

ILOA SUKSILLA – KOULUHIHTOTAPAHTUMA LASTEN KOKEMANA

SAMU TUOMAALA, PERTTI HUOTARI, JARMO LIUKKONEN

**Yhteystiedot: Samu Tuomaala, Jyväskylän yliopisto, Liikuntatieteiden laitos, PL 35 (L), 40014 Jyväskylän yliopisto.
Puh: 014 260 2106, sähköposti: samu.tuomaala@sport.jyu.fi**

TIIVISTELMÄ

Tuomaala, S., Huotari, P., Liukkonen, J. 2009.
Iloa suksilla – Kouluhihtotapahtuma lasten kokemana.
Liikunta & Tiede 46 (1), 30–35.

■ Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää 11-vuotiaiden lasten kokemuksia Suomen Hiihtoliiton piirikohtaisessa kouluhihtotapahtumassa. Tutkimuksessa analysoitiin tapahtuman motivaatioilmaston, lasten oman tavoiteorientaation ja lasten kokeman vanhempien tavoiteorientaation yhteyttä lasten viihtymiseen ja jännittyneisyyteen. Tutkimus toteutettiin kaikissa Suomen Hiihtoliiton piireissä postikyselynä kevättalvella 2006. Kyselyyn vastasi 535 tapahtumaan osallistunutta lasta ja sen palautti 56.1 prosenttia osallistujista. Motivaatioilmastoa analysoitiin koululiikunnan motivaatioilmastomittarilla (Soini 2006) ja tavoiteorientaatiota POSQ-mittarin (Roberts ym. 1998) suomenkielisellä versiolla (Liukkonen 1998), lasten osalta itsearvioina ja vanhempien osalta lasten arvioimana. Viihtymistä analysoitiin Enjoyment in Sports -mittarin (Scanlan ym. 1993) suomenkielisellä versiolla (Liukkonen 1998) ja jännittyneisyyttä visuaalis-analogisella mittarilla (VAS; Tiplady ym. 1998). Luotettavuustarkastelut osoittivat mittareiden olevan psykometrisiltä ominaisuuksiltaan riittäviä summamuuttujien ja jatkoanalyysien toteuttamiseksi.

Lapset kokivat tapahtuman motivaatioilmaston tehtäväsuuntautuneeksi sekä sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja autonomiaa tukevaksi. Lapset myös viihtyivät tapahtumassa hyvin. Pojat olivat tavoiteorientaatioltaan kilpailullisempia ja he kokivat myös itse tapahtuman kilpailullisemmaksi kuin tytöt. Tytöt jännittivät tapahtumaa poikia enemmän. Lasten ja heidän vanhempiansa korkea tehtäväorientaatio oli yhteydessä tapahtumassa viihtymiseen. Tapahtuman ilmaston kokeminen itsevertailua, sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja autonomiaa tukevaksi oli yhteydessä tapahtumassa viihtymiseen. Vastaavasti ilmaston kokeminen normatiivista vertailua korostavaksi oli yhteydessä vähäiseen viihtymiseen.

Avainsanat: hiihto, kouluhihtotapahtuma, viihtyminen, jännittyneisyys, motivaatioilmasto, tavoiteorientaatio

ABSTRACT

Tuomaala, S., Huotari, P., Liukkonen, J. 2009.
Enjoyment on Skis – Children's Perceptions of the School Ski Event.
Liikunta & Tiede 46 (1), 30–35.

■ The aim of the study was to analyze the emotional experiences of 11-year-old children participating in the district level school ski events organized by the Finnish Ski Federation. Children's perceptions of enjoyment, anxiety, motivational climate and the goal orientations of the children and their parents were analyzed. The study program was implemented in all districts of the Finnish Ski Federation during late winter 2006 by sending the questionnaires by post. A final sample of 535 participants responded to the questionnaires. The response rate was 56.1 percent. Motivational climate was analyzed using the Motivational Climate in PE Scale (Soini 2006). Goal orientation was analyzed using the Finnish version (Liukkonen 1998) of the POSQ scale (Roberts et al. 1998), in the case of the children by self-assessments, and in the case of their parents as perceptions of the children. Enjoyment was analyzed using the Finnish version (Liukkonen 1998) of the Enjoyment in Sport scale (Scanlan et al. 1993). Anxiety was analyzed by the Visual Analog Scale (VAS; Tiplady et al. 1998). Reliability and validity analyses showed satisfactory psychometric properties for the scales, thus supporting the use of subscales in further analyses.

Children perceived the event as highly task involving, socially related, supportive of autonomy, and highly enjoyable. The boys had higher ego orientation than the girls, and they also perceived the climate of the event as more competitive. Girls experienced higher levels of anxiety. Task orientation of the children and their parents was associated with high levels of enjoyment. Perceiving the climate as supportive of self-reference, social relatedness, and autonomy was associated with high levels of enjoyment, whereas climate supporting normative comparison was associated with low levels of enjoyment.

