

Voimistelun valmennuskulttuuri 2022
Voimistelijat ja vanhemmat

TUTKIMUSRAPORTTI

Suomen Voimisteluliitto

22.12.2022 | Taloustutkimus Oy | Erna Icen

27.1.2023 | Suomen Voimisteluliitto | Emmi Kuronen

Johdanto

Aineiston keruu

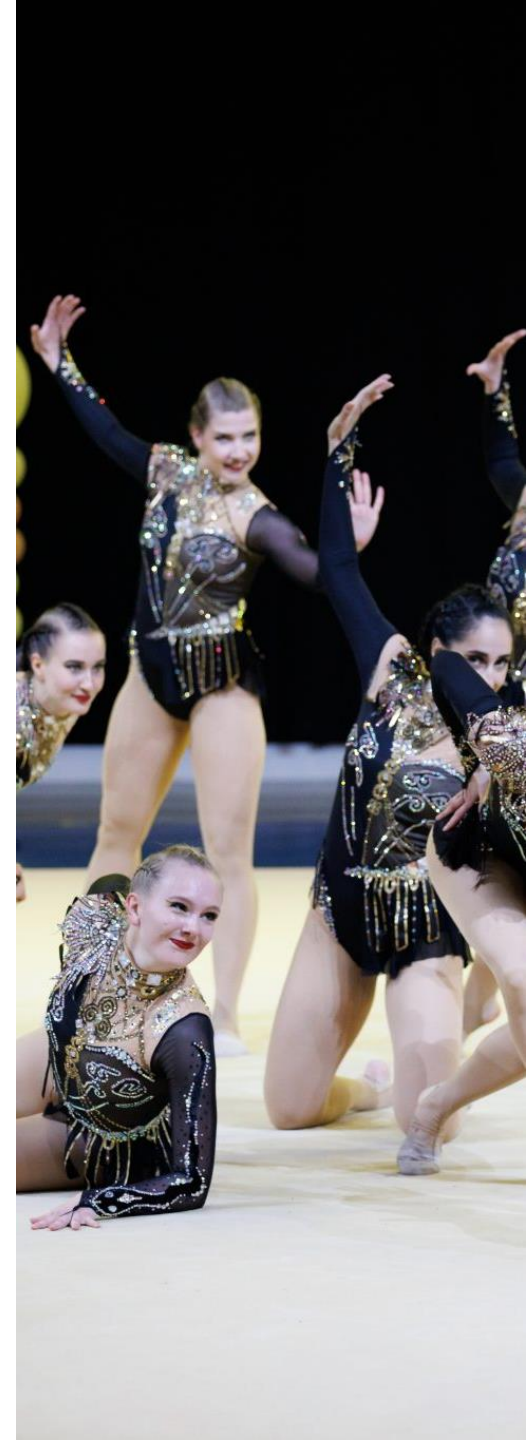
Tutkimus toteutettiin sähköposti-informoituna internet-kyselynä 10.11.–28.11.2022 välisenä aikana. Kysely lähetettiin kaikille 12 vuotta täyttäneille Suomen Voimisteluliiton kilpa A- tai B- lisenssiurheilijoille. Kysely lähetettiin lisenssirekisterissä olevaan sähköpostiosoitteeseen, joka yleensä on huoltajan sähköpostiosoite. Alle 15-vuotiaat ovat voineet vastata kyselyyn yhdessä huoltajan kanssa tai itsenäisesti huoltajan suostumuksella. Samassa sähköpostikutsussa oli myös oma linkki huoltajille, jonka kautta he ovat voineet vastata kyselyyn omasta näkökulmastaan.

Kyselyn lähettämisestä sekä tutkimuslinkkien jakamisesta on vastannut Voimisteluliitto. Kyselyyn vastasi 966 henkilöä, joista voimistelijoita oli 392 ja huoltajia 574.

Tietojen käsittely ja raportointi

Aineiston atk-tulostus on tehty Taloustutkimus Oy:n laitteistoilla ja ohjelmistoilla. Otosta ei ole painotettu. Tulokset esitetään pääosin graafisessa muodossa.

Taloustutkimuksessa tutkimuksesta on vastannut Insight Director Erna Icen.



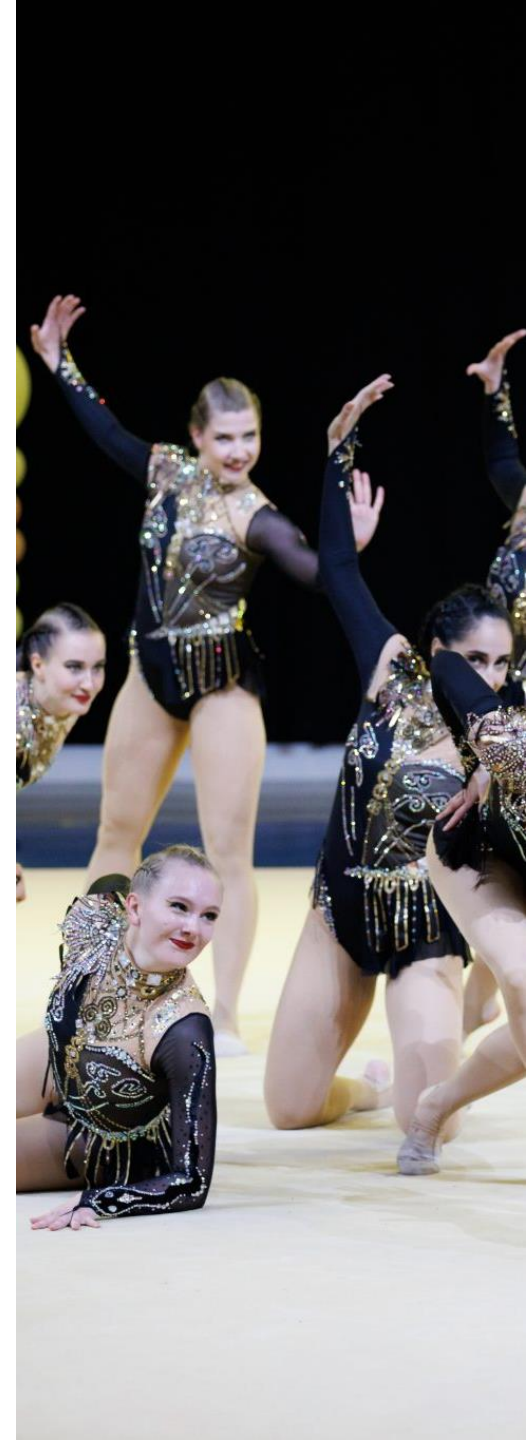
Johdanto

Kyselyn sisältö

Tutkimuksessa käytetty lomake suunniteltiin yhteistyössä Suomen Voimisteluliiton ja Taloustutkimuksen kesken. Tutkimuksen rakenne oli seuraava:

- ✓ Taustatiedot
- ✓ Mikä voimistelussa motivoi?
- ✓ Valmentajan arviointi
- ✓ Ilmapiiri harjoituksissa
- ✓ Ulkonäkö
- ✓ Epäasiallinen käytös
- ✓ Voimisteluliiton työ vastuullisen voimistelun eteen
- ✓ Voimistelun valmennuskulttuurin kehittäminen

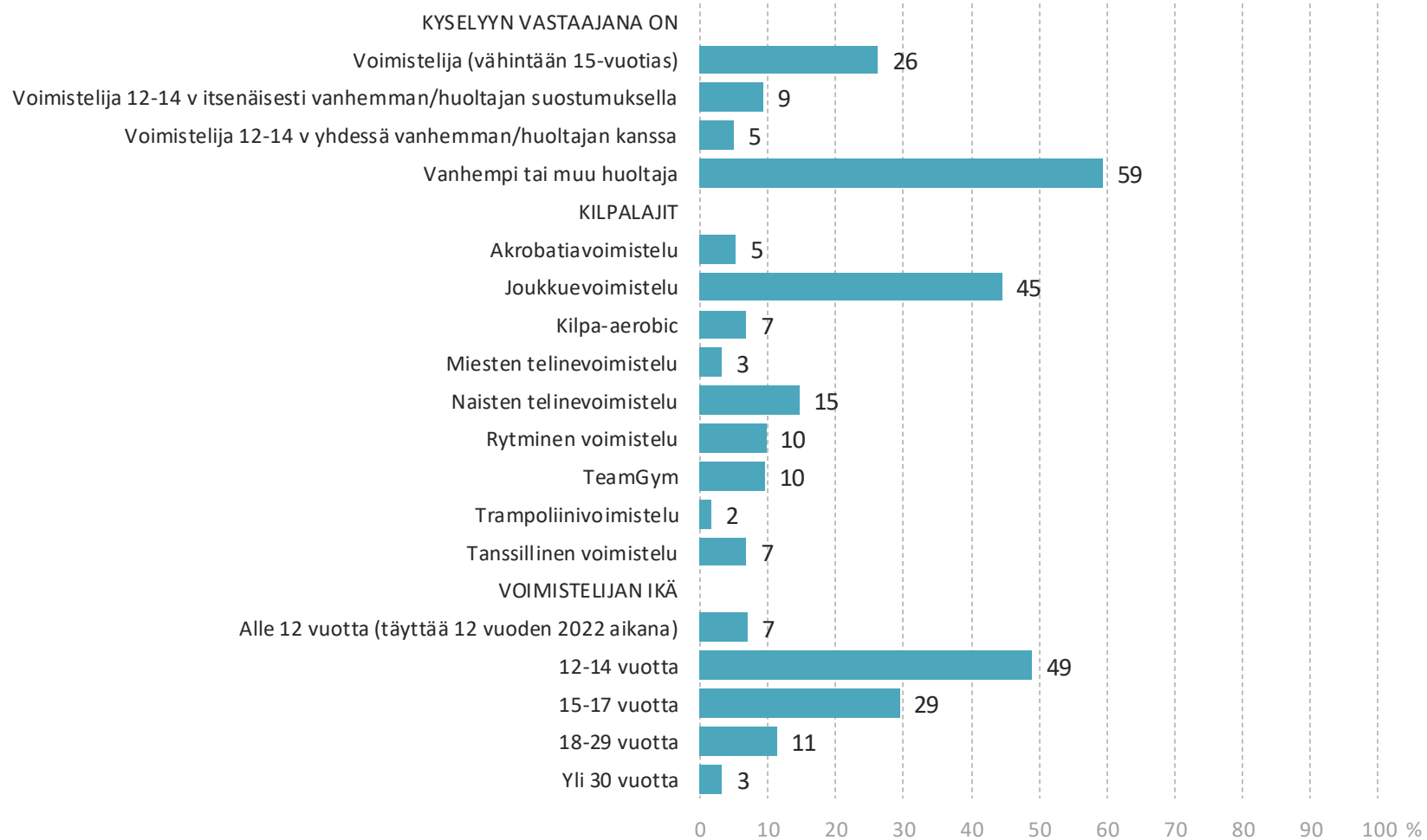
Voimistelijoiden ja vanhempien lomakkeet olivat sisällöllisesti identtiset. Ainoa ero oli, että vanhemmilla oli kaikissa kysymyksissä valittavanaan myös ”En osaa sanoa” - vastausvaihtoehto.





