



**MEIDÄN  
URHEILU**

# MEIDÄN URHEILU – LOISTAMME YHDESSÄ

**Määrittelyvaihe  
urheilutoimijat  
2021-2022**

Sakari Holopainen ja Henna Tanhuanpää

Copyright © Suomen Valmentajat ry, 2023  
Ulkoasu ja taitto: Askel Sports ja Suomen Valmentajat ry  
Kuvat: Suomen Valmentajat ry / Anna Vlasoff, Askel Sports  
Helsinki 2023

# Sisällys

1	Meidän urheilu .....	4
2	Suomalaisen urheiluyhteisön vuoropuhelu.....	5
2.1	Urheiluyhteisön osallistaminen .....	6
2.2	Hyvä valmennus.....	7
2.3	Urheilijälähtöinen valmennus .....	8
2.4	Menestys.....	9
2.5	Suomalainen urheilukulttuuri .....	10
3	Meidän urheilun tulevaisuuden näkymät.....	11
3.1	Suomalainen valmennuskulttuuri.....	11
3.2	Meidän urheilun vuosi 2023.....	12
3.3	Meidän urheilun toimenpidevaihe 2023.....	13
	LÄHTEET.....	15

# 1 Meidän urheilu

Meidän urheilun on vuonna 2021 käynnistynyt Suomen Valmentajat ry:n johtama ja opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittama kehitysprosessi, jonka tavoitteena on kehittää suomalaisen urheiluvalmennuksen laatua. Meidän urheilun taustalla on laaja joukko suomalaisia urheilualan ammattilaisia, jotka yhdessä uskovat valmennuksen laadun olevan tärkein yksittäinen urheilijan kehittymiseen ja motivaatioon vaikuttava tekijä. Pyrkimyksenä tällä kehitysprosessilla on olla mukana vauhdittamassa suomalaisen valmennuskulttuurin muutosta ihmislähtoisemmän toimintatavan suuntaan. Tavoitteena on tukea urheilijoiden kokonaisvaltaista kasvua ihmisenä - erityisesti edistää heidän hyvinvointiaan. Muutoksen myötä tavoitteena on mahdollistaa entistä laadukkaampi, turvallisempi, houkuttelevampi ja menestyvä suomalainen urheilukulttuuri kaikille urheilussa mukana oleville lapsille, nuorille ja aikuisille. Tällä raportilla kuvataan Meidän urheilu -kehitysprosessin ensimmäistä toimintakautta, joka alkoi positiivisesta rahoituspäätöksestä lokakuussa 2021 ja päättyy vuoden 2022 loppuun.

Meidän urheilu -kehitysprosessin ohjausryhmään kuuluvat Suomen Olympiakomiteasta osaaminen ja toimintaympäristöt johtaja Antti Paananen ja seura- ja jäsenoimintayksikön johtaja Jaana Tulla, Suomen urheilu eettinen keskus SUEK:sta toiminnanjohtaja Teemu Japisson, Suomen Ammattivalmentajat SAVAL:sta puheenjohtaja Erkki Westerlund ja toiminnanjohtaja Raino Nieminen, Suomen Valmentajat ry:stä toiminnanjohtaja Sari Tuunainen sekä puheenjohtajat Jorma Kemppainen (2.12.2022 saakka) ja Toni Kallio (2.12.2022 lähtien) sekä erikseen kutsuttuina asiantuntijoina Kirsi Hämäläinen, yliopettaja Haaga-Helia ammattikorkeakoulusta ja Panu Autio, toiminnanjohtaja Jalkapallon Pelaajayhdistys ry:stä. Ohjausryhmä on ollut tiiviisti mukana aineiston analysoinnin eri vaiheissa ja tuonut oman ammattitaitonsa kehitysprosessin käyttöön.

Vuonna 2012 on kehitetty suomalaisen valmennusosaamisen malli (Kuva 1). Tähän malliin pohjautuu myös Meidän urheilu -kehitysprosessin työ. Tavoitteena on nostaa esiin erityisesti urheilijan ihmisenä kasvua, valmentajan ja urheilijan itsensä kehittämisen taitoja ja valmentajan ihmissuhdetaitoja.



Kuva 1. Suomalainen valmennusosaamisen malli (Hämäläinen 2013).

