

KIHUN JULKAISUSARJA 85

Paravalmentajien nykytila Suomessa

Paravalmentajakyselyn tuloksia 2023

PARAVALMENTAJIEN NYKYTILA SUOMESSA
- Paravalmentajakyselyn tuloksia 2023

Kaisu Mononen & Minna Blomqvist

KIHUn julkaisusarja, nro 85

ISBN 978-952-7290-30-9 (verkkojulkaisu)

ISSN 2489-8317 (verkkojulkaisu)

© Huippu-urheilun instituutti KIHU, 2023

Kaikki oikeudet pidätetään. Tämän julkaisun tai sen osan jäljentäminen ilman tekijän kirjallista lupaa painamalla, monistamalla, äänittämällä tai muulla tavoin on tekijänoikeuslain mukaisesti kielletty.

SISÄLLYS

PÄÄHAVAINNOT.....	4
1 JOHDANTO.....	6
2 AINEISTON KERUU JA ANALYSOINTI.....	7
3 TULOKSET.....	8
3.1 Taustatiedot.....	8
3.2 Valmentajien koulutustausta.....	9
3.3 Paravalmentajapolku.....	10
Paravalmentajat kokeneita moniosaajia.....	10
Yhdenvertaisuuden edistäminen ja urheilija toiminnan keskiössä.....	12
Paravalmentajien polut ovat moninaisia	13
3.4 Nykyinen valmennustehtävä.....	16
Valtaosa valmentaa vapaaehtois pohjalta.....	16
Valmentamiseen kuluu aikaa keskimäärin 10 tuntia viikossa.....	18
Valmennustoiminnan keskeyttäneet tai lopettaneet.....	20
3.5 Osaaminen paravalmentajana.....	21
Valmentamisen edellytykset hyvällä tasolla.....	21
Valmentajat luottavat omaan osaamiseensa.....	22
3.6 Paravalmentajana kehittyminen.....	24
Koulutus osaamisen kehittäjänä.....	24
Osaamisen kehitystarpeet.....	25
Talous ja paraurheilun heikko arvostus haastavat valmentajana kehittymistä..	27
Oppimistilanteet ja oppimisen lähteet osaamisen kehittäjinä.....	28
3.7 Hyvinvointi paravalmentajana.....	31
3.8 Lajiliitointegraatio.....	33
Haasteena talous, valmentajien määrä ja olosuhteet.....	33
Kehitettävää yhdenvertaisuudessa, viestinnässä, yhteistyössä ja seurannassa.	34
4 YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET.....	38
LÄHTEET.....	41
LIITE 1. LAJILISTA.....	42

PÄÄHAVAINNOT

- Paravalmentajakyselyn vastaajista 59 prosenttia oli miehiä. Reilu puolet (54 %) vastaajista oli 50-vuotiaita tai sitä vanhempia. Naisvalmentajista valtaosa oli alle 50-vuotiaita ja miehistä puolestaan 50-vuotiaita tai vanhempia. Pääosa vastaajista asui joko kaksin puolison kanssa (43 %) tai puolison ja lasten kanssa (31 %). Korkeimpana koulutustasona yli puolella vastaajista (55 %) oli korkeakoulututkinto. Yleisimmin (70 %) vastaajat asuivat pääkaupunkiseudulla tai asukasluvultaan suurissa kunnissa (yli 50 000 asukasta). Noin joka kymmenennellä (13 %) vastaajalla oli itsellään jokin vamma tai toimintarajoite.
- Kolmella neljästä valmentajasta oli itsellään kilpaurheilutausta. Noin joka kolmas valmentaja oli kilpaillut kansainvälisellä tasolla tai MM-, olympia- tai paralympiatasolla ja lähes puolet oli korkeimmillaan kilpaillut kansallisella tasolla.
- Noin puolella vastaajista oli joko liikunta-, opetus- tai terveydenhuoltoalan tutkinto. Kolmasosalla korkein valmentajakoulutustaso oli 1 tason koulutus. Ammatillisen valmentajakoulutuksen oli suorittanut joka neljäs ja se oli yleisempi kansainvälisen tason valmentajilla sekä palkatuilla valmentajilla.
- Valmentajakokemusta oli kertynyt paralajeissa keskimäärin 10 ja kaikkiaan 17 vuotta. Noin neljä viidestä oli valmennusuransa aikana valmentanut myös vammattomia urheilijoita. Valtaosa oli koko paravalmentajauransa aikana valmentanut nuoria (79 %) tai aikuisia (87 %) ja noin kolme viidestä joko kansallisen tai kansainvälisen tason paraurheilijoita.
- Paravalmentajaksi oli ryhdytty yleisimmin ulkopuolisen tahon pyynnöstä tai oman lapsen lajiharrastuksen kautta. Halu edistää yhdenvertaista liikuntaa ja urheilua sekä urheilijan kehittymisen seuraaminen ja vuorovaikutus urheilijan kanssa olivat tärkeimpiä valmennustoiminnan jatkamiseen vaikuttaneita tekijöitä.
- Polut paravalmentajaksi olivat moninaisia. Yleisimmät käännekohtat polulla liittyivät valmennustehtävän vastaanottamiseen, urheilijan tai joukkueen kehityksen havaitsemiseen tai kansainväliseen kilpailutapahtumaan osallistumiseen. Tulevaisuuden tavoitteissa tuli esiin vahva kehittämisen näkökulma.
- Yleisin valmennustehtävässä käytetty nimike oli valmentaja (53 %) ja pääasiallinen toimintaympäristö oli urheiluseura (65 %). Valtaosa paravalmentajista (64 %) toimi vapaaehtois-pohjalta. Valmennustoimintaan käytettiin kaikkiaan aikaa keskimäärin 10 tuntia viikossa, josta noin puolet kului itse valmennustapahtumiin.
- Yleisimmin valmennettavana oli joko urheilijaryhmä (56 %) tai joukkue (26 %). Valmennettavien ryhmässä oli lähes yhtä yleisesti joko eri ikäisiä (40 %) urheilijoita tai 20–35-vuotiaita (38 %) urheilijoita. Kolme viidestä vastaajasta valmensi kansallisen tai kansainvälisen tason paraurheilijoita.

- Paravalmennustehtävä oli yleisimmin joko tarjottu vastaajalle (44 %) tai vastaaja oli tarjoutunut työhön vapaaehtoisesti (32 %). Noin kaksi viidestä sai valmennustoiminnastaan kulkorvauksia ja joka kolmas palkkatuloa. Toisaalta lähes puolet valmentajista ilmoitti, että heille aiheutui valmennustoiminnasta kuluja, joita mikään taho ei korvannut.
- Valmentajat arvioivat edellytykset valmennustoiminnan toteuttamiselle ja kehittämiselle kaiken kaikkiaan melko hyviksi. Korkeimmat arviot valmentajat antoivat motivaatiolle. Kyvykyys ja mahdollisuudet arvioitiin hieman heikommiksi.
- Valmentajien luottamus omaan osaamiseensa oli kaiken kaikkiaan korkealla tasolla. Eriyisesti kykyihin välittää omaa positiivista arvomaailmaa ja toteuttaa arkivalmennusta laadukkaasti oltiin varsin luottavaisia. Valmentajat kokivat myös osaavansa tehdä yhteistyötä urheilijoiden kanssa ja tukea heidän itseluottamustaan.
- Kolme neljästä valmentajasta piti lisäkoulutautumista tärkeänä ja noin kolme viidestä oli osallistunut valmentajakoulutukseen edellisen kahden vuoden aikana. Koulutuksen kustannuksiin oli itse osallistunut reilu kolmasosa valmentajista (37 %). Koulutusmuodoista valmentajien tarpeita vastasi parhaiten yhdistetty lähi- ja verkkokoulutus ja omaa osaamista oltiin erityisen kiinnostuneita kehittämään lajitietojen ja -taitojen, psykologian sekä harjoittelun suunnittelun aihealueilla.
- Oman valmennustoiminnan ja valmentajana kehittymisen kannalta tärkeintä oli testata ja kokeilla omia ideoita käytännössä, saada palautetta valmennettavilta, työskennellä ja olla vuorovaikutuksessa muiden valmentajien kanssa sekä reflektoida omaa valmennustoimintaa. Sekä paravalmennukseen että vammoihin, toimintakykyyn tai toimintarajoitteisiin liittyvissä kysymyksissä ja haasteissa apua haettiin ja saatiin monilta eri tahoilta, yleisimmin joko valmentajakollegoilta tai valmennettavilta itseltään.
- Valmentajana kehittymistä tai uralla etenemistä vaikeuttaneita tekijöitä olivat yleisimmin taloudellisen tuen puute, paraurheilun heikko arvostus sekä kokemuksen, osaamisen tai olosuhteiden puute. Noin joka viides paravalmmentaja koki, ettei mikään asia ollut vaikeuttanut heidän kehittymistään valmentajana tai uralla etenemistä.
- Useampi kuin kolme neljästä valmentajasta koki, että suhteet urheilijoihin, vanhempiin ja seuraan sekä oma osaamisen taso ja kokemus valmentajana vaikuttivat positiivisesti heidän kokonaishyvinvointiinsa. Negatiivisesti hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä noin joka neljännen valmentajan mielestä olivat joukkueen seuran tai liiton toiminnan linjaukset, palkka tai muut korvaukset sekä valmennuksen oheistehtävät. Parhaat asiat valmentamisessa liittyivät urheilijoihin, toimintaympäristöön ja itsensä toteuttamiseen.
- Noin kaksi kolmesta valmentajasta kertoi lajinsa olevan integroitu vammattomien lajiliiton toimintaan. Vajaa puolet valmentajista (47 %) arvioi lajiliittointegraation toteutuneen omassa lajissaan vähintäänkin melko hyvin ja vastaavasti reilu viidesosa (21 %) parhaimmillaankin melko huonosti. Suurimmiksi haasteiksi integraatiossa arvioitiin taloudellinen epätasa-arvo vammattomiin urheilijoihin verrattuna, valmentajien riittämätön määrä sekä heikommat harjoitteluolosuhteet vammattomiin urheilijoihin verrattuna.

1 JOHDANTO

Urheiluseuroissa ja liikuntaa järjestävissä yhdistyksissä toimivat valmentajat ja ohjaajat ovat suomalaisen liikunnan ja urheilun avaintoimijoita. Osaava ja innostava valmentaja pystyy parhaimmillaan tarjoamaan liikunnan harrastajille ja urheilijoille positiivisia kokemuksia, jotka innostavat oppimaan, kehittymään ja tavoittelemaan toimintakykyä, terveyttä tai menestystä oman liikunta- ja urheiluharrastuksen parissa. Valmennustehtävässä onnistuminen vaatii aina kohderyhmästä, tavoitteista ja toimintaympäristöstä riippumatta valmentajalta monenlaista osaamista. Valmentajana kehittyminen on pitkäaikainen ja jatkuva prosessi, joka tapahtuu sekä formaalin koulutuksen että informaali oppimiskokemusten kautta. Liikunnallisen elämäntavan, terveyden edistämisen ja urheilullisen menestyksen edistämisen ohella valmentajilla voidaan katsoa olevan keskeinen rooli myös arvojen, kuten osallisuuden, tasa-arvon ja kunnioituksen edistämisessä.

Nyt käsillä olevassa raportissa esiteltävän, vuonna 2022 toteutetun paravalmentajakyselyn tavoitteena oli tuottaa tietoa suomalaisten valmentajien taustoista, toiminnasta ja toimintaympäristöstä sekä lisätä ymmärrystä valmentajien uraan liittyvistä haasteista, valinnoista ja kehityspoluista sekä koulutus- ja kehittämistarpeista. Tässä kyselyssä termillä paraurheilija tarkoitetaan kaikenikäisiä ja kaiken tasoisia liikuntavammaisia, näkövammaisia, kehitysvammaisia, kuulovammaisia ja kuuroja urheilijoita sekä elinsiirtourheilijoita. Paravalmentajalla tarkoitetaan nimikkeestä huolimatta kaikkia niitä ohjaajia ja valmentajia, jotka osallistuvat paraurheilijoiden ohjaamiseen tai valmentamiseen.

Hanketta ovat rahoittaneet opetus- ja kulttuuriministeriö sekä Huippu-urheilun instituutti KIHU. Hankkeen suunnittelusta, toteutuksesta ja raportoinnista on vastannut KIHU. Hankkeen yhteistyökumppaneina ovat toimineet Suomen Paralympiakomitea, Suomen Olympiakomitea ja Suomen valmentajat ry/Paravalmentajayhteisö. Yhteistyökumppaneiden päätehtävinä ovat olleet osallistuminen kyselyn sisällön suunnitteluun sekä aineiston keruuseen.

Tämän raportin tulokset perustuvat 119 valmentajan vastauksiin, jotka toimivat valmentajana 44 eri lajissa (liite 1). Vastaajajoukko edustaa nykyisen valmennustehtävänsä kuvauksen perusteella melko kattavasti sekä vapaaehtoispuolelta, osa-aikaisesti että päätoimisesti toimivia valmentajia, jotka valmentavat eri ikäisiä ja tasoisia paraurheilijoita. Kyselyyn vastanneet vastaajat valmensivat yleisimmin kehitysvammaisia tai liikuntavammaisia urheilijoita. Varmaa tietoa siitä, kuinka hyvin otos edustaa koko suomalaista paravalmentajien perusjoukkoa ei kuitenkaan ole. Tuloksia tarkasteltaessa onkin hyvä huomioida, että yleensä tämän tapaisiin kyselyihin vastaavat henkilöt saattavat jo lähtökohtaisesti olla keskimääräistä enemmän kiinnostuneita oman toimintansa ja itsensä kehittämisestä.

Vuoden 2022 Paravalmentajakyselyn raportti koostuu aineiston pohjalta koostetuista päähavainnoista, johdannosta, aineiston keruun ja analysoinnin kuvauksesta, tuloksista, johtopäätöksistä sekä liitteistä. Tulosluku puolestaan koostuu kahdeksasta osiosta, joista ensimmäisessä luodaan yleiskuva vastaajajoukosta ja toisessa kuvataan vastaajien valmentajakoulutustaustaa. Kolmas osio kuvaa polkua paravalmentajaksi ja neljäs on kuvaus valmentajien nykyisestä tärkeimmästä valmennustehtävästä. Viides osio käsittelee osaamista valmentajana, kuudes valmentajan kehittymistä ja seitsemäs valmentajan hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä. Tulosluku päättyy valmentajien näkemyksiin ja kokemuksiin lajiliitointegraatiosta. Alkuperäinen kyselylomake on saatavilla pyydettyäessä.

2 AINEISTON KERUU JA ANALYYSINTI

Paraurheilun parissa toimivista valmentajista ja ohjaajista ei ole Suomessa kerätty systemaattisesti tietoa ja myös kansainvälisesti paravalmentajiin kohdistuva tutkimus on edelleen vähäistä. Suomessa perustietoa paravalmentajista kerättiin ensimmäisen kerran KIHUn 2019 toteuttamassa valmentajakyselyssä, jossa paralajeissa valmentaville oli oma kysymysosionsa. Valmentajakyselyn lisäksi tietoa paraurheilussa toimivista valmentajista huippu-urheilun osalta kerätään Suomen Olympiakomitean hallinnoimaan Valmentajan pulssi -tietokantaan. Nyt toteutetun paravalmentajakyselyn avulla otetaan ensiaskel valmentajia koskevan systemaattisen tiedonkeruun aloittamiseksi osana paraurheilua koskevan tietopohjan rakentamista Suomessa.

Vuoden 2022 paravalmentajakyselyn lähtökohtana oli tavoittaa mahdollisimman laajasti eri lajeissa ja tasoilla toimivia valmentajia. Kyselyaineisto kerättiin käyttäen Webropol kyselytyökalua joulukuussa 2022 - tammikuussa 2023 välisenä aikana. Kyselyyn vastaaminen tapahtui avoimen linkin kautta anonyymisti. Avoin vastauslinkki sähköiseen suomenkieliseen kyselylomakkeeseen toimitettiin 5.12.2022 hankkeen yhteistyökumppaneille, jotka tämän jälkeen välittivät vastauslinkkiä eri vammaryhmien valmentajille suoraan sähköpostilla. Tammikuun loppuun mennessä kyselyyn palautui yhteensä 119 vastausta, joista 103 toimi valmentajana ja 16 oli keskeyttänyt tai lopettanut valmentamisen.

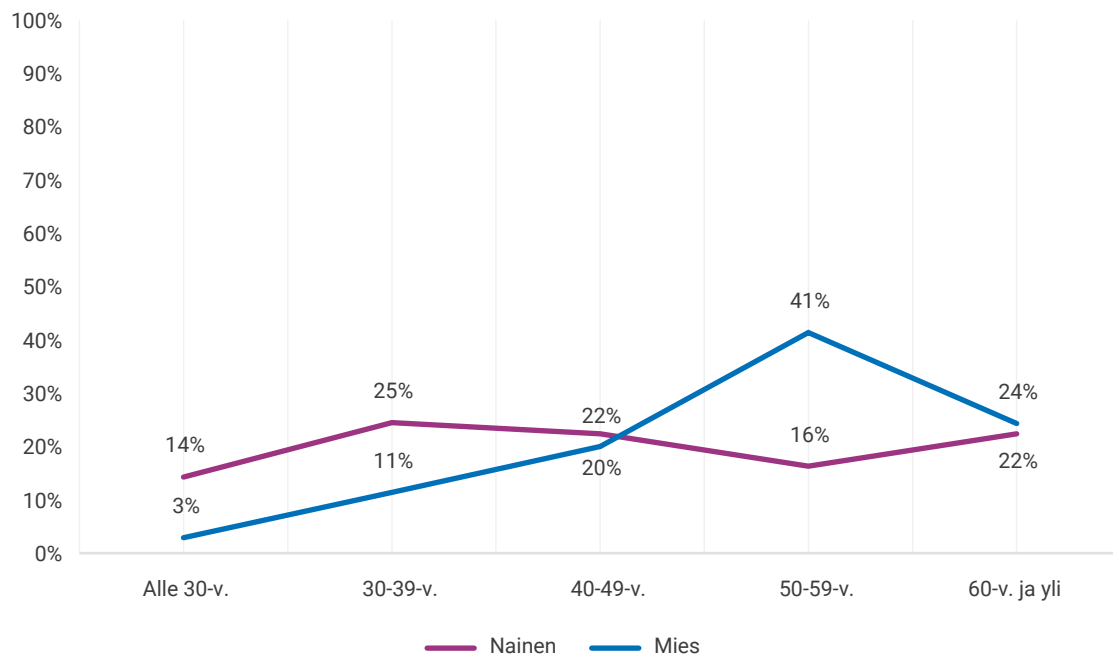
Vastaukset analysoitiin SPSS-tilasto-ohjelmalla. Aineiston kuvauksessa käytettiin tunnuslukuina prosenttiosuuksia ja keskilukuja. Tilastollisina menetelminä käytettiin riippumattomien muuttujien t-testiä ja χ^2 -testiä. Riippumattomina muuttujina käytettiin vastaajan sukupuolta, paravalmentajakokemusta vuosina, toiminnan perustetta sekä valmennettavien tasoa. Avoimet vastaukset teemoiteltiin aineistolähtöisesti. Kaikki raportoidut tulokset ovat lähtökohtaisesti tilastollisesti merkitseviä (merkitsevyytaso vähintään .05), ellei toisin mainita.