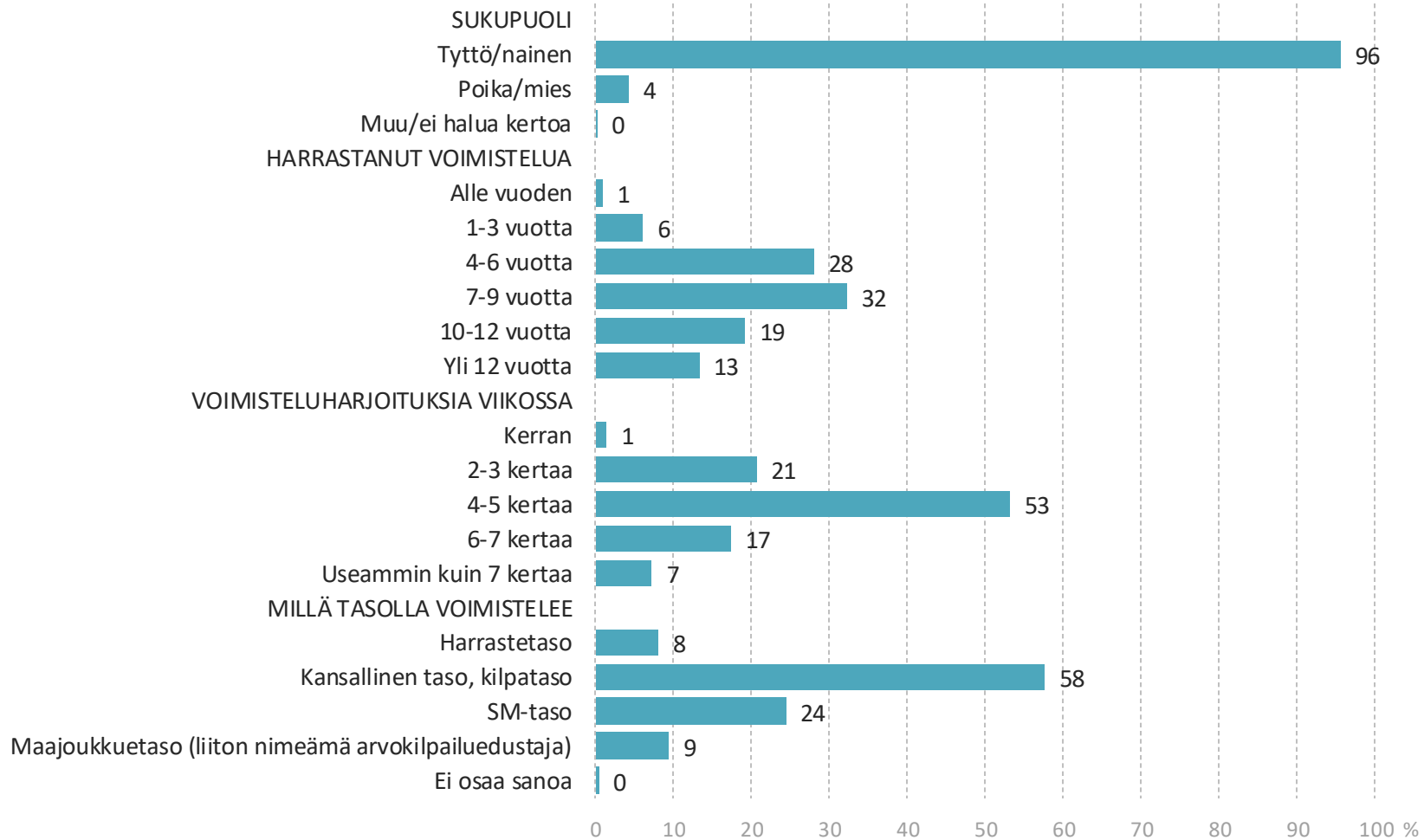
Vastaajajoukon rakenne

Vastaajien taustatiedot 1(2)



Kaikki vastaajat, n=966

Vastaajien taustatiedot 2(2)



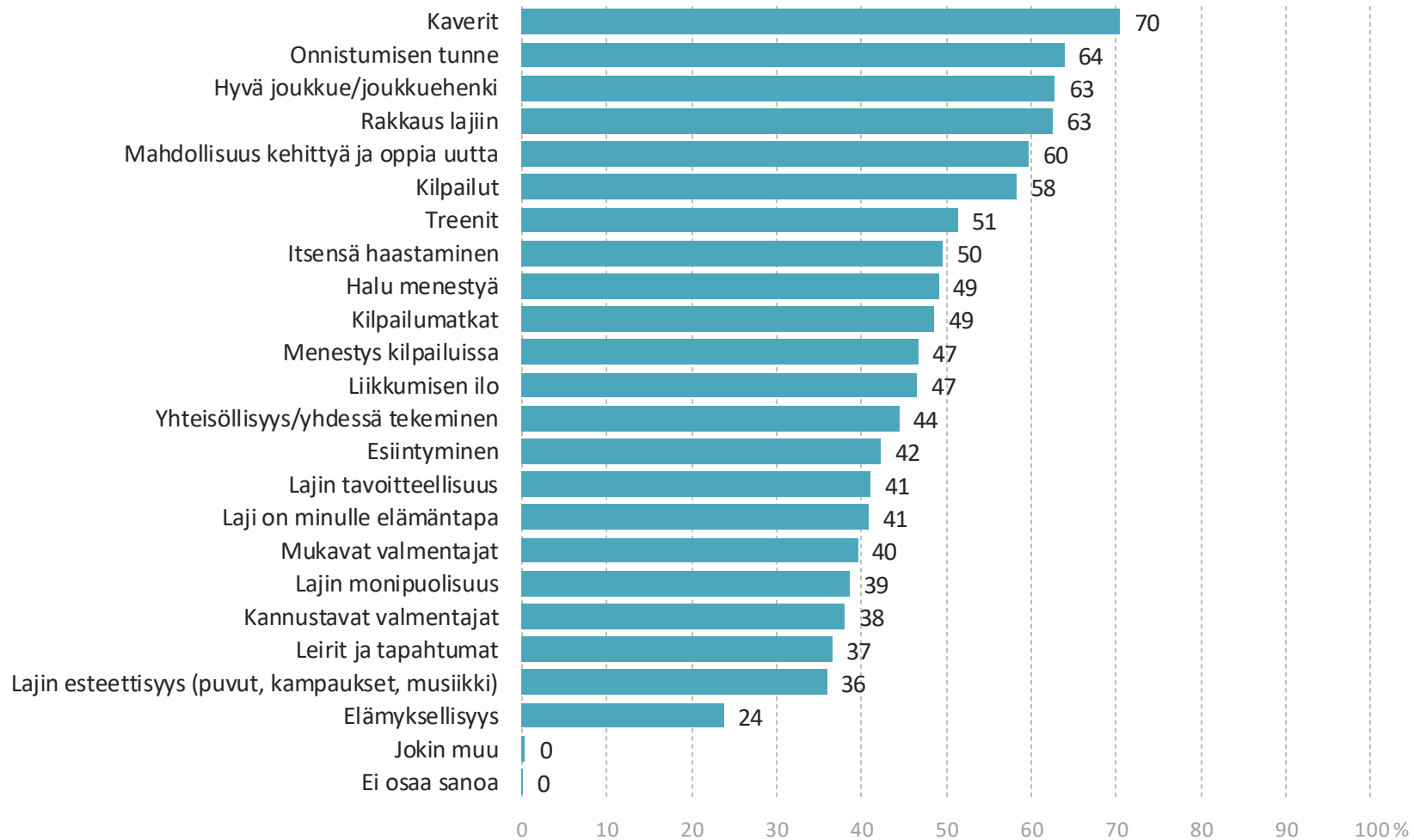
Kaikki vastaajat, n=966



Mikä motivoi voimistelemaan

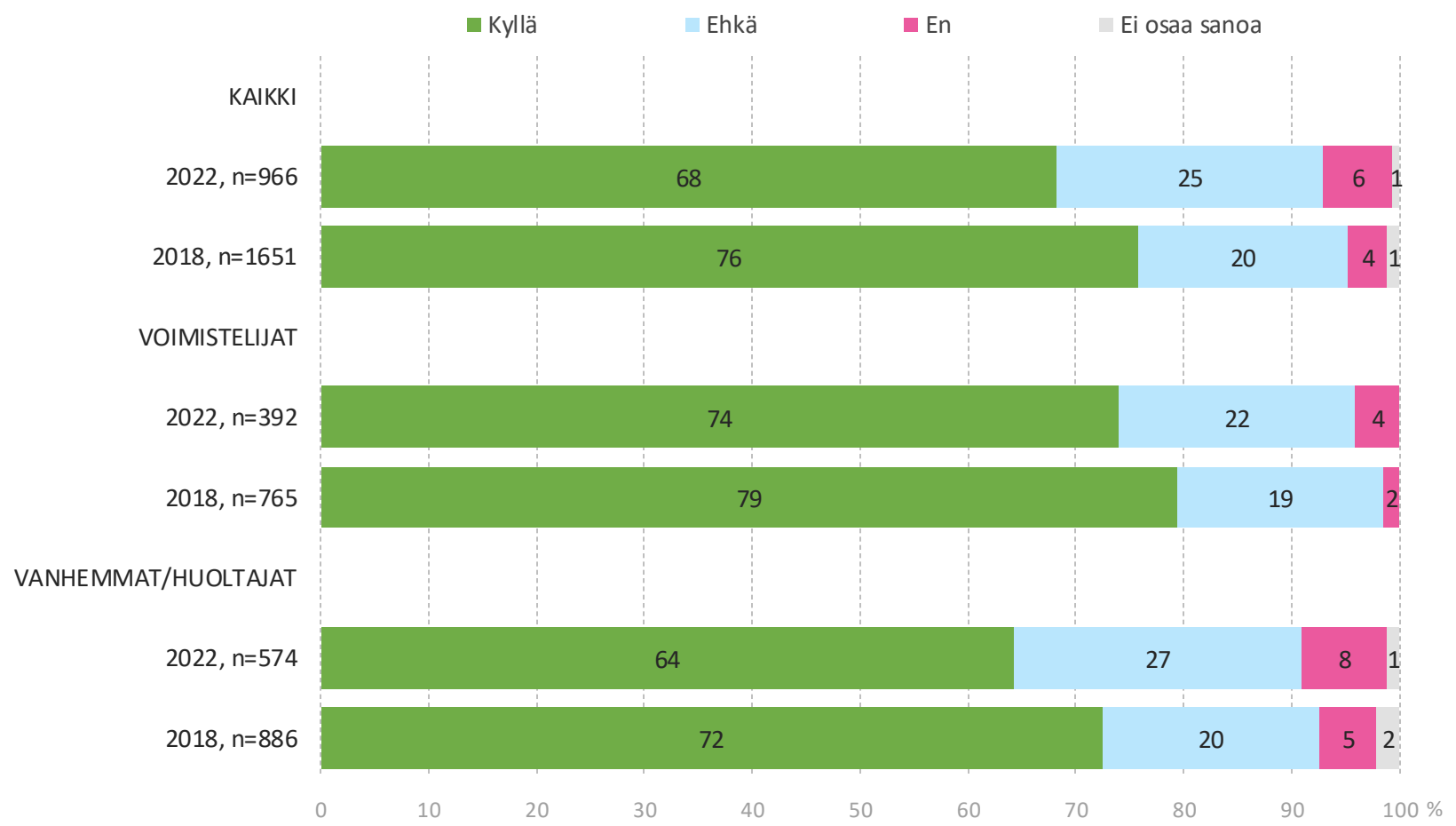
Mikä innostaa ja motivoi voimistelemaan?

Kaikki vastaajat



Kaikki vastaajat, n=966

Suosittelisitko voimistelua harrastukseksi kaverillesi tai tuttavillesi? 1(2)