Ihmislähtöinen tapa valmentaa sopii niin lasten, nuorten, aikuisten kuin huippu-urheilijoidenkin valmennukseen. Sillä tavoitellaan iästä ja kilpailutasosta riippumatta aina omiin tavoitteisiinsa yltävää hyvinvoivaa urheilijaa. Meidän urheilun tavoitteena on nostaa tulevaisuudessa suomalainen valmennuskulttuuri kansainvälisellä tasolla kilpailueduksi. Samalla suomalaisessa yhteiskunnassa urheilun merkitys ja arvostus kasvavat.

Urheiluvalmennus on ollut viime vuosina vahvasti pinnalla mediassa. Huonosti voivien urheilijoiden ulostulot ovat entistä enemmän korostaneet Meidän urheilu -kehitysprosessin tarvetta. Nämä uutisoinnit osoittavat myös, että yhteiskuntamme kehitys on ylittänyt kynnyksen, jossa valmennuskulttuurin muutos on välttämätön nuorempien sukupolvien vaatiessa ihmislähtoisempää valmennusotetta. Meidän urheilu matkaa kohti tavoitteitaan rakentamalla yhteistä ymmärrystä, osaamista ja viestiä siitä, miten Suomessa valmennetaan ja millaisena urheilijat sekä valmentajat haluaisivat nähdä suomalaisen valmennuksen tulevaisuudessa.

## 2 Suomalaisen urheiluyhteisön vuoropuhelu

Meidän urheilun vuosi 2022 on kulunut vahvassa vuorovaikutuksessa koko suomalaisen urheiluyhteisön kanssa. Kehitysprosessissa on pyritty kuulemaan mahdollisimman laajasti eri rooleissa urheilun kentällä toimivia henkilöitä. Aineisto on siis yleiskatsaus suomalaisten urheilijoiden sekä urheilutoimijoiden ajatuksista. Monilajisuudella, niin ammattilaisten kuin harrastajien näkökulmat huomioiden, pyrittiin varmistamaan mahdollisimman todenmukainen kuva siitä, mitä kaikkea suomalainen urheilukulttuuri pitää sisällään ja mitä kaikkea hyvää sillä on tarjottavanaan nyt ja tulevaisuudessa.

Aineiston keruu vuonna 2022 on suoritettu vuorovaikutusprosessina urheiluyhteisön kanssa. Aineiston keruussa keskityttiin suomalaisen urheiluyhteisön kokemuksiin ja tulevaisuuden näkyymiin erityisesti neljässä eri urheilun osa-alueessa.

### Neljä vuorovaikutusprosessin osa-alueita:

Hyvä valmennus

Urheilijalähtöinen valmentaminen

Suomalainen urheilukulttuuri

Menestys



## 2.1 Urheiluyhteisön osallistaminen

Vakituisen ohjausryhmän lisäksi Meidän urheilun sekä urheilutoimijoiden välillä on käyty vuoden 2022 aikana aktiivista vuoropuhelua 47 tilaisuudessa ja noin 1700 henkilöä on päässyt antamaan panoksensa suomalaista valmennuskulttuuria koskevien kysymyksien avaamiseen. Työpajoihin ja keskustelutilaisuuksiin on osallistunut toimijoita laajasti koko suomalaisen urheilun kentältä, mm. urheilujohtajia, seuratoimijoita, valmennusosaamisen kehittäjiä, valmentajia ja seurakehittäjiä. Työpajoihin on kutsuttu edustajia niin harrastetason kuin huippu-urheilun parista sekä mahdollisimman laajasti eri ikäluokkien kanssa toimivia henkilöitä.

Työpajoista kerätyn aineiston analyysit suoritettiin koko määrittelyvaiheen ajan saman asiantuntijatyöryhmän toimesta. Työpajoissa ja keskustelutilaisuuksissa runkona pysyivät edellä mainitut aihekokonaisuudet (hyvä valmennus, menestys, urheilijalähtöinen valmentaminen ja suomalainen urheilukulttuuri). Työryhmä lähestyi jokaisen kokonaisuuden osalta aineiston analysointia aineistolähtöisesti teemoittelun kautta. Tilaisuuksissa kerätystä tekstimassasta etsittiin esiin nousevia teemoja aihekokonaisuuksien sisällä, ja pyrittiin luomaan esiin nousseiden teemojen kautta käsitys kyseisen aihealueen tilasta suomalaisessa urheilussa suomalaisten urheilutoimijoiden näkemyksen pohjalta. Aineistoa tiivistettiin aktiivisesti asiantuntijatyöryhmän ja ohjausryhmän jäsenten ammattitaitoa hyväksikäyttäen. Säilyttäen kuitenkin puolueeton lähestymistapa aineiston analysointiin. Puolueettomuuden varmistamiseksi hyödynnettiin analysoinneissa myös määrällisiä analysointimenetelmiä, esimerkiksi huomioimalla termien toistuvuuden vastauksissa ja antamalla näin eniten toistuneille termeille erityistä huomioita teemoja muodostaessa.