Kyselyn tulokset raportoidaan osioiden 3.1, 3.2 ja 3.3 osalta koskien koko vastaajajoukkoa. Nykyisen valmennustehtävän (osio 3.4) osalta tulokset esitetään erikseen kyselyn tekohetkellä valmentavien osalta (n = 103) ja valmennustoiminnan lopettaneiden tai keskeyttäneiden osalta (n = 16). Loput tulososiot (3.5, 3.6, 3.7 ja 3.8) koskevat ainoastaan vastaajia, jotka toimivat kyselyn tekohetkellä valmentajina. Tulokset raportoidaan ensin koko vastaajajoukon osalta ja sen jälkeen sukupuolen (nainen, n = 49; mies, n = 70), paravalmentajakokemuksen (alle 10 vuotta, n = 59; 10 vuotta tai enemmän, n = 44), toiminnan perusteen (vapaaehtoisvalmentaja, n = 66; palkattu valmentaja, n = 37) tai valmennettavien tason (muu taso, n = 56; kansainvälinen taso, n = 47) mukaan, mikäli näiden suhteen on ollut vastaajajoukossa merkitseviä eroja.

3 TULOKSET

3.1 TAUSTATIEDOT

Paravalmentajakyselyyn vastanneista valmentajista hieman suurempi osuus oli miehiä (59 %) kuin naisia (41 %) (n = 119). Reilu puolet vastaajista kuului ikäluokkiin 50–59-vuotta (31 %) tai 60-vuotiaat ja sitä vanhemmat (23 %). 40–49-vuotiaiden vastaajien osuus oli 21 prosenttia, 30–39-vuotiaiden 17 prosenttia ja alle 30-vuotiaiden 8 prosenttia. Naisvalmentajista suurempi osa oli alle 40-vuotiaita (39 %) miesvalmentajiin verrattuna (14 %). Miesvalmentajista puolet suurin osa (41 %) kuului ikäluokkaan 50–59-vuotiaat (kuvio 1).



Kuvio 1. Valmentajien ikäjakauma sukupuolen mukaan (n = 119).

Korkeimpana koulutustasona yli puolella valmentajista (55 %) oli korkeakoulututkinto. Alemman korkeakoulututkinnon oli suorittanut 30 prosenttia ja ylemmän korkeakoulututkinnon 25 prosenttia vastaajista. Ammatillisen perustutkinnon suorittaneita oli 27 prosenttia ja lukion oppimäärän tai ylioppilastutkinnon 14 prosenttia. Peruskoulun tai vastaavan oppimäärän suorittaneita oli 4 prosenttia. Noin puolella vastaajista (54 %) oli joko liikunta-, opetus- tai terveydenhuoltoalan tutkinto. Kahdella kolmesta (66 %) tutkinnon suorittaneesta oli liikunta-alan tutkinto ja noin joka neljännellä opetusalan (28 %) tai terveydenhuoltoalan tutkinto (27 %).

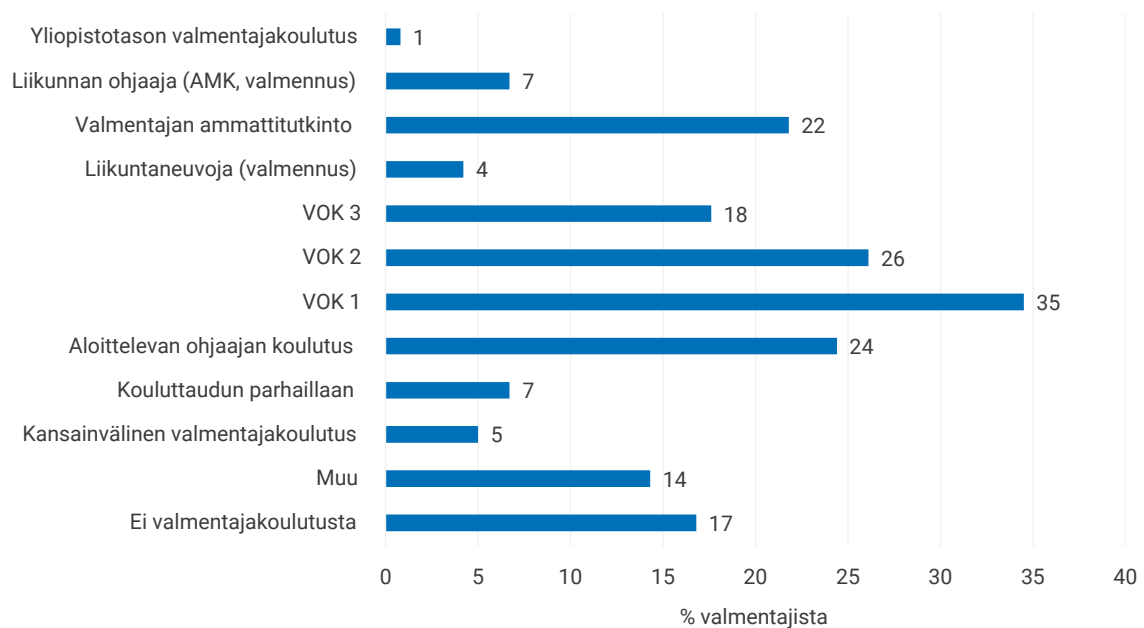
Valmentajista valtaosa asui yhdessä puolison kanssa (74 %). Vajaa puolet vastaajista (43 %) asui kaksin puolison kanssa ja noin joka kolmas (31 %) puolison ja lasten kanssa. Vastaajista viidesosa (20 %) asui yksin ja muiden asumismuotojen osuus oli 6 prosenttia. Asuinkunnan koon mukaan tarkasteltuna vastaajat asuivat yleisimmin asukasluvultaan suurissa kunnissa. Yli 50 000 asukkaan kunnassa asui 38 prosenttia, pääkaupunkiseudulla kolmasosa (32 %) ja 20 000–50 000 asukkaan kunnassa 16 prosenttia vastaajista. Alle 20 000 tuhannen asukkaan kunnassa asui noin joka kymmenes vastaaja (14 %).

Noin joka kolmannella (32 %) kyselyyn vastanneella paravalmentajalla oli perheessään tai lähipiirissään henkilö, jolla oli jokin vamma ja noin joka kymmenennellä (13 %) vastaajalla (n = 16) oli itsellään jokin vamma tai toimintarajoite. Kysymykseen siitä, miten vamma tai toimintarajoite vaikutti valmentajana toimimiseen vastasi 14 valmentajaa, joista kymmenen kertoi vammalla tai toimintarajoitteella olevan joitakin vaikutuksia valmentajana toimimiseen. Vaikutukset toimintaan valmentajana liittyivät esimerkiksi olosuhteisiin (esteettömyys), harjoituksen valmisteluun tai toteutukseen (välineiden siirtely, tekniikoiden näyttäminen) ja näkemisen haasteisiin. Neljän valmentajan mielestä vamma tai toimintarajoite ei juurikaan vaikuttanut valmentajana toimimiseen.

Kolmella neljästä valmentajasta oli itsellä kilpaurheilutausta (74 %). Reilu kolmasosa (36 %) oli kilpaillut useammassa kuin yhdessä lajissa ja suosituimpia lajeja, joissa vastaajat olivat kilpailleet, olivat yksilölajeista yleisurheilu, maastohiihto, uinti, tanssi, ratsastus ja judo sekä joukkuelajeista jalkapallo, jääkiekko, koripallo ja lentopallo. Noin puolella vastaajista (46 %) korkein taso, jolla oli kilpaillut, oli kansallinen taso. Kansainvälisellä tasolla kilpailleita oli neljäsosa (25 %), paikallisella/aluetasolla oli kilpaillut noin joka viides (19 %) ja MM-, olympia- tai paralympiatasolla joka kymmenes (10 %) vastaaja.

3.2 VALMENTAJIEN KOULUTUSTAUSTA

Kyselyyn vastanneista paravalmentajista 83 prosentilla oli vähintään yksi valmentajakoulutus tai -tutkinto. Keskimäärin valmentajat olivat suorittaneet 1,9 valmentajakoulutusta (vaihteluväli 1–7 koulutusta). Vastaajien yleisin valmentajakoulutus oli VOK 1 tason valmentajakoulutus, jonka oli suorittanut noin joka kolmas vastaaja (kuvio 2). Seuraavaksi yleisimmät koulutukset olivat VOK 2 tason koulutus ja aloittelevan ohjaajan koulutus. Valmentajan ammattitutkinnon tai VOK 3 tason oli suorittanut noin joka viides valmentaja. Paravalmentajan ammattitutkinnon (Para VAT) oli suorittanut kuusi vastaajaa. Opisto- tai AMK-tasoinen liikunnan ohjaajan tutkinto oli noin seitsemällä prosentilla ja yliopistotason valmentajatutkinto vajaalla prosentilla vastaajista. Seitsemän prosenttia vastaajista kouluttautui parhaillaan.



Kuvio 2. Kaikki valmentajien suorittamat valmentajakoulutukset ja -tutkinnot (prosenttilukujen summa ylittää 100 %, koska vastaaja on voinut valita useita vaihtoehtoja) (n = 119).

Valmentajakoulutuksen vaihtoehtoista muodostettiin 5 luokkaa korkeimman koulutustason tarkastelua varten. Luokituksessa aloittelevan ohjaajan koulutus yhdistettiin VOK 1 tason koulutuksen kanssa ja AMK tasoinen liikunnan ohjaajakoulutus (valmennus) yliopistotason valmentajakoulutuksen kanssa samaan luokkaan. Lähes kolmasosalla valmentajista korkeimpana koulutustasona oli VOK 1 tason valmentajakoulutus. VOK 2 tai 3 tason koulutus oli korkeimpana koulutustasona reilulla neljäsosalla (27 %) ja valmentajan ammattitutkinto vajaalla viidesosalla. Korkea-asteen valmentajakoulutus (AMK-/yliopistotutkinto) oli korkeimpana koulutustasona harvemmalla kuin joka kymmenennellä valmentajalla (taulukko 1). Korkeimmassa valmentajakoulutustasossa oli eroa sekä valmennettavien tason että toiminnan perusteen mukaan tarkasteltuna. Kun kansainvälisellä tasolla valmentavista 41 prosenttia oli suorittanut ammatillisen valmentajakoulutuksen (valmentajan ammattitutkinto, AMK- tai yliopistotutkinto) oli vastaava osuus muilla tasoilla valmentavilla kahdeksan prosenttia. Vastaavat osuudet palkatuilla ja vapaaehtoisvalmentajilla olivat 41 ja 13 prosenttia.

Taulukko 1. Vastaajien korkein valmentajakoulutus.

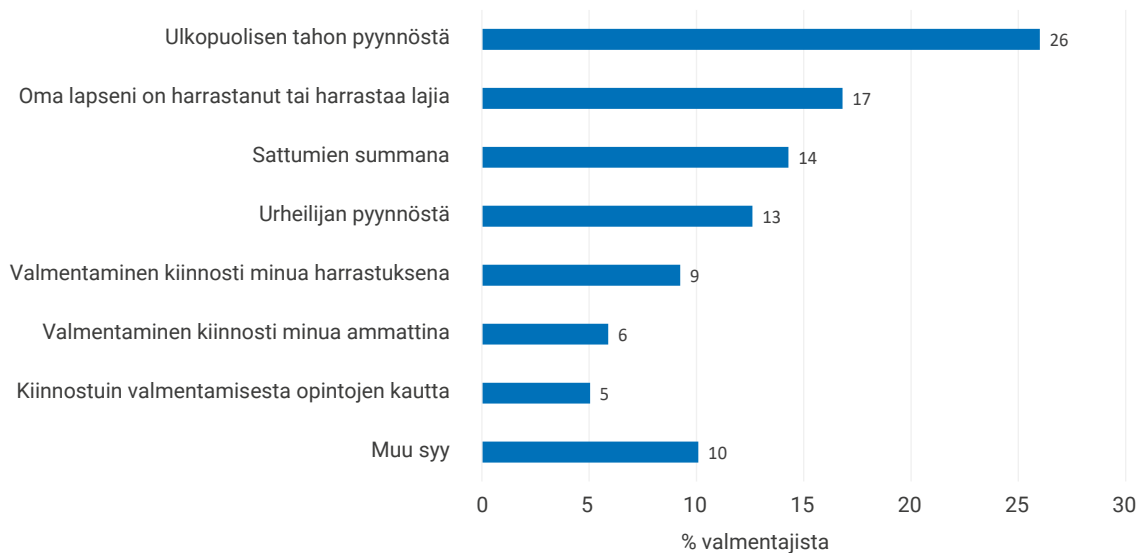
Valmentajakoulutus	Frekvenssi	%
Ei koulutusta	18	16
VOK 1	36	32
VOK 2	17	15
VOK 3	14	12
Ammattitutkinto	20	17
AMK, yliopisto	9	8
Yhteensä	114	100

Noin joka kolmas (31 %) valmentaja ilmoitti valmentajakoulutusten lisäksi käyneensä erityisesti paraurheilijoiden valmentamiseen liittyviä erillisiä koulutuksia. Yleisimpiä näistä olivat lajiliittojen (judo, tanssi, ratsastus, uinti, koripallo, voimistelu, boccia), järjestöjen tai oppilaitosten (Paralympiakomitea, Jyväskylän yliopisto, Liikuntakeskus Pajulahti, kv. järjestöt) järjestämät koulutukset, kurssit tai seminaarit.

3.3 PARAVALENTAJAPOLKU

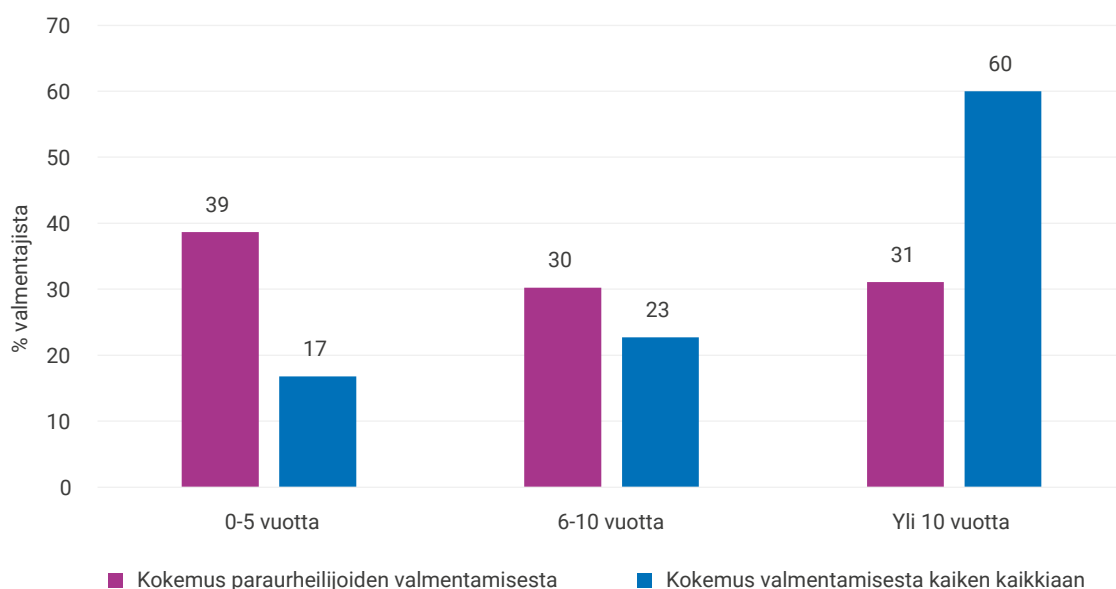
Paravalmentajat kokeneita moniosajia

Noin joka neljännelle (26 %) valmentajalle tärkein syy aloittaa paravalmennus oli se, että joku ulkopuolinen taho (esim. seuran tai lajiliiton toimihenkilö) oli pyytänyt valmentajaksi (kuvio 3). Oman lapsen harrastuksen kautta valmennustoiminnan oli aloittanut vajaa viidesosa (17 %) ja sattumien summana (14 %) tai urheilijan pyynnöstä (13 %) valmennustoiminnan oli aloittanut hieman useampi kuin joka kymmenes vastaaja. Vähän harvemmin valmennustoiminnan aloittamisen tärkein syy oli se, että valmentaminen kiinnostaa harrastuksena tai ammattina tai, että kiinnostus valmentamiseen heräsi opintojen kautta. Muita vastaajien mainitsemia tärkeimpiä syitä aloittaa paravalmennus olivat toiminnan kokeminen arvokkaaksi, innostus lajiin tai erityisliikuntaan, oma työ tai lajiharrastustausta.



Kuvio 3. Valmennustoiminnan aloittamisen tärkein syy (n = 119).

Kyselyyn vastanneilla valmentajilla oli kertynyt valmentajakokemusta kaikkiaan koko valmentajauransa ajalta keskimäärin 17 vuotta (ka 17,1 vuotta, mediaani 15 vuotta) ja paraurheilijoiden valmentamisesta keskimäärin noin 10 vuotta (ka 9,5 vuotta, mediaani 7 vuotta). Kolmella viidestä vastaajasta oli valmentajakokemusta kaikkiaan yli 10 vuotta ja vajaalla viidesosalla korkeintaan viisi vuotta. Vastaavasti yli 10 vuotta kokemusta paraurheilijoiden valmentamisesta oli noin kolmasosalla vastaajista ja kahdella viidestä kokemusta oli korkeintaan viisi vuotta (kuvio 4). Kansainvälisen tason paraurheilijoita valmentavilla oli valmentajakokemusta kaiken kaikkiaan enemmän (ka 20,6 vuotta) kuin muilla tasoilla valmentavilla (14,2 vuotta).