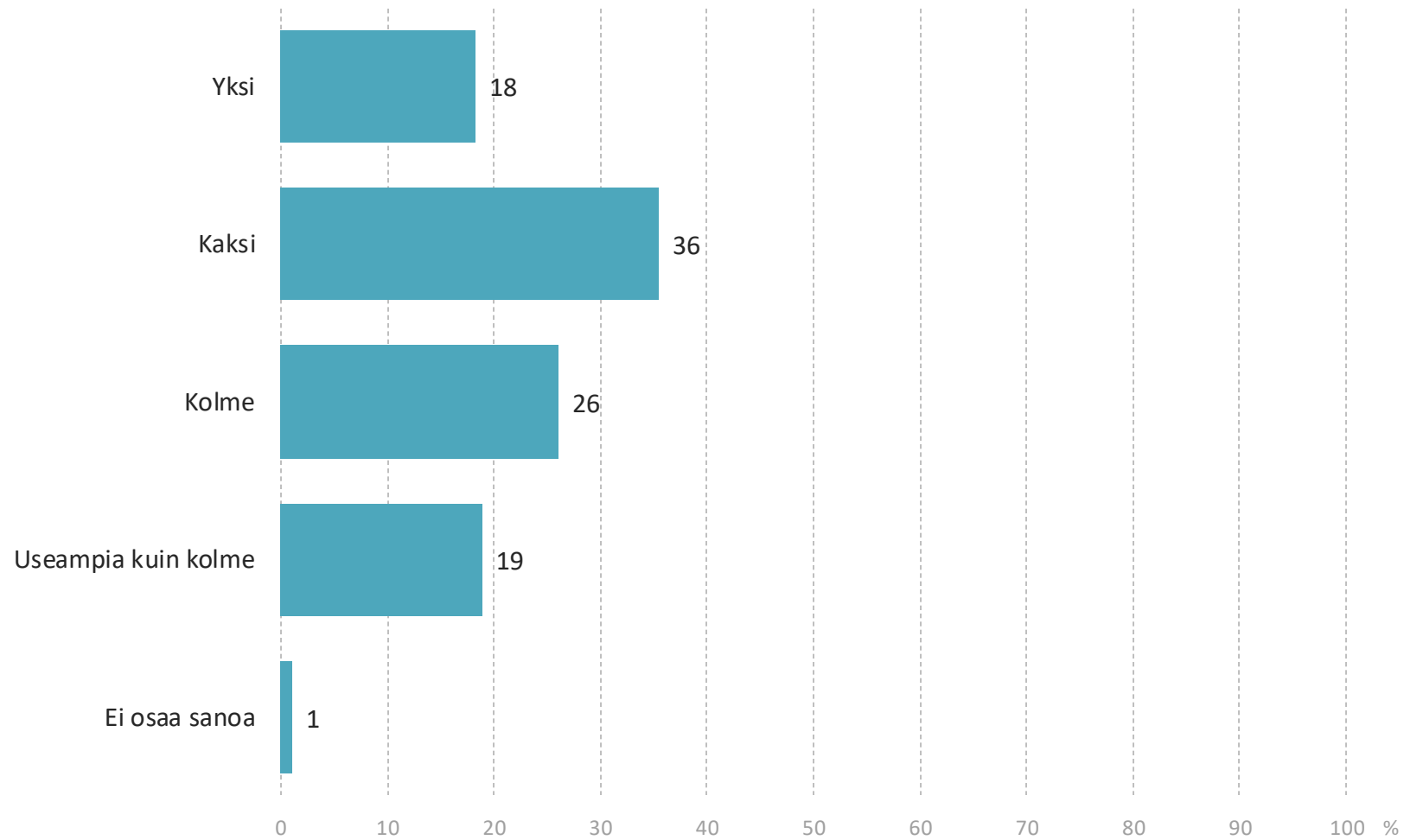


n=kaikki vastaajat



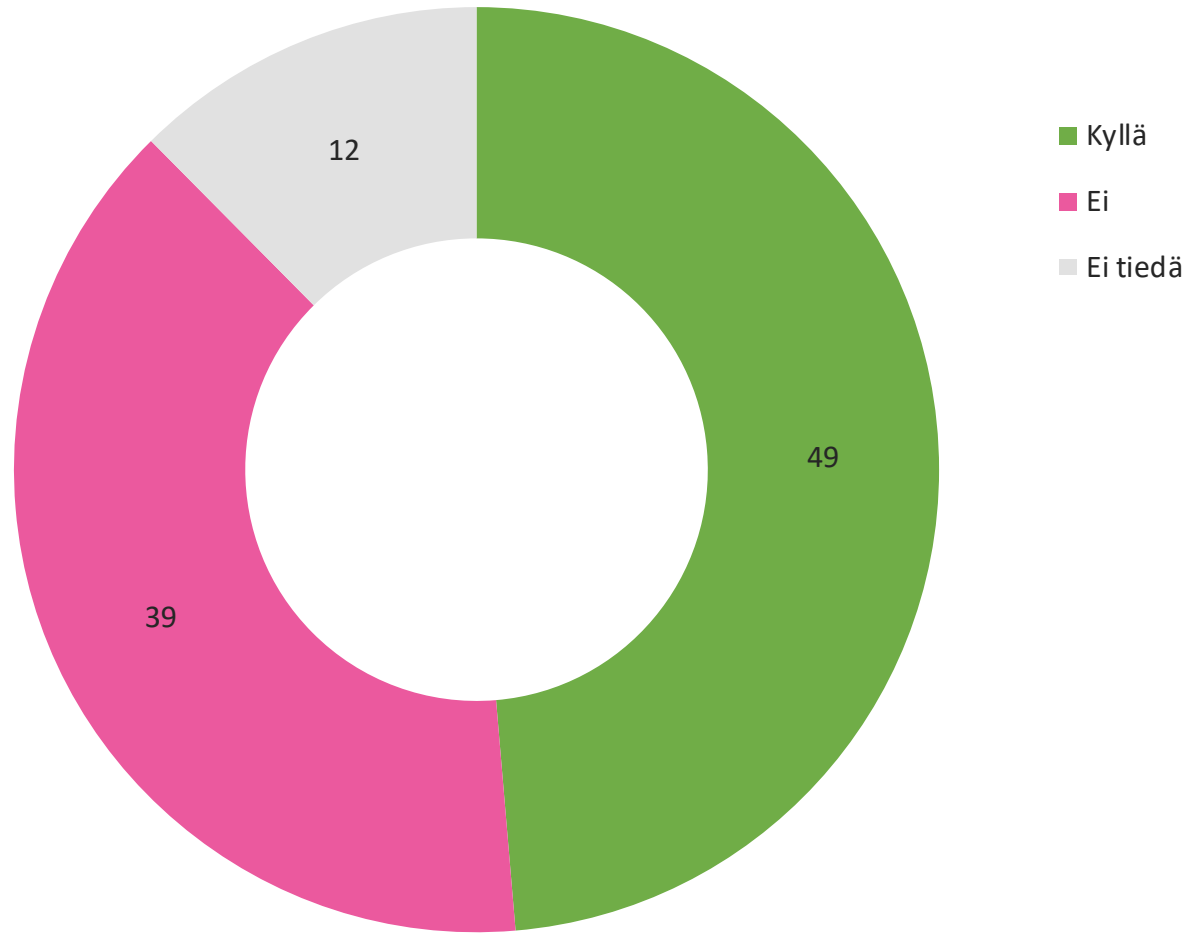
Valmentaja

Kuinka monta valmentajaa on tällä hetkellä?



Kaikki vastaajat, n=966

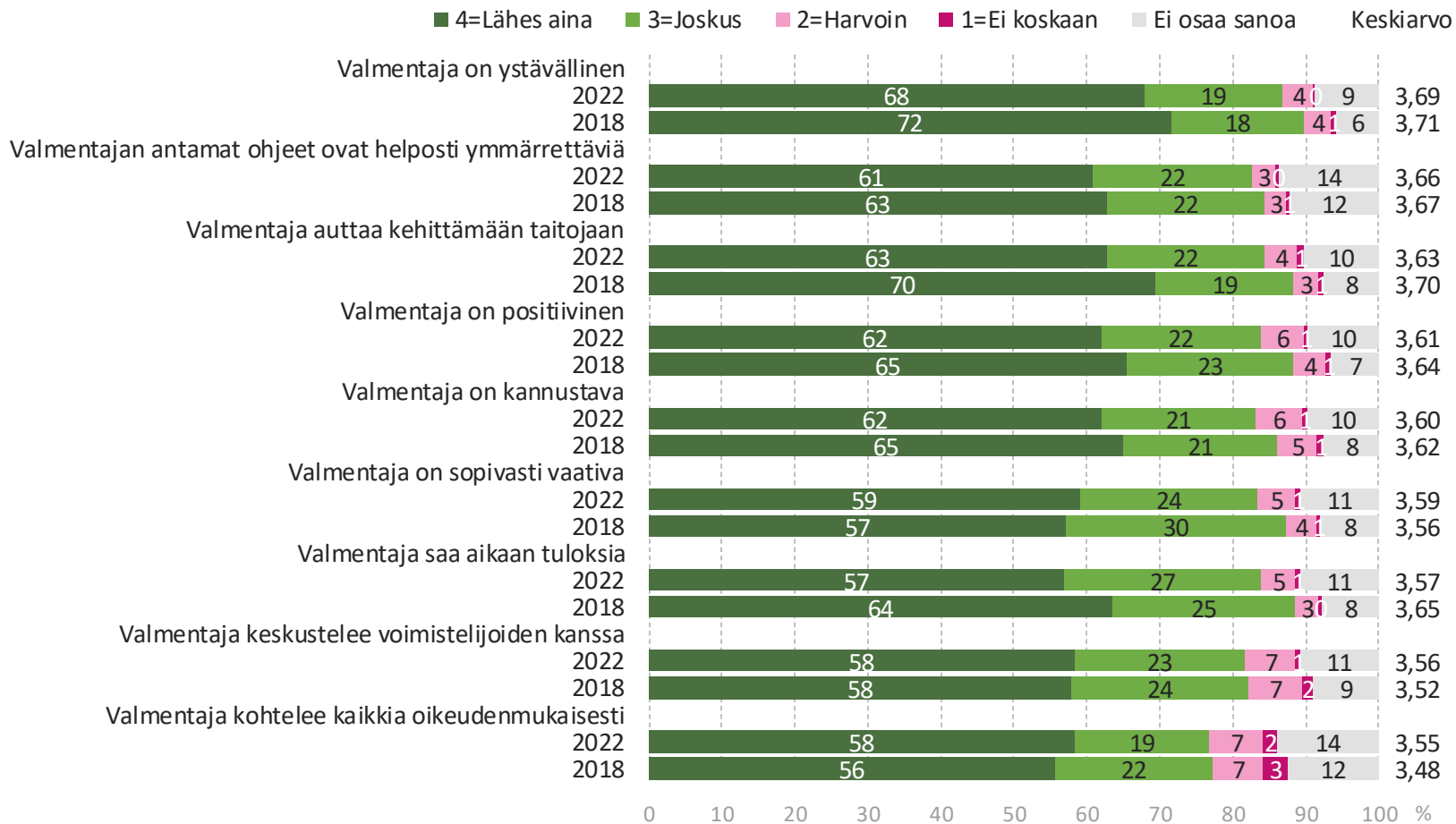
Onko pääasiallinen valmentaja päätoiminen valmentaja eli saa elantonsa pääasiassa valmentamisesta?



Kaikki vastaajat, n=966

Kuinka hyvin ominaisuus kuvaa valmentajaa 1(2)

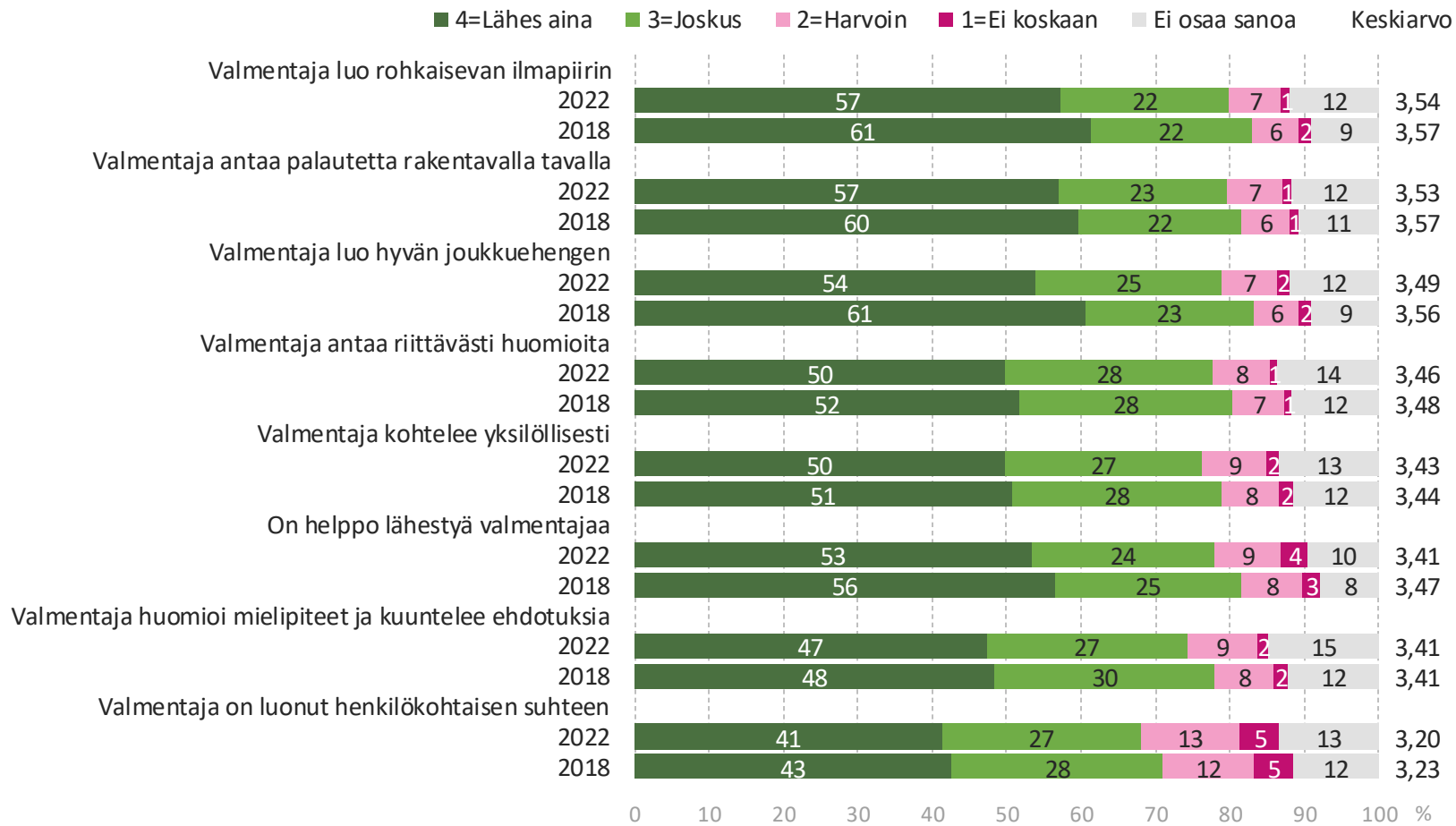
Kaikki vastaajat



Arvioitujen valmentajien määrä, 2018 n=3732, 2022 n=2201

Kuinka hyvin ominaisuus kuvaa valmentajaa 2(2)