Key words: skiing, school ski event, enjoyment, anxiety, motivational climate, goal orientation

JOHDANTO

Hiihto on yksi monipuolisimmista liikuntamuodoista (Suvikas 1981). Perusopetuksen valtakunnallisen opetussuunnitelman perusteissa talviliikunta on esitetty yhdeksi keskeiseksi sisällöksi koko peruskoulun ajalle. Kuvauksena oppilaan hyvästä osaamisesta liikunnassa 4. luokan päättyessä on hiihdon osalta mainittu, että oppilaan on pystyttävä liikkumaan suksilla monipuolisesti. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004.) Kouluilla on tärkeä tehtävä hiihtotaitojen opettamisessa, ja kouluhiihtotapahtumat ovat yksi mahdollisuus oppilaiden kiinnostuksen lisäämiseen talviliikuntaa ja hiihtämistä kohtaan.

Liikuntamotivaatiolla tarkoitetaan syytä, joka saa ihmiset liikkumaan. Myönteiset tunneilat ovat toiminnan kannalta tärkeitä ja ne lisäävät lapsen motivaatiota. (Sarlin 1995.) Viihtyminen on oleellinen tekijä puhuttaessa liikunnasta saatavasta nautinnosta ja pysymisestä liikunnan parissa. Toiminnan motivaatioilmastolla onkin havaittu olevan merkittävä yhteys muun muassa urheilijoiden viihtymiseen ja urheilussa pysymiseen (Liukkonen 1998; Yli-Piipari 2005; Årling 2003).

Tavoiteorientaatioteoria on suosittu lähestymistapa motivaation tutkimiseen urheilun ja liikuntakasvatuksen alueella. Sosiaaliskognitiivisen tavoiteorientaatioteorian mukaan koetun kyvykkyyden kriteereinä ovat liikunnassa tehtävä- ja kilpailuorientaatio, jotka säätelevät sitä, miten menestyminen koetaan erilaisissa suoritusympäristöissä. (Roberts 2001.) Ahdistuneisuus on elämyksellinen jännitystilä, jota voivat liikunnan yhteydessä lisätä esimerkiksi kilpailutapahtuma, katsojat, outo tilanne ja ympäristö sekä opettajan suhtautuminen (Singer 1980; Wolman 1979).

Tehtäväsuuntautuneisuuden on todettu olevan yhteydessä viihtyvyyteen ja lisääntyneeseen kiinnostukseen liikuntaa kohtaan. Vastaavasti kilpailusuuntautuneisuuden on todettu olevan yhteydessä lisääntyneeseen ahdistuneisuuteen. (Duda & Whitehead 1998.) Kilpailusuuntautuneisuus on yhteydessä korkeaan osallistumismotivaatioon vain, jos henkilön tehtäväsuuntautuneisuus on samaan aikaan korkea (Roberts 2001).

Suomen Hiihtoliiton vuosittain järjestämän kouluhiihtotapahtuman tavoitteina ovat pohjan luominen elinikäiselle liikunnan harrastamiselle, myönteisten liikuntaelämysten edistäminen, kaikkien osallistuvien viidesluokkalaisten yhteishengen kohottaminen, mielekkään hiihtoon tutustumistavan tarjoaminen sekä terveiden elämäntapojen opettaminen. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli analysoida Suomen Hiihtoliiton piirikohtaista kouluhiihtotapahtumaa hiihto-osuuksille osallistuneiden lasten kokemana. Varsinaisten hiihtäjien lisäksi tapahtumaan osallistui myös muita oppilaita mutta heitä ei tutkittu. Tutkimuksessa analysoitiin tapahtuman motivaatioilmaston, lasten tavoiteorientaation ja lasten kokeman vanhempien tavoiteorientaation yhteyttä lasten viihtymiseen ja jännittyneisyyteen. Tiedon saaminen tapahtuman motivaatioilmastosta sekä lasten liikuntamotivaatiosta auttaa kehittämään kouluhiihtotapahtumaa siten, että se tuottaa myönteisiä liikuntaelämyksiä ja siten edistää liikunnallisen elämäntavan omaksumista.

TUTKIMUSMENETELMÄT JA AINEISTON KERUU

Tutkimuksen osanottajia olivat vuoden 2006 Hiihtoliiton piirikilpailujen hiihto-osuuksille osallistuneet peruskoulun viidesluokkalaiset lapset. Tutkimus kattoi Hiihtoliiton kaikki 17 tapahtumaan osallistunutta piiriä. Postileimojen perusteella voitiin todeta, että vastauksia saatiin melko tasaisesti kaikista piireistä, joten tutkimusta voidaan pitää maantieteellisesti melko kattavana. Kouluhiihtotapahtumaan osallistuneiden luokkien opettajille lähetettiin tapahtuman jälkeen kyselylomakkeet, joihin joukkueessa hiihtäneet oppilaat vastasivat.