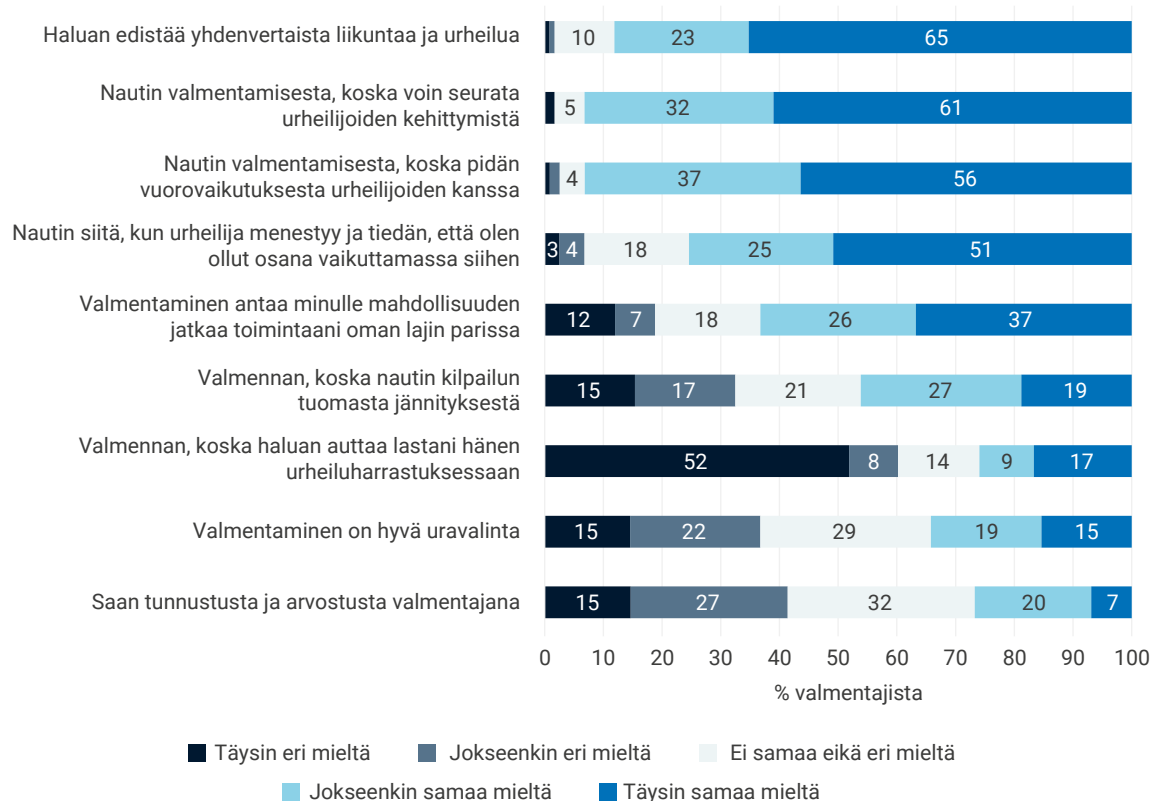


Kuvio 4. Vastaajien valmentajauran aikainen valmentajakokemus kaiken kaikkiaan ja paraurheilussa (n = 119).

Kyselyyn vastanneista valmentajista hieman useampi kuin neljä viidestä (83 %) oli valmennusuransa aikana valmentanut myös vammattomia urheilijoita. Kokemus vammattomien urheilijoiden valmennuksesta oli hieman yleisempää kansainvälisellä tasolla valmentavien (94 %) ja palkattujen valmentajien (92 %) joukossa verrattuna muilla tasoilla (71 %) tai vapaaehtois pohjalta valmentaviin (76 %). Valtaosa vastaajista (81 %) oli toiminut valmentajana ainoastaan yhdessä paralajissa valmennusuransa aikana ja vajaa viidesosa (19 %) kahdessa tai useammassa lajissa. Lähes yhdeksän kymmenestä (87 %) oli valmentanut uransa aikana aikuisia ja neljä viidestä (79 %) nuoria paraurheilijoita. Lasten valmennukseen oli osallistunut vähän alle puolet (46 %) vastaajista. Lähes kaksi kolmesta (65 %) vastaajasta oli valmentanut harrastetason paraurheilijoita valmennusuransa aikana ja noin kolme viidestä kansallisen (59 %) tai kansainvälisen (61 %) tason paraurheilijoita.

Yhdenvertaisuuden edistäminen ja urheilija toiminnan keskiössä

Valmennustoiminnan jatkamiseen vaikuttaneita tekijöitä kartoitettiin pyytämällä valmentajia arvioimaan kuviossa 5 esitettyjä väittämiä 5-portaisella asteikolla (1=täysin eri mieltä... 5=täysin samaa mieltä). Valmennustoiminnan jatkamiseen vaikuttaneet tekijät liittyivät valtaosalla vastaajista haluun edistää yhdenvertaista liikuntaa ja urheilua (ka 4,51) sekä nautinnon tunteeseen, jota valmentamisesta oli saanut joko seuraamalla urheilijoiden kehittymistä (ka 4,51), olemalla vuorovaikutuksessa urheilijoiden kanssa (ka 4,46) tai tunteesta, että oli ollut osaltaan vaikuttamassa urheilijan menestykseen (ka 4,17). Noin kaksi kolmesta vastaajasta piti valmennustoiminnan jatkamisen kannalta tärkeänä sitä, että valmentaminen tarjosi mahdollisuuden jatkaa toimintaa oman lajin parissa (ka 3,69) ja vajaa puolet nautti kilpailun tuomasta jännityksestä (ka 3,17). Vähiten valmennustoiminnan jatkamiseen näyttivät vaikuttavan valmentamisen näkeminen hyvänä uravalintana (ka 2,98), arvostuksen ja tunnustuksen saaminen valmentajana (ka 2,78) tai halu auttaa omaa lasta hänen harrastuksessaan (ka 2,31).



Kuvio 5. Valmennustoiminnan jatkamiseen vaikuttaneet tekijät (n = 108–118).

Paravalmentajien polut ovat moninaisia

Valmentajat (n = 107) kuvailivat omaa paravalmentajapolkuaan sen alkamisesta nykyhetkeen. Jokaisella vastaajalla oli oma ainutlaatuinen polkunsä aloituksesta tähän päivään. Paravalmentajapolku oli alkanut monella valmentajalla ulkopuolisen tahon pyynnöstä (n = 24). Pyyntöjä olivat esittäneet mm. urheilijat itse, urheilijan huoltaja, päävalmentaja, lajiliitto tai seura. Polulle oli lähdetty myös valmentajan omasta aloitteesta tai mielenkiinnosta (n = 15), oman lapsen harrastuksen kautta (n = 14), omien opintojen tai koulutuksen kautta (n = 8) tai oman työn kautta (n = 8). Muutama valmentaja oli aloittanut valmennuksen, kun ryhmään tai seuraan oli tullut mukaan paraurheilun harrastajia (n = 4).

"Minua lähestyttiin lajiliittoni kautta kysymyksellä kiinnostaisiko minua aloittaa paravalmennus lajini parissa."

"Urheilija kysyi apua valmennukseen."

"Seurasin lapseni harrastusta, ja totesin pystyväni auttamaan ja halusin olla mukana."

"Olen ollut kiinnostunut *lajin* valmennuksesta."

Kun valmentajat arvioivat uransa **käännekohtia**, olivat kuvatut tapahtumat tai tilanteet pääasiasä asioita, jotka olivat edesauttaneet valmentajan polulla etenemistä. Yleisin käännekohta oli se, että valmentaja oli jossakin uran vaiheessa ottanut vastaan valmennustehtävän (n = 31) tai että hän oli päässyt mukaan kansainväliseen kilpailutapahtumaan (n = 22). Urheiliijaan tai joukkueeseen liittyviä käännekohtia olivat urheilijan tai joukkueen kehittymisen huomaaminen (n = 29) ja urheilijan tai joukkueen ensimmäiset kilpailut (n = 10).

"Aikuisten maajoukkueen valmentajana aloittaminen."

"Urheilijan/pelaajan kehittyminen yksilönä ja osana joukkuetta."

"Välillä kun tuntuu ettei pelaajat opi uutta juttua, niin sitten väläyttävät pelissä, että on opittu tekemällä niitä."

Omaan osaamiseen liittyvät tekijät olivat myös olleet suuressä roolissa monen vastaajan polulla. Näitä olivat kouluttautuminen (n = 20), oman osaamisen ja kehittymisen tunnistaminen (n = 16) sekä erilaiset henkilökohtaiset onnistumisen hetket ja oivallukset (n = 6). Myös uuden ryhmän tai toiminnan käynnistäminen (n = 15), vuorovaikutus muiden valmentajien kanssa (n = 11) sekä vastuutehtävät ja ylipäättään vastuun lisääntyminen valmennuksessa (n = 8) olivat käännekohtia muutamille valmentajille. Haasteellisia käännekohtia olivat esimerkiksi joukkueen heikko menestys kilpailuissa ja sitä kautta jatkon miettiminen sekä yhtäaikainen resurssien väheneminen ja vaatimusten kasvaminen.

"PARAVATin suorittaminen."

"Soveltavan liikunnan verkkokoulutus löytyi."

"Huomasin että minulla on paljon annettavaa lajitekniikoissa ja taktiikoissa."

"Olen itse kehittynyt valmentajana heidän kanssaan."

"Ensimmäisen kerran onnistuminen rakentamaan luottamuksen *valmennettavan* kanssa ja sain halauksen."

"Jokainen kerta, kun uusi urheilija oppii toimimaan omatoimisesti lajin parissa."

"Oppi toisilta valmentajilta."

"Useat keskustelut muiden valmentajien kanssa, lajista riippumatta."

"Kansainvälisen liiton hallitukseen."

"Vastuun kasvaminen liiton valmennuksessa."

Yksittäisillä valmentajilla oli myös muita henkilökohtaisia käännekohtia, kuten oman urheilu-uran lopettaminen, paraurheilijaan tutustuminen, lajin kansainvälisen vaatimustason avautuminen ja tiimityöskentelyn arvon tajuaminen. Vaikka valtaosa käännekohdista oli tulkittavissa positiivisiksi tilanteiksi tai muutoksiksi, tunnistivat valmentajat myös muutamia haasteellisia käännekohtia. Tällaisia olivat esimerkiksi oman motivaation ja jaksamisen heikentyminen ja joukkueen heikko menestys.

Nykyhetkeä (n = 98) kuvatessaan valtaosa valmentajista kertoi tavoitteistaan ja haasteistaan. Tavoitteissa tuli esiin vahva kehittämisen näkökulma. Valmentajien tavoitteena oli urheilijan kasvun, kehityksen ja menestyksen tukeminen (n = 21), valmentajana kehittyminen (n = 11) sekä myös toiminnan ja olosuhteiden kehittäminen (n = 9).

"Tavoitteena tukea nuorten kasvua urheilijoina ja löytää väyliä urheiluharrastuksen jatkamiseen myös seuratoiminnan ulkopuolella."

"Auttaa urheilijaa pääsemään paralympialaisiin."

"Jatkaa ja kehittyä valmentajana."

"Oppia lajista aina vaan lisää. Saada varmuutta omaan valmentamiseen."

"Kasvattaa oman seuran jäsenmäärää, päästä opettamaan/ jakamaan tietoa muille paraurheilusta kiinnostuneille. Auttaa muita valmentajia löytämään omajuttunsa ja onnistumaan."

"Saada toiminnasta tavoitteellisempaa ja mahdollisesti omat kilpailut."

Uusien harrastajien ja valmentajien rekrytointi (n = 7) oli tavoite osalle valmentajista, samoin hauskuuden, positiivisten kokemusten ja onnistumisen tunteiden mahdollistaminen (n = 4). Haasteeksi koettiin valmennettavien vähäinen määrä (n = 6), heikko motivaatio valmentamiseen (n = 5) ja ajankäyttöön liittyvät ongelmat (n = 4).

"Uusien pelaajien löytäminen ja apuvalmentajien löytäminen."

"Saada rekrytoitua lisää harrastajia, kilpailujen kiertäminen."

"Haluan että joukkueeni pitää hauskaa lajin parissa, kehittyä ja saa uusia mahtavia kokemuksia."

"Luoda onnistumisen tunnetta pelaajille ja kehittää pelaajien sosiaalisia taitoja."

"Haasteena on urheilijoiden väheneminen seurassa."

"Haluaisin mukaan valmennukseen, mutta seura ja/tai urheilijat puuttuu."

"Haasteena on oman motivaation säilyttäminen. Menestystä urheilijalle on jo tullut, joten se ei ole suurin motivaation lähde (ei ole ollut koskaan muulloinkaan). "

"Ajankäytön ahdistus oman työn ja valmentamisen välillä, että riitänkö minä?"

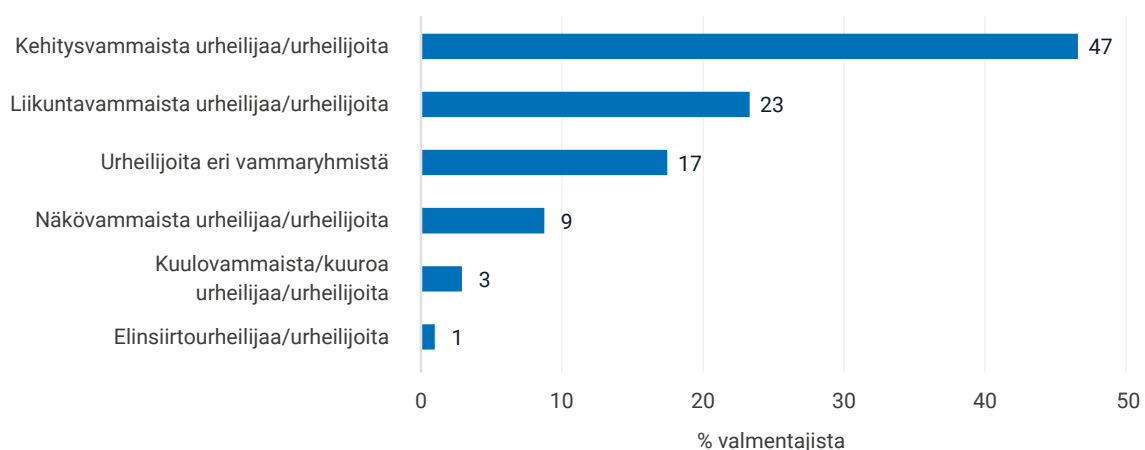
"Todella hektinen oma arki haastaa todella valmentamista juuri nyt."

3.4 NYKYINEN VALMENNUSTEHTÄVÄ

Kyselyn vastaajista 87 prosenttia (n= 103) toimi paravalmentajana kyselyn tekohetkellä. Lähes puolet vastaajista (48 %) valmensi yhtä paraurheilijaa, urheilijaryhmää tai joukkuetta. Useita paraurheilijoita, urheilijaryhmiä tai joukkueita valmensi puolestaan joka viides kyselyyn vastannut valmentaja. Noin kolmasosa (32 %) valmensi sekä paraurheilijaa/-urheilijoita että vammautonta urheilijaa tai urheilijoita.

Seuraavat nykyistä valmennustehtävää kuvaavat tulokset perustuvat siihen valmennustehtävään, jossa vastaaja toimi kyselyn tekohetkellä. Jos vastaajalla oli useampia samanaikaisia valmennustehtäviä, häntä ohjeistettiin vastaamaan kysymyksiin hänelle itselleen tärkeimmän valmennustehtävän perusteella.

Kyselyyn vastanneet paravalmentajat edustivat kaikkiaan 44 lajia, joista yleisimpiä olivat yleisurheilu, judo, uinti, jalkapallo, salibandy ja ratsastus (yli viisi vastaajaa). Lajilista on kokonaisuudessaan esitetty liitteessä 1. Kyselyyn vastanneista valmentajista lähes puolet valmensi kehitysvammaista urheilijaa/urheilijoita ja noin joka neljäs liikuntavammaista urheilijaa/urheilijoita. Noin joka viidennen valmentajan ryhmässä oli urheilijoita eri vamma ryhmistä ja noin joka kymmenes valmensi näkövammaista urheilijaa. Vastaajien joukossa oli myös muutamia valmentajia, jotka valmensivat kuulovammaista/kuuroa urheilijaa tai elinsiirtourheilijaa/urheilijoita (kuvio 6).



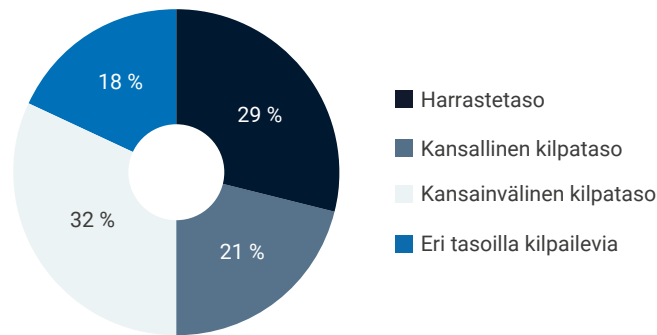
Kuvio 6. Valmennettavien urheilijoiden vamma ryhmä (n = 103).

Valtaosa valmentaa vapaaehtois pohjalta

Yli puolet vastaajista (53 %) käytti tehtävässään nimikettä valmentaja. Päävalmentajan tai ohjaajan nimikettä käytti 15 prosenttia vastaajista. Muita käytettyjä nimikkeitä olivat maajoukkuevalmentaja (8 %), ominaisuusvalmentaja (6 %) ja apuvalmentaja (3 %). Noin kaksi kolmesta (65 %) vastaajasta ilmoitti urheiluseuran pääasialliseksi toimintaympäristökseen. Muita valmennuksen pääasiallisia toimintaympäristöjä olivat maajoukkue (17 %), liikunta- tai hyvinvointialan yritys (9 %) ja koulu/oppilaitos (3 %), urheiluopisto/valmennuskeskus (3 %), akatemia (1 %) tai jokin muu ympäristö (2 %).

Kyselyyn vastanneista paravalmentajista valtaosa (64 %) toimi nykyisessä valmennustehtävässään vapaaehtoisvalmentajina. Osa-aikaisia valmentajia oli kolmasosa (32 %) ja täysipäiväisiä neljä prosenttia. Osa-aikaisista valmentajista alle 20 tuntia viikossa valmennustoimintaan aikaa käyttävien osuus oli 28 prosenttia ja 20 tuntia tai enemmän käyttävien osuus neljä prosenttia.