Kaikki vastaajat



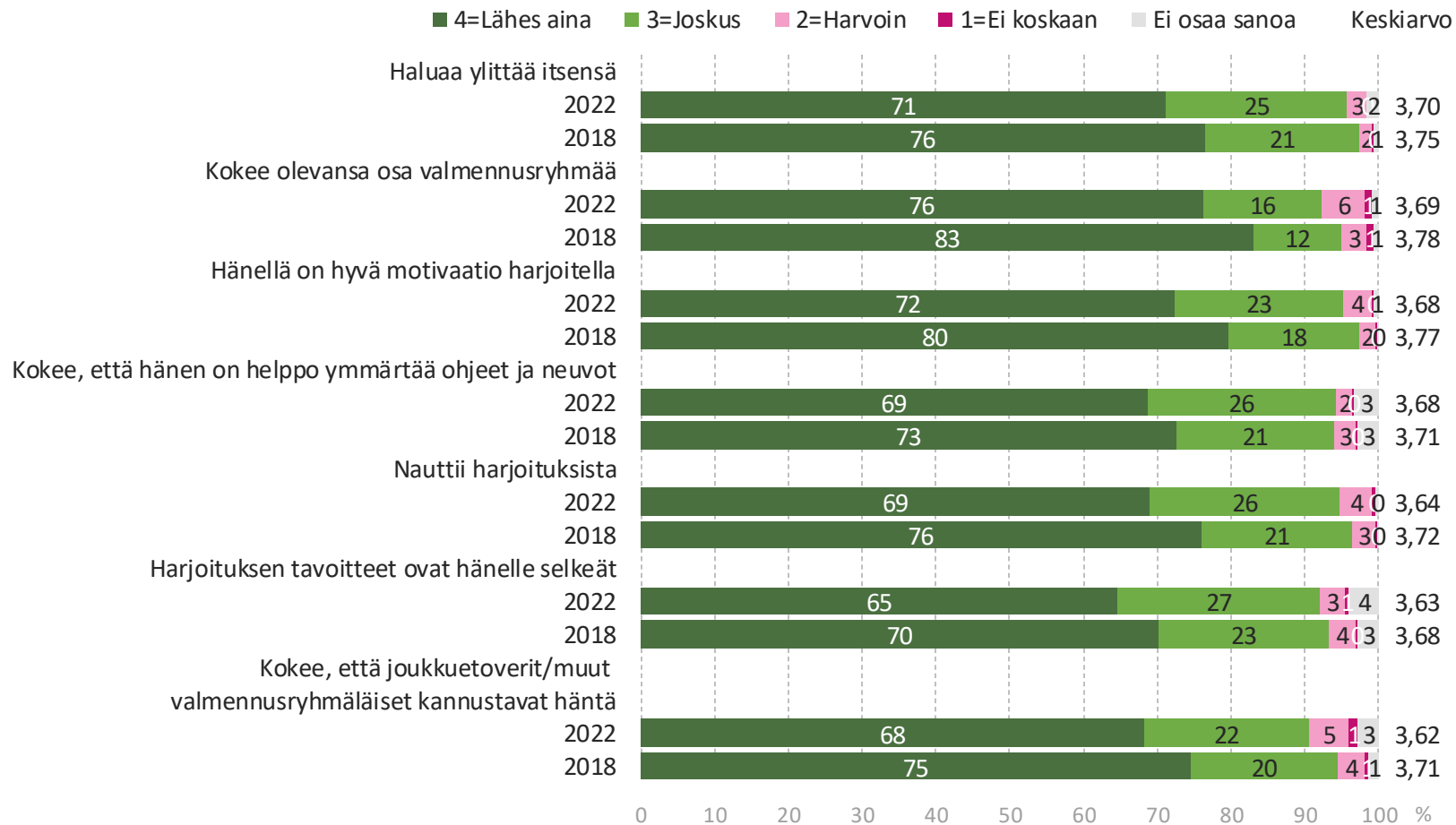
Arvioitujen valmentajien määrä, 2018 n=3732, 2022 n=2201



Ilmapiiri harjoituksissa

Kuinka usein on kokenut seuraavia asioita harjoituksissa? 1(2)

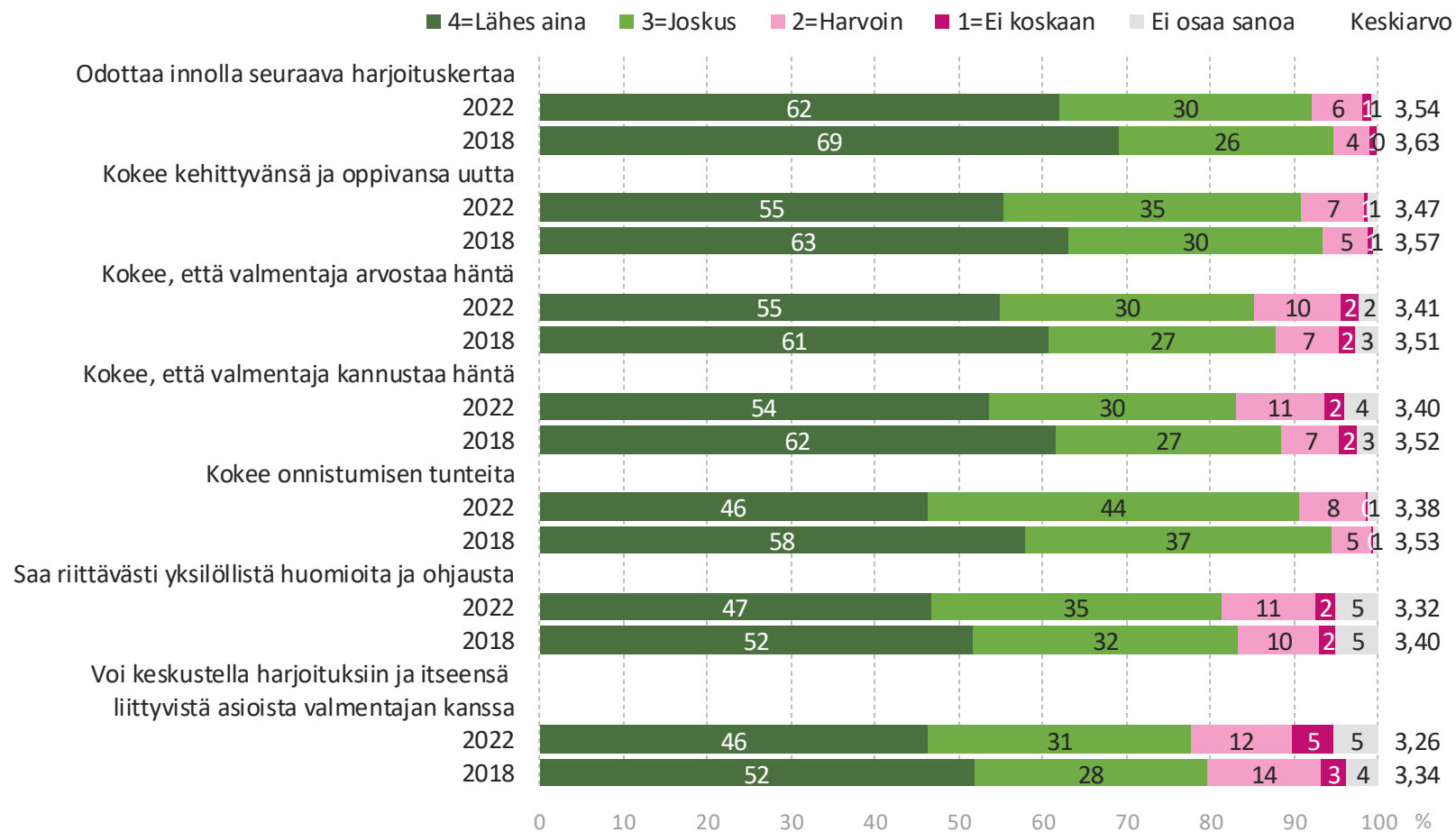
Kaikki vastaajat



Kaikki vastaajat, 2018 n=1651, 2022 n=966

Kuinka usein on kokenut seuraavia asioita harjoituksissa? 2(2)

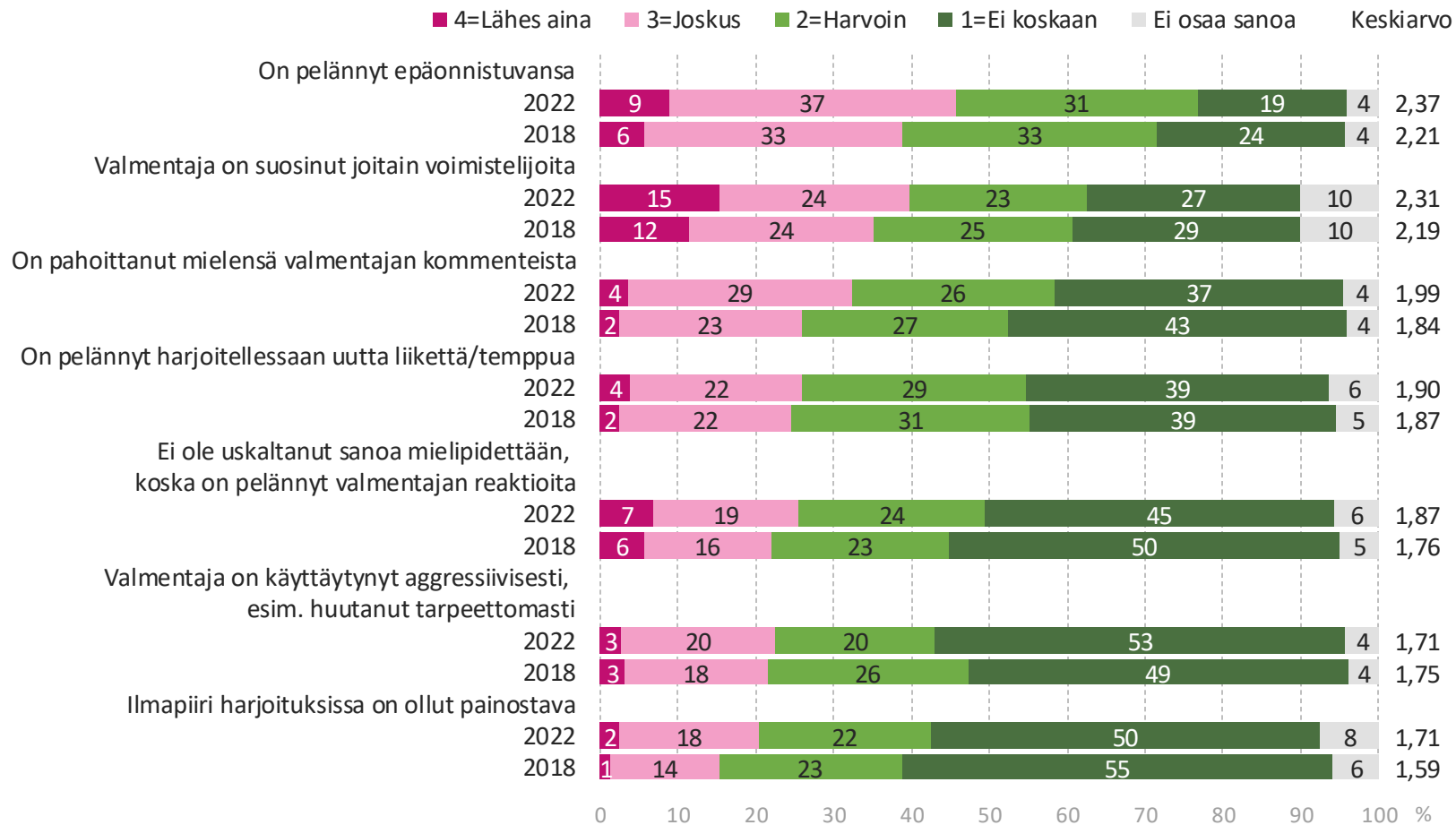
Kaikki vastaajat



Kaikki vastaajat, 2018 n=1651, 2022 n=966

Kuinka usein on kokenut seuraavia asioita harjoituksissa? 1(2)