Kussakin joukkueessa oli kolme tyttöä ja kolme poikaa. Kyselyjä lähetettiin postitse 954 ja takaisin saatiin 535 (269 tyttöä ja 264 poikaa) eli vastausprosentti oli 56,1 %. Vastausprosenttia voidaan pitää kohtalaisena kyselytutkimukseen, mutta luotettavuuden kannalta se on edustavuudeltaan alhainen. Palautusprosentti olisi voinut nousta korkeammaksi, mikäli kyselyiden lähetys olisi uusittu siihen ensimmäisessä vaiheessa vastaamatta jättäneille. Uusintakyselyn lähettäminen ei kuitenkaan ollut tässä tutkimuksessa mahdollista, koska vastaajia ei identifioitu. Kyselylomake koostui mittareista, joiden väittämät koskivat lasten tavoiteorientaatiota, lasten arviota omien vanhempiensa tavoiteorientaatiosta, lasten jännittyneisyyttä ja viihtyvyyttä sekä tapahtuman motivaatioilmastoa.

Motivaatioilmastoa analysoitiin Soinin (2006) validoimalla koulu liikunnan motivaatioilmastomittarilla, jota lyhennettiin ja muokattiin tätä tutkimusta varten. Motivaatioilmastomittarin faktorivaliditeettia analysoitiin pääakselifaktorianalysillä ja promax -rotaatiolla, koska faktorit korreloivat keskenään. Lasten motivaatioilmastomittarista pudotettiin kolme väittämää pois, jonka jälkeen loput väittämät lautauiivat oletetuille neljälle faktorille (taulukko 1). Mittarin väittämät saavuttivat yli 0.40 latauksen ja alle 0.30 latauksen kilpaileville faktoreille. Kommunaliteettiä olivat vähintään 0.25. Lopullinen mittari täytti siten kohtalaisesti faktorivaliditeetin kriteerit (Metsämuuronen 2005). Mittarin ulottuvuuksien sisäinen yhdenmukaisuus oli riittävä sosiaalisen yhteenkuuluvuuden ulottuvuudella (Cronbachin alfa 0.79), tehtäväsuuntautuneella motivaatioilmastolla (alfa 0.62) ja kilpailusuuntautuneella motivaatioilmastolla (alfa 0.64). Väittämien pois jättäminen ei olisi nostanut mittarin minkään ulottuvuuden Cronbachin alfa-kerrointa. Koettua autonomiaa mittaavien kahden väittämän keskinäinen korrelaatio oli 0.46.

Tavoiteorientaatio-kysely perustui Robertsin ym. (1998) tekemään ja Liukkonen (1998) suomentamaan ja validoimaan Perception of Success Questionnaire -mittariin (POSQ). Mittaria yksinkertaistettiin, koska vastaajat olivat 11-vuotiaita. Kilpailusuuntautuneisuutta analysoitiin väittämällä: "Itselleni on tärkeintä, että olen parempi kuin toiset". Tehtäväsuuntautuneisuutta analysoitiin väittämällä: "Itselleni on tärkeintä, että yritän kovasti" ja "Itselleni on tärkeintä, että kehityn omilla taidoillani". Tehtäväsuuntautuneisuutta mittaavien vanhempiensa tavoiteorientaatiota vastaavien kolmen väittämän avulla äidistään ja isästään (esim. "Äidilleni on tärkeintä, että olen parempi kuin toiset").

Tapahtumassa viihtymistä kuvaavana mittarina käytettiin neljä väittämää sisältävää Enjoyment in Sports -mittaria (Scanlan ym. 1993), jonka reliabiliteetti ja validiteetti ovat osoittautuneet riittäviksi nuorisourheilijoilla (Liukkonen 1998). Väittämien sanamuotoja muokattiin tähän tutkimukseen sopivaksi. Viihtyvyyden mittarin Cronbachin alfa -kerroin oli 0.85.

Lasten jännittyneisyyttä arvioitiin visuaalis-analogisella mittarilla (VAS; Tiplady ym. 1998), jonka etuja ovat herkkyyden, luotettavuuden, yksinkertaisuuden, toistettavuuden ja yleisyyden. Mittari on 100 mm:n pituinen jana, jonka ääripäissä ovat luonnehdinnat "erittäin rauhallinen" ja "erittäin jännittynyt". Vastaajia pyydettiin merkitsemään janalle kohta, joka kuvasti heidän tunnetilaansa hiihtotapahtuman alkaessa. Tämän mittarin luotettavuutta arvioitiin ulkoisen kriteerin kautta, jonka mukaan tyttöjen on aikaisemmissa tutkimuksissa todettu olevan liikuntatilanteissa poikia jännittyneempiä (Krotee 1980; Telama 1983). Tämän tutkimuksen aineistolla suoritettu tyttöjen ja poikien keskiarvojen eroja analysoiva t-testi tuki VAS-mittarin ekologista validiteettia ($p < 0.001$).