Vuoropuheluun osallistettiin vahvasti myös urheilijoita. Suomalaisten huippuvaiheen urheilijoista 20 haastateltiin kehitysprosessin määrittelyvaiheessa. Haastatteluissa varmistettiin aineiston monipuolisuus kutsumalla niihin sekä eri sukupuolien edustajia että urheilijoita niin kesä- kuin talvilajeista, joukkue- ja yksilölajeista, perinteisemmistä sekä uudemmissa lajeista ja vammais-/ paraurheilulajeista. Tavoitteena on ollut saada kehitysprosessiin huippu-urheilijoiden ääni vahvasti kuuluviin haastatteleamalla huippuvaiheessa urheilevia urheilijoita, jotta urheilijan urasta ammattina haaveileville nuorille pystyttäisiin tulevaisuudessa tarjoamaan mahdollisimman kehittävää ja heidän tavoitteitaan tukevaa valmennusta. Urheilijaosallistamisen tulokset julkaistaan omassa raportissaan.

Ikänsä puolesta valintavaiheessa (13–19 v.) olevat urheilijat ovat päässeet osallistumaan vuoropuheluun erikseen heille suunnitellun kyselylomakkeen kautta, johon saatiin vastauksia yhteensä 1285. Valintavaiheen urheilijoista mukaan osallistui niin eri urheilulajeja harrastavat nuoret kuin myös kansallisten urheiluakatemioiden huiput.

Meidän urheilun ensimmäinen toimintakausi, valmentajien, valmennusosaamisen kehittäjien ja urheilun johtotehtävissä olevien osalta, paketoitiin 15.12.2022 järjestetyssä webinaarissa. Webinaarissa vedettiin yhteen kehitysprosessin määrittelyvaihetta sekä keskusteltiin asiantuntijavieraiden kanssa mm. hyvästä valmennuksesta ja ihmislähtöisyydestä valmennuksessa. Webinaarin loppuun suunnattiin 122 katsojan kanssa katsetta jo hieman eteenpäin kohti vuoden 2023 toimenpiteitä.

[Webinaarin voit katsoa tästä linkistä.](#)



## 2.3 Urheilijälähtöinen valmennus

Päätös urheilijälähtöisen valmennustyylin käytöstä on ennen kaikkea arvovalinta. Valmentaja vuorovaikutuksessaan ja toiminnassaan ottaa huomioon valmennettavansa ensin ihmisenä ja vasta tämän jälkeen urheilijana (Lombardo, 2001). Tämä valinta ohjaa valmentajan lähestymistä koko urheiluun, urheilijan hyvinvointi edellä, niin että hyvinvoiva urheilija on valmentajalla tärkeämpi tavoite kuin kilpailullisesti menestyvä urheilija (Penney & Kidman, 2014).

Urheilijälähtöinen valmennustyyli antaa urheilijalle mahdollisuuden olla osana omaa oppimisprosessiaan (Moen, & Federici, 2017). Tämän kaltaisen omistajuuden tukeminen vahvistaa myös urheilijoiden sisäistä motivaatiota omaa harjoitteluaan kohtaan.

Suomalaisilta urheilijoilta kysyttäessä urheilijälähtöisen valmennuksen tärkeimmiksi osa-alueiksi nostettiin vuorovaikutus, yksilöllisyys, turvallisuus ja kuuntelu. Nämä kyseiset termit nousivat valintavaiheen kilpaurheilijoille pidetyissä työpajoissa yleisimmiksi vastauksiksi, kun heidän henkilökohtaista mielipidettään kysyttiin urheilijälähtöisen valmennuksen tärkeimmistä sisällöistä. Laajemmin urheilijoiden osallistamisesta voi lukea keväällä 2023 ilmestyvässä urheilijoiden osallistamisen tuloksiin pureutuvasta julkaisusta.