Reilu puolet (56 %) valmentajista valmensi nykyisessä valmennustehtävässään urheilijaryhmää. Joukkuetta valmensi reilu neljäsosa (26 %) ja yksittäistä urheilijaa alle viidesosa (18 %) valmentajista. Vastaajien valmentamat paraurheilijat kuuluivat yleisimmin 20–35-vuotiaiden ikäluokkaan (38 %) tai vaihtoehtoisesti valmennettavassa urheilijaryhmässä oli eri ikäisiä valmennettavia (40 %). Alle 13-vuotiaita (6 %), 13–19-vuotiaita (8 %) tai yli 35-vuotiaita (8 %) paraurheilijoita valmensi alle 10 prosenttia vastaajista. Noin kolmasosa vastaajista valmensi nykyisessä valmennustehtävässään kansainvälisellä kilpatasolla, vajaa kolmasosa harrastetasolla ja noin joka viides kansallisella kilpatasolla. Lisäksi noin viidesosa valmentajista valmensi urheilijaryhmää, johon kuului eri tasoilla kilpailevia paraurheilijoita (kuvio 7).



Kuvio 7. Valmennettavien urheilijoiden taso (n = 103).

Näkemyksiä valmentajan tärkeimmästä tehtävästä nykyisessä valmennustehtävässä kartoitettiin kuviossa 8 esitettyjen vaihtoehtojen pohjalta. Vastaajista lähes kolmasosa koki tärkeimmäksi tehtäväkseen paravalmentajana urheilijan taitojen ja urheilusuorituksen kehittämisen. Vajaa viidesosa valmentajista puolestaan piti tärkeimpänä tehtävänä innostaa harjoittelemaan ja vahvistaa motivaatiota, edistää yhtenäisyyttä, yhteenkuuluvuutta ja sosiaalista kanssakäymistä tai tuottaa nautintoa ja myönteisiä kokemuksia. Vain kuusi prosenttia vastaajista ajatteli tulosten saavuttamisen olevan hänen tärkein tehtävänsä valmentajana.

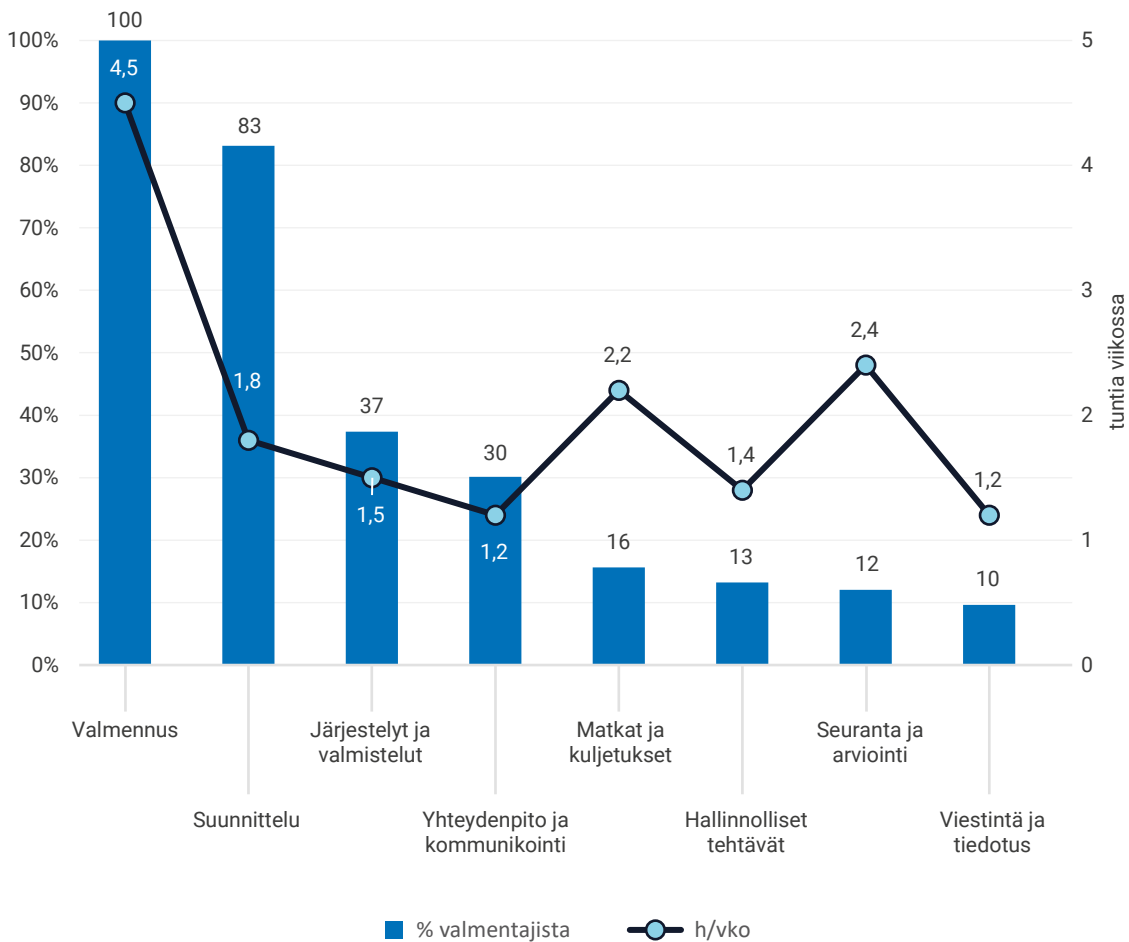


Kuvio 8. Tärkein tehtävä valmentajana (n = 103).

Valmentamiseen kuluu aikaa keskimäärin 10 tuntia viikossa

Valmentajien ajankäyttöä selvitettiin kysymällä, kuinka monta tuntia valmennukseen käytettiin aikaa normaalin viikon aikana. Käytettyyn kokonaisaikaan ohjeistettiin laskemaan mukaan kaikki myös esim. suunnitteluun, järjestelyihin, hallinnollisiin tehtäviin tai yhteydenpitoon kuluva aika. Valmennukseen käytetty kokonaisaika oli keskimäärin 9,6 tuntia viikossa (mediaani 7 tuntia) (n = 95). Noin joka kolmas (35 %) valmentaja käytti aikaa valmennukseen 3–6 tuntia viikossa ja neljäsosa joko 7–10 tuntia tai yli 10 tuntia viikossa. Alle kolme tuntia viikossa valmennukseen käyttävien valmentajien osuus oli 15 prosenttia. Palkatut valmentajat (ka 14,1 h/vko) (n = 35) käyttivät enemmän aikaa valmennukseen kuin vapaaehtoisvalmentajat (ka 7 h/vko) (n = 60) ja kansainvälisellä tasolla (ka 13,2 h/vko) (n = 43) valmentavat enemmän muilla tasoilla valmentaviin (ka 6,7 h/vko) (n = 52) verrattuna.

Vastaajia pyydettiin lisäksi arvioimaan, miten valmennukseen käytetty kokonaisaika viikossa jakautui erilaisten valmennukseen liittyvien tehtävien välillä. Kaikki valmentajat käyttivät keskimäärin viisi tuntia aikaa itse valmennustapahtumiin ja lähes kaikki myös valmennuksen suunnitteluun noin kaksi tuntia viikossa. Valmennustilanteiden erilaisiin järjestelyihin kului noin kolmasosalla aikaa yhdestä kahteen tuntia viikossa samoin kuin valmennukseen liittyvään yhteydenpitoon. Lisäksi osalla valmentajista kului aikaa myös matkoihin ja kuljetuksiin, hallinnollisiin tehtäviin, valmennuksen seurantaan ja arviointiin sekä viestintään (kuvio 9).



Kuvio 9. Valmentajien ajankäytön jakautuminen ja eri tehtäviin kuluva aika viikossa (n = 83).

Valmentajien tehtäviin ja kokonaisajankäyttöön liittyen kartoitettiin myös, oliko vastaajilla valmennuksen lisäksi jokin muu tehtävä tai tehtäviä seurassa/joukkueessa/järjestössä/liitossa ja paljonko kyseiseen tehtävään tai tehtäviin kului aikaa viikossa. Valmentajista 51 prosenttia (n = 49) ilmoitti, että heillä oli valmennuksen lisäksi muitakin tehtäviä. Yleisimmin näitä muita tehtäviä olivat luottamustehtävät seuran hallituksessa, yhdistyksessä/jaostossa/toimikunnassa/liitossa (39 %) (jäsen, sihteeri, puheenjohtaja), hallinnolliset tehtävät seurassa tai joukkueessa (27 %) (joukkueenjohtaja, rahastonhoitaja, toiminnanjohtaja, kilpailu- tapahtumajärjestäjä) sekä muut lajiin tai valmennukseen liittyvät tehtävät (18 %). Yksittäisiä valmentajia toimi lisäksi kouluttajana tai mentorina. Muihin tehtäviin vastaajilla (n = 47) kului keskimäärin aikaa 6,9 tuntia viikossa (mediaani 2 tuntia). Kahdella kolmesta (66 %) kului muihin tehtäviin aikaa korkeintaan kaksi tuntia, vajaalla viidesosalla (19 %) kolmesta 10 tuntiin ja 15 prosentilla yli 10 tuntia viikossa.

Yleisin tapa hankkia valmennustehtävä oli se, että valmennustehtävää oli tarjottu vastaajalle (44 %). Noin joka kolmas (32 %) valmentaja oli tarjoutunut tehtäväänsä vapaaehtoisesti ja vajaata viidesosaa (15 %) oli pyydetty hakemaan tehtävää. Ainoastaan kaksi prosenttia oli hankkinut valmennustehtävänsä julkisen haun kautta ja kahdeksan prosenttia muulla tavalla, kuten perustamalla itse harjoitusryhmän, seuran tai yrityksen.

Vastaajista 42 prosenttia oli saanut valmennustoiminnastaan kulukorvauksia, palkkatuloa oli saanut 33 prosenttia ja palkkiota tai apurahaa/stipendiä neljäsosa (kuvio 10). Palkkatuloa saavien osuus oli suurempi osa-aikaisesti tai päätoimisesti valmentavilla (75 %) vapaaehtois pohjalta toimiviin valmentajiin (9 %) verrattuna. Vähän alle kolmasosa vastaajista (31 %) ei ollut saanut mitään taloudellista korvausta valmennustehtävästään, vapaaehtois pohjalta toimivat valmentajat (45 %) palkattuja valmentajia (6 %) yleisemmin. Vastaajista vajaa puolet (47 %) ilmoitti, että valmentamisesta aiheutui heille kuluja, joita mikään taho ei korvannut. Valmentamisesta ei aiheutunut kustannuksia tai kuluja 35 prosentille ja vajaa viidesosa (18 %) ei osannut sanoa. Vapaaehtoisvalmentajista 58 prosentille aiheutui kuluja, joita mikään taho ei korvannut, kun vastaava osuus palkatuilla valmentajilla oli 28 prosenttia.

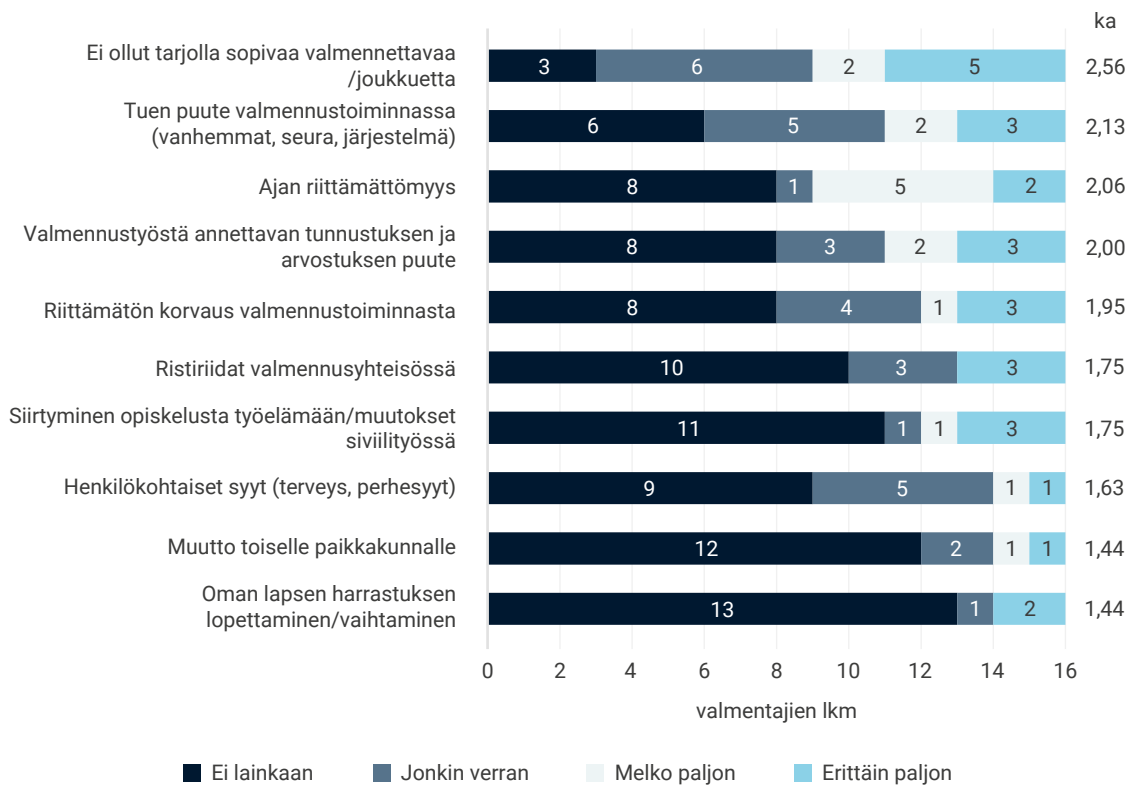


Kuvio 10. Korvaus valmennustehtävästä (n = 93).

Valmennustoiminnan keskeyttäneet tai lopettaneet

Kaikista kyselyyn vastanneista valmentajista 13 prosenttia (n = 16) ei valmentanut kyselyntekohetkellä. Heistä 14 piti taukoa valmentamisesta ja kaksi oli lopettanut valmentamisen. Valmennustoiminnan keskeyttäneistä tai lopettaneista viisi oli naisia ja 11 miehiä. Vastaajista yhdeksän oli vähintään ja seitsemän alle 50-vuotiaita. Useampi kuin kaksi kolmesta (11 vastaajaa) oli ajatellut jatkaa valmentamista seuraavan 12 kuukauden aikana.

Valmennustoiminnan lopettamiseen tai keskeyttämiseen johtaneiden syiden vaikutusta kartoitettiin 4-portaisella asteikolla (1= ei lainkaan... 4= erittäin paljon). Se, ettei ollut tarjolla sopivaa valmennettavaa/joukkuetta oli vaikuttanut vähintään jonkin verran valmennustoiminnan lopettamiseen tai keskeyttämiseen 13 vastaajalla (ka 2,56) ja tuen puute valmennustoiminnassa (vanhemmat, seura, järjestelmä) kymmenellä vastaajalla (ka 2,13) (kuvio 11). Ajan riittämättömyys (ka 2,06), valmennustyöstä annettavan tunnustuksen ja arvostuksen puute (ka 2,00) sekä riittämätön korvaus valmennustyöstä (ka 1,95) olivat vaikuttaneet vähintään jonkin verran valmennustoiminnan keskeyttämiseen tai lopettamiseen kahdeksalla vastaajalla. Ainoastaan muutamilla vastaajilla valmennustoiminnan lopettamiseen tai keskeyttämiseen olivat vaikuttaneet oman lapsen harrastuksen lopettaminen tai muutto toiselle paikkakunnalle.



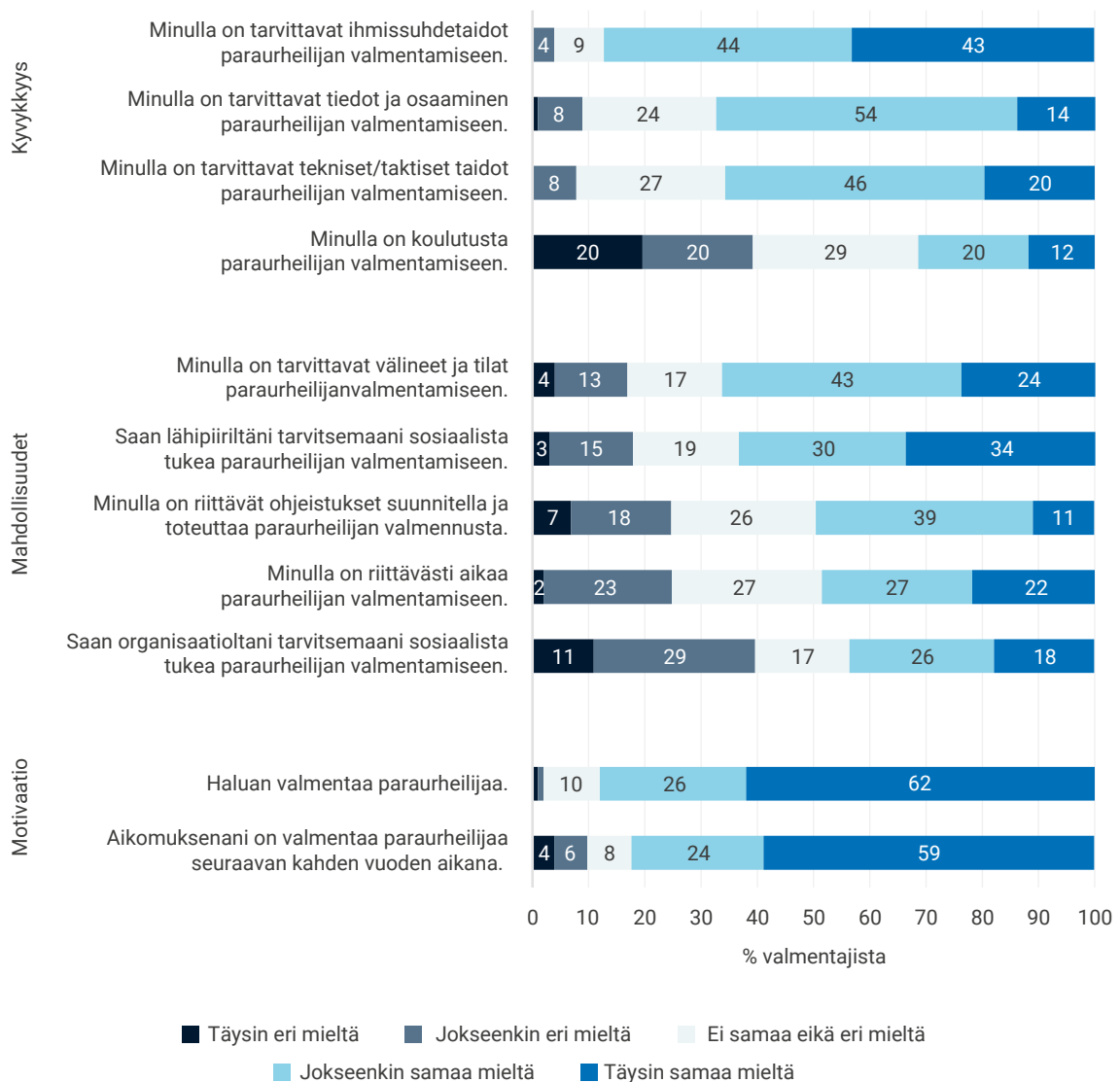
Kuvio 11. Valmennustoiminnan lopettamiseen tai keskeyttämiseen johtaneet syyt (n = 16).