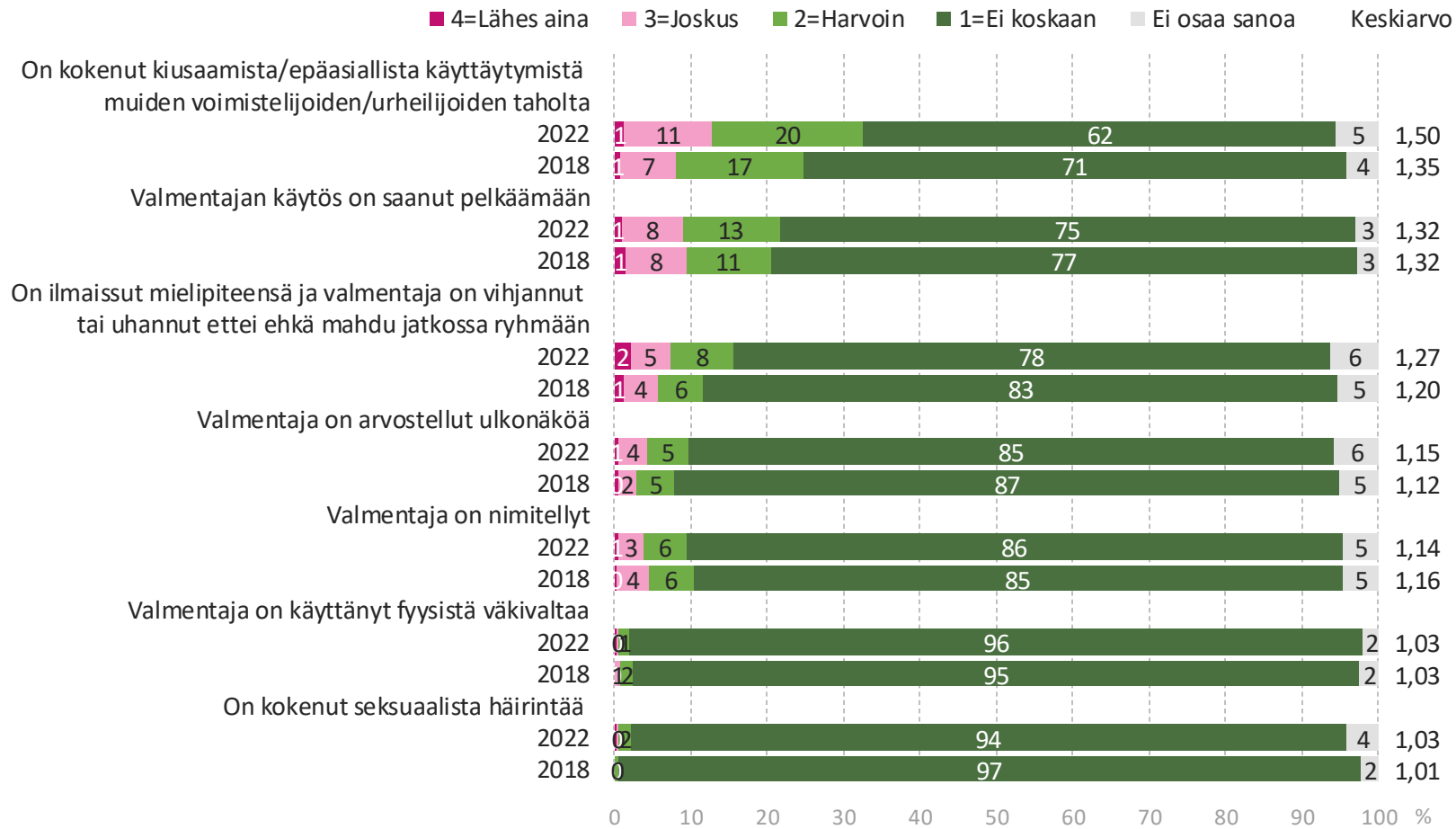
Kaikki vastaajat



Kaikki vastaajat, 2018 n=1651, 2022 n=966

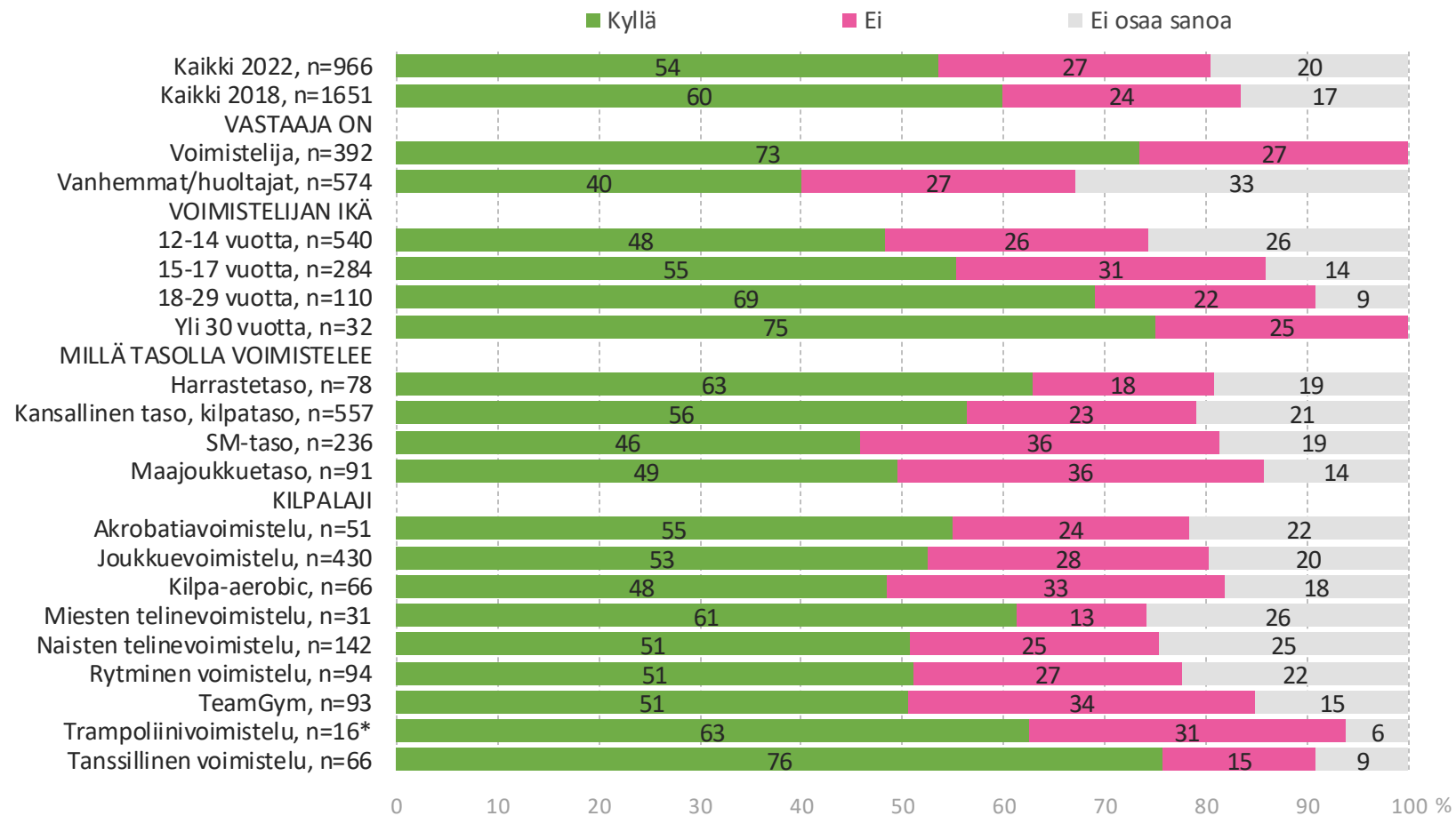
Kuinka usein on kokenut seuraavia asioita harjoituksissa? 2(2)

Kaikki vastaajat



Kaikki vastaajat, 2018 n=1651, 2022 n=966

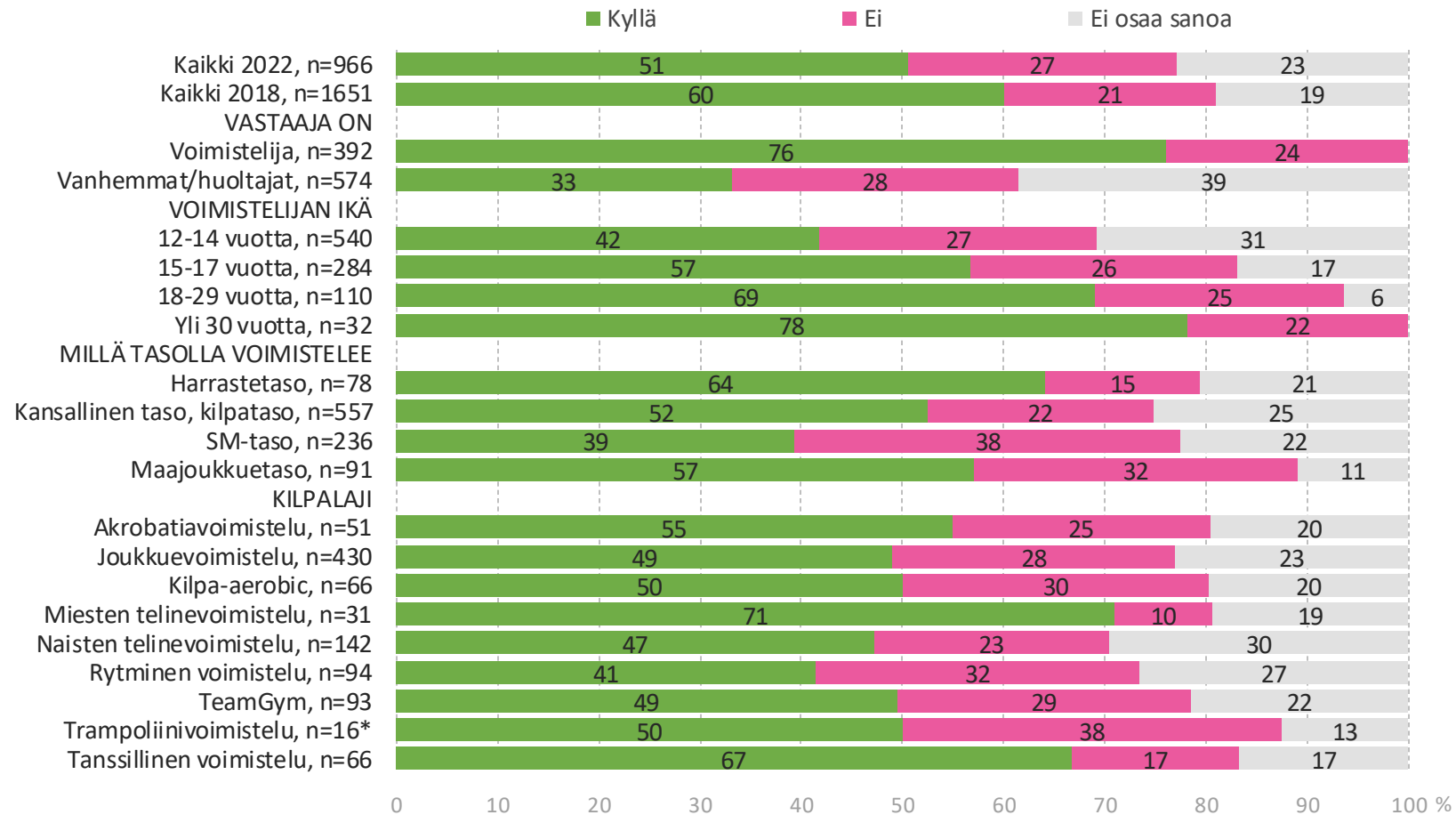
Pystyykö keskustelemaan valmentajan kanssa vaikeimmistakin asioista?



n=kaikki vastaajat

*) Alhainen vastaajamäärä

Pystyykö antamaan valmentajalle palautetta asioista, joista on eri mieltä?



n=kaikki vastaajat

*) Alhainen vastaajamäärä

EI OLE PYSTYNYT ANTAMAAN VALMENTAJALLE PALAUTETTA ASIASTA, JOSTA OLII ERI MIELTÄ:
Kertoisitko omin sanoin, minkälaisesta asiasta oli kyse?