### 10 isointa sanaa:

1. Vuorovaikutusta
2. Yksilöllisyyttä
3. Turvallisuutta
4. Empatiaa
5. Kuuntelua
6. Keskustelua
7. Urheilijan tavoitteiden tukemista
8. Oppimista
9. Kohtaamista
10. Kasvattamista



Kuva 3. Suomalaisten urheilijoiden vastauksia kysymykseen ”Minkälaista on urheilijälähtöinen valmentaminen?”.



## 2.4 Menestys

Menestys sanana mielletään urheilussa usein puhtaasti kilpailulliseksi menestykseksi kuten voittamiseksi, mitaleiksi ja hyväksi kilpailusijoituksiksi. Järjestetyissä tapaamisissa kilpailullista menestystä enemmän urheilijat kuitenkin nostivat esiin ilon ja onnistumiset menestystä määritellessään. Muut urheilutoimijat taas korostivat kehittymistä, onnistumista sekä tavoitteiden saavuttamista. Kilpa- ja huippu-urheilussa tavoitteena on totta kai aina hyvät kilpailulliset tulokset, mutta ne pyritään nykypäivänä saavuttamaan mahdollisimman urheilijalähtöisesti. Matkan varrella pienemmät onnistumiset, itsensä ylittämiset ja kehitysaskeleet nähdään myös menestyksenä ja niistä osataan olla ylpeitä.

### 10 eniten toistunutta sanaa menestyksestä:

1. Kehittymistä (40)
2. Onnistumista (32)
3. Voittamista (23)
4. Työn tekemistä (21)
5. Tuloksia (19)
6. Mitaleja (12)
7. Itsensä ylittämistä (12)
8. Kilpailumenestystä (11)
9. Potentiaalinsa saavuttamista (8)
10. Motivaatio (8)



Kuva 4. Suomalaisten urheilutoimijoiden vastauksia kysymykseen "Mitä on menestyminen?".

## 2.5 Suomalainen urheilukulttuuri

Kulttuuri termille on monia eri määritelmiä. Yksi, nimenomaan urheilukulttuuria määrittelemään luotu, määritelmä kuvailee kulttuurin olevan kaikkien ryhmän jäsenten yhdessä jakamia arvoja, odotuksia ja toimintatapoja (Cruickshank & Collins, 2012). Kulttuuri siis itsessään on monimuotoinen, jatkuvasti kehittyvä kokonaisuus, joka saa lajiryhmien sisällä hyvinkin yksilöllisiä piirteitä. Vuoropuhelussa suomalaisen urheiluyhteisön kanssa pyrittiin selvittämään yleisesti suomalaisen urheilukulttuurin vahvuuksia, kehityskohteita sekä tulevaisuuden näkymiä yli lajirajojen.

Suomalaisilta urheilijoilta ja urheilutoimijoilta kysyttäessä, suomalaisen urheilukulttuurin vahvuudet, kehityskohteet sekä tulevaisuuden näkymät näyttivät vuonna 2022 tältä:

### VAHVUUDET

- Yhteisöllisyys sekä laji-, seura- ja toimirajat ylittävä yhteistyö
- Ammattimaisuus – Kokonaisvaltaisen valmennusosaamisen ymmärtämisen ja ammattilaisten määrän kasvu
- Urheilu kuuluu kaikille

“Tiimityöskentely vahvistunut. Ei tarvitse tehdä asioita yksin”

### TULEVAISUUDEN NÄKYMÄT

- Ihmislähtöisyys – yksilöä kokonaisvaltaisesti kehittävä valmentaminen
- Yhteisöllisyys ja seurojen ja koulujen välisen yhteistyön kehittäminen
- Arvostus lajien ja ihmisten välillä sekä vastuullisesti toimiva urheilu

“Kehitettävää urheilijakeskeisessä pedagogisesti osaavassa valmennuksessa”

### KEHITTÄMISKOHTEET

- Valmentajakeskeisyydestä urheilijalähtöisyyteen
- Vastuullisuuden kokonaisvaltaisuuden ymmärtäminen urheilussa
- Osaamisen jatkuva kehittäminen ja jakaminen