3.5 OSAAMINEN PARAVALMENTAJANA

Valmentamisen edellytykset hyvällä tasolla

Valmentajat arvioivat kyvykkyyttään, mahdollisuuksiaan ja motivaatiotaan paraurheilijoiden valmentamiseen ja siinä kehittymiseen COM-B -malliin perustuvan mittarin (Michie, van Stralen, & West, 2011) avulla. COM-B -mallin mukaan tavoitellun käyttäytymisen toteutumiseksi henkilöllä tulee olla riittävä fyysinen tai psyykinen kyvykkyys toteuttaa tehtävä (Capability), fyysisen ja sosiaalisen ympäristön tarjoama mahdollisuus toimintaan (Opportunity) sekä motivaatio toimintaan (Motivation). COM-B-mittari sisältää 11 väitettä, jotka kuvaavat näitä kolmea ulottuvuutta. Valmentajat arvioivat väitteitä 5-portaisella asteikolla sen mukaan, kuinka samaa mieltä oli väittämän kanssa (1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = ei samaa eikä eri mieltä, 4 = jokseenkin samaa mieltä, 5 = täysin samaa mieltä). Korkeammat pisteet edustivat korkeampaa käsitystä kyvykkyydestä, mahdollisuuksista ja motivaatiosta.

Valmentajat (n = 100–102) arvioivat valmennustoiminnan toteuttamisen ja kehittämisen edellytykset kaiken kaikkiaan melko hyviksi (ka 3,69) (kuvio 12). Korkeimmalle valmentajat arvoivat motivaation (ka 4,37). Lähes yhdeksän kymmenestä valmentajasta (88 %) oli vähintäänkin jokseenkin samaa mieltä siitä, että haluaa valmentaa paraurheilijaa ja lähes yhtä suuri osuus (83 %) myös aikoo valmentaa paraurheilijaa seuraavan kahden vuoden aikana. Kyvykkyys (ka 3,65) arvioitiin hieman alhaisemmaksi. Lähes yhdeksän kymmenestä valmentajasta (87 %) oli vähintäänkin jokseenkin samaa mieltä siitä, että heillä on tarvittavat ihmissuhdetaidot paraurheilijan valmentamiseen. Noin kaksi kolmasosaa valmentajista oli vähintäänkin samaa mieltä siitä, että heillä on tarvittavat tiedot ja osaaminen (68 %) sekä tarvittavat tekniset ja taktiset taidot (66 %) paraurheilijan valmentamiseen. Paraurheilijan valmentamiseen liittyvän koulutuksen kohdalla vastauksissa oli hajontaa eri vaihtoehtojen välillä, mutta kahdella viidesosalla valmentajista (40 %) oli jonkinlaisia haasteita paraurheilijoiden valmentamista koskevassa koulutuksessa. Mahdollisuudet arvioitiin myös kohtalaisen hyviksi (ka 3,46). Noin kaksi kolmasosaa valmentajista oli vähintäänkin jokseenkin samaa mieltä siitä, että heillä oli tarvittavat välineet ja tilat (67 %) ja että he saivat lähipiiriltä tarvitsemaansa sosiaalista tukea paraurheilijan valmentamiseen (64 %). Puolet valmentajista (50 %) koki, että heillä on riittävät ohjeistukset suunnitella ja toteuttaa paraurheilijan valmennusta ja että heillä on myös riittävästi aikaa valmentamiseen (49 %). Toisaalta kaksi viidesosaa (40 %) oli vähintäänkin jokseenkin eri mieltä siitä, että organisaatiolta saatavan sosiaalisen tuen määrä oli riittävä. Kansainvälisen tason urheilijoita valmentavat arvioivat kyvykkyytensä (ka 3,84) sekä mahdollisuuksiensa (ka 3,63) korkeammiksi kuin muilla tasoilla valmentavat (kyvykkyys ka 3,49, mahdollisuudet ka 3,32). 10 vuotta tai kauemmin paraurheilijoita valmentaneet valmentajat arvioivat puolestaan kyvykkyytensä korkeammalle tasolle (ka 3,84) kuin alle 10 vuotta paraurheilijoita valmentaneet (ka 3,51).



Kuvio 12. Valmentajien arviot valmennustoiminnan toteuttamisen ja kehittämisen edellytyksistä (n = 100-102).

Valmentajat luottavat omaan osaamiseensa

Valmentajat arvioivat lisäksi luottavaisuuttaan kyvykkyyteensä 16 eri osa-alueella, joiden on arvioitu liittyvän tehokkaaseen paraurheilijan valmentamiseen (Allan ym., 2021). Valmentajat arvioivat väitteitä 5-portaisella asteikolla sen mukaan, kuinka luottavaiseksi he kokivat itsensä näillä osa-alueilla (1 = en lainkaan luottavainen, 2 = vain vähän luottavainen, 3 = jonkin verran luottavainen, 4 = melko luottavainen, 5 = täysin luottavainen). Korkeammat pisteet edustivat korkeampaa luottamusta omaan osaamiseen.

Valmentajien luottamus omaan osaamiseensa oli kaiken kaikkiaan korkealla tasolla (ka 4,12). Erityisesti kykyihin välittää omaa positiivista arvomaailmaa ja toteuttaa arkivalmennusta laadukkaasti oltiin varsin luottavaisia. Valmentajat kokivat myös osaavansa tehdä yhteistyötä urheilijoiden kanssa tukea heidän itseluottamustaan (kuvio 13). Luottamus laajempiin kokonaisuuksiin liittyvässä osaamisessa, kuten harjoitusympäristön kehittämisessä, inklusiivisten toimintatapojen hyödyntämisessä ja urheilijan kokonaisvaltaisen kehittymisen tukemisessa, arvioitiin hieman alhaisemmaksi, ja valmentajien arviot myös jakautuivat tasaisemmin eri vastausvaihi-

toehtojen välille. Tulokset antoivat myös viitteitä siitä, että kansainvälisen tason urheilijoita valmentavista suurempi osuus oli täysin luottavainen osaamiseensa suunnitella harjoitteita urheilijoiden lajitekniikan kehittämiseksi, valmentaa urheilijoita kilpailuihin, työskennellä yhteistyössä urheilijoiden kanssa, tunnustaa urheilijoiden saavutukset ja keskustella sopivista tavoitteista ja odotuksista urheilijoiden kanssa muulla tasolla valmentaviin verrattuna. Saman suuntaisia eroja jakaumissa oli havaittavissa 10 vuotta tai enemmän paravalmentajakokemusta omaavien ja alle 10 vuotta valmentaneiden välillä. Suurempi osuus kokeneista valmentajista oli täysin luottavainen osaamiseensa urheilijoiden kanssa yhteistyössä työskentelemisessä, urheilijoiden kehittymisen tukemisessa sekä urheilussa että sen ulkopuolella ja urheilijoiden itseluottamuksen rakentamisessa kokemattomampiin valmentajiin verrattuna.

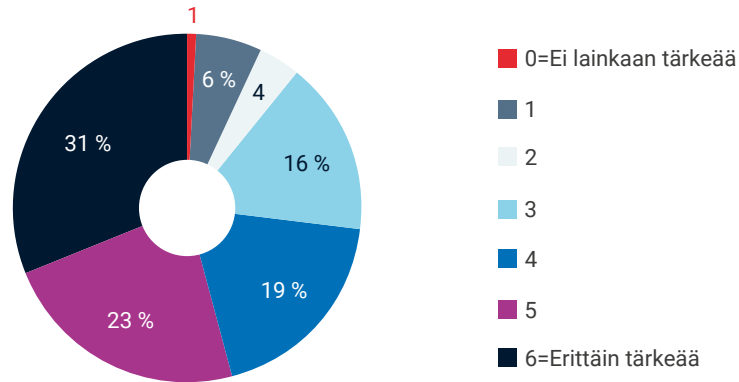


Kuvio 13. Valmentajien luottamus omaan osaamiseensa valmentamisen eri osa-alueilla (n = 101–103).

3.6 PARAVALMENTAJANA KEHITTYMINEN

Koulutus osaamisen kehittäjänä

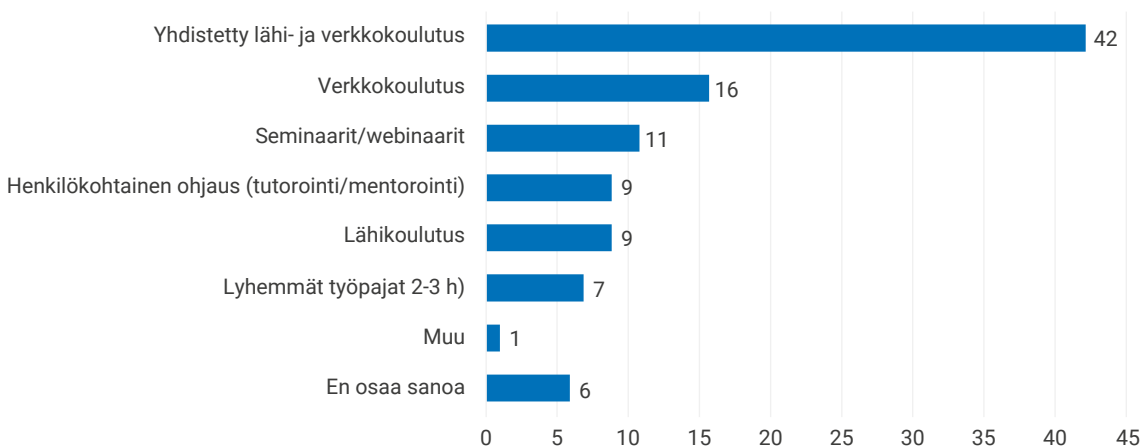
Vastaajat arvioivat 7-portaisella (0=ei lainkaan tärkeää, 6=erittäin tärkeää) asteikolla, kuinka tärkeää lisäkouluttautuminen oli heille paravalmentajina. Lähes kolmasosa piti lisäkouluttautumista erittäin tärkeänä ja noin kaksi viidestä (42 %) tärkeänä (ka 4,4, mediaani 5). Jonkin verran tärkeänä lisäkouluttautumista piti vastaajista joka viides ja ei lainkaan tai hieman tärkeänä seitsemän prosenttia (kuvio 14).



Kuvio 14. Lisäkouluttautumisen tärkeys (n = 97).

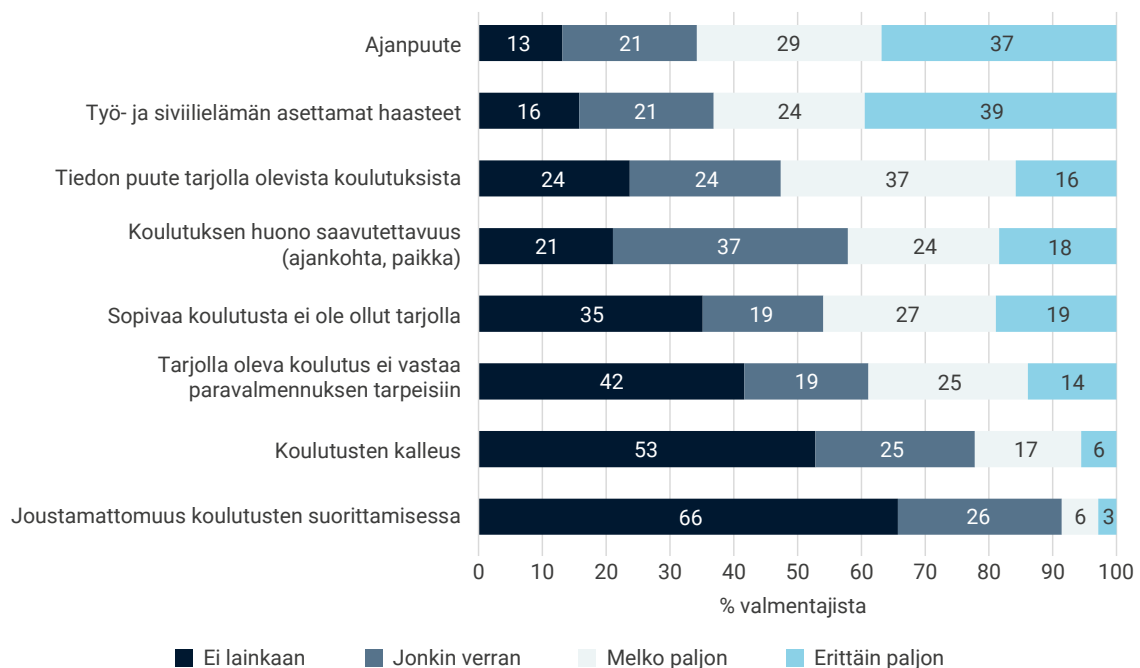
Kolme viidestä valmentajasta (60 %) oli osallistunut valmentajakoulutukseen edellisen kahden vuoden aikana. Lähes kahdelle kolmesta (63 %) koulutukseen osallistuneesta ei koulutuksesta ollut aiheutunut kustannuksia. Reilu neljäsosa (28 %) vastaajista oli osallistunut maksuttomaan koulutukseen, vajalle neljäsosalle (23 %) koulutuksen oli maksanut seura ja 12 prosentilla koulutuksen oli maksanut jokin muu taho (Paralympiakomitea, Olympiakomitea, lajiliitto). Reilu kolmasosa (37 %) vastaajista oli maksanut joko koko koulutuksen (20 %) tai osan koulutuksesta (17 %) itse.

Vastaajilta tiedusteltiin myös, mikä koulutusmuoto palvelisi kyselyntekohetkellä parhaiten heidän tarpeitaan. Noin kaksi viidestä vastaajasta valitsi parhaaksi koulutusmuodoksi yhdistetyn lähi- ja verkkokoulutuksen. Pelkän verkkokoulutuksen valitsi 16 prosenttia ja seminaarin/webinaarin 11 prosenttia. Muiden valittujen koulutusmuotojen osuuden vaihtelivat seitsemän ja yhdeksän prosentin välillä (kuvio 15).



Kuvio 15. Valmentajia parhaiten palvelevat koulutusmuodot kyselyntekohetkellä (n = 102).

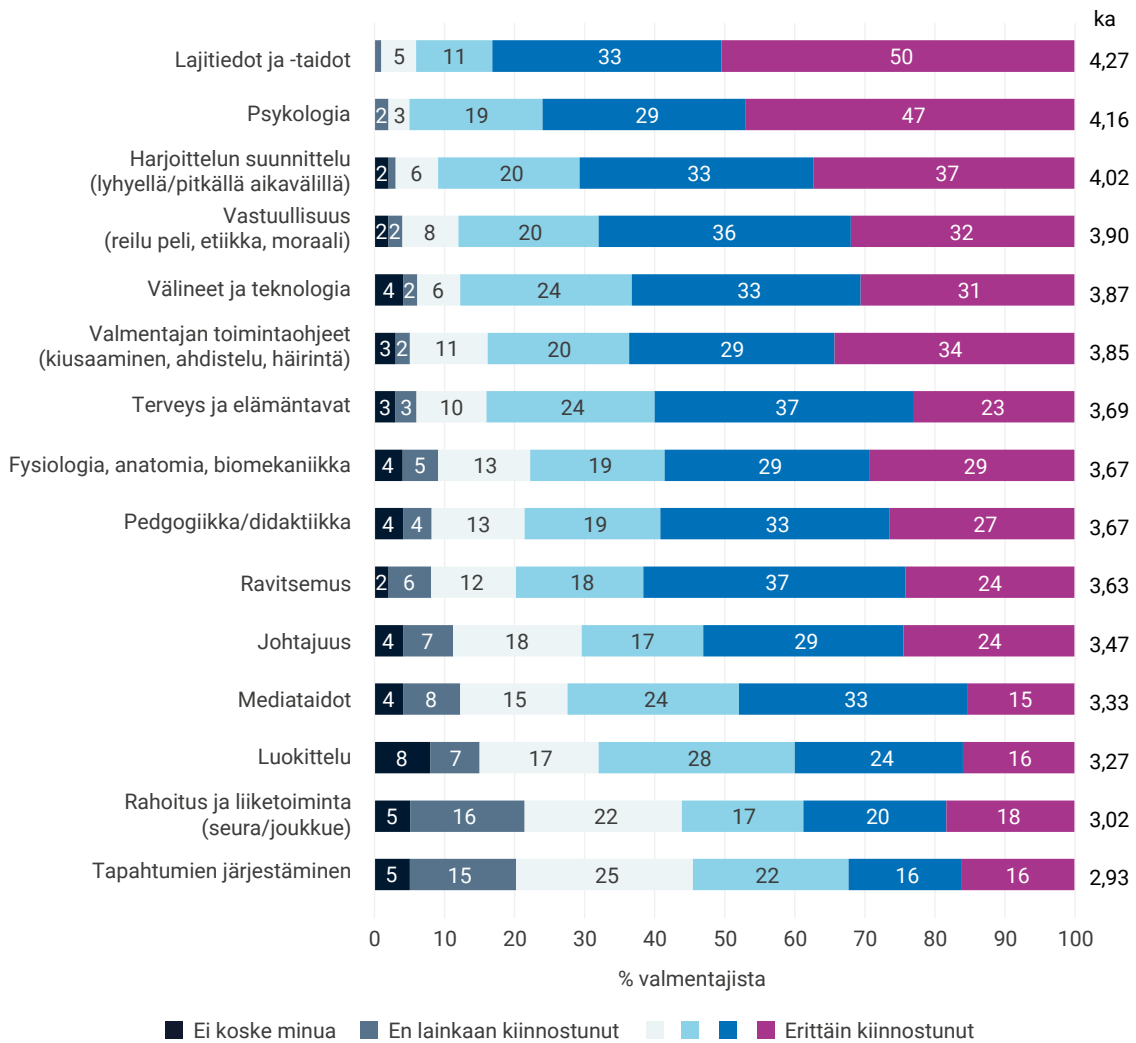
Vastaajia, jotka eivät olleet edellisen kahden vuoden aikana osallistuneet valmentajakoulutukseen pyydettiin arvioimaan asteikolla 1-4 (1 = ei lainkaan... 4 = erittäin paljon), kuinka paljon eri tekijät olivat vaikuttaneet siihen, etteivät he olleet osallistuneet koulutukseen (kuvio 16). Noin kaksi kolmesta vastaajista koki ajan puutteen (ka 2,89) sekä työ- ja siviilielämän asettamien haasteiden (ka 2,87) vaikuttaneen erittäin paljon tai melko paljon siihen, ettei ollut osallistunut koulutukseen. Tiedon puute tarjolla olevista koulutuksista (ka 2,45), koulutuksen huono saavutettavuus (ka 2,39) tai se ettei sopivaa koulutusta ollut ollut tarjolla (ka 2,30) olivat seuraavaksi yleisimpiä koulutukseen osallistumiseen vaikuttaneita tekijöitä. Vähiten siihen, ettei ollut osallistunut koulutukseen olivat vaikuttaneet koulutuksen sopimattomuus paravalmennuksen tarpeisiin (ka 2,11), koulutusten kalleus (ka 1,75) tai joustamattomuus koulutusten suorittamisessa (ka 1,46).