TAULUKKO 1 Motivaatioilmastomittarin promax-rotatoitu pääakselifaktorianalyysi, faktorilataukset*, kommunaliteetit (h2) ja ominaisarvot (n=535).

Väittämä	faktori 1	faktori 2	faktori 3	faktori 4	h2
SOSIAALINEN YHTEENKUULUVUUS					
9. Hiihtojoukkueemme oli yhtenäinen toimiessaan Valio-viestissä	.76				.61
14. Valio-viestissä kaikki joukkueemme hiihtäjät "puhalsivat yhteen hiileen"	.76				.54
11. Valio-viestissä joukkueemme hiihtäjät todella toimivat yhtenä ryhmänä	.72				.53
6. Valio-viestiin osallistunut hiihtojoukkueemme oli yhtenäinen valmistautuessamme Valio-viestiin	.47				.43
TEHTÄVÄSUUNTAUTUNEISUUS					
3. Valio-viestissä saamamme kokemukset kannustavat joukkueemme hiihtäjiä harjoittelemaan yhä enemmän		.77			.51
2. Joukkueemme hiihtäjille oli tärkeää yrittää parhaansa Valio-viestissä		.51			.26
4. Valio-viestissä pääasia joukkueemme hiihtäjille oli, että saimme hienon oppimiskokemuksen		.49			.35
12. Valio-viestissä joukkueemme hiihtäjille oli tärkeää yrittää parantaa omia aikaisempia hiihtosuorituksia		.42			.27
KILPAILUSUUNTAUTUNEISUUS					
17. Valio-viestissä joukkueemme hiihtäjille oli tärkeää onnistua muita joukkueemme hiihtäjiä paremmin			.80		.63
7. Valio-viestissä joukkueemme hiihtäjille oli tärkeää näyttää muille olevansa parempi hiihtäjä kuin toiset joukkueemme hiihtäjät			.62		.40
20. Valio-viestissä joukkueemme hiihtäjät kilpailivat suorituksissa toistensa kanssa			.45		.25
KOETTU AUTONOMIA					
13. Meidän joukkueemme hiihtäjillä oli mahdollisuus osallistua joukkueemme viestijärjestyksen suunnitteluun				.60	.43
19. Joukkueemme hiihtäjillä oli mahdollisuus vaikuttaa siihen miten joukkueemme valmistautuu Valio-viestiin				.58	.36
Ominaisarvot	3.45	1.96	1.22	1.14	Yht. 7.77
%-osuus kokonaisvaihtelusta	26.53	15.07	9.42	8.77	

*) Vain yli 0.3 faktorilataukset ilmaistu

TULOKSET

Lapset kokivat piirikohtaisen kouluhiihtotapahtuman motivaatioilmaston tehtäväsuuntautuneisuutta, sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja autonomiaa tukevaksi. Pojat kokivat tapahtuman motivaatioilmaston kilpailullisemmaksi kuin tytöt ($p=0.024$), mutta sukupuolten välillä ei ollut eroa muissa tapahtuman motivaatioilmaston ulottuvuuksissa. Tytöt olivat tapahtumassa jännittyneempiä kuin pojat ($p<0.001$). Lapset viihtyivät tapahtumassa hyvin eikä viihtymisessä ollut eroja sukupuolten välillä. Viisiportaisen asteikon viihtyvyyttä kuvaava arvo neljän väittämän keskiarvona oli tytöillä 4.24 ja pojilla 4.29. Molemmat sukupuolet arvioivat oman tavoiteorientaationsa enemmän tehtävä- kuin kilpailusuuntautuneeksi. Pojat olivat kilpailullisempia kuin tytöt ($p<0.001$), vaikka sekä tytöillä että pojilla kilpailusuuntautuneisuus oli alhainen. Viisiportaisella asteikolla tyttöjen kilpailullisuutta kuvaava luku 1.60 oli ja pojilla luku oli 1.94. Tehtäväsuuntautuneen orientaation suhteen ei sukupuolten välillä ollut eroa. Lapset pitivät

vanhempiansa tavoiteorientaatiota tehtäväsuuntautuneena. Pojat arvioivat vanhempiansa kilpailullisuuden voimakkaammaksi kuin tytöt (äitien osalta $p=0.011$; isien osalta $p=0.039$) ja he kokivat myös isiensä tehtäväsuuntautuneen orientaation voimakkaammaksi kuin tytöt ($p=0.007$). Äitien tehtäväsuuntautuneen orientaation arvioimisessa ei ollut eroa sukupuolten välillä. Kaikkien muuttujien keskiarvot ja keskihajonnat on esitetty sukupuolittain taulukossa 2. Asteikkona oli jännittyneisyydessä 1–100 ja muissa muuttujissa 1–5.