“Koulupäivän aikainen harrastaminen ja urheilu, koulujen ja seurojen vahva yhteistyö”

# 3 Tulevaisuuden näkymät

## 3.1 Suomalainen valmennuskulttuuri

Meidän urheilu -kehitysprosessin tavoitteena on auttaa luomaan suomalaisen urheilun tulevaisuutta, jossa arvovalinta urheilijalähtöisemmän valmennustyylin käyttämisestä olisi enemmän sääntö kuin poikkeus. Tällä lähestymistavalla Meidän urheilun tekijät uskovat tulevaisuudessa saavutettavan ennen kaikkea lisää hyvinvoivia urheilijoita, jotka saavat urheilusta entistä enemmän myönteisiä vaikutuksia omaan elämäänsä. Lisäksi uskomme hyvinvoivien urheilijoiden menestyvän paremmin niissä ympäristöissä joissa kilpailutulosten saavuttaminen on tärkeä osa urheilua.

Vuosi 2022 oli suomalaiselle urheilulle menestyksekkäs huippu-urheilun saralla. Mitalin hoitoisia suorituksia kotikatsomoihin on välitetty niin talviolympialaisista, talviparalympialaisista, yleisurheilun ja suunnistuksen EM-kisoista, parapöytätenniksen MM-kisoista kuin rallin MM-sarjastakin. Myös monien muiden lajien urheilijat ovat pystyneet venymään kauden pääkisoissaan parhaimpaansa ja kerta toisensa jälkeen osoittaneet miten paljon urheilu meille suomalaisille merkitseekään. Tästä uudesta urheilijasukupolvesta on mediassa maalattu kuva, jossa vahva itsetunto ja ennakkoluulottomuus ovat ominaisuuksia, jotka ovat nostaneet heidät lajeissansa maailman huipulle. Huippuvaiheen urheilijoiden haastatteluaineiston analysoinnin kautta toivotaan löytyvän vastauksia siihen, kuinka tämä sukupolvi kuvailee oman valmennuksensa vahvuuksia ja kuinka heidän mieltymyksensä ovat linjassa urheilijalähtöisen valmennusajattelun kanssa.

### Toimenpidevaiheen kolme valintaa (?)



#### ***Ihmislähtöisesti ja vastuullisesti valmentaen ja johtaen***

- Määrittellä / kirkastaa mitä ihmislähtöinen tapa toimia tarkoittaa suomalaisessa urheilussa eri tasoilla ja ikäryhmissä



#### ***Jatkuvasti oppien ja osaamista kehittäen urheilun toimintaympäristöissä***

- Auttaa kokeilemaan, oivaltamaan ja mallintaa jatkuvan oppimisen ja osaamisen kehittämisen toimintamalleja suomalaisiin urheilun toimintaympäristöihin.



#### ***Yhteistyöllä ja vuorovaikutuksella***

- Tukea dialogisen toimintatavan ja yhteisen tekemisen kulttuuria suomalaisessa urheilussa

## 3.2 Meidän urheilun vuosi 2023

Vuonna 2023 Meidän urheilun tavoitteena on jatkaa vuoropuhelua suomalaisen urheiluyhteisön kanssa. Kuluneen vuoden aikana Meidän urheilu on synnyttänyt kiinnostusta ja tuottanut eri medioissa kannanottoja sekä urheilijälähtöisyyden puolesta että vastaan. Nyt määrittelyvaiheen ollessa loppusuoralla on tärkeää, että kehitysprosessin osalta kirkastetaan Meidän urheilun viestiä, tavoitetta sekä tuloksia koko urheiluyhteisölle. Tämän myötä pystytään vähentämään väärinymmärryksiä ja entisestään lisäämään keskustelua aiheen ympärillä.

Vuoden 2022 aikana Meidän urheilun työntekijät sekä ohjausryhmä ovat osallistuneet aktiivisesti urheiluvalmennukseen liittyvään keskusteluun kirjoittamalla mm. vastineet kahteen urheilijälähtöistä valmennusta kritisoivaan lehtiartikkeliin. Vastineiden lisäksi Meidän urheilun sosiaalisen median kanavissa julkaistavan blogin tarkoituksena on viestiä ulospäin kehitysprosessin tavoitteita sekä sisältöjä. Laadukkaasta viestinnästä huolimatta, epäselvyyksiltä ja väärinymmärryksiltä on kuitenkin, näin suurta yhteisöä koskevassa prosessissa, vaikea välttyä. Mediassa ja työpajoissa käydyistä keskusteluista on pyritty keräämään informaatiota siitä, mitkä termit ja aihealueet ovat useimmiten urheilijälähtöisessä valmennuksessa vaikeimpia ymmärtää käytännön tasolla.