Vastauksissa nousseita teemoja:

- Pelko valmentajan reaktiosta tai palautteen vaikutuksesta kohteluun, pelko kertoa kivuista tai loukkaantumisista
- Valmentaja koetaan auktoriteettina, jolle on vaikea sanoa asioista, joista on eri mieltä
- Keskustelukulttuuri ei salli epäkohdista huomauttamiseen
- Palaute koetaan merkityksettömänä, sillä valmentaja ei kuuntele mielipiteitä
- Halu miellyttää valmentajaa
- Valmentajan puutteelliset vuorovaikutustaidot
- Voimistelijoiden eriarvoinen kohtelu, suosiminen
- Aikataulut, poissaolot, muun elämän yhdistäminen
- Vireystila, jaksaminen ja liiallinen kuormitus
- Valmennukseen liittyen, esim. valmennustyyli ja valmentajan odotukset
- Harjoitukseen liittyen, esim. harjoitusten sisältö ja laatu, liikkeen harjoittelu
- Kilpailuihin liittyen, esim. kokoonpano, ohjelma, joukkuejaot
- Lapsen luonne, esim. arkuus kertoa omia mielipiteitä
- Kielitaito

Jos kertoo eriävän mielipiteensä valmentajalleen, pelkääkö, että se vaikuttaa negatiivisesti voimistelu-uraan?



n=kaikki vastaajat

*) Alhainen vastaajamäärä

Ulkonäkö

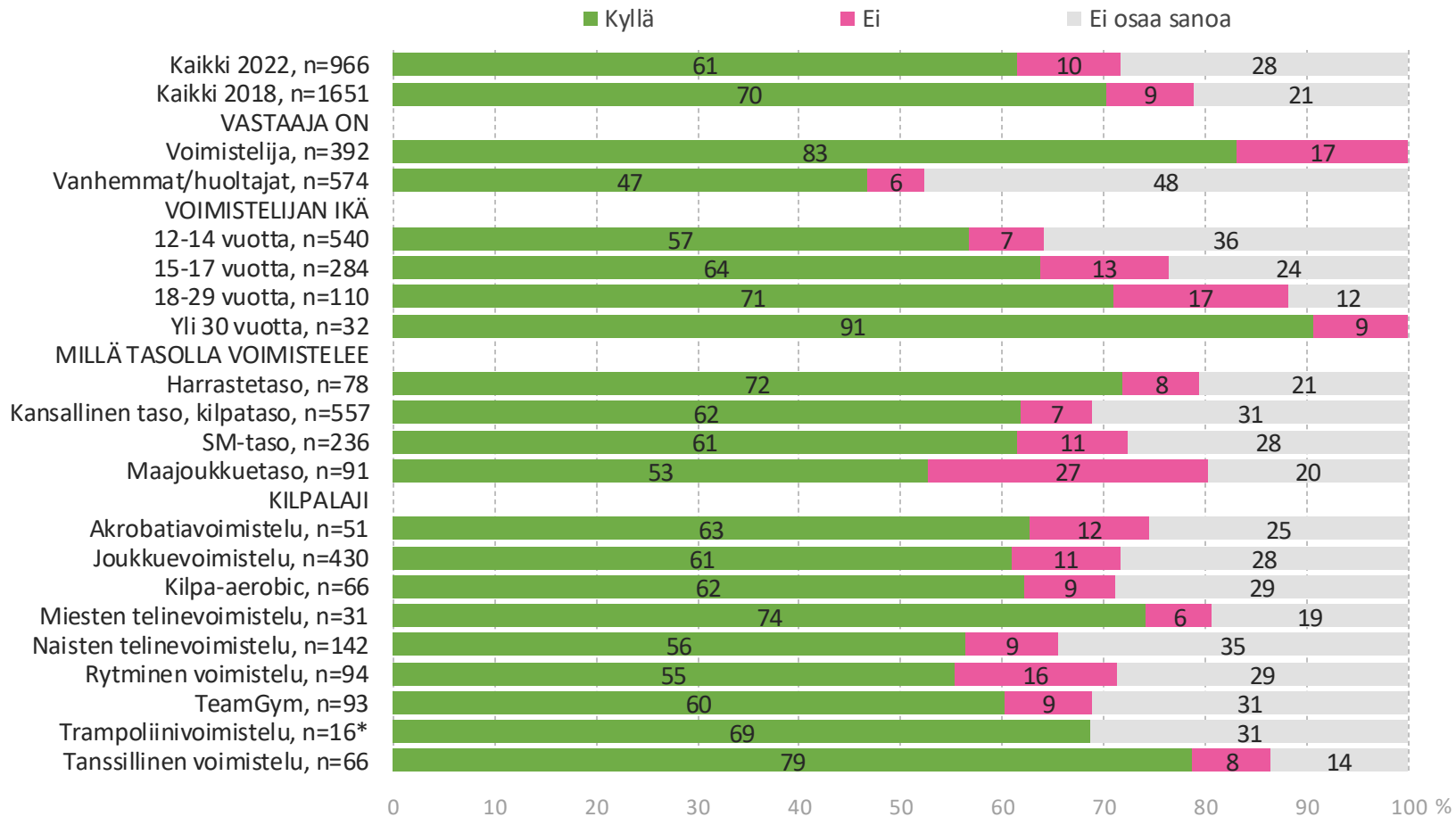
Onko kokenut voimisteluharrastukseen liittyen paineita ulkonäöstä?



n=kaikki vastaajat

*) Alhainen vastaajamäärä

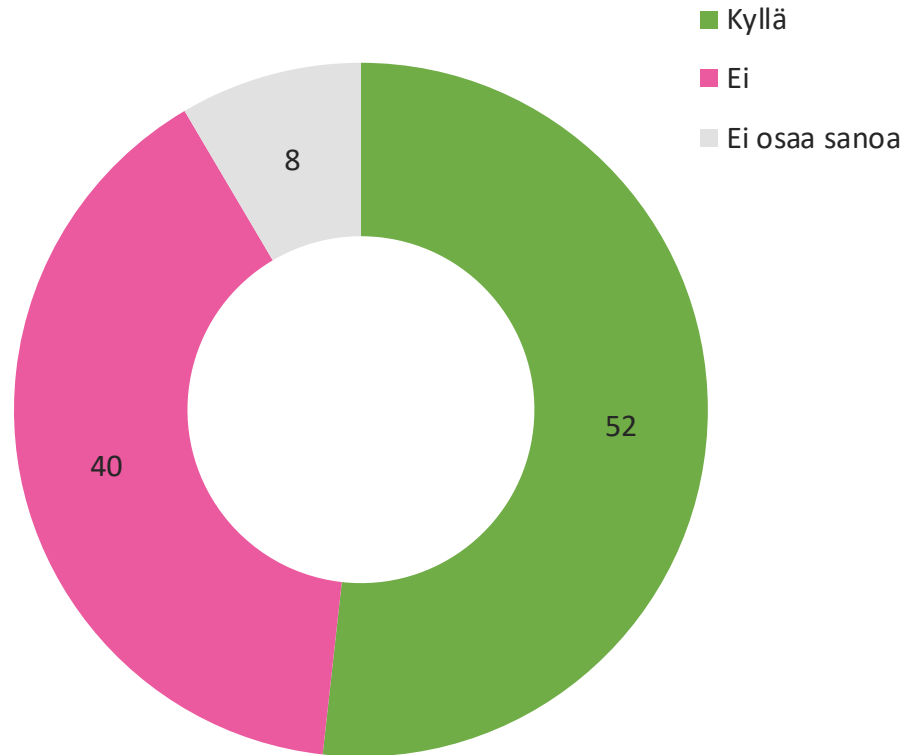
Osaako valmentaja puhua kehoon liittyvistä asioista rakentavasti?



n=kaikki vastaajat

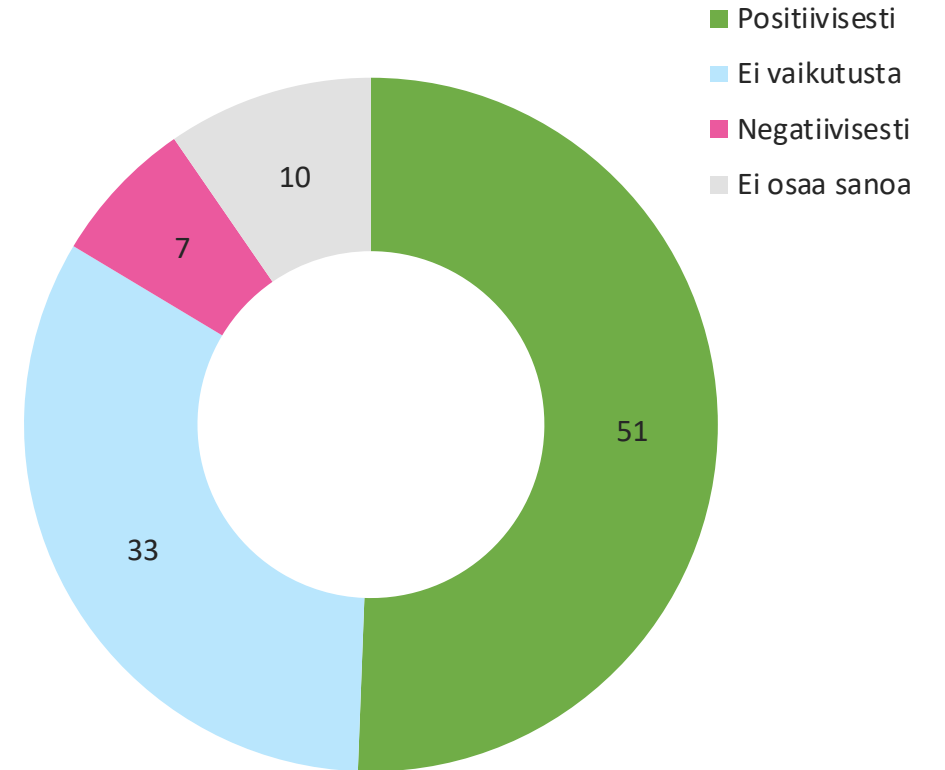
*) Alhainen vastaajamäärä

Onko valmentaja/valmennustiimi antanut ravinto-ohjeita?



Kaikki vastaajat, n=966

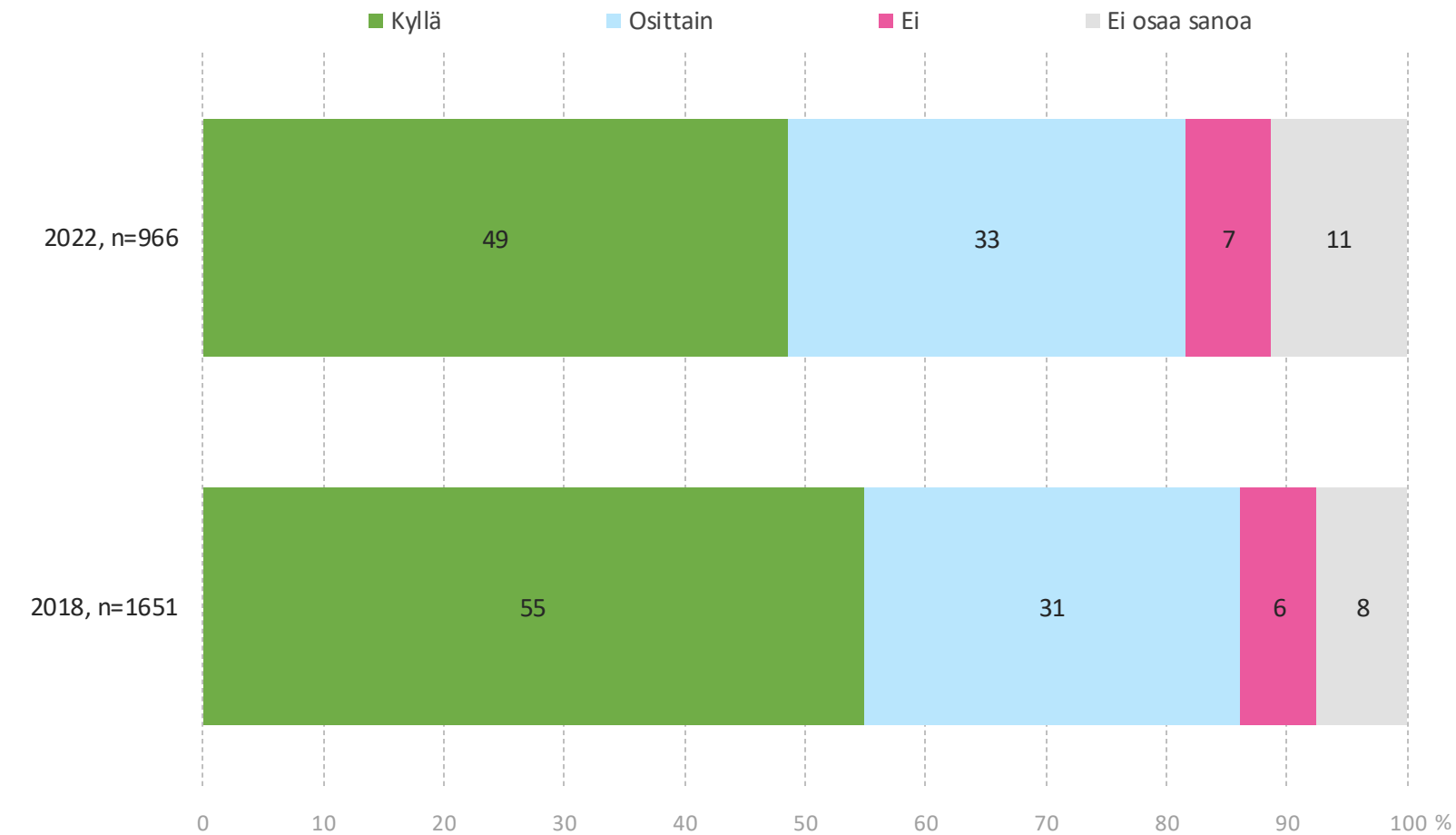
Kuinka nämä valmentajan/valmennustiimin antamat ravinto-ohjeet ovat vaikuttaneet?