Kuvio 16. Koulutukseen osallistumista vaikeuttaneet tekijät (n=38).

Osaamisen kehitystarpeet

Valmentajia pyydettiin arvioimaan 5-portaisella asteikolla (1=en lainkaan kiinnostunut... 5=erittäin kiinnostunut), millä valmennuksen eri aihealueilla he olisivat kiinnostuneita kehittämään osaamistaan. Noin puolet paravalmennajista oli erittäin kiinnostuneita kehittämään osaamistaan lajitietojen ja -taitojen sekä psykologian aihealueilla ja noin joka kolmas harjoittelun suunnittelun, vastuullisuuden, välineiden ja teknologian sekä valmentajan toimintaohjeiden aihealueilla. Seuraavaksi eniten kiinnostusta osaamisen kehittämiseen oli terveyden ja elämäntapojen, fysiologian, biomekaniikan ja anatomian, pedagogiikan, ravitsemuksen ja johtamisen aihealueilla. Hieman pienempi osuus osoitti kiinnostusta kehittää osaamistaan mediataidoissa tai luokittelussa ja eniten jakautunutta kiinnostus osaamisen kehittämiseen oli rahoituksen ja liiketoiminnan sekä tapahtumien järjestämisen aihealueilla, joissa noin kaksi viidestä ei ollut lainkaan tai oli vain vähän kiinnostunut kehittämään osaamistaan (kuvio 17). Kiinnostus oman osaamisen kehittämiseen vastuullisuuden ja valmentajan toimintaohjeiden osalta oli suurempi muilla tasoilla (ka 4,17 ja 4,10) kuin kansainvälisellä tasolla valmentavilla (ka 3,57 ja 3,57) ja fysiologian, anatomian ja biomekaniikan osalta palkatuilla valmentajilla (ka 4,03) vapaaehtois pohjalta toimiviin valmentajiin (ka 3,46) verrattuna.



Kuvio 17. Vastaajien kiinnostus osaamisen kehittämiseen valmennuksen eri aihealueilla (n = 100).

Valmentajilta kysyttiin myös mitä kehittymis- tai koulutustarpeita heillä oli erityisesti paravalmennukseen liittyen (n=33). Yleisimmin vastaajilla oli tarve saada lisätietoa vammoista sekä niiden vaikutuksista suoritukseen, syventää ymmärrystään paravalmennuksen erityispiirteistä sekä oppia soveltamaan tietoa valmennukseen sopiva vaatimustaso ja urheilijan terveys huomioiden. Kehittymistarpeita oli yleisesti myös fysiologiassa, biomekaniikassa, psykologiassa sekä lajiteknisissä tiedoissa ja taidoissa. Kolme vastaajaa koki tarvetta kouluttautua luokittelussa. Lisäksi yksittäisillä valmentajilla oli kehittymistarpeita itsensä kehittämiseen (esim. uusien metodien ja teknologian hyödyntäminen, kansainväliseen ympäristöön tutustuminen), kilpailujärjestelmään tai paraurheilijan elämän kokonaisvaltaisempaan ymmärtämiseen liittyen.

Talous ja paraurheilun heikko arvostus haastavat valmentajana kehittymistä

Valmentajia pyydettiin valitsemaan, mitkä 17 eri tekijästä olivat vaikeuttaneet heidän kehittymistään valmentajana tai valmentajan uralla etenemistä. Valmentajista vajaa viidesosa (19 %) koki, ettei mikään asia ollut vaikeuttanut heidän kehittymistään valmentajana tai uralla etenemistä. Lähes kaksi viidesosaa (38 %) valmentajista koki, että taloudellisen tuen puute vaikeutti valmentajana kehittymistä tai valmentajauralla etenemistä (kuvio 18). Paraurheilun heikko arvostus vaikeutti valmentajana kehittymistä tai valmentajauralla etenemistä neljäsosalla valmentajista, ja kokemuksen puute, tiedon/osaamisen puute, olosuhteiden/ välineiden puute tai sopimattomuus tai lahjakkaiden valmennettavien puute puolestaan vajaalla viidesosalla valmentajista. Pienempi osuus vastaajista koki, että osaamisen aliarvostus, erimielisyydet lajissa tai seurassa/joukkueessa/lajiliitossa, kiinnostuksen puute valmentajanuralla etenemiseen tai tuen puute seuran tai työnantajan puolelta vaikeutti valmentajana kehittymistä. Alle kymmenellä prosentilla valmentajista vaikeuttavia tekijöitä olivat huono itsetunto valmentajana, jokin muu tekijä, terveydelliset seikat, vallan väärinkäyttö seuran/joukkueen/lajiliiton tai henkilön osalta, vaadittavan valmentajatutkinnon puuttuminen tai sopivan valmennustehtävän puute. Syrjintä ei ollut vaikeuttanut valmentajana kehittymistä tai valmentajan uralla etenemistä yhdelläkään valmentajalla.



Kuvio 18. Valmentajana kehittymistä tai valmentajauralla etenemistä vaikeuttaneet tekijät (vastaaja on voinut valita useita tekijöitä) (n = 99).

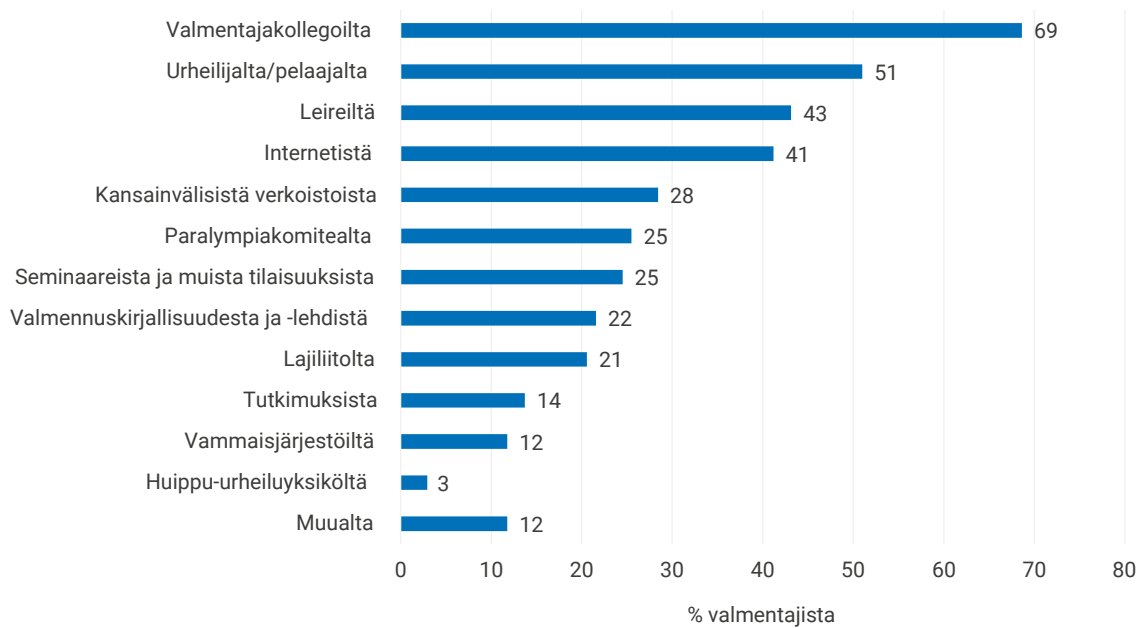
Oppimistilanteet ja oppimisen lähteet osaamisen kehittäjinä

Oppimistilanteiden ja oppimisen lähteiden kartoitusta varten vastaajia pyydettiin valitsemaan omalla kohdallaan toteutuneet oppimistilanteet ja oppimisen lähteet sekä arvioimaan niiden tärkeyttä oman valmennustoiminnan tai valmentajana kehittymisen kannalta 3-portaisella asteikolla (1= ei lainkaan tärkeä, 2= tärkeä ja 3= erittäin tärkeä). Yleisimmin toteutuneita oppimistilanteita ja lähteitä paravalmentajilla olivat urheilijoilta tai pelaajilta saatava palaute, omien ideoiden testaaminen ja kokeileminen käytännössä, työskentely ja vuorovaikutus toisten valmentajien kanssa, oman valmennustoiminnan reflektointi, omat kokemukset urheilijana sekä sähköiset materiaalit. Harvimminkin toteutuneita olivat puolestaan mentorointi (63 %) sekä verkkokurssit ja -oppiminen (69 %) (taulukko 2). Oman valmennustoimintansa kehittymisen kannalta lähes kolme neljästä vastaajasta piti erittäin tärkeänä urheilijoilta tai pelaajilta saatavaa palautetta (ka 2,72) ja noin kaksi kolmesta omien ideoiden testaamista ja kokeilemistä käytännössä (ka 2,61). Muita tärkeimpinä pidettyjä oppimistilanteita olivat työskentely ja vuorovaikutus toisten valmentajien kanssa (ka 2,42), oman valmennustoiminnan reflektointi (ka 2,39) sekä valmentajakoulutus (ka 2,32). Noin joka kolmas piti lisäksi erittäin tärkeänä muiden valmentajien toiminnan seuraamista ja tarkkailua (ka 2,27), omia kokemuksia urheilijana (ka 2,20), seminaareja, työpajoja ja teemapäiviä (ka 2,19) sekä mentorointia (ka 2,16). Erilaisista oppimisen lähteistä vastaajat pitivät tärkeimpinä erilaisia sähköisiä (videot ja tallenteet) sekä kirjallisia materiaaleja, kun taas sosiaalista mediaa ja urheiluun ja valmennukseen liittyviä keskustelupalstoja pidettiin oman valmennustoiminnan tai valmentajana kehittymisen kannalta vähiten tärkeinä (taulukko 2).

Taulukko 2. Oppimistilanteiden ja oppimisen lähteiden toteutuminen ja merkitys (n = 98–102).

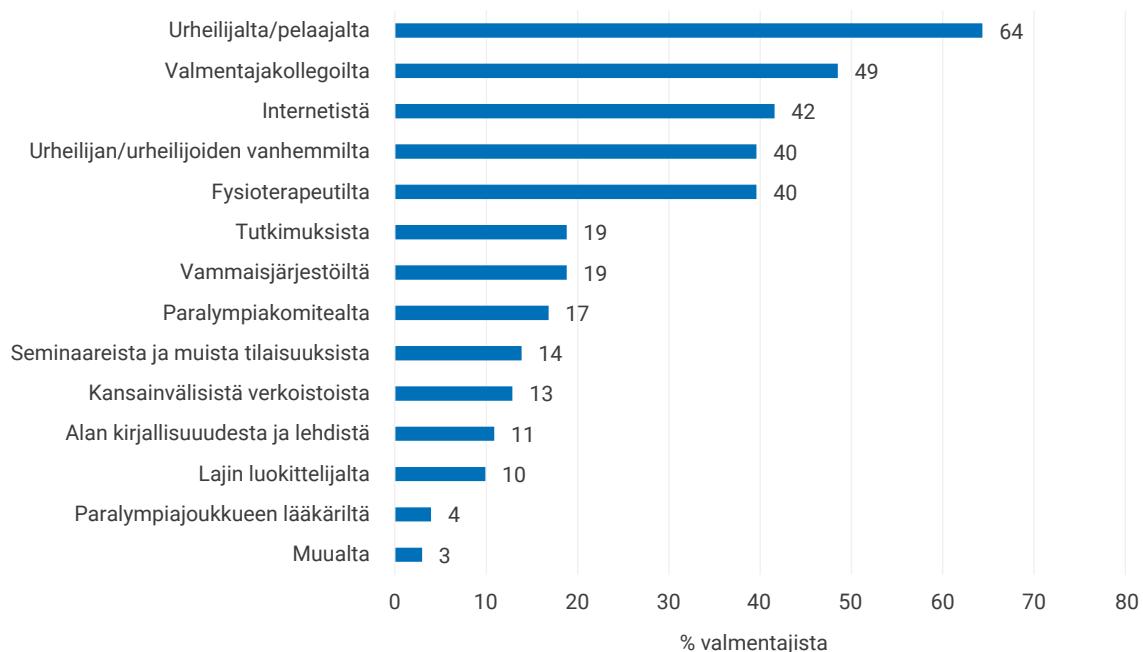
	Toteutunut		Erittäin tärkeä	Tärkeä	Ei lainkaan tärkeä	Tärkeys yht.	ka
	%	n					
Palaute, jota saan urheilijoilta/pelaajilta	99	100	72	28	0	100	2,72
Omien ideoiden testaaminen ja kokeileminen käytännössä (arkivalmennus)	97	99	62	37	1	99	2,61
Työskentely/vuorovaikutus muiden valmentajien kanssa	95	96	45	52	3	97	2,42
Oman valmennustoiminnan reflektointi	94	94	40	59	1	99	2,39
Valmentajakoulutus	83	85	39	54	7	93	2,32
Seminaarit, työpajat ja teemapäivät	78	79	37	46	18	82	2,19
Omat kokemukset urheilijana	92	92	35	50	15	85	2,20
Mentorointi	63	62	32	52	16	84	2,16
Muiden valmentajien toiminnan seuraaminen/tarkkailu	88	90	31	64	4	96	2,27
Verkostotapaamiset	78	77	23	57	19	81	2,04
Sähköiset materiaalit (videot, tallenteet)	93	91	21	65	14	86	2,07
Verkkokurssit ja -oppiminen	69	68	18	62	21	79	1,97
Valmennuksen verkkosivustot	80	78	12	60	28	72	1,83
Sosiaalinen media	83	82	11	51	38	62	1,73
Kirjalliset materiaalit	87	87	10	74	16	84	1,94
Urheiluun ja valmennukseen liittyvät keskustelupalstat	61	60	10	50	40	60	1,70

Vastaajilta kysyttiin myös keneltä tai mistä lähteistä he ovat saaneet tai etsineet apua paravalmennukseen tai valmennettavien vammaan, toimintakykyyn tai toimintarajoitteisiin liittyvissä haasteissa (kuvio 19 ja 20). Apua valmennukseen liittyvissä haasteissa oli saatu hyvin monilta eri tahoilta. Valtaosa vastaajista oli saanut valmennukseen liittyvissä haasteissa apua valmentajakollegoilta ja noin puolet urheilijalta/pelaajalta. Kaksi viidestä vastaajasta oli saanut apua leireiltä tai internetistä, noin joka neljäs kansainvälisistä verkostoista, Paralympiakomitealta tai seminaareista ja reilu viidesosa valmennuskirjallisuudesta ja -lehdistä tai lajiliitolta (kuvio 19).



Kuvio 19. Avun/tiedon lähteet paravalmennukseen liittyvissä haasteissa (n = 102).

Myös valmennettavien vammoihin, toimintakykyyn tai toimintarajoitteisiin liittyvissä haasteissa oli etsitty apua eri tahoilta ja erilaisista lähteistä (kuvio 19). Lähes kaksi kolmesta vastaajasta oli etsinyt apua urheilijalta/pelaajalta, noin puolet valmentajakollegoilta, kaksi viidestä internetistä, urheilijan vanhemmilta tai fysioterapeutilta ja noin joka viides tutkimuksista, vammaisjärjestöiltä tai Paralympiakomiteasta. Hieman harvemmin apua oli etsitty esimerkiksi seminaareista tai kansainvälisistä verkostoista (kuvio 20).



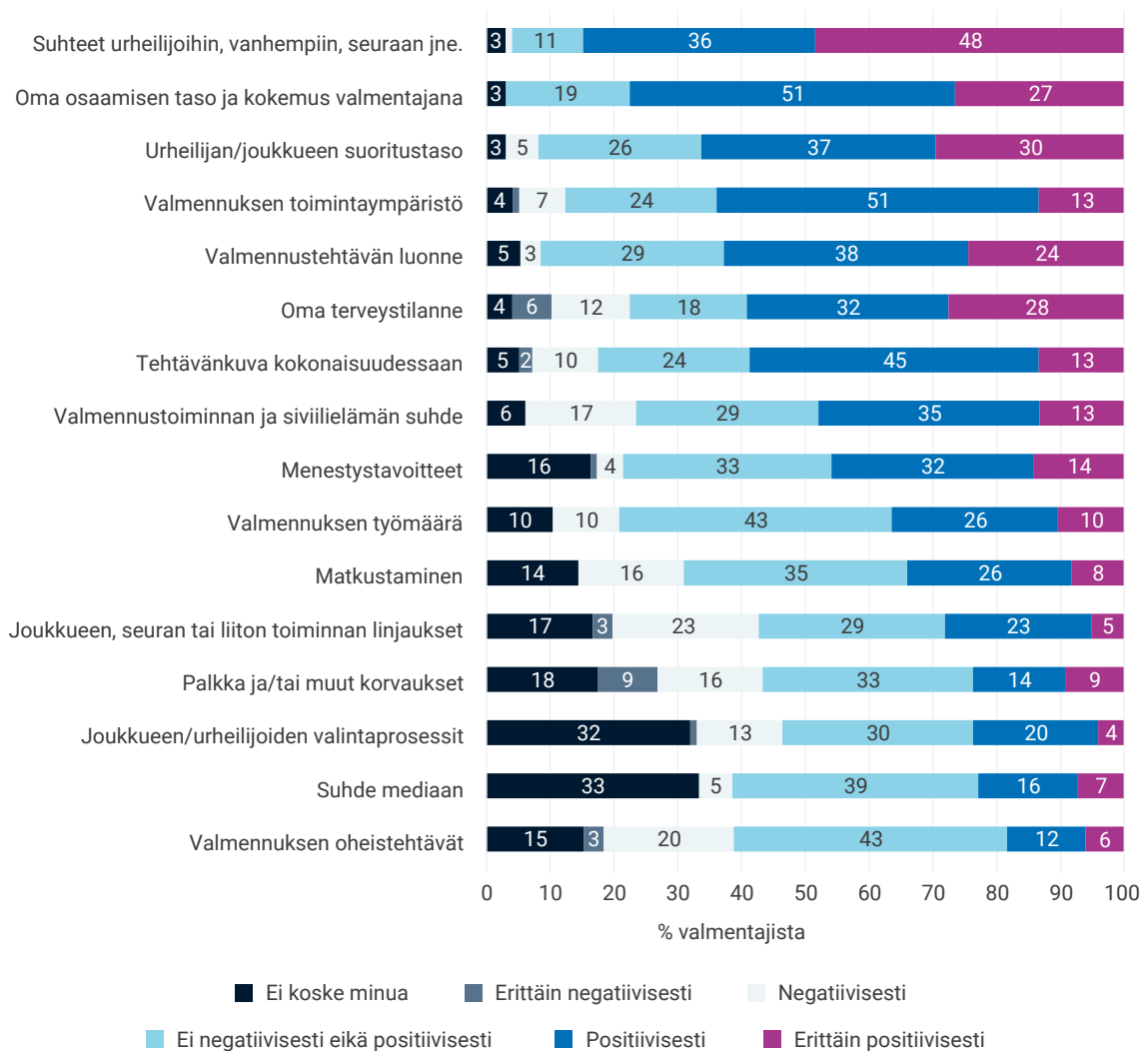
Kuvio 20. Avun/tiedon lähteet vammaan, toimintakykyyn tai -rajoitteisiin liittyvissä haasteissa (n = 101).