Kehitysprosessin määrittelyvaiheen aikana urheilutoimijoiden joukossa selkeimmin esiin noussut huolenaihe on noussut huippu-urheilun puolelta. Mediassa on pohdittu miten urheilijälähtöisen valmennustyylin myötä niin sanottujen pehmeämpien arvojen pohjalle rakentuvassa valmennussuhteessa käy huipulle tähtäävän urheilijan tuloksille ja kehitykselle. Meidän urheilun kanta on se, että urheilijälähtöinen valmennus mahdollistaa sisäisen motivaation syttymisen, jonka avulla mahdollistetaan erinomainen kilpailullinen menestys, korkea vaatimustaso ja vahva sitoutuminen harjoitteluun. Urheilijälähtöisesti valmennettaessa huippu-urheilun ytimessä pysyy edelleen korkeat tavoitteet kilpailullisen menestyksen suhteen, mutta tavoitteiden saavuttamiseen valittavia menetelmiä tukee vahva arvopohja urheilijan hyvinvoinnin edistämiseksi. Kilpailullista menestystä siis tavoitellaan urheilijan henkisten voimavarojen ehdoilla ja niitä hyödyntäen. Tällöin on mahdollista kehittää ja kasvattaa huippu-urheilijasta sekä psyykkisesti hyvinvoiva että lajissaan kilpailullisesti menestyvä ihminen.

Edellä mainitut huolenaiheet urheilijälähtöisen valmennuksen tehokkuudesta huippu-urheilussa tiivistyvät pääasiassa kahteen osa-alueeseen: tarvittavan vaatimustason ylläpitämiseen sekä urheilijälähtöiseen valmennustyylin haasteisiin joukkueurheilussa. Kumpaankin näistä nostoista on Meidän urheilun puolesta määrittelyvaiheen aikana pyritty vastaamaan julkisessa keskustelussa ja eri sosiaalisen median kanavissa.

Sakari Holopainen - [Miten vaatimustasoa luodaan ja ylläpidetään](#)