On annettu ravinto-ohjeita, n=500

Valmentako valmentaja Terve voimistelija -periaatteiden mukaisesti?

(valmentaja toteuttaa kokonaisvaltaista valmennusta eli huomioi muun muassa palautumisen, ravinnon, omaehtoisen liikunnan, urheilun sosiaalisen puolen)

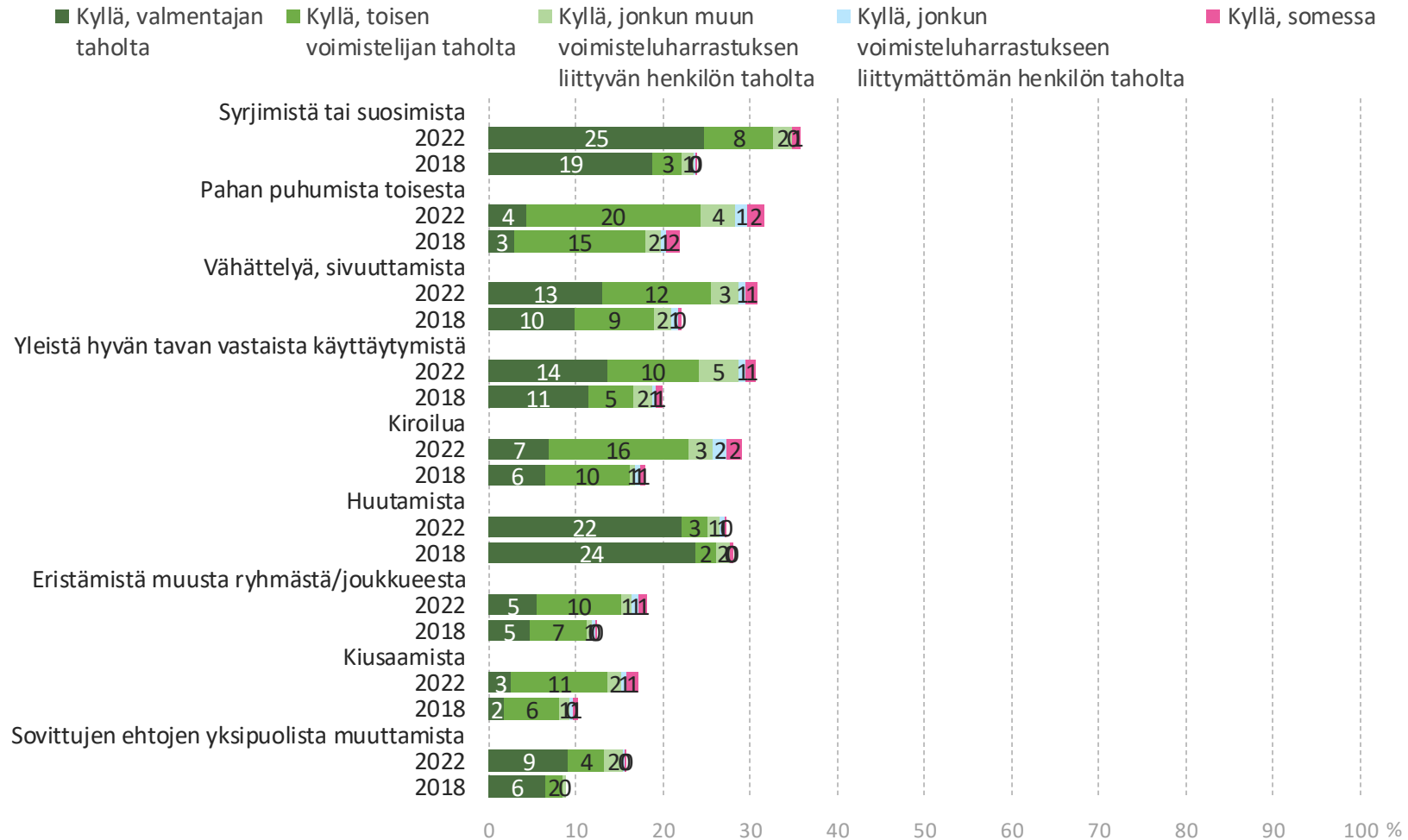


n=kaikki vastaajat

A woman in a dark, form-fitting outfit is falling upside down against a dark background. She is surrounded by a shower of white particles, possibly dust or small stones, which are falling around her. The scene is lit from below, creating a dramatic, ethereal atmosphere. The woman's arms are outstretched, and her legs are also outstretched, suggesting a state of freefall or a controlled descent.

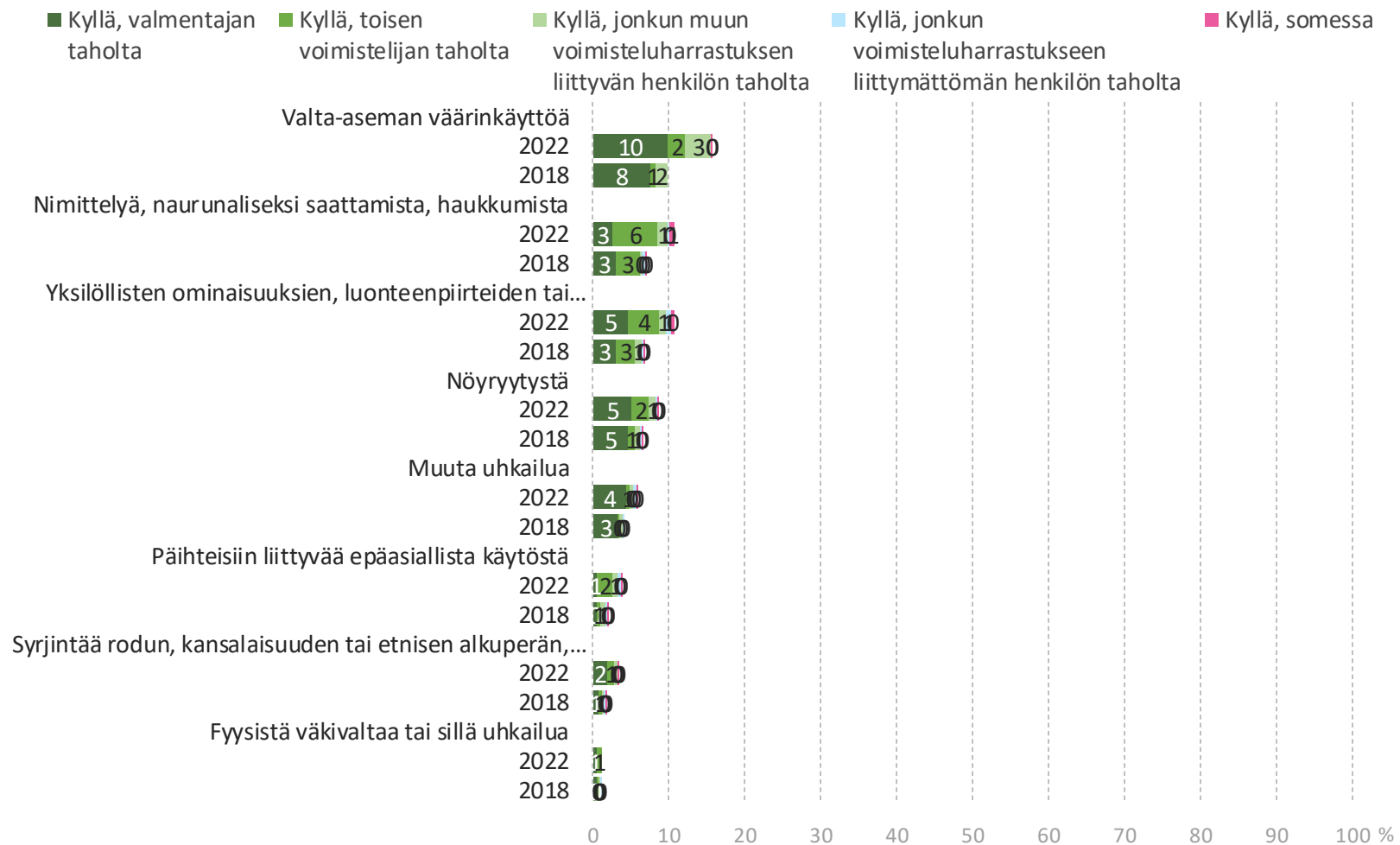
Epäasiallinen käytös

Onko kokenut harjoituksissa, leireillä, kilpailuissa, näytöksissä tai matkoilla viimeisen vuoden aikana... 1(2) Kaikki vastaajat



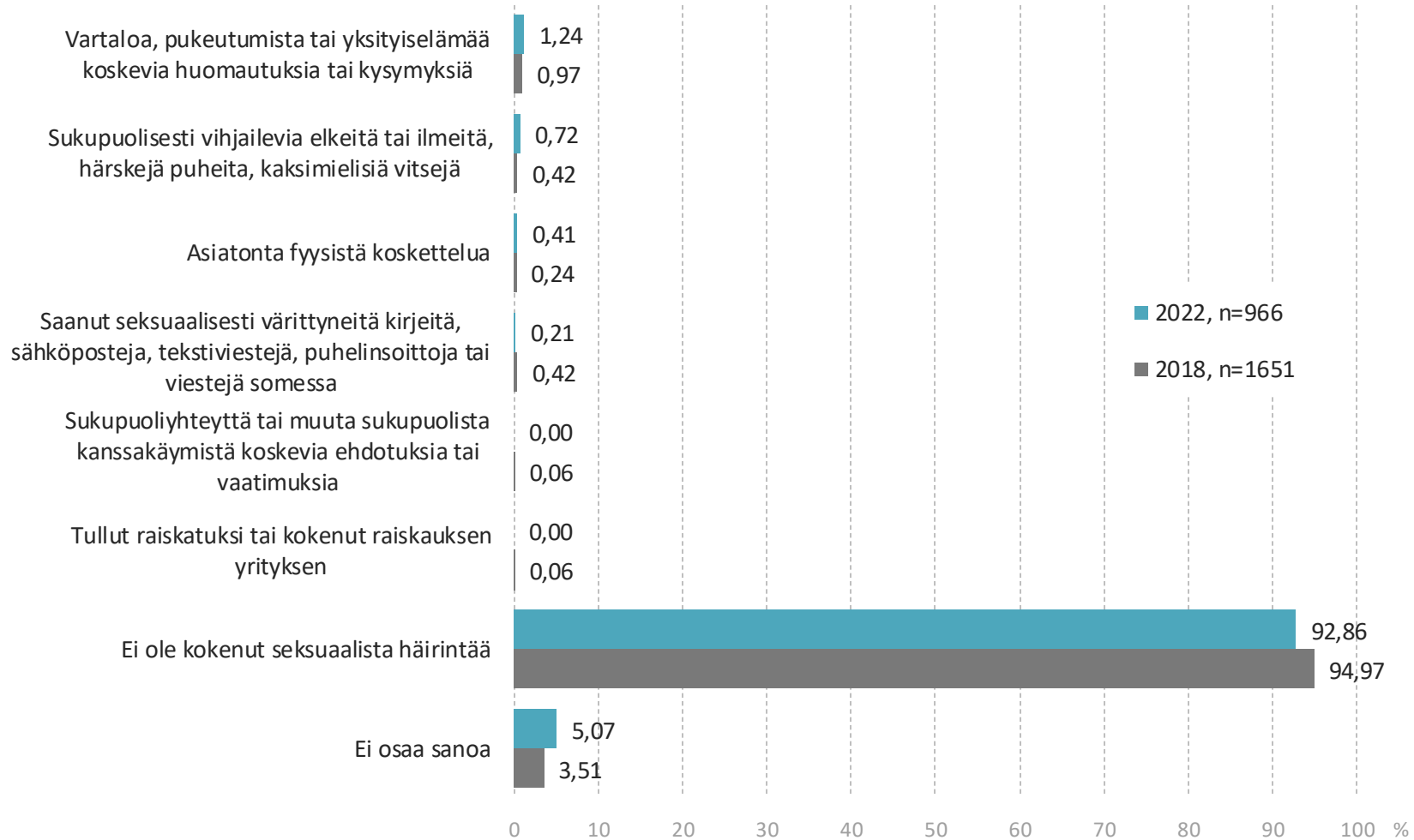
Kaikki vastaajat, 2018 n=1651, 2022 n=966

Onko kokenut harjoituksissa, leireillä, kilpailuissa, näytöksissä tai matkoilla viimeisen vuoden aikana... 2(2) Kaikki vastaajat