Valmentajat (n = 50) arvioivat myös millaista tukea he paravalmentajana haluaisivat tai ajattelisivat tarvitsevänsä seuraavan 12 kuukauden aikana. Yleisimmin esille tulleita tarpeita olivat paremmat harjoitteluolosuhteet (n = 11), lisäkoulutus (n = 8), taloudelliset resurssit (n = 8) ja muut resurssit (esim. aika) (n = 8). Myös keskustelua, kokemusten vaihtoa ja vertaistukea (n = 6) ja ylipäättään tukea arkivalmennukseen (n = 6) kaipasi osa valmentajista. Tarve arvostukselle (n = 5) ja yhdenvertaiselle kohtelulle (n = 3) nousivat esille, samoin tarve mentoroinnille (n = 3) ja yhteistyölle (n = 3). Yksittäiset valmentajat toivoivat myös työhajausta ja tutkimustietoa paraurheilijan valmentamisesta.

3.7 HYVINVOINTI PARAVALMENTAJANA

Valmentajia pyydettiin arvioimaan miten erilaiset elämään ja valmentamiseen liittyvät tekijät ovat vaikuttaneet tai vaikuttavat heidän kokonaishyvinvointiinsa valmentajana (kuvio 21). Eri tekijöiden vaikutusta arvioitiin asteikolla 5-portaisella asteikolla 1–5 (1 = erittäin negatiivisesti, 2 = negatiivisesti, 3 = ei negatiivisesti eikä positiivisesti, 4 = positiivisesti, 5 = erittäin positiivisesti). Jos valmentajalla ei ollut kokemusta kyseisestä tekijästä oli hänellä myös mahdollista valita vastausvaihtoehto ”ei koske minua”.

Kaiken kaikkiaan valmentajat arvioivat valtaosan tekijöistä vaikuttavan enemmän positiivisesti kuin negatiivisesti heidän kokonaishyvinvointiinsa. Reilu neljä viidesosaa valmentajista (84 %) koki suhteiden urheilijoiden, vanhempien ja seuran kanssa vaikuttavan positiivisesti heidän hyvinvointiinsa (kuvio 21). Oma osaamisen taso ja kokemus valmentajana vaikutti positiivisesti kokonaishyvinvointiin vajaalla neljällä viidesosalla (78 %). Reilun 60 prosentin mielestä positiivisesti hyvinvointiin vaikuttivat urheilijan/joukkueen suoritus taso (67 %), valmennuksen toimintaympäristö (64 %) ja valmennustehtävän luonne (62 %). Negatiivisia vaikutuksia hyvinvointiin koettiin olevan joukkueen, seuran tai liiton toiminnan linjauksilla (26 %), palkalla tai muilla korvauksilla (25 %) sekä valmennuksen oheistehtävillä (23 %). Toisaalta monen tekijän kohdalla vastauksissa oli hajontaa eri vaihtoehtojen välillä tai vaikutusta hyvinvointiin suuntaan tai toiseen ei tunnustettu. Suurempi osuus kansainvälisen tason urheilijoiden valmentajista (39 %) koki oman osaamisensa tason ja kokemuksensa valmentajana vaikuttavan heidän kokonaishyvinvointiinsa erittäin positiivisesti verrattuna muilla tasoilla urheilevien valmentajiin (18 %). Lisäksi muiden kuin kansainvälisen tason urheilijoiden valmentajista suurempi osuus (29 %) arvioi, että omalla osaamisen tasolla ja kokemuksella ei ollut negatiivista eikä positiivista vaikutusta kokonaishyvinvointiin kansainvälisen tason urheilijoita valmentaviin (9 %) verrattuna.



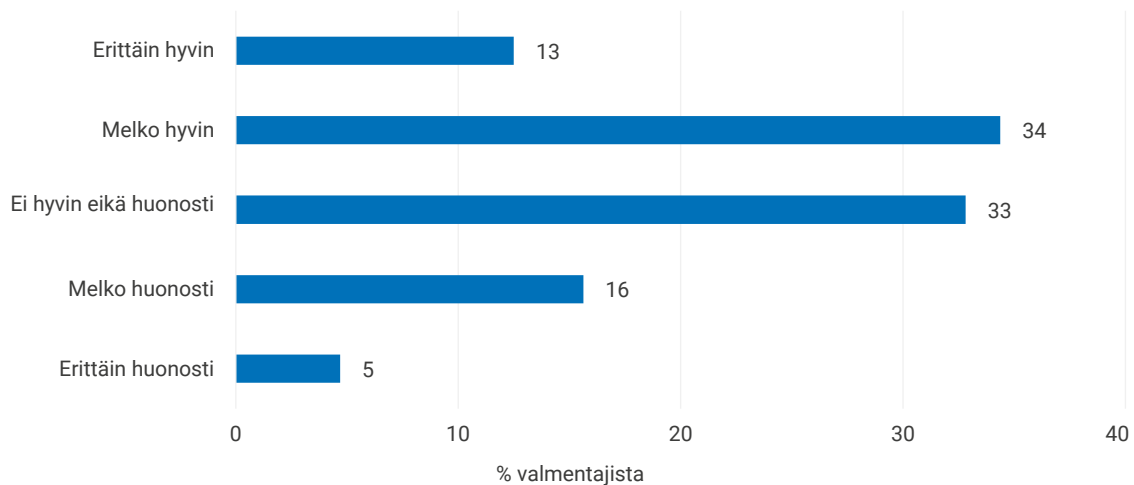
Kuvio 21. Valmentajan kokonaishyvintointiin vaikuttavat tekijät (n = 94-99).

Valmentajat (n = 100) pohtivat myös sitä, mikä heidän mielestään on ollut paras yksittäinen asia paravalmentamisessa tai paravalmentajana olemisessa. Parhaat asiat liittyivät kolmeen eri teemaan: urheilijoihin, toimintaympäristöön ja itsensä toteuttamiseen. Valmentajista lähes kaksi kolmasosaa (63 %) koki parhaan yksittäisen asian liittyvän urheilijaan. Esille nousivat urheilijoiden kohtaaminen, erityisesti heidän motivaationsa, iloisuutensa, positiivisuutensa ja aitoutensa (23 %), sekä urheilijan kehittyminen (17 %), onnistuminen (17 %) ja menestyminen (8 %). Vajaan neljäsosan (23 %) mielestä paras yksittäinen asia liittyi urheilijan ympärillä olevaan toimintaympäristöön: siinä toimiviin ihmisiin (8 %), vallitsevaan hyvään ilmapiiriin (8 %), saatuun positiiviseen palautteeseen (5 %) ja yhteisiin kokemuksiin (3 %). Itsensä toteuttamiseen liittyviä asioita, kuten auttajana ja mahdollistajana toimimista, oman osaamisen jakamista eteenpäin, toiminnan kehittämistä ja jatkamista oman rakkaan lajin parissa, piti parhaana asiana 14 prosenttia valmentajista.

3.8 LAJILIITTOINTEGRAATIO

Valmentajilta kysyttiin myös ajatuksia lajiliitointegraatiosta. Valmentajista (n = 103) 62 prosenttia kertoi lajinsa olevan integroitu vammattomien lajiliiton toimintaan, 17 prosenttia valmensi lajissa, jonka toiminta ei ollut integroitunut vammattomien lajiliittoon ja 21 prosenttia valmentajista ei osannut sanoa onko laji integroitunut. Lajiliitointegraatiota arvioivat tarkemmin ne vastaajat, joiden laji oli integroitu vammattomien lajiliiton toimintaan (n = 64). Näitä valmentajia oli yhteensä 22 eri lajista, yleisimmin judosta, yleisurheilusta, ratsastuksesta ja jalkapallosta.

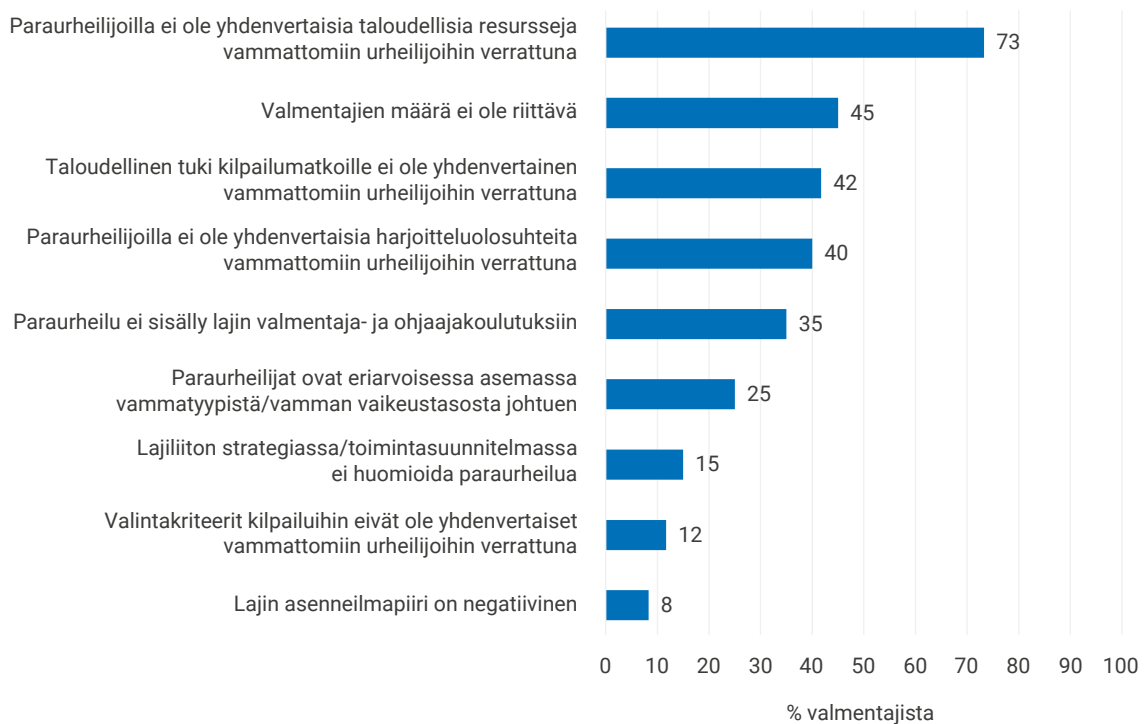
Vastaajista vajaa puolet (47 %) arvioi lajiliitointegraation toteutuneen omassa lajissa vähintäänkin melko hyvin ja vastaavasti reilu viidesosa (21 %) parhaimmillaankin melko huonosti. Kolmasosa ei osannut antaa arviota kumpaankaan suuntaan (kuvio 22).



Kuvio 22. Lajiliitointegraation onnistuminen valmentajien arvioimana (n = 64).

Haasteena talous, valmentajien määrä ja olosuhteet

Niitä valmentajia, joiden laji oli integroitu vammattomien lajiliiton toimintaan, pyydettiin valitsemaan yhdeksästä vaihtoehdosta korkeintaan neljä suurinta integraatioon liittyvää haastetta. Valtaosa vastanneista (73 %) arvioi haasteeksi sen, ettei paraurheilijoilla ole yhdenvertaisia taloudellisia resursseja vammattomiin urheilijoihin verrattuna. Seuraavaksi yleisimmiksi haasteiksi nousivat valmentajien riittämätön määrä (45 %), se, että taloudellinen tuki kilpailumatkoille ei ole yhdenvertainen vammattomiin urheilijoihin verrattuna (42 %) ja se, että paraurheilijoilla ei ole yhdenvertaisia harjoitteluolosuhteita vammattomiin urheilijoihin verrattuna (40 %). Sen sijaan lajin asenneilmapiirin negatiivisuuden tunnisti haasteeksi vain muutama valmentaja (8 %) (kuvio 23).



Kuvio 23. Lajiliittointegraation liittyvät suurimmat haasteet valmentajan omassa lajissa (n = 60).

Kehitettävää yhdenvertaisuudessa, viestinnässä, yhteistyössä ja seurannassa

Valmentajilta kysyttiin myös mitä ajatuksia lajiliittointegraatio heissä ylipäätään herättää. Lajiliittointegraation tavoitteena on huippu-urheilumenestys ja paraurheilijoiden yhdenvertaiset mahdollisuudet valmentautua ja kilpailla. Ajatuksena on, että lajin paras osaaminen on lajiliitossa. Osalle valmentajista lajiliittointegraatio oli epäselvä asia. Ei ollut selvää mitä integraatio ylipäätään tarkoittaa tai mitä lisäarvoa ja tukea se mahdollisesti tuottaa urheilijalle. Monella valmentajalla oli ristiriitaisia tunteita integraation liittyen. Yhtäältä tunnistettiin lajiliittointegraation mahdollisuudet lajille ja sen kehittämiseksi, mutta toisaalta oltiin tietoisia myös sen mukanaan tuomista riskeistä. Myös kiinnostus integraatiota kohtaan oli koettu hiipuvan alkuvuosien innostuksen jälkeen.

”Saattaisi tuoda lajille näkyvyyttä, mutta pelkona myös, että jää päälajin jalkoihin ja ollaan se ”tehdään jos ehditään” osa lajiliitossa.”

”Kannatan lajiliittointegraatiota, mutta se ei saa heikentää merkittävästi vammaisten urheilijoiden asemaa ja tukijärjestelyjä valmentautumisorganisaatiossa.”

"Syvempi integraatio voisi tuoda systemaattisuutta *lajin* kehittämiseen, mutta siinä on myös riskinä menettää loputkin aktiiviset tekijät *lajin* parista."

"Lajiliitto aktiivisesti mukana, ja mikäli voisimme vielä vahvemmin tehdä yhteistyötä lajiliiton kanssa olisi meillä entistä paremmat mahdollisuudet kehittää lajia."

"On tärkeää kuitenkin huolehtia, että paraurheilu vähemmistöjen edustajana ei jää lajiliitossa liian pieneen asemaan. Tämä tarkoittaa hyvää asennetta, suunnittelua ja yhteistyötä lajiliitossa sekä korvamerkittyjäkin ratkaisuja."

Vaikka lähtökohtaisesti moni valmentaja pitikin lajiliittointegraatiota hyvänä toimintamallina, integraatioprosessit saivat kritiikkiä epäonnistuneesta toteuttamisesta, suunnitelmallisuuden ja systemaattisuuden vähäisyydestä sekä seurannan ja arvioinnin puutteesta.

"Ajatus hieno, mutta toteutus huono. "

"Sitä ei suunniteltu ollenkaan, miten se toteutetaan, se vaan tehtiin, kun muutkin tekevät niin."

"Sekava kaaos missä ei ole mitään johdonmukaisuutta."

"Integraatio oli ja on mielestäni oikea toimintamalli, mutta aikoinaan asia vain pullautettiin oletuksella, että integraatio ilman seurantaa, mittarointia ja muita oleellisia työkaluja, toteutuu kuin itsestään."

Yhdenvertaisuudesta valmentautumisessa ja kilpailuissa oli valmentajilla erilaisia näkemyksiä. Osan mielestä menestyspotentiaali ohjaa resurssien ohjautumista. Toisaalta valmentajilla oli myös varsin myönteisiä kokemuksia, joissa urheilijoiden aseman nähtiin parantuneen integraation seurauksena. Down-urheilijoille nykyisen järjestelmän ei koettu tarjoavan riittävästi mahdollisuuksia kilpailemiseen.

"Paraurheilijoita ei nähdä samanarvoisina kuin muut urheilijat."

"Liitto on kiinnostunut vain kärkiurheilijoista, kaikki muut saavat toimia yksin."

"Toiminnan focus on vain MJ-tasolla ja sielläkin ainoastaan matkanjärjestäjä tai taloudellisten resurssien ohjaaminen. Väliportaot puuttuvat ja harrastusmahdollisuudet vähenevät koko ajan. "

"Asiaa tehdään vain lajin maineen takia, ei urheilijoiden/ harrastajien."

"*Lajiliitto* on aiemmin toiminut hyvinkin yhdenvertaisesti, mutta nyt yleisellä tasolla ei haluat huomioida esim. vaativia kv-kisoja ja niihin valmentautumista. Halutaan paraurheilijat pois vammattomien SM-kisoista, vaikka valmennuksellisesti ja kv-kisojen valintojen kannalta ajankohta olisi juuri oikea."

"Asiat ovat mielestäni *lajissamme* hyvin. Varsin keskinkertaisetkin paraurheilijat pääsevät lajiliiton ryhmiin ja saavat liitolta leiritystä ja muuta tukea. Kotimaiset kilpailut ovat laadukkaita ja integroiduissa kilpailuissa vammattomat *urheilijat* kohtelevat paraurheilijoita hienosti. Ulkomaan kisojakin on paraurheilijoille tarjolla."

"*Lajiliitossa* on *urheilijamme* hyvin huomioitu."

Lajiliiton kanssa tehtävä yhteistyö arvioitiin tärkeäksi. Osa lajeista on ollut integraation piirissä jo vuosia ja hyviä toimintamalleja onkin ehtinyt kehittyä. Toisaalta vasta käynnistysvaiheessa olevissa lajeissa ei vielä pystytty arvioimaan integraation vaikutuksia.

"Edistyy hyvin ja liitolla on paljon osaamista."

"Yhteistyö liiton kanssa on parin viime vuoden aikana edennyt paljon, mutta paljon on vielä tekemättä seuratasolla."