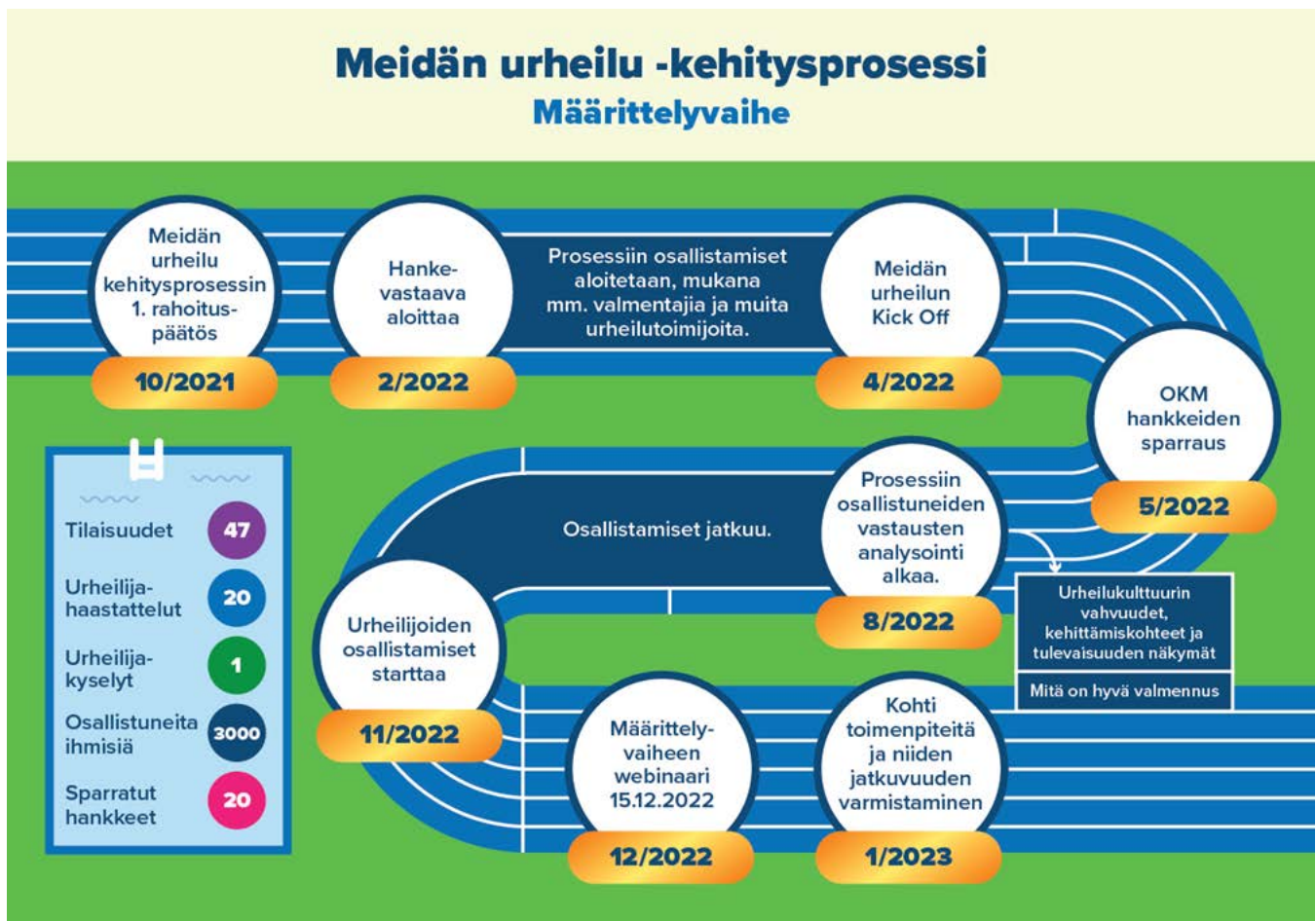
Erkka Westerlund - [Voiko joukkuetta valmentaa urheilijälähtöisesti? Meidän urheilun ajatuksia Harri Mannosen artikkelin herättämänä](#)

Lue kaikki Meidän urheilu -blogit [täältä](#).

### 3.3 Meidän urheilun toimenpidevaihe 2023

Toimenpidevaiheessa toimenpiteitä tehdään Meidän urheilun jokaisessa pääsuunnassa; formaalissa koulutuksessa, oppimisen johtamisessa arjessa sekä viestinnällä ja vuorovaikutuksella tukien. Formaaleiden koulutusten tärkeimpänä kokonaisuutena on toimenpiteisiin vaikuttaminen siten, että ne tukevat valmentajan toimimista ihmislähtöisesti arjen valmennustilanteissa. Toimenpiteissä vahvistetaan valmentajien osaamisen kehittämisen kokonaisuuksista vastaavien osaamista erityisesti ihmislähtöisestä toimintatavasta, tietoperustasta sekä tuetaan osaamisen kehittäjien käytännönkokeiluja teeman ympärillä. Meidän urheilun tekijät osallistuvat aktiivisesti Tähtiseuralaatukriteerien päivittämisen prosessiin yhdessä Olympiakomitean, liikunnan aluejärjestöjen ja lajiliittojen seurakehittäjien kanssa. Oppimista tapahtuu formaalin koulutuksen lisäksi myös non-formaaleissa ja informaaleissa tilanteissa. Tällöin oppiminen on tilannesidonnaista ja edistää sen kautta valmentajan osaamista. Työssä oppiminen ja työssä oppimisen johtaminen ovat tärkeitä valintoja Meidän urheilussa. Erilaisten pilottien avulla testataan toimenpiteitä, joiden avulla valmentajien arjessa oppimisen prosesseja kehitetään ja johdetaan tietoisesti ja aktiivisesti. Näistä piloteista mallinnetaan hyviä käytänteitä jaettavaksi kaikille toimijoille. Meidän urheilun viestintäkanaviin tuotetaan jatkuvasti Meidän urheilua tukevaa sisältöä. Keväällä 2023 ilmestyneen Pelin henki -podcastin avulla teemoihin paneudutaan syvällisemmin. Podcastin jaksot löytyvät Meidän urheilun nettisivuilta, YouTubeista, Spotifysta ja Apple Podcastista. Meidän urheilu on toimenpidevaiheessa myös aktiivisesti mukana erilaisissa vuorovaikutustilanteissa, esimerkiksi erilaisissa tapahtumissa.