Tehtäväsuuntautunut motivaatioilmasto, sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja koettu autonomia olivat yhteydessä lasten viihtymiseen ($p<0.001$), mutta kilpailusuuntautunut ilmasto oli pojilla yhteydessä alhaiseen viihtymiseen ($p<0.05$). Sitä vastoin jännittyneisyydellä ei ollut yhteyttä viihtymiseen. Lasten kokeman motivaatioilmaston ulottuvuuksien, viihtymisen ja jännittyneisyyden keskinäiset korrelaatiot on esitetty taulukossa 3.

TAULUKKO 2. Piirikohtaiseen kouluihottapahtumaan osallistuneiden tyttöjen (n=269) ja poikien (n=264) keskiarvot tavoiteorientaatioissa ja lasten kokemassa vanhempien tavoiteorientaatioissa sekä tapahtuman motivaatioilmaston ulottuvuuksissa, viihtymisessä ja jännittyneisyydessä (kh, ka, t-testi).

Muuttuja	Tytöt ka	kh	Pojat ka	kh	t	p
Lasten tavoiteorientaatio						
Kilpailusuuntautuneisuus	1.60	0.78	1.94	1.03	-4.31	0.000
Tehtäväsuuntautuneisuus	4.50	0.61	4.58	0.60	-1.53	0.126
Vanhempien tavoiteorientaatio						
Äidin kilpailusuuntautuneisuus	1.43	0.80	1.63	0.99	-2.56	0.011
Äidin tehtäväsuuntautuneisuus	4.33	0.78	4.43	0.75	-1.53	0.126
Isän kilpailusuuntautuneisuus	1.61	0.94	1.79	1.07	-2.07	0.039
Isän tehtäväsuuntautuneisuus	4.36	0.77	4.54	0.69	-2.69	0.007
Tapahtuman motivaatioilmasto						
Autonomia	3.55	1.16	3.54	1.10	0.04	0.965
Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	4.18	0.73	4.16	0.79	0.18	0.857
Tehtäväsuuntautunut ilmasto	4.05	0.65	4.04	0.70	0.27	0.790
Kilpailusuuntautunut ilmasto	2.10	0.89	2.28	0.95	-2.27	0.024
Affektiiviset tekijät						
Viihtyminen	4.24	0.75	4.29	0.80	-0.67	0.502
Jännittyneisyys	59.90	25.33	44.94	28.64	6.38	0.000

TAULUKKO 3. Motivaatioilmaston ulottuvuuksien, viihtymisen ja jännittyneisyyden väliset korrelaatiot tytöillä (n=269, diagonaalin alapuolella) ja pojilla (n=264, diagonaalin yläpuolella).

Muuttuja	1	2	3	4	5	6
1. Autonomia	-	.12	.23***	.02	.25***	.04
2. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus	.32***	-	.43***	-.09	.52***	.03
3. Tehtäväsuuntautunut ilmasto	.24***	.47***	-	.14*	.56***	.04
4. Kilpailusuuntautunut ilmasto	.03	-.13*	.03	-	-.14*	-.01
5. Viihtyminen	.34***	.54***	.64***	-.10	-	.00
6. Jännittyneisyys	-.01	.03	-.04	-.07	-.08	-

p<0.05* p<0.001***

TAULUKKO 4. Lasten ja heidän vanhempiansa tavoiteorientaation yhteys viihtymiseen ja jännittyneisyyteen tytöillä (n=269, diagonaalin alapuolella) ja pojilla (n=264, diagonaalin yläpuolella).

Muuttuja	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Kilpailusuuntautuneisuus	-	.00	.47***	.05	.51***	.00	-.10	-.01
2. Tehtäväsuuntautuneisuus	.05	-	-.08	.61***	-.12*	.62***	.24***	.11
3. Äidin kilp.suuntautuneisuus	.52***	.01	-	-.00	.71***	-.04	-.14*	.08
4. Äidin teht.suuntautuneisuus	-.02	.55***	.07	-	-.10	.74***	.21***	-.03
5. Isän kilp.suuntautuneisuus	.54***	-.02	.73***	.07	-	-.06	-.15*	.03
6. Isän teht.suuntautuneisuus	.01	.63***	.03	.83***	.00	-	.18**	.06
7. Viihtyminen	-.05	.26***	-.07	.20**	-.07	.24***	-	.00
8. Jännittyneisyys	-.05	-.01	-.04	.06	.02	.01	-.08	-

) p<0.05; **) p<0.01; ***) p<0.001

Molemmilla sukupuolilla korkea tehtäväsuuntautunut tavoiteorientaatio oli yhteydessä viihtymiseen, mutta sillä ei ollut yhteyttä jännittyneisyyteen. Kummallakaan sukupuolella kilpailusuuntautunut tavoiteorientaatio ei ollut yhteydessä viihtymiseen tai jännittyneisyyteen.