"Lajiliitto aktiivisesti mukana, ja mikäli voisimme vielä vahvemmin tehdä yhteistyötä lajiliiton kanssa olisi meillä entistä paremmat mahdollisuudet kehittää lajia."

"Liitto on viime vuosina tukenut ja huomionnut *lajia* enenevässä määrin ja se on nostettu yhdeksi kehityskohteeksi. Olemme päässeet esimerkiksi vakinaisesti osaksi isoja kilpailuja. "

"Hyvä asia jos lajiliitossa asiaan panostetaan oikeasti ja siellä löytyy työntekijöitä, joilla on mahdollisuus antaa työaikaa näille asioille eikä tehdä niitä kaiken muun ohessa."

"Meillä integraatio on vasta ihan alussa eli ensimmäistä kautta. En siis tiedä mitä tämä tuo tullessaan."

"Olemme käyneet keskusteluita ja tehneet yksittäisiä aloitteita yhteistyön osalta."

Lajiliittoyhteistyössä tunnistettiin myös haasteita. Liitoilta toivottiin mm. koulutusta osana valmentajanpolkua, apua markkinointiin, kouluttamiseen ja lajin kehittämiseen.

"*Lajin* koulutusta on ollut, mutta se on ollut erillisinä koulutuksina, ei osana yleistä valmennuspolkua."

"*Laji* on edelleen hieman oma kuplansa liiton toiminnassa, mikä ehkä aiheuttaa sitä, että lajin toimijat eivät tunne *lajia* tai sen erityispiirteitä yhtä hyvin kuin muuta lajiliiton toimintaa."

"Liitolta ja emoseuralta saamme tukea tyyliin "Teette siellä kyllä hyvää työtä, mutta koittakaa pärjällä." "

"Kaikki koulutukset *lajiliiton* kanssa ovat vammattomia *urheilijoita*/valmentajia varten, joten kun menen kurssille minun tulee muokata se niin, että ryhmäni pystyy tekee sen ja siinä on aina jonkun verran soveltamista, jotta saadaan sama treeni tehtyä *ryhmän* parissa."

"Sitä [yhteistyötä] pitää koko ajan ja edelleen kehittää. Harmillisesti lajiliittojen hallituksissa ja työntekijöissäkin on henkilöitä, jotka eivät osaa katsoa asioita monesta näkökulmasta."

4 YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Pääosan paravalmentajakyselyyn vastanneista valmentajista muodostivat vapaaehtois pohjalta toimivat 50-vuotiaat tai sitä vanhemmat miesvalmentajat. Naisvalmentajat olivat keskimäärin miesvalmentajia nuorempia ja naisvalmentajien osuus oli tässä aineistossa suurempi (41 % ja 33 %) kuin vuoden 2019 valmentajakyselyssä (Blomqvist, Mononen & Hämäläinen 2020). Niiden valmentajien osuus, joilla itsellään oli jokin vamma tai toimintarajoite, oli hieman suurempi (13 %) kuin aiemmin Kanadassa raportoidussa paravalmentajia käsittelevässä tutkimuksessa (10 %) (Habash & Turnnidge 2018). Mahdollisuus osallistua seurojen toimintaan erilaisissa toimijaroleissa on yhdenvertaisuutta. Esimerkiksi Liikuttaako-raportin (Saari toim., 2021) mukaan vain noin 10 prosentissa urheiluseuroista on toimintarajoitteisia ohjaajia, valmentajia tai luottamushenkilöitä. Toimintarajoitteiset henkilöt nähdäänkin vielä urheiluseuroissa todennäköisemmin osallistujina kuin toiminnasta vastaavina, suunnittelevina ja tekevinä henkilöinä. Uudenlaiseen ajatteluun on siis Suomessakin vielä matkaa. Monimuotoisuuden lisäämisen kannalta tulisi pohtia keinoja, miten tarjota kaikille tasavertaiset mahdollisuudet päästä mukaan toimintaan ja toisaalta, miten houkutella enemmän erityisesti nuoria valmentajia paraurheilun pariin.

Vaikka paravalmentajan polut näyttäytyivät hyvin yksilöllisinä, löytyi niistä myös tiettyjä samankaltaisuuksia. Yleisimmin polku paravalmentajaksi alkoi ulkopuolisen tahon pyynnöstä, omasta mielenkiinnosta tai oman lapsen harrastuksen kautta ja toisaalta harvemmin siksi, että paravalmentaminen kiinnosti ammattina. Monelle valmentajalle merkittäviä käännekohtia polulla olivat valmennustehtävän vastaanottaminen, kansainväliseen kisatapahtumaan osallistuminen, urheilijan tai joukkueen kehittymisen huomaaminen, oma kouluttautuminen tai oman osaamisen ja kehittymisen tunnistaminen. Nykyhetkeä pohtiessaan valmentajat toivat esille vahvan kehittämisen näkökulman. Valmentajien tavoitteena oli urheilijan kasvun, kehityksen ja menestyksen tukeminen, valmentajana kehittyminen, sekä myös toiminnan ja olosuhteiden kehittäminen. Valmentajana kehittymistä ja valmentajauralla etenemistä kuitenkin vaikeuttivat yleisimmin taloudellisen tuen puute ja paraurheilun heikko arvostus. Myös puutteet omassa osaamisessa ja kokemuksessa sekä haasteet välineiden tai olosuhteiden kanssa nousivat esille vastaajien polkukuvauksissa.

Paraurheilun parissa toimivia valmentajia voidaan syystä luonnehtia kokeneiksi moniosaajiksi. Kokemusta valmentamisesta oli kertynyt keskimäärin 17 vuotta ja paralajeistakin jo keskimäärin kymmenen vuotta eri ikäisten ja tasoisten urheilijoiden valmennuksen parissa. Neljä viidestä oli aiemmin valmennusurallaan valmentanut myös vammattomia urheilijoita ja kyselyn tekohetkellä joka kolmas valmensi sekä paraurheilijaa että vammattonta urheilijaa. Valmennustoiminnan jatkaminen perustui valtaosalla valmentajista haluun edistää yhdenvertaista liikuntaa ja urheilua sekä valmentamisesta saatavaan nautintoon, joka kumpusi urheilijan kehittymisen seuraamisesta sekä vuorovaikutuksesta urheilijan kanssa. Valmentajan kokonaishyvintointiin positiivisesti vaikuttavat tekijät liittyivät yleisimmin varsinaiseen arkivalmennukseen, kuten vuorovaikutukseen toimintaympäristössä toimivien henkilöiden kanssa, omaan pätevyyteen ja kokemukseen valmentajana sekä urheilijan tai joukkueen suoritustasoon. Voidaankin tulkita, että valtaosa valmentajista koki juuri valmentamisen olevan heille motivoivaa ja positiivisia kokemuksia tuottavaa. Negatiivisiksi koetut tekijät puolestaan olivat enemmän taustalla vaikuttavia

tekijöitä, kuten joukkueen, seuran tai liiton toiminnan linjaukset, valmentamisesta saadut korvaukset sekä valmennuksen oheistehtävät.

Valmentajakoulutusta oli useammalla kuin joka kahdeksannella valmentajalla ja korkein valmentajakoulutustaso jakautui melko tasaisesti eri koulutustasojen välille. Kolmasosalla korkein valmentajakoulutustaso oli VOK 1 taso, reilulla neljäsosalla VOK 2 tai 3 taso ja neljäsosalla valmentajan ammattitutkinto tai korkea-asteen valmentajakoulutus. Huomionarvoista oli, että valmentajan ammattitutkinnon suorittaneista noin joka kolmas oli suorittanut paravalmentajan ammattitutkinnon ja ainoastaan noin joka kolmannella valmentajalla oli erityisesti paraurheilijoiden valmentamiseen liittyvää koulutusta. Urheilussa toimiville ohjaajille tai valmentajille suunnattuja paraurheiluun liittyviä koulutuksia on vähän. Toistaiseksi ainoa valmentajan ammattitutkintoon tähtäävä ParaVAT-koulutus toteutettiin 2017–2018. Vähäistä koulutustarjontaa täydentää Suomen Paralympiakomitean, Soveltava Liikunta Soveli ry:n, Ikäinstituutin ja Kuurojen Urheiluliitto ry:n yhteistyössä Liikuntakeskus Pajulahden kanssa kehittämä soveltavan liikunnan ja vammaisurheilun perusteet -verkkokoulutus (Suomen Paralympiakomitea, 2023), jota hyödynnetään myös monissa oppilaitoksissa.

Valmentajien koulutus- ja kehittymishalukkuus on tulosten perusteella ilmeinen. Valtaosa valmentajista piti lisäkouluttautumista erittäin tärkeänä ja lähes kaikki valmentajat kokivat myös, että valmentajakoulutuksella oli ollut tärkeä rooli sekä oman valmennustoiminnan että valmentajana kehittymisen kannalta. Kolme viidestä valmentajasta oli osallistunut valmentajakoulutukseen edellisen kahden vuoden aikana. Huomattavasti suurempi osuus paravalmentajista (37 %) oli maksanut käymänsä koulutuksen joko osin tai kokonaisuudessaan itse valmentajakyselyssä raportoituun vastaavaan osuuteen (16 %) verrattuna (Blomqvist ym. 2020). Parhaiten sopivana koulutusmuotona valmentajat pitivät yhdistettyä lähi- ja verkkokoulutusta. Yleisimmin syynä sille, ettei ollut edellisen kahden vuoden aikana osallistunut valmentajakoulutukseen olivat henkilökohtaiset syyt (ajan puute, työ- ja siviilielämän asettamat haasteet). Toisaalta myös viestinnälliset, toiminnalliset tai sisällölliset syyt kuten se ettei ollut tietoa koulutuksista, koulutusten saavutettavuus tai sopivan koulutuksen puute olivat ainakin jossakin määrin olleet esteinä kouluttautumiselle. Valmentajien koulutus- ja kehittymishalukkuus avaavat monia mahdollisuuksia miettiä keinoja valmentajien osaamisen kehittämiseksi koulutuksen keinoin. Koulutusten järjestäjien tulisi pyrkiä minimoimaan koetut koulutusesteet ja suosia vastaajille parhaiten sopivia koulutusmuotoja.

Valmentajat arvioivat valmennustoiminnan toteuttamisen ja kehittämisen edellytykset kaiken kaikkiaan melko hyviksi. Tulokset olivat samansuuntaisia vuonna 2018 Kanadassa tehdyn tutkimuksen kanssa (Habash & Turnidge 2018), jossa motivaatio arvioitiin korkeimmalle, kyvykkyys ja mahdollisuudet hieman alemmalle tasolle. Samansuuntaisia havaintoja löytyi myös tarkemmasta kyvykkyuden tarkastelusta. Korkealle tasolle arvioitiin molemmissa maissa kyvykkyys tuoda esille myönteisiä käyttäytymismalleja ja arvoja, rakentaa urheilijan itseluottamusta ja tunnustaa urheilijoiden saavutukset. Yhtäläisyyksiä löytyi myös alhaisimmiksi arvioitujen kyvykkyyksien osalta, kuten käyttää inklusiivisia toimintatapoja sekä valmentaa urheilijoita kilpailuihin. Selvä ero maiden välillä löytyi luottamuksessa työskennellä yhteistyössä urheilijoiden kanssa, jossa suomalaiset paravalmentajat arvioivat osaamisensa kanadalaisia korkeammalle. Samansuuntainen ero löytyi myös urheilijoiden auttamisessa lajitekniikan ja -taktiikan oppimisessa. Kanadalaiset paravalmentajat luottivat osaamiseensa suomalaisia enemmän urheilijoiden kehittymisen tukemisessa sekä urheilussa että sen ulkopuolella.

Kiinnostus oman osaamisen kehittämiseen oli hyvin moninaista. Erityisen kiinnostuneita valmentajat olivat kehittämään osaamistaan lajitietojen ja -taitojen, psykologian sekä harjoittelun suunnittelun aihealueilla. Paravalmennukseen osalta lisätietoa oli tarvetta saada vammoista ja paravalmennuksen erityispiirteistä. Tukea valmennukseen sekä vammoihin liittyvissä haasteissa etsittiin hyvin monilta eri tahoilta. Yleisimmin ongelmia ratkottiin valmentajakollegoiden sekä urheilijoiden kanssa. Tulokset myös todentavat, että osaamisen kehittyminen valmentajana perustui vahvasti kokemuksen kautta oppimiseen. Oppimisen ja kehittymisen ytimen muodostivat urheilijoilta saatava palaute sekä omien ideoiden testaaminen ja kokeileminen käytännössä. Tärkeinä oppimistilanteina pidettiin myös työskentelyä ja vuorovaikutusta muiden valmentajien kanssa sekä oman valmennustoiminnan reflektointia. Arjessa tapahtuvan oppimisen tukemiseksi olisi tärkeää mahdollistaa valmentajien kohtaamisia, joissa valmentajat voivat käydä keskusteluja, vaihtaa kokemuksia sekä saada ja antaa vertaistukea. Virallisemmin arkivalmennusta voidaan puolestaan tukea mentoroinnin tai työnohjauksen keinoin. Lisäksi vähintään yhtä tärkeää kuin opettaa koulutussisältöjä, on opettaa etsimään ja tarkastelemaan tietoa kriittisesti ja auttaa valmentajia oppimaan käytännöstä ja refleктоimaan omaa toimintaansa.

Mielipiteet lajiliitointegraation toteutumisen onnistumisesta vaihtelivat valmentajien kesken. Osa valmentajista oli tyytyväinen lajiliitointegraation toteutumiseen, mutta osalta lajiliitot saivat kritiikkiä. Suurimmaksi haasteeksi nostettiin se, että paraurheilijoilla ei ole yhdenvertaisia taloudellisia resursseja eikä harjoitteluolosuhteita vammattomiin urheilijoihin verrattuna. Myös valmentajien määrää pidettiin riittämättömänä. Lajiliitointegraation nykytilan selvittäminen ja sen vaikuttavuuden arviointi olisikin tärkeää. Resurssien jakautumisen ja sitä kautta urheilijoiden ja valmentajien toimintamahdollisuuksien ja aseman lisäksi tärkeää olisi selvittää millaiset mahdollisuudet muilla lajin toimijoilla on osallistua lajiliiton toimintaan ja millaiset edellytykset lajin kehittämiseksi ylipäättään lajiliitossa on.

Liikuttaako-raportin (Saari 2021, toim.) mukaan urheiluseurojen kiinnostus paraurheiluun on lisääntynyt, mutta merkittävimpiä esteitä paraurheilun tai soveltavan liikunnan järjestämiselle ovat osaavien ohjaajien ja valmentajien, sekä myös koulutuksen puute. Käytännön kentällä on havaittu myös viitteitä siitä, että tavoitteellisesti urheilevalle nuorelle urheilijan polulla etenemisen haasteena voi olla juuri sopivan valmentajan löytyminen. Toisaalta nyt käsillä olevan selvityksen mukaan osa valmentajista oli keskeyttänyt tai lopettanut valmentamisen, koska ei ollut valmennettavaa urheilijaa tai joukkuetta. Vajaa viidesosa valmentajista koki lahjakkaiden valmennettavien puutteen vaikeuttaneen valmentajana kehittymistä tai valmentajauralla etenemistä. Myös tulevaisuuden tavoitteeksi moni valmentaja esitti uusien harrastajien rekrytoinnin. Olisikin tärkeää pohtia, mistä tämä kohtaamisongelma johtuu ja miten siihen olisi mahdollista vaikuttaa. Onko tilanne erilainen eri lajeissa ja liittyykö urheilijoiden tai valmentajien rekrytointitarve nimenomaan tietyllä tasolla urheileviin?

LÄHTEET

Allan, V., Gainforth, H., Turnnidge, J., Konoval, T., Côté, J. & Latimer-Cheung, A. 2021. Narrative as a learning tool for coaches of athletes with a disability: using stories to translate research into practice, *Physical Education and Sport Pedagogy*, DOI: [10.1080/17408989.2021.2006619](https://doi.org/10.1080/17408989.2021.2006619).

Blomqvist, M., Mononen, K. & Hämäläinen, K. 2020. Valmentajakysely 2019. KIHUn julkaisusarja, nro 71. ISBN 978-952-7290-12-5, ISSN 2489-8317. Jyväskylä 2020.

Habash, M. & Turnnidge, J. 2018. An investigation of coaches' and classifiers' perceptions of working with athletes with a disability. <https://coacheson.wpenginepowered.com/wp-content/uploads/An-investigation-of-coaches%E2%80%99-and-classifiers%E2%80%99-perceptions-of-working-with-athletes-with-a-disability.pdf> Luettu 2.5.2023.

Michie, S., van Stralen, MM. & West, R. 2011. The behaviour change wheel: a new method for characterising and designing behaviour change interventions. *Implementation Science*, 23;6:42. DOI: 10.1186/1748-5908-6-42.

Suomen Paralympiakomitea 2023. <https://www.paralympia.fi/verkkokoulutus>

Suomen Paralympiakomitea. 2021. Liikuttaako? Toimintarajoitteisille henkilöille suunnatun Liikkuja-kyselyn ja Seurakyselyn raportti. Aija Saari (toim.) Suomen Paralympiakomitea, Raportti 1/2021. ISBN 978-952-69154-7-0 (verkkojulkaisu) https://www.lts.fi/media/lts_soveltava-liikun-ta/liikuttaako_raportti_uusi.pdf

LIITE 1. LAJILISTA

Lajit, joissa vastaajat toimivat valmentajina kyselyn tekohetkellä (n = 103).

Alppihiihto	Paraboccia
Ampumaurheilu	Parajudo
Beach Volleyball	Parajääkiekko
Boccia	Parasulkapallo
Cheerleading	Parkour
Futsal	Pyörätuolitanssi
Golf	Pöytätennis
ITF Taekwon-do	Ratamelonta
Jalkapallo	Ratsastus
Jousiammunta	Rytminen voimistelu
Judo	Salibandy
Jääkiekko	Sirkus
Karate	Special olympics maastohiihto
Keilailu	Sähköpyörätuolijalkapallo
Kiipeily	Sähköpyörätuolisalibandy
Koripallo	Taitoluistelu (yksinluistelu)
Kouluratsastus/paradressage	Tanssiurheilu
Luistelu	Tennis
Lumilautailu	Triathlon
Maalipallo	Uinti
Maastohiihto	Voimanosto
Näkövammaisten ammunta	Yleisurheilu



PARAVALMENTAJIEN NYKYTILA SUOMESSA
- Paravalmentajakyselyn tuloksia 2023

Kaisu Mononen & Minna Blomqvist

KIHUn julkaisusarja, nro 85

ISBN 978-952-7290-30-9 (verkkojulkaisu)
ISSN 2489-8317 (verkkojulkaisu)

© Huippu-urheilun instituutti KIHU, 2023