Toimenpidevaiheessa jatketaan aktiivista yhteistyötä oppilaitosten ja liikunta-alan opiskelijoiden kanssa. Prosessiin on mahdollista tehdä erilaisista näkökulmista käsin eri tasoisia oppimisympäristöitä.



Kuva 5. Meidän urheilun -kehitysprosessin määrittelyvaihe.

Meidän urheilun tarkoituksena on vauhdittaa suomalaisen valmennuskulttuurin muutosta kohti ihmislähtöisempiä toimintatapoja. On kuitenkin tärkeää ymmärtää suomalaisen urheilukulttuurin monimuotoisen olemuksen olevan niin laaja kokonaisuus, että pelkästään tämän kehitysprosessin myötä ei pystytä sitä täysin määrittelemään. Tavoitteena on vaikuttaminen suomalaiseen valmennuskulttuuriin ja vaikuttaa siinä erityisesti valmennusosaamisen mallin sisällä valmentajien ihmissuhdetaitojen kehittymiseen, osaamiseen ja suomalaisen urheilun toimintatapoihin, jotka tukevat ihmislähtöistä lähestymistapaa urheilun jokaisella sektorilla.

Määrittelyvaiheen lähestyessä loppuaan, ja vuoropuhelun yhä jatkuessa, pyritään saamaan entistä tarkempia määritelmiä suomalaisen urheilukulttuurin vahuuksille ja kehityskohteille. Kokonaisuudessaan urheilukulttuurin parempi ymmärtäminen on kuitenkin avain valmennuskulttuurin kehittämiseen.

Vuoropuheluun on tähän mennessä osallistettu laajasti suomalaisen urheilukentän toimijoita valmentajista urheilujohtajiin. Raportin kirjoittamisen hetkellä urheilijoiden osallistaminen on käynnissä valintavaiheen (13–19 v.) urheilijoiden kanssa digitaalisen kyselyn muodossa ja huippuvaiheen (yli 19 v.) maajoukkueurheilijoiden osalta haastatteluina. Helmikuun 2023 aikana on saatu aineiston keruu päätökseen ja aineiston analysointi on alkanut helmikuussa 2023. Urheilijoiden osallistamisesta tehtävä julkaisu julkaistaan kesän 2023 alussa.

Meidän urheilu on kehitetty palvelemaan suomalaisen urheilun tarpeita. Jatkossakin tavoitte on kuunnella tarkasti urheilijoita, valmentajia sekä kaikkia Suomessa urheilun parissa toimivia.

## LÄHTEET

Cruickshank, A., & Collins, D. (2012). Culture change in elite sport performance teams: Examining and advancing effectiveness in the new era. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24, 338–355. doi:10.1080/10413200.2011.650819

Edmondson, A. C. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350–383

Fransen, K., McEwan, D., & Sarkar, M. (2020). The impact of identity leadership on team functioning and well-being in team sport: Is psychological safety the missing link?. *Psychology of Sport and Exercise*, 51, 101763.

Hämäläinen, K. 2013. Valmennusosaamisen käsikirja 2013. Suomen Olympiakomitea. Helsinki: Planeetta 10.

Lombardo, B.J. (2001). Humanistic coaching: A model for the new century. In B.J. Lombardo, T.J. Caravella-Nadeau, K.S. Castagone, & V.H. Mancini, *Sport in the Twenty-first Century: Alternatives for the new millennium*. Boston, MA: Pearson.

Moen, F., & Federici, R., A. (2017). Can Athlete-Centered Coaching Stimulate Need Satisfaction and Prevent Athlete Burnout? *International Journal of Sport Management*, 18, 1–18.

Penney, D., & Kidman, L. (2014). Opening call for discourse: Athlete centered coaching: A time for reflection on meaning, values, and practice. *The Journal of Athlete Centered Coaching* 1(1), 1–5.



**Seuraa:**

[www.meidanurheilu.fi](http://www.meidanurheilu.fi)

  @meidanurheilu

 Meidän urheilu