Lasten vanhempien tehtäväsuuntautuneisuus korreloi tapahtumassa viihtymiseen. Tytöillä vanhempien koettu kilpailusuuntautuneisuus ei ollut yhteydessä viihtymiseen, mutta pojilla vanhempien kilpailullisuudella oli yhteys alhaiseen viihtymiseen. Sen sijaan koetulla vanhempien tavoiteorientaatiolla ei ollut yhteyttä jännittyneisyyteen.

Koettu äidin ja isän tehtäväsuuntautunut tavoiteorientaatio korreloi lasten omaan tehtäväsuuntautuneeseen orientaatioon. Samoin vanhempien kilpailusuuntautuneisuus oli yhteydessä lasten kilpailusuuntautuneisuuteen. Lasten kokemat äidin ja isän tehtäväsuuntautuneet tavoiteorientaatiot korreloivat keskenään. Sama ilmiö havaittiin myös kilpailuorientaatioissa. Lasten ja heidän vanhempiensa tavoiteorientaatioiden keskinäiset korrelaatiot sekä yhteydet viihtymiseen ja jännittyneisyyteen on esitetty taulukossa 4.

POHDINTA

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli analysoida Suomen Hiihtoliiton piirikohtaista kouluhiihtotapahtumaa lasten kokemana. Tutkimuksessa analysoitiin tapahtuman motivaatioilmaston, lasten tavoiteorientaation ja lasten kokeman vanhempien tavoiteorientaation yhteyttä lasten viihtymiseen ja jännittyneisyyteen. Tutkimuksessa käytettyjä mittareita yksinkertaistettiin ja sovellettiin alkuperäisestä muodostaan tutkimuksen tarkoitusta vastaavaksi, koska kohderyhmänä olivat 11-vuotiaat lapset.

Tutkimuksen perusteella havaittiin, että tytöt ja pojat, jotka kokivat paljon sosiaalista yhteenkuuluvuutta, autonomiaa sekä tehtäväsuuntautuneisuutta viihtyivät tapahtumassa muita paremmin. Kilpailusuuntautunut ilmasto ei ollut yhteydessä oppilaiden viihtymiseen. Nämä tulokset ovat yhdenmukaiset Soinin (2006) väitöstutkimuksen kanssa, jossa analysoitiin yhdeksäsluokkalaisten viihtymistä koulun liikuntatunneilla. Myös Liukkonen (1998) väitöstutkimuksen tulokset 14-vuotiailla jalkapalloa harrastavilla pojilla olivat yhdenmukaiset tämän tutkimuksen tulosten kanssa tehtävä- ja kilpailuorientaation sekä viihtyvyyden osalta. Tuloksilla on merkitystä hiihtotapahtuman kehittämisen kannalta, sillä Jaakkolan (2002) mukaan motivaatioilmastoon voidaan vaikuttaa. Jaakkolan tutkimuksessa motivaatioilmastoa muokattiin oppilaiden tavoitteenasettelu- ja itsearviointiohjelmilla. Lisäksi opettajat pyrkivät painottamaan oppilaiden autonomian kokemuksia ottamalla heitä mukaan liikuntatuntien sisältöjä ja toimintatapoja koskevaan päätöksentekoon. Tunneilla korostettiin myös yrittämisen merkitystä, tasa-arvoisuutta ja yhteistoiminnallista oppimista. Näillä toimenpiteillä pystyttiin nostamaan tehtäväsuuntautunutta tavoiteorientaatiota ja itsemääräämismotivaatiota, jotka ovat tärkeitä osatekijöitä fyysisen aktiivisuuden omaksumisessa ja ihmisen hyvinvoinnissa (Jaakkola 2002).

Lapset viihtyivät hiihtotapahtumassa hyvin eikä tyttöjen ja poikien välillä ollut eroja viihtymisessä. Sen sijaan yläkoulun (Soini 2006) ja alakoulun (Mikkola 2007) liikuntatunneilla poikien on havaittu viihtyvän tyttöjä paremmin, tosin alakoulun osalta ero ei ollut tilastollisesti merkitsevä. Vaikka sekä hiihtotapahtuma että koulun liikuntatunnit edustavat koululiikuntaa, hiihtotapahtuma lienee luonteeltaan liikuntatunteja enemmän yhtenäinen molemmille sukupuolille. Tytöt jännittivät hiihtotapahtumassa poikia enemmän. Tämä tulos on yhdensuuntainen Kroteen (1980) tutkimuksen kanssa, jossa analysoitiin kuntoharjoitteluun osallistuneita lapsia. Motivaatioilmastolla, viihtymisellä tai tavoiteorientaatiolla ei kuitenkaan ollut yhteyttä jännittyneisyyteen. Tämä saattoi johtua siitä, että tässä tutkimuksessa

