen toteutumisesta valmennuksessa sekä valmennusosaamisen kehittymisestä. https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_101648?sid=285584976#

Ark, R.

(2024). "You May Have All the Knowledge There Is About the Sport, But Without Pedagogical Skills, It Never Comes into Use": Children's Ice

Hockey Coaches' Views on the Importance of Pedagogical Skills in Their Work. https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_96079?sid=285584976

Lewis, G.

(2019). A leadership discovery: Enhancing Finnish youth football coaches' effectiveness through the Transformer Research Project. https://jyx.jyu.fi/jyx/Record/jyx_123456789_64325?sid=285584976#