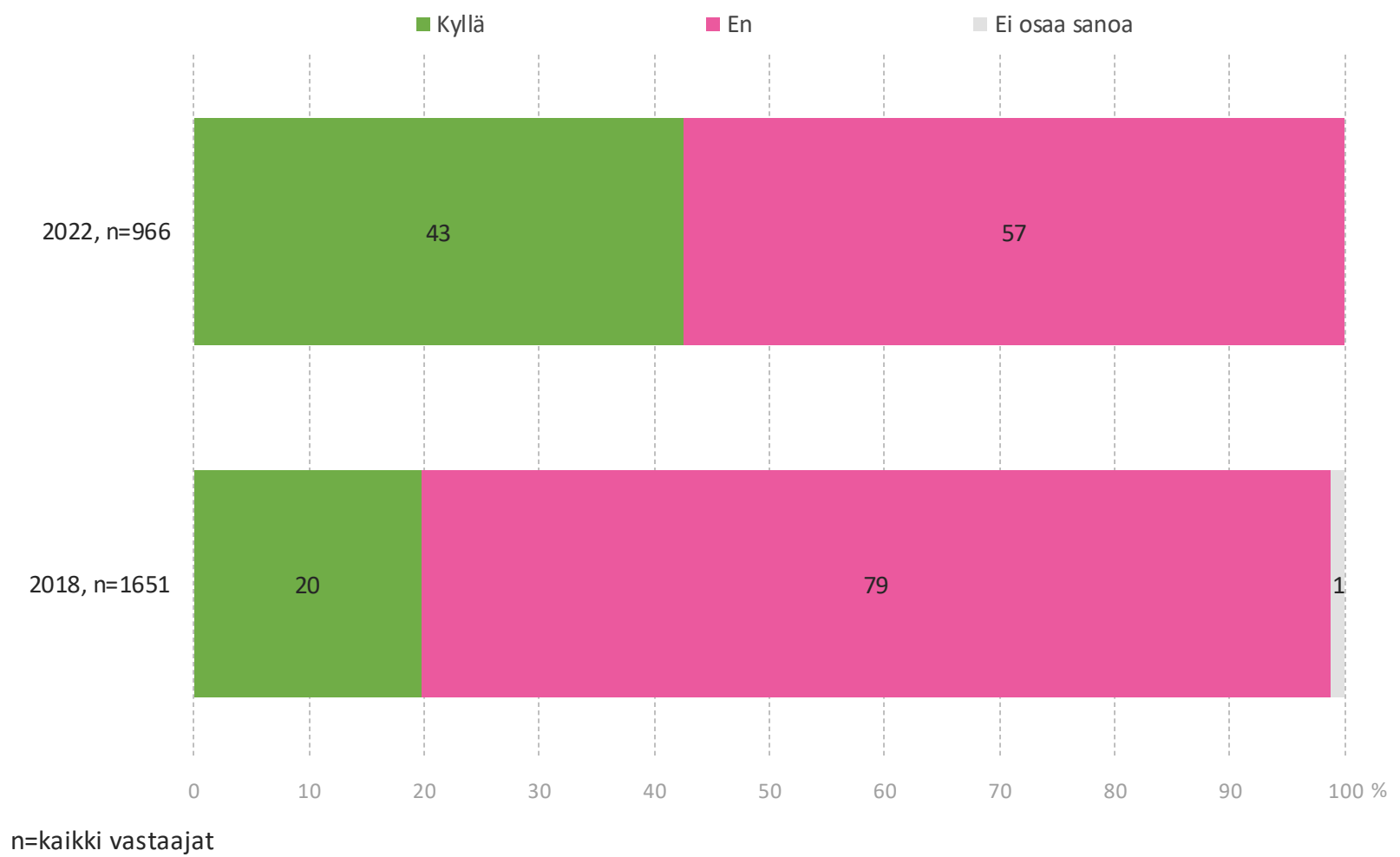
Kaikki vastaajat, 2018 n=1651, 2022 n=966

Onko kokenut viimeisen vuoden aikana voimisteluharrastuksesi yhteydessä seksuaalista häirintää?

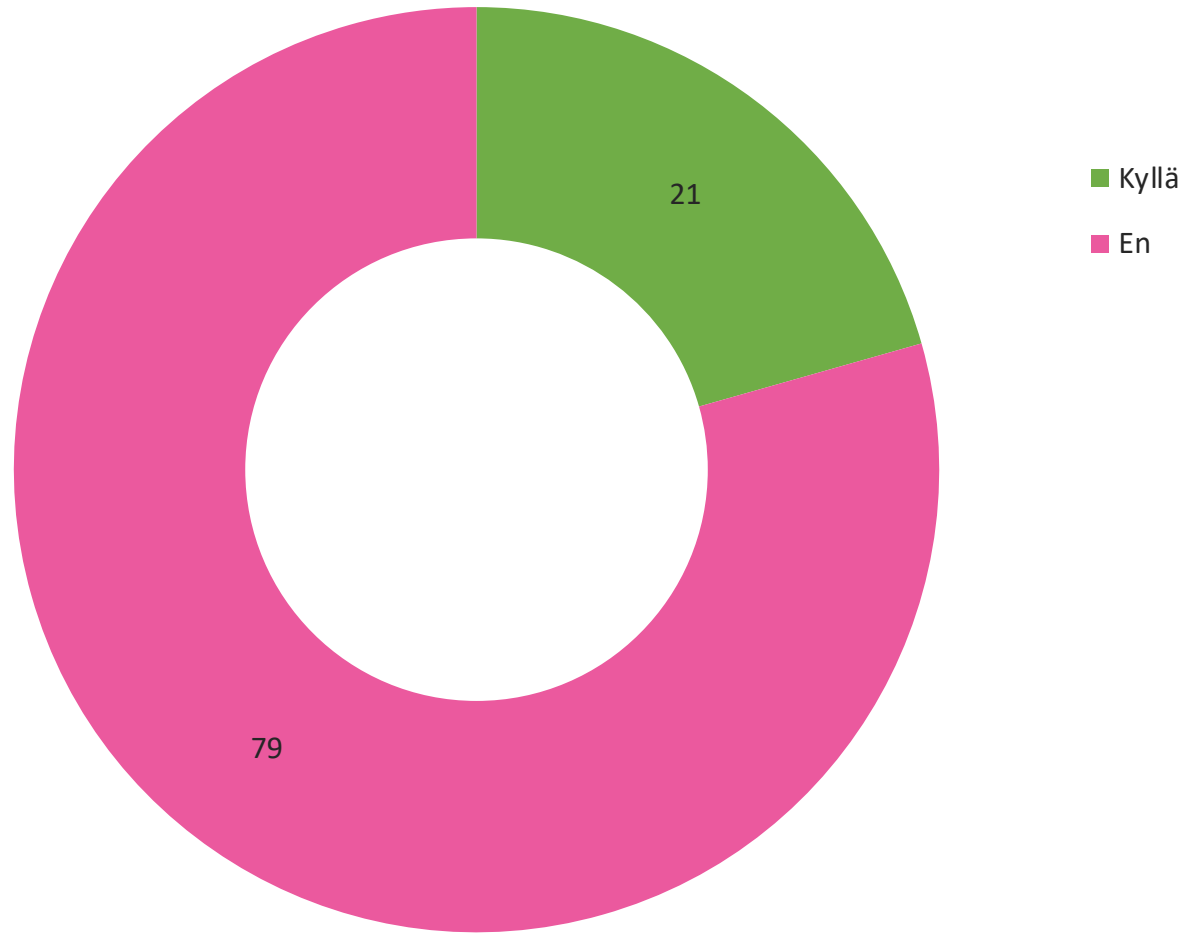


n=kaikki vastaajat

Tunnetko Et ole yksin -palvelun?



Tunnetko SUEK:n ILMO-palvelun?

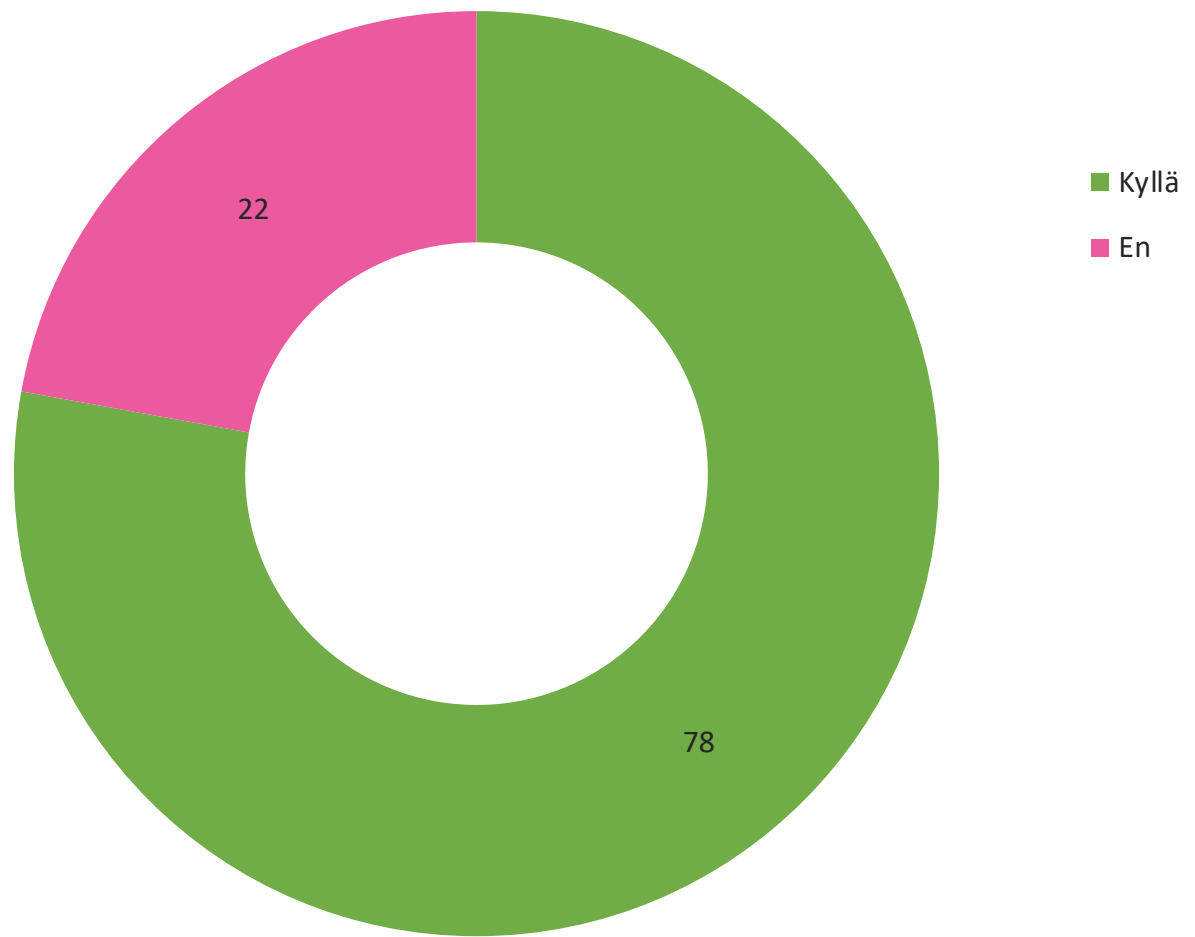


Kaikki vastaajat, n=966



Voimisteluliiton työ vastuullisen voimistelun eteen

Tiesitkö, että Voimisteluliitto tekee työtä vastuullisen voimistelun eteen?




Kaikki vastaajat, n=966

Missä tai miten tämä Voimisteluliiton vastuullisen voimistelun eteen tekemä työ mielestäsi näkyy?



Tiesi että voimisteluliitto tekee työtä vastuullisen voimistelun eteen, n=752



Toiveita valmennuskulttuurin kehittämiseen

Valmennuskulttuurin kehittäminen

Kyselyn lopussa vastaajilla oli tilaisuus kertoa omin sanoin, mitä toiveita heillä olisi Voimisteluliitolle valmennuskulttuurin kehittämisen suhteen. Vastauksissa nousseita teemoja olivat esimerkiksi:

- Valmentajien osaamisen ja kouluttautumisen lisääminen.
- Kokonaisvaltainen, laadukas ja ihmislähtöinen valmennus, jonka keskiössä on terve ja hyvinvoiva voimistelija.
- Positiivinen valmennuskulttuuri, jossa kaikkia kohdellaan tasavertaisesti ja oikeudenmukaisesti. Voimistelijoita kuunnellaan ja kannustetaan. Epäasialliseen käytökseen puututaan.
- Avoimuus ja vastuullisuus kaikessa toiminnassa.
- Voimistelijoiden, valmentajien sekä perheiden tukeminen ja riittävästä tiedonkulusta huolehtiminen.





Kiitos!