käytetty mittari saattoi mitata jännitystä, jota voidaan pitää osin luonnollisena kilpailutilanteessa. Todennäköisesti mittari heijasti korkeaa viireystilaa, mitä ei voida tulkita kuitenkaan ahdistuneisuudeksi. Varsinaisen ahdistuksen mittaamiseen saattaisi soveltua paremmin jokin suuremmin juuri ahdistuneisuutta mittaava mittari. Tässä tutkimuksessa käytettyyn mittariin päädyttiin sen helpon ymmärrettävyyden vuoksi. Aikaisempien tutkimusten perusteella ahdistuneisuuden ja jännityksen ero on joissakin yhteyksissä todettu varsin pieneksi. Wolmanin (1979) mukaan ahdistuneisuus on elämyksellinen jännitystilaa ja Telaman (1983) mukaan tilanneahdistuneisuus tarkoittaa osittain samaa kuin kilpailujännitys.

Piirikohtaiseen kouluhiihtotapahtumaan osallistuneilla lapsilla oli keskimäärin korkea tehtäväorientaatio. Aikaisemmissa koululiikuntaa käsittelevissä tutkimuksissa (Duda & Whitehead 1989; Jaakkola 2002) tyttöjen on todettu olevan enemmän tehtäväsuuntautuneita kuin poikien, mutta tässä tutkimuksessa eroja tehtäväsuuntautuneisuudessa ei havaittu. Tämä saattoi johtua siitä, että tässä tutkimuksessa otanta oli valikoitunut todennäköisesti hiihtotaidoiltaan muita oppilaita parempiin tai hiihtoon muita innokkaammin suhtautuviin

11-vuotiaisiin oppilaisiin. Sitä vastoin poikien kilpailusuuntautuneisuus oli tyttöjä voimakkaampaa, mikä on samansuuntainen tulos kuin Jaakkolan (2002) tutkimuksessa. Huomionarvoista oli kuitenkin se, että sekä hiihtotapahtumaan osallistuneiden tyttöjen että poikien kilpailusuuntautuneisuus oli alhainen.

Hiihtotapahtumaan osallistuneet lapset kokivat vanhempiensa tavoiteorientaation voimakkaasti tehtäväsuuntautuneeksi. Tytöt ja pojat arvioivat äitinsä keskimäärin yhtä tehtäväsuuntautuneeksi, mutta pojat arvioivat vanhempiensa tyttöjä useammin kilpailullisiksi. Pojat arvioivat isänsä useammin tehtäväsuuntautuneeksi kuin tytöt. Tällaisiin tuloksiin syynä voi olla se, että vanhemmat saattavat asettaa pojille tyttöjä enemmän urheilullisia odotuksia (Sääkslahti 2005).

Tässä tutkimuksessa lasten kokema vanhempien kilpailullisuus oli yhteydessä lasten kilpailullisuuteen. Tämä sama havainto on tehty aikaisemmin myös jalkapalloa harrastavilla pojilla (Liukkonen 1998). Huomionarvoista on lisäksi se, että hiihtotapahtumaan osallistuneiden lasten kokema vanhempien tehtäväsuuntautuneisuus oli yhteydessä lasten tehtäväsuuntautuneisuuteen. Vanhempien tulisikin korostaa kotikasvatuksessaan tehtäväsuuntautuneisuutta, koska se on yhteydessä liikunnassa viihtymiseen (Liukkonen 1998).

Tämän tutkimuksen perusteella tapahtuma tuki melko hyvin ille asetettuja tavoitteita, koska oppilaat viihtyivät hiihtotapahtumassa ja se tarjosi osallistuneille lapsille myönteisiä liikuntakokemuksia. Tapahtumassa koettiin paljon tehtäväsuuntautuneisuutta, autonomiaa ja sosiaalista yhteenkuuluvuutta. Sen sijaan kilpailusuuntautuneisuuden kokeminen oli vähäistä. Tapahtumaan osallistuneet peruskoulun viidesluokkalaisten saivat miellyttävän tavan tutustua talviseen ulkoliikuntamuotoon, hiihtämiseen. Hiihtoon innostaminen kouluikässä luo pohjaa elinikäiselle liikuntaharrastukselle ja siten edesauttaa myös terveiden elintapojen omaksumista. Tapahtumassa voisi olla vielä enemmän itsevertailua, autonomiaa ja sosiaalista yhteenkuuluvuutta tukevaa toimintaa. Oppilaita voisi ottaa mukaan tapahtuman kulkua koskevaan päätöksentekoon ja kilpailullisuuden ohella tapahtumaan voisi tuoda lisää leikkimielistä toimintaa esimerkiksi pujottelun, mäkihypyyn, lautailun tai pulkkamäen muodossa. Tällöin tapahtumaan voisi ottaa osaa enemmän oppilaita, jotka eivät ole halukkaita osallistumaan kilpailuun mutta kuitenkin haluaisivat muuten olla mukana tapahtumassa.

Jatkossa olisi tärkeää tutkia, miksi tyttöjen tehtäväorientaatio ei ole hiihtoa harrastavien 11-vuotiaiden joukossa poikia voimakkaampaa, vaikka vanhemmilla oppilailla toteutetuissa koululiikuntatutkimuksissa näin on todettu (Jaakkola 2002; Soini 2006). Selittäviä tekijöitä voivat olla hiihtotapahtumaan osallistuneiden alhainen ikä tai se, että tapahtumaan on saattanut valikoitua kilpahiihtoa harrastavia lapsia. Tärkeää olisi myös analysoida, vastaako lasten kokema vanhempien

tavoiteorientaatio vanhempien itsensä arvioimaa tavoiteorientaatiota ja suhtautuvatko vanhemmat oman tavoiteorientaationsa mukaisesti lastensa toimintaan. Edelleen olisi tärkeä selvittää, kokevatko lapset jännittyneisyyden positiivisena vai negatiivisena asiana, vaikuttaako jännittyneisyys suoritukseen ja kuinka sitä voidaan hallita.

LÄHTEET

- Duda, J. L. & Whitehead, J.** 1998. Measurement of goal perspectives in the physical domain. Teoksessa J. L. Duda (toim.) *Advances in sport and exercise psychology measurement*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, 21-48.
- Jaakkola, T.** 2002. Changes in students' exercise motivation, goal orientation, and sport competence as a result of modifications in school physical education teaching practices. Jyväskylä: LIKES-Research Center for Sport and Health Sciences. LIKES-Research Reports on Sport and Health 131.
- Jaakkola, T. & Eloranta, V.** 2002. Optimaalinen motivaatioilmasto yleisurheiluvalmennuksessa. *Valmentaja* 4, 46-47.
- Krotee, M. L.** 1980. The effects of various physical activity situation settings on the anxiety level of children. *Journal of Sport Behavior* 4, 158-163.
- Liukkonen, J.** 1998. Enjoyment in youth sport: a goal perspectives approach. Jyväskylä: LIKES-Research Center for Sport and Health Sciences. LIKES-Research Reports on Sport and Health 114.
- Metsämuuronen, J.** 2005. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä: Gummerus.
- Mikkola, E.** 2007. Iloa ja intoa vai vatsanväänteitä? Koulun liikuntatuntien motivaatioilmaston yhteys oppilaiden affektiivisiin kokemuksiin 6-luokkaisilla. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Nicholls, J.G.** 1989. *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge: Harvard University Press.
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004.** Opetushallitus. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Roberts, G. C.** 2001. Understanding the dynamics of motivation in physical activity: the influence of achievement goals on motivational processes. Teoksessa G.C. Roberts (toim.) *Advances in motivational in sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics, 1-50.
- Roberts, G. C., Treasure, D. C. & Balaque, G.** 1998. Achievement goals in sport: The development and validation of the Perception of Success Questionnaire. *Journal of Sport Sciences* 16, 337-347.
- Sarlin, E.-L.** 1995. Minäkokemuksen merkitys liikuntamotivaatitekijänä. Jyväskylän yliopisto. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 40.
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Lobel, M. & Simons, J. P.** 1993. Sources of enjoyment of youth sport athletes. *Journal of Pediatric Exercise Science*, 5, 275-285.
- Singer, R. N.** 1980. *Motor Learning and Human Performance*. New York: Macmillan.
- Soini, M.** 2006. Motivaatioilmaston yhteys yhdeksäsluokkalaisten fyysiseen aktiivisuuteen ja viihtymiseen koulun liikuntatunneilla. Jyväskylän yliopisto. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 120.
- Suvikas, J.** 1981. *Maastohiihto*. Porvoo: WSOY.
- Sääkslahti, A.** 2005. Liikuntaintervention vaikutus 3-7-vuotiaiden lasten fyysiseen aktiivisuuteen ja motorisiin taitoihin sekä fyysisen aktiivisuuden yhteys sydän- ja verisuonitautien riskitekijöihin. Jyväskylän yliopisto. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 104.
- Telama, R.** 1983. Lasten urheilun psykologisia näkökohtia. *Liikunta ja tiede* 20, 83-89.
- Tiplady, B., Jackson, S., Maskrey, M. & Swift, C.** 1998. Validity and sensitivity of visual analogue scales in young and older healthy subjects. *Age and Ageing* 27, 63-66.
- Wolman, B.** 1979. *Lapsen pelot*. Helsinki: Otava.